

www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de Seniorentelefon 212-370 70

Senioren Zeitschrift

Informationen der Stadt Frankfurt

1 | 2024

Januar Februar März

STADT  FRANKFURT AM MAIN



Grußworte



Foto: Oliver Tamagnini

Liebe Leserinnen und Leser,

Inklusion und Teilhabe sind Themen, die uns berühren. Unsere Gesellschaft wird reicher und vielfältiger, wenn wir alle – unabhängig von Alter, Fähigkeiten oder Einschränkungen – gleichberechtigt am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.

Es liegt in der Verantwortung von uns allen, in unserer Stadt eine Umgebung zu schaffen, in der sich alle Menschen, auch und insbesondere Seniorinnen und Senioren, aufgrund ihrer Lebensleistung geschätzt und einbezogen fühlen. Der reiche Erfahrungsschatz, den Sie in sich tragen, ist von unermesslichem Wert und verdient es, gehört zu werden. Das ist mir als Oberbürgermeister Frankfurts sehr wichtig.

Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, Barrieren abzubauen und Räume der Begegnung zu schaffen, in denen unterschiedliche Generationen miteinander interagieren können. Ob durch Bildungsangebote, kulturelle Veranstaltungen oder einfach durch herzliche Gespräche – lassen Sie uns die Brücke zwischen den Generationen stärken.

Es sind die kleinen Gesten, die einen großen Unterschied bewirken können. Ein Lächeln, ein offenes Ohr oder eine helfende Hand stärken das Gefühl der Zugehörigkeit. Indem wir aufmerksam sind und aktiv auf die Bedürfnisse unserer Mitmenschen eingehen, können wir Barrieren abbauen und eine Atmosphäre schaffen, in der Teilhabe möglich wird.

Inklusion bedeutet nicht nur, Menschen mit physischen oder kognitiven Unterschieden einzubeziehen, sondern auch, ihre Gedanken, Geschichten und Meinungen wertzuschätzen. Inklusion und Teilhabe sind keine bloßen Schlagworte, sondern ein Versprechen an eine bessere, integrativere Gesellschaft.

A stylized, handwritten signature in black ink, which appears to read "Mike Josef".

Mit herzlichen Grüßen
Mike Josef
Oberbürgermeister der Stadt Frankfurt am Main



Foto: Peter Hillgärtner

Liebe Frankfurter:innen,

wir leben in der fünftgrößten Stadt Deutschlands, rund 770 000 Menschen, die aus knapp 180 Nationen kommen, sind hier Zuhause. Davon ist jede zweite Person weiblich, jede:r Sechste über 65 Jahre und etwa genauso viele unter 17 Jahre alt. Und jede:r Dritte hat einen Migrationshintergrund. Das ist eine bereichernd große Vielfalt an Interessen, Bedürfnissen und Lebensstilen. Aus den verschiedensten Blickwinkeln hat die Redaktion der Senioren Zeitschrift beleuchtet, welche Erwartungen vor allem ältere Menschen mit Handicap an eine „Stadt für Alle“ knüpfen. Welche Bedeutung hat sie für Partizipation, Inklusion? Wie ist Teilhabe bei knappen finanziellen Mitteln möglich? Welche Hindernisse gilt es zu beseitigen, auch in den Köpfen der Menschen?

Vor allem die Barrierefreiheit ist ein zentrales Element, damit Menschen mit Beeinträchtigungen durch Behinderung, Alter oder Krankheit sich problemlos von A nach B bewegen können, geeigneten Wohnraum finden, Zugang zu digitalen Medien haben und miteinander kommunizieren oder an kulturellen Angeboten teilhaben können.

Barrierefreiheit schafft die Voraussetzung für mehr Begegnung. Es gilt auch die Barrieren in den Köpfen abzubauen, uns frei zu machen von Berührungsängsten und Vorurteilen.

Wir als Stadt setzen uns dafür ein, dass alle Menschen gleichberechtigt sind und an sämtlichen Bereichen des Lebens selbstverständlich teilhaben können. Das gelingt nur in der Gemeinschaft: Und wenn wir als weltoffene, tolerante Stadtgesellschaft für ein Zusammenleben in Vielfalt und Wertschätzung an einem Strang ziehen.

Packen wir es an!

A handwritten signature in blue ink, which appears to read "Elke Voith".

Ihre
Elke Voith
Stadträtin – Dezernentin für Soziales und Gesundheit

Inhalt

STADT FRANKFURT AM MAIN

Leben in Frankfurt 4

Grußworte 2

Titelthema

- Reportage: Mit dem Rollstuhl durch die Stadt 10
Carpe Diem: Die Diagnose Demenz bedeutet nicht das Ende 14
Barrierefreiheit im Theater 17
Gemeinsam alt werden 19
Ein dringendes Bedürfnis 21
Sport für die Gemeinschaft 23



Foto: Unsplash

- Ausgezeichnet pilgern 24
Grenzenlose Kreativität: Das Atelier Goldstein 26

Das Sozialdezernat informiert

- Seniorenbeiratssitzung im Dezember 30
Tagesfahrten von Mai bis August 31
Die aktuellen Sozialbezirksvorsteher:innen 32

Interview

- Die schottische Krimiautorin Val McDermid 34

Aktuelles

- Das DRK Repair-Café in Niederrad 37
Neue Wohnformen für Stadt und Land 38
Das Inklusionscafé Sinn & Wandel 39
30 Jahre HIWA! 40
Die universale Glücksformel 41

Gesundes Leben

- Nachrichten aus der Medizin 44
Angstgehirn und Verhalten 44
Aktiv gegen Alterungsprozesse 45
Erste Hilfe für pflegende Angehörige 47
Ganz Ohr? 48
Mensch und Mikrobe 50

Kultur

- Was – wann – wo? 52
Für Sie gelesen 63

Früher und heute

- Ein psychisch krankes Mündel im Goethehaus 56
Die Pfingstweide 58

Über den Tellerrand

- Pflegebauernhof im Westerwald 60



Foto: Schulzki

Tipps und Termine

- Rätselaufklärung 59
Sondersprechstunden im Rathaus für Senioren 62
Abocoupon 62
Rätsel, Sudoku, Impressum 66
Mittagstisch für Senior:innen 67
Wichtige Telefonnummern 68

Gewinnspiele 64, 65

Das Bürgerinstitut: Beratung und Unterstützung seit 125 Jahren

Das Bürgerinstitut ist eine der ältesten privaten sozialen Einrichtungen in Frankfurt am Main. Die Schwerpunkte der Arbeit sind: allgemeine Seniorenberatung und -begleitung, Beratung zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung, Angebote für Menschen mit Demenz, hospizliche und palliative Beratung und Begleitung, Nachlassabwicklung und Testamentsvollstreckung. Ergänzend werden Privatpersonen und andere soziale Einrichtungen zum Thema bürgerschaftliches Engagement und Ehrenamt beraten und begleitet.

Weitere Informationen:
www.buergerinstitut.de
oder Telefon: 069/ 97 20 17-0

Aktuelle Angebote 2024:

Bewegungsgruppe für Menschen mit Demenz
Training der motorischen Fähigkeiten unter fachlicher Anleitung,
14-tägig freitags, 16.30 – 17.30 Uhr

Gesprächskreis für Menschen mit Demenz
In einer kleinen Gruppe tauschen sich Betroffene über Alltagsthemen und das Leben mit der Erkrankung aus.
Einmal im Monat dienstags, 10.30–12 Uhr

„Kennst du noch?“ Erzählcafé für Menschen mit Demenz. In Kooperation mit dem Historischen Museum Frankfurt: Bei Kaffee und Kuchen werden gemeinsame Gespräche mit dementiell Erkrankten über frühere Zeiten geführt. Der Austausch findet in kleinen Gruppen statt.
Kontakt: Katharina Heinz,
Telefon: 069/97 20 17 41,
E-Mail: demenz@buergerinstitut.de,
www.buergerinstitut.de/demenz.

BÜRGERINSTITUT
GUT FÜR FRANKFURT – SEIT 1899

50 Jahre Seniorenbeirat



Foto: Julia Söhngen

Von links nach rechts: Tatjana Bohnen (Rathaus für Senioren), Elke Voitl (Dezernentin Soziales und Gesundheit), Wendy Elsner, Joachim Schäfer (Seniorenbeirat), Prof. Daniela Birkenfeld (Sozialdezernentin a.D.), Stephan Siegler (ehrenamtlicher Stadtrat), Christian Setzepfandt (ehrenamtlicher Stadtrat und Gästeführer), Dr. Renate Sterzel (Vorsitzende des Seniorenbeirats) freuen sich auf die Schifffahrt auf dem Main.

Ein Spätsommertag wie gemalt: blitzblauer Himmel, Sonnenschein – die perfekte Kulisse für den Seniorenbeirat, um sein 50. Jubiläum zu feiern. Knapp 400 Frankfurter Senior:innen hatten sich für eine der beiden Ausflugsfahrten mit der Primus Linie angemeldet, die anlässlich des Feier-Tages im Rahmen der „Aktionswochen Älterwerden“ stattfanden.

Neben kostenfreiem Kuchen und Getränken durften sich die Mitreisenden der ersten Fahrt auch über die Teilnahme der Dezernentin für Soziales und Gesundheit, Elke Voitl, freuen. Die Stadträtin ließ es sich nämlich nicht nehmen, die Bürger:innen persönlich zu begrüßen und dem Seniorenbeirat und dessen Vorsitzender, Dr. Renate Sterzel, ihre Glückwünsche zu überbringen. Gleiches galt für die Stadtverordneten-vorsteherin Hilime Arslaner sowie die ehemalige Sozialdezernentin, Prof. Daniela Birkenfeld, und den ehrenamtlichen Stadtrat Stephan Siegler. Und noch ein ehrenamtlicher Stadtrat war an Bord: Christian Setzepfandt – dieses Mal allerdings in seiner Funktion als Gästeführer

und ausgewiesener Frankfurt-Kenner. Während der gut zweistündigen Schifffahrt erfreute er die Gäste mit ebenso unterhaltsamen wie interes-



santen Geschichtchen und Details zur Frankfurter Stadtgeschichte.

Parallel konnten sich die Teilnehmenden bei einem „Markt der Möglichkeiten“ an zwölf Ständen über die vielfältigen Angebote für Älterwerdende vonseiten der Stadtverwaltung und freier Träger informieren. So hatte natürlich der Seniorenbeirat einen eigenen Stand, aber auch das Rathaus für Senioren, der Pflegestützpunkt Frankfurt, das Gesundheitsamt, der Präventionsrat, der Caritasverband, die Volkshochschule Frankfurt, das Frankfurter Programm „Würde im Alter“, die Beratungsstelle HIWA! (siehe auch S. 40), die Pflegebegleiter-Initiative-Frankfurt, der Ehrenamtliche Dienst und das Polizeipräsidium Frankfurt stellten sich und ihre Programme ebenfalls vor.

Julia Söhngen

Teilhabe und Begegnungen

Der Frankfurter Verband bringt Menschen zusammen

Für sein Programm „Aktiv Älter werden“ bringt der Frankfurter Verband durch verschiedene Freizeit- und Unterstützungsangebote Menschen zusammen, denn Teilhabe – auch mit wenig Geld und durch kurze Wege – ist für den Träger ein zentrales Kriterium für sein Engagement in vielen Frankfurter Stadtteilen.

Jeden Monat informiert der Frankfurter Verband mit seinem Newsletter (<https://frankfurter-verband.de/newsletter>) über eine Auswahl der aktuellen Veranstaltungen in den mehr als 20 Zentren. Daneben erscheint in jedem Quartal die Broschüre „Unsere Höhepunkte“. Sie ist



FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

erhältlich in jedem Zentrum des Frankfurter Verbandes oder in der Bürgerberatung in der neuen Altstadt (Hinter dem Lämmchen 6).

Zwei Veranstaltungsbeispiele für das erste Quartal 2024:

Beim Neujahrskonzert „Magic Music“ am 25. Januar, 15–17 Uhr, spielt das Senior:innenorchester des Frankfurter Verbandes ehrenamtlich



Foto: pexels-rodnae-productions

und ermöglicht so auch denjenigen ein besonderes Kulturereignis, denen der Weg in ein Konzert zu beschwerlich ist. Begegnungszentrum Ginnheim (Ginnheimer Landstraße 172–174, Anmeldung bis 23. Januar, Telefon: 069/ 299 807 2227).

Die szenische Lesung „Wenn du geredet hättest, Desdemona – Ungehaltene Reden von ungehaltenen Frauen“ am 31. Januar und 1. Februar, jeweils 15–17.15 Uhr, der Teilnehmenden der Senioren-Initiative Höchst findet im Servicezentrum Hofgut Goldstein statt (Tränkweg 32, Anmeldung: 069 299 807 2223).

Jetzt für die Ehrenamts-Card bewerben!

Die Stadt Frankfurt vergibt auch in diesem Jahr wieder bis zu 1000 Ehrenamts-Cards (E-Card). Inhaber:innen der E-Card können in ganz Hessen eine Reihe attraktiver Vergünstigungen in Anspruch nehmen. Dazu gehört der Besuch kultureller und sportlicher Veranstaltungen sowie von Museen, Schwimmbädern und anderen Freizeiteinrichtungen. Die aktuelle Liste der Vergünstigungen sowie weitere Informationen zur E-Card sind im Internet unter www.ecard-hessen.de oder bei der Kontaktadresse erhältlich. Die offizielle Antragsphase läuft vom 1. Februar bis 30. April.

Eine E-Card kann von Ehrenamtlichen beantragt werden, die sich mindestens fünf Stunden pro Woche im Stadtgebiet Frankfurt engagieren und seit mindestens fünf Jahren bei einer oder mehreren gemeinnützigen Organisationen tätig sind, ohne dafür eine pauschale Aufwandsentschädigung zu erhalten, die über eine Erstattung der Auslagen hinausgeht (etwa die Ehrenamts- oder Übungsleiter:innenpauschale).



Die E-Cards werden im Mai ausgegeben und sind ab 1. Juni für die Dauer von zwei Jahren gültig.

Das Antragsformular gibt es ab Ende Januar unter www.ehrenamtcard.frankfurt.de oder bei der Kontaktstelle:
Stadt Frankfurt am Main
Hauptamt und Stadtmarketing
Ehrenamt und Stiftungen
Römerberg 23
60311 Frankfurt am Main
Telefon: 069/ 212 706 83 oder -378 48
E-Mail: ehrenamt@stadt-frankfurt.de

In eigener Sache

Immer auf dem Laufenden: Die Homepage der Senioren Zeitschrift

Damit Sie auch zwischen den einzelnen SZ-Ausgaben immer auf dem neuesten Stand sind, informiert die Redaktion auf der Homepage der Senioren Zeitschrift über aktuelle Themen. Besuchen Sie uns doch gern auch immer mal wieder im Netz unter: senioren-zeitschrift-frankfurt.de. Hier können Sie sich die aktuelle Ausgabe der Senioren Zeitschrift übrigens auch vorlesen lassen!

Ausflüge, Beratungen, Veranstaltungen: Der Newsletter der Leitstelle Älterwerden

Wenn Sie regelmäßig über die anstehenden Veranstaltungen und Angebote (Tagesfahrten, Ausflüge, Aktionswochen Älterwerden etc.) sowie Beratungsangebote der Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren informiert werden möchten, abonnieren Sie doch einfach den Newsletter. Für die Anmeldung senden Sie bitte eine E-Mail mit dem Betreff „Anmeldung Newsletter Leitstelle“ an: aelterwerden@stadt-frankfurt.de
www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de | www.frankfurt.de/aelterwerden

Stadt Frankfurt bietet Hilfe für Obdachlose im Winter

Sozialdezernentin Voitl rät wegen kalter Nächte zu erhöhter Aufmerksamkeit.

