

Wetterauer Senioren-Journal

Ausgabe 3/2022

Sonderbeilage der Wetterauer Zeitung vom 21. Mai 2022



Anzeige

SENIOREN RESIDENZ

ALTEN- UND PFLEGEHEIME IN BAD NAUHEIM

„Sehen Sie selbst wie schön das Leben im Alter sein kann“!

Mit unseren umfangreichen Beschäftigungs- und Freizeitangeboten bieten wir Ihnen einen mit Freude und Spaß erfüllten Tag. Bei uns ist jeden Tag was los – wenn Sie möchten.

Kurstr. 32 • 61231 Bad Nauheim • Tel: 06032 9430
www.seniorenresidenz-badnauheim.de



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Wandern ist eine feine Sache, aber manchmal möchten wir es ein wenig bequemer, die Natur genießen und uns dennoch nicht allzu sehr anstrengen. Warum nicht eine Rikscha besteigen? Das ist beispielsweise in Bad Vilbel möglich, wo eine Fahrrad-Rikscha auf all diejenigen wartet, die den Kur- und Burgpark ganz entspannt von einem Gefährt aus betrachten möchten. Christine

Fauerbach hat das Ehepaar Hannelore und Alfons Lotz auf ihrer Tour mit Pilotin Bettina Hoffmann begleitet. Mit dem Zug nach Münzenberg, Bewegung in der Gruppe oder ein Treffen mit Gleichgesinnten – Hauptsache raus aus der Isolation, ins Freie oder zu einem Treffpunkt mit freundlichen Menschen. Ich wünsche Ihnen viel Freude dabei.

Ihre Frauke Ahlers



Ansprechende Umgebung, liebevoll gedeckter Kaffeetisch und erfahrene Demenzbegleiterinnen: Neuer Treffpunkt in Wisselsheim. S. 6/7 (Foto: hms)

› Ein Anruf hilft weiter

Polizei und Feuerwehr

Notruf, Unfall, Überfall 110
Feuerwehr, Rettungsdienst, Notarzt 112
Polizei Friedberg (06031) 601-0

Sozialdienst, Beratung, Sozialstationen, Hilfsdienste

Hospizhilfe Wetterau (06031)7727633
Hospizdienst Wetterau (06032) 927568
ambul. Hospizdienst BV (06101) 604892
Hospizhilfe Karben (06039) 9398738
Ökum. Diakoniestat. Fb. (06031) 4455
DRK Friedberg (06031) 6000210
Caritas-Sozialstation (06031) 737939
Johanniter Bad Nauheim (06032) 9146-0
Altenselbsth. BN Essen a. Rädern (06032) 73131/32
Caritas Sozialstation BV (06101) 64967
Sozialzentrum Butzbach (06033) 7481
Essen auf Rädern (06033) 96050
Malteser Hilfsdienst (06033) 98170
Sozialstation Mittl. Wett. (06035) 18789
Sozialstation Nt., Rb., Wöl. (06003) 810122
ASB Amb. Pflegedienste (06039) 8002900
ASB Hausnotruf (06039) 8002950
ASB Essen auf Rädern (06039) 8002911
Ev. Krankenpfleger. BV (06101) 85053
Nachbarschaftshilfe BV (06101) 604890
Nachbarschaftshilfe Fb. (06031) 1618880
Nachbarschaftshilfe BN (06032) 937280
Frauennotruf Wetterau (06043) 4471

Krankenhaus, Rettung

Im Notfall 112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst. 116117
Leitstelle Wetterau 19222

Krankenhäuser

Hochwaldkrankenhaus. (06032) 7020
Kreiskrankenhaus Friedberg (06031) 89-0

› Impressum

Wetterauer

Senioren-Journal:

Sonderbeilage der »Wetterauer Zeitung«, Mittelhessische Druck- und Verlagshaus GmbH & Co. KG, Marburger Straße 20, 35390 Gießen (zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen).
Mitteilung gemäß § 5 des Hessischen Pressegesetzes:
Allein wirtschaftlich beteiligt an der Herausgabe des Wetterauer Senioren-Journals ist die Mittelhessische Druck- und Verlagshaus GmbH & Co. KG in Gießen.
Auflage: 19580

Redaktion:

Frauke Ahlers,
Telefon (06032) 942-601

Verantwortlich für

Anzeigen:

Anzeigenleitung: Jens Trabusch,
Telefon (0641) 3003-211
Anzeigenverkaufsleitung:
Ulrich Brandt,
Telefon (06032) 942-520
Fax (06032) 942-18

Titelseite:

Foto: Christine Fauerbach
Gestaltung: Grafik



Kostenlos das Gehör testen lassen, das ist möglich am Hörmobil auf der SelbsthilfeMEILE.

S. 10 (Foto: pv)



Kraftort am Schwalheimer Wehr. S. 13 (Foto: Wrage)

› Inhaltsverzeichnis

Editorial und Inhalt	S. 2
Einsteigen und genießen: Rikschafahrt	S.4/5
Raus aus der Isolation	S. 6/7
Bewegung hält fit	S. 8/9
Das Hörmobil kommt: SelbsthilfeMEILE	S. 10
Mit dem Zug nach Münzenberg	S. 11
»Betti und Lilli« besuchen Pflegeeinrichtungen	S. 12
Sinnesgarten in St. Bardo	S. 13
Buch-Tipp	S. 13
Kraftort: Innerer Frieden am Wehr	S. 14
Buch-Tipps	S. 15

GRÖßER SEHEN BEDEUTET BESSER SEHEN – DAS NEUSEHLAND KOMPETENZ-ZENTRUM.

Die Brille reicht nicht? Neusehland weiß Rat.

Unser anerkannter Fachberater, Stefan Bölker, in unserem Kompetenz-Zentrum in Friedberg, Kaiserstraße 80 kennt sich mit vergrößernden Sehhilfen bestens aus.



Sehhilfen bietet Augenoptikmeister Stefan Bölker allen Betroffenen alltagsnahe Unterstützung: Die besonderen Hilfsmittel, wie z. B. spezielle Lupen, sorgen dafür, dass Sie wieder alles lesen, besser am PC arbeiten und jeden Tag mit scharfem Sehen genießen können.

Vereinbaren Sie einfach einen Termin in unserem Kompetenz-Zentrum in Friedberg, Kaiserstraße 80 unter der Telefonnummer (0 60 31) 32 05. Wir freuen uns auf Sie!

Unsere besten Lösungen im Überblick

- Leselupen mit und ohne Beleuchtung
- modernste elektronische Lupen
- Bildschirm-Lesegeräte
- elektronische Lesegeräte für Zeitungen,
- Blendschutz
- Farbfilter
- u.v.m.

Die Spezialisten für vergrößernde Sehhilfen.

Immer mehr Menschen in Deutschland leiden an einer stark verminderten Sehleistung durch Verletzungen oder Erkrankungen der Augen (z.B.

Makula-Degeneration, Grauer Star). Die normale Brille hilft nicht mehr, mobiles Telefonieren und Fernsehen werden zum Problem. Die Lösung finden Sie bei Neusehland. In unserem Kompetenz-Zentrum für vergrößernde

Neusehland Friedberg

Kaiserstraße 80
Telefon: (0 60 31) 32 05

www.neusehland.de

neusehland 
Mein Augenoptiker & Hörakustiker

Einsteigen und genießen

Mit der Fahrrad-Rikscha durch die Quellenstadt

Der Frühling zeigt sich von seiner schönsten Seite. Die Sonne lacht meist vom Himmel, Blumen und Blüten entfalten inmitten von frischem Grün ihre ganze Pracht. Das ideale Wetter, um einen Spaziergang durch den Kur- und Burgpark, durch die Streuobstwiesen, an der Nidda entlang, zu den Gronauer Störchen oder durch die Auenkunst in Massenheim zu machen.

Mit dem Rollator oder im Rollstuhl sind viele dieser Ziele zu weit entfernt oder körperlich zu anstrengend. Doch nicht für die Fahrgäste einer Fahrrad-Rikscha.

Um möglichst vielen Bürgerinnen und Bürgern einen Ausflug ins blühende Naturschauspiel, in die Innenstadt oder einen Stadtteil zu ermöglichen, hat der Verein für soziales Engagement und Nachbarschaftshilfe Bad Vilbel die Rikscha-Saison 2022 eröffnet. Das Team hat die Winterpause beendet, die Fahrrad-Rikscha aus der Tiefgarage geholt und generalüberholt.



Hannelore und Alfons Lotz genießen eine Rikscha-Fahrt mit Pilotin Bettina Hoffmann durch den blühenden Burgpark.
(Foto: Fauerbach)

Jetzt steht das komfortable Gefährt wieder Senioren und Seniorinnen und allen Mobilitätseingeschränkten für eine Fahrt ins Grüne in der Umgebung oder zu ihren Lieblingsorten in der Quellenstadt zur Verfügung. »Seit dem erfolgreichen Start im letzten September wird das Angebot gut angenommen. Die Leute sind begeistert. Zudem ist eine Rikscha-Fahrt auch eine schöne Geschenkidee für al-

le Seniorinnen und Senioren«, sagt Hannelore Lotz. Die stellvertretende Vorsitzende des Verein für soziales Engagement und Nachbarschaftshilfe Bad Vilbel hat mit Ehemann Alfons Lotz für die Leserinnen und Leser des Wetterauer Senioren Journals einen kurzen Ausflug durch den Burgpark unternommen.

