

AKTUELL

T...

Informationen für Senioren

Juli 2018

Tagesausflüge, Fasanerie und Weihnachtsfeier 2018 → Ereignisse, die NICHT vergessen werden dürfen

✓ Fahrt nach Luxemburg am 17. 04. 2018

Fahrt nach Köln, Dienstag, 10. Juli 2018

Wir beginnen mit einer Stadtführung im eigenen Bus. Anschließend steht für eigene Aktivitäten ausreichend Zeit zur Verfügung. Der Kölner Dom, die Altstadt mit ihrer Brauhauskultur und den typischen Kneipen, das Schokoladenmuseum oder das Duft-Haus 4711 sowie wahnsinnig viele Kaufhäuser sind zu erforschen. Erholung bietet nachmittags die einstündige Panoramafahrt auf dem Rhein. Am Anleger werden wir von unserem Bus erwartet und starten von dort zur Heimfahrt.

Wichtig: Mit einem Brötchen und Butter gibt es **Halver Hahn** = Holländer Käsescheibe
Kölche Kaviar = Blutwurst + Zwiebelringe
☛ **Hämmche** ist ein (Wahnsinns-)Eisbein

Der Kostenbeitrag incl. Führungen beträgt **25,00 € pro Person.**

Abfahrt 8:00 Uhr, Wiesbaden, Elsässer Platz und

Abfahrt 8:15 Uhr, Wiesbaden am Bahnhof, Bussteig 2 (vor Deltahaus).

Rückkehr gegen 20:00 Uhr.

Gelnhausen-Fahrt, Dienstag, 09. Okt. 2018

Freuen Sie sich auf die Barbarossastadt. Hier nehmen wir an einer sehr speziellen Stadtführung teil. Lassen Sie sich überraschen. Weitere Programmpunkte sind noch in Planung.

Der Kostenbeitrag incl. Führung beträgt **25,00 € pro Person.**

Abfahrt 8:00 Uhr, Wiesbaden, Elsässer Platz und

Abfahrt 8:15 Uhr, Wiesbaden am Bahnhof, Bussteig 2 (vor Deltahaus).

Rückkehr gegen 19:30 Uhr.

Sommerfest in der Fasanerie am Dienstag, 07. August 2018

Wir treffen uns ohne Voranmeldung am Eingang des Tier- und Pflanzenparks um 10.30 Uhr.

Die rund 23 ha große Fasanerie bietet rund 50 Tierarten ein Zuhause, darunter zahlreichen Wild- und Haustieren. Vom Hauschwein über Wölfe, Luchse und Füchse bis hin zu Bären kann man hier alles sehen. Wir begnügen uns mit einem kleinen Rundgang (evtl. mit Führer) und lassen uns von Neuerungen überraschen. Wer die Exkursion aus Gesundheitsgründen nicht mitmachen kann, findet sich im Biergarten am Eingang ein, wo später die Abschluss-Besprechung stattfinden wird.

Hinweis zur Weihnachtsfeier am Dienstag, 04. Dezember 2018

Wir treffen uns wieder im Saal des Gemeindezentrums der Matthäuskirchengemeinde in der Wiesbadener Dailerstr.17. Einlass ist um 14.30 Uhr und Beginn der Feier um 15.00 Uhr.

Anmeldung ist unbedingt erforderlich per Mail (mail@sbr-wiesbaden.de oder Kontaktformular in der Homepage oder Telefon (0611) 1820051. Das „Servicepersonal“ muss planen können!

Inhalt

Ereignisse, die noch anstehen 2018...	1
Editorial.....	2
TERMIN: Wohnen im Alter.....	2
Fahrt nach Luxemburg.....	3

*Liebe Leserinnen,
Liebe Leser,*

in dieser Ausgabe empfehle ich den nebenstehenden Beitrag aufmerksam zu lesen. Er spricht uns Senioren mit einer Information an, über die wir möglichst wenig reden wollen. Lesen Sie und melden Sie sich gleich an. Weiterhin werden auch Anmeldungen für die Ausflüge Köln und Gelnhausen gerne angenommen. Noch sind Plätze frei. Für das Sommerfest wünsche ich uns ein Superwetter und rege Teilnahme.

Der Hinweis auf die Weihnachtsfeier rundet die Terminvorschau ab. Termin notieren, Anmeldung nicht vergessen und jetzt viel Spaß mit der 77. Ausgabe unserer AKTUELL

Ihr

Jens Blottner

(Sprecher Seniorenbeirat)

Impressum

AKTUELL –
Informationen für Senioren der Telekom Wiesbaden

Herausgeber:
Seniorenbeirat Telekom Wiesbaden

Redaktion:
Günter Borm

Postanschrift:
Jens Blottner
Seniorenbüro
Frank-Wedekind-Str. 26
65201 Wiesbaden

Telefon: (0611) 1 82 00 51
Internet: www.sbr-wiesbaden.de
eMail: mail@sbr-wiesbaden.de

Postbank Frankfurt,
BeW Post PB Telekom
IBAN: DE18 5001 0060 0191 9646 03
BIC: PBNKDEFF



In meiner Wohnung fühle ich mich wohl, wenn.....

da nur nicht die Eingangsstufe oder die Türschwelle oder der hohe Badewannenrand oder der unfallträchtige Teppichboden oder oder oder wären.