Angesichts zunehmend kalter Nächte ruft Sozial- und Gesundheitsdezernentin Elke Voitl dazu auf, verstärkt auf hilfsbedürftige Menschen in der Stadt zu achten. Wer einen Menschen hilflos der Kälte ausgesetzt sieht, kann in Frankfurt rund um die Uhr die Nummer für soziale Notlagen (069/212 700 70) wählen. Dort sind Fachleute zu erreichen, die alle weiteren notwendigen Schritte einleiten. Alternativ kann man auch über die Notrufnummer 112 Hilfe holen.



Während der kalten Jahreszeit behält unter anderem die Straßensozialarbeit obdachlose Menschen tagsüber genau im Blick. Zwischen 21.30 bis fünf Uhr morgens fährt der Kältebus (Telefon: 069/ 431414) verschiedene Stationen im Stadtgebiet ab. Die Mitarbeitenden bieten Obdachlosen einen Transport in eine der städtischen Übernachtungsstätten an. Wird dies abgelehnt, werden die Menschen mit Schlafsäcken, Decken und warmem Tee versorgt.

Da obdachlose Frauen besonders geschützt werden müssen, bietet die Stadt seit 2022 erstmals im 17-Ost Tagestreff für Frauen (Alfred-Brehm-Platz 17) eine Winternotübernachtung mit zehn Plätzen ausschließlich für Frauen an. Diese wird bis Ende März geöffnet sein.

Wenn die Rente nicht reicht ...

Auch in der Bankenstadt Frankfurt sind viele Älterwerdende von Armut betroffen.

In Deutschland sind knapp ein Fünftel der über 65-Jährigen trotz Rente von Altersarmut bedroht. Die Bundesregierung definiert Altersarmut ab einem Jahreseinkommen von unter 13 628 Euro, also 1135 Euro monatlich. Zahlreiche Rentner:innen in Deutschland beziehen daher zusätzlich zur monatlichen Rente Leistungen aus der Grundsicherung. Grundsicherung können diejenigen Menschen beantragen, deren Einkommen im Alter oder bei voller Erwerbsminderung nicht für den Lebensunterhalt ausreicht. In Frankfurt haben nach Angaben des Statistikportals zum 31.12.2022 insgesamt 13 569 Personen, die 65 Jahre oder älter waren, Grundsicherung und bei Erwerbsminderung erhalten.

Wir haben bereits in der letzten Ausgabe der Senioren Zeitschrift über Armut in Frankfurt berichtet und vier Frankfurter Einrichtungen porträtiert, die mit Mahlzeiten, Kleidung und Beratungsangeboten direkte Hilfe leisten: Das Diakoniezentrum Weser5 (Weserstraße 5, www.diakonie-frankfurt-offenbach.de), die ada_kantine (Mertonstraße 30, ada-kantine.org), die Teestube Jona (Gutleutstraße 121, www.teestube-jona.de) und der Franziskustreff (Schärfengässchen 3, www.franziskustreff.de). Natürlich gibt es zahlreiche weitere Stellen, und auch die Stadt Frankfurt selbst bietet ein umfangreiches Netz an Hilfen – etwa den Frankfurt Pass, der bei geringem Einkommen mit Erstwohnsitz in Frankfurt u.a. zu ermäßigten Fahrkarten sowie Eintritten in die Museen, Theater oder Oper berechtigt, um

so möglichst vielen Menschen die Teilhabe am kulturellen und gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen. Er kann in den zuständigen Sozialrathäusern beantragt werden.

Das Amt für Wohnungswesen hilft und unterstützt bei allen Fragen rund ums Wohnen, auch werden hier öffentlich geförderte Wohnungen vermittelt sowie geprüft, ob ein Anspruch auf Wohngeld oder Wohngeld-Plus besteht. Für Älterwerdende ist das Rathaus für Senioren (Hansaallee 150) die erste Anlaufstelle. Und dass selbst in der Bankenstadt Frankfurt nicht alles teuer sein muss, beweist die Broschüre „Frankfurt kann günstig“ des Frankfurter Bündnis für Familien (www.frankfurterbuenndnis-fuer-familien.de). Auf über 100 Seiten sind hier Adressen und Anlaufstellen zu kostenfreien und günstigen Angeboten aufgeführt, zudem werden komplizierte Begriffe wie „Transferleistung“ oder „Grundsicherung“ leicht verständlich erklärt. Es gibt sie bei allen Partnern der federführenden Arbeitsgruppe, etwa dem Kinderbüro (Schleiermacherstraße 7) oder der AmKA-Info (Mainzer Landstraße 293), auch ist sie online abrufbar unter: www.bit.ly/ffmguenstig. Auch kann sie kostenfrei bestellt werden per E-Mail an: buenndnis-fuer-familien@stadt-frankfurt.de. jsö



Foto: Pixabay

Einmal Adler, immer Adler!

Ein neues Projekt möchte Erinnerungen bei Menschen mit Demenz wecken.



Fotos: Eintracht Frankfurt Museum GmbH

Wahre Fans sind ihrer Eintracht für immer treu verbunden. Durch Gespräche über gemeinsame Erlebnisse aus der Vereinsgeschichte lassen sich bei Demenz-Erkrankten Erinnerungen wecken.

Wie heißt es in einem anderen Zusammenhang so schön: „in guten wie in schlechten Zeiten ...“ – ein Bonmot, das sich auch und gerade in Bezug auf die Frankfurter Eintracht gut anwenden lässt. Denn nicht immer gehen die Fußball-Mannen als strahlende Sieger vom Rasen, heimsen Punkte ein und machen es ihren Anhänger:innen entsprechend leicht, Fan zu sein – die Erinnerungen an die Zeit in der zweiten Fußballbundesliga sind ebenfalls bis heute bitter und präsent.

Und doch: einmal Adler, immer Adler, auf immer treu verbunden! Gemeinsam geht man durch dick und dünn, hat viel zusammen erlebt, gemeinsam gezittert und gejubelt. So viele Erinnerungen – einfach unver-

gesslich! Oder doch nicht? Genau hier knüpft ein neues Projekt an, das das Eintracht Frankfurt Museum gemeinsam mit dem seit 25 Jahren bestehenden Frankfurter Verein „Leben mit Demenz“ aus der Taufe gehoben hat: Über einen Zeitraum von zunächst sechs Monaten möchte man drei bis vier dementiell Erkrankte mit jeweils einer Begleitperson zusammenbringen und über die Eintracht sprechen. Denn dadurch, dass die Fans ihren Lieblingsverein oftmals über Jahrzehnte verfolgen, gibt es eine enge Bindung. Mit dem Angebot wird also einerseits Erinnerungsarbeit geleistet. Andererseits wird die zwischenmenschliche Kommunikation der Teilnehmenden gefördert und angeregt. Im besten Fall

können über das Thema „Eintracht“ neue Beziehungen aufgebaut und geknüpft werden, die die dementiell Erkrankten aus einer möglichen Einsamkeit oder Isolation herausholen können, zeigen sich Ulrich Amrhein, der Gründer des Vereins „Leben mit Demenz“, und Matthias Thoma, der Leiter des Eintracht-Museums, überzeugt. Und auch die Begleitpersonen können sich austauschen. Gleichzeitig möchte die Eintracht das Thema Demenz enttabuisieren, denn auch frühere Eintrachtsspieler sind von der Krankheit betroffen.

Julia Söhngen

Interessierte an dem Projekt wenden sich an Ulrich Amrhein, Leben mit Demenz, Telefon: 069/ 55 40 68 (AB) oder E-Mail: lebenmitdemenz@t-online.de

Demokratie von klein auf

Wer hat Lust, sich ehrenamtlich bei den „Vorlese-Omas“ zu engagieren?



Foto: Omas gegen rechts

Die Vorlese-Omas lesen ehrenamtlich an Frankfurter Kindergärten, Grundschulen und Horts Geschichten über Vielfalt, Toleranz und Zusammenhalt vor, um so schon die Jüngsten für die grundlegenden Themen des menschlichen Miteinanders zu sensibilisieren.

Wir sind alle gut so, wie wir sind!“ – dem ist nichts hinzu-zufügen. Und das können auch schon die Kleinsten verstehen. Davon sind die „Vorlese-Omas“ überzeugt. Sie sind eine Untergruppe der Frankfurter „Omas gegen Rechts“, eine zivilgesellschaftliche, überparteiliche Initiative, die sich für eine demokratische, rechtsstaatlich organisierte, freie Gesellschaft einsetzt – damit kann man nicht früh genug anfangen, davon sind Carla Bach-Proehl, Anne Gross und Elisabeth Heidkamp felsenfest überzeugt. Sie gehören zu den derzeit etwa zehn Personen aus dem Kreis der „Omas gegen Rechts“, die sich vor gut zwei Jahren zusammengefunden haben und ehrenamtlich Frankfurter Kindertagesstätten, Grundschulen oder Horts besuchen. Hier lesen sie nicht nur die unterschiedlichsten Geschichten über Vielfalt, Toleranz und Zusammenhalt vor, sondern sensibilisieren gleichzeitig auch die Jüngsten für jene ganz grundlegenden Themen des menschlichen Miteinanders.

Nach den Geschichten gibt es immer auch noch eine Aktivität. Dann wird gemeinsam gebastelt, gesungen oder gemalt, je nach Neigung des

Vorlese-Teams, denn die Vorlese-Omas sind immer zu zweit unterwegs. Manche waren Lehrerinnen, wieder andere haben keinerlei pädagogische Berufserfahrung – aber alle haben große Freude am Vorlesen und vor allem an der Begegnung mit Kindern. „Ganz besonders wichtig ist uns nämlich das Gespräch im Anschluss an die Lektüre“, sagt Anne Gross.

(Vor-)Lesen und Diskutieren

Schließlich wollen sie mit den in den Büchern behandelten Themen die Kinder zum Nachdenken und miteinander Diskutieren anregen, denn diese hätten oft auch schon ähnliche Situationen wie die Protagonist:innen in den Geschichten erlebt. „Alltagsrassismus und Mobbing gibt es bereits in der Kita“, berichtet Carla Bach-Proehl. Etwa, weil jemand krause und nicht glatte Haare habe, dicker oder dünner, größer oder kleiner als der Rest sei, eine Brille trage oder eine andere Hautfarbe habe. „Dass man manchmal anders ist als die anderen, das kennt wohl jeder“, sagt Elisabeth Heidkamp, „aber nur, weil man anders ist, ist man ja nicht weniger wert!“, das gelte es zu vermitteln.

Weil die Nachfrage der Einrichtungen auf das Angebot der Vorlese-Omas groß ist, suchen sie nach weiteren Mitstreiter:innen: „Vorlesen ist ein Oma-Thema“, sagt Carla Bach-Proehl. Aber selbstverständlich seien auch Opas herzlich willkommen! Wie oft jemand liest, sei individuell verschieden, je nachdem, wie viel Zeit man habe. „Manche lesen mehrmals wöchentlich, manche ein bis zwei Mal im Monat, ganz so, wie es in den eigenen Alltag passt und wie man Lust hat.“ Denn am wichtigsten sei doch der Spaß an der Sache und dass man es gern tue. Auch sei es keinesfalls Voraussetzung, dass man selbst Großmutter oder Großvater sei, um bei den „Omas gegen Rechts“ oder den Vorlese-Omas mitzumachen: „Oma sein ist eine Haltung!“

Julia Söhnngen

Info

Um sich auszutauschen oder sich gegenseitig Lektüretipps zu geben, treffen sich die Vorlese-Omas jeden ersten Dienstag im Monat um 18.15 Uhr im Club Voltaire (Kleine Hochstraße 5, 60313 Frankfurt, www.club-voltaire.de). Interessierte melden sich per E-Mail: vorleseomas.ogr.ffm@gmail.com
Weitere Informationen: omasgegenrechts-ffm.de

„Wir nehmen uns und die anderen an, wie wir sind“

Das neue Tanzformat „Improvisation & Contact“ der Dresden Frankfurt Dance Company richtet sich unterschiedslos an alle Erwachsene.

Im Rollstuhl tanzen, sich von optischen oder akustischen Einschränkungen nicht vom Spaß an der Bewegung abhalten lassen oder sich als Autist:in an seine Grenzen wagen: Das muss doch auch so gehen, dass alle davon etwas haben können, dachten die Kulturmanagerin Annika Glose und der Tanzpädagoge Manuel Gaubatz. Schon längere Zeit wollten sie dem Anspruch der Dresden Frankfurt Dance Company (DFDC,) „Jede:r kann bei uns Tanz erleben“ wirklich gerecht werden. Doch wie kann das gelingen? Jetzt hat das Education-Team der DFDC ein neues Format entwickelt, in dem Eingeschränkte mit ihren jeweils speziellen Erfordernissen und Bedürfnissen in den Prozess des körperlichen Ausdrucks im Tanz auch ihren Raum finden. Dafür holten sie die erfahrene Heilpädagogin und Musiktherapeutin Patricia Klimpel aus Haan in Nordrhein-Westfalen an die



Foto: DeDa Production

Seite des Tanzpädagogen Gaubatz. Unter dem Titel „Improvisation & Contact“ werden Gaubatz und Klimpel im Juni erstmals einen zweitägigen Workshop für Erwachsene mit und ohne Einschränkungen moderieren. Der Clou liegt in der Vorbereitung. Bei der Anmeldung zum Workshop tragen die Teilnehmenden in den An-

meldebogen ein, was sie brauchen, was für sie psychisch oder physisch nicht geht und ob sie eine Begleitperson mitbringen, etwa ein:e Gebärdendolmetscher:in oder eine sehende Begleitung. Klimpel telefoniert dann mit den Teilnehmenden und bespricht die Bedürfnisse mit ihnen, damit Gaubatz und sie die Wünsche und Grenzen der einzelnen Personen im kreativen Prozess des gemeinsamen körperlichen Ausdrucks berücksichtigen können. Auf diese Weise werden Barrieren der ganzheitlichen Spontaneität von vornherein beseitigt, und alle Beteiligten können sich mit Spaß an der Bewegung auf das eigentlich Selbstverständliche konzentrieren. Gaubatz beschreibt das so: „Wir nehmen uns und die anderen an, wie wir sind, und gehen so weit, wie wir uns wohlfühlen.“

Karin Willen

Info

Workshop Improvisation & Contact vom 7. bis 9. Juni in der Dresden Frankfurt Dance Company, Schmidtstraße 12, 60326 Frankfurt (auf dem Gelände der Kommunikationsfabrik). Information und Anmeldung: www.dfdc.de/workshops, Telefon: 069/ 90 73 99 100

Aktiv im Alter

Die VHS Frankfurt bietet Älter werdenden ein ebenso umfangreiches wie anregendes Angebot.

Das Programm „Aktiv im Alter“ der Frankfurter Volkshochschule (VHS) spricht alle Personen ab 55 Jahren an. Inhalte, Lerntempo und Methoden orientieren sich an den Bedürfnissen der Teilnehmenden. Die Veranstaltungen finden in der Regel werktags und tagsüber statt. Die VHS Frankfurt versucht, die Angebote für Senior:innen wohnortnah zu halten. Deshalb werden im ersten Halbjahr 2024 Kurse wie Yoga, Tanzen oder Französisch kochen im BZ Nieder-Eschbach nach längerer Pause wieder angeboten. Dies unterstützt die Senior:innen, sich weiterhin in ihrem Stadtteil wohl zu fühlen und aktiv zu sein. Kurse der VHS bieten eine Chance, neue Menschen mit ähnlichen Interessen kennenzulernen, die in der gleichen Nachbarschaft wohnen. Im Rahmen der Inklusion können auch Senior:innen an Kursen



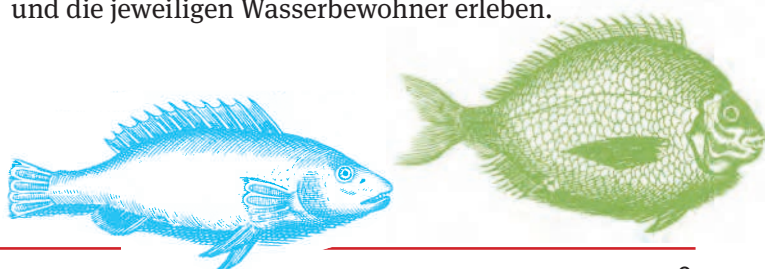
wie beispielsweise Yoga im Sitzen teilnehmen.

