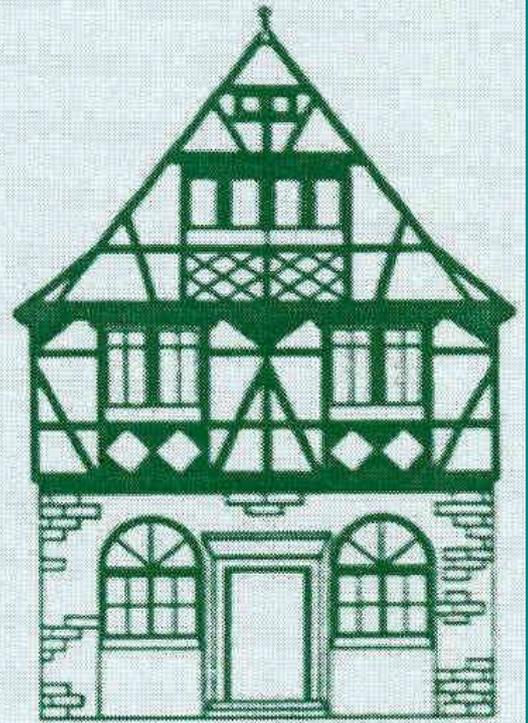


Senioren
Nachbarschafts
Hilfe



Jahresbericht 2008

SeniorenNachbarschaftsHilfe e.V.

Hattersheimer Str. 5
65719 Hofheim am Taunus

Tel.: 06192 – 27425

Tel.: 06192 - 966561

snh@hofheimersenioren.de

www.hofheimersenioren.de

Das Jahr 2008 war für uns wieder mit viel Freude und Arbeit, großen und kleinen Erfolgen, Problemchen und Problemen sowie vielen persönlichen Begegnungen ausgefüllt. Also, ein ganz normales Vereinsleben. Und, obwohl wir uns immer noch als ein „junger“ Verein fühlen, bestehen wir 2008 bereits über 10 Jahre. In dieser Zeit haben wir uns zu dem mitgliederstärksten Verein – außer einigen Sportvereinen - in der Region entwickelt. Immer neue Herausforderungen kamen auf den Verein zu und wurden mit vereinten Kräften bewältigt.

Allerdings sind wir weit davon entfernt, uns beruhigt zurücklehnen zu wollen. Eine kontinuierliche Weiterentwicklung unserer Angebote ist, insbesondere im Hinblick auf die demografische Entwicklung, notwendig.

Es ist uns ein Bedürfnis, uns bei den vielen Helferinnen und Helfern, Unterstützern und Kooperationspartnern herzlich zu bedanken. Nur dank der vielen engagierten Menschen und Organisationen ist der Erfolg unseres Vereins möglich.

„Beispielhaft für Hessen“

Im Jahr 2007 konnten wir von der Auszeichnung unseres Vereins durch das Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und des Instituts für Sozialarbeit und Sozialpädagogik berichten.

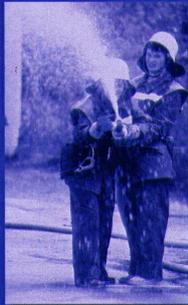
Im Dezember 2008 wurde unser Verein von der Hessischen Landesregierung als „Beispielhaft für Hessen“ ausgezeichnet. Das erfüllt uns mit Stolz und motiviert für die weitere Arbeit. Bei aller Freude, wichtiger ist, dass sich alle Beteiligten aus innerer Überzeugung für unsere Mitmenschen einsetzen. Deren Anerkennung ist für uns wichtig.

Dass so viele Menschen ehrenamtlich Aufgaben übernehmen ist nicht selbstverständlich. Eine wichtige Voraussetzung hierfür ist, dass die entsprechenden Strukturen vorhanden sind, die ehrenamtliche Arbeit den Einzelnen nicht überfordert und Planungssicherheit besteht.

Wie die erhaltenen Auszeichnungen deutlich machen, hat sich das „Hofheimer Netzwerk für ältere Menschen“ bewährt. Die erfolgreiche Zusammenarbeit unseres Vereins mit der Senioren Beratungsstelle der Kreisstadt Hofheim, dem Seniorenbeirat und dem HORIZONTE Hospizverein trägt dazu bei. Ebenso wichtig ist, dass in unserem Verein die Zusammenarbeit zwischen ehrenamtlicher und professioneller Arbeit gut funktioniert.



AUSZEICHNUNG



Für das beispielhafte ehrenamtliche Engagement wird

der Verein

SeniorenNachbarschaftsHilfe Hofheim



als
Initiative des Monats



Dezember 2008

ausgezeichnet.



Wiesbaden, den 28. November 2008

Roland Koch
Ministerpräsident des Landes Hessen

Bilanz unserer Arbeit im vergangenen Jahr:

- **Es wurden cirka 12.080 ehrenamtliche Stunden geleistet,**
und
- **unsere Angebote erreichten ca. 16.240 Menschen,**
einmalig oder auch mehrfach.

Der Verein

Ziele:

- **Organisation von Nachbarschaftshilfen.**
 - **Besuchsdienst „Essen auf Rädern“**
 - **Ausflüge, Seniorenfreizeiten bzw. - Urlaube**
- **Organisation und Koordination der Angebote des Seniorenzentrums**
 - **Freizeit-, Bildungs- und Kulturangebote**

Organe des Vereins sind der Vorstand und die Mitgliederversammlung. Der Vorstand tagt einmal monatlich, die Mitgliederversammlung wurde 2008 einmal einberufen.

Vorstand

Dem Vorstand gehören seit der Mitgliederversammlung am 22. April 2008 an:

Axel Ansorg	Helmut Hofmann	Marianne von Hörsten
Volkhard Kiesel	Luise Meyer-Kohlhoff	Rosemarie Sprater
Gisela Tan	Werner Villmer	Karl Zierau
Beisitzer mit beratender Stimme – Senioren Beratungsstelle der Kreisstadt Hofheim am Taunus:	Susanne Groll	Cornelia Stellmacher

Kassenprüfer 2008

Anton Hermann	Alexander Oehlmann	Brigitte Hahlganß
---------------	--------------------	-------------------

Arbeitskreise

Arbeitskreise mit fester Aufgabenstellung unterstützen die Vereinsarbeit. Bei Bedarf werden weitere, zeitlich begrenzte Arbeitskreise gebildet. Für einzelne Projekte haben Einzelpersonen die Organisation übernommen.

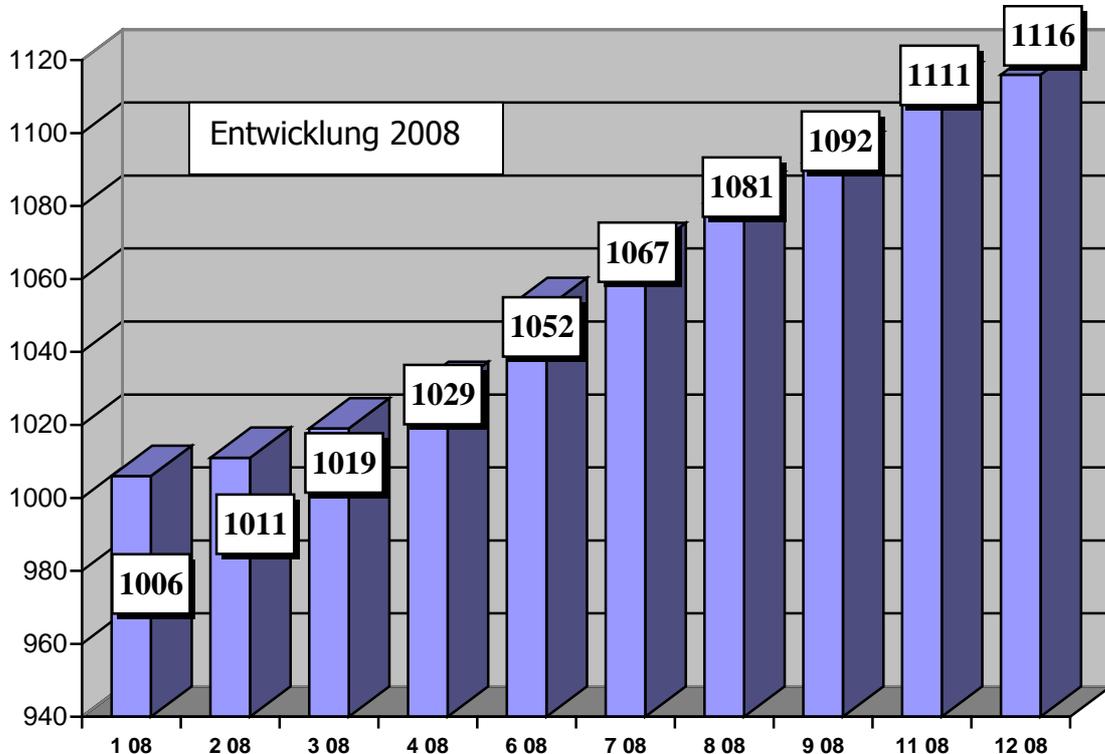
Arbeitskreis Freizeit

Planung, Organisation und Durchführung von Fahrten und Reisen.

