Zum Mitnehmen !

Ausgabe Januar bis April 2017

Aktiv im Alter

Wegweiser für Seniorinnen und Senioren der Stadt Erlensee

Informationen. Treffen. Spiele.
Kurse und vieles mehr.

Da können Sie mitfahren:

* Musical „Ich war noch niemals in New York“ - Frankfurt
* Toskana Therme - Bad Orb
* Betriebsbesichtigung Industriepark - Frankfurt Höchst
* Fritzlar - inkl. Dombesichtigung

Inhaltsverzeichnis

Titelbild: Wolfgang Racek	1
Inhaltsverzeichnis	2
Gemeinsames Vorwort	3
Pflegediscount	4
Aktiv im Alter - das Portrait: Ellen und Georg Paulus	5
Neues aus der Stadtbücherei | Förderverein Stadtbücherei Erlensee	6
Café-Nachmittag: Französisches Flair im "Café de Paris" (19.3.) Allerlei Kultur + Seniorenbüro	7
Hallenbad Erlensee: Betriebsbesichtigung (30.1.) | Seniorenvormittag (14.3.)	8
Umfrage des Seniorenbeirats Erlensee | Auswertung	9
Aktiv im Alter - das Portrait: Carola Kruhl-Sovanyka | SoWieDaheim	10
Mehrtagesfahrt: Saarland (19.-23.6.) | Rückblick: "Der Medicus"	11
Racktours-Reisen	12
Seniorenfahrt: Alte Oper Frankfurt "Ich war noch niemals in New York" (5.1.)	13
Seniorenfahrt: Bad Orb - Toskana Therme (23.2.)	13
Seniorenfahrt: Höchst (23.3.) | Fritzlar (27.4.)	14
Seniorenkino im "Luxor" Nidderau | unbekannte Titelbilder | Sudoku	15
Regelmäßige Treffen und Veranstaltungen	16-17
Selbsthilfekontaktstelle SEKOS Hanau | Selbsthilfegruppe für Angehörige von Demenzerkrankten	18
Sicherheitsberater Erlensee | Seniorentipps der Polizei	19
Nähkurse	20
Mal-Kurse | Gedächtnis-Training | Englisch-Kurse	21
Handy-und Smartphone-Treff | Laptop-Treff 60plus	22
"Tatort Internet" - Sicherheitstipps	23
Seniorenfasching (7.2) AWO + Seniorenbüro | AWO Veranstaltungen | Gedächtnistraining	24
Informationen: Palliativ- und Hospizversorgung | Sudoku-Lösungen	25
Pflegestützpunkt | Seniorenpass | Rentenanträge	26
Informationen: Patientenverfügung + Vorsorgevollmacht | Seniorentanz	27
Mobile Bürgerhilfe Erlensee	28
"Zeit für mich" - Kursangebot für pflegende Angehörige	29
Ihre Ansprechpartner im Seniorenbeirat und im Seniorenbüro der Stadt Erlensee	30
Kontakte | Öffnungszeiten | Impressum	31
Impressionen aus Erlensee (Wolfgang Racek)	32

In eigener Sache!

Haben Sie Anregungen, Kritik oder Ideen für diese Zeitung? Oder einen interessanten Beitrag?
Das Seniorenbüro der Stadt Erlensee freut sich auf Ihre Meinung und Vorschläge!
Sandra Wunder Tel: 06183-915155 - Mail: *swunder@erlensee.de*
Jasmin Jäger Tel: 06183-915156 - Mail: *jjaeger@erlensee.de*
Die Seniorenzeitung finden Sie ebenfalls im Internet:
www.erlensee.de (*Leben in Erlensee, Senioren*), sowie: **www.erlensee-aktuell.de** (*Infos, Senioren*),
oder: **www. sozialnetz.de/s-erlensee** und: **www.familienhomepage-erlensee.de**

Dr. Axel Friedrich, Sandra Wunder, Bürgermeister Stefan Erb

Liebe Seniorinnen und Senioren,

schon wieder ist ein Jahr vergangen und wir schauen gespannt auf das Jahr 2017.
Sicherlich haben Sie schon die ein oder anderen Pläne, was Sie im neuen Jahr erledigen,
aber auch was Sie erleben möchten.

Auch wir möchten gerne dazu beitragen, dass ein spannendes und abwechslungsreiches neues Jahr voller schöner Erlebnisse auf Sie zukommen wird und haben deshalb wieder einige interessante Angebote geplant.
So zum Beispiel unsere seit vielen Jahren regelmäßig stattfindenden und beliebten Tagesfahrten.
Sei es ein Besuch des Erfolgsmusicals *"Ich war noch niemals in New York"* in der Alte Oper Frankfurt,
ein entspannter Besuch der Toskana Therme in Bad Orb, eine Betriebsbesichtigung in Frankfurt Höchst,
oder eine Dombesichtigung in Fritzlar - es sollte für jeden Geschmack etwas dabei sein.

Im Juni steht außerdem wieder unsere beliebte Mehrtagesreise an -
diesmal geht es in das schöne Saarland mit Ausflügen nach Frankreich und Luxemburg.

Des Weiteren möchten wir Ihnen schon jetzt ein ganz besonderes Fest in diesem Jahr ankündigen:
Am Wochenende des 24. und 25. Juni 2017 wird Erlensee zum fünfjährigen Bestehen der Stadtrechte
ein *Stadtfest auf dem Rathausvorplatz* veranstalten.

Daneben bieten wir wieder einige abwechslungsreiche Kurse und Infoveranstaltungen an.
Auf besonders großes Interesse ist beispielsweise der in Kooperation mit der Georg-Büchner-Schule
stattfindende Handytreff gestoßen, der im nächsten Jahr weiter fortgesetzt wird.

In der letzten Ausgabe der "Aktiv im Alter" war eine *Umfrage des Seniorenbeirates* beigelegt.
An den Ergebnissen und Informationen, die daraus gewonnen wurden, möchten wir Sie selbstverständlich
teilhaben lassen.

Zu guter Letzt wünschen wir Ihnen noch einen guten Start in das neue Jahr 2017 und ganz viel Spaß beim Lesen.
Wir hoffen, Sie bei der einen oder anderen Veranstaltung zu sehen!

Dr. Axel Friedrich Vorsitzender des Seniorenbeirats	Sandra Wunder Seniorenbüro	Stefan Erb Bürgermeister

Deutschlands einzigartiger Markt für private, pflegende Angehörige!

IN GELNHAUSEN

Über 1.500 PFLEGE-Hilfsmittel
SEHEN, ANFASSEN, VERSTEHEN!

Pflege-Discount

Pants, Windeln, Einlagen, Vorlagen, Inko-Slips etc.

... die Ihren Angehörigen wirklich trocken halten!

Inkontinenz-Betteinlagen, -Auflagen, -Spannbettbezüge etc.

... zum wirkungsvollen Schutz der Matratze vor dem Einnässen

Handschuhe, Desinfektionsmittel, Waschhilfen, Wundschutzartikel etc.

... zur Bewältigung der täglichen Pflege

Pflege-Nachthemden, Overalls, Bodys etc.

... mit Rück- und Beinreißverschlüssen zur Erleichterung des Windel-Wechselns

GÜNSTIGE ROLLATOREN, KRÜCKEN, DUSCHHOCKER, BAD-HALTEGRIFFE, TOILETTEN-ERHÖHUNGEN...UND...UND...UND...

ERLEBEN SIE UNSERE EINZIGARTIGE AUSWAHL, UNSERE LIEBEN DAMEN, DIE HELFEN UND BERATEN UND UNSERE UNSCHLAGBAREN PREISE!

Wir freuen uns auf Sie: Mo. - Fr 9:00 -18:00 Uhr, Sa. 9:00 -14:00 Uhr

Pflege-Discount, Am Galgenfeld 15, Gelnhausen
DIREKT NEBEN BAUZENTRUM RÜPPEL!

www.pflegediscount-gelnhausen.de

Aktiv im Alter: Das Portrait - Ellen und Georg Paulus

Georg *"Lambertus"* Paulus

Ellen *"Lisbeth"* Paulus

Es begann im Sommer 1974: im Schwarzwaldurlaub begegneten sich der Rheinländer Georg und das Rückinger Mädchen Ellen. Und wie es so geht, die beiden sind seitdem ein Paar. Georg Paulus, 1950 in Düsseldorf geboren, war als gelernter Werkzeugmacher in der Versuchsabteilung der Fa. Solex-Vergaser in Neuss und von 1980 bis zum Rentenbeginn bei WECO Hanau beschäftigt. Ellen Paulus, geb. Köhler, erblickte 1952 in Rückingen das Licht der Welt. Nach Abitur, Mathematik- und Physikstudium und einer Ausbildung zur mathematisch-technischen Assistentin, war sie beim Mannesmann-Konzern tätig. Ellen und Georg bauten 1975 in Düsseldorf ihr erstes gemeinsames Nest, heirateten 1976 *"zwischendurch"* -natürlich- in Erlensee, bekamen zwei Söhne und leben seit 1980 in Rückingen.

Das rührige Ehepaar verfolgt eine große Leidenschaft: das **historische Mittelalter**. 1995 besuchten beide ein Landsknecht-Treffen auf der Ronneburg und fingen sofort Feuer. Ellen und Georg engagierten sich danach im Offenbacher Mittelalterverein, bis im Jahr 1996 mit **„Rückinger Volk und Herren"** ein eigener Verein gegründet wurde, dem Georg Paulus bis 2015 auch vorstand. Anfängliches Ziel war es, *"Leben in die Wasserburg zu bringen".* Die historisch-korrekten und bodenständigen Aktivitäten des *"Rückinger Volks"* bezogen sich dabei stets auf die Ortsgeschichte.

Immer ein Ziel vor Augen

Inzwischen sind Ellen und Georg Paulus als geschichtskundiges **Duo "Lisbeth und Lambertus"** in Erlensee unterwegs. Ob bei Kirchplatz-, Hof- und Gassenfest oder bei Vereinsfeiern: bei den von ihnen geführten **Zeitreisen** babbelt die Lisbeth wie ihr der Schnabel gewachsen ist, während Lambertus versucht, Ordnung in das Ganze zu bringen. Auffällig wurden "Lisbeth und Lambertus" erstmals im Jahr 2001 beim **Hessentag in Idstein**. Es war die Zeit der CDU-Spendenaffäre; kein Wunder also, dass der Schelm Lambertus dem damaligen Hessischen Ministerpräsidenten Roland Koch eine selbstgefertigte Laterne überreichte, damit dieser *"die dunklen Ecken besser ausleuchten könne"*.

Es lag nahe, daß sich das Ehepaar Paulus auch etliche Jahre im Vorstand des **Geschichtsvereins Erlensee** engagierte. Ganz aktuell ist dort im November 2016 der 2. Band zur *"Geschichte der Stadt Erlensee"* erschienen. Ellen und Sohn Kevin Paulus forschten und berichten u.a. (gemeinsam mit Jörg Hofmann) über 300 Jahre Ortsgeschichte, von der Reformation bis 1866.

Junggeblieben im Mittelalter

Ellen Paulus verfolgt als Vorsitzende des **Förderkreises Erlensee-Rückingen** seit Langem Zweck und Ziele des früheren *"Fördervereins Soziale Stadt".* Auch ist sie Redaktionsmitglied vom Erlenseer evangelischen Gemeindebrief *"Band";* das Ehepaar gab im Ev. Gemeindehaus Rückingen viele Jahre **Töpferkurse** für Jung und Alt.

Großes Engagement zeigt die Familie Paulus noch auf anderem Gebiet: Im Jahr 2011 schien das Ende des **Erlenseer Weihnachtsmarktes** gekommen, mangels Teilnehmer-interesse wurde er letztmals unter städtischer Leitung veranstaltet. *Unvorstellbar!* Schon kurz darauf begann Familie Paulus an einem neuen Konzept zu feilen. Mit Erfolg: Bereits 2012 richtete das *"Rückinger Volk"* den ersten **historischen Weihnachtsmarkt in der Wasserburg** aus. Der Erfolg gab den mutigen Aktiven recht: 2014 kam es zur Gründung des Weihnachtsmarktvereins mit Georg Paulus als 1. Vorsitzenden. Frei von lautem Rummel und buntem Elektroglitzer bezaubert seither diese sympathische, stimmungsvolle Veranstaltung stets an jedem 2. Advent-Wochenende die Besucher.

Einsatzdokumentation

Für die Weihnachtsmarkt-Macher selbstverständlich: Der Erlös kommt alljährlich verschiedenen sozialen Projekten in Erlensee zugute. Auch das passt zusammen: Familie Paulus und die **Freiwillige Feuerwehr Rückingen.** HFM Georg ist seit 1983 dabei und inzwischen bei der Einsatzdokumentation tätig. Keine Frage, daß die beiden Söhne, Kevin und Torsten, ebenfalls aktiv sind. Feuerwehrfrau und -mutter Ellen kann ein Lied davon singen, wie es ist, wenn das Essen auf dem Tisch steht und sie bei Alarm binnen Sekunden von allen Mann verlassen *"alleine vor dampfenden Tellern"* sitzt.

Ellen und Georg Paulus führen ein aktives Leben und schaffen Gutes in Erlensee!

(Bericht: Jürgen Weiß)

Neues von der Stadtbücherei Erlensee

Immer einen Besuch wert: die Stadtbücherei Erlensee

Die Mitarbeiterinnen der Stadtbücherei Erlensee weisen darauf hin, dass die Stadtbücherei **von Donnerstag, 22.12.2016 bis einschließlich Freitag, 6.1.2017 geschlossen** sein wird.
Decken Sie sich also rechtzeitig zum Jahreswechsel mit ausreichend Lektüre ein. Stöbern und schmökern Sie in Ruhe und bei einer Tasse Fair Trade Kaffee im aktuellen und gut sortierten Bestand der Stadtbücherei.

