



SENIOREN
NACHBARSCHAFTS
HILFE



von mit
für
Menschen

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Grußwort der Bürgermeisterin zum 20-jährigen Jubiläum der SNH	4
Aus dem Vereinsleben	
– Blick zurück – 1997: Gründung und erste Jahre	5–7
– Blick zurück – 2004 SNH mit Seniorenzentrum	7–9
– Neuer Bus für die SeniorenNachbarschaftshilfe	10
– Adventliche Anrufe	11
– Fragebogen zu Ausflügen und Reisen mit der SNH	11
– 30 Jahre Seniorenringkreis	12/13
– „SNH-Hymne“ zum 20-jährigen Jubiläum	14
Aktivitäten	
– Rückblick auf den Adventsmarkt am 3. u. 4. Dez. 2016	15–18
– Interview mit Christine Scheerer: ausgebildete Gedächtnistrainerin	19/20
– „Facebook, Twitter & Co.“	21/22
– Motorisches und mentales Training in der Gruppe	23
– Kräuterspaziergang der SNH am 6. Juli 2017	23
– Frühlings-Rätsel	24
– SNH-Busreise in die Hansestadt Lübeck	25/26
Geschichten zum Kellereigebäude	
– Folge 8: Walther Eisenberger	27/28
In eigener Sache	
– Sommerfest 2017 der SNH ganz im Zeichen des 20-jährigen Jubiläums	29/30
– Neues Mitglied in der Redaktion: Rita Reiter-Mollenhauer	31
– Neues Mitglied in der Redaktion: Christine Peters	31
– SNH sucht neue Mitstreiter	32
– Sponsoren gesucht!	32
– Wer hat Lust, in der Nachbarschaftshilfe zu helfen?	33
– E-Mail-Adressen unserer SNH-Mitglieder	34
Tipp	
– Werden Sie Vorlesepatel!	35
– „Kopf hoch“	35
Aktuelles	
– Der HORIZONTE Hospizverein e. V. berichtet	36
– SNH besucht die Musterwohnung in der Berliner Straße	37/38
– „Hab da neulich was erlebt, das muss ich Ihnen erzählen...“	39
– Kleine Geschichte aus dem Krankenhaus	39
– Mitteilungen des Seniorenbeirates der Stadt Hofheim	40
– HWB baut barrierearme und rollstuhlgerechte Wohnungen in der Frankfurter Str. 80	41
Schlusswort	
– „Die Weise zum Schluss und tatsächlich zum letzten Mal“	41/42
Veranstaltungskalender	42
Impressum	43



Liebe Mitglieder,

in diesem Jahr blicken wir mit Stolz auf das 20-jährige Bestehen des Vereins zurück, der mit der Gründungsversammlung am 11. Juli 1997 als „Seniorenhilfe e.V.“ startete. Als Vorsitzender des Vereins wurde Axel Ansorg gewählt, der schon in seiner beruflichen Zeit die Erkenntnis gewann, dass immer mehr Menschen im Alter in ihrer Eigenständigkeit eingeschränkt sind und für bestimmte Situationen Hilfe benötigen. Für seine Idee, für diese Menschen eine Anlaufstelle zu schaffen, fand er sehr bald einige sozialengagierte Bürgerinnen und Bürger mit verschiedener Berufs- und vielfältiger Lebenserfahrung, die in monatelanger sorgfältiger Vorbereitung die Voraussetzung für die Vereinsgründung schufen. Die Unterstützung der Stadt Hofheim und des Seniorenbeirats war eine große Hilfe. So konnte der neue Verein in der Hattersheimer Straße einen kleinen Raum als Büro und feste Anlaufstelle für die Hilfevermittlung beziehen. Was hat dazu geführt, dass aus dem kleinen Pflänzchen der ersten Stunde ein starker Baum des Hofheimer Seniorennetzwerks geworden ist? Gründe und Kriterien gibt es zahlreiche, einige seien genannt: Vielfältige gesellschaftliche Veränderungen haben dazu geführt, dass die familiäre und

nachbarschaftliche Unterstützung gerade für ältere Menschen nicht mehr so zur Verfügung steht wie noch in den 60er und 70er Jahren. Woran lässt sich der Wandel insbesondere mit seinen Auswirkungen auf Umfang und Art der Versorgung mit haushaltsnahen Dienstleistungen festmachen?

Mit der höheren Lebenserwartung steigt die Zahl der älteren und hochbetagten Menschen. Ihr Anteil an der Gesamtbevölkerung wird durch die niedrige Geburtenrate stetig höher. Die jüngeren Altersgruppen sind nicht mehr in der Lage, die Versorgungsleistungen für die ältesten Altersgruppen zu erbringen. Kinder und andere Familienangehörige wohnen immer seltener in der räumlichen Nähe der Eltern. Dies verringert die Möglichkeiten, den Hilfebedarf der Älteren vor Ort zu decken. Lebenslange Partnerschaften werden weniger, die Scheidungszahlen bleiben auf hohem Niveau mit der Folge, dass die Leistungen zwischen den Partnern zurückgehen. Die Erwerbstätigkeit von Frauen nimmt weiter zu und mindert die zeitliche Kapazität für Hilfeleistungen in Familie und Nachbarschaft. Die steigende Armutsgefährdung insbesondere für Frauen wird dazu führen, Hilfeleistungen zu finden, die bezahlbar sind. Die Erkenntnis der Vereinsgründer, dass immer mehr Menschen im Alter nachbarschaftliche Hilfen benötigen, wie der Verein sie anbietet, hat sich über die 20 Jahre bestätigt. Auch mit ihren Veranstaltungen wird die SNH die altersangepasste Lebensweise der älteren Bürgerinnen und Bürger im Auge behalten. Wir werden auch weiterhin den Wunsch vieler älterer Menschen unterstützen, einen möglichst langen Verbleib in den eigenen vier Wänden zu erreichen.

Gesundheit und eine schöne Sommerzeit wünscht Ihnen


Volkhard Kiesel





Liebe Mitglieder der SNH,
sehr geehrte Damen und Herren,

unsere Gesellschaft übernimmt Verantwortung für Menschen, die in besonderer Weise auf die Solidarität der Gemeinschaft angewiesen sind. Dieses Verantwortungsbewusstsein setzt Kräfte, Ideen und Engagement frei. Ideen, wie für die SeniorenNachbarschafts-Hilfe, die 1997 unter der Schirmherrschaft des Seniorenbeirats der Stadt Hofheim und mit der Unterstützung der städtischen Beratungsstelle „Älter werden“ als Verein gegründet wurde.

Auch wenn dies als eine Reaktion auf die demographische Entwicklung unserer Stadtgesellschaft geschah, versteht sich die SNH bis heute als Zusammenschluss von Personen aller Generationen, die gegenseitig praktische Hilfe geben und Hilfe annehmen. Die vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer sind mehr als nur Unterstützer in besonderen Lebenslagen. Sie stehen für die gelebte Mitmenschlichkeit und Solidarität unserer Gesellschaft. Es geht bei den Hilfeleistungen um weit mehr als um die Unterstützung beim Einkauf oder beim Arztbesuch oder bei der Schülernachhilfe. Hier wird mit Menschen eine Lücke geschlossen, die

unser modernes Leben auch in unsere Stadt gerissen hat. Oft über dem Globus verteilt, gibt es immer weniger Angehörige, die sich kümmern können.

Mit der Übernahme der Angebote des städtischen Seniorenzentrums, insbesondere von „Essen auf Rädern“ im Jahr 2004, wurden hier die Hilfestellungen nicht nur erweitert und so das Leben in den eigenen vier Wänden ermöglicht, sondern auch buchstäblich in viele Wohnungen gebracht.

Darüber hinaus bietet die SNH mit einem vielseitigen Veranstaltungs-, Ausflugs- und Reiseprogramm die Möglichkeit für Abwechslung, Gesellschaft und Teilhabe. Mit der SNH, der Seniorenberatungsstelle und dem Hospizverein Horizonte haben wir ein Netzwerk gegründet, was auch in Deutschland beispielgebend war – und als „best practice Beispiel“ 2007 ausgezeichnet wurde. Dieses Netzwerk ist gemeinsam mit den Aufgaben und Herausforderungen gewachsen. Im Mittelpunkt steht immer der Mensch. Dieses Netzwerk organisiert Solidarität und ist ein menschliches Zeichen der Verbundenheit zwischen den Generationen Hofheims geworden. Es ehrt eine Gemeinschaft, wenn ein solcher Geist in ihr lebendig ist. Hofheim hat dieses große Glück! Dafür möchte ich den Initiatoren der heutigen SeniorenNachbarschaftsHilfe e. V., dem Vorstand, allen Mitgliedern und Unterstützern von ganzem Herzen danken. Ich wünsche der SNH für die Zukunft weiterhin viel Erfolg und Energie und werde auch zukünftig alles Mögliche tun, um ihre verantwortungsvolle Arbeit weiter zu unterstützen.

Gisela Stang Bürgermeisterin

Blick zurück – 1997: Gründung und erste Jahre

Die Idee zur Vereinsgründung entstand **1996**. Eigentlich gewann Axel Ansorg, unser 1. Vorsitzender des Vereins, schon früher im beruflichen Umfeld einer Krankenkasse die Erkenntnis, dass Menschen im höheren Alter Hilfe benötigen. Er fand im Kreis der Senioren-Union Gleichgesinnte, mit denen er Hilfen für Menschen organisieren wollte, die durch alters- oder krankheitsbedingte Einschränkungen die alltäglichen Dinge des Lebens nicht mehr eigenständig erledigen können.

Damit es nicht nur bei der Idee einer Seniorenhilfe blieb, mussten sie nach einer Plattform zur Verwirklichung suchen. Bis zur Gründung des Vereins übernahm der Seniorenbeirat der Stadt Hofheim die Schirmherrschaft. Es sollte ein Verein gegründet werden, der Neutralität in jeglicher Richtung wahren sollte, um erfolgreich zu werden. Eine Informationsveranstaltung Anfang 1997 über bestehende Seniorengenossenschaften im Landkreis Offenbach brachte mehrere interessierte Bürger zusammen, die in zahlreichen Treffen überlegten, wie die Idee umgesetzt werden könnte. Bestehende Vorbilder wurden besucht, um deren Aufgaben und Organisation kennenzulernen. Schließlich wurden die Vereinsziele formuliert und eine Satzung entworfen. Viele weitere



Axel Ansorg

Details, wie z. B. die Höhe des Mitgliedsbeitrags, die Organisation der Hilfevermittlung, die Handhabung der Guthabenzeitpunkte, wurden formuliert. Auch die Organisation des Arbeitsablaufs für die Hilfevermittlung wurde festgelegt. Nach sechs Monaten war es geschafft. Die zentralen Dokumente für eine Gründerversammlung lagen vor.

Die bisherigen zwölf Sitzungsteilnehmer luden hierzu für den **11. Juli 1997** ein. Ein Vorstand wurde gewählt und die Satzung einschließlich der erarbeiteten Grundlagen verabschiedet. Der Verein „Seniorenhilfe Hofheim e. V.“ war gegründet. Ihr 1. Vorsitzender wurde Axel Ansorg. Die Arbeit des Vorstands konnte beginnen. ➤





Viele halfen: Der Magistrat der Kreisstadt Hofheim billigte, dass der Verein die zwei städtischen Räume des Seniorenbeirats in der Hattersheimer Straße 5 mitbenutzen durfte. Gebrauchte Möbel und einen neuen Computer mit einem Vereinsprogramm erhielt der Verein als Spende von der Volksbank Main-Taunus.

Um die erforderlichen ehrenamtlichen Mitglieder zu erreichen, begann eine intensive örtliche und regionale Öffentlichkeits- und Pressearbeit. Ein Faltblatt wurde erstellt, das über die Vereinsziele und mögliche Hilfeleistungen für die älteren Mitbürger informierte. Eine Beitrittserklärung ist – auch heute noch – jedem Faltblatt beigelegt. Dazu gab es vom ersten Jahr an eine Mitgliederzeitung, die über Veranstaltungen und Aufgaben des Vereins informierte.

Der Verein stellte sich im Oktober 1997 der Hofheimer Öffentlichkeit vor. Das Interesse war groß: ca. 120 Teilnehmer kamen in den Saal (damals im Dachgeschoss) des historischen Kellereigebäudes. Die ersten Mitglieder traten dem Verein spontan bei. In der darauffolgenden Woche standen bereits die ersten ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer parat. Ende 1997 zählte der Verein bereits 160 Mitglieder.

Das Büro der Hilfevermittlung begann Anfang **Januar 1998** seine Arbeit. Zunächst wurde der organisatorische Ablauf mit seinen

zahlreichen Vordrucken festgelegt. Bis zur ersten Hilfevermittlung vergingen einige Tage: Die Begleitung einer Seniorin zum Frankfurter Hauptbahnhof und Hilfe beim Einsteigen in den Zug. Dann trafen die Hilfeanfragen immer häufiger ein. Bis zum Ende des ersten Jahres konnten 340 Hilfeleistungen vermittelt werden. Die Mitgliederzahl war auf 305 gestiegen. Der Start der „Seniorenhilfe“ in Hofheim war erfolgreich geglückt.

Die Öffentlichkeitsarbeit wurde als besonders wichtig erkannt. Mit Artikeln in den regionalen Zeitungen informierte der Verein über die Hilfeangebote. Ein Fernsehauftritt im ZDF-Länderspiegel Studio Mainz machte **1999** die Seniorenarbeit des Vereins auch über die Grenzen Hofheims bekannt. Zum Jahrtausendwechsel brachte der erste Neujahrsempfang im Seniorenzentrum Mitglieder und interessierte Bürger zusammen. Der Eintrag auf der Homepage der Hessischen Landesregierung zur Ehrenamtsförderung war ein weiterer Schritt, den Bekanntheitsgrad zu fördern.

Besondere Aufmerksamkeit erfuhr **2001** die Eröffnung des Internet-Cafés in der Hattersheimer Straße mit vier Computerplätzen. Mit der „Stiftung Lesen“ wurden Vorlesepaten für Kindergärten gefunden, ein erstes gene-

rationenübergreifendes Projekt. Der erste selbstorganisierte Tagesausflug führte mit dem Bus nach Büdingen. Das 500. Mitglied wurde begrüßt und 572 Hilfeleistungen Ende 2001 gezählt.