Michael Breitenbach	Rolf Felix	Hartmut Hahn
Helmut Hofmann	Volkhard Kiesel	Günter Kruse
Luise Meyer-Kohlhoff	Gisela Tan	

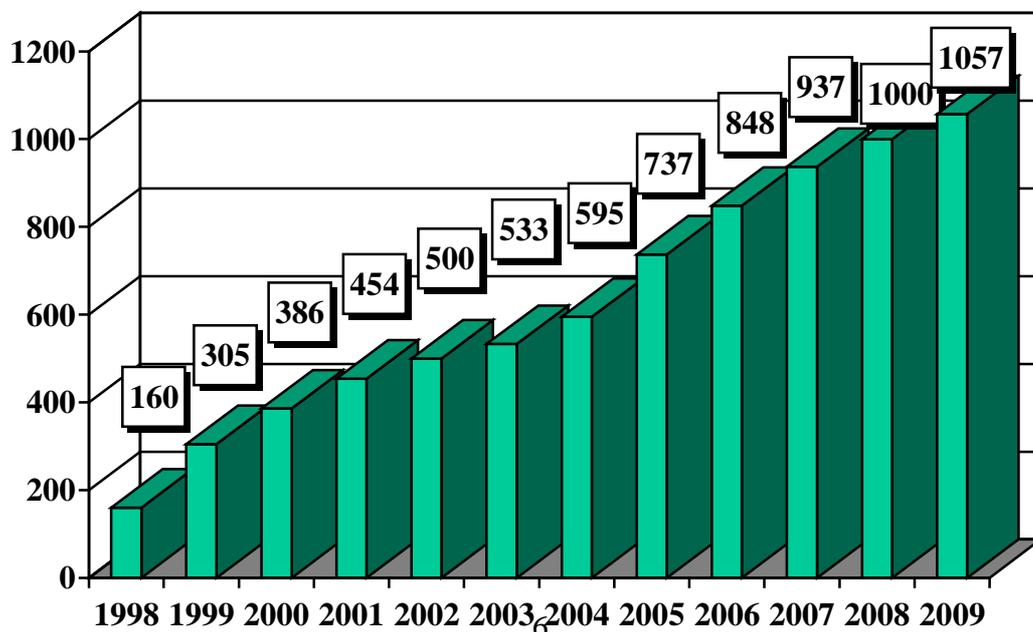
Entwicklung

Die Entwicklung der Mitgliederzahl verläuft weiterhin überaus positiv. Stand: am 1. Januar 2009 1.057 Mitglieder. Die Anzahl der Mitglieder ist zwar nicht das Wichtigste, zeigt aber, dass unsere Ziele von vielen Menschen anerkannt und unterstützt werden.

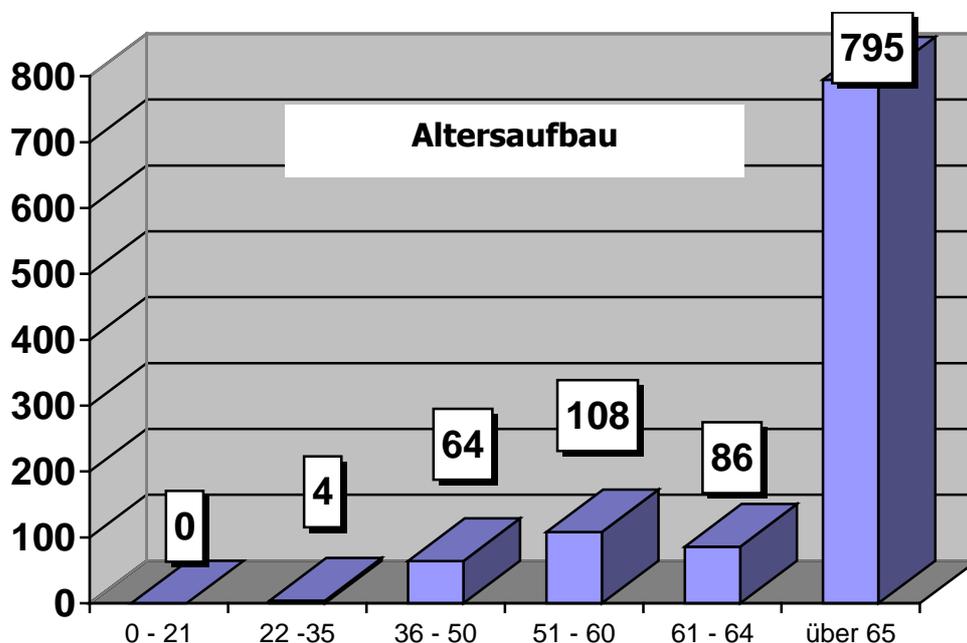


Anzahl der Mitglieder jeweils am 1. Januar des Jahres

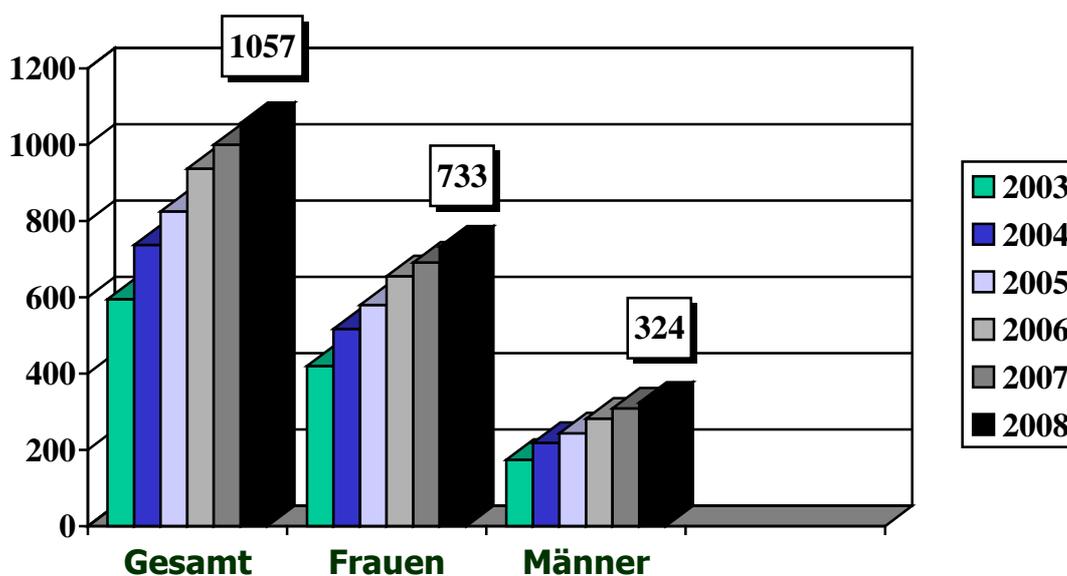
Diese Statistik zeigt jeweils den Stand am 1. Januar des Jahres an. Im Dezember 2008 lag die Mitgliederzahl bei 1.116. Aber zum Jahresende reduzieren wir die Mitgliederzahl um die Abgänge des laufenden Jahres. Bei den Abgängen handelt es sich um Menschen, die verstorben sind oder aber unsere Region durch Umzug verlassen haben.