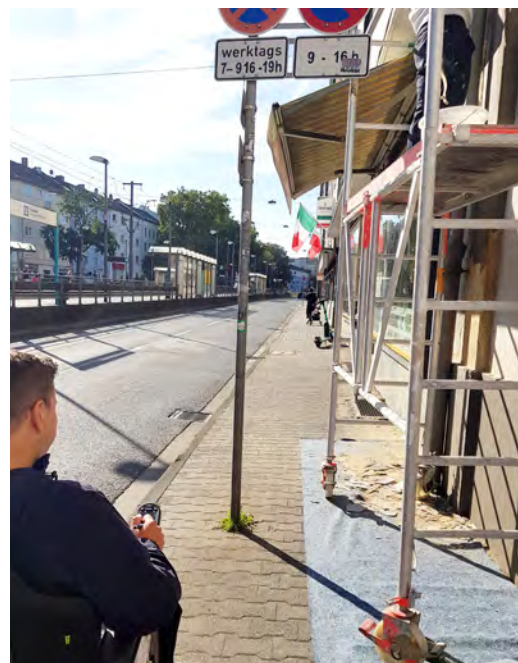
Weitere Informationen: <https://vhs.frankfurt.de/de/aktivimalter>

Neues Leben im Palmenhaus

Grundlegende Sanierung der Aquarien in der Palmenhaus-Grotte

Seit über 40 Jahren bietet das Palmenhaus neben tropischen Pflanzen auch exotischen Fischen ein Zuhause. Deren Aquarien wurden zuletzt 2012 saniert. Dank einer großzügigen Förderung durch die Freunde des Palmengartens – auch als Palmengarten-Gesellschaft bekannt – von rund 40 000 Euro konnten die Becken inklusive Bepflanzung kürzlich rundum erneuert werden. In insgesamt sechs Aquarien können Besuchende nun in die Themenwelten „Amazonas“, „Neuguinea“, „Mittel- und Südamerika“, „Afrika“, „Asien“ und „Kongo“ eintauchen und die jeweiligen Wasserbewohner erleben.





Fotos: Stephanie Kreuzer

Frankfurt für alle? Alexander Bauer von der Frankfurter Behindertenarbeitsgemeinschaft (FBAG) sitzt seit 20 Jahren im Rollstuhl. Aus eigener Erfahrung weiß er um die Schwachpunkte in der Stadt. Seine Expertise bringt er als Sprecher des Fachausschusses Bauen, Wohnen, Freizeit und Barrierefreiheit im öffentlichen Raum ein.



Rampen, Leitstreifen und akustische Signale

In puncto Barrierefreiheit hat Frankfurt noch großen Nachholbedarf.

Ob Kopfsteinpflaster, Bordsteinkanten oder Treppen: Vieles erscheint im Stadtbild so selbstverständlich und ist im Alltag kein Hindernis – allerdings nur, solange man nicht körperlich eingeschränkt ist. Wie sich das jedoch für jemanden darstellt, der seit über 20 Jahren auf den Rollstuhl angewiesen ist, demonstriert Alexander Bauer von der Frankfurter Behindertenarbeitsgemeinschaft (FBAG) – Berater des Gremiums der Stadt Frankfurt – eindrucksvoll. Der Sprecher des Fachausschusses Bauen, Wohnen, Freizeit und Barrierefreiheit im öffentlichen Raum weiß, dass es nicht nur bei bestehenden Einrichtungen einen erheblichen Nachholbedarf gibt, sondern auch bei Neubauten den speziellen Bedürfnissen Behinderter zu wenig Beachtung geschenkt wird: „Häufig wird eher auf Wirtschaftlichkeit als auf Barrierefreiheit geachtet oder darauf verwiesen, dass entsprechende Vorrichtungen technisch nicht möglich seien.“

Dass sich dies auf lange Sicht allerdings rächen könnte, zeigt ein

Blick auf die demografische Entwicklung: „Heute liegt die Lebenserwartung bei Männern bei 75 und bei Frauen bei 81 Jahren. Damit steigt auch das Risiko einer Erkrankung oder Behinderung, die den Bewegungsradius einschränkt“, so Bauer. „Letztlich kann gerade eine Behinderung, ob durch Krankheit, Unfall oder das Alter, jeden von uns irgendwann treffen.“ Wer mit einem Kinderwagen unterwegs sei, nehme gewisse Hürden im Alltag wahr, aber mit körperlichen Einschränkungen oder im fortgeschrittenen Alter seien diese umso höher: „Dann kann man nicht mehr alles machen oder kommt nicht mehr so einfach zu manchen Orten. Umso wichtiger werden kurze Wege und eine gute öffentliche Verkehrsanbindung, um mobil zu bleiben.“

Komplexe Barrierefreiheit

Um zu demonstrieren, wie komplex das Thema „Barrierefreiheit“ ist, drehen wir gemeinsam eine Runde durch die Stadt. An der Haltestelle Dornbusch wird deutlich, dass Roll-



Das ohnehin schon komplexe Thema „Mobilität in der Stadt“ ist für mobilitätseingeschränkte Menschen noch viel herausfordernder.





stuhlfahrende zum Ein- und Aussteigen in den Bus entweder eine Bordsteinhöhe von 22 Zentimetern oder – bei geringerer Höhe – eine Rampe benötigen. Zwar kann Alexander Bauer dank seines sechsrädrigen E-Rollstuhls kleinere Stufen oder Spalten autark überwinden, aber normalerweise muss er dem Busfahrer Zeichen geben, damit dieser erst die Rampe ausklappen kann. „Ob die anderen Fahrgäste dann tolerant reagieren, hängt davon ab, wie groß der Zeitdruck und wie voll der Bus ist“, weiß der 43-Jährige.

Wer von der Bushaltestelle zur U-Bahn wechseln möchte, muss einen relativ weiten Weg zurücklegen. „Hier wünsche ich mir, dass man solche Knotenpunkte besser angliedert.“ Für gesunde „Fußgänger:innen“ kein Problem, aber für jemanden, der gesundheitlich eingeschränkt ist, kann diese Strecke ein Hindernis sein. Blinde beispielsweise müssen sich um Buswerk herumtasten, wobei Poller zusätzlich den Weg erschweren. An der Ampel hilft zwar ein akustisches Signal,

sich in die gewünschte Richtung zu orientieren und ungefährdet die Straße zu überqueren. Bauer macht jedoch darauf aufmerksam, dass an den Stellen, wo die Leitstreifen für Sehbehinderte auf die Fahrbahn führen, der Bordstein nicht abgesenkt sein darf, damit gut ertastbar ist, wo die Straße beginnt.

Extremer Stress für alle

Als Rollstuhlfahrer kann er nicht an jedem Zebrastreifen gut die Fahrbahn queren, denn manchmal sind Fahrradbügel oder Schilder im Weg. Sogar mitten auf der Schienenquerung der Eschersheimer Landstraße ist ein E-Roller abgestellt worden. Bauer kann sich mit seinem gerade mal 60 Zentimeter schmalen Rollstuhl noch recht gut vorbeischieben, doch wenige Meter weiter ist aufgrund von Sperrmüll und Baugeüst auf dem Bürgersteig sowie eines sehr ungünstig platzierten Verkehrsschildes fast kein Durchkommen mehr.

Über eine langgezogene Rampe geht es schließlich barrierefrei zum

U-Bahnsteig, und sobald die Bahn einfährt, heißt es Augen auf und los-sprinten, denn nur wenige Türen tragen das Piktogramm eines Rollstuhlfahrers, das auf den entsprechenden Stellplatz hinweist. „Aber die muss ich natürlich rasch erkennen und gegebenenfalls durch viele Personen hindurchfahren, damit ich an der passenden Stelle einsteigen kann“, so der FBAG-Sprecher. „Blinde Menschen können das nicht. Das bedeutet unter Umständen natürlich extremen Stress für alle Beteiligten!“ In der U-Bahn selbst fällt dann auf, dass die Haltestellenansagen recht leise und undeutlich gesprochen sind, also gerade für Hörgeschädigte sehr schwer zu verstehen sein dürften.

Auch wenn er mal mit dem Auto unterwegs ist, kann es durchaus Probleme geben: „Viele Behindertenparkplätze entsprechen nicht der DIN, und so kann ich nur diejenigen nutzen, die – zum Beispiel durch eine schraffierte Fläche – nach hinten genügend Platz lassen und mir den Ausstieg über die Heckrampe er-



Hürden im Alltag erleben nicht nur behinderte Menschen, sondern auch Älterwerdende, Menschen mit Kinderwagen oder mobilitätseingeschränkte Personen kennen die unzähligen Herausforderungen in der Stadt.



möglichen.“ Oftmals fehlen dort auch die abgesenkten Bordsteine, um auf den Gehweg zu kommen, und gerade die E-Ladestationen sind zu meist nicht barrierefrei. Ein Bummel über den Oeder Weg zeigt auch, dass viele Geschäfte oder auch Geldautomaten nur über eine Stufe erreichbar sind und eine – mobile – Rampe Abhilfe schaffen könnte. Gaststätten bieten zwar auch draußen Sitzmöglichkeiten, aber wenige für Rollstuhlfahrer:innen geeignete Plätze. „Damit geht uns eben auch viel Teilhabe am normalen Leben verloren, was zur Vereinsamung beiträgt“, sagt Bauer. Zudem hätten die wenigsten Restaurants behindertengerechte Toiletten, und zu öffentlichen barrierefreien WCs – wie beispielsweise im vierten Stock von „MyZeit“ – ist der Weg mitunter weit.

Gemeinsam für Barrierefreiheit

An der Hauptwache funktionieren an diesem Tag weder die Behindertentoilette noch der – schon lange stillgelegte – Aufzug fürs „Museum Of Modern Electronic Music“. Nicht

viel besser geht es Rollstuhlfahren, den, die vorm Römer stehen, denn ausgerechnet die „Frankfurt Tourist Info“, die sogar die Broschüre „Frankfurt am Main barrierefrei“ herausgibt, ist nur über eine Treppe erreichbar. Hier muss geklingelt werden, damit jemand herauskommt, um Fragen und Anliegen zu beantworten.

Wichtig ist dem FBAG-Sprecher, jedoch nicht nur die Probleme und Negativbeispiele zu benennen oder gar Ängste zu schüren, sondern Gedankenanstöße zu geben und Verbesserungspotenziale aufzuzeigen: „Das Alter oder eine Behinderung verändern die persönliche Lebenssituation. Nur wenn wir uns heute als Gesellschaft für Barrierefreiheit einsetzen, können wir die Lebensqualität erhalten, denn davon profitieren letztlich alle Menschen.“

Anzustreben sei eine uneingeschränkte Zugänglichkeit zu Information und Kommunikation – in leichter Sprache – genauso wie zu Plätzen, Straßen und Gebäuden. Es brauche Gebärdensprachdolmetscher:innen,

ein Blindenleitsystem sowie die Beschilderung mit Brailleschrift von Gebäuden mit Publikumsverkehr. Automaten müssten barrierefrei erreichbar und nutzbar sein sowie geeignete Toiletten zur Verfügung stehen. Wünschenswert wäre daher nach Meinung von Bauer, die FBAG in alle stadtplanerischen Aktivitäten frühzeitig und intensiv einzubeziehen: „Hier engagieren sich Menschen, die sich mit den verschiedenen Formen der Beeinträchtigungen sehr gut auskennen.“

Stephanie Kreuzer

Info

FBAG
www.frankfurt-inklusive.de
 Broschüre:
 „Frankfurt am Main barrierefrei“
www.frankfurt-tourismus.de

Carpe diem

Auch wenn es sich für viele so anfühlt: Mit einer Demenz-Diagnose ist noch lange nicht Schluss mit einer Teilhabe am Leben. Weder für die Erkrankten noch für ihre pflegenden Angehörigen. Besonders in Frankfurt gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten – für alle.



Grafik: Pixabay

Griiiiiieechischer Weeeein!“, Norbert schmettert den Udo-Jürgens-Hit nicht nur mit Begeisterung, sondern auch textsicher. Das ist insofern erstaunlich, als der 88-Jährige weder weiß, womit er einmal sein Geld verdient hat, noch, welchen Tag wir heute haben, was und dass er überhaupt vor einer Stunde zu Mittag gegessen hat. Er leidet an einer fortgeschrittenen Demenz. Dass er trotzdem souverän sämtliche Strophen des Schlagers mitsingen kann, macht nicht nur ihn sichtlich glücklich, sondern auch Helga, seine Frau. „Es ist, als hätte er vergessen, dass er alles vergessen hat!“ Für beide ist es eine willkommene Abwechslung, wenn ihre Tochter mit dem kabellosen Lautsprecher vorbeischaud und via Handy all die Hits aufruft, die die „wilde Zeit“ ihrer Eltern einmal musikalisch untermalt haben. Zumal Norbert dann etwas kann, wozu er sonst kaum noch in der Lage ist: sich erinnern und aktiv an einem Familienevent teilhaben. Wie gut Menschen mit einer so ge-

nannten „primären“ – also unheilbaren – Demenz über die Musik ansprechbar sind, ist ein Phänomen, mit dem sich der Diplom-Psychologe Dr. Arthur Schall wissenschaftlich beschäftigt. Er ist Mitarbeiter am Arbeitsbereich Altersmedizin mit Schwerpunkt Psychogeriatric und klinische Gerontologie am Institut für Allgemeinmedizin an der Goethe-Universität Frankfurt.

Aktivsein kann Demenz vorbeugen

Eines seiner Forschungsschwerpunkte sind „kreativtherapeutische Interventionen im Kontext gerontopsychiatrischer Erkrankungen“. Meint: Nachdem in den letzten zwei Jahrzehnten medikamentös praktisch nichts Neues zur Behandlung von Demenz dazu kam und trotz manch anderslautender Schlagzeile damit auch erst mal nicht zu rechnen ist, beschäftigt man sich nun intensiver mit den so genannten „nichtpharmakologischen“ Therapie-Optionen. „Die teilen sich im Grunde genommen in den Bereich der kognitiven Aktivierungen

und den Bereich der körperlichen Aktivität.“

Sollte Ihnen das bekannt vorkommen: Ja, es sind dieselben Faktoren, die schon in der Vorbeugung von Demenz nachweislich eine Schlüsselposition innehaben. Zwar gäbe es nach wie vor keine Garantie, nicht an Demenz zu erkranken, wenn man das alles beherzigt, so Dr. Arthur Schall. Aber die Wahrscheinlichkeit würde deutlich gesenkt. Umgekehrt kann man sie eben auch erhöhen, wenn man all das unterlässt und plant, sein Restleben reglos wie die Koralle mit Fernbedienung, Fastfood und Zigaretten auf dem Sofa zu fristen.