Start und Ziel war die Terrasse auf der Parkseite der Seniorenresidenz Quellen-

hof. Dort hat das Ehepaar Lotz auf der bequemen Sitzbank der gut gefederten E-Bike Rikscha Platz genommen.

Nachdem sie vorschriftsmäßig die Sicherheitsgurte angelegt hatten, trat Fahrerin Bettina Hoffmann in die Pedale. Zur Ausrüstung der Rikscha gehören zwar Woll- und Regendecken, Regencape und ein Erste Hilfe-Kasten. Von allen diesen nützlichen Dingen wurde bei der Spazierfahrt durch den Burgpark nichts gebraucht. Es regnete nicht, und der kühle Wind hatte eine Pause eingelegt.

Von der erhöhten Rikscha-Sitzbank aus haben die Fahrgäste einen ungehinderten Blick auf die an ihnen vorbeiziehenden Wiesen mit den bunten Blumenrabatten, blühenden Bäumen und Büschen, die friedlich in ihrem Bett fließende Nidda, im Gras dösende oder nach Futter Ausschau haltende Enten und Nilgänse.

(Fortsetzung auf S. 5)



HausVorsorge
Ihr Eigenheim hat mehr zu bieten

HausVorsorge: Immobilien Teilverkäufer profitieren von Preisenkungen
Geringere Kosten und bis zu 15.000 € Förderung für energetische Sanierungen

Sie müssen umziehen, wenn Sie nicht umbauen?
Ein Immobilien-Teilverkauf eröffnet Möglichkeiten.

Ein barrierefreies Eigenheim – Ihr Haus kann das!

☎ 06431 58 33 10 📍 Niedertiefenbacher Weg 28
☎ 0162 53 06 311 65594 Runkel-Dehm
✉ info@hausvorsorge.com 🌐 www.hausvorsorge.com

Finanzielle Freiheit genießen und einen individuellen Beitrag zum Klimaschutz leisten? Als Experte für den Immobilien Teilverkauf ermöglicht die HausVorsorge Immobilienbeteiligungs GmbH (www.hausvorsorge.com) ihren Kunden genau das. Seit März 2022 profitieren Immobilienbesitzer, die das Konzept des Teilverkaufs in Anspruch nehmen, von attraktiven Preisenkungen.

Das Eigenheim als Finanzspritze nutzen: Kosten reduzieren sich um bis zu 1,65 %

Transparenz auf allen Ebenen ist den beiden Geschäftsführern der HausVorsorge besonders wichtig. Theo Egenolf und Steffen Löw legen deshalb großen Wert darauf, neuen ebenso wie bestehenden Kunden die aktualisierten Konditionen offen darzulegen.

„Von Beginn der Zusammenarbeit an profitieren Kunden der HausVorsorge von attraktiven Konditionen“, erklärt Theo Egenolf. „Ein gutes Beispiel ist die Nutzungsgebühr. Bei anderen Anbietern des Immobilien Teilverkaufs liegt sie bei 3 % und sogar darüber. Unabhängig von der Laufzeit – ein Jahr, fünf oder zehn Jahre – liegt die Nutzungsgebühr der HausVorsorge mit 2,9 % unter dieser Marge.“

Stark gesunken sind bei der HausVorsorge die Kosten für die beim Immobilien Teilverkauf anfallende Servicepauschale. Diese schließt unter anderem die Kosten für folgende Leistungen mit ein: die Begutachtung des Eigenheims durch einen unabhängigen Gutachter, notarielle Beurkundung sowie den Grundbucheintrag. Von vorher 4,9 % bzw. 2,4 % reduzierten sich die Kosten bei der Ausübung des Ankaufsrechts auf 3,25 % bzw. 2,25 %.

Neu bei der HausVorsorge: Unterstützung energetischer Sanierungen mit bis zu 15.000 €

Von den Kosten, die für die Umsetzung energetischer Sanierungsmaßnahmen anfallen, übernimmt die HausVorsorge bis zu 15.000 €. Um ihre Kunden bei der Modernisierung der Immobilie zu unterstützen, haben die beiden Geschäftsführer ein planungssicheres Konzept aufgestellt.

Steffen Löw erläutert die einzelnen Schritte: „Am Anfang wird durch einen unabhängigen Energieexperten ein individueller Sanierungsfahrplan erstellt. Anschließend wird gemeinsam mit der HausVorsorge ein Förderantrag gestellt. Nachdem die energetischen Sanierungsmaßnahmen umgesetzt wurden, wird die beantragte Förderung ausbezahlt. Der Vorteil für unsere Kunden liegt darin, dass sie die Förderung jährlich auf Neue beantragen können. Wir unterstützen sie jedes Jahr erneut und sichern ihnen zudem eine Beteiligung am Wertzuwachs der Immobilie zu.“

Wichtig zu wissen: Die Förderung energetischer Sanierungsmaßnahmen durch die HausVorsorge ist nicht an die Umsetzung einzelner Maßnahmen

gebunden. Unterstützt werden alle Vorhaben, die im Rahmen der Bundesförderung für effiziente Gebäude als förderfähig erklärt wurden. Dazu zählen die Modernisierung der Heizungsanlage und der Austausch der Fenster ebenso wie die Installation „digitaler Systeme zur energetischen Betriebs- und Verbrauchsoptimierung bzw. zur Verbesserung der Netzdienlichkeit der technischen Anlagen des Gebäudes oder des angeschlossenen Gebäudeteils“.

Energetische Sanierungen sind zentrale Maßnahmen für den Klimaschutz

Besonders in der Immobilienbranche ist der Klimaschutz ein wichtiges Thema. Aktuell plant die EU eine Überarbeitung der Richtlinie über die Gesamtenergieeffizienz von Gebäuden (EPBD). Diese sieht vor – und die dadurch entstehenden Kosten unterschätzen viele Immobilienbesitzer –, dass Wohngebäude innerhalb der nächsten acht Jahre, also bis 2030, die Energieeffizienzklasse F erreichen müssen. Die Anforderungen der Energieeffizienzklasse E müssen bereits drei Jahre später erreicht werden.

Bei der Umsetzung der energetischen Sanierungsmaßnahmen möchte die HausVorsorge als umweltbewusstes Unternehmen ihre Kunden im Rahmen des Immobilien Teilverkaufs finanziell unterstützen – und gleichzeitig einen aktiven Beitrag zum Klimaschutz leisten.



Theo Egenolf und Steffen Löw sind sich einig: „Selbst Maßnahmen, die auf den ersten Blick „klein“ erscheinen, leisten in der Gesamtsituation einen bedeutenden Beitrag zur Erreichung der Klimaziele. Wir wollen unseren Partnern die Möglichkeiten aufzeigen, die die staatliche Förderung energetischer Sanierungen zum Ergebnis hat und helfen sie durch den „Dschungel“ an Optionen. Gemeinsam mit unseren Kunden erarbeiten wir ein planungssicheres Konzept durch das die eigene Immobilie klimafreundlicher gestaltet wird und gleichzeitig entstehende Kosten (z. B. für Heizung und Strom) gesenkt werden. Eine Win-win-Situation – für unsere Kunden und das Klima.“

(Fortsetzung von S. 4)

Immer wieder bleiben Spaziergänger spontan stehen und rufen den beiden Fahrgästen und der Fahrerin einen Gruß zu. Bürger, die es sich auf den Parkbänken gemütlich gemacht haben, winken dem Trio zu und wünschen eine gute Fahrt. Alle lächeln und freuen sich.

Der Gute-Laune-Faktor ist im Preis inbegriffen. Kopfsteinpflaster, Bordsteine und Unebenheiten auf dem Weg sind kaum zu spüren, da die Rikscha gut gefedert ist. Fahrerin Bettina Hoffmann berichtet, dass bisher zu den meist gebuchten Zielen das Dottenfelder Hofcafé und die Innenstadt gehören. Hier legen die Fahrgäste gern einen Zwischenstopp an einem der Eissalons ein, verfolgen das geschäftige Treiben der Leute auf dem Niddaplatz oder

sehen sich die Neubauten am Kurhaus, die Stadthalle und das Hotel an.

Einzelne Fahrgäste buchen einen Ausflug in einen der Vilbeler Stadtteile oder lassen sich von den Fahrradpiloten eine Tour zusammenstellen. »Auf Wunsch modellieren wir auch die Sehenswürdigkeiten entlang der Strecke«, sagt Bettina Hoffmann.

Bei einer Fahrt mit der Fahrrad-Rikscha könnten die Senioren Bad Vilbel von der ersten Reihe aus neu entdecken, schwärmt die Pilotin. »Für den Fahrer sind die Fahrten mit der E-Bike Rikscha ein bisschen Sport. Dank der Tretunterstützung ist das Fahren keine große Anstrengung«, berichtet Bettina Hoffmann. Das Ehrenamt des Rikscha-Piloten sei ideal für alle leidenschaftlichen Radfahrer, die etwas für ihre Fitness tun

und sich dabei sozial engagieren möchten. »Man kommt mit vielen netten Leuten in Kontakt, die sich auf einen Ausflug mit uns freuen.«

Bettina Hoffmann und die Piloten-Crew freuen sich auf weitere ehrenamtliche Kolleginnen und Kollegen. Zwar ist die Fahrrad-Rikscha für drei Personen mit Elektromotor bis zu 25 km/h schnell, doch damit die Passagiere ihre Ausfahrt genießen und möglichst viel sehen können, liegt die Fahrgeschwindigkeit zwischen zehn bis 15 km/h.