Öffnungszeiten der Stadtbücherei:	
Montag	14 - 17 Uhr
Dienstag	10 - 14 Uhr
Donnerstag	10 - 14 Uhr und 16 - 19 Uhr
Freitag	14 - 17 Uhr

Kontakt Stadtbücherei Erlensee:
Langendiebacher Str. 35 (Eingang: Konrad-Adenauer-Str.)
Tel: 06183-900551
Fax: 06183-900553
Mail: *buecherei-erlensee@t-online.de*
www.erlensee.de/staedtische-einrichtungen,buecherei.html

Der Förderverein Stadtbücherei Erlensee e.V. stellt sich vor

Am 7. Juli 2016 trafen sich 12 Bürgerinnen und Bürger in der Stadtbücherei und gründeten den **gemeinnützigen Förderverein Stadtbücherei Erlensee e.V..**

Das Hauptinteresse der Gründungsmitglieder besteht in der Unterstützung der Arbeit der Stadtbücherei, einer verstärkten, attraktiveren Gestaltung und ihrer dauerhaften Erhaltung. Die Investitionen der Stadt Erlensee in die Stadtbücherei stellen neben der Kulturarbeit auch eine stärkere Kinder- und Jugendarbeit dar.

Was wollen wir?
Wir wollen durch unsere Arbeit die Bedeutung der Stadtbücherei in der Öffentlichkeit stärken.
Wir wollen die Veranstaltungen der Bücherei durch unsere Mitarbeit tatkräftig unterstützen.
Wir wollen durch viele Mitglieder einen starken Verein aufbauen.
Mit den Einnahmen des Fördervereins wollen wir besondere Akzente setzen,
z.B. Lesungen veranstalten und bei zusätzlichen Angeboten der Stadtbücherei unterstützend tätig sein.

Es geht uns aber nicht nur ums Geld.
Es ist uns wichtig eine Lobby zu schaffen, um den Erhalt der Bücherei zu sichern.

Was wollen wir nicht?
Der Förderverein möchte sich weder in die Anschaffungspolitik der Bücherei einmischen,
noch den laufenden Betrieb beeinflussen.
Die personelle Ausstattung der Stadtbücherei ist Angelegenheit der Stadt und soll es auch bleiben.

Der Vorstand des Fördervereins Stadtbücherei Erlensee e.V.:

Der Vorstand des Fördervereins (von links):
Dr. Peter Bachmann (2. Vorsitzender), Tanja Dörr (Schriftführerin), Hedi Haude (1. Vorsitzende), Klaus Lindenau (Kassenwart), Brian Maisey (Beisitzer).
Nicht auf dem Bild: Beisitzerin Bianca Fleck.

1. Vorsitzende:	Hedi Haude	Tel: 06183-2536
2. Vorsitzender:	Dr. Peter Bachmann	Tel: 06183-73334
Kassenwart:	Klaus Lindenau	Tel: 06183-4838
Schriftführerin:	Tanja Dörr	Tel: 06183-4194
Beisitzer:	Bianca Fleck und Brian Maisey	

Anschrift des Fördervereins:
Hedi Haude, Händelstr. 4, 63526 Erlensee
Mail: *hedi.haude@t-online.de*

Werden Sie Mitglied und helfen Sie uns!
Mitgliedschaften und jährliche Beiträge sind:
Erwachsene 12 €
Familien (2 Erwachsene) 18 €
Rentner/Studenten/Azubi 6 €
Jugendliche (14 bis 18 Jahre) 0,00 €
juristische Personen 50 €

allerlei KULTUR ERLENSEE präsentiert am Sonntag, 19. März, den 3. Café-Nachmittag :

Französisches Flair im "Café de Paris"

Tango, Französische Walzer und Chansons mit "Musette Pour Tous"

Vive la France!

"Allerlei Kultur Erlensee" entführt Sie mit französischer Leichtigkeit in die faszinierende Atmosphäre von Paris. Bereits zum dritten Mal präsentiert der Kulturverein - **in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Stadt Erlensee** - am **Sonntagnachmittag, 19.März 2017, um 15 Uhr im Bürgerhaus "Zum Neuen Löwen"** eine beschwingte Konzertveranstaltung.

Mit einem bunten Programm aus Chansons, französischen Walzern und Tangos zieht das Musiker-Trio ***"Musette Pour Tous"*** das Publikum in seinen Bann.

"Musettes" - das sind diese französischen Akkordeonwalzer, die häufig in Pariser Straßencafés zu hören sind und die man aus alten französischen Filmen kennt. Es ist Musik, die man mit Frankreich verbindet, bei der man ins Träumen gerät und in Gedanken durch das Künstlerviertel Montmartre schlendert.

Die drei Musiker von *"Musette Pour Tous"* sorgen seit 2008 für gute Stimmung und abwechslungsreiche Unterhaltung. Sie zaubern diese **entspannte und doch gefühlsreiche Atmosphäre**, die man aus alten französischen Filmen, aber auch aus neueren wie "*Amelie"* kennt.
Zum Repertoire gehören, neben Tangos und französischen Walzern, bekannte Chansons von Edith Piaf, Jacques Brel, Charles Trenet, Yves Montand, sowie Stücke von Astor Piazzolla.
Burkhard Rieger am Akkordeon, Uwe Frühm an Geige, Gitarre und Gesang und Stefan Kreuscher am Kontrabass lassen mit ihrer Musik sanfte Weisen plätschern, als stünden sie direkt am Ufer der Seine...
Dem Trio gelingt es wunderbar, diese Stimmung zu erzeugen und ihr Publikum zu verzaubern. Die heitere und lockere Art der Gruppe und die humorvollen Anekdoten des Trios kommen beim Publikum gut an.

Zwischendurch sorgen zusätzlich allerlei von "Allerlei" ausgewählte Geschichten und Episoden für weitere amüsante Unterhaltung. Kurzum: Der Nachmittag im "Café de Paris" von Erlensee verspricht ***"savoir-vivre"***, die leichte Kunst des Lebens.

Die Veranstaltung für Jung und Alt findet am **Sonntag, 19. März, von 15 bis 17 Uhr im Bürgerhaus "Zum Neuen Löwen", Hauptstr. 4-6, in Erlensee** statt. (Einlass 14.45 Uhr)
Der Eintrittspreis beträgt 8,00 Euro, aromatischer Fair-Trade-Kaffee und leckerer Kuchen sind dabei inklusive.
Eintrittskarten zu diesem besonderen Café-Nachmittag sind im Vorverkauf **ab 27. Februar 2017** im Rathaus von Erlensee und in der Druckerei Rüger, Friedrich-Ebert-Str. 38 erhältlich.
Der Französische Café-Nachmittag ist eine weitere Veranstaltung von "Allerlei Kultur" in guter Kooperation mit der Stadt Erlensee und dem Seniorenbüro. Ziel des gemeinnützigen Vereins ist es, das kulturelle Leben der jungen Stadt zu fördern, mitzugestalten und zu bereichern.
Die "Allerlei"-Caféhaus-Nachmittage der vergangenen Jahre waren rasch ausverkauft.
Es empfiehlt sich daher, den Vorverkauf zu nutzen!

Französisches Flair im "Café de Paris": Tango, Französische Walzer und Chansons mit "Musette Pour Tous"

"Wenn der liebe Gott sich im Himmel langweilt,
dann öffnet er das Fenster und betrachtet die Boulevards von Paris."
(Heinrich Heine)

Hallenbad der Stadt Erlensee

Ein Bürgerbad mit hohem Wellnessfaktor für die ganze Familie

Theorie, Praxis und viel Spaß im Hallenbad Erlensee

Familiengerecht und generationsübergreifend
Im Inneren des Bades fällt neben den bisherigen Becken für Schwimmer und Nichtschwimmer sofort das lustige Kleinkinderbecken auf. Liebe- und phantasievoll gestaltet, mit Spritztieren und Babyrutsche, bietet es eine zusätzliche Attraktion für unsere kleinsten Besucher.
Besonderen Wert legen wir auf spezielle, maßgeschneiderte Angebote für unsere verschiedenen Besuchergruppen. Gemeinsam mit Kooperationspartnern aus Erlensee und Umgebung richtet unser Team zum Beispiel professionell geleitete Kurse für Schwangere, Babys, Kleinkinder, Senioren und Behinderte aus. Auch die Zusammenarbeit mit Vereinen und lokalen Institutionen wird großgeschrieben.

Öffnungszeiten Hallenbad:	
Mo	geschlossen
Di (Warmbadetag)	7 - 21.30 Uhr
Mi + Do	8 - 21.30 Uhr
Fr	8 - 20 Uhr
Fr (FKK Baden)	20.30 - 22.30 Uhr
Sa	9 - 19 Uhr
So (Warmbadetag)	9 - 19 Uhr
Kassenschluss: 3/4 Std. vor Ende der Öffnungszeit	

Öffnungszeiten Wellnessbereich:	
Mo	15 - 22 Uhr
Di	10 - 22 Uhr
Mi (Damensauna)	10 - 22 Uhr
Do	10 - 22 Uhr
Fr	10 - 23 Uhr
Sa	10 - 22 Uhr
So	10 - 20 Uhr
Kassenschluss: 1 Std. vor Ende der Öffnungszeit	

Betriebsbesichtigung im Hallenbad - Montag, 30. Januar

ohne Technik kein Hallenbad

Um eine Schwimmbad- und Saunaanlage in Betrieb zu halten, ist sehr viel Technik erforderlich. Erlenseer Senioren haben am Montag, **30. Januar 2017 um 9.00 Uhr oder um 11.00 Uhr** die Gelegenheit, sich von Ralf Schäfer, Betriebsleiter des Hallenbades, im Rahmen einer Führung durch die Technik des Hallenbades genau zeigen zu lassen, wie die Badewassertechnik funktioniert und wie das Wasser permanent aufbereitet wird, damit der Badespaß nicht getrübt wird.

Achtung: Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen pro Führung begrenzt!
Veranstaltungskarten zum Preis von 3 Euro gibt es ab 3. Januar 2017 am Empfang des städtischen Rathauses.

Der gesamte Erlös dieser Veranstaltung wird dazu genutzt, den Barfußpfad zu pflegen, der in Gemeinschaftsaktion mit der Georg-Büchner-Schule und dem Seniorenbeirat im Sommer 2015 im Hallenbadgarten errichtet wurde.

Fit in den Frühling! - Dienstag, 14. März

...und danach Kaffee und Kuchen!

Aufgrund der großen Nachfrage wird es am Dienstag, **14. März 2017, von 8.30 Uhr bis 10.30 Uhr** im Hallenbad der Stadt Erlensee wieder ein **spezielles Angebot für Senioren** geben.
Schwimmmeister Karl Angersbach wird in bewährter Weise zwei Einheiten **Wassergymnastik** jeweils im Flachwasser sowie im Tiefwasser anbieten. Danach haben die Senioren Ü60 die Gelegenheit, sich bei einem **Stück Kuchen und einer Tasse Kaffee** zu stärken (im Eintrittspreis enthalten). Alle Erlenseer Seniorinnen und Senioren sind hierzu herzlich eingeladen!

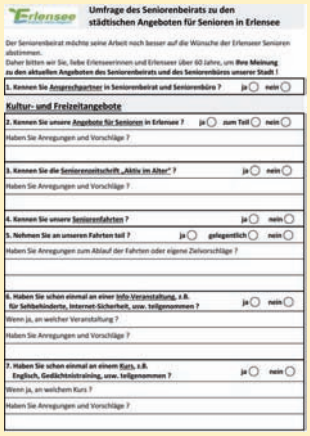
Seniorenbeirat präsentierte Umfrage am Erlenseer Sonntag

Marion Walter, stellvertretende Vorsitzende im Seniorenbeirat, berichtet:

Jasmin Jäger, Fachbereich Familie und Soziales, Friedel Maul und Marion Walter, Seniorenbeirat

*"Wir vom Seniorenbeirat haben uns Gedanken gemacht, wie wir unsere Arbeit und Angebote für ältere Menschen zielgerichteter und passender gestalten können. Eine gute Gelegenheit, dies zu tun, war der "**Erlenseer Sonntag**",*
ein herrlicher Spätsommertag auf dem Rathausplatz inmitten des lebendigen Miteinanders der Menschen.
*Unser Stand wurde gut besucht und das Informationsmaterial wurde rege angenommen. Im persönlichen Kontakt konnten sich interessierte Mitbürger über den Seniorenbeirat informieren. Uns ist es wichtig, Anstöße und Impulse der Menschen aufzunehmen und sie für unsere Arbeit umzusetzen. Dazu wurde im Seniorenbeirat ein **Fragebogen** erarbeitet, indem wir um Ihre Meinungen und Anregungen baten. Wir sehen es als große Chance, mit diesen Rückmeldungen die künftige Seniorenarbeit noch gezielter mit zu entwickeln. Ganz herzlich möchten wir uns bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Stadt für ihre konstruktive Arbeit und Unterstützung bedanken!"*

Ergebnisse der Umfrage des Seniorenbeirats



Erlensee

Umfrage des Seniorenbeirats zu den städtischen Angeboten für Senioren in Erlensee

Der Seniorenbeirat möchte seine Arbeit noch besser auf die Wünsche der Erlenseer Senioren abstimmen.
Daher bitten wir Sie, liebe Erlenseerinnen und Erlenseer über 60 Jahre, um **Ihre Meinung zu den aktuellen Angeboten des Seniorenbeirats und des Seniorenbüros unserer Stadt !**

1. Kennen Sie Ansprechpartner in Seniorenbeirat und Seniorenbüro ? ja ◯ nein ◯

Kultur- und Freizeitangebote

2. Kennen Sie unsere Angebote für Senioren in Erlensee ? ja ◯ zum Teil ◯ nein ◯
Haben Sie Anregungen und Vorschläge ?

3. Kennen Sie die Seniorenzeitschrift „Aktiv im Alter" ? ja ◯ nein ◯
Haben Sie Anregungen und Vorschläge ?

4. Kennen Sie unsere Seniorenfahrten ? ja ◯ nein ◯

5. Nehmen Sie an unseren Fahrten teil ? ja ◯ gelegentlich ◯ nein ◯
Haben Sie Anregungen zum Ablauf der Fahrten oder eigene Zielvorschläge ?