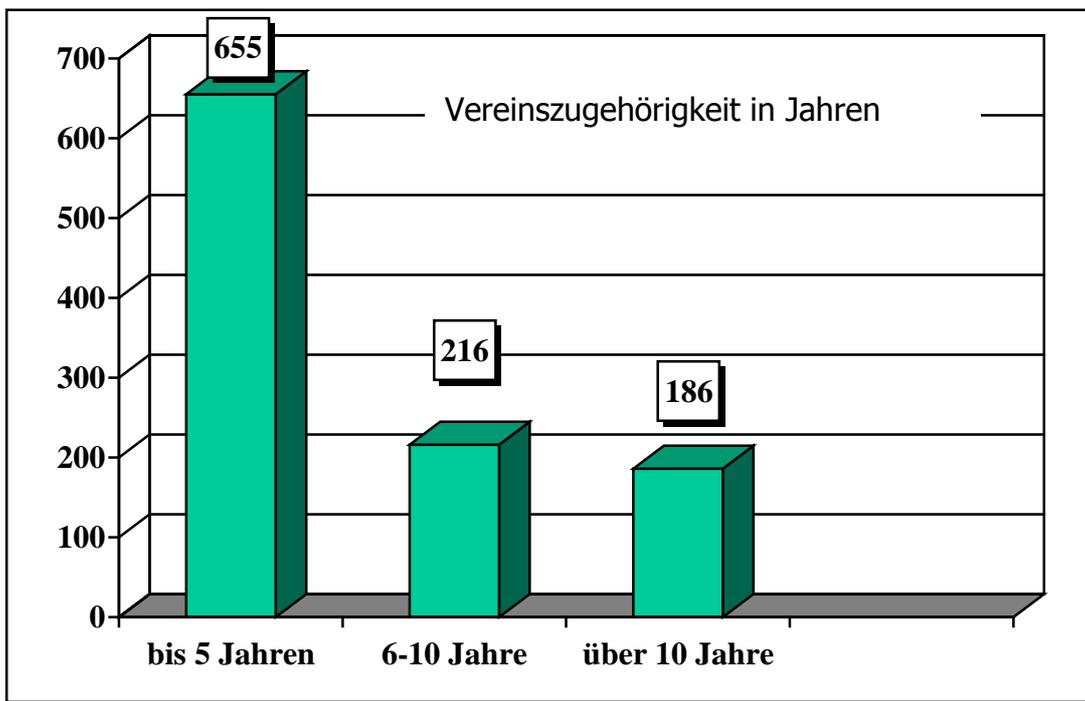
Die relativ hohe Anzahl an Abgängen wird verständlich, wenn wir uns den Altersaufbau unserer Mitglieder betrachten. So sind über 50 % unserer Mitglieder 71 Jahre und älter. Wenn auch die „jüngere“ Generation zahlenmäßig nicht so stark vertreten ist, so werden wir doch in unserer Arbeit von den „Jüngeren“ sehr stark unterstützt.



Entsprechend der demographischen Entwicklung sind der weitaus größte Teil unserer Mitglieder Frauen.

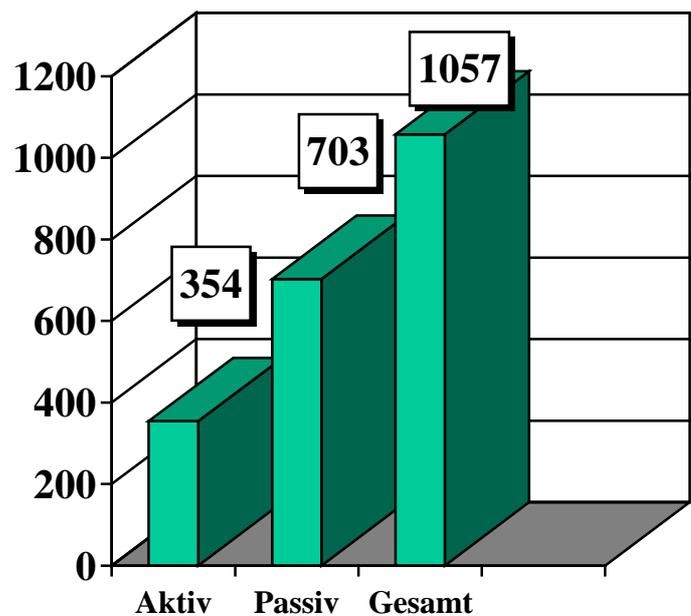


Wir können erfreut und stolz feststellen, dass uns, wie die nachfolgende Grafik der Vereinszugehörigkeit zeigt, die Mitglieder die Treue halten.



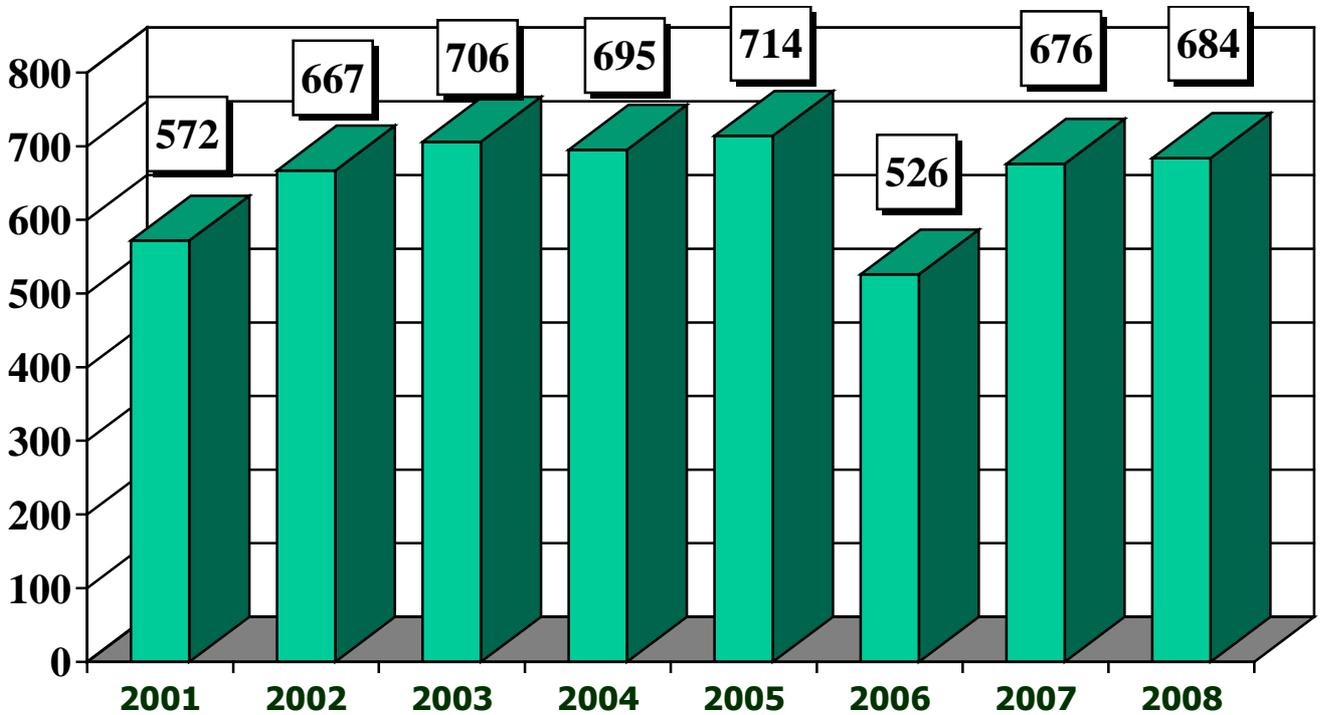
Zusammensetzung

Aktive Mitglieder bieten
Hilfen an
Passive Mitglieder erhalten
Hilfen oder unterstützen den
Verein durch ihre
Mitgliedschaft



Nachbarschaftshilfen

Im Jahr 2008 wurden 684 Nachbarschaftshilfen organisiert und damit pendelten sich die Hilfen auf dem jahrelang hohen Niveau ein.



Natürlich stellt sich für uns die Frage, warum keine weiteren Steigerungen zu verzeichnen sind, obwohl der Verein über ein noch größeres Helferinnen- und Helferpotential verfügt. Diese Entwicklung ist mit anderen hessischen Seniorenhilfen, die ähnlich lange wie wir bestehen, vergleichbar.