2003 gelang der Sprung ins Internet mit www.hofheimersenioren.de, ein seitdem erfolgreicher repräsentativer Auftritt. Mit dem SNH-organisierten Theaterabonnement im Staatstheater Mainz begann unser kulturelles Angebot. Großen Anklang findet auch der seit diesem Jahr organisierte Flohmarkt beim Sommerfest. Im Dezember waren wir mit einer eigenen Hütte auf dem Hofheimer Adventsmarkt vertreten und sind seitdem mit dem von Mitgliedern gespendeten Adventsgebäck nicht mehr wegzudenken. 595 Mitglieder und 706 Hilfeleistungen zeigten den Erfolg des Vereins.

RR / VK



Aus dem Vereinsleben

Blick zurück – 2004: SNH mit Seniorenzentrum

Nach intensiven Beratungen mit der Stadt Hofheim im Jahr 2003 übernahm der Verein mit dem erweiterten Namen „SeniorenNachbarschaftshilfe e. V.“ (SNH) zum **01.01.2004** die Verwaltung des städtischen Seniorenzentrums in eigener Verantwortung.

Die Stadt Hofheim übertrug damit – auf der Basis einer vertraglichen Vereinbarung – ihre umfangreichen Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren auf die SNH. Hierzu gehörten der Besuchs- und Menülieferdienst „Essen auf Rädern“ mit 25 ehrenamtlichen Essenausfahrerinnen und Essenausfahrern, die Organisation von Tages- und Wochenreisen sowie die Organisation der Veranstaltungen und Angebote für Freizeit, Bildung, Kultur und Sport.



Diese neue Herausforderung konnte nur angenommen werden, da mit der Übernahme der umfangreichen und vielfältigen Seniorenarbeit auch der seit vielen Jahren bei der Stadt Hofheim mit dieser Aufgabe betraute und sehr engagierte städtische Mitarbeiter Michael Breitenbach als hauptamtlicher Mitarbeiter zum Verein wechselte.

Aus dem Vereinsleben



Die Hofheimer Zeitung informierte die Öffentlichkeit mit einer Sonderseite „Die Seniorenhilfe stellt sich vor“ über das vielfältige Angebot des Vereins für die älteren Bürger/-innen Hofheims. Mit dem „Veranstaltungskalender 2004“ präsentierte die SNH ihr aktuelles Programm mit den Tagesfahrten und Wochenreisen, u. a. mit der Senioren-Bildungsreise nach Berlin.

Ein einheitlicher Auftritt der SNH nach außen erfolgte mit der grafischen Neugestaltung von Faltblatt, Briefkopf, Mitgliederzeitung und Veranstaltungskarten.

2006 verlegte der Dachverband der Hessischen Senioren-Nachbarschaftshilfen, ARBES Hessen e. V., seine Geschäftsstelle nach Hofheim, mit der SNH-Adresse Hattersheimer Str. 5 und der Wahl von Altbürgermeister Rolf Felix zum Vorstandsvorsitzenden.

Bei einer Fachtagung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und des Instituts für Sozialarbeit und Sozialpädagogik in Berlin wurde die SNH und die Kommune Hofheim Anfang **2007** als eines von 15 bundesweiten positiven Beispielen vorgestellt und vorbildlich bewertet.

Im Jahr darauf erhielt die SNH die Auszeichnung als beispielhafte Initiative für ganz Hessen durch die Hessische Landesregierung im Rahmen der Ehrenamtskampagne „Gemeinsam Aktiv – Bürgerengagement in Hessen“.



Das 1000. Mitglied wurde begrüßt.

Zum Jahresbeginn **2009** fand ein großartiges Benefizkonzert der „Hot Seniors“ und des „Pasadena Saloon Orchestra“ zu Gunsten der SNH in der Stadthalle Hofheim statt.

Die Ausbildung zum ehrenamtlichen Seniorenbegleiter wurde ein erfolgreiches neues Projekt der SNH in Zusammenarbeit mit der Stadt Hofheim und dem Caritas-Verband Main-Taunus.

Das Projekt „Schülercoach“ – Begleiter für Kinder und Jugendliche – wurde **2010** ins Leben gerufen. Es begann mit Schülern der Rosenberg-Schule und wurde sehr erfolgreich.

Nach dreijähriger Umbau- und Sanierungsphase wurde das historische Kellereigebäude im Herbst **2010** eröffnet und an den Vereinsring und die SNH zur kostenlosen Nutzung



übergeben. Im Dezember zog die Seniorennachbarschaftshilfe mit dem städtischen Seniorenzentrum ins Kellereigebäude um. ➤

Das SNH-Sommerfest mit Flohmarkt fand **2011** erstmals vor dem Kellereigebäude statt, das bei sommerlichem Wetter ca. 400 Besucher sah.

Unser Vorstandsvorsitzender Axel Ansgorg trat wegen seiner schweren Erkrankung von seinem Amt zurück und wurde von der Mitgliederversammlung im Mai **2012** in Anerkennung seiner außergewöhnlichen Leistungen für seine 15-jährige Vereinstätigkeit zum „Ehrenvorsitzenden“ ernannt. Volkhard Kiesel wurde zum neuen Vorstandsvorsitzenden gewählt.

Am 20. Juni **2012** verstarb Axel Ansgorg. In großer Trauer nahmen wir Abschied.

Am Jahresende **2012** zählte die SNH 1.232 Mitglieder. Die vermittelten Hilfeleistungen waren auf beachtliche 793 Einsätze in diesem Jahr angestiegen.

Der Café-Treff im Bürgerhaus Marxheim eröffnete **2013** einen weiteren SNH-Treffpunkt für ältere Menschen zu Gesprächen bei Kaffee, Tee und selbstgebackenen Kuchen und fand großen Zuspruch bei den monatlichen Zusammenkünften.

Ebenfalls in Marxheim startete in Zusammenarbeit mit der „Familie Marxheim“, einem Stadtteilprojekt der Caritas Main-Taunus e. V., das SNH-Projekt „Einkaufsfahrten in Marxheim“ für ältere Bürger mit einem kostenlos bereitgestellten Kleinbus des Lions Club



Hofheim. Den gleichen Einkaufsservice organisierte die SNH in Eigenregie mit der „Familie Lorsbach“ ab **Ende 2015** für ältere Menschen in Lorsbach mit einer wöchentlichen Buseinkaufsfahrt in das Chinon-Center im Zentrum der Stadt, als keine Einkaufsmöglichkeiten mehr im Ortsteil bestanden. Im April 2017 schloss sich auch der Ortsteil Langenhain den SNH-Einkaufsfahrten an.

Alle Einkaufsfahrten können seit **Februar 2017** jetzt mit einem eigenen SNH-Fahrzeug, aufgrund einer großzügigen Spende eines Hofheimer Ehepaares, durchgeführt werden. Mit der ehrenamtlichen Unterstützung durch eine große Zahl unserer Mitglieder aller Altersgruppen konnten die Angebote für die Seniorinnen und Senioren in Hofheim in den 20 Jahren seit der Gründung der SNH sowohl von der Anzahl und der Vielfalt als auch in qualitativer Sicht mit Blick auf die Bedürfnisse der älteren Menschen gesteigert und weiterentwickelt werden.

Ein großer Dank an alle, die zu diesem Erfolg beigetragen haben! VK

Neuer Bus für die SeniorenNachbarschaftshilfe – Vor allem Einkaufsfahrten sind im Angebot –

Die SeniorenNachbarschaftshilfe e. V. ist seit Kurzem mit einem eigenen Bus unterwegs. Das Fahrzeug kommt vor allem bei Einkaufsfahrten in Marxheim, Lorsbach und (seit dem 11. April) auch in Langenhain zum Einsatz. Der Bus, ein Opel Movano BI Turbo mit neun Sitzen, bietet Platz für Trolleys, Einkaufstaschen und Körbe. Mit ihm gewährleistet der Verein Kontinuität in seinem Angebot.

Bisher wurden elf Fahrer eingewiesen, die sich an der Durchführung der Einkaufsfahrten beteiligen. Der am SNH-Logo gut erkennbare Bus kann auch für andere Vereinszwecke eingesetzt werden.

Dem Spenderehepaar, das anonym bleiben möchte, liegen jedoch die Einkaufsfahrten besonders am Herzen.

SERVICE:

Wer das Angebot der Einkaufsfahrt nutzen möchte, meldet sich

- in Marxheim unter:
01 76 - 54 31 34 11
(„Familie Marxheim“ – Anrufbeantworter!),
- in Lorsbach unter:
0 61 92 - 2 12 13 (Jörg Treske) und
- in Langenhain unter:
0 61 92 - 2 74 48 (Armin Jakob).

RR



Adventliche Anrufe – 30 für 350 –

Es war bereits im Jahre 1998, als Renate Frieser die adventliche Anrufaktion der SNH ins Leben rief. Getragen von dem Gedanken, dass in einem Verein nicht alle Mitglieder gleich aktiv sind bzw. sein können, setzte sie ihre Idee in die Tat um. Ziel war es, Mitgliedern ab etwa 80 Jahren Hilfe anzubieten, nach dem Befinden zu fragen oder einfach ein persönliches Gespräch zu führen. Ganz im Sinne der SeniorenNachbarschaftshilfe: Generationen geben und nehmen gegenseitig praktische Hilfe an, z. B. die Begleitung zum Arzt, die Unterstützung beim Einkauf oder ein gemeinsamer Spaziergang.

Im Jahr 1999 kam Marianne Hasel zu dem Team, sie pflegte und baute das „System“ weiter aus. Seit 2014 wird sie von Manfred Kilian tatkräftig unterstützt, der durch seine PC-Kenntnisse sicherlich bereits die eine oder andere organisatorische Erleichterung geben konnte. Heute sind ca. 30 Personen im „Anrufteam“ aktiv, die in den vier Adventswochen 2016 rund 350 Personen kontaktierten. Rein rechnerisch ergibt sich ein Wert von 11,6 Anrufen pro Teammitglied.

Fragebogen zu Ausflügen und Reisen mit der SNH

Liebe Leserinnen und Leser,

dieser Zeitungsausgabe liegt ein Fragebogen bei, der auch im Büro verfügbar ist. Wir bitten Sie um Teilnahme an dieser Aktion, damit wir unser Angebot besser auf Ihre Bedürfnisse abstimmen können.

Als Dankeschön fürs Mitmachen verlosen wir unter den Teilnehmer/-innen zwei Tagesfahrten aus dem Veranstaltungskalender 2018. Alles Weitere entnehmen Sie bitte dem Fragebogen. Vielen Dank!

Norbert Forner / MB



Dies ist aber nur eine Zahl. Im Vorfeld muss abgeklärt werden, wer ruft wen an und jeder Gesprächsteilnehmer ist nicht immer gleich präsent. Die Teammitglieder bekommen eine übersichtliche Unterlage mit den wichtigsten Daten für ihre Anrufe und es ist genügend Platz für Notizen. Denn es geht auch darum zu erfahren, wo die Bedürfnisse liegen und wie der Verein unterstützen kann, ob z. B. ein neues Angebot erarbeitet werden sollte.

Die Resonanz kann nur mit dem Wort „positiv“ beschrieben werden und zwar für die Angerufenen als auch für die Anrufer. Gerade in unseren digitalen Zeiten sind persönliche Kontakte sowie Gespräche wichtig. Und sei es nur, dass der Angerufene sagen kann: „Mir geht es gut, danke, dass Sie nachfragen“.

CP

30 Jahre Seniorensingkreis



Es ist schon eine fröhliche Runde, die man jeden Donnerstag um 14:30 Uhr im Raum Nassau im Kellereigebäude/Seniorenzentrum antrifft.

Angefangen hat alles 1978, als Senioren einen Singkreis gründeten, der mit einigen Pausen dazwischen, im Jahre 1987 wieder aktiviert und von Ursula Brehm übernommen wurde. Sie leitet seit dieser Zeit die Singgruppe mit vollem Engagement. Eigentlich wollte sie 1987 wegen eines personellen Ausfalls nur für sechs Wochen als „Schwangerschaftsvertretung“ aushelfen. Nun werden es 30 Jahre und zudem wurde ihr Einsatz eine echte Erfolgsstory.

Die Teilnehmer, derzeit sind es 22 Personen, treffen sich zum gemeinsamen Singen einfach um des Singens willen, mit der Stimme,

wie man sie von der Natur mitbekommen hat. Es zeigt sich immer wieder, dass jeder singen kann und man Freude daran hat.

Ursula Brehm betont ausdrücklich, dass sie kein Chor sind mit schwierigen Chorproben, in denen mehrstimmige Sätze eingeübt werden. Vielmehr haben sie sich das Motto „Singen und Gesellschaft“ zum Ziel gesetzt. Dass dies bestens gelungen ist, entnimmt man den Erzählungen der Teilnehmer. Immer wird bejaht, wie sehr sich alle auf den wöchentlichen Termin freuen. Auch wenn die eine oder der andere hin und wieder gerade einmal nicht „so gut drauf“ ist, zeigt sich, dass die Teilnahme ein echter Seelentröster und Muntermacher ist. Die Gemeinschaft und das Singen bewirken diese positive Einstellung. Wenn Frau Brehm mit dem Akkordeon den Ton anschlägt und das gemeinsame

Musizieren beginnt, sind Herz und Stimme in Hochform.

Die muntere Seniorenrunde, die sich aus Damen und „leider“ nur wenigen Herren zusammensetzt, umfasst eine „Breitband“-Altersgruppe. Die Freude am Gesang und Musizieren kennt – wie auch bei Frau Hildgard Heiß, geboren 1919 – keine Altersgrenzen. Fast von der ersten Stunde an dabei ist Heinrich Schäfer, 85 Jahre jung, und erfreut viele mit solistischen Auftritten.

Das Repertoire umfasst die beliebtesten Volkslieder, aber auch Schlager-Evergreens sowie weniger bekannte und neue Melodien. Frau Brehm erzählt über Hintergrund und Entstehung von Melodie und Text mancher Werke, und trägt damit zum besseren Verständnis weniger bekannter Melodien bei, die dann eingeübt werden. Vier von Frau Brehm selbst zusammengestellten Volksliederbüchern mit circa 200 Liedern ist den Teilnehmern eine gute Grundlage zum Einüben.