6. Haben Sie schon einmal an einer Info-Veranstaltung, z.B. für Selbsthilfegruppe, Internet-Sicherheit, usw. teilgenommen ? ja ◯ nein ◯
Wenn ja, an welcher Veranstaltung ?
Haben Sie Anregungen und Vorschläge ?

7. Haben Sie schon einmal an einem Kurs, z.B. Englisch, Gedächtnistraining, usw. teilgenommen ? ja ◯ nein ◯
Wenn ja, an welchem Kurs ?
Haben Sie Anregungen und Vorschläge ?

Sie waren gefragt!

Im September des Jahres fragte der Seniorenbeirat der Stadt Erlensee in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro die über 60-jährigen Bürgerinnen und Bürger mit einem Fragebogen nach ihren Erfahrungen, Meinungen und ihren Wünschen zu den städtischen Angeboten für Erlenseer Seniorinnen und Senioren.

Hier die zusammengefasste Auswertung der Ergebnisse:
An der Umfrage haben 62 Seniorinnen und Senioren teilgenommen, 60% von ihnen waren älter als 70 Jahre. 84 % der Befragten kennen Ansprechpartner in Seniorenbüro und Seniorenbeirat, ebenso die **Seniorenzeitschrift "Aktiv im Alter"**. Die Seniorenzeitung informiert über die aktuellen Veranstaltungen und Programme. Dazu werden die wichtigen Basisinformationen für Senioren von der Redaktion in möglichst kompakter Form auf dem neuesten Stand gehalten und durch aktuelle Beiträge ergänzt. Einige Senioren wünschten sich, dass "Aktiv im Alter" öfter erscheint. Jedoch kann die Seniorenzeitung seit diesem Jahr aus Kosten- und Zeitersparnisgründen nur noch alle vier Monate gedruckt werden. "Aktiv im Alter" wird als Hochglanzbroschüre herausgegeben, ein Druck auf umweltfreundlichem Papier wäre um ca. 50% teurer.
67% der befragten Senioren nehmen an den vom Seniorenbüro angebotenen monatlichen Fahrten teil. Die Rückmeldungen und Anregungen zu den **Tagesausflügen und Mehrtagesfahrten** waren besonders zahlreich. Der Seniorenbeirat wird daher eine Arbeitsgruppe zum Thema *"Organisation der Fahrten"* bilden und die Ergebnisse in einem gesonderten Bericht darstellen.
Knapp 20% der Senioren nehmen aktiv an **Kursen oder an Info-Veranstaltungen** teil.
Über 65% der Umfrageteilnehmer nutzen zunehmend das **Internet** und die Angebote des Seniorenbüros zu den neuen Medien, wie **Laptop- und Handytreff**, die besonderes Interesse hervorrufen.
Aber auch **Infoveranstaltungen zu Themen rund ums Alter und Bildungsveranstaltungen** sind stets gefragt und werden somit auch in Zukunft organisiert werden.
Über 60% der Befragten besuchen **kulturelle Veranstaltungen**. Auch hier gab es zahlreiche Anregungen, von kleinen Wünschen bis hin zu konkreten Veranstaltungsvorschlägen. Das Team des Seniorenbüros wird diese Anregungen und Wünsche gerne für die zukünftige Veranstaltungsplanung berücksichtigen und nach Möglichkeit umsetzen.
Zu den Themen **Sicherheit und Mobilität** im Straßenverkehr sowie zum **Ortsbild** allgemein gab es ebenfalls zahlreiche Anregungen. Diese werden vom Seniorenbeirat, der in Kooperation mit den zuständigen Stellen der Rathausverwaltung bereits regelmäßige **Ortsbegehungen** durchführt, geprüft und aufgegriffen.
Die Vorschläge werden bei Bedarf in die bestehende Aktionsliste des Seniorenbeirats zum Thema "Ortsbegehung" aufgenommen. Diese Liste wird dem Magistrat in regelmäßigen Abständen vorgelegt und anschließend an die entsprechenden Stellen in der Verwaltung zur Beseitigung der Missstände weitergeleitet.
Der Seniorenbeirat dankt allen Seniorinnen und Senioren sehr herzlich für die Teilnahme an der Umfrage und nimmt weitere Wünsche und Anregungen selbstverständlich jederzeit gerne auf!

Portrait: Carola Kruhl-Sovanyka - "SOWieDAheim"

Carola Kruhl-Sovanyka

Eigentlich wollte Carola Kruhl-Sovanyka für ihren an MS erkrankten Mann Peter für einen Tag in der Woche einen Betreuungsplatz finden. Als sie vor fast 10 Jahren eine Infoveranstaltung zu dem Projekt "SOwieDAheim" besuchte, kam jedoch alles anders. Über dieses Projekt bieten speziell geschulte private Haushalte an bis zu drei Tagen in der Woche eine Betreuung für maximal fünf Pflegebedürftige oder an Demenz erkrankten Personen an.
Das soziale Engagement war Carola Kruhl-Sovanyka schon immer wichtig. Als sie damals die Infoveranstaltung besuchte, war ihr Entschluss schnell getroffen, selbst einen "SOwieDAheim"-Haushalt zu eröffnen. Nach intensiver Schulung bietet sie bereits seit 2008 an zwei Tagen in der Woche je 5,5 Stunden, gemeinsam mit einer zweiten Betreuungsperson, Betreuung für Demenzkranke in Erlensee an.

Carola Kruhl-Sovanyka zog als junge Frau von Einbeck in Niedersachsen nach Dörnigheim, um in Frankfurt eine Stelle als Sekretärin anzunehmen. Dort lernte sie auch ihren späteren Mann Peter kennen, damals selbständiger Speditionskaufmann. Im Jahr 1986 zogen sie nach Erlensee, wo kurz hintereinander ihre beiden Söhne auf die Welt kamen. Dort betrieb das Ehepaar zunächst erfolgreich eine Speditionsfirma. 1992 erhielt ihr Mann Peter dann die Diagnose Multiple Sklerose. Seit einigen Jahren sitzt er nun schon im Rollstuhl. Seit einigen Jahren arbeitet sie als selbständige Immobilienmaklerin und kann sich die Arbeitszeiten entsprechend einteilen, um Ehrenamt und Familie zu koordinieren. Doch ihre gegenseitige Zuneigung und ihre positive Einstellung haben es ermöglicht, dass das Ehepaar sein Glück nie verloren hat. Eine Nachbarin sagte ihr damals: *"Der liebe Gott gibt jedem nur so viel auf die Schultern, wie er auch tragen kann."* Mit dieser Weisheit lebt es sich viel leichter und nach diesem Motto lebt sie nun. Beide setzen sich seit langem in den verschiedensten Bereichen für die Gemeinschaft ein. So durch aktive und passive Mitgliedschaften in zahlreichen Erlenseer Vereinen.
Frau Kruhl-Sovanyka hat u.a. ehrenamtlich gesetzliche Betreuungen (Betreuungsverein Rodenbach) übernommen, weil sie bei der Umsetzung der Selbstbestimmung von Kranken, Behinderten und Alten helfen möchte und der Überzeugung ist, dass jeder ein Ehrenamt übernehmen sollte. Sie war unter anderem auch für mehrere Jahre als Mitglied in der Gemeindevertretung Erlensee tätig und engagiert sich mit ihrem Mann aktiv bei der Beratung von anderen an MS erkrankten Menschen.

Wandern

Erzählen

Spielen

Die pflegenden Angehörigen wissen ihre Lieben im Projekt „SOwieDAheim" bei Carola Kruhl-Sovanyka in diesem familiären und sozial engagierten Rahmen gut aufgehoben. Auch Ehemann Peter leistet den Gästen gerne Gesellschaft. Carola Kruhl-Sovanyka genießt die Zeit mit ihren Gästen sehr, besonders, wenn sie sie zum Lachen bringen kann: *"Ich mache schon immer gerne Blödsinn und liebe Witze".*
Das Beschäftigungsprogramm richtet sie stets nach den Fähigkeiten ihrer Gäste. Basteln, Malen, "Mensch ärgere Dich nicht" spielen und Tanzen gehören ebenso dazu wie kleinere Ausflüge oder die alljährliche Seniorenfaschingsfeier.

Das **Projekt "SOwieDAheim"** ist eine wahre Bereicherung in der Landschaft der Betreuungsangebote für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen. In Erlensee gibt es derzeit drei Haushalte, die diese Betreuungsform anbieten.

SO wie DA heim
qualitätsgesicherte häusliche Tagespflege
im Main-Kinzig-Kreis

Bei Interesse gibt Frau Gabriele Karadeniz, **Projekt "SOwieDAheim", Leitstelle für ältere Bürger des Main-Kinzig-Kreises, Tel: 06051 - 974148052**, gerne nähere Informationen.

Eindrücke vom Besuch des Musicals "Der Medicus" in Fulda

Ein Bericht von Marion Walter

"Der Medicus" - Ein Erlebnis!

Es war ein heißer Tag, 35 Grad, ich war etwas skeptisch, wie sich das Wetter auf unser Wohlbefinden auswirken würde. Bunt zusammengefunden genossen wir im klimatisierten Bus die Fahrt nach Fulda. Freundlich wurden wir im Theater erwartet und konnten uns einstimmen auf die Vorstellung. Wir waren gespannt, wie die Geschichte von einem jungen Mann umgesetzt würde, der sich zum Ziel gesetzt hatte, ein Medicus zu werden. Wir wurden nicht enttäuscht, es war einfach großartig und wunderbar. Schauspieler, die mit mitreißendem Spiel, Tanz und Gesang unser Herz erfreuten, Musik, die verzauberte und berührte. Bühnenbilder und Kostüme, die uns kreativ hinführten zum Geschehen. Es war berührend und beeindruckend. Am Schluss wollte der Applaus nicht enden, zu Recht, die Aufführung hatte es verdient.
Ich fühlte mich beschenkt von dieser großen Leistung, es war ein wirklich rundum gelungenes Erlebnis. Nach einer Fahrt durch die grüne Landschaft kehrten wir noch zum Abendessen ein. Zeit für Begegnungen und sich auszutauschen. Eine Frau, die in ihrer Mobilität stark eingeschränkt war, drückte aus, wie froh sie sei, mit ihrem Rollator dabei zu sein. Ich dachte: *"Stimmt, es ist so wichtig, die Möglichkeit dieser organisierten Fahrten zu haben."* Menschen zusammen zu bringen, an einen bestimmten Ort, der ihnen gut tut und wo sie etwas für ihren Alltag mitnehmen. Danke an unsere kompetente Reiseleiterin, unseren Fahrer und allen, die die Fahrt möglich gemacht und unterstützt haben. (Marion Walter)

Vorankündigung: Mehrtagesfahrt Saarland - vom 19. bis 23.Juni

Erlenseer Senioren besuchen das Saarland, Frankreich und Luxemburg

Die Stadt Erlensee veranstaltet in der Zeit vom 19. bis 23. Juni 2017 eine mehrtägige Fahrt für Seniorinnen und Senioren ins Saarland. Das **Ziel der Reise ist St. Wendel**, bekannt durch die malerische Altstadt mit vielen historischen Gebäuden, wo die Reisegruppe in einem gemütlichen Hotel untergebracht sein wird. Schon auf der Hinfahrt am Montag wird ein Stopp in **Homburg/Saar** eingelegt, wo eine Besichtigung der **Schloßberghöhlen**, Europas größten Buntsandsteinhöhlen, auf dem Programm steht.
Am Dienstag geht es dann nach **Metz**, der Hauptstadt des Départements Moselle in Frankreich. Hier wartet auf alle eine Führung in der **Kathedrale Saint-Étienne.** Diese wurde zwischen 1220 und 1520 im Stil der Gotik errichtet und gilt als eines der schönsten und größten gotischen Kirchengebäude in Frankreich.
Am Mittwoch führt der Weg in die Landeshauptstadt **Saarbrücken** mit einem Besuch der **Völklinger Hütte**, einer gigantischen Hüttenanlage aus der Blütezeit der Eisenindustrie. Die Hütte zählt zu den ungewöhnlichsten Weltkulturerbestätten der UNESCO. Einen weiteren Höhepunkt findet die Fahrt am Donnerstag mit einem Tagesbesuch in **Luxemburg**. Das Großherzogtum mit seinen Sehenswürdigkeiten ist ein besonders reizvoller Ort und zugleich das letzte von einst zwölf europäischen Großherzogtümern. Auch die Rückfahrt am Freitag wird mit zwei interessanten Zwischenstopps sehr kurzweilig sein: Am Vormittag ist eine Führung im **Landgestüt Zweibrücken** mit Besichtigung der Hengstzucht geplant. Nach dem Mittagessen besuchen wir noch den **Rosengarten in Zweibrücken**. Die Ankunft in Erlensee ist voraussichtlich 19 Uhr.
Der Reisepreis inklusive Halbpension und allen Eintrittsgeldern beträgt im Doppelzimmer 395 € und im Einzelzimmer 445 €. **Verbindliche Anmeldungen werden am 23.01.2017 im Sitzungssaal des Rathauses ab 8.30 Uhr angenommen.** Bei der Anmeldung ist eine Anzahlung von 50,00 € pro Person zu leisten. Spätere Anmeldungen erfolgen im Rathaus der Stadt Erlensee, Fachbereich Familie und Soziales, Reiner Mayer, Tel: 06183-915150 oder Sabine Genilke, Tel: 06183-915154.