Die Ursachen, dass keine Steigerungen erfolgen, liegt nach unserer Erfahrung darin begründet, dass

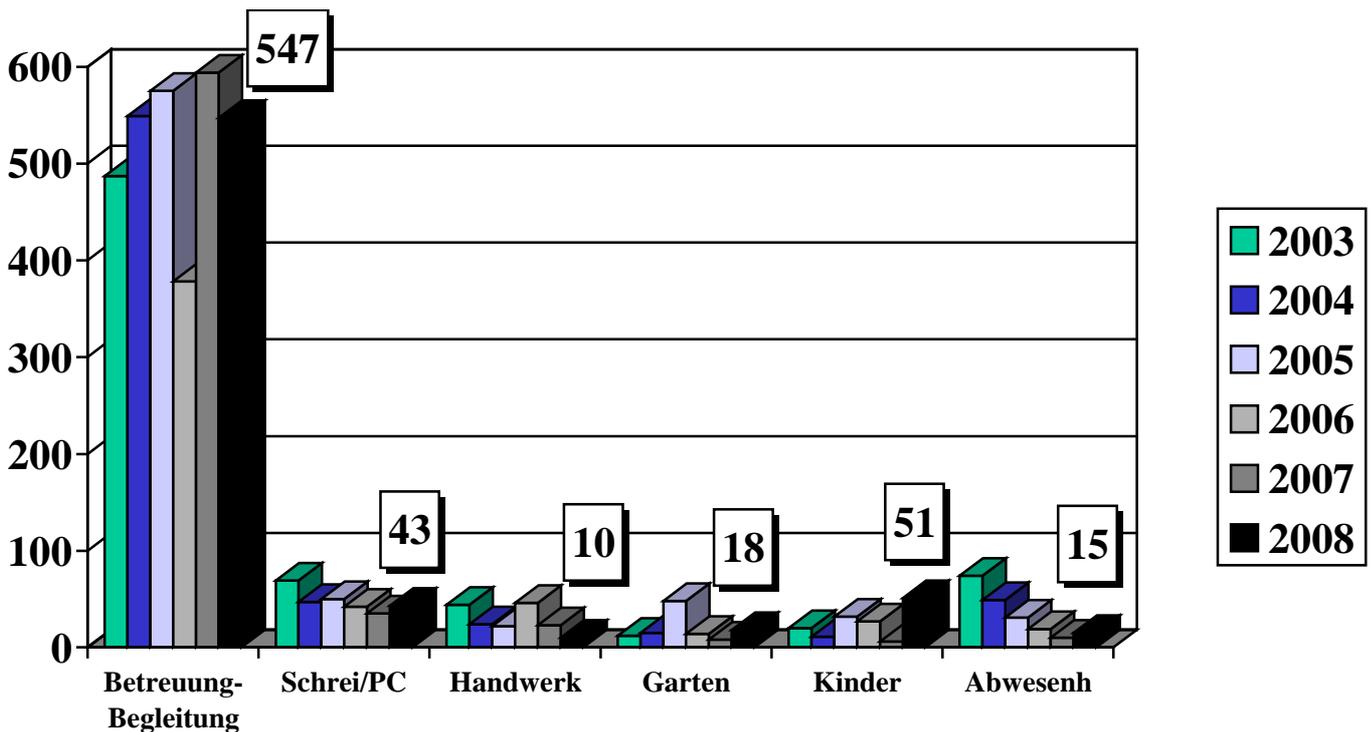
- sich durch unsere Tätigkeit viele hilfsbereite Menschen mit Menschen die von ihnen betreut wurden anfreunden, also Nachbarschaftshilfen auch ohne unsere Mitwirkung möglich sind. Wir sehen dies als eine absolut positive Entwicklung, denn unsere Philosophie ist: Die Welt wäre ein Stück besser, wenn Nachbarschaftshilfen nicht organisiert werden müssten.
- leider immer noch viele Menschen Hemmungen haben, Hilfen anzufordern. Oft erfahren wir einen Bedarf nicht direkt sondern durch Angehörige, Bekannte, die Seniorenberatungsstelle oder unseren Besuchsdienst „Essen auf Rädern“.
- in unserem Bereich, insbesondere in den Stadtteilen Hofheims, Strukturen bestehen, in denen man seinen Nachbarn, seine Hilfsbereitschaft und Möglichkeiten noch kennt.

Fazit: Wir werden weiterhin versuchen, möglichst vielen Menschen zu helfen, sind aber nicht enttäuscht, wenn sich unsere Vermittlungszahlen nicht erhöhen.

Hier unsere Vermittlung in Zahlen:

- Nachbarschaftshilfen wurden von 69 Mitgliedern angefordert. Die Einsätze bei hilfebedürftigen Mitgliedern gehen von einmaliger Hilfe bis zu jährlich 53 Einsätzen.
- 53 Helferinnen und Helfer waren im Bereich Nachbarschaftshilfen im Einsatz. Die Spanne reicht von einmaliger Hilfeleistung bis zu 67 Einsätzen.

Art der Hilfen



Nach wie vor sind wir überwiegend in den Bereichen Betreuung und Begleitung, tätig. Diese Begriffe beinhalten insbesondere Besuche zu Hause, Gespräche, Spaziergänge, Einkaufen, Haushaltshilfen wie z. B. bügeln, Betten beziehen, Gardinen ab- und aufhängen, Hol-Bringservice mit PKW zum Arzt, zur Apotheke, zum Krankenhaus, zum Bahnhof, Einkaufsbegleitung, Tragen der Taschen und Bahnfahrtbegleitung.

Bei der Vermittlung von Hilfeleistungen wird durch unsere Büro-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter streng darauf geachtet, dass es für die angeforderte Hilfe keine professionellen Angebote gibt. Hilfen können nur dann geleistet werden, wenn Notfälle, Krankheit oder Alter im Sinne der Finanzgesetzgebung vorliegen.

Unser Vermittlungsbüro ist viermal wöchentlich mit zwei ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen oder Mitarbeitern besetzt; Montag und Dienstag von 16 bis 18 Uhr, Mittwoch und Freitag von 10 bis 12 Uhr. Außerhalb der Büroöffnungszeiten ist ein Anrufbeantworter geschaltet. Kommunikationsmöglichkeiten bestehen auch per Email oder über unsere barrierefreie Homepage; www.hofheimersenioren.de.

Das Herzstück unseres Vereins – das ehrenamtliche Büroteam zur Vermittlung von Nachbarschaftshilfen

Ursula Berger
Renate Frieser
Volkhard Kiesel
Helga Walzel

Ruth Busch
Marianne Hasel
Erdmuthe Meder

Heidemarie Cantstetter
Christa Keding
Gisela Tan

Kommunikation mit den Mitgliedern

Mitgliederzeitung

Da nicht alle Mitglieder mit uns im direkten Kontakt stehen ist unsere Mitgliederzeitung ein wichtiges Medium der Mitglieder-Kommunikation. Sie informiert über das Vereinsleben, weist auf Termine hin und gibt Tipps für den Alltag.

Auch im Jahr 2008 erschienen wieder drei Ausgaben; Auflagenhöhe jeweils 1.000 Exemplare. Die Beiträge werden vom Redaktionsteam erarbeitet, unsere ehrenamtliche Chefredakteurin erstellt in Zusammenarbeit mit unserem ebenfalls ehrenamtlichen Lektor die druckreife Vorlage. Verteilt wird die Zeitung durch unsere Mitglieder. Je Ausgabe werden maximal zwei seriöse Anzeigen angenommen.

Internet

Das Internet wird immer mehr von der älteren Bevölkerung als wichtige Informations- und Kommunikationsquelle genutzt. Ein jüngeres Mitglied unseres Vereins, Herr Matthias Rehm, betreut unsere barrierefreien Internetseiten ehrenamtlich. Monatlich erfolgen über 1.000 Zugriffe nicht nur aus unserer Region. Auf diese Weise konnten viele Kontakte geknüpft werden, insbesondere ging es hierbei um Hilfen bei Neugründungen, aber auch um Bitten, unser Material nutzen zu können. Selbstverständlich sind wir hier immer gerne behilflich.

Anrufe

Wir versuchen zwar, mit unseren Mitgliedern Kontakt zu halten. Trotzdem gibt es viele, bei denen sich unser Kontakt auf die Mitgliederzeitung beschränkt. Zum Jahresende erstellt unser Büroteam Listen der Mitglieder, mit denen kein direkter Kontakt bestand. Diese werden angerufen, um sich nach ihrem Befinden und eventuellen Hilfewünschen zu erkundigen.

Glückwünsche

Unser Vorstandsmitglied Werner Villmer hat es übernommen, Mitgliedern zu besonderen Geburtstagen oder anderen bemerkenswerten Anlässen, Glückwünsche zu übermitteln. Diese handschriftlichen, den jeweiligen Gegebenheiten angepassten Karten, haben schon sehr viel Freude bei den Adressaten bewirkt und die Zugehörigkeit zu unserer Gemeinschaft bestärkt.

Helfergespräche

Mit aktiven Mitgliedern, die Hilfen anbieten, führt unser Büroteam vor dem ersten Einsatz „Helfergespräche“. Neben dem gegenseitigen Kennenlernen und der

Einweisung in die „Bürokratie“ ist es uns wichtig, die Menschen, die wir als Helfer vermitteln, beurteilen zu können.