Altersgerechtes Wohnen bedeutet barrierefreies Wohnen und Anwendung hilfreicher Techniken im Lebensalltag. Welche Hilfsmittel es gibt, zeigt die Musterausstellung Belle Wi im Zentrum Sauerland. Die Berater erstellen im gemeinsamen Gespräch einen Maßnahmenkatalog für notwendige Anpassungen und geben Tipps, wie das Wohnumfeld bequemer gestaltet werden kann. Auch die Themen Finanzierungsmöglichkeiten und Leistungsträger, wie z.B. Kranken- und Pflegekassen oder Förderprogramme, werden intensiv besprochen. Zu den Leistungen der Berater gehört auch die Hilfsstellung bei Kontaktaufnahme mit Vermietern, Handwerkern und Zuschussgebern. Eingeschlossen sind bei Bedarf Einholen und Prüfen von Angeboten sowie Beantragen von Fördermitteln.

Hier einige „Stolpersteine“ in der Wohnung über die es nachzudenken gibt:

Erschließung: z.B. Türverbreiterung, Rampen, Treppenlift.

Wohnraumgestaltung: z.B. Möblierung, elektrische Rollläden.

Küche: z.B. funktionale Gestaltung, Herdsicherungen.

Badezimmer: z.B. bodengleiche Dusche, Haltegriffe.

Hilfreiche Technik: z.B. Hausnotruf, Personenortungssysteme.

Interessierte am Angebot der Beratungsstelle für barrierefreies Wohnen melden sich bitte per Post, Telefon oder Mail beim Seniorenbeirat (s. li. unter Impressum). Der Seniorenbeirat wird dann einen Gruppen-Termin verabreden, ihn weitergeben und das Treffen organisieren.

Die **Musterausstellung** befindet sich in der Wiesbadener Föhler Str. 74/1. Haltestellen der Linie 18 und 39 sind Juister Str. oder Nordstrander Str. **Öffnungszeiten** sind dienstags, 14:00-18:00 Uhr, donnerstags, 11:00-15:00 Uhr, sowie jeden dritten Samstag im Monat von 10:00-16:00 Uhr.

Senioren auf Tour nach Luxemburg

Reisebericht von Klaus Schrögler

Zum ersten Ausflug in diesem Jahr trafen sich die Senioren wie immer gut gelaunt und pünktlich am gewohnten Treffpunkt. Aber Welch ein Schreck - der Bus war nicht da. Kann ja mal passieren beim heutigen Verkehr. Aber die Zeit verging und man wurde langsam unruhig. Es muss was passiert sein? Und so war es. Der Fahrer hatte einen Unfall auf dem Weg zur Arbeitsstätte. Zum Glück nur leichter Sachschaden, aber es dauerte halt bis alles geregelt war. Mit einiger Verspätung traf der Bus ein. Der Fahrer hatte den Zwischenfall recht cool weggesteckt und legte flott los. Wir kamen trotz kurzem Stau gut voran.

Der Ablauf der heutigen Tour war nicht von unserem Reiseleiter geplant, sondern lag in den Händen des Busunternehmens. Unser Ziel war die kleinste, aber eine der bedeutendsten Hauptstädte Europas, Luxemburg.

Nach der üblichen Begrüßung durch Herrn Lemke und einem kurzen Überblick über den Tagesverlauf wurden wir schon während der Fahrt verwöhnt. Bordstewardess Inge fütterte uns (scheinbar um die eigene Figur zu schonen) mit Gummibärchen und Knabberzeug, was auch gerne angenommen wurde. Auf die Frage nach dem Verfalldatum versicherte sie mir, dass außer meiner Person nichts dergleichen an Bord wäre! Inge mach weiter so, du bleibst schlank und machst Senioren froh!

Am Ziel angekommen sollte uns ein Stadtführer in Empfang nehmen, aber auch hier Fehl-anzeige. Unser Reiseleiter, heute nicht für das Programm zuständig aber trotzdem bemüht, dass der Tagesausflug gelingen wird,

wurde langsam unruhig. Und siehe da, plötzlich tauchte der vermisste Stadtführer auf. Er hatte seelenruhig auf einer Parkbank in der Nähe gesessen und unseren Bus nicht bemerkt. Ist ja auch sehr klein so ein Reisebus. Und wenn man dann auch noch gemütlich in der Sonne sitzt und die Augen fallen zu, kann man ihn schon mal übersehen. Auf jeden Fall gut erholt führte er uns nun durch die wunder schöne Altstadt, die seit 1994 zum Weltkulturerbe der UNESCO zählt.