Metz, Kathedrale Saint-Étienne

Homburg/Saar, Schloßberghöhlen
(© Josef Scherer)

Abendstimmung Weltkulturerbe Völklinger Hütte (© Gerhard Kassner)

Reisen & Tagesfahrten mit Racktours

Buchungs-Hotline:
06183/2247

Sie möchten eine Reise buchen oder haben Fragen? Wir sind für Sie da:
Mo – Fr: 9.00 – 13.00 Uhr & 14.30 – 17.00 Uhr
Mittwoch Nachmittag geschlossen.

Mehrtagesreisen

17.03. – 20.03.2017
Krokuszauber Husum

Das einmalige Krokusblütenfest in Husum lockt alljährlich Tausende von Besuchern an, die sich an der leuchtenden, lila Pracht von über 4 Mio. Krokussen im Schlossgarten erfreuen. Begrüßen Sie den Frühling und genießen Sie das einmalig schöne Nordfriesland!

LEISTUNGEN An-/Abreise*, 3 × Übernachtungen/Halbpension, 1 × Tagesreiseleitung für Rundfahrt, Rundgang Husum, Fahrt über den Hindenburgdamm mit dem Syltshuttle (Niebüll-Westerland und zurück), Eintritt Seehundstation

nur 367,– Euro p.P. im DZ

Kein EZ-Zuschlag!

14.04. – 17.04.2017
Frühlingsgefühle beim alten Fritz

Potsdam ist UNESCO-Welterbe-Stadt, die Stadt der Schlösser und Gärten an den idyllischen Havelseen, eine prachtvolle, historische Kulturstadt, geprägt von mehr als 1000 Jahren Geschichte als Residenz und Landeshauptstadt bei Berlin. Unzählige Denkmäler in und um die historische Innenstadt laden ein, entdeckt zu werden.

LEISTUNGEN An-/Abreise*, 3 × im Wyndham Garden Potsdam Superior Hotel, 2 × Frühstücksbuffet im Hotel, Brunch-Schifffahrt, 3 × Abendessen (3-Gang-Menü), russischer Mittagsimbiss inkl. 1 Glas Tee aus dem Samowar oder einem Softdrink in der russisschen Teestube, Stadtführung Potsdam, Eintritt Biosphäre, Citytax

nur 399,– Euro p.P. im DZ

EZ-Zuschlag 72,– Euro

13.05. – 18.05.2017
Muttertagsreise Chiemsee

Sagenumwobene Berge, märchenhafte Seen und abenteuerliche Schluchten. Erleben Sie die Vielfalt einer der prächtigsten Gegenden Europas. Liebliche Almen und sanfte Täler: Das Berchtesgadener Land bietet die schönsten Naturschauspiele bergauf und bergab.

LEISTUNGEN An-/Abreise*, 5 × Übernachtung/Frühstück, hausgebranntes Begrüßungsschnapserl, 4 × Abendessen (3-Gang), 1 × bayerisches Überraschungsbuffet, Fackelwanderung mit Schnapsverkostung & Aperitif, bayerischer Abend im Hotel mit Live-Musik, Chiemsee Schifffahrt, Stadtführung Berchtesgaden, ganztätige Reiseleitung (3 & 4. Tag), Themenführung Bad Tölz, Berg- und Talfahrt Blomberg

nur 519,– Euro p.P. im DZ

EZ-Zuschlag ab 85,– Euro

*Fahrt im modernen Reisebus inkl. Bordfrühstück auf der Hinfahrt

Tagesfahrten

25.02.2017
Apassionata »Cinema of Dreams«
Bei der Show erwartet die Besucher ein Feuerwerk der Emotionen und Kreativität. Reitkunst auf hohem Niveau mit spektakulären Lichteffekten, Kostümen, Tanzchoreografien und vieles mehr! Freuen Sie sich auf wunderschöne Pferde und tollen Showhightlights!

LEISTUNGEN Fahrt im Racktours-Bus, Eintrittskarte der Kategorie 4

Preis: 65,– Euro p.P.
Aufpreis Kat. 3= 8,–, Kat. 2= 17,–, Kat. 1= 23,–

12.03.2017
Musikparade in der Rittal-Arena
Europas erfolgreichste Tournee der Militär- und Blasmusik zieht wieder durch das Land! Die Musikparade zieht jedes Jahr unzählige Besucher in seinen Bann. Von moderner Blasmusik, bis hin zu Jazz und Klassik ist alles dabei. Hier erwartet Sie Livemusik vom Feinsten.

LEISTUNGEN Fahrt im Racktours-Bus, Eintrittskarte der Kategorie 3

Preis: 65,– Euro p.P.
Aufpreis Kat. 3= 11,–, Kat. 1= 22,–

25.03.2017
Mandelblüte Bad Dürkheim/Pfalz
Von strahlendem weiß über hellrosa bis hin zu einem kräftigen rosa-rot – die Mandelblüte stehen in ihrer schönsten Blüte. Jedes Jahr in der Pfalz blühen Mandelbäume in ihren schönsten Pastellfarben. Fahren Sie entlang der Weinstraße und erfahren viel Wissens- und Sehenswertes.

LEISTUNGEN Fahrt im Racktours-Bus, Reiseleitung »Weinstraße«

Preis: 29,– Euro p.P.

Racktours

Racktours Reisen · Auf dem Hessel 8 · 63526 Erlensee
Tel.: 06183/2247 · Fax: 06183/74101 · www.racktours.de

"Ich war noch niemals in New York" - Donnerstag, 5. Januar

Erlenseer Senioren fahren zum Musical in die Alte Oper Frankfurt

"Seid willkommen, Erlenseer Senioren!"
(© Eventpress Stage)

Am **Donnerstag, 5. Januar 2017**, veranstaltet die Stadt Erlensee eine Halbtagesfahrt für Seniorinnen und Senioren nach Frankfurt am Main. Die Reisegruppe startet **ab 17.15 Uhr** in Erlensee, um gegen 19 Uhr in der Alten Oper Frankfurt einzutreffen.

"Ich war noch niemals in New York" **ist ein Musical, das auf Liedern des Komponisten und Sängers Udo Jürgens basiert** und 2007 in Hamburg seine Weltpremiere hatte. Titelgebend ist ein gleichnamiges, 1982 veröffentlichtes Lied von Jürgens, das in das Musical aufgenommen wurde.

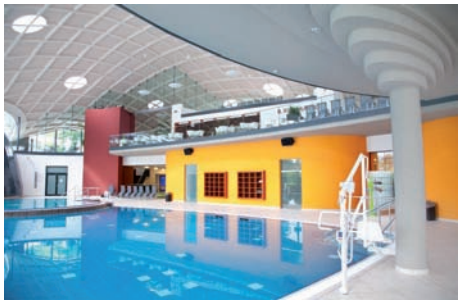
Das Musical handelt von drei Paaren, die mit unterschiedlichen Schwierigkeiten konfrontiert sind: ein Paar, das die Entscheidung zwischen Liebe und Karriere treffen muss; ein Paar, das beweisen muss, dass man sich auch im Alter noch Träume erfüllen kann; ein schwules Paar, das sich den Widrigkeiten mangelnder Akzeptanz durch engstirnige Mitmenschen ausgesetzt sieht.
Sie alle erkennen auf einer gemeinsamen Kreuzfahrt nach New York den wahren Sinn des Lebens und was wirklich wichtig ist.

Gegen 21.30 Uhr geht ein ereignisreicher Abend zu Ende, Ankunft in Erlensee ist gegen 22.30 Uhr geplant.
Der Veranstaltungspreis (inkl. Eintritt) beträgt 39,50 € oder 49,50 € pro Person in 2 Preisklassen.
Karten gab es ab 1.12.2016, die **Fahrt ist inzwischen ausverkauft**. Evtl. gibt es noch freie Plätze durch Kartenrückgaben. Informationen gibt das Seniorenbüro, Tel: 06183-915155

"Toskana Therme" in Bad Orb - Donnerstag, 23. Februar

Ein "Wohlfühl-Tag" für Erlenseer Senioren

Am **Donnerstag, 23. Februar 2017**, veranstaltet die Stadt Erlensee eine Tagesfahrt für Seniorinnen und Senioren nach Bad Orb. Die Reisegruppe startet **ab 10 Uhr** in Erlensee, um gegen 11 Uhr in der Toskana Therme anzukommen.
Wer hier in die Bad Orber **"Champagnersole"** taucht, erlebt Entspannung und Anregung, halb träumend, halb tanzend, eine zeitgenössische Rückbesinnung auf die Rhythmen der Natur.
Liquid Sound macht das Baden zur Massage in Licht und Musik - gesünder, sinnlicher kann Kultur kaum sein.
Nach einem 3-stündigen Aufenthalt geht es gegen 14 Uhr weiter zum ***"Cafe Kowalski"***, wo bei Kaffee und Kuchen und einem gemütlichen Plausch der Nachmittag ausklingt.
Die Rückkehr nach Erlensee ist gegen 18 Uhr geplant. Der Veranstaltungspreis (inkl. Eintritt, ohne Cafebesuch) beträgt 25 € pro Person. Alle Seniorinnen und Senioren sind herzlich zu dieser Veranstaltung eingeladen. **Veranstaltungskarten erhalten Sie ab 5.1.2017 am Empfang im Rathaus der Stadt Erlensee.**



ein Wohlfühl-Tag in der "Toskana Therme" in Bad Orb

Wichtiger Hinweis zum Kartenverkauf!

Der Verkauf der Veranstaltungskarten des Seniorenbüros startet erst am angekündigten Vorverkaufstermin.
Telefonische Kartenreservierungen sind nicht möglich.
Wir bitten Sie daher, die Karten persönlich **am Empfang** im Rathaus zu erwerben.
Bitte treten Sie am Empfang einzeln ein und haben Sie bei großem Andrang etwas Geduld.
Wir hoffen, dass wir mit dieser Regelung möglichst allen gerecht werden.

Seniorenfahrt Höchst - Donnerstag, 23.März

Besichtigung des Industrieparks Höchst und Rundgang durch die Höchster Altstadt

Am **Donnerstag, 23. März 2017**, startet die Reisegruppe **ab 12.15 Uhr** an verschiedenen Haltestellen in Erlensee, um nach Frankfurt-Höchst zu fahren. Um 14 Uhr wird die Gruppe Tor Ost des **Industrieparks Höchst** erwartet. Die Besucherbetreuerin Frau Möller begleitet die Senioren durch den Industriepark und wird vor Ort die Ausstellung "Zeitstreifen" nutzen, um einen Überblick über mehr als 150 Jahre Firmengeschichte zu geben. Faszinierend ist die Besichtigung des historischen **Peter-Behrens-Baus**. Dieses Meisterwerk der Industriearchitektur wurde zwischen 1920 und 1924 erbaut und diente lange als technisches Verwaltungsgebäude der ehemaligen Hoechst AG. Heute ist das Industriedenkmal Teil der "Route der Industriekultur". Den Abschluss bildet die Medical-City-Rundfahrt mit eigenem Bus entlang der **Wertschöpfungskette des Insulins**. Die Gesamtdauer liegt bei ca. 1,5 - 2 Stunden.
Danach beginnt gegen 16 Uhr ein **Rundgang durch die Höchster Altstadt**, die mit ihren liebevoll restaurierten Fachwerkhäusern und **Frankfurts ältester Kirche, der Justinuskirche**, beeindruckt.
Gegen 17.30 Uhr kehren die Senioren zu einem gemeinsamen Abendessen in das urige **Gasthaus "Zum Bären"** ein, das traditionell hessische Hausmannskost bietet.
Nach dem Essen wird die Heimreise nach Erlensee angetreten, die Rückkehr um 20.30 Uhr erwartet.
Achtung: Man sollte gut zu Fuß sein, wenn man an dieser Fahrt teilnimmt; die Gassen der Höchster Altstadt sind kopfsteingepflastert. Bitte beachten: der **Personalausweis** muß mitgeführt werden!
Veranstaltungskarten zum Preis von 18 € gibt es ab 12.01.2017 am Rathausempfang.

Peter-Behrens-Bau (Foto: Infraserv Höchst) Gasthaus "Zum Bären" Höchster Schloß (Foto: Holger Ullmann)

Seniorenfahrt nach Fritzlar - Donnerstag, 27. April

Besichtigung der historischen Altstadt und Domführung

Am **Donnerstag, 27.4.2017**, veranstaltet das Seniorenbüro eine Fahrt nach Fritzlar. Die Reisegruppe startet **ab 9.15 Uhr** an verschiedenen Haltestellen in Erlensee. In Fritzlar angekommen, kehren die Senioren zunächst zu einem **Mittagessen in das Restaurant *"Zur Spitze"*** ein, dass mitten in der Altstadt liegt. Frisch gestärkt wird die Reisegruppe im Anschluss daran um 14 Uhr zu einer 1,5-stündigen Führung durch den Dom erwartet. Der **Fritzlarer Dom St. Peter**, der 2004 den Ehrentitel einer päpstlichen Basilika erhielt, kann als eines der bedeutendsten Bauwerke der Romanik und Gotik in der mitteldeutschen Region betrachtet werden. Nach seiner Renovierung vor 6 Jahren erstrahlt der St. Petri Dom in neuem Glanz und fasziniert jährlich tausende von Besuchern. Im Anschluss daran kann Fritzlar, eine Stadt mit mittelalterlichem Charakter und einer touristisch sehr attraktiven Altstadt, auf eigene Faust erkundet werden.
Um 18 Uhr wird schließlich die Heimreise angetreten, die Ankunft in Erlensee wird um 20.30 Uhr erwartet.
Veranstaltungskarten zum Preis von 20 € erhalten Sie ab 26.01.2017 am Empfang des städtischen Rathauses.