Aber nicht nur in den Räumen des Seniorenzentrums Hofheim wird gesungen, die Sangestruppe erfreut auch andere Zuhörer. So finden immer wieder Auftritte in Altersheimen, Seniorenzentren und anderen Einrichtungen statt, was sowohl den Sängern als auch den Zuhörern viel Freude macht. Auch in diesem Jahr wird der Singkreis mit tatkräftiger Unterstützung durch Herrn Adolf



Aus dem Vereinsleben



Faller beim Jubiläumssommerfest der SNH am 15. Juli zum wiederholten Male auftreten. Auch außerhalb der wöchentlichen Treffen haben sich unter den Teilnehmern persönliche Kontakte gebildet, die zum Beispiel im Krankheitsfall oder bei anderen Gegebenheiten sehr geschätzt sind.

30 Jahre Singkreis, ein Jubiläum ganz besonderer Art! Der Singkreis ist fester Bestandteil des Veranstaltungskalenders der Senioren-Nachbarschaftshilfe geworden und freut sich immer wieder über Neuzugänge von Mitwirkenden.

Wenn Sie Interesse zur Teilnahme am Gesang haben, kontaktieren Sie die SNH unter der Telefonnummer: 06192-966561.

MB / UW

„SNH-Hymne“ zum 20-jährigen Jubiläum – Melodie des Liedes: Hoch auf dem gelben Wagen –

Unser SNH-Sommerfest steht im Rahmen unseres 20-jährigen Vereinsjubiläums. Folgendes Lied, nach der Ihnen sicherlich bekannten Melodie, hat unser aktives Vereinsmitglied Dieter Kugelmann umgedichtet zur „SNH-Hymne“. Begleitet von Frau Brehm mit ihrem Akkordeon wollen wir dieses Lied gemeinsam mit allen Sommerfestgästen singen. Viel Spaß beim eventuellen Vorabüben!

Hoch auf dem gelben Wagen
sitz ich beim Schwager vorn.
Vorwärts die Rosse, sie traben,
lustig schmettert das Horn.
Berge, Wiesen und Auen,
leuchtendes Ährgold.
/: Ich möchte so gerne noch schauen,
aber der Wagen, der rollt. :/

Heut' wird sie zwanzig Jahre,
das Geburtstagskind SNH.
Toll, dass wir dich hier haben,
du bist ja wunderbar.
Du hilfst Männern und Frauen,
bist für sie teurer als Gold.
/: Froh in die Zukunft wir schauen,
die S-N-H Hilfe rollt. :/

Zwei Jahrzehnte ist's nun her,
Hilfe stellt man sich so vor.
Ohne dich geht hier gar nichts mehr,
hast für alle ein off nes Ohr.
Hilfst viel in misslichen Lagen
mit Herzblut und Verstand.
/: Erleichterst Menschen die Tage,
reichst hilfreich vielen die Hand. :/

Wir wünschen Glück und Segen
unserm Geburtstagskind.
Heut' schöne Stunden all denen,
die hier her gekommen sind.
Leute, dient der guten Sache,
werdet Mitglied im Verein!
/: Damit er noch viel Freude mache,
mit Hilfe für Groß und Klein. :/



Umgedichteter Text von Dieter Kugelmann / UW

Rückblick auf den Adventsmarkt am 3. und 4. Dezember 2016 – Gespräch des Redaktionsteams mit Harald Teufl –

Herr Teufl, Sie organisieren den Stand der SNH am Hofheimer Adventsmarkt bereits zum 4. Mal. Lassen Sie doch die Leserinnen und Leser an der Vorbereitung und Durchführung teilnehmen.



Besucher und Alfred Anlauf

Um die Spenden der Mitglieder der SNH erfolgreich am Adventsmarkt verkaufen zu können, bedarf es vieler fleißiger Hände. Im Durchschnitt sind ca. 35 Helfer/-innen daran beteiligt. Bereits im Frühjahr beginne ich mit den Vorbereitungen. Die Anmeldung für den Stand muss bei der Stadt Hofheim eingereicht werden. Im Spätsommer kommen die Gedanken auf, was können wir an dem eigenen Stand und am Ablauf optimieren? Wo können wir noch Kosten einsparen? Die Ideen müssen dann bis Ende Oktober umgesetzt sein.

Ab Ende Oktober beginnt dann die eigentliche Vorbereitung. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für den Auf- und Abbau des Standes, für das Verpacken der Plätzchen sowie für den Standdienst am Samstag und Sonntag müssen gefunden werden. Natürlich spreche ich zuerst die Helfer/-innen des letzten Adventsmarktes an. Aber wie es im Leben so ist, nichts ist beständig. Neue

Helfer/-innen müssen gefunden werden, viele Telefonate sind dazu notwendig. Man muss bei der Planung auch berücksichtigen, dass bis zum Adventsmarkt einige Helfer/-innen wegen Krankheit ausfallen können.

Wie werden die Spender für die Verkaufsartikel angesprochen?

In die Herbstausgabe der SNH-Mitgliederzeitung wird ein Aufruf zur Mitarbeit und Spende von Plätzchen, Strick- und Häkelwaren und sonstigen Artikeln platziert. Außerdem rufen die Damen unseres Büroteams viele Mitglieder persönlich an, um für Spenden zu bitten. Eine große Anzahl von Mitgliedern der SNH spenden seit Jahren von sich aus, weil sie Spaß am Backen, Stricken, Häkeln, Basteln etc. haben und gerne für die SNH tätig sind.

Wo können Spenden für den Adventsmarkt abgegeben werden?

Im Büro der SNH im Kellereigebäude. Unser Büroteam nimmt die Spenden zu den bekannten Bürozeiten entgegen. Sollte jemand die Spende nicht persönlich abgeben können, holen wir diese auch gerne ab.

Welche Verkaufsartikel fragen die Besucher des Adventsmarktes besonders nach?

Der Renner sind jedes Jahr die selbstgebackenen Plätzchen und Bethmännchen. Oft hören wir: „Ich nehme gleich mehrere verschiedene Plätzchen, da kann ich mir das Backen zu Hause sparen.“ Leider nimmt die Menge der gebackenen Plätzchen von Jahr zu Jahr ab. Ich vermute, dass es einigen der bisher eifrigen Plätzchenbäcker/-innen wohl aus Altersgründen nicht mehr möglich ist

und der „Nachwuchs“ fehlt. Vielleicht oder besser gesagt hoffentlich finden sich neue Plätzchenbäcker/-innen für den Adventsmarkt in diesem Jahr.

Auch die selbstgestrickten Socken, Schals und Mützen sind sehr begehrt. Viele Besucherinnen fragen ganz gezielt nach Socken für ihren Mann, aber auch für sich. Die Größen 38 bis 45 sind die gefragtesten. Nicht zu vergessen sind die sehr geschmackvollen selbstgekochten Marmeladen. Auch hierfür gibt es reichlich Nachfragen. Besonders erwähnen möchte ich unser ältestes Mitglied, Frau Jughenn. Was wäre unser Stand ohne ihre Spenden. Sie überreicht uns jedes Jahr selbstgestrickte Socken, Schals und Mützen, Babysocken, gestickte Schleifen und in Zusammenarbeit mit Ulrich Kress die schönen und immer gern gekauften Wichtelmännchen.

Die abgegebenen Spenden müssen sicher-lich noch für den Verkauf „aufbereitet“ werden. Wie geschieht das?



Herta Cassala, Irmgard Schwenke, Anneliese Fuhr

Gemeinsam mit 3 Helferinnen, in den letzten beiden Jahren waren dies Frau Cassala, Frau Fuhr und Frau Schwenke, wiegen und verpacken wir die Plätzchen in Zellophantüten zu je 100 Gramm. Da kommen schon mal an die 200 Tüten zusammen. Die Tüten werden schließlich mit bunten Bändchen zugebunden und mit SNH-Aufklebern versehen.

Sollten bei einigen Socken noch die Größenangabe fehlen, so bringe ich die entsprechenden Schildchen an. Viele Marmeladengläser werden bereits weihnachtlich verpackt und beschriftet bei der SNH abgegeben, so dass nur noch wenige Gläser für den Verkauf geschmückt werden müssen.

Nun zum Verkaufsstand. Ist der angemietet oder im Besitz der SNH?



Dieter Trost, Nico Kletti, Michael Schirdewan, Konrad Schneider



Ulrich Kress, Nico Kletti

Seit 2000 besitzt die SNH einen eigenen Verkaufsstand, unsere „Hütte“. Das hat den Nachteil, dass wir den Stand in Eigenregie auf- und abbauen und die Einzelteile zwischenzeitlich lagern müssen. Hat aber auch viele Vorteile, einmal was die Kosten betrifft, aber auch die Größe und Ausstattung. Für den Auf- und Abbau der „Hütte“ steht mir



Besucher und Ellen Anlauf

ein inzwischen gut eingespieltes Team von 4 bis 6 starken Männern (meist die Herren Bender, Daniel, Kress, Schirdewan, Schneider, Thoma, Trost) zur Verfügung, so dass die Arbeiten am Freitag vor und am Montag nach dem Adventsmarkt sehr zügig und ohne große Probleme ablaufen. Im letzten Jahr hatte sich ein neues junges Mitglied, Herr Kletti, bereit erklärt, kräftig mit anzupacken. „Nachwuchs“ ist auch bei diesen Aufgaben wichtig.

Die Spenden müssen auch verkauft werden...



Ellen Anlauf, Sieglinde Weiß, Dieter Trost

Das ist der Kern und Sinn der ganzen Aktion. Nachdem am Freitag die „Hütte“ aufgebaut wurde, fahren wir am Samstagvormittag die Verkaufswaren vom Kellereigebäude zur „Hütte“. Anschließend dekorieren Frau Weiß und ich die „Hütte“, legen die Waren und Preisschilder aus. Ab ca. 11:00 Uhr kommen schon die ersten Besucher, um sich über das



Dieter Trost bei der Getränkeausgabe

Angebot zu informieren oder um bereits einzukaufen. Der frühe Vogel... Unser Einsatzplan sieht vor, dass am Samstag und Sonntag jeweils von 12:00 Uhr bis 20:00 Uhr im 2-Stunden-Takt je 2 bis 3 „Verkäufer/-innen“ die Waren anbieten und verkaufen, aber auch die Fragen zur SNH beantworten. Das sind ca. 20 bis 24 Helfer/-innen am Wochenende. Die Helfer/-innen haben viel Freude beim Verkauf der Waren, verbunden mit vielen interessanten Gesprächen mit den Besuchern und bieten meist nach getaner Arbeit an, im nächsten Jahr wieder mitzumachen. Ergänzend zu dem vielfältigen Angebot der Spenden bieten wir auch Mineralwasser, Kinderpunsch (warmer Apfelsaft mit Gewürzen verfeinert) und heißen gewürzten Apfelwein an. Herr Trost und ich wechseln uns hier bei der Herstellung der heißen Getränke und deren Verkauf ab. Ebenso bei der Logistik, kontinuierlich für saubere Gläser zu sorgen. Am Sonntag ab 20:00 Uhr beginnen wir mit dem Abtransport der übriggebliebenen Waren und dem Abbau der Dekoration, so dass für den Abbau der „Hütte“ am Montag alles vorbereitet ist.

Der Standort hat sich geändert. Wie zufrieden sind Sie mit dem neuen Standort am Adventsmarkt?

Viele Jahre verkauften wir unsere Spenden an der Katholischen Kirche in der oberen



Martina Ditthardt und unsere Superspenderin Frau Jughenn



Gudrun Giebels, Rosemarie Lang, Martina Ditthardt



Sieglinde Weiß, Gabriele Mündemann, Christa Hanf



Enesa Zöller, Christa Keding, Harald Teufl

Hauptstraße. Im Jahr 2015 bekamen wir den neuen Standort auf dem Parkplatz „Am Untertor“, direkt gegenüber der Bühne für Veranstaltungen zugewiesen. Es dauerte einige Zeit, bis uns die Mitglieder und die Stammkundschaft gefunden hatten. Besucher und Kunden können jetzt von der Hütte aus den Aufführungen der Chöre und Musikgruppen lauschen und nebenbei unsere angebotenen Waren ausgiebig ansehen und kaufen oder auch ein Glas heißen gewürzten Apfelwein trinken. Wir sind mit dem neuen Standort sehr zufrieden, sind wir doch jetzt mittendrin im Trubel.

Wann findet der nächste Adventsmarkt statt?

Wir sind schon in der Vorbereitung des nächsten Adventsmarkts, der in diesem Jahr von Samstag, 09. Dezember bis Sonntag, 10. Dezember 2017 stattfindet. Unsere Mitglieder und Besucher finden uns wieder gegenüber der Bühne am Parkplatz „Am Untertor“. Wir freuen uns auf regen Besuch, viele interessante Gespräche und guten Umsatz. Bei dieser Gelegenheit darf ich mich bei allen Spender/-innen und Helfer/-innen des letzten Adventsmarktes recht herzlich für ihren Einsatz bedanken. Mein Dank gilt auch den Vorstandsmitgliedern, die ebenfalls fleißig mithalfen.

Interview mit Christine Scheerer: ausgebildete Gedächtnistrainerin

Seit 5 Jahren bietet Frau Christine Scheerer die Kurse „Gedächtnistraining“ und „Gehirnspaziergang/Brainwalking“ für die SeniorenNachbarschaftsHilfe e. V. an. Die SNH-Redaktion sprach mit der MAT*-Trainerin und konnte dabei Näheres über die angebotenen Kurse und die Person Christine Scheerer erfahren.

Frau Scheerer, wie sind Sie eigentlich Gedächtnistrainerin geworden?

Durch einen Artikel Anfang der 90er Jahre bin ich auf das Gedächtnistraining aufmerksam geworden. Skeptisch, aber doch sehr neugierig, habe ich das Übungsmaterial bestellt und bearbeitet. Wie versprochen, konnte ich erstaunt Verbesserungen durch geringes aber regelmäßiges Training feststellen. Seitdem begeistere ich mich für das Thema. Als meine Kinder in der Grundschule waren, habe ich dann erstmals aktiv im Rahmen von Elternarbeit mein Wissen an die Kinder weitergegeben und an ihrer Schule erste Kurse angeboten.

Ich bin inzwischen u. a. ausgebildete Gehirntainerin sowohl von der Gesellschaft für Gehirntaining als auch vom Bundesverband für Gedächtnistraining.

Seit wann führen Sie diese Kurse für die SNH durch?

Bereits seit Februar 2011 biete ich für die SNH Kurse in Hofheim an.