Was für den – noch – Gesunden gilt, gewinnt nun auch im Umgang für den bereits an Demenz Erkrankten immer mehr Bedeutung. Man habe, sagt Dr. Arthur Schall, auch mit einer solchen Diagnose noch einige gute Jahre vor sich. „Jahre, aus denen man versuchen sollte, so viel Lebensqualität wie möglich herauszuholen.“ Für die Erkrankten wie für



die Angehörigen. Schließlich tragen auch jene, die ihre Angehörigen zu Hause pflegen, ein großes Risiko, sich sozial zu isolieren, „eine depressive Symptomatik“ zu entwickeln, die wiederum – auch das ist wissenschaftlich erwiesen – eine Demenz-Steilvorlage befördern kann. Deswegen sei es wichtig, bei jedweden Interventionen immer auch die Angehörigen mit ins Boot zu holen. Auch sie profitieren von Aktivitäten, die Spaß machen, die schön sind, die eine Teilhabe ermöglichen, dafür sorgen, dass der an Demenz erkrankte Mensch sich eingebunden fühlt und wertgeschätzt. Weil darin immer auch positive Erfahrungen für sie eingepreist sind. Inklusive der, nicht allein zu sein.

Durch Austausch die Sinne aktivieren

Dass und wie das gelingt, erforscht man im Arbeitsbereich Altersmedizin an der Goethe-Universität in Frankfurt gerade mit verschiedenen Projekten. Dazu gehörte etwa das gemeinsame Chorsingen. Das For-

schungsprojekt war eingebettet in die vierteilige ZDF-Produktion „Unvergesslich: Unser Chor für Menschen mit Demenz“ mit Annette Frier als Gastgeberin und Moderatorin. Dafür trafen sich 19 Teilnehmende mit Demenz über einen Zeitraum von zwei Monaten zu wöchentlichen Chorproben. Wie erwartet, zeigten sich beim regelmäßigen gemeinsamen Singen positive Effekte etwa auf das Stressniveau, die Lebensqualität und die Kommunikation von Menschen mit Demenz und auf den Gefühlshaushalt der begleitenden Angehörigen. Und obwohl die Menschen mit Demenz sich kurz darauf teils an nichts mehr erinnern konnten, so Dr. Arthur Schall, „haben wir festgestellt, dass sie sich doch auf etwas gefreut haben, wenn es zu diesen Treffen ging. Da gab es immer so eine Art positiver Schwingung. Ganz anders, als wenn etwa ein Arztbesuch anstand“.

Ein Phänomen, das sich auch bei den anderen Projekten zeigte. So bei ARTEMIS (ART Encounters – Muse-

um Intervention Study) am Frankfurter Städel, eine Pilotstudie zur Kunstvermittlung für Menschen mit Demenz und ihre betreuenden Angehörigen. Es gab thematische Kunstführungen in Kleingruppen und anschließende kreative Arbeit im Atelier unter kunstpädagogischer Anleitung. Es war die erste kontrollierte Studie überhaupt, bei der der Einfluss von Museumsbesuchen und künstlerischer Betätigung auf das emotionale Befinden und die Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihren Begleitpersonen untersucht wurde. Auch hier zeigten sich die gleichen positiven Effekte





wie beim Chorsingen. Das Projekt war so erfolgreich, dass es nun ins Digitale überführt wird und die Erkrankten gemeinsam mit den Angehörigen Bilder erkunden, kleine Aufgaben lösen können, die die Sinne aktivieren. Beispielsweise können Nutzende verschiedene Tonspuren von Vogelgezwitscher oder Stimmengewirr zu Max Liebermanns Werk „Freistunde im Amsterdamer Wai-

In einem Gebiet in der so genannten supplementär-motorischen Hirnrinde – einem Bereich, der bei Bewegung eine Rolle spielt und weniger von Alzheimer-Abbauprozessen betroffen ist. Wie gut diese Erinnerung abrufbar ist, erlebt man nicht nur, wenn Norbert einmal wieder das gesamte Udo-Jürgens-Repertoire raushaut. Man kann es etwa auch bei den Tanznachmittagen bestaunen, die von der Evangelischen Andreasgemeinde in Niederhöchstadt unter dem Titel „Wir tanzen weiter!“ und frei nach der Devise „Tanzen ist die Kunst, wo die Beine denken, sie sei-

scher vom Arbeitsbereich Altersmedizin des Instituts für Allgemeinmedizin der Goethe-Universität Frankfurt in Kooperation mit der Kronberg Academy genauer wissen. In einem Pilotprojekt musizieren Studierende der Academy für Menschen mit Demenz und ihre begleitenden Angehörigen und tauschen sich im Rahmen dieser speziell konzipierten Gesprächskonzerte mit den Teilnehmenden über das Gehörte und dabei Empfundene aus. Auch hier zeige sich einmal wieder, so Dr. Arthur Schall, wie wichtig das Gefühl der Teilhabe ist. Zu merken, dass man

Grafik: Pixabay



senhaus“ abspielen. Dabei werden Themen in den Fokus gestellt, zu denen die Nutzenden einen persönlichen, also emotionalen oder biografischen, Bezug haben. So etwa wie „Familie und Gemeinschaft“, und auch, um einen Austausch anzuregen.

Hoffnung auf Lebensqualität

Aktuell schaut man sich nun außerdem genauer die Möglichkeiten der Musik an. Dass sie eine positive Wirkung hat, ist bekannt. Und seit Neuestem auch, weshalb selbst Alzheimer das Langzeitgedächtnis für Musik verschont. Wissenschaftler des Max-Planck-Instituts für Kognitions- und Neurowissenschaften in Leipzig, der Universität Amsterdam und des INSERM Caen haben erst vor Kurzem entdeckt, dass diese Erinnerungen woanders gelagert werden als die an Biografisches oder an Fakten.

en der Kopf“ (Stanislaw Jerzy Lec) – organisiert werden. Besonderer Wert wird daraufgelegt, an die Erlebnishorizonte der Erkrankten anzuknüpfen. Deshalb findet das Event auch in einer Tanzschule statt, werden Rhythmen geboten, die die Besuchenden noch aus ihrer Jugend kennen. Das Erstaunliche: Wenn die Menschen kommen, erkennt man noch, wer an Demenz erkrankt ist und wer nicht. Sobald aber erst mal zehn Minuten getanzt wurde, sind die Unterschiede verflogen. Man sieht nur trittsichere Teilnehmende, die Foxtrott, Walzer, Disco-Fox draufhaben, die mit Wonne mitsingen und sehr beglückt sind, sich auch einmal wieder einfach als Paar erleben zu können.

Wie sich Musik als Instrument zur Verbesserung des emotionalen Wohlbefindens und der Lebensqualität einsetzen lässt – das wollten die For-

noch eingebunden ist. Dass man etwas beitragen kann. „Sei es mit zwei Wörtern oder einem halben Satz.“ Das schaffe Erfolgserlebnisse und das Gefühl einer eigenen Kompetenz.

Jede Demenz ist einzigartig

Ja, das macht Hoffnung. Nicht auf Heilung natürlich, aber auf Lebensqualität. Darauf, dass viel mehr möglich ist als gedacht und oft so befürchtet. Für die Erkrankten. Aber auch für die Angehörigen. Bevor man jetzt das Radio anschaltet und den Kunstband aufblättert: Nicht jedes gemalte Bild, nicht jedes Musikstück, nicht jede Bewegung funktioniert bei allen gleich gut. Man würde auch in der Forschung immer mehr zu dem Schluss kommen, dass jede Demenz – so wie der an ihr erkrankte Mensch – einzigartig sei. In ihrem Verlauf, in ihrer Symptomatik, in ihren Erfordernissen. Ähnlich wie in der Krebs-

Barrierefrei – nur hier und heute?

Von der Regel zur Ästhetik: Barrierefreiheit im Theater

therapie, wo man zunehmend auf individualisierte und also zielgerichtete Therapien setzt, würde man auch bei der Aktivierung und Behandlung von Menschen mit Demenz deshalb sehr viel mehr mit Passgenauigkeit erreichen. Indem man schaut, was braucht dieser spezielle Mensch. Womit kann man ihn oder sie ansprechen. Wer nie Nahkontakt mit klassischer Musik hatte und eher Team „Rock“ ist, den wird ein Violinkonzert von Bach eher quälen. Ebenso wie aber auch die Schlagerbeschallung, die in Pflegeeinrichtungen häufig den Tatbestand der „Musiktherapie“ erfüllen soll. Und natürlich gehören auch die Angehörigen immer mit einbezogen. So wie in den Forschungsprojekten, an denen Dr. Schall maßgeblich beteiligt ist. „Je besser es den Angehörigen geht, umso besser geht es auch den Menschen mit Demenz.“ Natürlich sei eine gute Medikamentierung wichtig. Ebenso aber auch das Wissen, dass nicht nur der Körper, sondern auch der Kopf ständige Bewegung braucht. „Im Alter und selbst bei einer Demenzerkrankung bilden sich immer noch neue Synapsen, neue Verbindungen von Gehirnzellen.“ Mit Hilfe von körperlicher und geistiger Bewegung. Zum Glück gibt es in Frankfurt dafür viele Angebote, speziell für an Demenz Erkrankte und ihre Angehörigen: zahllose Beratungsstellen, auch für Betroffene mit einem Migrationshintergrund. Sportangebote, wie die „Bewegungsgruppe für Menschen mit Demenz“ beim TSV Bonames, Freizeitangebote und Entlastungsangebote für die Pflegenden. Frankfurt sei, auch das sagt Dr. Arthur Schall, da doch sehr gut aufgestellt. Am Ende muss man nur die Hürde nehmen, rauszugehen und die Möglichkeiten zu nutzen. Und so gilt auch und gerade für die Betroffenen und ihre Angehörigen, was Erich Kästner einst schrieb: „Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.“

Constanze Kleis

Die Konsequenz, mit der heute Barrieren für Behinderte ausgeräumt werden, spiegelt den Erfolg des sozialen Modells der Behinderung. Niemand sagt noch: Er oder sie ist behindert und hat darum Probleme. Sondern: Menschen werden behindert, da liegt das tiefere Problem. Um mit dem Schauspieler Peter Radtke zu sprechen: „Ich leide nicht an der Behinderung. Ich habe sie einfach. Es ist eine Lebensform.“

Barrierefreiheit im Theater: Wie wird sie um und auf Bühnen umgesetzt? Eine Achterbahnfahrt beginnt. Bitte anschnallen!

Steinzeit barrierefrei

Damit unser Stolz auf die Barrierefreiheit nicht selbstgefällig wird, sei kurz an die älteste Geschichte erinnert. Denn wir sind keine „erste Generation“ der Inklusion.

Spuren gibt es bis zur Vorgeschichte, wie Martin Müller, kleinwüchsig, in seiner ZDF-Dokumentation „Geliebt, geduldet, getötet“ aufzeigte. Im Neanderthal-Museum Mettmann brachte Ausstellungsleiterin Melanie Wunsch ihm uralte Kno-

chenfunde mit geheilten Schäden nahe. Wunsch: „Kinder und Erwachsene, die schwerste Behinderungen hatten, blieben häufig integriert und wurden versorgt. Wir kommen jetzt wieder zu einem Zustand zurück, der vor 100 000 oder 50 000 Jahren normal war.“

In der gleichen Doku wies ein Ägyptologe Müller auf den kleinwüchsigen Hofbeamten Seneb hin (um 2600 vor Christus). Der leitete die Webereien des Pharaos, nahm einen hohen Rang ein, ehelichte eine Prinzessin und wurde ehrenvoll bestattet. Viel später, um 1000 v. Chr., lesen wir in den Weisheitslehren des Pharaos Amenonope: „Lache nicht über einen Blinden, verspötte nicht den Zustand eines Lahmen.“ All dies Jahrtausende vor dem Mittelalter, das aus den Lehren eines gewissen Rabbi aus Nazareth ähnliche Schlüsse zog.

Rampen und Märchen

Direkt zur Barrierefreiheit spricht der Aufsatz „Baukunst der Zugänglichkeit“ (2020) der US-Archäologin Deb-



Foto: pexels, Vlad Chetjan



by Sneed, Thema: Zugangsrampen an Bauten der klassischen Griechen. Die errichteten sie im fünften und vierten Jahrhundert vor Christus auffällig oft dort, wo Menschen mit Beeinträchtigungen leichter Zugang zu Heiligtümern des Asklepios brauchten, wo Heilrituale sie erwarteten. Barrierefreies Bauen: eine echt alte, europäische Praxis.

Barrierefreiheit und Kultur

2500 Jahre später, Stadt Frankfurt. Barrierefreiheit und inklusive Kultur stehen im Koalitionsvertrag, der Mousonturm soll Schrittmacher und Kompetenzzentrum sein. 2025 will Frankfurt fit für den „European Accessibility Act“ sein.

Im Haus rühmt man sich der Etappenerfolge. Mehr als zehn Spielstätten und Kulturorte wurden beraten; mit Lea Gockel ist eine Koordinatorin für Barrierefreiheit installiert. Festivals wie „Theater der Welt 2023“ waren barrierefrei. Mitarbeiter werden sensibilisiert, Printprodukte und Vernetzung angepasst. Ein Leitsystem für Sehbehinderte muss her und Residenzformate für behinderte Künstler:innen. Ein erstes „LAB of Access“ (siehe Seite 53) beginnt als Residenz und mündet ins öffentliche „Showing“. Audiodeskriptionen für Blinde (monatlich) und Gebärdendolmetschende für Taube (vierteljährlich) sind eingeplant. Kunstschaffende sollen Barrierefreiheit beherrschen. Vier Foren jährlich mit Kulturinstituten und Expert:innen stehen auf der Agenda. Beim Nachbarn Hanau machten die Märchenfestspiele sogar schon 2018, als erstes Festival, Theater mit Gebärdendolmetscher:innen für Gehörlose und Audiodeskription für Blinde und Sehbehinderte.

Wo sich die Antike Homer blind und Hephaistos hinkend dachte, kennt auch unsere Zeit halbmythi-

sche Gestalten, deren Schaden sie sonderbar erhöht. Man denke nur an den Physiker Stephen Hawking, Michel Petrucciani (Jazzpianist) oder Thomas Quasthoff (Opernsänger).

Sehr präsent ist Peter Dinklage, der in „Game of Thrones“ den Tyrion Lannister spielte. Kleinwüchsig wie er ist, kann er sich die Rollen heute aussuchen. Andere kleinwüchsige Darsteller:innen sind dagegen noch auf „Zwergen“-Rollen alten Typs angewiesen und lehnen es ab, das abzulehnen. Man denke nur an Verne Troyer als „Mini-Me“ in Austin-Powers-Filmen oder Michu Meszaros im „Alf“-Kostüm. Die Deutsche Christine Urspruch spielte das „Sams“ und tritt als Tatort-Pathologin auf.

Eine deutsche Theater-Berühmtheit war Peter Radtke. Er glänzte in Regien George Taboris (Euripides, Beckett, Kafka) auf den großen Bühnen von München über Wien bis Zürich und trotzte seinen Glasknochen ein langes Bühnenleben ab (1943–2020), beginnend mit seinem Münchner „Crüppel Cabaret“. Auch promovierte er in Philosophie und war Frontmann h.c. der Behindertenbewegung. Mitunter teilte er aus, wenn jemand wie der Mediziner Julius Hackethal, der die Sterbehilfe pushte, implizit Radtkes Lebensrecht in Zweifel zog. Denn das Denken in bloßer Nützlichkeit machte ihm Angst. Jeder, so Radtke, sei davon bedroht: erst die Behinderten, dann die Dicken, am Ende die nicht so Klugen. Behinderung kann absolut jedem passieren.

Zweimal Kunst, bitte

2019 in Mainz hatte das Inklusionsfestival Grenzenlos „Kultur“ das Stück „peeling“ der Irin Kaite O'Reilly zu Gast. Handlung: Eine Theaterproduktion der Tragödie „Die Troerinnen“ leistet sich einen Behinderten-Chor dreier Frauen. „peeling“ blickt nur auf diese drei. Fast reglos hocken sie da wie bei Beckett und warten auf ihre Zeilen. Unter sich lästern sie mit galligem Witz auf eine

Welt ab, die, wie sie sagen, Behinderte am liebsten abtriebe. Der Clou: Beaty, Coral, Alfa sind mehr Tragödienheldinnen als alle Vorzeige-Troerinnen im „richtigen“ Stück vor ihrer Nase. Hochgradig inklusives Theater: Die „Times“ war begeistert.