Marktplatz mit Rolandsbrunnen (J.De Lange)

Fritzlar: St. Petri Dom (Foto: K.Jäger)

Fritzlar: Vier-Türme-Blick (Foto: K.Jäger)

Seniorenkino im Luxor – Filmpalast Nidderau

Der Seniorenbeirat der Stadt Nidderau freut sich, gemeinsam mit dem Luxor-Kino zukünftig **an jedem 2. Montag im Monat um 15.00 Uhr das Nidderauer Seniorenkino** anbieten zu können. Auch Senioren aus Erlensee und den umliegenden Kommunen sind hierzu herzlich eingeladen und haben somit die Gelegenheit, zum Sonder-Eintrittspreis von 7,00 € pro Person einen besonders hochwertigen Film genießen zu können.
Ein Glas Sekt ist im Eintrittspreis enthalten.
Für das Jahr 2017 stehen bereits folgende Filmvorführungen fest:
Montag 09.01.2017 - Monsieur Claude und seine Töchter
Montag 13.02.2017 - Die fabelhafte Welt der Amélie
Bei Fragen zum weitergehenden Programm, das bei Redaktionsschluss noch nicht fest stand, können sich Interessierte gerne an den:
Luxor-Filmpalast Nidderau, Konrad-Adenauer-Allee, 7, 61130 Nidderau,
Tel: 06187-991441 Ticket-Hotline: 01805-558967 wenden.

Monsieur Claude und seine Töchter

Die zauberhafte Amélie

Titelbilder von "Aktiv im Alter", die es so nicht gab

Bei jeder neuen Ausgabe von "Aktiv im Alter" hat die Redaktion die Qual der Wahl:
Welches Titelbild soll die aktuelle Seniorenzeitung zieren?
***Wolfgang Racek**, unser Fotograf Nr.1 , läuft scheinbar rund um die Uhr mit offenen Augen und stets auf der Suche nach interessanten Motiven durch Erlensee.*
Dabei gelingen ihm tolle Aufnahmen - eine schöner als die andere. Hier einige Beispiele, die es 2016 leider nicht auf die Titelseite geschafft haben, obwohl sie es verdient hätten:

"Nein, es ist nicht Altersstarrsinn, der gesetzte Herrschaften manchmal so seltsam werden lässt. Es handelt sich vielmehr um eine altersbedingte Wesens-Akzentuierung". (rieb. FAZ)

SUDOKU

(drei Schwierigkeitsgrade - von links nach rechts. Auflösung: Seite 25)

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

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

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

Regelmäßige Treffen & Veranstaltungen

(Details und eventuelle Kursgebühren sind beim Veranstalter zu erfragen)

Montag	Was	Wo	Veranstalter
13.30 - 17.30 Uhr	Kartenspiel-Nachmittag	Calaminus Haus Hanauer Str. 11	AWO Erlensee
14.00 Uhr eigene Spiele können gerne mitgebracht werden	Spielenachmittag	Haus Rosengarten Marktstube Am Erlenpark 1	BeneVit Haus Rosengarten
16.00 - 17.00 Uhr 14-tägig	Bibeltreff	Gemeindehaus Fröbelstr. 5-7	Ev. Kirchengemeinde Erlensee Herr W.Krause Tel. 3108
18.30 - 19.30 Uhr	Indian Balance	Fallbachhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau D.Maiwald
20.00 - 21.00 Uhr	Rückengymnastik	Erlenhalle	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau S.Dietrich
20.00 -21.00 Uhr	Frauen-Gymnastik	kleine Schulsporthalle	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau Z.Beran
Dienstag	**Was**	**Wo**	**Veranstalter**
09.30 - 10.30 Uhr	Reha Sport	Fallbachhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Herr D.Werner
10.30 - 11.30 Uhr	Reha Sport	Fallbachhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Herr D.Werner
ab 14.00 Uhr (wetterabhängig, bitte vorher telefon. Kontakt)	Fahrradtreff	Am Rathaus	Herr N.Weilbächer Tel. 06183-3882
14.00 - 17.00 Uhr	Seniorenwerkstatt	Georg-Büchner-Schule Werkräume	Stadt Erlensee Herr W.Köller Tel. 06183-4576
15.00 - 16.30 Uhr	Gedächtnistraining 8 Termine - 40,00€	Calaminus Haus Hanauer Str. 11	AWO Erlensee Frau C.Ruth-Hanke Tel. 4017
17.00 - 18.00 Uhr	Frauengymnastik	kleine Schulsporthalle	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau B.Merlau
Mittwoch	**Was**	**Wo**	**Veranstalter**
08.45 - 09.40 Uhr	Bodyfit	Erlenhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau C.Pohl
09.00 - 11.00 Uhr	Tischtennis für die Generation 50plus	Ballsporthalle	TSG Erlensee 1874 e.V. Herr K.H.Simon Tel. 71751
09.45 - 10.40 Uhr	Pilates Mittelstufe	Erlenhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau C.Pohl
10.45 - 11.45 Uhr	Beckenbodengymnastik	Erlenhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau C.Pohl
ab 14.00 Uhr	Handarbeitskreis	"Rundhotel" - Bistro Leipziger Str.41	Stadt Erlensee Seniorenbüro Tel. 06183-915155
14.00 - 16.00 Uhr 14-tägig	Frauenhilfe Langendiebach	Ev. Gemeindehaus Fröbelstr. 5-7	Ev. Kirchengemeinde Herr Pfr.Wichihowski, Tel. 4251
14.00 - 16.00 Uhr 14-tägig	Frauenkreis Rückingen	Ev. Gemeindehaus Rodenbacher Str. 8	Ev. Kirchengemeinde Frau M.Walter, Tel. 5765

Regelmäßige Treffen & Veranstaltungen

(Details und eventuelle Kursgebühren sind beim Veranstalter zu erfragen)

Mittwoch	Was	Wo	Veranstalter
14.30 -15.00 Uhr	Seniorengottesdienst	katholische Kirche Waldstr. 26	Kath. Kirchengemeinde
15.00 - 17.00 Uhr	Seniorenkreis	Kath. Gemeindehaus Waldstr. 26	Kath. Kirchengemeinde Frau E.Wagner, Tel. 1213
15.30 Uhr an jedem 3.Mittwoch / Monat	Kaffeeklatsch	Haus Rosengarten Marktstube Am Erlenpark 1	BeneVit Haus Rosengarten
17.00 - 18.15 Uhr	Mumm 50 / Sport in Prävention	Fallbachhalle	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau Z.Beran
17.30 - 19.30 Uhr	ASF-Abend	Calaminus Haus Hanauer Str. 11	SPD Erlensee Frau W.Fischl, Tel. 900715
18.00 - 19.30 Uhr	Qi Gong	Erlenhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau S.Schotte
18.15 - 19.30 Uhr	Koronarsport	Fallbachhalle	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau Z.Beran
19.00 - 23.00 Uhr	Senioren-Schach	Erlenhalle	Schachverein Erlensee e.V. Herr B.Ahrendt, Tel. 3028
20.00 - 21.00 Uhr	Rückengymnastik	Fallbachhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau M.Scharf
20.00 - 22.00 Uhr	Gesellschaftstanz für Paare	Erlenhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Herr M.Krutsch
Donnerstag	**Was**	**Wo**	**Veranstalter**
09.00 - 10.00 Uhr	Rücken-Yoga	Fallbachhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau V.Heilmann
14.30 - 15.30 Uhr	Seniorengymnastik	kleine Schulturnhalle	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau I.Giese, Tel. 5661
17.00 - 19.00 Uhr 14-tägig	Kegeln für Senioren	Kegelbahnen Fallbachhalle Eugen-Kaiser-Str. 27	Stadt Erlensee Herr P.Schmikl, Tel. 71068 Frau A.Hamburger Tel. 72636
18.00 - 19.00 Uhr	Rücken-Yoga	Fallbachhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau V.Heilmann
18.00 - 18.55 Uhr	Rückenfit	Erlenhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Herr W.Gromotka
19.15 - 20.15 Uhr	Hatha-Yoga	Fallbachhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau V.Heilmann
Freitag	**Was**	**Wo**	**Veranstalter**
09.00 - 10.00 Uhr	Fit-Mix	Ballsporthalle	TSG Erlensee 1874 e.V. Frau K.Kosch
14.00 - 16.00 Uhr wöchentlich Sie können gerne Ihre Lieblingsspiele mitbringen!	Spiel und Unterhaltung für SeniorInnen	Wintergarten der Selbsthilfe Körperbehinderter Hanau-Gelnhausen e. V. Am Rathaus 65	Stadt Erlensee Herr P.Schmikl, Tel. 71068
17.00 - 18.00 Uhr	Pilates für Anfänger	Fallbachhalle kleiner Saal	TSG Erlensee 1874 e.V. Herr W.Gromotka

Selbsthilfekontaktstelle Hanau (SEKOS)

Die Selbsthilfekontaktstelle Hanau (SEKOS) bietet fachübergreifende Dienstleistungen für alle Bereiche der sozialen und gesundheitlichen Selbsthilfe an und hat dabei die Funktion einer Service- und Vermittlungsagentur an der Schnittstelle von Selbsthilfegruppen und professionellen Dienstleistungen.
Ziel der SEKOS ist es, eine Gesundheitseinsicht der Bevölkerung zu entwickeln, die den Schwerpunkt auf **Gesundheitsverhalten, Krankheitsverhütung und Krankheitsbewältigung** legt.

Schwerpunktmäßig soll eine selbstbestimmte, eigenverantwortliche und aktive Lebensgestaltung erreicht werden. Einsame Menschen finden Wege aus ihrer Isolation, psychisch und sozial belastete Menschen lösen ihre persönlichen Krisen, chronisch kranke Menschen lernen wieder aktiv zu leben.
In Selbsthilfegruppen engagieren sich Menschen aus eigener Betroffenheit, handeln selbstverantwortlich, ergänzen die Arbeit der Fachleute, bauen neue soziale Netze auf, unterstützen sich gegenseitig und profitieren von den Erfahrungen anderer.

Mehr als 20 Selbsthilfegruppen mit unterschiedlichen Schwerpunkten treffen sich regelmäßig in den Räumen der SEKOS Hanau. Die Vielfalt der Themen reicht von Sucht und psychischen Problemen über unterschiedliche chronische Erkrankungen bis hin zu Gruppen für besondere Lebenslagen, wie beispielsweise Trennung oder Scheidung.

Eine Besonderheit der Selbsthilfekontaktstelle Hanau ist ein hervorragendes ehrenamtliches Team, das sich aus Mitgliedern von Selbsthilfegruppen zusammensetzt.
Die Kompetenz, Fachlichkeit und Erfahrung dieser Menschen, die selbst eine Krankheit durchlebt haben und Erfahrung, Kraft und Hoffnung an andere weitergeben, ist unschätzbar.

Das SEKOS-Team Hanau

Träger der Selbsthilfekontaktstelle Hanau Stadt und Land ist das **Begegnungszentrum Selbsthilfegruppen Main-Kinzig e. V. (BGZ)**.
Der Verein ist parteipolitisch und religiös neutral, er verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke.
Die SEKOS wird gefördert von den Krankenkassen in Hessen, der Stadt Hanau, dem Main-Kinzig- Kreis, dem Paritätischen Wohlfahrtsverband sowie von verschiedenen Kommunen.

Kontakt:
Selbsthilfekontaktstelle Hanau
Breslauer Str. 27, 63452 Hanau
Tel: 06181-25 55 00
Fax: 06181-25 52 60
Mail: *team@selbsthilfekontaktstelle.de*
www.selbsthilfekontaktstelle.de

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Demenzerkrankten

Wolfgang Kittel

Die von der Stadt Erlensee und dem Haus Rosengarten ins Leben gerufene Selbsthilfegruppe für Angehörige von Demenzerkrankten trifft sich immer am **letzten Donnerstag im Monat von 14 - 15.30 Uhr im Haus Rosengarten, Marktstube,** in Erlensee.
Die Gruppe, an der auch Bürgerinnen und Bürger aus anderen Kommunen teilnehmen können, ist offen für alle, die einen an Demenz erkrankten Angehörigen haben.
Unter der Leitung von Wolfgang Kittel bietet sich die Möglichkeit zum gegenseitigen Informationsaustausch.
Die Kenntnis über wirksame Unterstützungs- und Förderangebote soll helfen, die erkrankte Person besser zu verstehen und zu betreuen.
Der gemeinsame Alltag und die eigene Lebensqualität kann erheblich verbessert werden, da schon kleine Veränderungen, auf die man von alleine vielleicht nicht gekommen wäre, Erleichterung bringen können. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an das Seniorenbüro der Stadt Erlensee, Tel: 06183-915155

Der Sicherheitsberater der Stadt Erlensee

Jeden ersten Dienstag im Monat in der Zeit von von 9 bis 11 Uhr bietet der vom Polizeipräsidium Südosthessen ausgebildete **Sicherheitsberater Günter Mehling** eine offene Sprechstunde in der Cafeteria des Hallenbades der Stadt Erlensee an. Hier können sich Senioren und interessierte Bürger kostenfrei zum Thema Sicherheit beraten lassen. Unter Tel: 06183-80013180 kann man auch direkten Kontakt zu Herrn Mehling aufnehmen und einen individuellen Beratungstermin vereinbaren. Herr Mehling hingegen nimmt von sich aus keinen Kontakt zu Bürgerinnen und Bürgern auf und macht Hausbesuche nur, wenn dies ausdrücklich gewünscht ist.