Was haben die Teilnehmenden von Ihren Kursen? Auf welche Weise profitieren sie davon?

Gehirntaining ist eine Möglichkeit, um im Alter fit zu bleiben; es ist quasi ein Fitness-training für das Gehirn. Ich gestalte die Kurse sehr abwechslungsreich, um so vielfältig wie



möglich die geistigen Fähigkeiten zu fordern und damit anzuregen. Daneben gebe ich einige Tipps, wie man im Alltag seine geistige Fitness erhalten kann.

Welche Voraussetzungen müssen die Teilnehmenden mitbringen?

Die Teilnehmer müssen neugierig und interessiert sein und sich auf das Training einlassen können. Nur so kann sich Spaß einstellen, der für ein erfolgreiches Gehirntaining elementar ist und beflügelt. Schon der Volksmund sagt: „Mit Humor geht alles besser.“

Wer kommt eigentlich zu Ihren Kursen? (Frauen, Männer, Alter?)

Die Zusammensetzung der Kurse ist ganz unterschiedlich. In der Regel sind die Kursteilnehmer/-innen schon in Rente, aber es gibt auch vereinzelt Kursteilnehmer/-innen, die noch berufstätig sind und sich präventiv mit dem Thema beschäftigen. Nach meiner Beobachtung stehen Frauen dem Thema sehr aufgeschlossen gegenüber und probieren gerne Neues aus. Daher dominieren in meinen Kursen grundsätzlich die



weiblichen Kursteilnehmer. Das Alter variiert von 53 bis 96 Jahren.

Warum sind Ihnen diese Kurse so wichtig?

Mir macht das Arbeiten mit Menschen sehr viel Spaß. Durch die Kurse habe ich die Möglichkeit, mit einer größeren Anzahl von Menschen gezieltes Training durchzuführen. Das Gehirntraining bietet eine Fülle an Möglichkeiten, sein Gehirn auf sinnvolle Art zu fordern und zu verbessern – auch noch im Alter. Die Bandbreite an Trainingsmöglichkeiten gibt mir für meine Arbeit sehr viel Flexibilität, die Kurse individuell auf meine Kursteilnehmer/-innen und ihre Bedürfnisse zugeschnitten anzubieten.

Was sind Ihre privaten Hobbies?

Ehrlich gesagt ist mein Beruf mein Hobby. Weitere Hobbies sind Lesen, Stricken, Backen und die schönen Dinge des Lebens.

Wie halten Sie sich selbst fit?

Ich schwimme und laufe regelmäßig und bin im Marxheimer Turnverein aktiv. Ich bewege mich so viel wie möglich. Zusätzlich achte ich auf eine ausgewogene Ernährung. Außerdem hält mich meine Familie mit drei Kindern immer auf Trab.

Was ist Ihre Lieblingspeise?

Ich liebe es zu essen. Auf eine Lieblingspeise kann ich mich gar nicht festlegen. Wichtig ist, dass es lecker schmeckt.

Was sind Ihre Tipps?

Bewegen Sie sich so viel wie möglich. Jede Bewegung ist für die geistige und körperliche Gesundheit förderlich. Trinken Sie ausreichend. Ernähren Sie sich ausgewogen mit frischen Produkten und am besten selbstgekocht. Seien Sie interessiert an allem und suchen Sie neue Anregungen. Daneben können Sie konkret für Ihre Hirnleistung u. a. einmal die Zeitung auf dem Kopf lesen, einzelne Wörter von rechts nach links schreiben, so viel wie möglich im Kopf rechnen oder auch in alphabetischer Reihenfolge Wörter suchen (z. B. zum Thema: Möbel, Küchenutensilien, Kleidungsstücke etc.).

SNH-Redaktion: Vielen Dank, Frau Scheerer, das waren ja noch eine Menge guter Tipps. Wir hoffen, liebe Leserin, lieber Leser, wir konnten Ihr Interesse am Gedächtnistraining wecken oder/und Sie können die eine oder andere gegebene Anregung aufgreifen und in Ihrem Alltag umsetzen!

Weitere Informationen erhalten Sie bei Christine Scheerer unter: **0151-11121356** oder per E-Mail an: chr.scheerer@gmail.com sowie im Büro bei Michael Breitenbach unter: **06192-966561**. RR

MAT* = Mentales Aktivierungstraining

„Facebook, Twitter & Co.“ – Soziale Medien: Was ist das eigentlich? –



Um die sozialen Medien scheint man heute kaum mehr drum herum zu kommen. Jeden Tag sehen wir Menschen am Smartphone und hören Begriffe wie „WhatsApp“, „Tweet“ oder „Post“. Für die junge Generation ist es selbstverständlich, dass man „online“ ist und WhatsApp, Twitter oder Instagram nutzt. Doch denjenigen, die nicht mit diesen Medien aufgewachsen sind, stellen sich schnell Fragen: „Wie funktioniert das?“ oder „Wofür brauche ich das?“

Aus diesem Grund hielt es Michael Breitenbach, hauptamtlicher Mitarbeiter der SeniorenNachbarschaftshilfe, für sinnvoll und hilfreich, für die Mitglieder des Vereins sowie alle weiteren Interessierten eine Informationsveranstaltung zu diesem spannenden Thema anzubieten. Umso praktischer war es,

dass im vorherigen Jahr eine junge Hofheimerin, Silvana Hultsch, Vereinsmitglied geworden ist und nach einer Möglichkeit suchte, sich einzubringen. Als Mitglied der „Generation Smartphone“ sind die Sozialen Medien für sie (19 Jahre) etwas Alltägliches und damit war schnell beschlossen, dass die Studentin die Informationsveranstaltung leiten wird.

Die Vermutung, dass dieses Thema viele Menschen ansprechen würde, wurde schon durch die vielen Rückfragen und Anmeldungen im Büro Breitenbach bestätigt. Spätestens zu Beginn der Veranstaltung war dann sicher, dass erstens durch Plakate, Flyer und Zeitung viele Menschen erreicht wurden und zweitens, dass mehr Stühle benötigt wurden (60 Personen)! ➤



Zum Glück waren freiwillige Helfer der SeniorenNachbarschaftshilfe vor Ort im wunderschönen Schönbornsaal des Kellereigebäudes, die extra Stuhlreihen für die vielen Besucher aufstellten. Der Raum war bald gefüllt mit gespannten, freundlichen Gesichtern, mit Notizblöcken und in der Tat auch mit einigen mitgebrachten Smartphones. Fast pünktlich konnte es losgehen.

Nach kurzer Vorstellung und Einleitung erklärte Frau Hultsch den Kurznachrichtendienst „WhatsApp“ als moderne E-Mail oder SMS, das soziale Netzwerk „Facebook“, das einem digitalen Poesiealbum ähnelt, den Mikro-Blogging-Dienst „Twitter“, der in letzter Zeit wegen des US-Präsidenten besonders gefragt ist und „Instagram“ als digitales Fotobuch. Mit Hilfe einer Power-Point-Präsentation wurde der Vortrag von Bildern begleitet.

Die Teilnehmer lernten die jeweilige Funktion der Programme kennen, deren Vorteile und Risiken, und bekamen Hintergrundinformationen zu weiteren Themen, z. B. des Datenschutzes. Fragen waren sehr willkommen und wurden jederzeit beantwortet.

Begleitend hielt Frau Hultsch jedes Mal, wenn sie Fragezeichen über den Köpfen ihrer Zuhörer entdeckte, die neuen, unbekanntenen Begriffe auf einem Plakat fest.

Die meisten kamen mit der Absicht, ein wenig über die Sozialen Medien zu lernen, vielleicht dadurch ihre Enkel besser verstehen zu können oder auch, weil sie selber vorhaben, sich zum Beispiel WhatsApp zuzulegen.

Im Endeffekt war jeder danach ein wenig schlauer als zuvor und konnte für seine persönlichen Belange etwas von dem Vortrag mitnehmen. Da im Nachhinein ein großes Interesse bestand, speziell über Facebook und WhatsApp mehr zu erfahren, ist ein vertiefender „Workshop“ im Sommer geplant. Frau Hultsch wird diesen wieder anleiten und in einer kleineren Gruppe die Teilnehmer bei der Installation und Nutzung der Funktionen dieser Medien unterstützen.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an Herrn Breitenbach, Telefon: **06192-966561**, Email: mb@snh-hofheim.de, gerne auch mit speziellen Wünschen.

Silvana Hultsch / MB



Motorisches und mentales Training in der Gruppe – SNH und Caritasverband starten „moment!“-Kursangebot –

Alltagsfähigkeiten stärken und Wohlbefinden fördern – das sind Ziele des ganzheitlichen Bewegungsprogramms „moment!“, das von der Diakonie Hessen und der Bildungsakademie beim Landessportbund entwickelt worden ist und ab 31.05.2017 einmal pro Woche im Kellereigebäude angeboten wird. „moment!“ steht für motorisches und mentales Training und vereint gymnastische Mobilitätsübungen, Kräftigungs- und Dehnelemente mit spielerischen Gedächtnisübungen. „Die Gestaltung der Kurseinheiten richtet sich nach den Fähigkeiten der Teilnehmer und orientiert sich an konkreten Alltagshandlungen“, so Daniela Füchter, Physiotherapeutin und Kursleiterin der „moment!“-Gruppe.

Mit dem ganzheitlichen Bewegungsprogramm soll vor allem ein attraktives Angebot für Menschen geschaffen werden, die bereits kognitive Einschränkungen haben und gezielt ihre Alltagsfähigkeiten stärken möchten. Die Teilnahmegebühr von 60 Euro für den Kurs von sechs Terminen kann von der Pflegeversicherung übernommen werden, sofern ein Anspruch auf Entlastungsleistung besteht (125 Euro im Monat). Neben der Übungsleiterin sind bei jedem Treffen zusätzliche Helferinnen dabei, die durch ihre ehrenamt-

moment!
motorisches + mentales Training

liche Mitarbeit im Projekt Freiräume beim Caritasverband für den Bezirk Main-Taunus e. V. auf die Begleitung von Menschen mit Demenz vorbereitet sind.

Die Reihe startete am Mittwoch, 31.05.2017, mit sechs Terminen (wöchentlich mittwochs von 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr) bei der SeniorenNachbarschaftshilfe im Schönbornsaal des Kellereigebäudes, Burgstraße 28, Hofheim. Eine Weiterführung über die ersten sechs Wochen hinaus ist direkt im Anschluss möglich.

Bei Interesse am Kurs nehmen Sie bitte Kontakt zu „Freiräume“ auf: Petra Kunz, Ellen Philipp, Tel.: **06192-2934-35/-34**, E-Mail: freiraeume@caritas-main-taunus.de. Vor Beginn des Kurses findet ein Informationsgespräch statt. Weitere Informationen außerdem im Internet unter www.caritas-main-taunus.de oder www.netzwerk-demenz-mtk.de.

Caritasverband, Fachstelle Demenz

Kräuterspaziergang der SNH am 6. Juli 2017

Bei einem leichten Spaziergang durch die Bauerlöcher Wiesen mit Rast in „Ursels Garten“ lernen wir viele Wild- und Heilkräuter kennen oder wieder entdecken, erfahren viel über den heilungsfördernden Wert der Kräuter und die Verwendung in der Küche.

Bei Kräutertee und Wissensdurst klingt der Nachmittag aus.

Wann: Donnerstag, 6. Juli 2017 – 15:00 Uhr
Treffpunkt: Königsteiner Str. / Ecke „Im Langgewann“, Stadtbushaltestelle 401
Anmeldung: Telefonisch bei Ursula Neubauer unter der Nummer: 06192 – 24146

Hinweis: 2018 ist für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen ein Kräuternachmittag im Kellereigebäude geplant. Hierüber werden wir Sie rechtzeitig über die Presse informieren. *NE*

Frühlings-Rätsel

Guten Tag Frau Kräuter-Muhme
ich suche, und deswegen bin ich hier,
eine ganz bestimmte Blume,
im Frühling ist sie eine gelbe Wiesenzier.

Die Kinder machen Kränzchen draus,
schmücken damit dann ihr langes Haar,
aus den Stängeln fließt gar Milch heraus,
macht braune Flecken, dort wo sie war.

Die Knospen sehn wie grüne Kapern aus,
schmecken gut zur Soße und zum Butterbrot.
Sie sind ein delikater Gaumenschmaus,
am besten frisch gepflückt im Morgenrot.

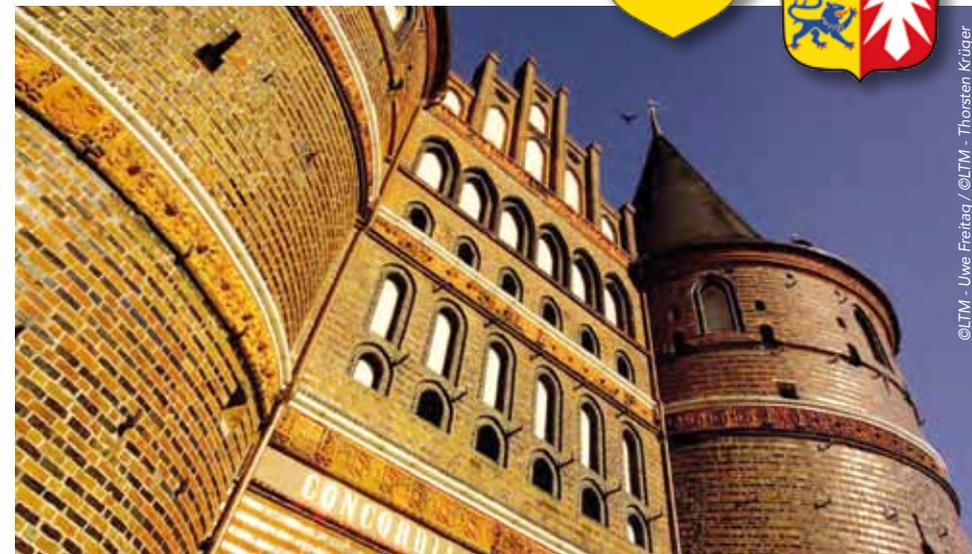
Die Blätter sollen Zähnnchen haben,
wie die von einem großen Ley,
Salat daraus, er soll die Leber laben,
dann putzt er unsre Gallengänge frei.

Im Herbst da schickt mich Mutter Wurzeln graben
als Vorrat für die lange Winterszeit,
getrocknet dann als Tee zu haben,
macht er die Herzen froh, voll Heiterkeit.