Letzte Schleife auf der Achterbahn

Viele konnten am 4. Dezember 2010 bezeugen, wie ein gewisser Samuel Koch, Schauspielschüler, in „Wetten, dass ...“ in Sprungschuhen über fünf Autos hinwegsetzen wollte. Der Ex-Turner stürzte und blieb gelähmt. Aber er machte den Abschluss und wurde 2014 Ensemblemitglied am Staatstheater Darmstadt.

Vier Jahre und zwei Tage nach dem Unfall überzeugte Koch als Prinz von Homburg (von Kleist) auch diesen Kritiker, der in der Zeitung und auf „nachtkritik“ seine Eindrücke aufschrieb. Wie ging Koch den Part an? Er hatte seine Abschlussarbeit „Die Entdeckung des Schönen in der Reduktion“ genannt. Das setzte er um. Szenisch eingeführt als Reiterdenkmal seiner selbst, spielte Koch von Beginn an den Kontrast von Leben und Versteinerung aus.

Als Darsteller konnte er sprechen und hatte seine Mimik im Griff. Nicht allerdings die Beine und die Bewegung im Raum – außer im Rollstuhl. Aber dass das Verkörpern so eingeschränkt für ihn war, machte das Wenige intensiv und bedeutsam. Ständig umhergetragen von einem Schatten-Darsteller, nahm der ihm wie ein Puppenspieler viel Körperliches ab. Die Zuschauer:innen konnten Kochs Homburg frei anschauen, gutheißen und verwerfen, denn Regie, Ensemble und er selbst arbeiteten mit seiner Lähmung wie mit den Voraussetzungen aller Darstellenden. Gewiss, die Behinderung engte die Ideenfindung ein. Sie zwang sie aber auch zum Auskristallisieren und gab ihr ein Extra.

So und ähnlich kann der Umgang mit Inklusion im Theater aussehen.

Marcus Hladek

Gemeinsam alt werden

Im Jahr 2004 ist das interkulturelle Altenhilfezentrum Victor-Gollancz-Haus in Sossenheim als Pilotprojekt gestartet. Mittlerweile gibt es bundesweit zahlreiche vergleichbare Angebote, in Hessen ist es noch immer einmalig.



Foto: alexas_fotos-unsplash

Gleich im Eingangsbereich bekundet ein Wandgemälde die Philosophie des Victor-Gollancz-Hauses. Es zeigt die Umrisse von zwei Figuren, die eine kunterbunte Mischung von Menschen in sich tragen und einander die Hände reichen. So vielfältig wie das von Kunstschaffenden und Bewohnenden gefertigte Werk gestaltet sich in dem interkulturellen Altenhilfezentrum das Alltagsgeschehen. In der Einrichtung des Frankfurter Verbands für Alten- und Behindertenhilfe leben Menschen aus zwölf Nationen nicht einfach nur nebeneinander her. Toleranz gegenüber anderen Glaubensvorstellungen oder kultu-

rellen Gepflogenheiten werden im täglichen Miteinander großgeschrieben. Weihnachten und Ostern werden ebenso gefeiert wie das Opferfest und Ramadan oder säkulare Ereignisse wie Neujahr, Mutter- und Vaterstag. Seelsorglichen Beistand leisten eine katholische Ordensschwester, eine evangelische Pfarrerin, ein katholischer Pfarrer und ein Imam, die im ökumenischen Raum der Stille und im muslimischen Gebetsraum auch zu Andachten laden.

Was der Frankfurter Verband 2004 im Stadtteil Sossenheim realisierte, war damals in Form und Umfang bundesweit einmalig. Hessenweit ist das noch immer der Fall,

weiß der im Victor-Gollancz-Haus verortete Migrationsberater Hüseyin Kurt. In Frankfurt praktizierten zwar alle sieben Altenhilfezentren des Verbands kultursensible Altenhilfe, durchschnittlich 20 Prozent muslimische Bewohner:innen zähle man aber nur hier. Dass der promovierte Chemiker 2008 die Stelle übernahm, hat er „bis heute keinen Tag bereut“. Zuvor schon im interreligiösen Dialog engagiert, kannte er die Vorbehalte von pflegebedürftigen Menschen mit Migrationshintergrund. Da gerade die Älteren meist nur rudimentär die deutsche Sprache beherrschten – in den 1960er-Jahren gab es dafür keine Angebote –, sei



ihre „Angst, sich im völligen fremden Umfeld einer Pflegeeinrichtung nicht verständigen zu können oder Anweisungen nicht zu verstehen, entsprechend groß“ gewesen. Eine weitere Hürde sei die verbreitete Ansicht, dass „Muslime, die ihre Eltern nicht selbst pflegen, eine Sünde begehen“.

Hüseyin Kurt rechnet es dem Frankfurter Verband hoch an, dass er „bei der Vorbereitung und Planung einer interkulturellen Pflegeeinrichtung von Anfang an muslimische Belange im Auge“ hatte. Er selbst habe in dieser Phase in Vereinen und Moscheegemeinden über das Projekt informiert, die Prinzipien erklärt und Vorurteile aus dem Weg geräumt. Mit Erfolg. Seit 20 Jahren sind muslimische Bewohner:innen im Victor-Gollancz-Haus eine Selbstverständlichkeit. Es seien Menschen, die in Afghanistan, Iran, Marokko oder Bosnien geboren sind, die Mehrheit stamme aber aus der Türkei. Aus sprachlichen Gründen habe man für sie eine eigene Wohngruppe eingerichtet. Im Speisesaal, wo stets auch ein Halal- und ein vegetarisches Gericht angeboten werden, bei Freizeitaktivitäten oder in der Teestube kommen stets alle zusammen. „Wir sind ein integratives Haus, Kulturkämpfe gibt es hier nicht“, charakterisiert Hüseyin Kurt das Miteinander. Ab und zu komme es höchstens vor, dass schwer an Demenz Erkrankte unangemessene Bemerkungen machen. Das geschulte und ohnehin multikulturelle Pflegepersonal wisse aber darauf angemessen zu reagieren.

Die einvernehmliche Atmosphäre führt der Migrationsberater nicht zuletzt auf den Umstand zurück, dass Vorurteile gegenüber Nichtdeutschen vor allem jene hegen, die keine Menschen aus anderen Kulturen näher kennen. Zudem hätten die Bewohnenden in der Regel andere Sor-

gen. Sie seien schließlich aufgrund diverser Zipperlein und Gebrechen hier. Sich über das Befinden auszutauschen, fördere nach dem Motto „Geteiltes Leid ist halbes Leid“ ebenfalls das Gemeinschaftsgefühl. Hüseyin Kurts langjährige Erfahrung mit kultursensibler Altenhilfe hat sich herumgesprochen. Er wird häufig zu Veranstaltungen über interkulturelle Pflege eingeladen und berät bundesweit Häuser, die deren Einführung planen. „Ich erhalte immer wieder sogar Anfragen aus Österreich und der Schweiz.“

Eine vorbildliche Einrichtung

Dass das Victor-Gollancz-Haus auch nach 20 Jahren als Vorbild fungiert, bestätigt dem Vorstandsvorsitzenden des Frankfurter Verbands, Frédéric Lauscher, den ungebrochenen Stellenwert des „Diversitätskonzepts“. Die generelle Offenheit gegenüber der Vielfalt an Weltanschauungen, Lebensgestaltungen und sexuellen Orientierungen ist „Kern unseres Selbstbildes“, hebt er hervor. Dieser Ausrichtung verschreibt sich auch die Stadt Frankfurt, die eng mit dem Verband kooperiert und den Aufsichtsratsvorsitz stellt – seit September 2021 mit der Dezernentin für Soziales und Gesundheit, Elke Voith. Wie Bürgermeisterin Eskandari-Grünberg im Vorwort des jüngsten Integrations- und Diversitätsberichts schreibt, sind in Frankfurt mittlerweile „in der vierten Generation Menschen mit Zuwanderungsgeschichte“ zu Hause.

„Da geht es nicht mehr ‚nur‘ um Integration oder darum, dass eine Minderheit sich der Mehrheit anpassen hat. Es geht vielmehr darum, dass alle die gleichen Möglichkeiten bekommen müssen, am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben. Dafür müssen Hürden, die dieser Teilhabe im Weg stehen, abgebaut werden. Unsere Stadt ist divers, und das ist gut so“, stellt Eskandari-Grünberg klar, die auch die amtierende Dezernentin für „Diversität, Antidiskriminierung und gesellschaftliches Zusammenleben“ ist. *Doris Stickler*

Achtung, Triggerwarnung: Dieser Text wird sich mit Verdauung beschäftigen. Ja, auch mit Ihrer. Mit dem, was man umgangssprachlich das „kleine“ und das „große“ Geschäft nennt. Wir reden nicht gern darüber. Aber wir müssen, weil jede und jeder mal muss und das längst nicht immer schön gemütlich daheim erledigen kann. Wir wollen schließlich dann und wann auch mal raus aus dem Haus, in die Frankfurter Innenstadt. Am öffentlichen Leben teilhaben. Wir wollen einkaufen, essen gehen, ins Café, ins Kino, ins Museum oder einfach nur mal bummeln. Dabei muss vor allem eine Bedingung erfüllt sein: Dass man sich im Fall eines dringenden Bedürfnisses in einem angemessenen Radius Erleichterung verschaffen kann. Nicht etwa im nächsten Gebüsch – das man in der City auch zu lange suchen müsste –, sondern auf einer manierlichen Toilette. Dafür reist man eigentlich stets mit zwei Plänen in seinem inneren Navigationsgerät an. Einmal mit dem offiziellen Straßenplan. Zum anderen auch mit den wichtigsten Koordinaten für das nächste – passable – WC, um dort zumindest einen Teil der vier bis sieben Mal, die ein Mensch täglich durchschnittlich uriniert, erledigen zu können.

Was dabei jeweils unter „passabel“ verstanden wird, hängt immer auch vom jeweiligen körperlichen Zustand ab. Trittsichere junge Menschen haben sicher nichts dagegen, in den hiesigen Restaurants und Cafés sehr tief oder sehr hoch Treppen zu steigen, oft unter Lichtverhältnissen, bei denen allenfalls Fledermäuse nicht die Orientierung verlieren würden. Dann die hygienischen Verhältnisse. Ein leider oft sehr heikles Thema. Eine Freundin hat sich kürzlich offiziell als Kundin von einem Frankfurter Großkino verabschiedet mit dem Argument, dass

Ein dringendes Bedürfnis

**Was öffentliche Toiletten mit
Teilhabe zu tun haben und
warum gerade das angeblich so
stille Örtchen jede Menge
Redebedarf aufwirft.
Eine Betrachtung**

Grafik: Pixabay

sie Bürofachkraft und keine Apnoetaucherin sei und es ihr deshalb unmöglich wäre, einen ganzen Toilettengang lang die Luft anzuhalten. Das müsse man aber als Grundvoraussetzung schon mitbringen, da man andernfalls bei dem Gestank dort Gefahr liefe, sofort ohnmächtig zu werden. Sie sei nicht ganz sicher, ob in den Dutzenden Kabinen nicht ohnehin schon lange Frauen liegen, denen genau das widerfahren ist. „Erstens riecht es so, zweitens wirkt es, als habe hier das letzte Mal jemand noch vor Corona geputzt, also auch geschaut, ob es jemandem vielleicht nicht so gut geht.“ Wir sprachen darüber, wie erstaunlich es ist, dass die modernste Stadt Deutschlands WC-technisch bisweilen höchstens spätes Mittelalter ist, weil man manche Toiletten nur betreten kann, wenn man sehr, sehr tapfer oder sehr, sehr verzweifelt ist, weil man wirklich dringend mal muss.

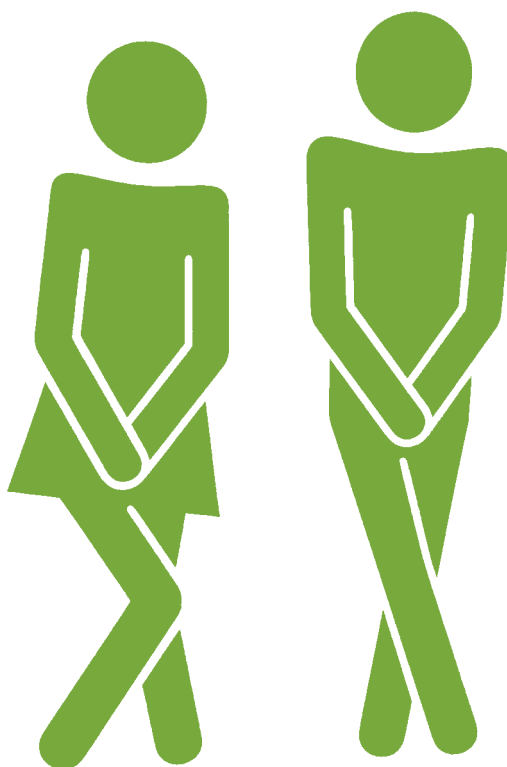
Ich dachte an meine Tante Erika und wie sie in den 1990er-Jahren manchmal zu Besuch aus dem Westerwald angereist kam. Um nicht, wie sie sagte, „in die Bredouille“ zu kommen, hatte sie vorab Entwässerungstabletten genommen. Aus lauter Angst, es auf dem ihr unbekannten Terrain nicht mehr rechtzeitig zur nächsten Toilette zu schaffen. Das war nicht nur ganz schön ungesund. Das war auch unbegründet. Schließlich gab es damals auf der Zeil noch zig Kaufhäuser, die mit ganz manierlichen Örtchen aufwarteten. Zum Teil sogar mit Toilettenfrauen, die für Ordnung und Toilettenpapiernachschub sorgten. Heute dagegen wünscht man sich manchmal zurück in diese luxuriösen Zeiten. Ein Einkaufstempel nach dem anderen hat geschlossen und das hat die Gele-

genheiten, gleich im Nahumfeld eine einigermaßen zivilisierte und saubere Anspielstation für dringende Bedürfnisse zu finden, doch ziemlich dezimiert.

Dabei gibt es nach Angaben der Stadt in Frankfurt knapp 112 öffentliche Toiletten. Die Anlagen von Deutscher Bahn, städtischer Verkehrsgesellschaft VGF und den Entsorgungsbetrieben FES mitgezählt. Dazu verfügen natürlich auch Museen und andere Kulturstätten schon von Ge-

setzes wegen über ausreichend Austrittsmöglichkeiten. Theoretisch. Praktisch ändert sich das Bild oft drastisch, sobald man etwa mit dem Rollator unterwegs ist oder im Rollstuhl sitzt. Wie sehr, darüber haben die beiden Frankfurter Claudia und Bernd Hontschik ein kleines, aber sehr eindrückliches Buch geschrieben. Es heißt „Kein Örtchen. Nirgends“ (Westend Verlag, 16 Euro) und schildert, wie schnell sich die Teilhabe am öffentlichen Leben, an Kulturer eignissen oder auch nur an Tafelrunden erledigt hat, wenn man auf eine akzeptable rollstuhlgerechte Toilette angewiesen ist – so wie Claudia Hontschik. Das Paar rechnet vor, dass knapp zwei Prozent der Bevölkerung Rollstuhlfahrende sind. „Wenn man also ein Restaurant mit 50 Plätzen aufsucht, müsste statistisch unter den Gästen mindestens ein Gast im Rollstuhl zugegen sein.“ Das sei aber nahezu nie der Fall.