Günter Mehling berät

Sicher zu Fuß unterwegs - Tipps für Senioren von der Polizei

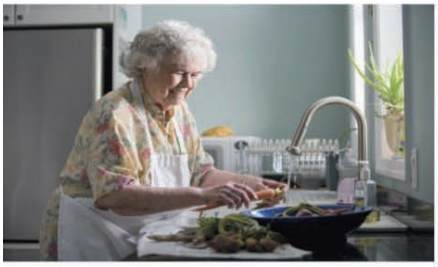
Verkehrsunfälle, an denen Fußgänger beteiligt sind, haben fast immer folgende Ursachen: Fußgänger werden nicht gesehen oder Fußgänger sehen die anderen nicht. Tragen Sie daher stets helle und ggf. reflektierende Kleidung.
Das Hauptrisiko für Fußgänger ist die Überquerung der Fahrbahn an ungesicherten Stellen. Überqueren Sie deshalb die Fahrbahn an einer Fußgängerampel oder an einem Zebrastreifen. Sollte dies nicht möglich sein, achten Sie sehr genau auf den Fahrzeugverkehr und nehmen Sie Blickkontakt mit den Fahrzeugführern auf.
Haben Sie begonnen, die Fahrbahn an einer Ampel bei Grün zu überqueren und diese schaltet unerwartet auf Rot um, dürfen Sie trotzdem weiter gehen, wenn kein Mittelstreifen vorhanden ist. Gehen Sie niemals zurück, wenn Sie sich bereits auf der Fahrbahn befinden. Halten Sie stets Blickkontakt mit herannahenden Fahrzeugführern und machen Sie notfalls durch Hochheben des Arms auf sich aufmerksam.
Als Fußgänger teilen Sie sich den Gehweg mit anderen Verkehrsteilnehmern. Rechnen Sie deshalb zum Beispiel mit Radfahrern und Inlineskatern, zudem können an Ein- und Ausfahrten Kraftfahrzeuge den Gehweg queren. Verminderte Aufmerksamkeit und Reaktionsfähigkeit können in komplexen Verkehrssituationen zu gefährlichen Überforderungen führen. Vermeiden Sie solche Situationen.

Ihr Pflegeteam ▪ Main Kinzig ▪ ▪ ▪
Ambulante Pflege- und Servicedienste Schaack & Dessert GbR.

in und um Erlensee . . . für Sie unterwegs

Service- und Beratungsbüro
Auf dem Hessel 29 in 63526 Erlensee

Telefon + 49 6183 -800582 - von Mo.- Fr. 12:00-20:00 h oder Sprachbox
Pflegenotruf 24 Stunden + 49 6183 -800583 -
Fax + 49 6183 - 800589
E-Mail: Ihr-Pflegeteam@gmx.net



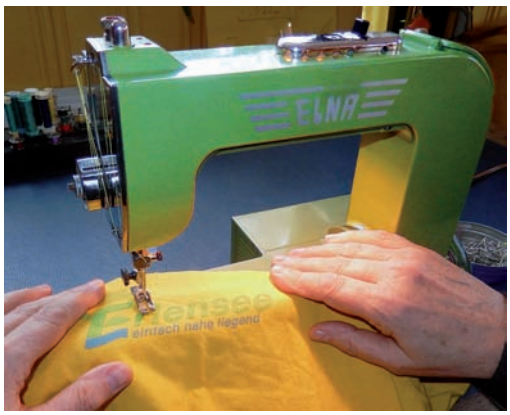
RUND UM DIE UHR · RUND UM DIE UHR · RUND UM DIE UHR
Qualifizierte Pflege

Wir bieten Ihnen . . . .

- Betreuung, Körper- und Behandlungspflege in individueller Art
- Krankenhausnachsorge
- Beratung über Inanspruchnahme von gesetzlichen und privaten Leistungen
- Hilfestellung bei der Erledigung der Anträge
- Schulungen zur häuslichen Pflege
- Urlaubsvertretung / Verhinderungspflege auch Stundenweise

- Wir sind ein anerkannter Ausbildungsbetrieb
- Wir arbeiten nur mit qualifizierten Fachpersonal

Neue Nähkurse in Erlensee



Erlensee näht

Im Januar starten wieder neue Nähkurse in Erlensee.
Unter der Anleitung von Kursleiterin Erika Friedrich können Interessierte unter anderem das Zuschneiden von Stoffen, den Umgang mit der Nähmaschine und die Herstellung individueller Kleidungsstücke erlernen. Der eigenen Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt. Die Kurse, die in Kooperation mit der Stadt Erlensee veranstaltet werden, sind offen für alle Interessierten. Vorerfahrungen sind dabei nicht nötig.

Veranstaltungstermine:
17.01. - 21.03. dienstags, 18.30 - 20.30 Uhr
18.01. - 22.03. mittwochs, 9 - 11 Uhr, oder: 18.30 Uhr - 20.30 Uhr
19.01. - 23.03. donnerstags, 9 - 11 Uhr, oder: 18.30 Uhr - 20.30 Uhr

Jeweils zehn Einheiten. (1 Std. = volle 60 Minuten - keine Kurse an Feiertagen)

Veranstaltungsort: Bürgerhaus "Zum Neuen Löwen", Hauptstraße 2, Erlensee

Anmeldung: Erika Friedrich (Kursleiterin), Tel: 06183-73244

Veranstaltungsgebühr: 70.-€ (Bitte bei Anmeldung zahlen)

Spaß ~~muss~~ darf sein !

Woran erkennt man, dass man alt wird? - Wenn man sich beim Schnürsenkelzubinden fragt, was man noch tun könnte, wenn man schon mal da unten ist.

***

Ein sehr betagter Millionär liegt im Sterben und röchelt seiner jungen Frau ins Ohr: "*Was soll nur aus Dir werden, wenn ich nicht mehr bin?*" - Sie hält seine Hand, tätschelt seine Wange und antwortet sanft: *"Jetzt stirb erst mal, dann sehen wir weiter…*"

Aquarell- und Acrylmalkurse

Malen im Wintergarten

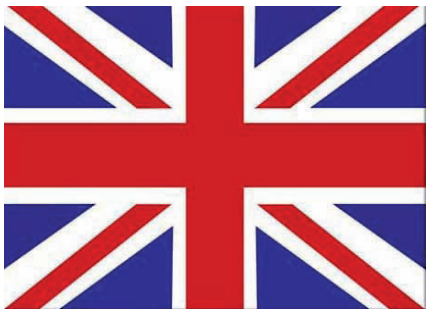
Die Stadt Erlensee veranstaltet in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe Körperbehinderter Hanau-Gelnhausen e.V. weitere Malkurse in Aquarell und Acryl mit Rosemarie Lewandrowski. Freude am Malen neu oder wiederentdecken, Ideen finden oder sich inspirieren lassen, Farben mischen und diese gezielt einsetzen.
Alles das ist schnell erlernbar. Das Erstellen einer Skizze bis hin zum fertigen Bild bildet die Grundlage des Kurses. Anfänger sowie Fortgeschrittene werden ihren Vorstellungen entsprechend betreut. Motive können aus vorhandenen Vorlagen ausgesucht werden, es können aber auch eigene Ideen umgesetzt werden.
Der Kurs findet immer **dienstags vom 14. Februar bis 4. April 2017** (8 Veranstaltungen), jeweils in der Zeit von 13.30 Uhr bis 15.30 Uhr und von 15.30 Uhr bis 17.30 Uhr im Wintergarten der Selbsthilfe Körper- behinderter Hanau-Gelnhausen e.V. (am Rathaus 67, Erlensee, gegenüber Hallenbad) statt. Die Teilnehmergebühr beträgt 80 €, die Teilnehmerzahl je Kurs ist auf 12 Personen begrenzt! Alle Bürger ab 50 Jahre sind herzlich eingeladen. Malmaterial ist bitte mitzubringen. Informationen und Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel: 06183-6246.

Gedächtnistraining für Jedermann

"Wie war das noch mal?"

Haben Sie nicht auch schon gedacht: "Früher habe ich das mir besser merken können, schneller lesen und begreifen können, nicht so nach Wörtern suchen müssen…". Wenn Ihr Gehirn nicht mehr so beansprucht wird, wird jeder diese Beeinträchtigungen merken. Versuchen Sie es doch einfach mal mit Gehirntraining.
In diesem Trainingsprogramm (MAT-Training = mentales Aktivierungstraining) wird das Kurzzeitgedächtnis durch gezielte Bewegungen, die beide Gehirnhälften anregen und durch Denkspiele und Übungen, die alle Sinne einschließen, verbessert.
Dieses Training mit Ernährungstipps und Hintergrundinformationen über die Funktionsweise des Gehirns soll helfen, die Kompetenz im Beruf oder im Alltag bis ins hohe Alter zu erhalten.
Haus Rosengarten, Am Erlenpark 1, OG Marktstube, mittwochs von 11.00 bis 12.30 Uhr, Beginn: 18.Januar 2017, Kosten: 52 € für 10 Veranstaltungen á 90 Minuten.
Beratung und Anmeldung: Kursleiterin Andrea Neumann-Götze, Tel: 06050-1802 *neumann-goetze@web.de*

Neue Englisch-Kurse



Union Jack

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen (A1.2):
Dieser Kurs ist für diejenigen geeignet, die vor vielen Jahren Englisch gelernt haben -auch nur für kurze Zeit- und ihre Kenntnisse noch mal "ganz von vorne" auffrischen bzw. erweitern wollen. (Nicht für absolute Anfänger geeignet). **Kursbeginn:** Mittwoch, 11.1.2017, 9.00 - 10.30 Uhr

Englisch Mittelstufe (A2.2): Der Kurs ist für diejenigen, die über Grundkenntnisse der englischen Sprache verfügen und ihre Sprechfähigkeit verbessern wollen. Im Vordergrund stehen kommunikative Übungen (Alltags- bzw. Urlaubssituationen), die Grammatik wird trotzdem nicht zu kurz kommen. **Kursbeginn:** Mittwoch, 11.1.2017, 10.45 - 12.15 Uhr

Englisch Mittelstufe (A2/B1): Geeignet für diejenigen, die über solide Grundkenntnisse der englischen Sprache verfügen und ihr Englisch mit Hilfe von unterschiedlichen Kommunikationsübungen weiter verbessern wollen. **Kursbeginn:** Mittwoch, 11.1.2017, 14.00 - 15.30 Uhr

Kursgebühr für 15 Termine: 98 € *(mindestens* 8 Teilnehmer) Alle Bürgerinnen und Bürger Erlensees ab 50 Jahren sind herzlich zu dieser Veranstaltung eingeladen. Weitere Informationen, Beratung und Anmeldung: **Kursleiterin Heike Jeske,** Tel: 06183-71895 Mobil: 0157-30634293 Mail: *heikejeske@web.de*
Die Kurse finden im Feuerwehrgerätehaus Rückingen statt.

Handy, Smartphone, Tablet und i-Pad Treff für Senioren

Immer mehr Senioren kaufen sich ein Smartphone oder Tablet. Die Nutzung stellt sie jedoch oft vor einige Fragen und Schwierigkeiten. Hierbei können sie von Jugendlichen sehr viel lernen.

Im Rahmen des Wahlpflichtunterrichts der Georg-Büchner-Schule, in Kooperation mit dem Haus Rosengarten und dem Seniorenbüro der Stadt Erlensee findet erneut ein offener Handy-Treff statt.
Hier helfen Schüler der 9. und 10. Klassen den Senioren bei Fragen und Problemen mit ihrem Smartphone oder Tablet. Die bisherigen Treffen erfreuten sich immer großer Beliebtheit.
Am Ende des Schuljahres erhalten die teilnehmenden Schüler ein Zertifikat der Stadt Erlensee.

Die nächsten Termine: 24.1., 14.2., 7.3., 18.4., 2.5., 16.5.,
finden jeweils von 14.00 bis 15.20 Uhr im Haus Rosengarten, Marktstube (OG) statt.
Nähere Informationen erteilt Ihnen gerne Seniorenberaterin Sandra Wunder, Tel: 06183-915155
oder Mail: *swunder@erlensee.de*

Alt und Jung: Fit mit dem Smartphone

Laptop-Treff 60plus

Gemeinsam Laptop-Probleme austauschen und Lösungen finden

Ratlos? Dann schnell zum Laptop-Doc!

Die **AWO Erlensee und das Seniorenbüro der Stadt Erlensee** bieten bereits im 3.Jahr in Kooperation mit Jürgen Weiß das erfolgreiche gemeinsame Projekt, den Laptop-Treff 60plus, für Seniorinnen und Senioren an.
Immer mehr Senioren besitzen einen Laptop. Grundwissen über dem Umgang mit dem PC ist in der Regel vorhanden, doch im täglichen Gebrauch tauchen oft Hindernisse auf und bestimmte Anwendungen sind plötzlich doch nicht so einfach zu bedienen. **Hier kann der Laptop-Treff 60plus helfen.**

Das offene Forum für Fragen rund um den Laptop wird von Jürgen Weiß ehrenamtlich geleitet.
In dem monatlich stattfindenden Treff bietet sich die Gelegenheit, eine Lösung individueller Probleme im Umgang mit Programmen, E-Mail-Verkehr, Sicherheit im Internet usw. direkt am eigenen Laptop zu finden.

Der Laptop-Treff sieht sich dabei nicht als herkömmliche Unterrichtsveranstaltung, sondern als **offene Runde**, in der die Teilnehmer gemeinsam Fragen und Probleme austauschen und mit Unterstützung durch Herrn Weiß Lösungen finden können. Bitte bringen Sie hierzu Ihren eigenen Laptop mit einem Windows-Betriebssystem zum Forum mit, ein freier WLAN-Internetzugang ist vorhanden.

Beachten Sie bitte:
Für Fragen zu Tablet, i-Phone, Smartphone usw. bietet das Seniorenbüro eigene Treffen an.

Die offene Gruppe trifft sich regelmäßig **am jeweils ersten Mittwoch im Monat von 10 bis 12 Uhr im Calaminus Haus, Hanauer Str. 11 in Erlensee-Langendiebach**. (nicht barrierefrei)
Die nächsten Termine: **Mittwoch, 4.1. / 1.2. / 1.3. und 5.4.2017**
Für nähere Informationen und zur besseren Planung bitten wir Sie, sich im Seniorenbüro bei:
Jasmin Jäger, Tel: 06183-915156 oder Mail: *jjaeger@erlensee.de* anzumelden.
Alle Erlenseer Seniorinnen und Senioren sind herzlich zu dieser kostenlosen Veranstaltung eingeladen!