Sag Muhme, kennst du die französisch' Sprach?
Da heißt sie „Pis en lit“ – wie treffend wahr!
Treibts Wasser nachts, man wird nicht wach,
ist's auf hessisch unsre „Pissblum“ gar?

NE

SNH-Busreise in die Hansestadt Lübeck – vom 10. bis 15. September 2017 –



©LTM - Uwe Freitag / ©LTM - Thorsten Krüger

Lübeck ist immer eine Reise wert. Genau dorthin führt die Seniorenstädtereise der SeniorenNachbarschaftshilfe e. V. Hofheim.

Das Hotel:

Sie wohnen im H4Hotel Lübeck City Centre zentral in Lübeck zwischen Altstadt und Hauptbahnhof. Die wichtigsten Sehenswürdigkeiten erreichen Sie zu Fuß. Das denkmalgeschützte Gebäude des Handelshofes aus dem Jahr 1924 wurde 2009 zum Hotel umgebaut. Im Restaurant werden regionale und internationale Gerichte serviert und die Hotelbar lädt zu einem gemütlichen Abend ein. Alle 96 Zimmer sind modern und komfortabel eingerichtet und haben Dusche, WC, Fön, SAT-TV, Telefon, Klimaanlage, Safe und kostenloses WLAN.

Der Reiseverlauf:

1. Tag: Anreise Lübeck

Anreise mit dem Bus nach Lübeck. Nach der Zimmerverteilung wartet ein leckeres Abendessen.

2. Tag: Lübeck

Sie lernen Lübeck kennen! Nach dem Frühstück begeben Sie sich auf einen Altstadt-rundgang. Holstentor, Salzspeicher und der Marien-Dom werden Sie begeistern. Anschließend erleben Sie bei einer Schifffahrt rund um Lübecks Altstadtinsel die Stadt aus einer anderen Perspektive. Zum Abschluss wird es süß! Sie besuchen den Marzipan-Salon der Fa. Niederegger. Niederegger ist seit 1806 das süße Aushängeschild der Stadt Lübeck.

3. Tag: Travemünde

Mit dem Schiff fahren Sie in den Stadtteil Travemünde. Das mondäne traditionsreiche Seebad gehört seit dem 14. Jh. zu Lübeck und gilt als die „schöne Tochter“. Ein breiter, weißer Sandstrand, seine über 200-jährige Geschichte als Seebad und Deutschlands größter Ostseehafen prägen das maritime Bild des Ortes an der Mündung der Trave. Ein markantes Gebäude präsentiert sich als

Venen-Aktionswoche vom 26. – 30. Juni 2017

Anlässlich unserer Venen-Aktionswoche haben Sie die Möglichkeit mit einem schnellen und einfachen Test die Funktionsfähigkeit Ihrer Venen überprüfen zu lassen. Wir als Ihr VenenFachCenter betreuen Sie professionell



rund um die Themen Venengesundheit und Kompressionsstrümpfe. Merken Sie sich schon jetzt Ihren Termin vor und rufen Sie uns einfach an: 0 61 92 – 3 96 66
Wir freuen uns auf Sie!



Gesunde
Venen
&
schöne
Beine

**BRUNNEN
APOTHEKE**
Annegret Linck

Weilbacher Str. 5 65719 Hofheim-Diedenberg
Tel. 06192 39666 Fax 06192 36809
e-mail: kontakt@brunnenapotheke-hofheim.de
www.brunnenapotheke-hofheim.de

VENENFACHCENTER

MADE BY BELSANA



unübersehbare Wegmarke: Das über 125 Meter hohe Maritim-Hochhaus weist als höchstes Leuchtfeuer Europas den Schifflern den Weg nach Travemünde. Weiter geht es mit dem Bus entlang der Ostseeküste u. a. an den Timmendorfer Strand.

4. Tag: Wismar und Boltenhagen

Die altehrwürdige Hansestadt Wismar ist UNESCO-Welterbe und geprägt von Hafen, Seefahrt, Fischerei und Hanse, den sorgsam restaurierten Bürgerhäusern, dem einzigartigen Markt, den Denkmälern der Backsteingotik, den Cafés und Restaurants. Ein Stadtrundgang zeigt Ihnen die Schönheiten der Stadt. Das Seeheilbad Boltenhagen ist das drittälteste Deutschlands. Idyllisch gelegen zwischen den Hansestädten Lübeck und Wismar lädt Boltenhagen Jung und Alt zum Verweilen ein. Bummeln und flanieren Sie entlang der Promenaden und durch den Kurpark. Alte Bäderarchitektur, gepaart mit frischem Ostseeflair, das ist Boltenhagen. Mittags lassen Sie sich einen leckeren Fischimbiss schmecken.

5. Tag: Lübeck

Sie besuchen das Europäische Hansemuseum. Das größte Museum zur Geschichte der Hanse wurde 2015 eröffnet und steht auf einem fast 12.000 m² großen Areal. Es umfasst u. a. ein ehemaliges Dominikanerkonvent, das Burgkloster mit Gericht, Gefängnis, Kirchplatz, Beichthaus und Spielplatz. Das Museum vermittelt ein informatives wie faszinierendes Bild von der Welt der Hanse und ihren Auswirkungen, die bis in unsere Gegenwart reichen. Begeben Sie sich auf eine emotionale und spannende Reise durch 800 Jahre Hansegeschichte.

6. Tag: Rückreise

Heute fahren Sie wieder nach Hause. Werfen Sie noch einen letzten Blick auf die Backsteinhäuser und freuen Sie sich über viele neu gewonnene wunderschöne Eindrücke dieser Reise.

Die Leistungen:

- Anreise im modernen Fernreisebus nach Lübeck und zurück
- 5 x Übernachtung/Halbpension
- Altstadt Rundgang Lübeck (2 Std.)
- Schifffahrt um Lübecks Altstadtinsel (1 Std.)
- Besuch Ausstellungsraum Niederreggers Marzipan-Salon
- Ausflug Travemünde, Schifffahrt ab Lübeck, Altstadt Rundgang, Ostseeimpressionen inkl. Reiseleitung
- Tagesfahrt Hansestadt Wismar und Boltenhagen mit Fischimbiss inkl. Reiseleitung
- Europäisches Hansemuseum, Eintritt inkl. Führung
- SNH-Reisebetreuung
- Reisesicherungsschein

Zurzeit sind noch einige Doppelzimmer zum Preis von 680,00 € pro Person verfügbar.

Anmeldungen sowie weitere Informationen erhalten Sie im Büro Breitenbach unter der Telefonnummer: 06192 - 966561 oder schriftlich unter mb@snh-hofheim.de. Die Büroöffnungszeiten sind montags bis freitags von 11:00 bis 12:30 Uhr und nach Vereinbarung.

Veranstalter: SeniorenNachbarschaftshilfe e. V. Hofheim in Kooperation mit dem Magistrat der Kreisstadt Hofheim am Taunus und Bavaria Tours.

MB / UW

Folge 8:

Walther Eisenberger – bekanntester Bewohner des Wasserschlosses

Zu der Zeit, in der der Amtmann Walther Eisenberger in Hofheim lebte (1486 bis 1512/13), war das Wasserschloss und seine Gebäude noch bewohnbar, das Kellereigebäude aber ein großer Pferdestall (Marstall) mit darüber liegendem Speicher für die Naturalabgaben an die jeweiligen Landesherren. Es wurde erst gut 200 Jahre später von 1717 bis 1720 zum Jagdschloss und Verwaltungsgebäude umgebaut und erhielt dabei seine heutige Gestalt. Vom ursprünglichen Marstall ist nur noch ein kleines Stück des Pflasters erhalten geblieben, das den Fußboden des Stalles bildete. Es war bis 2014 in einem „Fenster zur Vergangenheit“ im Büro der SNH im Erdgeschoss zu sehen. Wie die Bebauung im Innern des Wasserschlosses zur Zeit Eisenbergers ausgesehen hat, lässt sich nicht mehr beschreiben, da weder Pläne noch andere Darstellungen erhalten geblieben sind.

Walther Eisenberger entstammte einer bedeutenden Beamtenfamilie der deutschen Renaissance, deren Mitglieder in vielen Funktionen verschiedenen Landesherren gedient haben. Einer der Nachfahren dieser Sippe, Walthers Großneffe Philipp Eisenberger d. J. (1548-1607), verfasste „Die Chronik Eisenberger“, eine einzigartige Quelle der Regionalgeschichte, in der die Geschichte der Beamtenfamilie in Wort und Bild über anderthalb Jahrhunderte dargestellt wurde. Darin wird auch der Hofheimer Amtmann Eisenberger portraitiert.

Walther Eisenberger wurde demnach 1455 im Amtshaus Ortenberg (Wetterau) geboren, studierte an der Universität Erfurt und war in verschiedenen Funktionen für seine Eppsteiner Landesherren tätig, bevor er 1486 als Nachfolger von Johannes Bender Keller

des Amtes Hofheim wurde. Das Wasserschloss war sein Amtssitz und gleichzeitig die Dienstwohnung für ihn und seine Familie. Bemerkenswert ist, dass von der Amtsübergabe noch das Protokoll existiert, in dem alle Gegenstände beschrieben sind, die Eisenberger von seinem Vorgänger übernahm. Es war offensichtlich der Hausrat, der zu den Wohnräumen des Wasserschlosses gehörte, und die Waffen, die zur Verteidigung vorgehalten wurden, z. B. fünf Hakenbüchsen, vier alte Büchsen und drei alte Armbrüste. Die Gegenstände wurden in dem Protokoll einzelnen Räumen des Wasserschlosses zugeordnet. Daraus geht hervor, dass je ein Raum für den Landesherrn („myn juncker“) und seine Frau („myne gnedige jungffrau“) reserviert waren.

Die Landesherren hatten damals keine feste Residenzstadt, um ihre Herrschaft auszuüben, sondern reisten mit ihrem Gefolge von Amt zu Amt. Jedes Amt hatte ein befestigtes Schloss für den vorübergehenden Aufenthalt des Landesherrn und als Sitz des Amtmanns, in Hofheim das um 1354 erbaute Wasserschloss. Da der Landesherr mit seinem Gefolge zu Pferde reiste, war vor Ort auch ein großer Pferdestall für 20 bis 30 Pferde erforderlich. Dazu wurde in Hofheim als Vorgänger des Kellereigebäudes um 1426 ein Marstall und Speicher gebaut. Aus dem genannten Übergabeprotokoll geht hervor, dass die Wohnräume des Landesherrn im Wasserschloss dauerhaft mit Betten, Bettzeug und Bettwäsche eingerichtet waren, am reichlichsten die der „gnädigen Frau“. Aber auch die Wohnräume des Amtmanns waren mit Betten und Bettwäsche sowie Geschirr für die Küche ausgestattet, die dauerhaft zu der Dienstwohnung gehörten.





Walther Eisenberger mit seiner ersten und zweiten Frau (Bildmitte)

Quelle: Chronik Eisenberger

Zwei Jahre nach der Amtsübernahme als Keller in Hofheim, also ab 1488, erscheint Walther Eisenberger in Urkunden und Akten als Amtmann von Hofheim. Er war also der Vertreter des Landesherrn an der Spitze des Amtes Hofheim, das damals aus der Stadt Hofheim und den Dörfern Kriftel, Zeilsheim, Sindlingen, Hattersheim, Marxheim, Teilen von Münster, Burlachen, Hartbach und Hedeckheim bestand. Die drei letztgenannten Dörfer in der Nähe Hofheims sind schon lange untergegangen.

Neben seinen Pflichten als Amtmann führte Eisenberger auch viele übergeordnete Aufgaben für seine Landesherrn aus. So setzte ihn der junge, ab 1490 regierende Eberhard IV., ab 1505 Graf von Königstein und Herr von Eppstein und Münzenberg, als wichtigsten Ratgeber und Vertreter ein. Sein Name erscheint dadurch auch in den Frankfurter Bürgermeisterbüchern und im Hofheimer Gerichtsbuch. In der Chronik Eisenberger ist ein Abbild seiner Person überliefert, das einzige bekannte Bild eines Hofheimer Amtmanns. Es zeigt ihn, nach damaliger Sitte in Ritterrüstung, mit seiner ersten Frau Johanna Gräfin von Tonry, die er 1482 heiratete, und seiner zweiten Frau Else Siegewein aus einer der einfacheren Linien des Frankfurter Patriziats,

die er nach dem Tod der ersten Frau 1492 heiratete. Die Heirat soll in Hofheim stattgefunden haben, vermutlich also in der Pfarrkirche „St. Peter und Paul“. Durch die Heirat mit Else Siegewein wurde Walther Eisenberger Mitglied der vornehmsten Frankfurter Patriziergesellschaft Alten Limpurg.

Eberhard IV. von Eppstein-Königstein blieb bis zum Tod Walther Eisenbergers sein Landesherr, denn er starb erst ca. 22 Jahre später 1535. Das genaue Todesdatum Eisenbergers ist nicht bekannt; es liegt wahrscheinlich um 1512 oder 1513. Er war also in Hofheim etwa 26 Jahre lang als Keller und Amtmann tätig. Er und seine beiden Frauen sollen nach der Chronik Eisenberger in der Pfarrkirche begraben worden sein. Ihr Grab ist allerdings nicht bekannt. Walther Eisenberger hat sich selbst in Hofheim ein bleibendes Denkmal geschaffen: Er stiftete für die Pfarrkirche ein „Chörlein“ als Anbau, das heute im Anschluss an den alten gotischen Chor als „Alte Sakristei“ genutzt wird. Das Chörlein ist auch von außen an der Pfarrkirche mit seinem Fachwerkgiebel erkennbar. Walther Eisenberger ist sicher der einzige Amtmann oder Landrat geblieben, der in Hofheim der Stadtkirche einen Chor als Anbau gestiftet hat. DR

Sommerfest 2017 der SNH ganz im Zeichen des 20-jährigen Jubiläums – In vielerlei Hinsicht etwas ganz Besonderes –



Der Startschuss fällt am 15. Juli 2017 um 12:00 Uhr. Zahlreiche Attraktionen warten auf die Besucher in dem wunderschönen Ambiente auf dem Ludwig-Meidner-Platz vor dem Kellereigebäude.