Auch, weil es fast kein entsprechendes WC gibt. Und selbst dort, wo sie vorgeschrieben sind, machten Planungsfehler wie etwa Türen, die in die falsche Richtung schließen, oder Dusseligkeit – wenn der Raum als Abstellkammer genutzt wird – den Gebrauch oft unmöglich. Am Fatalsten ist aber natürlich die Toilettenla-





ge dort, wo gar keine WCs sind. Nicht mal ein Dixi-Klo – eine Erfindung übrigens eines in Deutschland stationierten Amerikaners, der nach einer sinnvollen Weiterentwicklung des Donnerbalkens suchte. Er schuf 1973 eine überdachte Fallgrube mit einem Quadratmeter Bodenfläche – und brachte so „Dixi“ ans Licht der Welt. Mit seinem gleichnamigen Unternehmen war er lange Zeit der einzige Anbieter weit und breit für die Vermietung und Reinigung transportabler – so genannter „anschlussloser“ – Toilettenkabinen. Bis Harald Müller in Wiesbaden „Toi Toi“ gründete und ähnliche Systeme anbot. Beide Unternehmen haben längst zu „ADCO“ fusioniert und dieses Unternehmen ist kürzlich an einen Investor gegangen.

Das nur am Rande. Denn wer in Frankfurt Harndrang verspürt, der kann sich wirklich nicht mit solchen Nebensächlichkeiten aufhalten. Zumal an Orten wie dem Mainufer. Klar, da steht hier und da mal ein mobiles Klo. Aber oft in einem erbärmlichen Zustand. Da braucht man schon eine Blase aus Stahl mit dem Fassungsvermögen eines Vierer-Bembel, um es auf das nächste passable WC zu schaffen. Etwa in den obersten Stock der Zeilgalerie. Dabei sind öffentliche Toiletten in der Nähe – am Paulsplatz. Aber die wurden so schlecht ausgeschildert, dass man diesen Silberstreif am Horizont in der Eile leicht übersieht. Kurz: Es gibt viel zu tun. Die Stadt will es anpacken. Geplant sind 26 neue Anlagen und fünf Sanierungen. Neue Toilettenanlagen als Sofortmaßnahmen soll es am Museumsufer/Holbeinsteg, Schaumainkai/Untermainbrücke, Willy-Brandt-Platz, im Bahnhofsviertel, am Friedberger Platz, Nidda-Ufer und Hafenpark geben. Saniert werden etwa die WCs an der

Hauptwache, Alten Oper, Südbahnhof, am Schweizer Platz und in der Leipziger Straße. Unter Berücksichtigung von Barrierefreiheit und Geschlechtergerechtigkeit. Neben „geschlechtsneutralen“ WCs sind deshalb auch deutlich mehr Frauen-Toiletten eingeplant. Das ist nur fair. Weil Frauen kleinere Blasen haben, müssen sie auch häufiger und dann brauchen sie – ja, das wurde mal untersucht – zwei bis drei Mal so lange für einen WC-Besuch wie Männer. Im Alter kehren sich die Verhältnisse dann allerdings auch mal um – wenn sich bei vielen Männern die Prostata vergrößert und auf Blase und Harnröhre drückt. So genau wollten Sie es gar nicht wissen? Okay. Dann zu einem weiteren Rettungsring für die städtische Klo-Notlage: Das „Nette Toilette“ Konzept, das es etwa schon in Gießen gibt. Da bieten Gastronomiebetriebe für Passant:innen kostenfrei eine „nette“ Toilette an. Die Kommune zahlt den Wirt:innen einen finanziellen Ausgleich für den erhöhten Reinigungsbedarf.

Städtische Klo-Notlage

Ja, das klingt teuer und das ist es auch. Es kostet einige Millionen. Der Grund liegt auch in dem Umstand, dass Toiletten bevorzugte Austragungsorte für Vandalismus sind. Zudem stellt das schöne Prinzip, das Örtchen so zu verlassen, wie man es selbst gern vorfinden würde, offenbar eine enorme intellektuelle Überforderung für manche dar. Auch deshalb wird diskutiert, ob es nicht klüger wäre, den Zutritt an einen Eintritt zu koppeln. Um die Kosten abzufedern und den Zugang zu erschweren. Andererseits: Sollte es nicht im Interesse der Stadt liegen, dass möglichst viele Menschen sich in ihr wohlfühlen? Auch solche von auswärts, Besucher:innen, Tourist:innen, Messagäste? Ist es nicht ein Akt der Gastfreundschaft, ihnen saubere, ansprechende Toiletten zu offerieren? Daheim würde man ja auch keinen Eintritt für die Nasszelle nehmen.

Andererseits fällt mir da der ein oder andere unbelehrbare Bekannte ein, den man unbedingt gern mal so empfindlich zur Kasse bitten würde – dass er sich das nächste Mal lieber hinsetzt (wenn schon der dezente Hinweis nicht genügt, dass im Sitzen die Blase viel gründlicher entleert wird – was die Prostata schont und also auch die Lebenserwartung steigert –, und man für die Hoffnung, dass der Stehpinkler so langfristig an seinem Aussterben arbeitet einfach schon zu alt ist). Bei Umfragen im privaten Umfeld halten sich die Befürworter:innen eines WC-Obolus und die Gegner:innen die Waage. Die einen argumentieren, dass das Saubermachen eben kostet. Die anderen, dass längst nicht alle einfach mal eben so 50 Cent oder gar einen Euro bloß für ein natürliches Bedürfnis locker machen können. Dass es doch irgendwie ein Menschenrecht sei, sich überall auch gratis in geordneten Verhältnissen Erleichterung verschaffen zu können. Ja, sie ist ein weites Feld, die Toilette – und ein Luxus, wenn man bedenkt, wie viele Menschen auf diesem Planeten ohne auskommen müssen. Gut vier Milliarden hätten immer noch keine Toiletten mit angemessener Entsorgung der Fäkalien, berichteten das UN-Kinderhilfswerk (Unicef) und die WHO. Tendenz steigend. Weil Überflutungen, Dürren und steigende Meeresspiegel auch schon bestehende Sanitäranlagen bedrohen. Ein Umstand, auf den jedes Jahr am 19. November der World Toilet Day aufmerksam macht. Und auch darauf, dass allein fast 300 000 Kinder unter fünf Jahren jährlich an Durchfall-Erkrankungen sterben, die auf schlechte sanitäre Anlagen oder verschmutztes Trinkwasser zurückzuführen sind. Am Ende wirft gerade das angeblich so stille Örtchen doch eine Menge Redebedarf auf. Aber ich will Sie nicht aufhalten. Wir sind in Frankfurt –, und da zählt jede Minute – auch und gerade, wenn es um die Suche nach dem nächsten passablen WC geht.

Constanze Kleis

Sport für die Gemeinschaft

Mit seinem breiten Angebot macht der Sportkreis Frankfurt Menschen fit. Gleichzeitig werden demokratische Werte trainiert.

Foto: Unsplash, burcin-ergunt



Sport macht mobil und sorgt für Gemeinschaft – bis ins hohe Alter und über Sprachbarrieren hinweg.

Mit Bewohnenden aus mehr als 180 Nationen ist in Frankfurt gesellschaftliche Vielfalt längst Alltagsrealität. Um die damit verbundenen Herausforderungen zu meistern, hat die Stadt ein eigenständig geführtes Ressort geschaffen: das Dezernat für Diversität, Antidiskriminierung und gesellschaftlicher Zusammenhalt.

Seit Jahren setzt sich auch der Sportkreis Frankfurt dafür ein, dass die hiesige Vielfalt nicht lediglich geduldet wird. Vor allem mit dem Projekt „Sport & Diversity“ führt er den Nutzen der Vielfalt für die Gemeinschaft vor Augen. Sport spreche unabhängig von Herkunft oder Geschlecht alle Menschen an, besitze eine enorme Breitenwirkung und ein „hohes integratives Potenzial“, bescheinigt der Sportkreisvorsitzende Roland Frischkorn der „schönsten Nebensache der Welt“. „Sport ist international und verbindet Spiel und

Spaß mit körperlicher und geistiger Fitness.“

Das Motto des 2022 gestarteten Landesprogramms „Sport integriert Hessen“ hatte sich der Sportkreis denn auch schon lange zuvor auf die Fahnen geschrieben. Mit Angeboten wie dem Boxcamp Gallus, dem Galuspark Bolzplatz, der mit Konflikt- und Beratungsgesprächen auch sozialpädagogische Betreuung bietet, oder dem Mitternachtssport, bei dem jährlich in 14 Stadtteilen rund 10 000 Jugendliche zu nächtlicher Stunde Fußball spielen, traf er bei jungen Erwachsenen mit und ohne Migrationshintergrund den Nerv. Überaus beliebt sind zudem das Interkulturelle Fußballturnier, die Frankfurter Bolzplatzliga oder die Infomesse Sport. Als 2015 zahlreiche Geflüchtete nach Frankfurt kamen, bildete der Sportkreis sogenannte Sportcoaches aus, die Hilfsorganisationen und Vereine vernetzten und Sportmöglichkeiten

und Projekte in den Stadtteilen unterstützen. Seit dem Krieg in der Ukraine kümmert sich das sechsköpfige Sportcoach-Team um Sport- und Bewegungsangebote für ukrainische Familien.

Vom Nutzen der Vielfalt

Der Dachverband der 400 Frankfurter Sportvereine mit fast 300 000 Mitgliedschaften berät und begleitet Vereine und Verbände und bietet interkulturelle Qualifizierungen an. Nicht zuletzt ermöglicht er den Sportvereinen durch finanzielle Unterstützung, Menschen mit Migrationshintergrund sowie sozial benachteiligten Gruppen auf sie zugeschnittene und oft über reine Sportkurse oder Trainingsgruppen hinausreichende Angebote zu machen. Mehrere Sportvereine wurden für ihre innovativen Projekte bezüglich Integration und Gleichberechtigung bereits mit dem Frankfurter Integrationspreis ausgezeichnet. Dass beim Sport auch ohne sprachliches Verständnis ein Gemeinschaftsgefühl entsteht, beobachtet Roland Frischkorn nun schon seit mehr als zwei Jahrzehnten. Als er im vergangenen Jahr für sein Engagement mit dem Bundesverdienstkreuz am Bande ausgezeichnet wurde, hob Oberbürgermeister Mike Josef hervor, dass sein unermüdlicher Einsatz die „Vielfältigkeit der Sportstadt Frankfurt verbindet und zusammenbringt“.

Zur Freude des Sportkreisvorsitzenden ist es „in der Nach-Pandemiephase gelungen, Kinder und Jugendliche, aber auch Senioren, die unter Restriktionen und Sportverböten am meisten zu leiden hatten, wieder in Bewegung zu bringen und in die Vereine zurückzuholen“. Für Thomas Kimmig, der im Sportkreis die Geschäftsführung Sportentwicklung, Fabriksporthalle, Sport und Integration begleitet, haben die Lockdowns während der Corona-Pandemie den hohen Stellenwert des Sportes wieder stark ins Bewusstsein ge-

rückt. „Begegnungen im Sport, besonders in Sportvereinen, sind unerlässlich für unsere Gesellschaft. Oft entwickeln sich daraus Beziehungen, die über den Sport hinaus auch in andere Bereiche des gesellschaftlichen Lebens hineinwirken. Das Vereinsleben besteht neben der sportlichen Tätigkeit vor allem auch darin, gemeinsame Zeit zu verbringen. So wird der Vereinsamung vorgebeugt – eine wichtige Mission“, steht für ihn fest.

Nicht von ungefähr hat sich der Frankfurter Sportkreis bei seinem „Sport & Diversity“-Ansatz an der von den Vereinten Nationen verabschiedeten „Charta der Vielfalt“ orientiert. In ihr hatte die UN im Jahr 2006 die sieben „Vielfaltsdimensionen Behinderungen, Alter, Nationalität und Herkunft, Geschlecht und geschlechtliche Identität, Religion und Weltanschauung, sexuelle Orientierung und soziale Herkunft“ verankert. In diesem Sinne verwaltet der Sportkreis auch das von ihm, dem Sportamt und der Mainova AG initiierte Sport-Portal. Von dem Energieversorger finanziert, umfasst es zahlreiche Angebote für ältere Menschen wie Senior:innensport von 60 bis 90, Osteoporose-Fitness oder Beckenbodentraining. Sport und Bewegung tragen generell dazu bei, bis ins hohe Alter selbstständig und mobil zu bleiben, die Lebensqualität zu steigern und Stürzen vorzubeugen. Außerdem sorgt Sport in der Gemeinschaft für mehr Lebensfreude und soziale Kontakte. *Doris Stickler*

Weitere Infos:
www.mainova-sport.de



Ausgezeichnet pilgern

Seit Jahrhunderten pilgern die Menschen auf dem Jakobsweg nach Santiago de Compostela. In Frankfurt können sie das auch – sogar barrierefrei.

Ein kurzes Innehalten, vielleicht ein Gebet, ein inneres Sammeln – dann geht es los. Um sich auf sich selbst zu besinnen oder sogar Buße zu tun, muss man nicht auf dem berühmten Jakobsweg in Spanien unterwegs sein. Das geht auch vor der Haustür. In Frankfurt verläuft am Main entlang bis nach Höchst ein kurzes Stück des Jakobswegs, den Menschen schon vor Jahrhunderten gepilgert sind. Der erste Abschnitt dieser Strecke führt von St. Leonhard, der ältesten Kirche der Innenstadt, zum Dom, vorbei an der bronzenen Skulptur „Drei Pilger“, die derzeit leider eingerüstet ist. Doch das dürfte das einzige Hindernis auf dem rund 14,8 Kilometer langen Jakobsweg in Frankfurt sein, denn dieser ist seit gut zwei Jahren barrierefrei.

Die Idee des Pilgerns ist in unserer schnelllebigen und herausfordernden Welt seit längerem wieder gefragt. Auch Hans Prömper machte sich mit einigen Freunden (es waren tatsächlich nur Männer!) schon vor vielen Jahren das erste Mal auf den Weg. 2014 kamen sie gemeinsam auf die Idee, die Hessische St. Jakobusgesellschaft Frankfurt am Main zu gründen und den Jakobsweg in der Stadt anzulegen. „Wir haben ihn von der Leonhardskirche bis Zeilsheim markiert, dort geht er in die Bonifatiusroute über“, erzählt Prömper, der heute stellvertretender Vorsitzender der Gesellschaft ist. Das Bistum Limburg, das eine eigene Pilgerstelle hat, und die Stabsstelle Inklusion der Stadt Frankfurt hätten schließlich angeregt, den Weg bis zur Justinuskirche in Höchst barrierefrei zu ma-

chen, erzählt er. „Die Idee war: Man muss nicht nach Santiago fahren, jeder kann vor Ort pilgern, und zwar abgestimmt auf die persönlichen Bedürfnisse.“ Nach mehrjähriger Arbeit der Projektgruppe, bestehend aus Vertreter:innen beider Institutionen sowie der Frankfurter Tourismus+Congress GmbH (TCF) und der Jakobusgesellschaft, wurde der barrierefreie Jakobsweg im Juli 2021 eröffnet.

Selbstständig unterwegs

Auf dem Weg von der Leonhardskirche zum Dom zeigt Hans Prömper in der Saalgasse auf einen Laternenpfahl. Ein Aufkleber mit der Jakobsmuschel ist daran zu sehen. Mit solchen Symbolen wurde der gesamte Weg markiert. „Wir haben uns an historischen Orten orientiert, die die Pilgernden früher vermutlich gegangen und die heute noch sichtbar sind“, erläutert er die Strecke. Da sie früher gerne Orte aufgesucht hätten, an denen sich Reliquien befinden, um die Begegnung mit Heiligen zu suchen, sei neben der Leonhardskirche auch der Dom interessant gewesen. Dort wird seit dem 13. Jahrhundert die Schädeldecke des Apostels Bartholomäus verwahrt. Zudem war schnell klar, dass der Weg nur über die Alte Brücke verlaufen könnte. „Sie war im Mittelalter die einzige Brücke über den Main.“ Neben historischen Orten, wie auch der Deutschorden- und schließlich der Höchster Justinuskirche, dem ältesten erhaltenen Gebäude der Stadt, beinhaltet der Weg auch Stationen mit aktuellen Sehenswürdigkeiten, wie dem Eisernen Steg oder der Uniklinik.