Die Kosten für eine Ausfahrt betragen 2,50 Euro Verwaltungsgebühr plus fünf Euro pro Fahrt, womit die Passagiere über die Nachbarschaftshilfe versichert sind. Die Kosten zur Anschaffung, der mehr als 10000 Euro teuren E-Bike Rikscha hat die Erich-

Glück-Stiftung finanziert. Der Zweck der Stiftung des Ende 2012 verstorbenen Bad Vilbeler Ehrenbürgermeisters Erich Glück (SPD) ist in der Satzung mit »Unterstützung hilfsbedürftiger Personen« festgelegt.

Christine Fauerbach

Losfahren

Anmelden können sich Passagiere bei der Nachbarschaftshilfe, Haus der Begegnung, Marktplatz 2, Bad Vilbel, Tel. 06101/604/890 montags, donnerstags und freitags von 15 bis 17 Uhr oder dienstags und mittwochs von zehn bis 12 Uhr. Gebucht werden können Fahrten auch schriftlich per E-Mail unter info@nachbarschaftshilfe-bv.de. Infos im Internet unter www.nachbarschaftshilfe-bv.de. **cf**



Tobias Rudolf (Mitte) und das Team vom Hörgerätehaus an der Burg.

Philips HearLink Hörgeräte jetzt **kostenlos testen!**

IHRE SPEZIALISTEN FÜR EXZELLENTES HÖREN

- kostenlose Höranalyse
- große Auswahl an modernen Hörgeräten
- kostenloses, unverbindliches Probetragen
- Experten auch für Kinder- und Tinnitusversorgung
- umfassendes Hygienekonzept nach Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts



HÖRGERÄTEHAUS AN DER BURG

FRIEDBERG

Autorisierter Vertriebspartner

PHILIPS

Hörgerätehaus an der Burg
Kaiserstraße 6 • 61169 Friedberg
Tel.: 0 60 31 - 69 39 60

Öffnungszeiten
Montag - Freitag 8:30 - 18:30 Uhr
Samstag 9:00 - 14:00 Uhr

www.hoergeraetehaus-friedberg.de

Raus aus der Isolation

Freiwilligenzentrum hat neuen Treffpunkt: »Vergiss-mein-nicht« in Wisselsheim

»Das Thema Demenz liegt uns sehr am Herzen. Es gibt noch viel Aufklärungsbedarf«, sagt Ingrid Schmidt-Schwabe, Vorsitzende des Freiwilligenzentrums – Aktiv für Bad Nauheim und die Wetterau (FWZ). Daher ist sie sehr froh, dass sie in Wisselsheim in den Räumen der ehemaligen Tagesbetreuung Demenz-Ja am Södeler Weg 2 eine Außenstelle einrichten konnten. Das Angebot gilt für demenziell Erkrankte und Angehörige. Offene Treffs für alle sind im Aufbau.

Spiele und Plaudern

Sie kommen zum Kaffeetrinken zusammen, plaudern, machen gemeinsam Spiele und Musik. Manchmal werden nur die demenziell Erkrankten gebracht, manchmal werden sie von Angehörigen begleitet oder diese kommen in die Sprechstunde, um sich Rat für den Umgang mit ihren erkrankten Angehörigen zu holen. Hauptsache raus aus der Isolation, aus der Lethargie, die bei dieser Krankheit allzu schnell einsetzt.



Heidi Lang (l.) und Martina Huber betreuen die demenziell Erkrankten und ihre Angehörigen beim Demenz-Café und dem Angehörigen-Treff des FWZ in Wisselsheim. Der Standort von »Demenz-Ja« ist vielen bekannt. (hms)

Dafür stehen ihnen ausgebildete Demenzbegleiter und -begleiterinnen zur Seite. Eine von ihnen ist Heidi Lang, die frühere Inhaberin der Tagesbetreuung. Schweren Herzens musste sie dieses Angebot während Corona aufgeben, weil viele Betroffene wegblieben und sie die Kosten nicht mehr tragen konnte. Doch dann griff

die Stadt Bad Nauheim ein. Es sollte unbedingt eine Anlaufstelle erhalten bleiben. Jetzt unterstützt die Stadt das Freiwilligenzentrum, sodass dies die Räume mieten und nutzen kann.

»Wir haben die Inneneinrichtung mit den vertrauten Gegenständen aus Kindertagen, den Puppen und dem Klavier gelassen wie sie

war«, sagt Lang. So können sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim Demenz-Café am Freitag Mittag zuerst in der gemütlichen Sitzecke zum Schwätzchen treffen. Währenddessen decken die ehrenamtlichen Seniorenbetreuerinnen den langen Kaffeetisch im hinteren Bereich. »Manche Betroffene können wir nur mit unserem leckeren Kuchen locken, sonst würden sie nicht aus dem Haus gehen«, erzählt Demenzbegleiterin Martina Huber.

Lang und Huber können viele Geschichten von Menschen erzählen, denen es einfach gut tut, sich mit anderen zu treffen, auch wenn sie nur still im Sessel sitzen. Andere kämpfen um ihren angestammten Platz am Kaffeetisch und wieder andere gehen zig Mal zur Tür, weil sie abgeholt werden wollen. »Das bringt die Krankheit mit sich«, erklärt Huber.

Auch der erkrankte Ehemann einer 83-Jährigen, die ihren Namen nicht nennen möchte, ist sonst beim Kaffee dabei: »Heute wollte er aber absolut nicht mit, da bin ich eben alleine gekommen. Das tut mir auch gut«, versichert sie. Bei Dauerregen kam sie mit dem Bus aus Bad Nauheim. Andere kommen zum Beispiel aus Rosbach, Wöllstadt oder Reichelsheim. Der Bus hält direkt vor dem Haus am Södeler Weg.

(Fortsetzung auf S. 7)

Häusliche Pflege und mehr ...

☎ 0 60 32 - 9 25 18 92

**...fragen Sie uns,
wir beraten Sie gerne!**

ave vita

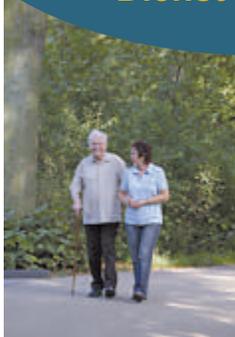
Ambulanter Pflegedienst

Tel. 0 60 32 - 9 25 18 92
Fax 0 60 32 - 9 25 18 93
Frankfurter Str. 1c
61231 Bad Nauheim

info@avevita-pflegedienst.de
www.avevita-pflegedienst.de

**Vertragspartner
aller Krank-
en und Pflegekassen**

**24-Stunden-
Dienst**



(Fortsetzung von S. 6)

Beim Demenz-Café am Freitag von 14.30 bis 17 Uhr sind auch Angehörige willkommen, damit sie die Betroffenen einmal in anderer Umgebung erleben. Denn oft tun Betroffene nicht das, was die Familienangehörigen sagen. Bittet sie aber jemand Fremdes darum, machen sie bereitwillig mit.

Neu dazu gekommen sind am Mittwoch ein Kaffeetreff für alle von 14.30 bis 17 Uhr und das Demenz-Café mit Angehörigen-Treff von 18 bis 20 Uhr. Dabei sitzen die Angehörigen zum Austausch zusammen, während die Erkrankten beschäftigt werden. Dieses Angebot ist vor allem für die Berufstätigen gedacht, denn die Nachfrage war groß.

Neu ist auch die Sprechstunde für pflegende Angehörige am Mittwoch von 13 bis 14 Uhr in Wisselsheim. Am Freitag bleibt die Sprechstunde für Senioren und pflegende Angehörige von 10 bis 12 Uhr im Erika-Pitzer-Zentrum bestehen.

Lang und Huber wissen, wie wichtig es ist, dass sich Angehörige rechtzeitig Rat im Umgang mit den Erkrankten holen. »Man ist gewohnt, dass alles so weitergeht wie bisher. Aber es verändert sich laufend alles bei dieser Krankheit. Je mehr ich über den Umgang mit einem demenziell Erkrankten weiß, desto weniger Stress mache ich ihm und mir«, betont Huber. Besonders die erste Zeit, wenn die Betroffenen selbst merken, dass etwas nicht mehr stimmt, sei schlimm. Da würden sie schnell bockig und ungerecht. Denn über die Einsicht funktioniere nichts mehr.

In der Sprechstunde erhalten die oft ratlosen Angehörigen Tipps. Es geht um das Verhalten, um die Ansprache und auch darum, das eigene Wohl der Pflegenden nicht zu strapazieren. Manchmal kommen auch die Enkel mit, die ihre Beziehung zu den Großeltern

weiter pflegen wollen, aber nicht wissen, was ihnen gut tut. Auch die 83-jährige Besucherin hat viel gelernt: »Ich dachte, dass mein Mann früh aufstehen sollte wie gewohnt. Aber er wurde immer zornig. Dann hat Frau Huber gesagt, ich soll ihn doch so lange liegen lassen, wie er will. Jetzt steht er drei Stunden später auf und es geht uns beiden gut dabei.«

Neu und für alle Generationen offen ist samstags der Kreativ-Treff. Er läuft im Projekt »Miteinander in Bad Nauheim – Menschen aus der Isolation holen«. Jeder Samstag steht unter einem anderen Thema: Mandala malen, kochen, Sitzyoga oder Mein Jakobsweg. Die Ideen sind noch lange nicht erschöpft.