Unser Angebot an alle Leserinnen und Leser und die Hofheimer Bürgerinnen und Bürger:

Schlendern Sie über den Platz und lassen sich inspirieren von den vielfältigen Angeboten. In einer Ecke locken die Leckereien vom Grill, in der anderen Ecke finden Sie ein vielseitiges Getränkeangebot und für die Schlemmermäuler ist das umfangreiche Kuchenbuffet die Nr. 1 zum Genießen. Eine Tombola mit attraktiven Gewinnen lädt sicherlich auch zu einem Besuch unseres Jubiläumsfestes ein.

Die „Hot Seniors“, unsere allseits geschätzte und liebenswerte Band, wird uns wie jedes Jahr ebenfalls wieder mit flotten Rhythmen erfreuen und dazu beitragen, dass auf den

Steh- und Sitzplätzen munter mitgeswingt werden kann. Und natürlich kommt auch das „Gebabbel“ nicht zu kurz. Jung und Alt in fröhlicher Runde, das macht Spaß, so manches „Anekdotchen“ kann man vernehmen, Köpfe werden zusammengesteckt, Erinnerungen ausgetauscht, der neuste Klatsch aus Hofheim kommuniziert. Das Sommerfest ist auch ein Ort der fröhlichen Kommunikation und des liebevollen Miteinanders. Auch das macht den traditionellen Charme des Festes aus. Aber das besondere Jubiläum hat noch mehr zu bieten: Der Seniorensingkreis unter Leitung von Frau Ursula Brehm in musikalischer Begleitung von Herrn Adolf Faller, die Hofheimer Moritatensänger, die Zumbagruppe des Turnvereins aus Lorsbach sowie verschiedene Informationsstände.



In eigener Sache

SNH Mitgliederzeitung Juni/2017

Genießen Sie das Fest. Die eine oder andere Überraschung, die wir uns vorbehalten, wird Sie sicherlich auch begeistern.

Und dann natürlich eine der Hauptattraktionen: der etwas andere Flohmarkt – von privat an privat. Bei Flohmarktfans gilt das Angebot längst als Geheimtipp. Schauen und stöbern Sie, gehen Sie auf Entdeckungsreise nach etwas Besonderem. Unser Flohmarkt ist eine Fundgrube für jedermann, und er bietet jedem Besucher die Möglichkeit, jede Menge Schnäppchen zu machen, bei moderaten Preisen und hohem Spaßfaktor.

Also dann: Feiern Sie mit uns die Jubiläumsparty am 15. Juli 2017 ab 12:00 Uhr. Hier treffen sich fröhliche Leute, genießen unbeschwerte Stunden und vergessen für eine kurze Zeit die Alltagsorgen. Sie können dabei sein.

Nach dieser Ankündigung, auch wie jedes Jahr, die Bitte um Ihre Mithilfe.

Wir suchen: Kuchenbäcker/-innen, die mit ihren Kreationen unsere Gäste und deren Augen und Geschmacksnerven beglücken.

Wir suchen: Helfer, die für die vielfältigsten Arbeiten eingesetzt werden können. Um nur einige zu nennen: Aufbau- und Servicehelfer, Flohmarktverkäufer. Jede helfende Hand wird dankbar angenommen, denn ohne die freiwilligen Leistungen unserer Mitglieder wäre ein solches Fest nicht zu stemmen.

Wir suchen: Flohmarktartikel. Wollen Sie sich von den Artikeln Ihrer jährlichen Aufräumaktionen trennen, haben Sie im Zuge des Frühjahrsputzes die eine oder andere Rarität bei Seite gestellt, die nicht mehr in Ihren Haushalt passt oder wollen Sie sich einfach einmal von alt Hergebrachtem verabschieden, um für Neues Platz zu schaffen?

Wir freuen uns über Ihre Spende, die wir gerne auf dem Flohmarkt anbieten. Scheuen Sie sich nicht, auch Skurriles, Dinge aus Omas Zeiten, Sachen, die schon lange ihr Dasein im häuslichen Keller fristen, anzubieten. Der Reiz des Flohmarktes besteht im Sammelsurium der verschiedensten Gegenstände aus allen Epochen. Achtung: Wir bitten um Verständnis, dass wir keine Bücher mehr annehmen.

Ab sofort können Sie Ihre Flohmarktartikel im Büro der SNH abgeben. In Ausnahmefällen werden sie auch abgeholt.

Für alle Fragen rund um das Sommerfest steht Ihnen Michael Breitenbach unter der Telefonnummer: **06192-966561** und per Mail: mb@snh-hofheim.de zur Verfügung. Er nimmt auch Ihre Hilfeangebote gerne entgegen. Kuchenspenden können unter der Telefonnummer **06192-27425** im SNH-Büro angemeldet werden.

Wir freuen uns auf Sie und Ihre Angebote und wünschen uns allen eine gelungene Veranstaltung. Und nicht vergessen: bringen Sie den Sonnenschein, den Sie im Herzen tragen, mit. Die Erlöse kommen der Vereinsarbeit zugute.

Ruth Trippel /
MB / UW



In eigener Sache

Neues Mitglied in der Redaktion: Rita Reiter-Mollenhauer

1952 wurde ich in Wiesbaden geboren. Mein Studium führte mich nach Marburg, meine Ehe nach Hannover. Aus beruflichen und privaten Gründen kam ich schließlich nach Südhessen zurück, wo ich zuletzt in Wiesbaden arbeitete. Schon 1986 bezogen mein Mann und ich ein Haus in Marxheim. Seit vielen Jahren ehrenamtlich engagiert und die SNH aus der Ferne beobachtend, begann meine aktive Mitgliedschaft 2013 mit dem Marxheimer Café-Treff. Da ich beruflich viel mit Texten gearbeitet habe, freue ich mich sehr, in der Redaktion der SNH mitarbeiten zu dürfen.



Neues Mitglied in der Redaktion: Christine Peters

Geboren im hohen Norden lebe ich seit 1962 in Hofheim, das zu meiner Heimat geworden ist. Zu meinen Hobbys zählen das Reisen und Fotografieren.

Einige Jahre vor meiner Pensionierung müssen die „Lebensweichen“ justiert werden. Darum habe ich das Angebot der SeniorenNachbarschaftshilfe, die Redaktion der Mitgliederzeitung zu

unterstützen, gerne angenommen. Hier wurde ich freundlich aufgenommen und die Themen der ersten Artikel zeigten schon die Bandbreite der Tätigkeit.

In eigener Sache

SNH Mitgliederzeitung Nov./2016

SNH sucht neue Mitstreiter

In der heutigen Zeit nimmt – durch den fortschreitenden demografischen Wandel – das Ehrenamt eine besondere Stellung in der Gesellschaft ein. Vieles was früher öffentliche Stellen an Aufgaben zu bewältigen hatten, ist heute ohne bürgerschaftliches Engagement nicht mehr denkbar. Die SNH ist hierbei im sozialen Gefüge ein wichtiger Bestandteil mit ihren zahlreichen aktiven und passiven Mitgliedern. Um diesen Standard im gemeinnützigen Verein weiterhin aufrecht zu erhalten, bedarf es neuer aktiver Mitstreiter.

Die SNH sucht für folgende Bereiche Ehrenamtliche:

1. Mitgliederzeitung

Menschen, die Freude am Schreiben und Formulieren haben, sind hier bestens aufgehoben. Die Zeit ist frei einteilbar, in einem Redaktionsteam werden die Artikel besprochen und anschließend für die 2-mal im Jahr erscheinende Mitgliederzeitung veröffentlicht. Darüber hinaus suchen wir dringend eine/n neue/n Redaktionschef/in.

2. Einkaufsfahrten in diversen Stadtteilen Hofheims mit dem Kleinbus

Wöchentlich finden zurzeit Einkaufsfahrten für Senioren in den Stadtteilen Lorsbach, Marxheim und Langenhain statt. Den Kreis der Fahrer und Begleiter dieser Einkaufstouren gilt es stetig zu erweitern. Der jeweilige Einsatz kommt im Abstand von ca. 3 bis 4 Wochen zum Tragen. Der normale PKW-Führerschein ist hierfür ausreichend.

3. Organisation und Mitarbeit bei Tagesfahrten und Wochenreisen

Hierzu trifft sich das Organisationsteam 3-mal pro Jahr und plant die diversen Veranstaltungen sowie deren Begleitungen.

Wenn Sie an einer dieser 3 Aktivitäten Interesse und Spaß haben, freuen wir uns auf Ihren Anruf im Büro der SNH bei Michael Breitenbach unter der Telefonnummer: **06192-966561**.

Selbstverständlich ist eine jeweilige Einarbeitung durch die bestehenden Teams gewährleistet. *MB / UW*

SPONSOREN GESUCHT!

Ein Sponsoren-Ehepaar hat der SNH den Kauf eines Personentransportbusses ermöglicht. Damit kann der Verein zahlreiche Aktivitäten unterstützen, z. B. die Einkaufsfahrten, Mitglieder von Wanderungen abholen oder zu Treffpunkten hinfahren, größere Gegenstände transportieren (Flohmarkt) oder Menschen mit Mobilitätseinschränkungen an Tagesausflügen teilnehmen lassen etc.

Um die Betriebskosten dauerhaft für ein solches Fahrzeug zu finanzieren, suchen wir einen weiteren Sponsor, der uns hierbei unterstützen könnte (Versicherung, Steuer, Inspektionen und Benzin).

Wer dazu bereit ist oder eine gute Idee hat, wie wir an eine Unterstützung kommen können, meldet sich bitte im Büro Breitenbach unter der Telefonnummer: **0 61 92 / 96 65 61** *RR*

Wer hat Lust, in der Nachbarschaftshilfe zu helfen?



Unser Verein heißt: SeniorenNachbarschaftshilfe. Diesen Begriff **Hilfe** in der SNH möchte ich an meinem Beispiel erklären:

Vor ca. 2 Jahren wurde ich von der SNH gebeten, 2 Stunden in der Woche, eine ältere Dame zu betreuen. Zum verabredeten Zeitpunkt kam ich dort an. Ich ging durch einen parkähnlichen Garten, erreichte das wunderschöne Haus in bester Lage Hofheims und wurde von dem noch sehr fiten Sohn (70 Jahre), der in einer Nachbargemeinde wohnt, begrüßt. Wir machten uns alle miteinander bekannt. Ständig im Haus, zur Betreuung der alten Dame, kam noch eine polnische Pflegerin hinzu, die schon 12 Jahre dort tätig ist. Sie wechselt immer mit einer ebenfalls polnischen Betreuerin alle sechs Wochen ihren Arbeitsplatz.

Die alte Dame, die jetzt 97 Jahre ist, und ich verstanden uns auf Anhieb. Zuerst haben wir in jeder Woche „Mensch ärgere dich nicht“ gespielt. Beim Rauswurf meinte sie immer: „Das kenne ich so nicht.“ Es hat aber doch etwas Spaß gemacht. Sie war von Beginn an schon sehr dement. Das Kurzzeitgedächtnis war gleich null. Über Reisen, die sie vor 50 oder 60 Jahren gemacht hatte, haben wir uns noch gut austauschen können.

Ich habe ihr manchmal etwas aus der Tageszeitung vorgelesen und nach einiger Zeit mit ihr Fingerübungen und einige andere Farb- und Geschicklichkeitsübungen gemacht. Sie war immer voller Begeisterung dabei. Da wir oft sechs Würfel im Spiel hatten, bemerkte ich bald, dass ihr das Rechnen gar nicht schwer fiel. Sie konnte ohne Schwierigkeiten addieren und multiplizieren. Ich habe nur gestaunt. Auf Nachfrage erfuhr ich, dass sie vor vielen Jahren Buchhalterin war. Zu ihrer Berufszeit musste man noch im Kopf rechnen. Zwischendurch sind wir manchmal mit dem Rollator durch das Haus gefahren.

Manchmal fragte sie: „Sind die Koffer schon gepackt oder müssen wir für heute Nacht Ihr Bett noch beziehen?“ Wenn ich sie dann beruhigte mit der Antwort, dass alles in Ordnung sei, war sie wieder zufrieden. Nach zwei Stunden Abwesenheit kam die Betreuerin vom Wocheneinkauf zurück. Vor ca. vier Monaten musste die alte Dame ins Krankenhaus und danach ging es ihr sehr viel schlechter. Sie ist nicht mehr in der Lage, kleine Aktivitäten durchzuführen. Sie sitzt, wenn ich komme im Rollstuhl und kann kaum noch etwas hören und sehen. Ich streichle dann ihre Hände und ich kann sie nur noch ohne Worte begleiten.

Warum schreibe ich diesen Bericht? Ich möchte mehrere noch rüstige Rentner ermutigen, sich für solche Betreuungshilfen zur Verfügung zu stellen. Vor ein paar Jahren habe ich eine Seniorin im Rollstuhl durch die Natur gefahren. Es war für sie jedes Mal ein Erlebnis. Wir machen zwar alles ehrenamtlich, doch für jede Stunde Betreuung werden zwei Punkte gutgeschrieben, die wir in dem Fall, wenn wir auch einmal Hilfe benötigen, wieder einsetzen können. Mir bereitet es viel Spaß, hilfsbedürftigen Menschen eine Freude zu bereiten. Vielleicht geht es Ihnen auch so? Dann melden Sie sich bitte im Büro der Nachbarschaftshilfe unter: 06192-27425 oder im Büro Breitenbach unter: 06192-966561. Die SNH wäre sehr erfreut darüber!

TW



E-Mail-Adressen unserer SNH-Mitglieder



Dem Zeitalter der „neuen elektronischen Techniken“ hat sich unser Verein stets zeitnah und zukunftsorientiert gestellt. Denken Sie hierbei bspw. an die vielen PC-Schulungen, die im Rahmen unseres Seniorenzentrums angeboten wurden und werden. In beiden Büros im Kellereigebäude wird darauf geachtet, so wenig wie möglich in Papierform festzuhalten, die Vereinsdateien im Computer aktuell und anwenderfreundlich zu gestalten sowie die ehrenamtlich Aktiven mittels Schulungen zu unterstützen. Denn nur so können wir sicherstellen, dass wir unseren Mitgliedern und Teilnehmern unserer vielfältigen Veranstaltungen fundierte Auskünfte über unser Vereinsleben zur Verfügung stellen können.