"Tatort Internet" - mit Kriminalhauptkommisar Markus Wortmann

Rückblick auf eine vom "Laptop-Treff 60plus" initiierte Veranstaltung

Immer mehr Erlenseer Senioren nutzen Computer und Internet. Dies bestätigte die im Herbst 2016 durchgeführte Umfrage des Seniorenbeirats: **65% der über Sechzigjährigen** sind häufig bis regelmäßig *"online",* schreiben E-Mails, legen Ordner mit Familienfotos an, oder *"skypen"* (videotelefonieren) gar mit dem Enkel in den USA. Doch wie überall: Wo soviel Gutes ist, ist auch das Böse nah.

Grund genug für das Seniorenbüro, **Kriminalhauptkommisar Markus Wortmann, Fachberater Cybercrime** im Polizeiladen am Stadthof in Offenbach, erneut nach Erlensee einzuladen. KHK Wortmann gab bei seinem Vortrag nicht nur wichtige und interessante Tipps und Informationen, sondern machte die Veranstaltung gleichzeitig zu einem äußerst unterhaltsamen Nachmittag.

Bestens informiert und gut unterhalten: jetzt noch sicherer im Internet!

Neben den Gefahren des Internets thematisierte Herr Wortmann **auch Gefahren im Alltag**. Beispielsweise sollten Frauen ihre Handtaschen immer schließen und eng am Körper halten, so dass es möglichen Tätern erschwert, die Taschen zu stehlen.

Auch sollte man keinesfalls persönliche Daten, wie **Bankverbindungen**, am Telefon weitergeben. Seriöse Firmen, so Markus Wortmann, fragen solche Daten nicht per Telefon ab.
Bei **dubiosen E-Mails** sollte man vorsichtig sein. Man sollte auf deren Zahlungsaufforderungen nicht eingehen und keine Mail-Anhänge öffnen. Informationen zu einigen "Abzockern" im Internet kann man auf der Homepage der Verbraucherschutzzentrale einsehen.
In diesem Zusammenhang stellte er außerdem die Homepage www.onlinewarnungen.de vor. Dort werden aktuelle Betrugsmaschen und -meldungen sowohl aus dem Internet als auch außerhalb des Netzes, veröffentlicht. Herr Wortmann stellte klar, wie wichtig es ist, ein **gutes und aktualisiertes Virenprogramm** zu haben, dessen Einstellungen auf die eigenen Bedürfnisse zugeschnitten sind.
Daneben sollte man auch stets das eigene Verhalten im Internet überdenken. So machte Herr Wortmann beispielsweise deutlich, dass **private Fotos von Kindern oder Enkeln nichts im Internet zu suchen** haben. Auch sollten stets die AGB's gelesen werden, bevor man sich einen Account einrichtet oder eine App herunterlädt. Alle Beteiligten der gut besuchten Veranstaltung freuten sich über den informativen, wie auch unterhaltsamen Nachmittag. Kriminalhauptkommissar Markus Wortmann wird wieder kommen!

Wohl dem, der ein warmes Zuhause hat! - Die Rückinger Störche trotzen zum zweiten Mal dem Winter. (Foto: Wolfgang Racek)

Veranstaltungen der Arbeiterwohlfahrt OV Erlensee

Senioren-Treff im Bürgerhaus "Zum Neuen Löwen":

Dienstag, **7. März**, 14.30 Uhr: **Ostern** - Brett- und Kartenspiele
Dienstag, **4. April**, 14.30 Uhr: **Vortrag Geschichtsverein**
Dienstag, **2. Mai**, 14.30 Uhr: **Muttertag** - Brett- und Kartenspiele
Hierzu sind alle Erlenseer Seniorinnen und Senioren eingeladen.

Tanztee im Bürgerhaus "Zum Neuen Löwen":

Mittwoch, 18. Januar, 14 Uhr: **Engelbert**
Mittwoch, 15. Februar, 14 Uhr: **Fasching** mit **Charly Brown**
Mittwoch, 15. März, 14 Uhr: **Big T**
Mittwoch, 19. April, 14 Uhr: **Ostern** mit **Holger M.**

Gedächtnistraining: jeden Dienstag, 15 - 16.30 Uhr im Calaminus Haus
(mit Cornelia Ruth-Hanke, siehe unten)

Laptop Treff 60plus: jeden 1. Mittwoch im Monat, 10 - 12 Uhr im Calaminus Haus
(mit Jürgen Weiß, siehe Seite 22)

Spielenachmittag, Kartenspiele: jeden Montag, 13.30 - 18 Uhr im Calaminus Haus

Bürozeit und Sprechstunde: jeden Dienstag, 17 - 18 Uhr im Calaminus Haus, Tel: 06183-73235

Unterhaltsames Gedächtnistraining - Geistige Fitness erhalten

Kennen Sie das? *Wo ist sie nur, die Brille? War das nicht eben die Dings? Der Name liegt mir auf der Zunge.*
Meist ist Stress oder mangelnde Aufmerksamkeit die Ursache dieser kleinen Vergesslichkeiten des Alltags.
Ganzheitliches Gedächtnistraining bietet ein vielfältiges Übungsprogramm, das unsere Denkflexibilität, Konzentration und Fantasie in Schwung hält.
Angemessene Bewegungs- und Entspannungsübungen unterstützen das Denken ohne Stress.
Der Kurs umfasst 8 Termine à 90 Minuten. Er bietet neue Übungen für Teilnehmer,
die das Trainingskonzept schon kennen und ist geeignet für Neueinsteiger.
Leitung: Cornelia Ruth-Hanke, Trainerin des Bundesverbandes für ganzheitliches Gedächtnistraining (BVGT)
Kursbeginn: Dienstag, 14. Februar 2017, 15 - 16.30 Uhr
AWO-Begegnungsstätte Erlensee-Langendiebach, Hanauer Str. 11
Kosten für den Kurs: 40 €, Anmeldung und Info: Tel: 06183-4017

Fasching mit Holger M. - Dienstag, 7. Februar, im Neuen Löwen

AWO Erlensee in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Stadt Erlensee lädt ein zur:
Faschingsveranstaltung mit Holger M. – „Musik vom Feinsten!" & buntem Programm
am Dienstag, 7. Februar, von 14.30 - 18 Uhr
im Bürgerhaus „Zum neuen Löwen", Hauptstr. 4-6, Erlensee-Rückingen
Telefonische Voranmeldung bitte bei: Helene Kübler, Tel. 06183-1640

Seniorenfassenacht im "Neuen Löwen" - da geht die Post ab!

Palliativ- und Hospizversorgung

Wenn Menschen die Diagnose einer unheilbaren Krankheit erhalten, sind sie zunächst meist völlig hilflos, unzählige Fragen schwirren durch ihren Kopf. Neben der Angst über die Krankheit und ihre Zukunft an sich, sind sie oft überfordert mit den verschiedenen Angeboten und Möglichkeiten, die es für Menschen in ihrer Lebenslage gibt. Wir möchten Ihnen einen Überblick über die Angebote in Hanau und Umgebung geben:

Leben auf Zeit

Leben auf Zeit bietet eine Erstberatung für Schwerstkranke und Sterbende in der Palliativ- und Hospizversorgung. Die kostenlose Beratung kann sämtliche Fragen beantworten. Angefangen von den verschiedenen Behandlungs-, Betreuungs- und Begleitungsangeboten, über die Vermittlung zu anderen Ansprechpartnern sowie selbstverständlich weitere, ganz persönliche Fragen können hier gestellt werden.
Tel: 0800-2080044, Mail: *beratung@leben-auf-zeit.de*

Leben auf Zeit
Erstberatung für Schwerstkranke und Sterbende in der Palliativ- und Hospizversorgung

PalliativTeam Hanau

Das PalliativTeam Hanau besteht u. a. aus erfahrenen Ärzten und Krankenschwestern, die eng mit Haus- und Fachärzten, Krankenhäusern, Pflegediensten usw. zusammenarbeiten. Ihr Ziel ist es, den Betroffenen und dessen Schmerzen ganzheitlich, möglichst im häuslichen Umfeld, zu behandeln. Damit ist nicht nur der körperliche Schmerz gemeint, sondern ebenso der psychische Schmerz in Form von Traurigkeit bis hin zur Depression, der soziale Schmerz durch Einsamkeit und der spirituelle Schmerz, ausgelöst durch Zweifel am Glauben. Außerdem gibt es regelmäßig Möglichkeiten des Informationsaustausches und Informationsveranstaltungen auch für Angehörige.
Tel: 06181-189523-0, Mail: *info@palliativteam-hanau.de*

PalliativTeam
Hanau

AG Hospizdienst Hanau / Main-Kinzig-Kreis

Die Arbeitsgemeinschaft Hospizdienst bietet ökumenische ambulante Hospizbegleitung und Palliativberatung an. Das Team begleitet und berät schwerstkranke und sterbende Menschen und deren Angehörigen zu Hause, im Hospiz oder in Senioreneinrichtungen. Ausgebildete Ehrenamtliche begleiten die Sterbenden auf ihrem letzten Weg. Die AG Hospizdienst sieht sich selbst als eine Ergänzung zu den professionellen Dienstleistern. Tel: 06181-9233531, Mail: *agh@caritas-mkk.de*

ARBEITSGEMEINSCHAFT
HOSPIZDIENST
HANAU/MAIN-KINZIG-KREIS

Hospiz Louise de Marillac

Das Hospiz Louise de Marillac ist eine stationäre Einrichtung und dem St.-Vinzenz-Krankenhaus in Hanau angegliedert. In der Einrichtung befinden sich acht Einzelzimmer, die ganz auf die Bedürfnisse der Sterbenden ausgerichtet sind. Auch Schlafmöglichkeiten für Angehörige stehen zur Verfügung, damit sie den letzten Weg nicht allein gehen müssen. Das Ziel des Hospizes ist es, Leiden und Schmerzen zu lindern und den Menschen einen möglichst selbstständigen und würdevollen letzten Lebensabschnitt zu ermöglichen.
Tel: 06181-507050, Mail: *hospiz@hbs-fd.de*
Weitere Informationen erhalten Sie im Seniorenbüro der Stadt Erlensee: Sandra Wunder, Tel: 06183-915155

HOSPIZ LOUISE DE MARILLAC HANAU
eine Einrichtung des Hauses der barmherzigen Schwestern vom hl. Vinzenz von Paul in Fulda -KdöR-

Der Rätsel Lösung:

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

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

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

Pflegestützpunkt Main-Kinzig-Kreis

Information und Beratung zur Pflege in gemeinsamer Trägerschaft des Main-Kinzig-Kreises und der Pflege- und Krankenkassen

Der Pflegestützpunkt bietet Unterstützung und Beratung für:
Pflegebedürftige Menschen, pflegende Angehörige, Menschen mit Behinderung sowie Menschen, die von Behinderung und Pflege bedroht sind.

- Wir sind Ihre erste Anlaufstelle für alle Fragen rund um das Thema Pflege.
- Wir beraten trägerneutral und kostenlos.
- Wir informieren unabhängig und verbraucherorientiert.
- Wir besuchen Sie auf Wunsch auch zu Hause.
- Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite und kümmern uns nachhaltig um Ihre Anliegen.

Zu den Leistungen des Pflegestützpunktes gehören:

- Umfassende, sowie unabhängige **Auskunft und Beratung** zur Auswahl und Inanspruchnahme von Sozialleistungen und Hilfsangeboten
- **Koordinierung** aller für die wohnortnahe Versorgung und Betreuung in Betracht kommende Unterstützungsangebote einschließlich der Hilfestellung bei der Inanspruchnahme der Leistungen
- **Vernetzung** aufeinander abgestimmter pflegerischer und sozialer Versorgungs- und Betreuungsangebote

Der Pflegestützpunkt arbeitet mit allen Einrichtungen und Diensten zusammen, die mit Fragen der Prävention, Rehabilitation, Pflege und Hilfen zur Lebensgestaltung befasst sind.
Sind wir persönlich nicht zu erreichen, können Sie auf dem Anrufbeantworter Nachrichten hinterlassen.
Termine können auch als Hausbesuch erfolgen.

Adresse: Hailerer Str. 24, 63571 Gelnhausen		
Öffnungszeiten:		
	Mo - Fr	9 - 12 Uhr
	Di	13 - 15 Uhr
	Do und nach Vereinbarung	14 - 17.30 Uhr

Ansprechpartner:		
	Verena Campbell	06051 - 9741 48012
	Dietmar Appl	06051 - 9741 48003
Fax:		06051 - 9741 48158
Mail:	*pflegestuetzpunkt@kca-mkk.de*	

Seniorenpass

Ermäßigungen für Seniorinnen und Senioren – wer bekommt einen Seniorenpass?

Den Seniorenpass erhalten alle Bürgerinnen und Bürger der Stadt Erlensee, die das 60. Lebensjahr vollendet haben und deren Einkommen 540 € (alleinstehende Personen) bzw. 765,50 € (Ehepaare) nicht übersteigt. Hinzuzurechnen sind die Kosten für Unterkunft (Miete) und Hausnebenkosten (Umlagen).

Ermäßigungen sind möglich auf:

Kulturveranstaltungen	2,50 € auf den Kartenvorverkaufspreis
Seniorenfahrten	5,00 € auf den Veranstaltungspreis
Hallenbad	50% auf den Eintrittspreis (bei Jahreskarte 130 €)
Stadtbücherei	50% auf die Jahresgebühr

Den Seniorenpass gibt es im Seniorenbüro der Stadt Erlensee im Rathaus, Zimmer 215, Tel: 06183-915155

Rentenanträge und Kontenklärung

kein Antrag ohne Stempel

Bitte nur nach Terminvereinbarung unter:
Tel: 06183-915154 (Sabine Genilke) oder Tel: 06183-915156 (Jasmin Jäger)
Bitte beachten Sie: Eine Rentenberatung kann nicht durchgeführt werden.