Außerdem sind die Räume im »Vergiss-mein-nicht« groß genug, um hier auch einen Großteil der theoretischen Ausbildung samt Zusatzmodulen der Senioren- und Demenzbegleiter und -begleiterinnen durchzuführen. Diese Qualifizierungsmaßnahme war eine der ersten, die das FWZ angeboten hat und die bis heute läuft. Das Projekt für pflegende Angehörige »Hilfe für Helfer« findet ebenfalls jetzt in Wisselsheim statt.

Um auf dem Weg zu mehr Akzeptanz demenziell erkrankter Menschen in der Öffentlichkeit voranzukommen, wünscht sich Ingrid Schmidt-Schwabe besonders den Ausbau der Aktion Silberstern. »Der Aufkleber sollte an jeder Kasse in den Geschäften und Lokalen der Wetterau kleben. Dann weiß man, hier kann man uns anrufen, wenn man sich selbst verirrt hat oder Passanten hilflose Menschen antreffen«, sagt sie. »Es muss einen viel natürlicheren Umgang mit diesen Menschen geben. Aber dazu darf man nicht wegschauen, sondern muss sich informieren.« Mehr dazu unter www.fwz-badnauheim.de, Projekte für Senioren.

Hanna von Prosch



Ansprechende Umgebung, liebevoll gedeckter Kaffeetisch und erfahrene Demenzbegleiterinnen. Während die Angehörigen sich austauschen, spielen die Erkrankten Dosenwerfen. (Fotos: hms)



Martina Huber ist Senioren- und Demenzbegleiterin. Sie weiß, wie sie die Betroffenen aus der Reserve lockt, zum Beispiel mit einer Puppe.

- Alten- und Pflegeheim
- Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege

SENIORENRESIDENZ
BISSES

Pflege ist Vertrauenssache.

Vertrauen Sie uns, wir pflegen mit Freude in familiärer Atmosphäre!
Wenn Sie uns kennen lernen möchten, vereinbaren Sie bitte einen Termin mit uns. Wir beraten Sie gerne

Seniorenresidenz Bisses

Niddaer Straße 40 · 61209 Echzell-Bisses · Telefon (06008) 1011 · Fax 1000
info@sr-bisses.de · www.sr-bisses.de



Bewegung hält Senioren fit

Kneipp-Verein bietet Reha-Kurse an

Im Alter fit sein, das möchten alle. Doch von nichts kommt nichts. Regelmäßiges Training unter Anleitung stärkt die Muskeln und hält die Gelenke beweglich. Dafür gibt es sogenannte Reha-Kurse, die zum Teil von den Krankenkassen bezahlt werden. Der Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg/Bad Salzhausen bietet 50 Reha-Kurse zur gezielten Besserung und allgemeinen Fitness an.

Der Mensch ist bequem, zumal wenn es im Alter mal hier und mal dort zwick. Aber gerade dann tut Bewegung gut. »Wenn man mal 78 ist, dann gehen die kleinen Beschwerden nie ganz weg. Aber man fühlt sich wohler nach einer Übungsstunde«, sagt Albert Simon, der mit seiner Frau Hannelore (74) in der Reha-Gruppe von Meagan Schuetze ist.

Einmal in der Woche treffen sie sich für 45 Minuten im Rosensaal in Steinfurth mit 13 anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Scheu oder Angst vor der



Maximal 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmer umfasst die Gruppe von Meagan Schuetze. Zum Aufwärmen strecken sich erst einmal alle. (Fotos: hms)

Blamage, weil man etwas nicht mitmachen kann, gibt es nicht. Meagan Schuetze achtet darauf, dass jede und jeder nach individuellem Befinden die Übungen ausführt. Die Tagesform spielt schließlich auch eine Rolle. »Meagan macht das gut. Wir fühlen uns richtig wohl dabei«, bestätigt Brigitte Landau (77).

Die Gruppe nennt sich orthopädischer Reha-Sport. Im Fokus steht das Ganzkörpertraining. Zum Aufwärmen werden Schulter, Arme und Beine bewegt. Den Hauptteil gestaltet die Übungsleiterin abwechslungsreich mal mit Hilfsmitteln wie Theraband oder ohne, auf der Matte, dem Stuhl oder im Stand. Den Abschluss bilden Entspannungs- und Dehnungsübungen. Es geht um die Mobilisierung des Bewegungsapparates, um Koordination und Sturzprophylaxe und um Körperwahrnehmung. »Viele Menschen müssen erst einmal lernen, in sich hineinzuhören, ihre

Atmung und die Muskelpar-

tien zu spüren, in den Schmerz zu fühlen«, sagt Schuetze. Dafür gibt sie Tipps und Hausaufgaben: »Meine Gruppe ist sehr ehrlich. Die sagen schon, wenn sie nichts gemacht haben.« Offen gestehen auch Hannelore, Albert und Brigitte, dass sie nicht immer zuhause üben: »Das merkt man aber sofort, dann ist man unbeweglicher.«

Auch wer sein Leben lang keinen Sport gemacht hat, ist in den Reha-Grup-

pen richtig. Besser spät anfangen als nie, ist die Devise. »Jeder und jede macht, was er oder sie kann, konsequent aber ohne Druck. Es soll schließlich Spaß machen«, betont Schuetze. Bewegung und Bewusstsein ins eigene Leben bringen, im Alltag sicherer sein und Freude an der Gemeinschaft haben, das sei doch eine gute Motivation und beuge der Tristesse zuhause vor.

(Fortsetzung auf S. 9)



Meagan Schuetze macht alle Übungen vor und kontrolliert Haltung und Bewegung.

PROMEDICA PLUS

**Rundum-Betreuung
und Pflege zu Hause**



- ✓ Komplettanbieter mit eigenen Betreuungskräften und eigener Busflotte
- ✓ Unverbindliches Beratungsgespräch bei Ihnen vor Ort
- ✓ 100%-ige Rechtssicherheit



Tel. 06172-596909

PROMEDICA PLUS Wetterau
www.promedicaplus.de/wetterau

(Fortsetzung von S. 8)

Hannelore und Albert sind schon seit zehn Jahren im Reha-Sport. Nach den ersten 50 Einheiten, die die



S. Niehaus-Kronshage.

Krankenkasse bezahlte, wurden sie Mitglied im Kneipp-Verein und haben als Selbstzahler weitergemacht. Bei Brigitte wurde die Verordnung verlängert. Eckhard Lieberich, Abteilungsleiter Reha-Sport, ist sehr froh, dass der Verein so gute und sensible Überleiterinnen und Übungsleiter hat, die sich auch auf die Corona-Situation eingestellt haben, sodass deswegen keine Übungseinheit ausfallen musste.

Long-Covid-Gruppe

Neben den Spezialgruppen etwa für Lungen- und Herzkrankte gibt es seit Mai 2021 im Kneipp-Verein auch eine Post-Covid-Gruppe unter der Leitung von Susanne Niehaus-Kronshage. »Damals wusste man noch nicht genau, wie lange sich die Beschwerden nach einer Covid-19-Erkrankung hin-

ziehen würden und wie vielfältig sie sind. Heute müssten wir uns Long-Covid-Gruppe nennen«, sagt Niehaus-Kronshage.

Inzwischen hat die erfahrene Übungsleiterin der Lungensportgruppen Fortbildungen gemacht und das Konzept angepasst. »Ich konzentriere mich auf die häufigsten Begleiterscheinungen wie Fatigue-Syndrom, eingeschränkte Belastbarkeit durch Atemnot, Koordination. Wer zum Beispiel nur Bewegungs- und Muskelprobleme hat, ist auch in den orthopädischen Reha-Gruppen gut aufgehoben«, sagt sie. Für die zurzeit neun Teilnehmerinnen und Teilnehmer zwischen 23 und 60 Jahren ist der Austausch nach einer stationären Reha-Maßnahme mit ihren unterschiedlichen Erfahrungen sehr wichtig. Niehaus-Kronshage versucht mit ihren Übungen, die Menschen zu motivieren, sich wieder mehr zu bewegen. Im Winter trifft sich die Long-Covid-Gruppe im Rosensaal in Steinfurth. »Sobald das Wetter besser wird, gehen wir wieder auf die Wiese beim Inhalatorium am Gradierwerk. Dann kommt zusätzlich der heilsame Soleeffekt dazu«, verspricht die Gruppenleiterin. **Hanna von Prosch**

➤ Info

Aktuell nehmen im Kneipp-Verein 370 Personen an 50 Reha-Kursen teil. Der Altersdurchschnitt liegt bei ca. 67 Jahren.

Die beliebtesten sind die Orthopädie- und Wasserkurse. Coronabedingt können aktuell noch nicht alle Reha-Wasserkurse durchgeführt werden.