Um unsere Datensätze zu aktualisieren, bitten wir Sie, uns Ihre Mail-Adresse zu schicken. Dann können wir abgleichen, ob wir noch auf dem aktuellen Stand sind. Auch all diejenigen, die unsere Mitgliederzeitung in Zukunft online erhalten möchten, informieren wir gerne per E-Mail. Schicken

Sie uns einfach hierzu bitte eine Mail an snh@snh-hofheim.de.

Zur Optimierung des Informationsflusses möchten wir Ihnen in bestimmten Zeitabständen einen Newsletter per E-Mail senden, der Ihnen Aktuelles aus unserem Vereinsleben mitteilt.

Ihre Mail-Adresse verwenden wir, ebenso wie alle vom Verein gespeicherten personenbezogenen Daten, entsprechend unserer Datenschutzerklärung ausschließlich für Vereinszwecke und geben sie nicht an Dritte weiter! Darüber hinaus bieten wir unverändert die Möglichkeit, die Mitgliederzeitung auch auf unserer Homepage unter www.snh-hofheim.de zu lesen.

Im Zusammenhang mit unseren Mitgliedern, die außerhalb Hofheims oder deren Stadtteilen wohnen, bedeutet das für unseren Verein auch eine Einsparmöglichkeit von Portokosten.

Über den Charme einer gedruckten Mitgliederzeitung in Papierform sind wir uns natürlich bewusst, nicht umsonst haben wir Ende 2016 – im Zusammenhang mit unserem neuen SNH-Logo – den äußeren Umschlag sowie die Innenseiten neu gestaltet. *UW*

Werden Sie Vorlesepate! – Zeit nehmen, Lesefreude schenken –

Bücher und Geschichten öffnen Kindern die Türen in faszinierende Welten und eignen sich wunderbar für spielerische Sprach- und Leseförderung. Kinder brauchen Bücher – und sie brauchen Erwachsene, die ihnen Bücher vorlesen oder Geschichten erzählen und dabei ihre eigene Lesebegeisterung weitergeben.

Sind Sie neugierig geworden und möchten Sie ein ehrenamtlicher Vorlesepate werden? Haben Sie Interesse, Vorlesestunden in Kindertagesstätten und Schulen in Hofheim-Nord oder Hofheim-Marxheim zu übernehmen?

Wir freuen uns über Ihre Rückmeldung!
Hildegard Rust, Team Kindertagesstätten der Stadt Hofheim am Taunus,
Tel. 06192/202-315
E-Mail: hkrust@hofheim.de

Unterstützung und Beratung bei der Auswahl geeigneter Geschichten und Sachbücher bietet gerne die Stadtbücherei Hofheim Elisabethenstr. 3
Tel. 06192/966860
E-Mail: edey@hofheim.de.

Es besteht die Möglichkeit, Praxisseminare oder Treffen zum inhaltlichen Austausch zu organisieren.

Weitere Informationen und Anregungen finden Sie unter www.netzwerkvorlesen.de.

Stadt Hofheim a. T.



Zahnarztpraxis meinhardt

für ein schönes Lächeln



Spezialisiert auf Seniorenbehandlung
und Patienten mit Einschränkungen

Hol- und Bring-Service – kostenlos –

Zahnarztpraxis Meinhardt

Frankfurter Straße 1 – 3 • 65779 Kelkheim/Ts

Tel. 06195-90 25 56

www.praxis-meinhardt.de • info@praxis-meinhardt.de

Sprechzeiten Mo. | Di. | Do. 8:00 – 12:00 und 14:00 – 18:00 Uhr
Mi. 12:00 – 20:00 Uhr | Fr. 8:00 – 14:00 Uhr

„Kopf Hoch“

Vor gar nicht langer Zeit habe ich in der ADAC Zeitung einen Artikel mit der Überschrift „Kopf hoch“ gelesen. Es ist ein Problem, das uns alle betrifft, und der Eine oder Andere hat sicherlich auch schon eines dieser Erlebnisse gehabt:

Man geht auf dem Bürgersteig und beobachtet einige Fußgänger, die nur noch Augen für ihr Smartphone haben. Was um sie herum passiert, haben sie völlig ausgeblendet. Dadurch werden Unfälle verursacht. Die Forschung belegt, dass die Ablenkung durch Handys mit einem Trunkenheitszustand von 0,8 Promille vergleichbar ist. Bei Unfällen müssen Fahrradfahrer und Autofahrer ein Bußgeld bezahlen. Fußgänger bezahlen aber kein Bußgeld. Dennoch müssen sie sich so



Quelle: OHA (Foto: Sigi Müller)

verhalten, dass sie keinen anderen schädigen oder gefährden. Es sind nicht nur junge Menschen, das Smartphone-Virus hat uns längst generationenübergreifend erwischt. Dabei kann es so entspannend sein, wenn man bei einem Fußmarsch die Gelegenheit nutzt, einmal über sich und die Welt nachzudenken. *TW*

Der HORIZONTE Hospizverein e. V. berichtet

Derzeit arbeiten 36 Hospizhelfer/-innen in der Sterbebegleitung und der Bedarf ist recht groß, so dass wir auch ab November einen weiteren Qualifizierungskurs anbieten werden. Die ehrenamtlichen Hospizhelfer/-innen schenken den Schwerstkranken Zeit, sie hören zu und versuchen, die Angehörigen soweit es geht zu entlasten, das geht von Gesprächen über kleine Ausflüge bis hin zu Alltagsbesorgungen. Dabei stehen die Hospizhelfer/-innen in ständigem Austausch mit den Pflegefachkräften für Palliative Care. Informationen zum Seminar, Termine und Einblicke erhalten Sie an unseren Info-Abenden, jeweils um 19:30 Uhr, am Donnerstag, 31. August 2017 im Gemeindehaus der Auferstehungsgemeinde in Kriftel, am Dienstag, 05. September 2017 in der KiTa der Talkirchengemeinde in Eppstein sowie am Donnerstag, 07. September 2017 im Kellereigebäude in Hofheim.

Wir freuen uns auf reges Interesse und stehen für Ihre Fragen zur Verfügung. Auch jetzt schon nehmen wir Anmeldungen für die Qualifizierung an.

An jedem ersten Dienstag im Monat ermöglicht HORIZONTE Trauernden, um 16:00 Uhr im Alten Rathaus-Café unverbindlich anderen Trauernden zu begegnen. In entspannter Atmosphäre ist jeder willkommen, sich im Gespräch auszutauschen oder auch nur Stunden der Gemeinsamkeit zu erleben, um vielleicht durch neue Erfahrungen eine andere Sicht für die eigene Befindlichkeit zu bekommen. Zudem bietet der Verein auch Einzelgespräche an.



Unser Büro finden Sie im Kellereigebäude im 2. Stock. Öffnungszeiten sind Montag bis Mittwoch 9:00 bis 12:00 Uhr, Donnerstag 14:30 bis 18:00 Uhr, Telefon: 06192 - 921714.

Der HORIZONTE Hospizverein e. V. gratuliert der SeniorenNachbarschaftshilfe ganz herzlich zum 20-jährigen Jubiläum.

Nicole Courbeaux-Portugall



Im Frühjahr 2017 starteten wieder neue Hospizhelfer/-innen in das Ehrenamt.

SNH besucht die Musterwohnung in der Berliner Straße

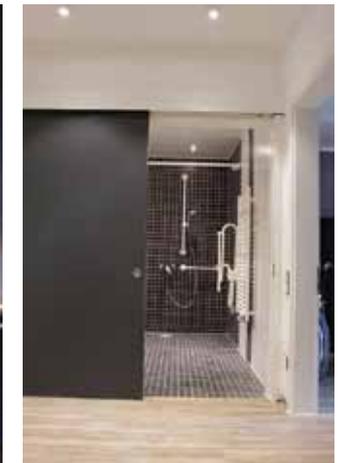
Die Idee wurde in der Redaktionsitzung geboren – ein Artikel zur Musterwohnung der Hofheimer Wohnungsbaugesellschaft in der Berliner Straße 6 a-c. Dieser sollte nicht vom grünen Tisch aus geschrieben werden. Gemeinsam machten sich die Redaktionsmitglieder und einige Mitarbeiter/-innen des SNH-Büros auf den Weg und ließen sich am 4. April 2017 von Frau Firlle (HWB) durch die Musterwohnung führen. Der sehr informative Rundgang begann im Wohnzimmer.

Frau Firlle wies daraufhin, dass Behinderungen und andere Einschränkungen ein Leben in den eigenen vier Wänden nahezu unmöglich machen können. Besonders im Alter stünden viele Menschen neuen Herausforderungen in ihrem Wohnumfeld gegenüber. „Mit der Musterwohnung zeigen wir, welche Möglichkeiten es schon heute gibt, eine Wohnung unterschiedlichen Bedürfnissen anzupassen. Wir wollen zeigen, wie ein hoher Wohnkomfort in bereits vorhandenen Räumlichkeiten bezahlbar realisiert werden kann – für alle Menschen.“ Mit diesen einführenden

Worten begann die Führung. Wir konnten sehen, dass:

- alle Bereiche (mit Ausnahme des Gäste-WC) mit dem Rollstuhl befahrbar und die Türen breiter als in einer Standardwohnung sind,
- der Boden rutschhemmend ist, damit rollstuhlfreundlich und der Zugang barrierefrei ist,
- die Fenstergriffe generell unten am Fenster angebracht wurden und nicht an der Seite, wie es bisher üblich ist.

Wichtige Dinge – wie Licht, Klingel und Rollläden – lassen sich zentral per Tablet-PC bedienen. Die Klingel löst nicht nur ein akustisches, sondern auch ein optisches Signal aus. Ähnlich ist die Rauchwarnmeldung konstruiert. Die gewählten Farben für Wände, Türen, Lichtschalter etc. sind kontrastreich gestaltet, damit sich Menschen mit einer Sehbehinderung besser orientieren können.





Als sensationell empfanden die Besucher/-innen die beweglichen Schränke:

- im Flur als Stauraum in Gestalt eines „Apotheker“-Schranks konzipiert,
- in der Küche als elektrisch absenkbarer Oberschrank und
- im Schlafzimmer die mit wenigen Griffen herunterholbare Kleiderstange.

In der Küche faszinierten darüber hinaus die einfachen Maßnahmen am Herd, die es sehbeeinträchtigten Menschen ermöglichen, sich auf einem Ceranfeld zu orientieren (und sich nicht die Finger zu verbrennen!). Im Schlafzimmer überzeugte vor allem das optische und vibrierende Meldesystem, wenn die Türklingel geht oder im Falle eines Feueralarms. Im Badezimmer erkannten viele Besucher/-innen bereits bekannte Maßnahmen wieder (bodengleiche Dusche mit Klappsitz an der Wand, verschiedene Griffhilfen). Neu und äußerst praktisch war die Schiebetür als Zugangstür, der unterfahrbare Waschtisch, die bruchfesten Fußbodenfliesen und die sprechende Personenwaage (ohjeh!). Das Arbeitszimmer ist gleichzeitig der Eingangsbereich für Menschen, die auf eine Gehhilfe oder den Rollstuhl angewiesen sind.

Weil der Haupteingang des Hauses keinen barrierefreien Zutritt zur Musterwohnung bietet, wurde um das Haus herum eine Rampe geschaffen.

Am besten ist es, liebe Leserin, lieber Leser, Sie nehmen die Musterwohnung in der Berliner Str. 6 a-c selbst einmal in Augenschein! Das ist möglich an jedem ersten Dienstag im Monat, jeweils zwischen 15:00 und 17:00 Uhr sowie nach telefonischer Terminvereinbarung mit Herrn Kemnitz unter der Nummer: **06192-9953-82**.

In der Broschüre „Barrieren abbauen – die Musterwohnung der HWB“ werden zu den einzelnen Maßnahmen auch die ungefähren Kosten genannt. Die Broschüre ist kostenlos erhältlich über die Hofheimer Wohnungsbaugesellschaft, Elisabethenstr. 1, 65719 Hofheim, Tel.: **06192-9953-50**, E-Mail: info@hwb-hofheim.de oder kann kostenlos heruntergeladen werden über

www.hwb-hofheim.de/Projekte/musterwohnung.

Über Fördermöglichkeiten bei der Finanzierung von Maßnahmen informiert außerdem die KfW-Bank. Siehe: www.kfw.de

RR

„Hab da neulich was erlebt, das muss ich Ihnen erzählen...“

Freitagnachmittag gegen 17:30 Uhr saß ich in der vollen S-Bahn Richtung Frankfurt. In Frankfurt-Höchst stieg eine junge Frau mit asiatischem Aussehen zu und ergatterte zielstrebig den letzten freien Platz mir gegenüber. Das Smartphone am Ohr war sie zu meinem Ärger ständig am Plappern! „Nix Neues“, werden Sie sagen, „das ist der Normalfall“. Da gebe ich Ihnen Recht! Doch dann brachte sie mir wirklich das Staunen bei:

Aus ihrer riesigen Handtasche kramte sie einen Beutel hervor und entnahm diesem eine Tube mit brauner Schminke. Nun stellen Sie sich vor: Handtasche fest eingeklemmt zwischen den Oberschenkeln, Schminkbeutel eingeklemmt zwischen Hals und Schulter rechts und Smartphone eingeklemmt zwischen Hals und Schulter links, die geöffnete Tube im Mund, verteilte die rechte Hand die Schminke routiniert im Gesicht, kontrolliert von der linken Hand mit dem Spiegel, unaufhaltsam plapperte sie auch noch weiter in ihr Smartphone! Ich hätte so gern verstanden, was sie da redete, es hörte sich nach beruflichen Dingen an. „Was junge Leute heutzutage so alles können“, ging es mir durch den

Kopf. Nach der Schminke wurden noch auf die gleiche geschickte Art die Augenlider mit braunem Lidschatten versehen, der Eyeliner aufgetragen, die Wimpern getuscht, die Lippen angemalt. Dabei hörte das Geplapper nicht auf.

Kurz vor dem Halt in Frankfurt-Hauptbahnhof legte sie auf. Alles verschwand eilig in der riesigen Handtasche, natürlich auch die Haarbürste, die als letzte Handlung die langen vollen schwarzen Haare in die richtige Richtung zähmte. Fertig! Ich kam nicht umhin, sie für so viel „Multitasking, gezieltes muskuläres Klemmen, perfekte Feinmotorik und optimales Zeitmanagement“ zu bewundern.