Foto: Harald Schröder



Foto: Christiane van den Borg



Foto: Christiane van den Borg



Foto: Harald Schröder

Auch in Frankfurt kann man pilgern – schließlich verläuft hier ein Stück des Jakobswegs und das sogar barrierefrei. Hans Prömper (Foto) gehört zu den Initiator:innen.

„Sie können ebenfalls Impulse auf dem Pilgerweg geben“, sagt Prömper.

Gedacht ist der Weg für Menschen mit Gehbeeinträchtigung und Rollstuhlfahrende, aber auch für Menschen mit Seh- oder Hörbeeinträchtigung oder mit Lernschwierigkeiten. Sie sollen sich so selbstständig wie möglich auf den Weg machen können – und doch Begleitung haben. Denn statt eines gedruckten Pilgerführers, der womöglich schnell veraltet, hat sich die Projektgruppe entschieden, eine App-Anwendung zu

entwickeln, die die Pilgernden auf dem Handy mitführen können. Sie gibt optisch oder akustisch Informationen zum Weg, aber auch zu den einzelnen Stationen. Hörgeschädigte können sich die Texte in kleinen Videos mit deutscher Gebärdensprache anzeigen lassen.

Impulse und Praktisches per App

Hans Prömper hat für die Anwendung die Geschichte der einzelnen Kirchen kurz zusammengetragen, liefert aber auch für jede Station einen kurzen Impuls, der zum Innehal-

ten anregen soll: „Einfach schauen. Über den Fluss schauen, ein- und ausatmen. Im Atmen spüren, wie ich zur Ruhe komme. Meine Gedanken wandern lassen. Sie nicht festhalten wollen. Einfach stehen und mich spüren. Meine Füße, meinen Atem, das Heben und Senken meiner Brust. Und schauen. Mehr nicht. Alles ist da“, heißt es etwa an der Station Schaumainkai. Praktische Informationen wie die, wo die nächstgelegenen Toiletten zu finden sind oder dass es im Haus am Dom den traditionellen Pilgerstempel gibt, bietet die Anwendung in der App USEEUM, die es für Apple- und Android-Handys gibt, ebenso.

Und dann natürlich viele Angaben zur Barrierefreiheit des Weges. Da dieser größtenteils am Radweg R3 verläuft, ist er auch für Rollstuhlfahrer:innen gut befahrbar. Er ist mindestens eineinhalb Meter breit, stufenlos zugänglich und fast autofrei. Steigungen durften nur maximal sechs Prozent betragen. „Nur in Höchst gibt es eine Brücke über die Nidda, die leider durch Gitter schwer



Enormes Wissen und grenzenlose Kreativität

Im Atelier Goldstein der Lebenshilfe e.V. arbeiten kognitiv beeinträchtigte Kunstschaffende in einem eigens entwickelten Assistenzmodell-Projekt.

zugänglich und steiler ist. Rollstuhlfahrer:innen empfehlen wir, sie nur mit Begleitung zu überqueren oder eine alternative Strecke zu nutzen“, erläutert Prömper. Solche Alternativvorschläge gibt es beispielsweise auch am Maintor in Höchst, wo der Weg steil ist und aus Kopfsteinpflaster besteht. Für Menschen, die nicht gut zu Fuß sind, hat die Stadt zudem für mehr Sitzgelegenheiten an der Strecke gesorgt. Etwa alle 500 Meter kann man sich niederlassen. Damit möglichst viel bedacht wurde, hat die Projektgruppe Betroffene in die Planung mit einbezogen.

Auf dem Weg zu sich selbst

Barrierefrei sollte der Weg aber auch für Menschen sein, die etwa unter einer Lernschwäche leiden. „Ich habe dafür die Texte auch in leichter Sprache formuliert“, erzählt Prömper und ergänzt, dass ihm das keineswegs leicht gefallen sei. Für ihn sei es selbstverständlich gewesen, Worte wie etwa „Reliquie“ zu verwenden, die er nun umschreiben musste.

Dass viel Herz und Herzblut in diesen modernen Pilgerweg geflossen seien, wurde auch über Frankfurt hinaus wahrgenommen. So hat die TCF mit ihm kürzlich den hessischen Tourismus-Preis, den „Typisch Hessisch Award“ gewonnen. „Es gibt mittlerweile schon ähnliche Projekte zum Stadtpilgern in anderen Orten“, erzählt Hans Prömper. Die Projektgruppe plant nun noch eine Tafel an der Leonhardskirche, die den gesamten Pilgerweg anzeigt – damit künftig noch mehr Menschen mit Blick auf den Main und die Skyline den Weg zu sich selbst finden können.

Sabine Borchers

Flugzeuge aus grauen Pappstücken, angefangen bei der zwei Armlängen messenden, realitätsnahen Replik einer Ju 52 bis hin zum phantasievollen verschachtelten „Sechsgeschosser“, einer Art Himmels-Arche-Noah mit Platz für viele und vielerlei Lebewesen, wenn die Welt droht unterzugehen. Anatomisch-analoge Dinosaurierskulpturen mit einem Skelett etwa aus Musikkassetten, aus Spielzeugfiguren oder Wäscheklammern und einer Haut aus Baumrinde, aus Wollobjekten, Laborröhrchen oder steppjackenartig eingenähten Bonbon-Papierchen. Detailgenaue Miniatur-Kulissen einer historischen Kleinstadt, inklusive akribisch gestalteter Ladensortimente. Sichtbar gemachte Schwingungen, freihändig als blaue Linien und Muster auf weißes Papier gesetzt. Powerfrauen, bildfüllend und farbenfroh. Cut-outs, als eigenwillige Variante des Scherenschnitts: Das künstlerische Spektrum im Atelier Goldstein ist breit gefächert. Fünfzehn Künstler:innen mit kognitiver Beeinträchtigung arbeiten derzeit in der 2001 gegründeten Institution der Lebenshilfestiftung auf dem Gelände der historischen Öl- und Schmiermittelfabrik P.P. Heinz in Sachsenhausen.

Die fliegenden „Rettungsboote“ zählen zum Werk von Hans-Jörg Georgi; eine seiner Papp-Maschinen ist inzwischen als Ausstellungsstück sogar im Centre Pompidou in Paris

„gelandet“. Die Urtiere, deren stimmige Anatomie selbst Expert:innen staunen machen, entstammen den Händen von Julia Krause-Harder und waren ebenfalls schon zu Gast in internationalen Museen von Zürich über Wien bis Australien. Die 1973 in Kronberg geborene, vortragsgewandte und Matterhorn-begeisterte Künstlerin hat es sich nicht nur zur Aufgabe gemacht, alle bislang bekannten Dinosaurier-Arten aus Alltagsmaterialien künstlerisch nachzugestalten, sondern auch drei Jahre lang an ihrer „Welt“ genächt: einer mehr als 200 Quadratmeter großen Textilcollage, die alle fünf Kontinente unserer Erde mit ihren wichtigsten Merkmalen und exakten Grenzen wiedergibt. Im Mai 2024, so erzählt Krause-Harder, während sie stehend konzentriert weiter an einem der zahlreichen, etwa handgroßen Dinos für ihr jüngstes paläontologisches Objekt strickt, werde der (auf einer normalen Haushaltsnämaschine entstandene) „nach innen gestülpte Globus“ zum ersten Mal komplett gezeigt: im Kunstmuseum Marburg.

International beachtete Werke

Julius Bockelt, der sich zugleich als Bildender Künstler, Performer und Musiker versteht, seine Kreationen schon im Museum Folkwang, im Londoner Museum of Everything oder im MoNa in Briedale präsentierte, beschäftigt sich intensiv mit dem Ephemeren. So entlockt der



Die Künstlerin Julia Krause-Harder hat es sich unter anderem zur Aufgabe gemacht, alle bislang bekannten Dinosaurier-Arten aus Alltagsmaterialien nachzubilden.

38-Jährige – mittels Strom-Unterbrechung – alten Keyboards Töne, „die es darin eigentlich nicht gibt“, zeichnet Klänge auf und fotografiert zudem immer wieder das Firmament, unter anderem vom Feldberg im Taunus aus. Seine Wolkenbilder waren vorigen Sommer – neben Arbeiten u.a. von Gerhard Richter, Arnulf Rainer und Barbara Klemm – im Sinclair-Haus in Bad Homburg zu sehen. Bockelt plaudert gern, spricht gekonnt über seine Werke, auch vor Schüler:innen der Frankfurter IGS Süd zum Beispiel und bald auch bundesweit in einem Digitalprojekt.

Franz von Saalfeld indes ist gerade nicht so sehr zum Reden aufgelegt, sondern in das Schneiden und Arrangieren weißer Papprechtecke vertieft, die bald Teil seiner komplexen, auf fabulösen Bildgeschichten basierenden, ursprünglich als Bühnen- und Filmmodell gedachten Ku-



Die stimmige Anatomie von Julia Krause-Harders Urtieren lassen selbst Expert:innen staunen.

Fotos: Atelier Goldstein/Uwe Dettmar

lissenwelt sein werden. Auch Tina Herchenröther, die 24 Jahre junge Schöpferin der plakativen (weiblichen) „Superhelden“, die voriges Jahr unter anderem in der Fensterchau der ehemaligen Frankfurter Burg Drogerie zu sehen waren und 2022 im Lenbachhaus München, setzt ihre Kopfhörer nur kurz ab, um Hallo zu sagen. Danach wendet sie sich wieder konzentriert ihrer großformatigen Zeichnung zu.

Selten sind alle Goldstein-Künstler:innen zeitgleich im Atelier, manche kommen nur an einem einzigen Tag, arbeiten mitunter noch in anderen Institutionen. Einer der jüngsten, Juewen Zhang, studiert ungeachtet seines Autismus inzwischen an der Hochschule für Gestaltung in Offenbach. Seine Bewerbungs-Mappe mit riesigen Kohlestiftzeichnungen überzeugte alle; das Vordiplom hat er bereits mit Bravour bestanden.

Auf Expansionskurs

Die Präsentation einer Arbeitsmappe ist auch Voraussetzung für die Aufnahme im Atelier Goldstein – und sei es nur, um zunächst ein dreiwöchiges Praktikum zu absolvieren. Jedem Atelier-Mitglied steht ein:e künstlerisch ausgebildete Assistent:in zur Seite; vor allem für Organisatorisches oder die Vermarktung der Werke. Mitunter arbeiten die Goldstein-Künstler:innen auch gemeinsam an einem Projekt – so wie ab 2009 bei der neuen Ausgestaltung der Marienkirche in Aulhausen bei Rüdesheim. So schuf Julius Bockelt für den ehemaligen Zisterzienserbau aus einem Eichenstamm eine mehr als drei Me-



Foto: Atelier Goldstein/Axel Schneider

Franz von Saalfeld ist in einer Künstlerfamilie aufgewachsen. Die mannigfaltigen Inspirationen seiner Werke, die schon in Tokio und Gent ausgestellt wurden, findet er im Alltag.

ter hohe Christusfigur; die Fenster wurden nach Entwürfen u.a. von Andreas Skorupa, Franz von Saalfeld und dem Out-Cutter Markus Schmitz gefertigt, die Bodenintarsie aus Neusilber von der inzwischen verstorbenen Zeichnerin und Malerin Birgit Ziegert.

Und wie sieht die Zukunft aus im Atelier Goldstein? Sicher ist: Es wächst. Um einen großzügigen Anbau, der es – wie die beiden seit 2020 amtierenden neuen Leiter:innen des Ateliers, die Kunstpädagogin und Dokumentarfilmerin Sophia Edschmid und der Bildende Künstler und Musiker Sven Fritz, erläutern – nicht nur ermöglicht, weitere Arbeitsplätze für Künstler:innen mit Beeinträchtigung zur Verfügung zu stellen, sondern der auch einen Veranstaltungsraum für die Goldstein Akademie birgt, eine Art Think Tank, in dessen Rahmen die Kunstschaffenden der Einrichtung ihr Wissen weitergeben. Schon jetzt sei, so das Leitungsduo, das vom Atelier Goldstein entwickelte Assistenzmodell gefragt bei Lehrkräften, Studieren-

den sowie bei Einrichtungen, die ähnlich arbeiten wie die Sachsenhäuser Institution.

Zu deren Bestand tragen natürlich auch die Künstler:innen ihr Scherflein bei, nämlich in Gestalt eines kleinen Anteils aus dem Verkaufserlös ihrer Werke. Gemeinsam wird zudem beim täglichen Mittagstisch in der großen Küche des Ateliers gelebt, für den jeweils ein ehrenamtliches Koch-Team sorgt.

Rita Henss

Info

Atelier Goldstein
Mittlerer Hasenpfad 5
60598 Frankfurt am Main
Telefon: 069/201 72 – 023
www.atelier-goldstein.de

Führungen nur auf Anfrage,
pro Person 10 Euro,
mindestens aber 60 Euro /Std.
Die Werke der Künstler:innen
können jederzeit über das
Atelier erworben werden:
kontakt@atelier-goldstein.de





Fotos: Atelier Goldstein/Elena Osmann

Tina Herchenröther ist bekannt für ihre weiblichen „Superhelden“, die im vergangenen Jahr u.a. in der „Fensterschau“ der ehemaligen Frankfurter Burg Drogerie und im Lenbachhaus München gezeigt wurden.



Franz von Saalfeld arbeitet ohne Unterbrechung an einem Theaterstück, für das er auch Kulissen baut.

Digitalisierung, Teilhabe und Beeinträchtigungen

Bericht über die Sitzung des Seniorenbeirats im Dezember 2023

Für Renate Sterzel ist die zunehmende Digitalisierung des Alltags „Fluch und Segen“ zugleich. Zwar erleichtere das Smartphone oder Tablet den Kontakt. Doch viele andere Erledigungen wie die Online-Terminvereinbarung auf dem Bürgeramt oder das Abheben von Bargeld stellen gerade ältere Menschen oft genug vor unlösbare Probleme. Rat und Unterstützung erhoffte sich Sterzel von Eileen O’Sullivan, Dezernentin für Digitales und Internationales, die an der Sitzung teilnahm. Der Ausbau digitaler Prozesse werde in der Verwaltung auch wegen des zu erwartenden Fachkräfteschwunds weiter zunehmen, erklärte die Stadträtin. „Die Digitalisierung soll das Leben einfacher machen. Aber ich weiß um die Sorgen der Älteren“, so O’Sullivan.