Ein Reha-Kurs wird bei der Krankenkasse beantragt, die die Kosten übernimmt. Dazu muss der Haus- oder Facharzt ein Formular ausfüllen und den Kurs befürworten. Er kann für speziellen Leiden wie Lungen-

krankheit oder orthopädische Beschwerden aber auch zum Erhalt der körperlichen Fitness im Alter beantragt werden. Ein Kurs umfasst in der Regel 50 Einheiten und muss innerhalb von 18 Monaten abgeschlossen werden. Für Long-Covid-Patienten gilt der gleiche Weg. Informationen und Beratung unter Tel. 06032/9370565 oder per E-Mail: kontakt@kneipp-bn.de. Die Geschäftsstelle ist besetzt montags von 8.30 bis 10.30 Uhr, dienstags von 9 bis 12 Uhr, donnerstags von 15 bis 17 Uhr. **hms**



Hannelore und Albert Simon gehen beim Reha-Sport in die Knie – weil es ihnen gut tut.
(Fotos: hms)

 **Malteser**
...weil Nähe zählt.



**Zu fit
fürs
Altersheim?!**
Malteser Hausnotruf

GUTSCHEIN

*Testen Sie den Malteser Hausnotruf
3 Monate zum ½ Preis!*

Jetzt informieren:

 06047 954860 oder 0800 99 66 001

 malteser-hausnotruf.de

Das Hörmobil kommt

Eines der vielen Angebote auf der Selbsthilfe-MEILE

Unser Hörvermögen ist ein wichtiger Teil unseres Lebens. Durch dieses können Menschen kommunizieren, und es hilft dabei, uns in unserer Umgebung zurechtzufinden. Was aber, wenn diese Fähigkeit langsam verloren geht? Betroffene leiden oft sehr unter den Folgen einer Schwerhörigkeit, beziehungsweise eines Hörverlustes.

Der Anteil Schwerhöriger steigt naturgemäß mit dem Alter. Millionen von Deutschen sind von Schwerhörigkeit betroffen. Laut wissenschaftlichen Studien sind leicht- und mittelgradige Fälle von Schwerhörigkeit

am häufigsten. Neuere Studien nehmen an, dass rund 16 Prozent der Erwachsenen in Deutschland schwerhörig sind. In Deutschland besitzen etwa 2,5 Millionen Personen ein Hörgerät. Von den etwa sechs bis sieben Millionen mittel- bis hochgradig schwerhörigen Menschen sind damit weniger als 50 % mit Hörgeräten versorgt.

Ob ein Hörgerät die richtige Entscheidung ist, kann man auf der Selbsthilfe-MEILE am 2. Juli, in Bad Nauheim auf der Kiespromenade (parallel zur Parkstraße) erfahren. Dort wird das ortsansässige Unterneh-



Kostenlos das Gehör testen lassen, das ist möglich am Hörmobil.
(Foto: pv)

men Optik/Hörakustik Boelke im Hörmobil kostenlose Hörtests anbieten.

Das Hörmobil ist Teil des Angebots der Fördergemeinschaft »Gutes Hören«, in der sich rund 1500 Hörgeräte-Akustik-Betriebe aus ganz Deutschland engagieren. Ziel ist es, im Rahmen gesundheitlicher Vorsorge über die Bedeutung des guten Hörens in allen Lebenslagen aufzuklären.

Das Hörmobil macht jedes Jahr auf öffentlichen Plätzen in zahlreichen Städten Deutschlands Station, am 2. Juli anlässlich der Selbsthilfe-MEILE dann in Bad Nauheim.

Die Selbsthilfe-MEILE ist eine große Informationsveranstaltung, die über die bunte Selbsthilfelandchaft in der Wetterau informiert. Viele Selbsthilfegruppen, Beratungsstellen sowie zahlreiche soziale und ehrenamtliche Einrichtungen sind Teil dieser Selbsthilfelandchaft, über 40 davon stellen ihre Arbeit im Rahmen der Selbsthilfe-MEILE am 2. Juli in der Zeit von 10 bis 15 Uhr vor. An diesem Tag haben alle Interessierten die Gelegenheit, sich über das Angebot zu informieren.

Besucher können während dieser Zeit ihre alten Han-

dys abgeben. Nicht mehr gebrauchte Brillen und Perücken, die ihr Dasein in Schubladen fristen, werden angenommen, aufbereitet und an bedürftige Menschen weitergeleitet. Notfallmappen und SOS-Dosen werden an diesem Tag verteilt.

Clown-Walkacts lockern die Veranstaltung auf und der angebotene Demenzparcour macht bestimmt neugierig darauf, diesen mal auszuprobieren.

»Hilfe anzunehmen, bietet die Möglichkeit, sich weiter zu entwickeln und besondere Lebensumstände mitzugestalten. Die Selbsthilfe-MEILE ist eine erste Anlaufstelle, um neue Kontakte zu knüpfen«, so Gesundheitsdezernentin Stefanie Becker-Bösch. **pm**

Info

Die Selbsthilfe-MEILE wird von der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises organisiert.

Kontakt:
Tel: 06031 83 2345,

E-Mail:
selbsthilfe@wetteraukreis.de
Weitere Infos gibt es im Internet unter: selbsthilfe.wetterau.de.

Wieder unbeschwert lachen

– Anzeige –

Druckstellen und Haftcreme gehören der Vergangenheit an, denn sogenannte Mini-Implantate sorgen für einen sicheren Zahnersatz – ausführliche Beratung dazu erhalten Sie beim Zahnteam Wetterau.

Die meisten Zahnersatzträger kennen das unguete Gefühl bei schlecht sitzenden, wackelnden Prothesen, die oft auch schmerzhaft Druckstellen im Mund verursachen. Der tägliche Gebrauch von Haftcremes ist hier nur eine Notlösung und bringt leider oft auch nicht die gewünschte Sicherheit, wenn es um herzhaftes Lachen, kräftiges Zubeißen und fröhliches Unterhalten geht. Painliche Situationen mit den dritten Zähnen müssen aber nicht sein. Kleine Stifte aus Titan oder Keramik mit kugelförmigen Köpfen, sogenannte Mini-Implantate, sorgen für den gewünschten festen Halt.

Die vorhandene Voll- oder Teilprothese wird hier per »Klick« mit dem Kiefer verbunden. Ein weiterer Vorteil der Mini-Implantate: Sie verhindern den Knochenrückgang, denn sie ersetzen wie herkömmliche Implantate die verloren gegangenen natürlichen Zahnwurzeln und haben ähnliche Eigenschaften wie diese. Die Kaukräfte werden an den Kieferknochen weitergeleitet, das Knochenwachstum wird stimuliert, und somit kann der Knochenrückgang aufgehalten werden.

Gerne geben Dr. Pirooznia & Kollegen vom Zahnteam Wetterau in der Praxis weitere Informationen zu den speziellen Möglichkeiten.

Vereinbaren Sie bitte einen Termin unter (06034) 71 81 oder nutzen Sie die Online-Terminvereinbarung unter www.zahnteam-wetterau.de.



Praxis für moderne
Zahnheilkunde und
Implantologie

Dr. Pirooz Pirooznia
Zahnarzt
Geprüfter Experte der Implantologie (DGOI)

Am Kalkofen 8
61206 Wöllstadt

Tel. 06034/71 81
Fax 06034/9065 72

E-Mail: info@zahntw.de
www.zahnteam-wetterau.de



Mit dem Zug nach Münzenberg

Seniorenflug der Stadt Friedberg

Nach einer zweijährigen Zwangspause startet die Stadt Friedberg dieses Jahr wieder mit einem Seniorenausflug. Dieser wird an zwei Tagen, und zwar am Donnerstag, dem 23. Juni, und am Freitag, dem 24. Juni, sowohl für die Kernstadt als auch für alle Stadtteile stattfinden.

Die Fahrt wird für alle Seniorinnen und Senioren angeboten, die das 60. Lebensjahr vollendet und ihren Hauptwohnsitz in Friedberg haben.

Der Teilnahmebeitrag für die Fahrt beträgt 15 Euro. Um persönliche Anmeldung und Barzahlung wird gebeten. Da nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen zur Verfügung steht, werden die Seniorinnen und Senioren gebeten, rechtzeitig die Teilnahmekarten zu erwerben. Das diesjährige Fahrtziel ist Münzenberg.

Zunächst werden die Teilnehmer mit Bussen gegen 13:15 Uhr von Friedberg und den Stadtteilen abgeholt und fahren nach Bad Nauheim zum Bahnhof »Nord« der Eisenbahnfreunde Wetterau.

Gegen 14 Uhr heißt es: Einsteigen in die historischen Wagons des Museumszuges ein und die einstündige Fahrt durch das Wettertal von Bad Nauheim nach Münzenberg genießen.

Dort ist ein Aufenthalt von etwa zwei Stunden. Alle sind zu Kaffee und Kuchen eingeladen, und wer möchte, kann gern an einer Burgbesichtigung der Münzenburg teilnehmen. Der Wunsch, an der Besichtigung teilzunehmen, muss schon beim Kauf der Teilnahmekarten angemeldet werden. Es besteht die Möglichkeit, zur Burg mit einem Shuttlebus zuzufahren, oder die fitten Senioren ge-

hen zu Fuß. Gegen 17 Uhr wird mit dem Museumszug die Heimreise nach Bad Nauheim angetreten. Ab 18 Uhr gibt es ein Abendbuffet im Lokschuppen der Eisenbahnfreunde Wetterau mit musikalischer Unterhaltung. Die Rückfahrt nach Friedberg und in die Stadtteile ist gegen 20 Uhr geplant, sodass man gegen 20:30 Uhr zuhause ist.

X Weitere Informationen unter der Rufnummer 06031/88318.

pm



Am 23. und 24. Juni fahren die Friedberger Senioren nach Münzenberg. (Foto: pm)

– Anzeige –

ZEIT ZU LÄCHELN: +

IN 24 STUNDEN ZU NEUEN FESTEN ZÄHNEN

Zahnverlust oder lockere Zähne? Mit unserer innovativen Methode schenken wir Ihnen innerhalb eines Tages Ihr Lachen wieder!