Diese erfolgt nur bei der Auskunfts- und Beratungsstelle der:
Deutschen Rentenversicherung Hessen in Gelnhausen
Tel: 06051-9199800 oder: Tel: 06051-8522561

Neues zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Das Seniorenbüro der Stadt Erlensee informiert

Die neue Patientenverfügung

Rechtzeitig dafür zu sorgen, dass im Ernstfall auf eine Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung sowie eine Patientenverfügung zurückgegriffen werden kann, ist hinreichend bekannt.
Was die **Patientenverfügung** betrifft, hat sich eine **wichtige Gesetzesänderung** ergeben. Demnach reicht es seit einem Beschluss des Bundesgerichtshofs im Juli 2016 nicht mehr aus, eine Patientenverfügung zu haben, die allgemein gehalten und womöglich zum Ankreuzen ist. Behandlungssituationen und -wünsche müssen in Zukunft ganz konkret und individuell beschrieben werden.
Das Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz hat aus diesem Grunde zum 1.10.2016 die **Broschüre „Patientenverfügung"** neu aufgelegt.
Sehr anschaulich wird hier beschrieben, wie eine Patientenverfügung zu gestalten ist; nützliche Textbausteine erleichtern das Verfassen. Die Broschüre ist derzeit nicht in Druckversion verfügbar, kann aber unter www.bmjv.de, "Publikationen", aus dem Internet herunter geladen werden.

Aufgrund der geänderten Gesetzeslage kann das Seniorenbüro der Stadt Erlensee hier keine Hilfestellung mehr leisten, wohl aber beim Ausfüllen einer Vorsorgevollmacht. Dort regelt man, wer einen vertreten soll, wenn man selbst vorübergehend oder dauerhaft nicht mehr in der Lage ist, Entscheidungen zu treffen (z.B. durch einen schweren Unfall oder Krankheit, Schlaganfall oder Demenz).
Diese Bereiche betreffen im Wesentlichen **Gesundheit, Umgang mit Behörden, Aufenthalt und Vermögen.**
In Bezug auf die Gesundheit kann man hier z.B. regeln, wer Krankenunterlagen einsehen und über medizinische Maßnahmen mitentscheiden darf. Ist eine Immobilie vorhanden, ist es unter Umständen erforderlich, die Vorsorgevollmacht mithilfe eines Notars zu erstellen.
Banken fordern in der Regel die hauseigenen Vordrucke für die Kontovollmacht.
Was viele nicht wissen: Für all diese Belange reicht es nicht aus, verheiratet oder Kind zu sein!
Hat man keine Vorsorgevollmacht erteilt, wird, wenn erforderlich, ein gesetzlicher Betreuer vom Amtsgericht bestellt. Dies betrifft auch Entscheidungen über medizinische Maßnahmen.
Der gesetzliche Betreuer kann ein Angehöriger werden, aber auch eine ganz fremde Person, ein sog. Berufsbetreuer, der den Willen der Person nicht kennt.
Daher empfiehlt es sich, rechtzeitig eine Vorsorgevollmacht zu erteilen und den Inhalt der individuell erstellten Patientenverfügung mit dem Bevollmächtigten zu besprechen.
Sie können alternativ eine **Betreuungsverfügung** erstellen. Hier regeln Sie, wer ihr gesetzlicher Betreuer werden soll, wenn Sie einen benötigen. Allerdings entscheidet hierüber letztendlich immer das Amtsgericht. Bei einer Vorsorgevollmacht ist es dagegen in den allermeisten Fällen nicht nötig, das Gericht anzurufen.

Achtung: Wenn Sie aber niemanden haben, dem Sie voll und ganz vertrauen, kann es sinnvoller sein, einen Berufsbetreuer zur Seite gestellt zu bekommen, denn dieser wird im Gegensatz zu dem Bevollmächtigten durch das Gericht kontrolliert!
Weitere Informationen erteilt Ihnen Seniorenberaterin Sandra Wunder, Tel: 06183-915155

Seniorentanz in Erlensee - Hält fit, macht Spaß und schlau!

Neuer Schwung für Senioren

Wenn Sie Freude an Bewegung haben, Gleichgesinnte treffen oder einfach nur gemeinsam mit anderen aktiv sein wollen, sind Sie unter der Leitung von Barbara Kremer bestens aufgehoben.
Auch ohne Partner können Sie den Rhythmus bei Sitz-, Kreis- und Reigentänzen genießen und ganz nebenbei Koordination, Merk- und Denkfähigkeit sowie die Fitness trainieren.
Haben wir Sie neugierig gemacht?
Dann kommen Sie doch einfach vorbei!

Die Kurse finden 2017 stets Freitags,
am 20.1./ 17.2./ 17.3./ 21.4. jeweils von 15 - 16.30 Uhr im kleinen Saal der Fallbachhalle statt.
Nähere Informationen erhalten Sie bei Jasmin Jäger, Tel: 06183-915156

Mobile Bürgerhilfe Erlensee

Der "Bürgerverein Soziales Erlensee e.V." setzt sich für das soziale Miteinander in Erlensee und für eine aktive Bürgerschaft ein. Konkrete Einsatzgebiete des Vereins sind: Altenhilfe ("Mobile Bürgerhilfe" und "Helfende Hände"), Erwachsenenbildung, Völkerverständigung, sowie Kinder-, Jugend- und Familienhilfe.

Die mobilen Helfer des Bürgervereins unterstützen ältere und hilfsbedürftige Menschen in ihrer persönlichen Umgebung. Sie sind da, wenn ein Einkauf zu erledigen ist oder begleiten einen Gang zum Arzt, zur Krankengymnastik oder zu einem anderen Termin.
Diese Hilfen sollen es den älteren Menschen ermöglichen, weiterhin ein selbständiges Leben in ihrer eigenen Wohnung zu führen.
Jedem von uns kann es durch Krankheit oder andere Ereignisse einmal passieren, dass man vorübergehend auf Hilfe angewiesen ist. Dank der ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer der mobilen Bürgerhilfe kann eine schnelle unbürokratische Unterstützung aufgebaut werden.
Der Bürgerverein Soziales Erlensee e.V. kann durch ein paar Stunden ehrenamtlicher Arbeit, durch eine Mitgliedschaft oder Spende unterstützt werden.
Tel: 06183-807835 (Mo 12 - 15 Uhr), Mobil: 0162-8588383 (Mo, Mi, Fr)

Spaß ~~soll~~ darf sein !

Eine alte Frau steht an einer stark befahrenen Straße. Sie spricht einen Passanten an:
"Junger Mann, wären Sie wohl so freundlich, mir über die Straße zu helfen?"
Der erwidert:
"Aber selbstverständlich. Wir müssen nur noch warten, bis es grün wird".
Darauf die Dame:
"Also, bei Grün komme ich auch alleine rüber!".

"Zeit für mich" - Kursangebot für pflegende Angehörige

"Zeit für mich" - entspannen und neu ausbalancieren

Pflegende Angehörige erfüllen einen Fulltime-Job und sind dabei nicht selten 24 Stunden am Tag im Einsatz.
Es bleibt kaum Raum für eigene Sorgen und Bedürfnisse.

Diese enorme körperliche und seelische Belastung hinterlässt Spuren.
Gerade deshalb ist es wichtig, sich zwischendurch eine kleine "Auszeit" zu nehmen, um wieder neue Kraft zu tanken.

Dazu vereint dieses Kursangebot wichtige Elemente, wie z.B.:
- miteinander ins Gespräch kommen
- Erfahrungen austauschen
- neue Perspektiven gewinnen
- Erleben und Erlernen von Entspannungsmöglichkeiten
- Kennenlernen von Strategien zur Stressbewältigung

Bei diesem Kurs stehen Sie im Mittelpunkt.
Deshalb bleibt die Gestaltung variabel, um genug Raum für Ihre Wünsche zu lassen.

Die monatlichen Treffen erfolgen unter professioneller Anleitung und Begleitung durch **Jasmin Rühl, Heilpraktikerin mit langjähriger Erfahrung als Coach und in integrativen Therapien.**

Termine:
Mittwochs von 10.00 bis 11.30 Uhr am 15.02. / 15.03. / 19.04. / 17.05.2017
im kleinen Saal der Erlenhalle
Kursgebühr: 50 €
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und eine Anmeldung ist erforderlich.
Anmeldung:
Kursleiterin: Jasmin Rühl Tel: 06183-5203329 Mail: *info@naturheilpraxis-ruehl.de*

Der Seniorenbeirat der Stadt Erlensee

Dr. Axel Friedrich
Vorsitzender Seniorenbeirat
Langstr. 35
63526 Erlensee
Tel: 06183-72572
af-id-lilli-maus@t-online.de

Marion Walter
stellvertretende Vorsitzende
Brückenstr. 23a
63526 Erlensee
Tel: 06183-5765

Dr. Peter Bachmann
stellvertretender Vorsitzender
Langenselbolder Weg 25a
63526 Erlensee
Tel: 06183-73334
p.bachmann@onlinehome.de

Annemarie Bachmann
Langenselbolder Weg 25a
63526 Erlensee
Tel: 06183-73334
p.bachmann@onlinehome.de

Werner Hercher
Römerstr. 59
63526 Erlensee
Tel: 06183-1532
wekahercher@gmx.de

Friedel Maul
Theodor-Heuss-Str. 5
63526 Erlensee
Tel: 06183-2671

Rolf Schneider
Gartenstr. 7
63526 Erlensee
Tel: 06183-900071
rolf.ilona.schneider@arcor.de

Der Seniorenbeirat ist die Interessenvertretung der Seniorinnen und Senioren von Erlensee. Er berät die Organe der Stadt in allen Angelegenheiten, welche die Belange der älteren Einwohnerinnen und Einwohner berühren.

"Nachrücker" im Seniorenbeirat:

Norbert Ries

Jürgen Weiß

Dr. Günter Buckow

Judith Gutsch-Jost

Renate Penderak

Holger Goncz

Dagmar Krah

Der Seniorenbeirat besteht aus sieben Mitgliedern. Scheidet ein Mitglied aus dem Seniorenbeirat aus, rückt der/die nächste Bewerber/in von der Wahlliste nach.

Ansprechpartnerinnen im Rathaus der Stadt Erlensee:

Seniorenbüro

Am Rathaus 3
63526 Erlensee
Fachbereich 4
Familie und Soziales

Zimmer 214 & 215

Fax: 06183-915157

Jasmin Jäger
Tel: 06183-915156
jjaeger@erlensee.de

Sandra Wunder
Tel: 06183-915155
swunder@erlensee.de

Sabine Genilke
Tel: 06183-915154
sgenilke@erlensee.de

Kontakte

Arbeiterwohlfahrt AWO **OV-Erlensee - Geschäftsstelle** Hanauer Str. 11 63526 Erlensee Tel: 06183-73235 Dienstags 17 - 18 Uhr **Vorsitzende AWO:** Helene Kübler Tel: 06183-1640	**Automobilclub Kinzigtal** **Erlensee e.V. im ADAC** Kurt Oehm Tel: 06183-901007 **Bürgerverein** **Soziales Erlensee e.V.** Tel: 06183-807835 Mobil: 0162-8588383	**Selbsthilfe Körperbehinderter** **Hanau-Gelnhausen e.V.** Uwe Schneider Tel: 06183-915223 **Turn- und Sportgemeinde** **TSG Erlensee 1874 e.V.** Geschäftsstelle Tel: 06183-73329
Evangelische Kirchengemeinde **Gemeindebüro Rückingen** Pfarrer Jost Häfner Tel: 06183-2369	**Evangelische Kirchengemeinde** **Gemeindebüro Langendiebach** Pfarrerin Claudia Gillhoff Tel: 06183-2278 Pfarrer Dieter Wichihowski Tel: 06183-4251	**Katholische Kirchengemeinde** **Christkönig** GR Pfarrer Günter Brennfleck Tel: 06183-2363 Tel: 06184-53767

Öffnungszeiten der Stadtverwaltung Erlensee

Stadtverwaltung Erlensee Am Rathaus 3 63526 Erlensee
Tel: 06183-91510 Fax: 06183-915177 www.erlensee.de

	Servicebüro (Melde-/Passwesen)	**Empfang**
Montag	**7 - 12 Uhr und 14 - 19 Uhr**	**8.30 - 12 Uhr und 14 - 19 Uhr**
Dienstag	**7 - 12 Uhr**	**8.30 - 12 Uhr**
Mittwoch	**7 - 12 Uhr**	**8.30 - 12 Uhr**
Donnerstag	**7 - 16 Uhr (durchgängig)**	**8.30 - 16 Uhr (durchgängig)**
Freitag	**7 - 12 Uhr**	**8.30 - 12 Uhr**
	Verwaltung, Sozialamt (SGB II+XII, GEZ, Wohngeld)	**Stadtbücherei**
Montag	**8.30 - 12 Uhr und 14 - 19 Uhr**	**14 - 19 Uhr**
Dienstag	**8.30 - 12 Uhr**	**9 - 12 Uhr**
Mittwoch	**Mittwoch geschlossen**	**Mittwoch geschlossen**
Donnerstag	**8.30 - 16 Uhr (durchgängig)**	**9 - 12 Uhr und 14 - 17 Uhr**
Freitag	**8.30 - 12 Uhr**	**14 - 17 Uhr**

Sprechzeiten des Bürgermeisters nach Terminvereinbarung

Impressum

Herausgeber: Stadt Erlensee
Redaktion: Fachbereich Familie und Soziales
Gestaltung: Jürgen Weiß
Umschlag: Wolfgang Racek
Rätsel: Sudoku-aktuell.de
Druck: typoprint | Ausgabe 01/17 (Januar bis April 2017, Redaktionsschluss: 30.11.2016)

Die nächste Ausgabe von "Aktiv im Alter" erscheint Anfang Mai 2017 (Redaktionsschluss: 01.04.2017)

Erlenseer Postkartenmotive

Fotografiert von Wolfgang Racek