Besuchsdienst „Essen auf Rädern“

Seit 2004 betreiben wir den Besuchsdienst „Essen auf Rädern“ in Kooperation mit dem Magistrat der Kreisstadt Hofheim am Taunus und bis April 2008 mit dem Deutschen Roten Kreuz Kreisverband Main-Taunus. Dieser seit fast 40 Jahren bestehende Service versorgt hilfebedürftige Menschen werktätlich mit warmem Essen; für das Wochenende ist die Lieferung von Tiefkühlkost möglich.

Es kann täglich zwischen drei verschiedenen Menüs gewählt werden. Ab-, Neu- und Umbestellungen sind ebenso, wie Lieferungen nur an bestimmten Tagen jederzeit möglich. Diese Flexibilität bedingt einen hohen Arbeitsaufwand, der aber im Interesse der älteren Menschen gerne geleistet wird. Der Servicegedanke und der Dienst am Kunden stehen im Vordergrund.

Bis April 2008 lieferten wir Essen aus, die tiefgefroren von einer Großküche in Norddeutschland an das DRK geliefert wurden um dort aufgetaut und erhitzt zu werden. Unsere Kunden waren mit dem Produkt zufrieden, doch, wie heißt es so schön: Stillstand ist Rückschritt.

In der heutigen Zeit entspricht es nicht dem Umweltgedanken, wenn Transporte über weite Strecken erfolgen und ein hoher Energieaufwand zum Einfrieren, für die Lagerung und das Erhitzen besteht.

Wir haben uns daher auf die Suche nach einem regionalen Anbieter gemacht. Mit der EVIM Service GmbH (Schlockerstiftung) in Hattersheim haben wir, wie wir nach einem Jahr der Zusammenarbeit feststellen können, einen idealen Kooperationspartner gefunden. Vielfalt und Geschmack zeichnen das neue Menü-Angebot der Schlockerstiftung aus. Und für uns ganz wichtig, die Schlockerstiftung ist eine soziale Einrichtung die mit behinderten Menschen arbeitet und sie betreut. Unsere Kooperation trägt also auch dazu bei, die Arbeitsplätze dieser behinderten Menschen zu sichern.

In der „Cook & Chill“ Küche werden alle Gerichte vor Ort in Hattersheim frisch zubereitet. Die Zutaten stammen von Landwirten aus der Pfalz, Fleisch von freilaufenden Tieren aus dem Taunus, so dass die Qualität der Mahlzeiten gewährleistet wird, denn ausgesuchtes Gemüse, Fleisch und Geflügel sind die besten Grundlagen für gelungene Rezepte. Von Montag bis Freitag wird jeweils ein Dessert mitgeliefert und eine köstliche Bereicherung des Mittagstisches ist die Salatzugabe je nach Menüwahl. Auch wer eine Diät einhalten muss oder Kalorien zählt, wird bei den Angeboten fündig. Also: Genuss ohne Reue und das zu einem sehr günstigen Preis, der nur durch den Einsatz der vielen Ehrenamtlichen gehalten werden kann.

Der ursprüngliche Gedanke einer „Versorgung für alle, denen das Kochen und Einkaufen schwer fällt“, wird heute weit übertroffen. Immer mehr Menschen fragen

sich, warum soll ich denn selbst kochen, wenn erfahrene Köche mir die Arbeit abnehmen können? Zudem haben unsere Kunden täglich einen Ansprechpartner, der ihnen vertraut ist und oftmals kleine Hilfeleistungen durchführt. Unsere Ehrenamtlichen, die zum Teil schon über viele Jahre Essen ausliefern, haben etwas, was es selten gibt. Sie haben Zeit und nehmen sie sich, sei es, um ein Schwätzchen zu halten, zusammen eine Zigarette zu rauchen oder auch nur Zuhörer zu sein. Oftmals sind sie die einzige Verbindung zur Außenwelt. Die menschliche Betreuung nimmt bei uns einen breiten Raum ein. Unsere Fahrer/innen sind nicht „Nur-Auslieferer“. Unser Besuchsdienst „Essen auf Rädern“ unterstützt auch Menschen, die aufgrund unterschiedlichster Probleme, z. B. ein Armbruch, nur für eine gewisse Zeit den Menüservice in Anspruch nehmen wollen.

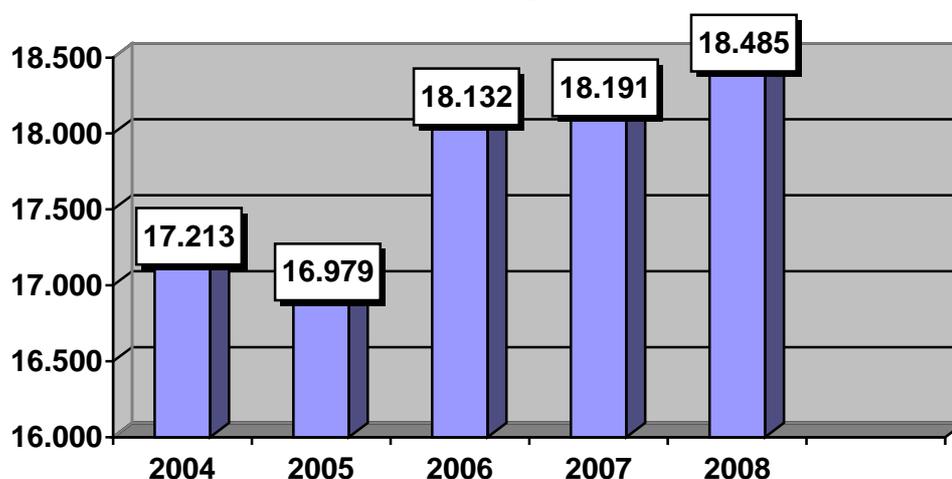
Besonders erfreulich ist für uns, dass wir auch junge Fahrerinnen für den Besuchsdienst gewinnen konnten. Selbst aus umliegenden Kommunen sind Menschen für den Besuchsdienst „Essen auf Rädern“ tätig.

Unsere in 2008 aktiven ehrenamtlichen Fahrerinnen und Fahrer:

Walter Blaschke	Christa Braun	Peter Dietze
Werner Diry	Dodo Duit	Winfried Fleck
Anneliese Fuhr	Rudolf Härle	Irene Krull
Marianne Kuzay	Daniela Lemcke	Margaret Lusty
Sigrid Münch	Franz-Josef Pollmann	Alois Prothmann
Dieter Reinsch	Gesine Reinsch	Michael Schirdewan
Konrad Schneider	Ursula Schröer	Barbara Thielen
Monika Thorhauer	Bert van der List	Gisela Wolf
Klaus Zimmermann		

Unser hauptamtlicher Mitarbeiter wird bei der Organisation vorbildlich von Ehrenamtlichen unterstützt. Ruth Trippel, Ingrid Pelshenke und Barbara Müller sind so gut eingearbeitet, dass sie jederzeit die Aufgaben eigenverantwortlich übernehmen können. In Notfällen steht ferner Gisela Tan zur Verfügung.

Anzahl der ausgelieferten Menüs



Die Anzahl der ausgelieferten Menüs hat sich auf einem hohen Niveau stabilisiert. Dank des Einsatzes der vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer zählen wir zu den günstigsten Anbietern im Main-Taunus-Kreis. Die Menü-Preise konnten stabil gehalten werden:

Menü 1: 4,35 €

Menü 2: 5,25 €

Menü 3: 5,25 €

Aus der Praxis wurde in unserer Mitgliederzeitung berichtet:

**„Essen auf Rädern“
- Ein ehrenamtlicher Fahrer berichtet -**

Als neuer Fahrer bei „Essen auf Rädern“ interessierte es mich, ob die durch unser Fahrerteam versorgten Menschen mit ihrem Essen zufrieden sind. Daher machte ich zusammen mit Frau Ruth Trippel einen Besuch bei Frau Pekovic und ihrem seit einem Unfall schwer behinderten Sohn Alexander. Beide erhalten „Essen auf Rädern“ durch die SNH.

Wir fragten sie, wie sie die von der EVIM Service GmbH (Schiocker-Stiftung) gelieferten Menüs finden, und ob es etwas an der Qualität der Speisen zu bemängeln gäbe. Laut Aussage von Frau Pekovic ist das Essen sehr gut und das Fleisch immer zart. Für ihren Sohn, der durch die Behinderung auch Schluckbeschwerden hat, ist es von großem Vorteil, dass bei den Menüs immer viel Soße dabei ist. Auch der Salat und das Dessert seien immer gut.