MEINE ZAHNÄRZTE
ZAHNZENTRUM

BAHNHOFSTRASSE 116 • 61267 NEU-ANSPACH
TEL. 06081 - 9429 - 0 • FAX 06081 - 9429 - 29

UND JETZT:
BITTE LÄCHELN!

LEBENSQUALITÄT ZURÜCKGEWINNEN:

Dr. Christopher Schmid & Dr. Peter Schmid, von MEINE ZAHNÄRZTE in Neu-Anspach erklären das Konzept „FESTE ZÄHNE IN 24 STUNDEN“.

WARUM SOLLTEN ZÄHNE ERSETZT WERDEN?
Zahnlücken sind nicht nur ein ästhetisches Problem, sondern haben auch medizinische Folgen: Benachbarte Zähne können beispielsweise kippen, der Kieferknochen sich zurückbilden. Außerdem droht weiterer Zahnverlust. Darüber hinaus leidet auch die Psyche vieler unserer Patienten. Denn wer nicht mehr richtig lächeln oder deutlich sprechen kann, verliert an Lebensqualität.

WAS IST DER VORTEIL VON ZAHNIMPLANTATEN?
Fehlende Zähne lassen sich durch unterschiedliche Methoden ersetzen – beispielsweise mit herausnehmbaren Prothesen. Der Vorteil von Implantaten ist, dass sie echten Zähnen am nächsten kommen. Viele Patienten schrecken allerdings davor zurück, weil die Behandlung mit vielen Terminen und entsprechend hohem Aufwand verbunden ist.

WAS UNTERSCHIEDET DIE METHODE „FESTE ZÄHNE IN 24 STUNDEN“ VON ÜBLICHEN ZAHNIMPLANTATEN?
Wir sind besonders stolz auf unser innovatives Behandlungskonzept. Innerhalb von 24 Stunden können wir unsere Patienten mit den endgültigen festen Zähnen, die auf die Implantate gesetzt werden, glücklich aus der Praxis entlassen. Vom ersten Beratungsgespräch bis zum neuen, vollständigen Lächeln vergehen somit nur zwei bis vier Wochen. Unsere langjährige Erfahrung und mehrere tausend gesetzte Implantate haben uns gezeigt: Die Kombination aus Endergebnis und kurzen Behandlungsdauer überzeugt.

WIE LÄUFT DIE BEHANDLUNG KONKRET AB?
Alles beginnt mit einem ausführlichen Untersuchungs- und Beratungstermin, denn wir wissen: Eine sorgfältige Anamnese ist essentiell für ein gutes Ergebnis. Im zweiten Termin werden dann alle notwendigen Vorbereitungen getroffen. Mit Hilfe modernster 3D-Planungstechniken entsteht ein konkretes Bild des Endergebnisses für unsere Patienten. Am Tag der OP setzen wir morgens die Implantate ein – natürlich völlig schmerzfrei und auf Wunsch auch in Narkose. Kranke Zähne werden ebenfalls entfernt, wenn dies notwendig sein sollte. Bereits gegen Mittag machen sich unsere Patienten schon wieder auf den Heimweg. Noch am Abend können die neuen festen Zähne eingesetzt werden, die sofort belastbar sind: Einem schönen Lächeln steht nun nichts mehr im Wege!

Gesang, Geschichten und Gedichte

Ingeburg Unverzagt und Loni Konietzke besuchen Pflegeeinrichtungen

Wenn Betti und Lilli in ein Seniorenheim kommen, ist Unterhaltung angesagt. Dann wird viel gesungen, es werden Geschichten erzählt und Gedichte vorgetragen, auch in Hessisch. Betti und Lilli, das sind die »Künstlernamen« von Ingeburg Unverzagt und Loni Konietzke.

Vor der Corona-Pandemie war das Duo im Schnitt alle zwei Monate unterwegs, um in Pflegeeinrichtungen die Senioren einen Nachmittag

lang bestens zu unterhalten. »Die Bewohner freuen sich jedes Mal und haben genauso viel Spaß wie wir«, sagt Ingeburg Unverzagt. Sie besucht schon seit mehr als zehn Jahren Seniorinnen und Senioren in Alten- und Pflegeheimen.

»Ich war schon immer gern mit Kindern und Senioren zusammen«, sagt die gebürtige Wölfersheimerin, die heute in Södel lebt. Vor sieben Jahren kam dann Lo-

ni Konietzke dazu; diese ist in Wölfersheim bestens bekannt – zum einen als Vorsitzende des Altenclubs, zum anderen als Standesbeamtin, die bis zu ihrem Eintritt in die Freiphase ihrer Altersteilzeit vor zwölf Jahren über 1000 Paare getraut hat.

Seitdem gestalten die Beiden ihre »Unterhaltungsnachmittage«, wie sie Unverzagt nennt, wobei die Rollen klar verteilt sind. Konietzke ist als Lilli für den literarischen Part zuständig, während Unverzagt als Betti für die musikalische Unterhaltung sorgt.

»Ich singe überwiegend Schlager, die alle kennen«, sagt die sechsfache Großmutter, die auch einen »angenommenen« Urenkel hat. Zu ihrem Repertoire gehören Lieder von Peter Alexander oder Nana Mouskouri ebenso wie neuere Hits der Amigos, und natürlich darf »Atemlos« von Helene Fischer nicht fehlen. Ihr aktueller Lieblingssong ist freilich »Wir sind alle Kinder Gottes« von den Kastelruther Spatzen.

»Damit eröffne ich immer den Nachmittag«, erzählt Unverzagt, die ihr Alter nicht nennen will, denn »dann sagen einige, warum singt die alte Schachtel noch«, sagt die »Urwölfersheimerin« lachend, die alle Texte auswendig kann.

In einer großen Kiste bewahrt sie die Textblätter auf und übt die Lieder daheim immer wieder. Dabei spielt sie, ebenso wie bei den Auftritten, die CDs ab und singt einfach darüber. »Ich singe für mein Leben gern und wir beide wollen den Älteren einfach etwas Gutes tun«, erklärt Unverzagt, die auch ein echter Vereinsmensch ist.

»Ich bin bei den Landfrauen, beim VdK Wohnbach, im



Ingeburg Unverzagt hat eine große Sammlung an Liedtexten. (Foto: lod)

Spielmansszug und im Altenclub«, zählt Unverzagt auf. Für das »Blättchen« des Wohnbacher VdK schreibt sie über die Versammlungen, und bei den Treffen des Altenclubs kocht sie Kaffee und hilft »überall da, wo ich gebraucht werde«.

»Ich bin froh, dass ich im Kopf noch so fit bin«, sagt die Hobby-Sängerin, die weiter machen will, »so lange es noch geht«. In den letzten Wochen waren Betti und Lilli erstmals nach der zweijährigen Zwangspause wieder aktiv, zum einen im Weckesheimer Seniorenzentrum MENetatis, zum anderen in Friedberg im Seniorenheim Domicil. »Das hat wieder richtig Spaß gemacht«, sagt Unverzagt. Sie will nun erneut Pflegeeinrichtungen kontaktieren, um dort aufzutreten.

Harald Schuchardt

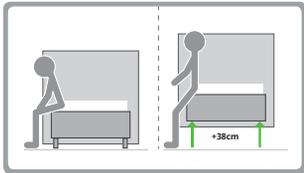


Ingeburg Unverzagt (r.) und Loni Konietzke alias Betti und Lilli. (Foto: pv)



Betten mit Niveau

- ★ leichter aufstehen
- ★ entspannt schlafen
- ★ Comfort pur
- ★ auch in Ihr Bett integrierbar



höhenverstellbare Betten



individuell ★ höhenverstellbar ★ zukunftssicher

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin.

Mo. bis Fr. 9.30–18.00 Uhr, Sa. 9.30–14.00 Uhr,
Kaiserstraße 32, Friedberg, Telefon 06031/6 1097
www.betten-decher.de

**BETTEN
DECHER**

EINFACH GUT SCHLAFEN



Anneliese Will und Andreas Hilge, beide Bewohner von St. Bardo, und Mitarbeiterin Raffaella Tramontona freuen sich auf die baldige Erdbeerernte: »Die werden wir uns besonders schmecken lassen.« (Foto: pv)

Für alle Sinne

Gartenanlage im St. Bardo

Ein »Sinnesgarten« erfreut jetzt die Bewohner des Caritaszentrums St. Bardo.

Dafür waren vorab einige Arbeiten notwendig. Zunächst mussten Erdhügel abgetragen werden, denn der neue Sinnesgarten soll auch für Rollstuhlfahrer bequem zu genießen sein.

Vor der Bepflasterung mit Ökosteinen wurde ein Drainagesystem verlegt, damit der Sinnesgarten auch bei Regen nicht überflutet werden kann.

Ein Gärtner übernahm dann die Bepflanzung der Beete, so beispielsweise mit Beerensträuchern, duftenden Blumen und Spalierobst.

Zusätzlich wurden noch

mehrere Hochbeete bepflanzt, die auch von Rollstuhlfahrern einfach zu erreichen sind. Dabei halfen die Bewohner des Caritaszentrums St. Bardo. Mit Unterstützung von Mitarbeiterin Raffaella Tramontano wurden die Hochbeete mit Erdbeeren, Tomaten und Küchenkräutern bestückt.

Denn neben den Sinnen Sehen, Hören, Tasten und Riechen, soll auch der Geschmack nicht zu kurz kommen.