Dann klingelte ihr Smartphone und ihr strahlendes Gesicht sagte mir: Da ist jetzt ihr Liebster dran, für den sie sich so schön hergerichtet hat! In Deutsch sagte sie: „Bin schon da!“, legte auf und schwupps war sie weg. Im Gedränge am Bahnsteig erkannte ich dann einen jungen Mann, der ihr zuginkelte. Am liebsten hätte ich ihr noch zugerufen: Schönen Feierabend und viel Spaß!

Ilse Christensen

Kleine Geschichte aus dem Krankenhaus

Vor Kurzem war ich, wegen Entfernung eines Polypen, im Krankenhaus. Es ist alles gut verlaufen. Am 5. Tag nach der Operation war mir sehr übel. Ich musste mich übergeben und hatte starke Kopfschmerzen. Ich bekam eine Infusion und Medikamente gegen Kopfschmerzen.

Am nächsten Morgen kam der Professor mit Ober- und Assistenzarzt zur Visite. Der Professor begutachtete die Narbe und war

sehr zufrieden. Er erkundigte sich dann nach meinem Befinden. Als ich ihm mitteilte, dass meine Kopfschmerzen noch vorhanden seien, gab er mir folgende, kurze Antwort: „Am Kopf habe ich doch gar nichts gemacht!“

Als die Visite beendet war, meinte meine Bettenachbarin: „Das fand ich ziemlich frech.“ Ich konnte es nur bejahen. Aber wir haben heute eine andere Generation...

TW

Mitteilungen des Seniorenbeirates der Stadt Hofheim

In Kooperation mit der Seniorenberatungsstelle der Stadt Hofheim wird der Seniorenbeirat seine Vortragsreihe im Spätsommer fortsetzen. Gestartet haben wir am 8. Dezember 2016 mit einer Veranstaltung über das neue Pflegestärkungsgesetz II, vorgetragen von Frau Jährling-Roth, Caritasverband Main-Taunus im Rathausanbau. Die Veranstaltung war ein voller Erfolg, ein klar strukturierter Vortrag, ein hochinteressiertes Publikum, eine lebhaftige Fragerunde.

Unser nächstes Thema über Palliativmedizin und Hospizarbeit wird gemeinsam getragen vom Palliative-Care-Team Main-Taunus und dem Horizonte Hospizverein e. V. aus Hofheim. Der Veranstaltungstermin wird rechtzeitig in der Presse bekanntgegeben, kann jedoch auch bei Frau Stellmacher, Seniorenberatungsstelle, unter der Telefonnummer: 202311 erfragt werden. Beide Institutionen wollen unheilbar Kranken unnötiges Leid ersparen und ihnen ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen. Sie werden sich in ihren Vorträgen vorstellen, werden uns erklären, wie sie arbeiten und offen für unsere Fragen sein. Wir möchten Ihnen kurz die beiden Institutionen vorstellen, obwohl sicherlich schon viele von Ihnen diese kennen:

Das Palliative-Care-Team Main-Taunus ist ein spezialisiertes ambulantes Team aus Pflegefachkräften und Ärzten mit Sitz an den Kliniken des Main-Taunus-Kreises in Hofheim. Ihr Angebot richtet sich an Menschen, deren Lebenszeit durch eine unheilbare Erkrankung begrenzt ist. Ihr Motto lautet: „Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“

Der Horizonte Hospizverein e. V. ist ein gemeinnütziger Verein, der seit 15 Jahren Hospizarbeit in Hofheim, Kriftel und Eppstein leistet. Ziel und Aufgabe ist, durch seine Arbeit zur Verbesserung der Situation

sterbender und trauernder Menschen beizutragen. Eine weitere Aufgabe des Vereins ist die Qualifizierung von Hospizhelferinnen und Hospizhelfern. Wir würden uns sehr freuen, wenn viele von Ihnen zu unserer Veranstaltung kommen.

Jetzt zwei Beiträge aus unseren öffentlichen Sitzungen im Februar und März dieses Jahres:

Norman Diehl, Geschäftsführer der Hofheimer Wohnungsbau, berichtete über die laufenden und geplanten Projekte der HWB. U. a. werden Quartiertreffs organisiert, in denen das Soziale Management der HWB den Mietern Hilfestellungen in verschiedensten Problemfeldern anbietet. Auch eine Mieterzeitung soll in Kürze erscheinen. Eine HWB-Musterwohnung wurde im Rahmen des Projekts Modellregion Inklusion realisiert. Sie soll zeigen, welche Möglichkeiten es schon heute gibt, eine Wohnung unterschiedlichen Bedürfnissen anzupassen. Es ist möglich, diese Musterwohnung zu besichtigen und zwar jeden ersten Dienstag im Monat zwischen 15:00 und 17:00 Uhr in der Berliner Str. 6a bis 6c.

Axel Urban, der neue Leiter des Martha-Else-Hauses, hat sich dem Seniorenbeirat vorgestellt und die Neuausrichtung des Heimes erläutert. Geplant ist der Neubau der Einrichtung. Hiermit soll im Herbst nächsten Jahres begonnen werden. Schwerpunkte werden betreutes Wohnen und die Versorgung Demenzkranker. Die bisherige Zahl der Plätze für die vollstationäre Pflege soll deutlich reduziert werden.

Zum Abschluss unseres Beitrages möchten wir der SNH sehr herzlich zu ihrem 20-jährigen Vereinsjubiläum gratulieren. Sie ist für die wertvolle Seniorenarbeit in Hofheim unentbehrlich. Nochmals herzlichen Dank dafür.

*Monika Altenhofen, Vorsitzende
Günter Bouffier, Pressesprecher*

HWB baut barrierearme und rollstuhlgerechte Wohnungen in der Frankfurter Str. 80

22 Wohnungen, 6 davon rollstuhlgerecht, entstehen zurzeit in der Frankfurter Str. 80. Wo bis vor Kurzem noch der Hort der Caritas Main-Taunus stand, wächst unaufhaltsam ein neues großes Wohnprojekt der Hofheimer Wohnungsbaugesellschaft (HWB). Von den 22 Wohnungen sind 16 öffentlich gefördert, 6 Wohnungen sind frei finanziert. Am 07. Februar 2017 erfolgte das Richtfest und die geladenen Gäste konnten die Räume im Rohbau besichtigen.

Neben den Wohnungen hält außerdem das Kinder- und Kompetenzzentrum (KuK) der Lebenshilfe Main-Taunus e. V. Einzug in diesen neuen Wohnkomplex. Der Verein wünschte sich schon lange eine Zusammenarbeit der im Kreis verstreuten Dienste und Beratungsangebote. Am Wunschstandort Hofheim lässt sich dies nun verwirklichen. Die Lebenshilfe wird im Erdgeschoss auf ca.

660 qm einziehen. Außerdem ist das Gebäude mit einer Tiefgarage versehen. Damit es Menschen mit Beeinträchtigung möglich wird, barrierefrei ihre Wohnung zu erreichen, werden zwei Personenaufzüge eingebaut, die mit einer rollstuhlgerechten Kabinengröße ausgeführt werden. Ein Mehrzweckraum mit Küche und Toilette in den Räumlichkeiten der Lebenshilfe kann außerdem für kleinere Veranstaltungen als auch für Angebote der „Familie Marxheim“ genutzt werden.

Die hier entstehenden Wohnungen könnten auch das eine oder andere Mitglied der SeniorenNachbarschaftshilfe interessieren. In diesem Falle bitte an die HWB wenden, Elisabethenstr. 1, 65719 Hofheim, Tel.: 06192-9953-50, E-Mail: info@hwb-hofheim.de.

RR / Corinna Firlé (HWB)

„Die Weise zum Schluss und tatsächlich zum letzten Mal“

Liebe Mitglieder,

unser vielseitiger geliebter Verein – die SNH – wird tatsächlich 20 Jahre: Soll ich an diesen Satz „jung“ oder „alt“ anschließen? Ich tendiere zu „alt“, denn unseren Vereinsmenschen gebührt ein großes Maß an Ehre, sich schon seit zwei Jahrzehnten für die Mitmenschen einzusetzen.

Respekt vor all denen, die sich unermüdlich diesem Verein widmen, ihn nach außen hin darstellen, ihn aktiv sowie passiv unterstützen und auch einmal gegen den Strom – und damit FÜR die SNH – schwimmen. Es ist schön, hier Menschen zu kennen, mit denen man vor lauter Spaß am Ehrenamt manchmal den Ernst des Lebens vergessen kann!

Innerhalb der vergangenen 20 Jahre ist unser Verein immens gewachsen. Nicht nur die Mitgliederzahl stieg stetig, sondern auch immer neue Aufgaben/Aufgabenbereiche kamen und kommen auf die aktiven Mitglieder und den Vorstand zu. Hier gilt es, noch mehr Aktivität zu finden, damit die umfangreiche Arbeit auf mehrere Schultern verteilt werden kann.

Schon seit über 10 Jahren bin ich nun für die Mitgliederzeitung verantwortlich. Das erste Exemplar vom November 2006 halte ich gerade in der Hand. Im Vergleich zu unserer heutigen Ausgabe – mit einem ganz neuen Layout, bunten Bildern im Text, einem neuen Logo und etlichen Seiten mehr – kann man auch hieran erkennen, wie aktiv und erfolg-

reich der Verein tätig ist und vor allem, wie die Aufgaben sich vervielfältigt haben. Auch im Bereich meiner Schatzmeistertätigkeit seit 2012 wurde der Zeitaufwand deutlich größer. Als zweitgrößter Verein in Hofheim mit knapp 1.300 Mitgliedern gleichen wir nämlich einem mittelständischen Unternehmen. Beide Arbeitsbereiche zeitlich unter einen Hut zu bringen, lässt mich schon länger an meine Grenzen stoßen. Deshalb werde ich nach dieser Ausgabe schweren Herzens mein Amt als Redakteurin niederlegen.

Gerne hätte ich Ihnen heute schon einen Nachfolger / eine Nachfolgerin für die Redaktion vorgestellt. Seit 3 Jahren sind wir bereits am Suchen; bis jetzt leider ohne Erfolg. Können Sie sich nicht vorstellen, hier aktiv zu werden? Dann melden Sie sich bitte im SNH-Büro! Ich würde mich riesig freuen, wenn dieses „Baby“ weiterleben würde.

Ich sage:
Herzlichen Dank, liebes Redaktionsteam, für die tolle Zusammenarbeit im Laufe der vielen Jahre! Es hat mir einen riesigen Spaß bereitet! Und herzlichen Dank liebe Leserinnen und Leser dafür, dass Sie mich die ganzen Jahre lang hier ausgehalten und die Treue gehalten haben...

Am 27. April dieses Jahres durfte ich einen SNH-Tagesausflug in das Sinntal begleiten. Der erste Aufenthalt dorthin war im schönen Städtchen Gelnhausen. Dort entdeckte ich an einem wunderschön restaurierten Fachwerk den Spruch: „Arbeite, strebe, aber lebe“, aus dem Jahr 1543! Wie passend und leicht dieser Spruch doch bis in das heutige Zeitalter zu übertragen ist...

In diesem Sinne wünschen Ihnen mein gesamtes Redaktionsteam und ich einen wundervollen Sommer **mit bereichernden Kontakten bspw. bei der SNH! Und bleiben Sie uns bitte gewogen.**

Ihre Ulrike Weise



Impressum

Herausgeber	SeniorenNachbarschaftsHilfe e. V.
Redaktion + Produktion	Ulrike Weise (UW)
Redaktionelle Mitarbeit	Michael Breitenbach (MB), Volkhard Kiesel (VK), Ursula Neubauer (NE), Christine Peters (CP), Rita Reiter-Mollenhauer (RR), Dr. Dieter Reuschling (DR), Traute Wollert (TW), Manfred Kilian (Lektor)
Druck + Verarbeitung	TypoArté Vladimir Angelov
Auflage	1.200 Exemplare – Juni 2017
Fotos	Vereinsmitglieder, TypoArté Angelov, dpa Picture-Alliance GmbH, Burda Verlag
Büro SNH	SeniorenNachbarschaftsHilfe e. V. Burgstraße 28, 65719 Hofheim
Bürozeiten	Mo + Di: 16 bis 18 Uhr Mi + Fr: 10 bis 12 Uhr
Telefon	06192 - 27425
Mail	snh@snh-hofheim.de
Büroteam	Knud Claasen, Petra Forner, Karin Hofmann, Christa Keding, Manfred Kilian (Bürokoordinator), Gabriele Mündemann, Maritta Nell, Gerda Piltz, Ingrid Schwarz, Christel Teufl
Büro Michael Breitenbach	
Bürozeiten	Mo–Fr: 11 bis 12:30 Uhr und nach Vereinbarung
Telefon	06192 - 966561 / Mobil: 0175 - 5667047
Mail	mb@snh-hofheim.de
Mitarbeit und Vertretung	Doris Blume, Edeltraud Nolte, Ingrid Pelshenke, Ruth Trippel
Internet	www.snh-hofheim.de
Vorstand	
Vorsitzender	Volkhard Kiesel
Stellv. Vorsitzender	Michael Schirdewan
Schatzmeisterin	Ulrike Weise
Schriftführerin	Christel Teufl
Beisitzer	Wolfgang Brillisauer, Manfred Exner, Manfred Kilian, Ulrich Kress, Konrad Schneider
Bankverbindung	SeniorenNachbarschaftsHilfe e. V. Konto Nr. 7070705 – BLZ 501 900 00 Frankfurter Volksbank IBAN: DE78 5019 0000 0007 0707 05 BIC: FFVBDEFF
Vereinsregister	Nr. 11221 Amtsgericht Frankfurt a. M.
Finanzamt Hofheim	St. Nr. 46 250 9383 6

VERANSTALTUNGSKALENDER

Juni 2017

So. – Sa., 25.06. bis 01.07.	Reise in den Südschwarzwald mit tollen Ausflügen, bspw. in die nahe Schweiz sowie in das nahe Frankreich.
---	---

Juli 2017

Di., 11.07.	Tagesfahrt nach Alsfeld – die märchenhafte Fachwerkstadt
Sa., 15.07.	Sommerfest der SNH mit großem Flohmarkt – 20 Jahre SNH!

August 2017

Do., 24.08.	Tagesfahrt nach Michelstadt – gemütlich unterwegs im Odenwald
--------------------	---



**SENIOREN
NACHBARSCHAFTS
HILFE**

SeniorenNachbarschaftsHilfe e. V.
Burgstraße 28
65719 Hofheim am Taunus
www.snh-hofheim.de