Frau Pekovic erzählte uns, dass die Fahrer, die das Essen bringen, sehr nett, freundlich und hilfsbereit sind. Da sie durch die Rundumversorgung des behinderten Sohnes schon fast keine Zeit für andere Erledigungen hat, könnte sie selbst nicht noch kochen, und ist daher auf „Essen auf Rädern“ angewiesen. Im übrigen wäre nicht nur das frisch zubereitete Essen, das Montag bis Freitag geliefert wird sehr gut, sondern auch die fürs Wochenende gelieferte Tiefkühlkost, die von ihr in der Mikrowelle aufgewärmt wird.

Als Fahrer freut es mich sehr, dass ich so den Menschen helfen kann. Selbstverständlich stehe ich auch als ihr Ansprechpartner für kleine Hilfeleistungen zur Verfügung. Es macht mir einfach Spaß, für andere da zu sein.

Fahrten, Studienreisen, Veranstaltungen

Fahrten zum Staatstheater Mainz werden im Rahmen eines Abonnements von unserem stellv. Vorsitzenden Volkhard Kiesel organisiert. Weitere Fahrten und Studienreisen werden vom Arbeitskreis „Freizeit“ in eigener Verantwortung geplant, organisiert und durchgeführt.

Diese Gemeinschaftserlebnisse für ältere Bürgerinnen und Bürger sind sehr gefragt. Durch den Einsatz der vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer ist eine sehr günstige Preisgestaltung möglich.

Wie unsere Mitglieder die Reisen bewerten, geht aus den folgenden Artikeln von Teilnehmern aus unserer Mitgliederzeitung hervor:

Berlin ist eine Reise wert

Die SeniorenNachbarschaftsHilfe veranstaltete eine Studienreise nach Berlin. Am Dienstag, dem 24.06.2008, fuhr der Bus bei schönem Wetter mit 42 Seniorinnen und Senioren von Hofheim über die Autobahn nach Berlin. Trotz Staus vor Berlin kam die Reisegruppe an ihrem Zielort an. Im Hilton Hotel am Gendarmenmarkt wurden die Zimmer verteilt. Anschließend bot das Hotel ein reichhaltiges Abendmenü. Am nächsten Tag ging es gestärkt durch ein großes Frühstücksbuffet zu einer ganztägigen Führung durch die westlichen Bezirke Berlins, mit Besuchen in Potsdam und dem Olympiastadion, wo wir vom Glockenturm aus das schöne Berlin im Grünen liegen sahen. Weiter ging die Fahrt nach Sanssouci. Unser Reiseleiter zeigte uns die besonderen Sehenswürdigkeiten des Parkes. Abends war Sport angesagt: die Fußball-Europameisterschaft im Fernsehen.

Am 3. Tag der Reise stand die Besichtigung des Reichstages inklusive einem Gespräch mit dem MdB Herrn Reichenbach an. Der Nachmittag stand zur freien Verfügung.

Das Schiffshebewerk in Niederfinow war das Highlight des 4. Tages. Das Mittagessen nahmen wir in einer alten Schmiede in Zepernick ein. Danach gab es eine Führung mit dem Reiseleiter durch die östlichen Bezirke Berlins. Der vorletzte Tag der Studienreise bot uns eine Schifffahrt auf der Spree, wo wir noch mal viele Sehenswürdigkeiten aus der „Wasserperspektive“ bestaunen konnten. Nachmittags hatten wir Zeit zur eigenen Verfügung, die viele nutzten um ein paar Reiseandenken zu kaufen. Die Zeit in Berlin ging zu Ende mit dem Besuch der „Glanzlichter der Revue“ im Friedrichstadtpalast.

Auf unserer Heimreise nach Hofheim servierte uns unser Busfahrer Oli bei einer Rast Bockwurst, Weck und Getränke, und brachte uns wohlbehalten wieder zurück.

Alle, die an dieser Studienfahrt teilgenommen haben bedanken sich herzlich bei unseren Reiseleitern Ulrike Weise und Michael Breitenbach für diese wunderbare Fahrt und gute Betreuung. Und alle sind der Meinung: „Berlin war eine Reise wert“.

Schön war es: in Dresden!

Wieder mal ein Höhepunkt war unsere Reise nach Dresden. Die zahlreichen Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren sich einig. Was bei dieser Reise den meisten Eindruck hinterlassen hat: darüber konnte man sich unterhalten. War es das sehr gute Hotel mit seinen Angeboten und seiner Lage direkt am Altstadtzentrum? Oder aber die verschiedenen Führungen mit Bus oder per Fuß in Dresden u. a. mit der Frauenkirche, der Semperoper, dem Zwinger oder aber doch der Besuch des Historischen Grünen Gewölbes?

Die Fahrt in die Sächsische Schweiz mit Besuch der Festung Königstein, die Aussicht von der Bastei, der Aufenthalt im Schlosspark Pillnitz und die anschließende Raddampferfahrt zurück nach Dresden hat viele interessante Eindrücke hinterlassen. Ebenso informativ war die Fahrt nach Meißen. Die Führung im Porzellan-Museum begeisterte ebenso wie der anschließende Stadtrundgang und der Abstecher zum Schloss Moritzburg. Ein Abendessen im Gewölberestaurant Pulverturm schloss das Angebot einer gelungenen Reise ab.

Die Reise wurde von Volkhard Kiesel so gekonnt geplant und zusammen mit Michael Breitenbach durchgeführt, dass man sich gut aufgehoben fühlen und entspannen konnte. Man war gegen alles gewappnet, selbst wenn jemand krank wurde.

Das Wichtigste auch an dieser Reise, man konnte die Seele baumeln lassen, es war alles bestens vorbereitet und es konnten innerhalb dieser harmonischen Reisegruppe alte Bekanntschaften gepflegt oder neue geschlossen werden.

Veranstaltungskalender 2008

Januar

13.01. **Staatstheater Mainz Theaterabo**
"Des Teufels General", Schauspiel

17.01. **Neujahrsempfang**

Februar

13.02. **Polar Mohr** Werksbesichtigung
Halbtagesausflug

05.02. **Fasching im Café-Treff** bei Kaffee/Tee und Kuchen
im Seniorenzentrum

17.02. **Staatstheater Mainz Theaterabo**
"Aufstieg und Fall der Stadt Mahagonny", Oper

26.02. **Oster Dekoration** basteln mit Teilnehmern aus dem
Mütterzentrum

März

05.03. **Speyer** *Ganztagesausflug*

11.03. **Ostereier malen** mit Teilnehmern aus dem
Mütterzentrum

19.03. **Opelvillen**, Rüsselsheim, Zentrum für Kunst
Halbtagesausflug

25.03. Informationsveranstaltung Kunstaussstellung

April

06.04. Informationsstand im Rathaus Foyer
„Wohnen und Leben im Alter“

15.04. Mitgliederversammlung ARBES

16.04. **Kühkopf/Oppenheim** Wanderung im
Naturschutzgebiet mit Weinprobe *Ganztagesausflug*

22.04. **Mitgliederversammlung**

24.04. **Kräuterwanderung** Bauerlöcherwiesen
Halbtagesausflug

Mai

14.05. **Rastatt** mit Stadtführung
Ganztagesausflug

18.05. bis 04.06 **Kunstaussstellung der SNH**
Rathausfoyer, Hofheim

Juni

01.06. **Staatstheater Mainz Theaterabo**
"balletmainz-Progr. XXVII"

12.06. **Hessentag** in Homburg/Efze
Ganztagesausflug

24.06 bis 29.06 **Seniorenreise Berlin**

Juli

05.07. **Sommerfest der SNH** mit Flohmarkt
ab 12:00 Uhr Seniorenzentrum

07.07. Treffen Fahrerinnen und Fahrer „**Besuchsdienst Essen auf Rädern**“ mit dem Vorstand

23.07. **Maria Laach/Eifel Benediktinerabtei** sowie Lava-Dome Erlebnismuseum Mendig **Ganztagesausflug**

August

05.08. Vorstellung des Vereins beim „**Kulturdialog**“

17.- 22.08. **Seniorenreise Dresden** und Umgebung

31.08. Stand beim **Hofheimer Kulturfest**

September

07.09. Stand bei „**Klinik Dr. Luft**“

10.09. **Wetzlar** *Ganztagesausflug*

10.09. **Fachtagung „Zuhause ist es am schönsten“**

Oktober

09.10. **Spessarttrundfahrt** mit Kaffee und Kuchen
Ganztagesausflug

16.10. **Weinprobe beim Weingut Gruber** *Halbtagesausflug*
Aspishheim / Rheinhessen

November

05.11. **Fulda** *Ganztagesausflug*

26.11 Vereinstvorstellung beim **2. Netzwerktreffen Hessen**
der Landesehrenamts Agentur

Dezember

02.12. Stand und Garderobendienst bei der **Senioren-Weihnachtsfeier** Stadthalle

06./07. 12. **Adventsmarkt / Stand der SNH**

09.12. **Weihnachtsfeier im Café-Treff**

11.12 Stand **Markt der Möglichkeiten**

18.12. Interne **Weihnachtsfeier**

Selbstverwaltetes Seniorenzentrum

Seit 1986 steht das „Hofheimer Seniorenzentrum“ zur Förderung und Begleitung des bürgerschaftlichen Engagements älterer Menschen zur Verfügung. Hier knüpfen ältere Menschen neue Kontakte, bringen eigene Erfahrungen, Kompetenzen und Interessen ein, um neuen, selbstbestimmten Betätigungen und Aufgaben nachzugehen.