So werden sicherlich auch die Küchenkräuter den Weg in die Sankt-Bardo-Küche, in der ohnehin täglich frisch gekocht wird, und das haus-eigene Restaurant und Café finden. pm

» Buch-Tipp

Das Geheimnis – München, 2020. Ulla ist eine starke Frau, obwohl sie es nie leicht hatte. Ihre Mutter Helga verließ sie als Neunjährige. Warum? Das weiß sie bis heute nicht. Helga ist der dunkle Fleck auf Ullas innerer Landkarte. Erst als das Leben sie auf den Moarhof am Chiemsee zurückführt, entdeckt sie, dass dort

Antworten auf sie warten auf Fragen, die sie jahrelang verdrängt hat. Zeitgeschichte, anhand von Frauenpersönlichkeiten bespiegelt über mehrere Generationen, Ellen Sandberg gelingt dies in außergewöhnlich fesselnder Weise. (Ellen Sandberg: Das Geheimnis, ISBN: 978-3-328-60196-8, Penguin Verlag) fa

Pflegedienst 2000

Die liebevolle Pflege
☎ 06032/34 58 96

- Häusliche Krankenpflege
- Entlastungs- und Betreuungsleistung § 45
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Kostenlose Beratung
- Nachweis der vorgeschriebenen
- Beratung bei bestehendem Pflegegrad (§ 37)

Wir organisieren 24-Stunden-Betreuung
☎ 06032/7859360

www.pflegedienst2000-online.de · Kurstraße 9 · 61231 Bad Nauheim

**20 Jahre
Pflegedienst
2000**

Essen auf Rädern

ist täglich für Sie da!

Rufen Sie uns einfach an und bestellen Sie Ihre tägliche warme Mahlzeit oder Ihren Wochenkarton.

☎ 06032-73132 | 73131

BI Altenselbsthilfe Bad Nauheim e.V. · Blücherstraße 23 · 61231 Bad Nauheim
www.altenselbsthilfe.de · info@altenselbsthilfe.de

dietmar muth

- immobilienmakler (ihk)

Spezielles Beratungsangebot für Senioren

muth-immobilien@mailbox.org
telefon 06033 4116284
mobil 0151 68480405

Postadresse: Muth Immobilien, Birkenstr. 57, 35516 Münzenberg

Caritaszentrum St. Bardo

Vollstationäre Pflege, Kurzzeit- und Verhinderungspflege, ambulanter Pflegedienst, betreutes Wohnen

**An der Seewiese 1
61169 Friedberg**

**Vollstationär, Kurzzeit-, Verhinderungspflege, betreutes Wohnen
06031/7379-0**

**Ambulanter Pflegedienst
0603 /7379-39**

Vollstationäre Pflege
In der Pflegeeinrichtung St. Bardo werden innerhalb der vollstationären Pflege Gäste pflegerisch und hauswirtschaftlich versorgt, welche längerfristig eingezogen sind.

Kurzzeit- und Verhinderungspflege
Für Gäste in der Rekonvaleszenz nach Krankenhausaufenthalt, oder bei Urlaub und Verhinderung pflegender Angehöriger.

Ambulanter Pflegedienst
Unsere Sozialstation übernimmt die pflegerischen Versorgungen in häuslicher Umgebung.

Betreutes Wohnen
Selbständig wohnen, bestens versorgt. Ein Notrufsystem verleiht Sicherheit. Individuelle Zubuchung von Serviceleistungen wie Putzdienst, Wäschepflege und Speiseversorgung.

Innerer Frieden am Wehr

Annette Wrage stellt ihren Kraftort vor

In dieser Zeit sind persönliche Kraftorte für uns besonders wichtig, sei es in der freien Natur, sei es daheim. Wer seinen Kraftort den Leserinnen und Lesern des Senioren-Journals in Wort und Bild vorstellen möchte, ist herzlich eingeladen, dies zu tun, gern per Mail über frau.ahlers@mdu-online.de. In dieser Ausgabe beschreibt Annette Wrage aus Bad Nauheim ihren Kraftort:

Wenn man zu Fuß (oder mit dem Rad) oben beim Gradierwerk IV in Bad Nauheim durch die Fußgänger-Tunnel und über die B3 nach Schwalheim geht, ha-

be ich immer das Gefühl, ich komme jetzt ans Ende der Welt. Eine Baumallee führt einen bergab zum Dorfanger, man sieht am Rand einer grünen Wiese hinter Büschen und Bäumen die Dorfsilhouette mit dem Kirchturm und hört Rauschen von Wasser. Kommt man näher, gelangt man zu einem Wehr, die Wetter stürzt hier besonders nach starkem Regen mit Getöse hinab. Dort stehe ich gern und schaue auf das sprudelnde Wasser. Es ist so laut, dass alles, was mich gerade innerlich bewegt und aufwühlt, übertönt wird und

zur Ruhe kommt. Dahinter beginnt das Dorf, die Häuser stehen dicht an dicht, sie strahlen Geborgenheit aus. Auf der Dorfwiese spielen Kinder, so wie ich das von früher kenne, über mir höre ich die Rufe eines Bussards, und munteres Vogelgezwitscher aus dem Gebüsch entlang der Wetter begleitet mich beim Weitergehen.

Mein Rückweg führt mich bergauf über einen Feldweg. Von dort habe ich einen herrlichen Rundblick in die Weite, der zum Abschluss auch noch mal besonders gut tut: Man sieht den Winstein, den Adolfturm, die



Das sprudelnde Wasser übertönt aufwühlende Gedanken, die Häuser vermitteln Geborgenheit.

(Foto: Wrage)

Stadtkirche von Friedberg, den Kirchturm von Schwalheim und Richtung Osten den Vogelsberg.

Ich spüre inneren Frieden und freue mich, dass ich dieses Fleckchen für mich entdeckt habe.

- Anzeige -

Fühlt sich gut an, klingt noch besser. Die Phonak Audéo™ Paradise Hörgeräte, jetzt bei Optik Boelke in Bad Nauheim.

Ein gutes Gehör ist ein entscheidender Faktor für ein gesundes und zufriedenes Leben. Immer mehr Studien belegen, dass die richtige Hörversorgung mit einer klaren Verbesserung unseres Wohlbefindens verknüpft ist.

Wohlbefinden durch gutes Hören

Gesund zu sein bedeutet nicht nur, keine Krankheiten zu haben. Wie wir heute wissen, geht es vielmehr um umfassende körperliche, seelische und soziale Voraussetzungen, die unser Wohlbefinden ausmachen.

Einen wesentlichen Bestandteil dieses Wohlbefindens bildet unser Gehör, das nahezu alle Aspekte unseres Lebens beeinflusst: Wer gut hört, bleibt körperlich und geistig fit, kann leichter kommunizieren und sich mit der Umwelt und Mitmenschen verbinden.



Sozial-emotionales Wohlbefinden: Gutes Hören stärkt soziale Bindungen

Gut zu hören stärkt Beziehungen, trägt zu einem aktiven Sozialverhalten bei und unterstützt insgesamt eine positivere Lebenseinstellung. Wer unter unversorgtem Hörverlust leidet, hat in der Regel ein deutlich kleineres soziales Umfeld als Gleichaltrige mit normalem Hörvermögen, ist weniger aktiv und hat ein höheres Risiko zu vereinsamen.^{1,2}

Die richtige Hörversorgung wirkt sich positiv auf unsere Gesundheit aus: Mit dem pas-

senden Hörgerät stellen Sie die Weichen für langfristig stabile soziale Bindungen.

Geistiges Wohlbefinden: Gutes Hören fördert die geistige Fitness

Gut zu hören steigert die Unternehmungslust und beugt Erschöpfungsgefühlen im Alltag vor. Mit der richtigen Hörversorgung verringern Sie die Höranstrengung, steigern Ihre Konzentrationsfähigkeit und legen so die Grundlage für die geistige Fitness.

Körperliches Wohlbefinden: Gutes Hören ermöglicht einen aktiveren und gesünderen Lebensstil

Gut zu hören hat direkte Auswirkungen auf unsere physische Gesundheit. Zunehmender Hörverlust von je 10 dB steigert weiterhin das Risiko von Stürzen um das jeweils 1,5-fache.³ Mit der passenden Hörversorgung verbessern Sie Ihre räumliche Orientierung – für ein sicheres, unabhängigeres Gefühl und einen langfristig aktiven Lebensstil.

Phonak Audéo Paradise: So klingt das Paradies

Die ReceiverInCanal Paradise Hörgeräte von Phonak wurden speziell für Menschen mit Hörverlust und ihre spezifischen Anforderungen konzipiert.



Die kleinen und eleganten Geräte, die unauffällig hinter dem Ohr getragen werden,

verfügen über den neu entwickelten Sound processing Chip „PRISM“, der brillantes Sprachverstehen sowie einen frischen und natürlichen Klang ermöglicht. Die persönlich vom Hörgeräteträger einstellbare Störgeräuschunterdrückung sowie der neue Bewegungssensor verstärken die Sprache des Gegenübers bei Unterhaltungen opti-



mal. Für angenehmere Gesprächssituationen wird der Sprachinput in lauten Umgebungen angehoben, während Störgeräusche gezielt abgesenkt werden.