Vorbei geht es am Place de Arms mit seinen unzähligen Cafés und Restaurants. Kaum zu glauben, dass fast alle Sitzplätze besetzt waren und viele Menschen diesen sonnigen Tag genossen. Kein Wunder. Luxemburg mit seinen etwa 116.000 Einwohnern empfängt täglich über 120.000 Besucher. 149 Banken sind hier niedergelassen, davon 45 deutsche. Viele ihrer Angestellten verbrachten hier gerade ihre Mittagspause. Wir konnte sie an der schicken Kleidung gut von den Touristen unterscheiden. Kein Wunder in Luxemburg ist der Durchschnittsverdienst etwa 2,5 Mal so hoch wie in Deutschland. Die Preise sind auch dem entsprechend.

Weiter ging es zum Hämenelmarsch, einem Brunnen mit Clowns und Schafen. Eine lustige Statue zu Ehren eines alten Volksbrauchs, bei dem am Kirmestag der Clown mit verschreckten Schafen durch die Straßen zog. Hier hat sich der Künstler Lofu mit Ziehharmonika selbst verewigt.

Unser Weg führte dann durch die schmale, aber entzückende „Rue de la Loge“, vorbei an einem Hauserker mit dem vielzitierten



Von der Burgmauer eröffnet sich ein weiter Blick in die Landschaft



Der Stadtführer informiert über Geschichte und Gegenwart und brachte die Damen über das Fürstenhaus auf den neuesten Stand.

Luxemburg-Motto „Mir welle bleiwe, wat mir sin.“ (Wir wollen bleiben, was wir sind). Ein Wahlspruch im Großherzogtums, aus Anlass des von Napoleon III. beabsichtigten, aber nicht realisierten, Erwerbs Luxemburgs. Nächstes Ziel war der Großherzogliche Palast. Der eindrucksvolle Bau wird heute vor allem für Staatsempfänge genutzt. Er dient auch als Bürogebäude für die Großherzogsfamilie und ihre Angestellten. Von hier aus werden z.B. die Weihnachtswünsche des Großherzogs an die Bevölkerung übermittelt. Früher stand hier das Rathaus, das 1554 bei einer Pulverexplosion zerstört wurde. Der heutige Bau war bis 1817 Rathaus und wurde ab 1817 erste Residenz des Repräsentanten des Großherzogtums. Gleich rechts daneben in dem Gebäude befindet sich seit 1859 die Abgeordnetenkammer und schräg gegenüber das Nationalmuseum.

Weiter ging es zum markanten Bockfelsen. Er beherbergt die berühmten Kasematten, die Überreste der einstigen Befestigung. Sie wurden vor etwa 400 Jahren in verschiedenen Etappen auf mehreren Stockwerken zur Verteidigung der Stadt errichtet und gehören zu den historischen Höhepunkten der Stadt. Auch die Bezeichnung „Gibraltar des Nordens“ hat hier ihren Ursprung. Leider konnten wir die Kathedrale „Notre Dame de Luxembourg“ nicht besichtigen, da sie gerade wegen Renovierung gesperrt ist. Dafür ging es in die Michaelis Kirche, die älteste Kirche der Stadt. Sie wurde ursprünglich als Burgkapelle des Burggrafen von Luxemburg im Jahre 987

errichtet. Der heutige Bau aus dem Jahre 1688 enthält romanische, gotische und barocke Stilelemente.

Nach so vielen Eindrücken war die Stadtführung beendet und wir eilten zurück in die Innenstadt. Von Hunger und Durst geplagt landeten wir auf dem Place de Arms und fanden auch einen Platz. Der Hunger verging aber sehr schnell, als wir die Preise auf der Speisekarte sahen. So begnügten wir uns mit Cappuccino, Wasser und Bier und stillten den Hunger mit einem Imbiss aus der Bäckerei.

Pünktlich am Bus eingetroffen starteten wir zu unserem nächsten Ziel, dem Brauhaus Goldener Engel in Ingelheim. Nach einem kurzen Zwischenstopp setzten wir die Fahrt erst fort, nachdem sich unser Kollege Hans-Günter vergewissert hatte, dass „bei uns hinten alles in Ordnung sei“! Erstaunlich, um was sich der Seniorenrat alles kümmert!

Im Goldenen Engel wartete bereits ein leckeres Abendessen und ein gut gekühltes Bier auf die durstige Seniorenschar. Gemütlich klang der Abend dann aus und satt und müde machten wir uns auf den Heimweg. Ein ereignisreicher Tag lag hinter uns. Wir hatten viel gesehen und erlebt. Selbst die kleinen Pannen, für die unser Reiseleiter nicht verantwortlich war, hatten wir locker überstanden, zumal Herr Lemke und Assistentin Inge immer für uns da waren. Herzlichen Dank für die liebevolle Betreuung. Freuen wir uns auf den nächsten Ausflug am 10. Juli nach Köln!



Gemeinsamer Abschluss im Brauhaus in Ingelheim