Die Räume in der Hattersheimer Straße 5 waren das Wunschquartier des damaligen Seniorenbeirats. Die Erwartungen an die Seniorenarbeit haben sich mittlerweile verändert. Stand vor 20 Jahren Geselligkeit im Vordergrund, trifft man sich heute vermehrt um gemeinsame Interessen zu pflegen oder sich fortzubilden. Den veränderten Anforderungen und der Anzahl der Besucher entspricht das Raumangebot nicht mehr.

Wir sind daher dankbar, dass die Stadtverordnetenversammlung der Verlegung des Seniorenzentrums in das „Kellereigebäude“ am 15. März 2006 einstimmig zustimmte. Wir arbeiten in der Arbeitsgruppe „Umbau und Sanierung des Kellereigebäudes“ mit und erleben so direkt, wie schwierig es ist, hier die unterschiedlichen Interessen der beteiligten Institutionen zu koordinieren. Wir sind aber sicher, dass sich die, auch finanziell aufwendigen Renovierungsarbeiten lohnen und wissen natürlich auch, dass dies Zeit in Anspruch nimmt. Dies ist zwar ärgerlich, aber wir glauben, die Wartezeit lohnt sich, denn dann stehen uns schöne Räume in einem historischen und zentral gelegenen Gebäude zur Verfügung.

Cafe-Treff

Der im April 2006 gegründete Cafe-Treff hat sich etabliert und wird von jeweils 30 bis 50 Menschen besucht. Die Organisation und Betreuung erfolgt ehrenamtlich durch:

Eva Dörr	Anne Fuhr
Marianne von Hörsten	Katharina Prag
Elisabeth Raffael	Christel Schaaf

Neben der Geselligkeit werden selbstgebackene Kuchen und Torten zum Selbstkostenpreis angeboten. Auch behinderte Bürgerinnen und Bürger können am Café-Treff teilnehmen. Bei Bedarf kann ein Hol- und Bringdienst angefordert werden.

Regelmäßige Angebote „AKTIV im ALTER“

Im städtischen Seniorenzentrum bietet die SeniorenNachbarschaftsHilfe e.V. in Kooperation mit dem Magistrat der Kreisstadt Hofheim am Taunus regelmäßig Kurse sowie Gruppen- und Informationsangebote für Hofheimer Seniorinnen und Senioren an.

Sprachen:

- Englisch Stammtisch II - Montag 08.15 Uhr Seniorenzentrum
- Englisch Stammtisch III - Montag 09.45 Uhr Seniorenzentrum
- Dänisch Gruppe - Montag 19.00 Uhr Seniorenzentrum
- Französisch Stammtisch - Dienstag 10.15 Uhr Seniorenzentrum
- NEU Englisch Stammtisch I – Dienstag 10:15 Uhr Seniorenzentrum

Sport, Bewegung & Gesundheit:

- Kegeln - (14-tägig) Dienstag 14.45 Uhr Keglerklausur/ Stadthalle
- Tanzkreis - Montag 10.00 Uhr Haus der Vereine
- Tischtennis - Mittwoch 14.00 Uhr Sporthalle Steinbergschule
- Fahrradgruppe - (14-tägig) Donnerstag 11.00 Uhr nach Absprache (Anmeldung erforderlich)
- Faustball - Freitag 09.00 Uhr Ländcheshalle, Wallau
- Wassergymnastik - Freitag 09.00 Uhr Rhein-Main-Therme (Anmeldung erforderlich)
- Wassergymnastik - Freitag 12.00 Uhr Rhein-Main-Therme (Anmeldung erforderlich)
- Senioren-Gymnastik - Mittwoch 10.00 Uhr Haus der Vereine
- Gedächtnistraining - Dienstag 18.00 Uhr Seniorenzentrum (Anmeldung erforderlich)
- Nordic Walking für Senioren – Montag 09.00 Uhr, Dienstag 10.00 Uhr, Donnerstag 16.00 Uhr (Anmeldung erforderlich)
- NEU Atem und Stimme – Mittwoch 09:30 Uhr

Kultur & Geselligkeit:

- Literaturkurs - Mittwoch 18.00 Uhr Seniorenzentrum (Anmeldung erforderlich)
- Bandprobe Hot Seniors - Donnerstag 20.00 Uhr Seniorenzentrum
- Singkreis - Donnerstag 14.00 Uhr Seniorenzentrum
- Frauenfrühstück - monatlich Mittwoch 09.00 Uhr Pfälzer Hof
- Seniorenmalkreis - Freitag 14.30 Uhr Seniorenzentrum
- Skat & Rommégruppe - Montag 13.00 Uhr Seniorenzentrum

- Handarbeitsgruppe - Mittwoch 14.30 Uhr Seniorenzentrum
- Schachtreff - Freitag 14.00 Uhr Seniorenzentrum

Computer:

- Internet-Treff - Donnerstag 16.00 Uhr Seniorenzentrum. Im Internet Cafe stehen vier Computer-Plätze zur Verfügung. Die Hard- und Software wurde von der SeniorenNachbarschaftsHilfe durch Spenden finanziert.

PC- und Internet-Schulungen

Zur Förderung einer möglichst selbständigen Lebensführung gehörten neben unseren traditionellen Angeboten auch das Heranführen an die modernen Kommunikationstechniken. Man kann bedauern, dass persönliche Dienstleistungen immer mehr durch „Elektronik“ ersetzt werden, aber wir können diese Entwicklung nicht aufhalten. Daher haben wir uns aber vorgenommen, älteren Menschen bei der Bewältigung dieser Herausforderungen behilflich zu sein.

Im Seniorenzentrum werden bereits seit vielen Jahren erfolgreich die unterschiedlichsten Computer- und Internetkurse angeboten. Die Schulungen unterscheiden sich von anderen Anbietern dadurch, dass auf die Bedürfnisse älterer Menschen Rücksicht genommen wird, Fragen eingehend, wenn notwendig auch mehrfach, behandelt werden.

Diese besondere Art der Schulungen hat jetzt auch bundesweit Anerkennung gefunden. Die Zeitschrift des Bundesbahn-Selbsthilfe-Werkes – Auflage ca. 360.000 Exemplare – hatte dieses Jahr bereits über die Tätigkeit unseres Mitarbeiters Michael Breitenbach berichtet.

In der August Ausgabe der Hessischen Seniorenblätter – Herausgeber ist das Hessische Sozialministerium – wurde jetzt erneut über unsere Angebote informiert: Artikel in „Hessische Seniorenblätter 91/August 2008“

Pionier des Computertrainings für Senioren „Das Geheimnis entzaubern“

Michael Breitenbach über Erfahrungen mit Senioren.

Hessische Seniorenblätter: Herr Breitenbach, welche Altersgruppen kommen in Ihre Kurse?

Michael Breitenbach: Das Spektrum reicht von Mitte 50 bis 88. Zu einem Kurs kamen mal zwei Damen im Alter von 61 und 85, und die eine sagte: Ich bin die Mutter. Sie ist nur ein Beweis für eine allgemeine Erfahrung: Ich bin zu alt zum Lernen, das gibt es nicht!

Was ist das Hauptmotiv?

Das Wichtigste ist, an der Gesellschaft auch bei Veränderungen teilhaben zu können, sich nicht ausgeschlossen zu fühlen.

Wie fangen Sie an?