Noch mehr Komfort dank Tap Control und direkter Anbindung an Bluetooth-Geräte

Die Audéo Paradise Hörgeräte von Phonak lassen sich mit iOS®, Android™- oder anderen bluetoothfähigen Geräten verbinden, wodurch Audiosignale direkt an Hörgeräte gestreamt werden können. Beim Telefonieren können Smartphones dadurch ab sofort in der Tasche verbleiben, da Anrufe ganz einfach per Doppeltipp am Ohr angenommen werden. Die eigene Sprache wird dabei beim Telefonieren von den Hörgeräten aufgenommen und weitergeleitet und das Telefonat kann klar und deutlich auf beiden Ohren gehört werden.

Phonak Audéo Paradise Hörgeräte mit Lithium-Ionen-Akku-Technologie können schnell aufgeladen werden und bieten eine

lange Akkulaufzeit. Verfügbar in verschiedenen Modellen und Farben. Alle Gehäuse sind wasser- und staubresistent.

¹ Vas, V., Akeroyd, M. A. & Hall, D. A. (2017). ² Kramer, S. E., Kapteyn, T. S., Kuik, D. J. & Deeg, D. J. H. (2002). ³ Jiam, N. T. L., Li, C. & Agrawal, Y. (2016)

Wir beraten Sie gerne!

Jetzt kostenfrei beraten lassen und unverbindlich probetragen!



boelke

hörgeräte • brillen

Optik Boelke
Optik- und Fotohaus GmbH

Parkstraße 4, Bad Nauheim
Tel. (06032) 3 20 22
info@optik-boelke.de
www.optik-boelke.de

PHONAK
life is on

» Buch-Tipps

Madame Exupéry und die Sterne des Himmels – Paris 1930: Als die junge Marlerin Consuelo auf einer Party Antoine de Saint-Exupéry kennenlernt, ist es Liebe auf den ersten Blick. Die temperamentvolle Mittelamerikanerin wird zur Muse des enigmatischen Piloten. Aus seinen Gefühlen für sie entsteht »Der kleine Prinz«. Das Buch macht Antoine in der ganzen Welt bekannt, doch das wahre Leben an seiner Seite ist alles andere als leicht. Consuelo kämpft mit seiner Untreue und dafür, als Künstlerin endlich aus dem Schatten ihres berühmten Mannes zu treten, bis Antoine 1944 zu einem schicksalhaften Aufklärungsflug über das Mittelmeer aufbricht. Die große Liebe zwischen den beiden Protagonisten, das Zeitkolorit scheint sehr gut getroffen, die Lektüre ist spannend und unterhaltsam zugleich. (Sophie Villard: Madame Exupéry und die Sterne des Himmels, ISBN: 978-3-328-10686-9)

Das geheime Liebesleben der Pinguine – Als der legendäre Polarforscher Robert F. Scott seine letzte Etappe zum Südpol antrat, ließ er sechs Teilnehmer der Expedition an der Basisstation zurück. George Murray Levick war einer von ihnen. Über Monate hinweg in einer Eishöhle

überwinternd, gelang es ihm als Erstem, Adelpinguine zu studieren. Hundert Jahre später stößt der Forscher Lloyd Spencer Davis im Zuge seiner eigenen Wissenschaftsabenteuer auf Levicks Aufzeichnungen. In seinem Buch erzählt er dessen spektakuläre Überlebensgeschichte im ewigen Eis und würdigt Levicks akribische Studie über die Pinguine, deren

Liebesleben dem unseren weit ähnlicher ist, als wir je dachten. Davis verknüpft Vergangenheit, Forschung heute und damals auf vielschichtige Weise. Der Leser staunt über die tierischen Überlebenskünstler und den menschlichen Forschertrieb. (Lloyd Spencer Davis: Das geheime Liebesleben der Pinguine, ISBN: 978-3-421-04852-3, DVA). **fa**



Diakoniewerk Elisabethhaus



Wir schaffen Freiräume durch individuelle Pflege- und Betreuungsangebote!

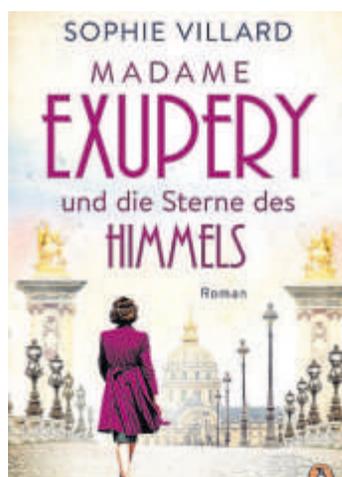
Tagespflege

Nutzen Sie unseren Abholservice aus Rosbach, Ober-Mörlen, Friedberg Bad Nauheim und Rockenberg

stationäre Pflege

Kurzzeit- und Verhinderungspflege

betreutes Wohnen



GfdE  Gesellschaft für diakonische Einrichtungen in Hessen und Nassau mbH

Diakoniewerk Elisabethhaus

Zanderstrasse 19 • 61231 Bad Nauheim

Tel. 06032-3460 und 9255569

info.elisabethhaus@gfde.de – tagespflege-sodenschmiede@gfde.de

www.elisabethhaus.de

Spezialisierte Medizin für ältere Menschen

Menschen werden immer älter. Viele sind dank der Errungenschaften der modernen Medizin, einer gesunden Ernährung und einem ausgeprägten Gesundheitsbewusstsein bis ins hohe Alter fit und vital. Trotzdem steigt mit dieser demographischen Veränderung auch die Menge derjenigen Personen an, die mit einer zunehmenden Zahl von Krankheiten leben. So genannte multimorbide Patienten bedürfen immer häufiger einer stationären medizinischen Betreuung. Außerdem benötigen sie eine besondere Art von Medizin – eine spezialisierte Behandlung, die neben einer akut-medizinischen Versorgung zusätzlich auf Mobilisierung ausgerichtet ist. Die Klinik für Altersmedizin (Geriatrie) am Bürgerhospital Friedberg wurde 2001 eröffnet und zwischenzeitlich zweimal vergrößert. Aktuell verfügt sie über 56 Betten. Die meisten Patienten, die hier aufgenommen werden, sind über 70 Jahre alt, leiden gleichzeitig an unterschiedlichen Krankheiten und kommen wegen akuter Beschwerden, die ihre Selbstständigkeit bedrohen. „Vieles heilt bei älteren Menschen langsamer aus“, erläutert Chefarzt Dr. med. Jörn Kuntsche. Manchmal bleiben die feinen Veränderungen im Verhalten eines betroffenen Menschen dem Laien aber auch verborgen oder werden falsch interpretiert. Dies kann dazu führen, dass eine notwendige Therapie zu spät eingeleitet wird.

In der Klinik für Geriatrie arbeitet deshalb ein multiprofessionelles Team aus Ernährungsberatern, Logopäden, Physiotherapeuten, Psychologen und Sozialarbeitern eng zusammen, um jedem Patienten die bestmögliche Versorgung zu sichern. Ein wichtiges Thema dabei sind die Schluckstörungen, die unbehandelt zu schweren Erkrankungen wie beispielsweise Lungenentzündung und damit auch zum Tod führen können. Schätzungsweise 14 Prozent der selbstständig lebenden Menschen im Alter leiden daran, außerdem 50 Prozent der Pflegeheimbewohner und 70 Prozent der älteren Patienten im Krankenhaus. Hier kooperiert die Klinik für Geriatrie mit dem ebenfalls im Bürgerhaus ansässigen Kompetenzzentrum für Logopädie und Schluckstörungen.

Im Zentrum der Behandlung steht stets die Mobilisation der Patienten. „Wir möchten unsere Patienten in ein möglichst selbstbestimmtes und selbstständiges Leben entlassen“, betont Dr. Kuntsche. Wichtig ist ihm auch die gleichzeitige Beratung und Unterstützung der Angehörigen, die mit der Betreuung und Pflege eines älteren Menschen manchmal an ihre Grenzen kommen und dafür Rat und Hilfe brauchen.

Für Rückfragen ist die Klinik für Geriatrie erreichbar unter Tel.: 06031 89-3493 oder per E-Mail: petra.hammer@gz-wetterau.de



Gesundheit und mehr... immer in Ihrer Nähe!

Bad Nauheim:

Hochwaldkrankenhaus, Tel.: 06032 702-0
GZW Diabetes-Klinik, Tel.: 06032 706-0
Facharztzentrum, Chaumontplatz 1

Friedberg:

Bürgerhospital, Tel.: 06031 89-0
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Tel.: 06031 89-40

Nidda-Bad Salzhausen:

Psychiatrische Tagesklinik, Tel.: 06043 98287-10

Bad Vilbel:

Psychiatrische Tagesklinik, Tel.: 06101 55794-0

Schotten:

Kreiskrankenhaus, Tel.: 06044 61-0

Gedern:

Schlossbergklinik, Schlossberg 36

- + Anästhesiologie
- + Chirurgie + Diabetologie
- + Gastroenterologie
- + Geburtshilfe + Gynäkologie
- + Geriatrie + Innere Medizin
- + Kardiologie + Onkologie
- + Orthopädie + Palliativmedizin
- + Physiotherapie + Pneumologie
- + Psychiatrie + Psychosomatik
- + Radiologie + Schmerztherapie
- + Stroke Unit

Wir wünschen Ihnen beste Gesundheit.
Sollten Sie aber Hilfe benötigen,
sind wir rund um die Uhr für Sie da!

www.gz-wetterau.de



GESUNDHEITZENTRUM
WETTERAU gGMBH

Akademisches
Lehrkrankenhaus
der Justus-Liebig-
Universität Gießen