Die Teilnehmenden müssen in ihrer eigenen Lebenswelt abgeholt werden, nämlich aus einer Welt ohne Computer. Man darf nichts voraussetzen. Deshalb nehme ich erst Mal einen alten PC ganz auseinander und versuche, das Innenleben zu erklären. So wird das Geheimnisvolle entzaubert. Wichtig ist auch, die vielen Begriffe aus dem Englischen jeweils zu übersetzen.

Worauf kommt es bei der Unterrichtung von Älteren noch an?

Vor allem darauf, dass nicht der dritte vor dem ersten Schritt getan wird. Viele wollen sozusagen gleich auf die Datenautobahn, Fotos digital bearbeiten oder Videos schneiden.

Beginnen sollte man aber mit ganz einfachen Grundlagen, etwa mit der Sitzhaltung zum Monitor, wie ich es vermeide mich zu verkrampfen und die Augen zu sehr anzustrengen.

Meinen viele Ältere nicht, das alles sei für sie zu kompliziert?

Viele sagen zuerst: Ach Gott, die Technik, das lerne ich ja nie. Wir nehmen ihnen die Angst durch Üben, nicht viel, manchmal nicht mehr als ein Viertelstündchen in der wöchentlichen Doppelstunde. Dieses Lernen durch eigenes Tun funktioniert ganz gut. Dabei ist mir wichtig: Fragen sind jederzeit erlaubt. Lieber erkläre ich jemandem drei, vier Mal etwas an einer Stelle am Laptop, als dass er mit dem Gefühl geht, dieses oder jenes nicht verstanden zu haben.

Aus welchen Milieus kommen die Teilnehmer?

Die Mischung ist so bunt wie das Leben. Da bildet sich ein durchaus positives Spannungsfeld aus verschiedenen Gesellschaftsschichten. Das Spektrum reicht vom Banker, der sich dank seiner Sekretärin bis zur Pensionierung um das Internet rummogeln konnte bis zur Hausfrau, die ganz verwundert fragt: Sie waren Bankvorstand und Sie können das nicht? Dass der nicht schlauer ist als sie, hebt auch ihr Selbstbewusstsein.

Internet führt in die Einsamkeit, wird oft gesagt. Sehen Sie das auch so?

Nein. Im Gegenteil. Unsere Kurse schaffen auch ganz neue soziale Beziehungen durch gemeinsames Interesse an Themen, die andere Unterschiede wie Bildungsgrad oder soziale Stellung aufheben. Gerade alleinstehende Ältere üben gerne zusammen, gehen dann auch zusammen Kaffeetrinken, machen sogar Urlaub miteinander.

Woran erkennen Sie Erfolg?

Wenn etwa jemand, der mit „Ich lerne das nie!“ angefangen hat, stolz berichtet: „Ich habe mir ganz alleine eine Last-Minute-Reise gebucht.“

Der Dipl.-Sozialpädagoge Michael Breitenbach (46) gehört zu den Pionieren des Computertrainings für Senioren in Deutschland. Er ist bei der Senioren-Nachbarschaftshilfe Hofheim im Taunus tätig, die von der Bundesregierung als eines von „15 guten Beispielen“ für ehrenamtliches soziales Engagement ausgezeichnet worden ist. (www.hofheimersenioren.de) Dort hat er Computer- und Internetkurse für Senioren entwickelt, die er auch selbst durchführt. Im Interview gibt er Auskunft über wichtige Erfahrungen



Weitere Angebote

Werkstatt

Dem städtischen Seniorenzentrum steht eine gut ausgestattete Werkstatt zur Verfügung. Sie wird vielseitig genutzt. So werden im Rahmen der Nachbarschaftshilfe kleinere Reparaturen, für die es keine gewerblichen Anbieter gibt, durchgeführt. Es finden generationsübergreifende Projekte statt; z. B. Erhaltungsarbeiten für das Spielmobil oder Holzwerkstatt für die Ferienspiele. Auch wird sie von Hofheimer Bürgern gerne genutzt; z.B. für Holzskulptur Arbeiten oder zur Fertigung von Kulissen für das „Theater der Generationen“.

Unserer Ansicht nach, muss dieser Teil des Seniorenzentrums unbedingt erhalten bleiben. Die Werkstatt kann jedoch im Kellereigebäude nicht mit untergebracht werden. Beim Magistrat wurde vom Seniorenbeirat der Kreisstadt Hofheim am

Taunus angefragt, welche Möglichkeiten bestehen, dieses Angebot des Seniorenzentrums in unmittelbarer Nähe des Kellereigebäudes unterzubringen.

Hofheim Pass

Bei allen Veranstaltungen, für die Eintritt verlangt wird, gewähren wir 50% Ermäßigung für Hofheim-Pass-Inhaber.

Selbstverteidigung – Gedächtnis-Training

Kurse zur Selbstverteidigung für Senioren und zum Gedächtnistraining können zur Zeit auf Grund der Belegung des Seniorenzentrums nicht realisiert werden. Diese können erst nach dem Umzug in das neue städtische Seniorenzentrum angeboten werden.

Arbeitsgemeinschaft

bürgerschaftlichen Engagements/Senioreninitiativen (ARBES)

Seit Anfang des Jahres 2006 hat die Dachorganisation Arbeitsgemeinschaft Bürgerschaftliches Engagement und Senioreninitiativen (ARBES Hessen e.V.) mit seinem Vorsitzenden Rolf Felix ihren Sitz nach Hofheim verlegt. Damit wird die Kreisstadt auch auf diesem Gebiet hessenweit bekannt. Unser stellvertretender Vorsitzender Volkhard Kiesel wurde in den Vorstand als Schriftführer gewählt.

Wohnen im Alter

Auch in Hofheim wird die Anzahl älterer Menschen, insbesondere der „Hochbetagten“, in den nächsten Jahren kräftig steigen. Die überwiegende Anzahl älterer Menschen will auch im Alter in den „eigenen vier Wänden“ wohnen bleiben. Um dies zu unterstützen ist das Hofheimer Netzwerk – Senioren-Beratungsstelle, Horizonte Hospizverein und SeniorenNachbarschaftshilfe - besonders wichtig. Neben unseren Hilfestellungen, wie Nachbarschaftshilfen und dem Besuchsdienst Essen auf Rädern, sind insbesondere auch Beratungen z. B. beim Umbau von Wohnungen wichtig, die bei Pflegebedürftigkeit eine ambulante Pflege ermöglichen und erleichtern.

Seniorenwegweiser - Einkaufshilfen

Uns wurde eine Broschüre aus Großauheim bekannt, in der örtliche Unternehmen mit ihren Serviceangebote für ältere und behinderte Menschen aufgelistet sind. Da wir wissen, dass auch in Hofheim Serviceleistungen wie z. B. kostengünstige oder kostenfreie Hauslieferungen angeboten werden, waren wir der Meinung, dass diese Angebote, auch im Interesse des Wirtschaftsstandorts Hofheim und dem Niedergang der örtlichen Nahversorgung, besser bekannt zu machen sind. Innerhalb unseres „Hofheimer Netzwerkes“ baten wir den Seniorenbeirat, diese Idee weiter zu bearbeiten. Die Senioren Beratungsstelle investierte viel Arbeit darin, diesen Einkaufsführer, auch nach den Wünschen des Behindertenbeirats, zu erstellen. Dass diese Auflistung einen neu zu schaffenden Seniorenwegweiser beigefügt werden soll, übertrifft alle unsere Erwartungen.

Resümee

Die Zusammenarbeit der vielen Ehrenamtlichen mit professioneller Unterstützung durch unseren hauptamtlichen Mitarbeiter hat sich bewährt. Auf diesem Weg konnte

das Angebot für ältere und hilfsbedürftige Menschen weiter bereichert und ausgebaut werden. Ohne den engagierten Einsatz der vielen Ehrenamtlichen wäre der hohe Standard undenkbar.

Besonders die niederschweligen Beratungsangebote in allen Lebenslagen wirken sich durch die intensive Zusammenarbeit innerhalb des „Hofheimer Netzwerkes“ positiv aus. Wir sind immer wieder erstaunt, wenn Interessenten aus anderen Kommunen, das was für uns bereits zur Selbstverständlichkeit geworden ist, als wünschenswert für ihren Bereich bezeichnen und um Hilfestellung bitten, die wir natürlich gerne geben.

Wir bedanken uns bei allen Menschen und Institutionen die unsere Arbeit unterstützen und es uns so ermöglichen, unsere Vereinsziele umzusetzen.