Margit Grohmann (Ortsbeirat 5), die sich seit langem mit dem Thema befasst und mit Renate Sterzel einen Antrag zu einer „Digitaloffensive“ erarbeitet, verwies darauf, dass acht Millionen Ältere nicht digital aufgestellt seien. Die Kommune müsse Verantwortung über- und Geld in die Hand nehmen, um dezentral in den Stadtteilen Anlaufstellen zu schaffen, damit die Menschen sich in der Handhabung von Laptops und Handys schulen lassen können. „Es gibt Menschen, die fühlen sich abgehängt und nicht wertgeschätzt. Für uns ist das ein großes Anliegen, dass sie weiter teilhaben können“, betonte Grohmann. Wichtig seien geeignete Informationskanäle, um auf solche Angebote hinzuweisen, wie über das Radio, meinte Karin Rebenstock (Ortsbeirat 7). Für Helmut Seuffert (Ortsbeirat 14) besteht ein grundsätzliches Problem: „Die Software und die Geräte sind von und für junge Menschen gemacht. Ich möchte nicht wissen, wie viele Menschen Probleme haben, auf ihrem Smartphone mit den kleinen Mäusetasten einen Termin auf

dem Bürgeramt zu vereinbaren.“ Monika Dichmann (Ortsbeirat 14) regte entsprechend qualifizierte Ansprechpersonen vor Ort an. „Digitallotsen sind eine gute Idee. Es gibt genug Bürgerämter, die über ausreichend Platz verfügen“, begrüßte Eileen O’Sullivan den Vorschlag. Zugleich ermunterte sie den Seniorenbeirat, sich an den Treffen des Arbeitskreises „Smart City Frankfurt“ zu beteiligen. Analog erreichbar sei die zentrale Rufnummer der Stadtverwaltung (115), wo das Team auch bei der Terminvereinbarung hilft.

Smart City für alle

Im zweiten Block informierte Petra Blochius, Geschäftsführerin der Frankfurter Stiftung für Gehörlose und Schwerhörige, über das Thema „Hörverlust im Alter“ (siehe auch S. 48f.). Sie selbst ist von Geburt an hörbehindert, hat seit 24 Jahren beidseitig ein Cochlea-Implantat. Ein Hörverlust kann in jeder Lebensphase auftreten. Bei der Altersschwerhörigkeit „verschwinden zunächst die hohen Konsonanten wie das ‚sch‘. Da die deutsche Sprache sehr konsonantenlastig ist, nehmen die Verständnisschwierigkeiten zu“, führte Blochius aus. Auch haben viele Hemmungen, frühzeitig eine:n Hörakustiker:in aufzusuchen. Wer schließlich ein Hörgerät nutzt, muss zunächst den Umgang damit lernen. „Das ist für viele schrecklich. Bei vielen landen die Hörgeräte wieder in der Schublade“, was soziale Isolation nach sich ziehen kann. „Ich möchte Sie auch dafür sensibilisieren, darauf zu achten, welche Räume oder Säle für Hörbeeinträchtigte geeignet sind. Lichtverhältnisse für das Lippenlesen und die Raumakustik sind hier wichtig“, betonte Petra Blochius. Zudem verfügen beispielsweise das Schauspiel Frankfurt, das Museum für Moderne Kunst oder die Evangelische Akademie über Induktionsan-

lagen, die sich mit Hörgeräten koppeln lassen. „Aber leider fehlt hier oft ein Hinweis, dass die Technik dort verfügbar ist.“

Daneben hatte Sterzel in der Sitzung zahlreiche Mitteilungen zu machen. Unter anderem hat sich die Landesseniorenvertretung Hessen mit einem fast vollständig neuen Vorstand konstituiert. Beim Thema Bürger:innenbeteiligung sind die Leitlinien fast fertig. Allerdings habe „ich persönliche Bedenken. Es werden Erwartungen geweckt, die nachher nicht eingehalten werden können. Das ist nicht demokratiefreundlich“, so Renate Sterzel und verwies als Beleg auf eine Erfahrung, die Helmut Seuffert im Nachgang einer Begehung mit dem VdK zur Barrierefreiheit Harheims gemacht habe. Akribisch wurden bei dieser Ende 2022 problematische Stellen dokumentiert und an die zuständige Abteilungsleiterin im Straßenverkehrsamt kommuniziert, die vorher zugesagt hatte, sich der Punkte unbürokratisch anzunehmen. Doch seither wartet Seuffert trotz mehrmaliger Nachfragen immer noch auf eine Antwort: „Man kann nicht vorher Hoffnung machen und sich dann nicht mehr melden. Das ist nicht fair.“

Heinrich Trosch (Ortsbeirat 4) berichtete über seine Teilnahme an der Fachtagung, die erstmals während des Europäischen Filmfestivals der Generationen stattfand, und den „1. Frankfurter Männer-Schuppen“, zu dem das Gesundheitsamt während der Aktionswochen „Älterwerden in Frankfurt“ eingeladen hatte. Doch zu Troschs Bedauern ließ sich dort kein Mann blicken, um gemeinsam zu reparieren oder zu werken. Aber er hofft, dass die Stadt weitere Versuche unternimmt, um für das Angebot „Männer zu gewinnen“.

Der Seniorenbeirat tagt wieder am Mittwoch, 7. Februar.

Sonja Thelen

Tagesfahrten mit dem Bus nach Miltenberg am Main

Gemeinsam unterwegs: Das Team der Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren hat auch für dieses Jahr wieder ein interessantes Tagesziel ausfindig gemacht. So können 61 Reisegruppen bestehend aus insgesamt 2867 Frankfurter Bürger:innen einen schönen Tag in netter Gesellschaft verbringen. In diesem Jahr können die stadtteilbezogenen Abfahrtstellen wieder angeboten werden und die Touren werden wie üblich von den Helfer:innen des Deutschen Roten Kreuzes begleitet.

Teilnahmebedingungen

Die Teilnahme an den Ausflügen ist an keine Einkommensgrenze gebunden. Mitfahren können Frankfurter Bürger:innen ab 65 Jahren. Bei gemeinsam teilnehmenden Ehepaaren bzw. Lebenspartner:innen kann ein:e

Partner:in auch jünger (ab 60 Jahre) sein. Die Teilnahme von Alleinstehenden ist ausdrücklich erwünscht.

Wer über einen Schwerbehindertenausweis mit dem Merkmal „B“ verfügt, kann auch für eine erwachsene Begleitperson einen weiteren Platz erwerben. Begleitpersonen dienen der Unterstützung und sollten in der Lage sein, Teilnehmende mit eingeschränkter Mobilität an dem besuchten Zielort helfen zu können.

Wo gibt es Karten

Der Kartenverkauf erfolgt über die Sozialbezirksvorsteher:innen (SBV). Wer sich für die Tagesfahrt vormerken lassen möchte, muss sich bei dem je nach Stadtbezirk zuständigen SBV (siehe Auflistung auf Seite 32) **telefonisch** bis spätestens 9. Februar anmelden. Hierbei ist zu beachten,

dass für jeden Stadtbezirk nur eine begrenzte Anzahl an Karten zur Verfügung steht und die Vormerkung nur unter Vorbehalt entgegengenommen werden kann.

Kosten

Der Eigenanteil für die Teilnahme an der Tagesfahrt beträgt **15 Euro** pro Person. Im Preis ist die Busfahrt, eine Schiffsrundfahrt sowie ein Mittagessen und ein Kaffeegedeck am Nachmittag enthalten.

Grundsicherungsempfänger:innen und Frankfurt-Pass-Inhaber:innen haben die Möglichkeit, kostenfrei an der Tagesfahrt teilzunehmen. Sie kaufen die Karte(n) bei ihrem SBV und lassen sich anschließend den Betrag an der Infostelle/ Kasse in ihrem zuständigen Sozialrathaus erstatten.

Fahrttermine vom 14. Mai bis 30. August

Der Reisebus startet werktags um 8.30 Uhr von der Abfahrtstelle im jeweiligen Frankfurter Stadtteil. Nach etwa 90 Minuten erreicht die Gruppe Miltenberg am Main, das malerisch zwischen Hügeln von Spessart und Odenwald eingebettet liegt.

Nach der Ankunft in Miltenberg ist um 10.45 Uhr die Mitfahrt auf der „MS Sivota“ für die Gäste aus Frankfurt geplant. Während der 90-minütigen Schiffsrundfahrt von Miltenberg nach Freudenberg und zurück (ohne Ausstiegsmöglichkeit in Freudenberg) kann der Ausblick auf die vorbeiziehende Landschaft über große Panoramafenster oder bei schönem Wetter vom Freideck genossen werden.

Zurück in Miltenberg wird die Reisegruppe um 12.30 Uhr im nahegelegenen Restaurant-Café Mildenburg zum Mittagessen erwartet. Das Restaurant ist durch eine Straße von der Mainpromenade getrennt und kann



Das pittoreske Miltenberg wird mit gutem Grund auch als „Perle am Main“ bezeichnet.

über einen Fußgängerüberweg mit Ampelschaltung erreicht werden.

Über zwei kleine Treppen gelangen die Gäste zum Haupteingang des Restaurants. Für Reisetilnehmende mit einem Gehwagen ist das Restaurant über zwei flache Stufen der an-

geschlossenen Terrasse des Cafés „Ginkgo“ zu erreichen.

Der separate Gastraum für die Frankfurter Reisegruppe liegt leicht erhöht und ist über vier Treppenstufen zu erreichen. Der Raum ist gemütlich eingerichtet und verfügt

Miltenberg ist offizieller „Bayerischer Genusort“ und bietet mit seinem mittelalterlichen Fachwerk, dem weltberühmten Schnatterloch sowie der ältesten Fürstenherberge Deutschlands gleichzeitig lebendige Gegenwart und Geschichte pur.

über ein großes Panoramafenster mit einem grandiosen Blick auf die gegenüberliegende Flusspromenade sowie den Main. Die Toiletten befinden sich im Erdgeschoss und liegen in der Nähe des Speiseraums.

Nach dem Mittagessen bleibt Zeit zur freien Verfügung, um die nahegelegene Altstadt zu erkunden oder entlang der Uferpromenade mit ihren zahlreichen Sitz- und Ruhemöglichkeiten zu spazieren. Der historische Stadtkern besticht durch sein mittelalterliches Fachwerk und verfügt über kleine Geschäfte und gemütliche Cafés. Auf dem Marktplatz befindet sich der schöne Marktbrunnen, der im Jahr 1583 aus Sandstein erschaffen wurde. Wie in historischen Gassen üblich, ist auch in der Altstadt von Miltenberg durchgehend Kopfsteinpflaster vorhanden. Festes Schuhwerk wird daher empfohlen.

Um 15 Uhr steht im Restaurant-Café Mildenburg Kaffee und Kuchen für die Teilnehmenden bereit. Im Anschluss erfolgt gegen 16 Uhr die Rückfahrt nach Frankfurt am Main, sodass die Ankunft im Stadtteil gegen 17.30 Uhr vorgesehen ist.

Der Ausflug ist an die Bedürfnisse älter werdender Menschen angepasst, kann aber aufgrund der Gegebenheiten vor Ort leider nicht komplett barrierefrei angeboten werden. Weitere Informationen hierzu können bei der Leitstelle Älterwerden unter 069 - 212 499 44 erfragt werden.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Reisegruppe schon jetzt einen schönen und vergnüglichen Tag in Miltenberg!

Das Angebot gilt vorbehaltlich möglicher Änderungen.

Mareike Altmeyer/Andrei Costache

Kartenbestellungen erfolgen über die Sozialbezirksvorsteher:innen. Die Übersicht finden Sie rechts und auf der Folgeseite.



Die aktuellen Sozialbezirksvorsteher:innen

Die nebenstehende Tabelle listet Namen und Telefonnummern der Personen auf, die in den 65 Frankfurter Sozialbezirken aktuell als Ansprechpartner:innen für die Bürger:innen in sozialen Fragen zur Verfügung stehen. Sozialbezirksvorsteher:innen (SBVs) sind Ehrenbeamt:innen der Stadt Frankfurt und wohnen in ihrem jeweiligen Sozialbezirk, sodass sie die Situation vor Ort aus eigener Anschauung kennen. Sie sind Mittler:innen zwischen den Bürger:innen und der Stadtverwaltung und werden für die Dauer der jeweiligen Legislaturperiode der Stadtverordnetenversammlung ernannt. So kommt es in Abständen zu personellen Veränderungen.

SBVs erleichtern bei Bedarf und je nach Absprache den Zugang zu Unterstützungsangeboten, helfen bei Anträgen oder begleiten zu Behörden-gängen.

Auch im Rahmen der Kultur-, Freizeit- und Erholungsaktivitäten der Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren bilden die SBVs eine wichtige Schnittstelle zu den jeweiligen Stadtteilen, sodass für bestimmte Angebote Karten im nahen Umfeld über die SBVs erworben werden können.

Sollten Bürger:innen darüber hinausgehende Hilfe benötigen, sind die SBVs ebenfalls ansprechbar.

Unterstützt werden die SBVs durch ehrenamtlich tätige Sozialpfleger:innen. Gemeinsam bilden sie den „Eh-

renamtlichen Dienst“ des Jugend- und Sozialamtes.

Gespräche sind nach telefonischer Vereinbarung oder während der Sprechzeiten möglich, ebenso Hausbesuche.

Der Ehrenamtliche Dienst im Netz:
www.frankfurt.de

Suchbegriff: Sozialbezirksvorsteher/in

Altstadt, Innenstadt (010, 040–080)

Katharina Wilhelm 069/28 02 12
wilhelmk16@gmx.de

Bahnhofsviertel, Gutleutviertel (090, 151)

Yvonne Geelhaar 069/25 39 35
yvonne.geelhaar@gmx.de

Bergen-Enkheim (680)

Barbara Schwarz 06109/333 68
ebtho.schwarz@t-online.de

Berkersheim (500)

Eva Eckert 0179/234 77 93
eckertelse@aol.com

Bockenheim (163, 342, 344)

Carolin Arens 069/56 99 31 54,

Bockenheim (341, 350)

Catharina Blass 0177/140 77 91

Bockenheim (361, 362)

Thomas Giertz 069/70 66 56
thomasgiertz@onlinehome.de

Bockenheim/Dornbusch (110, 180, 191, 192)

Constantin Trapp 069/348 76 35 35
sbv-westend@email.de

Bockenheim/Hausen (343, 410)

Mohamed Seddadi 069/789 12 11

Bonames (491)

Claudia Sobbe 0176/43 68 09 14
c.e.so@gmx.de

Bornheim (272, 290)

Brigitte Born 069/48 00 07 88
sbv.britteborn@yahoo.com

Bornheim (281, 282)

Richard Hackenberg 069/496 02 10
sbv.hackenberg@web.de

Bornheim (240, 271)

Jürgen Oslislok 069/45 46 19
juergen.oslislok@t-online.de

Dornbusch (462, 463)

Timo List 069/37 00 20 46

Dornbusch/Ginnheim (441, 442)

Ernest Cohen 069/95 41 79 29
ernest@cohen.lu

Eckenheim (461)

Jörn Siemers 069/42 89 47 22
sozialbezirksvorsteher@joern-siemers.de

Eschersheim (451, 452)

Petra Schillkowski 0152-55 72 09 24
schillkowski@gmail.com

Fechenheim-Nord (510)

Christel Ebisch 069/42 69 71 66
ChristelEbisch@web.de

Fechenheim-Süd (520)

Margot-Magdalene Grana 069/41 35 79

Frankfurter Berg (492)

Bettina Schubert-Hadeler 069/53 05 97 02
B.Schubert-Hadeler@alice.de

Gallus (152, 153, 161)

Adi Eickhoff 0151/73 04 87 44

Gallus (162)

Sybille Roemer 069/75 06 86 62
sybille.roemer@hab8.de

Gallus (154, 164, 165)

Cihad Taskin 0176/70527227
Info@cihad-Taskin.de

Goldstein (532)

Helmut Frank 069/666 51 09
maerchenoase@gmail.com

Griesheim (541, 542, 551, 552)

Irene Kolbe 069/51 05 61

Harheim (660)

Joachim Hüllen 06101/417 07
huellen-velden@gmx.de

Hedderheim-Ost (431)

Frauke Reinhardt 069/57 73 48
fereinhardt@t-online.de

Hedderheim-West Praunheim-Nord (426, 432)

Helga Dörhöfer 069/58 42 83
hel1doerhoefer@aol.com

Höchst (570, 580, 591, 592)

Hans-Günter Neidel 069/31 24 95
hans-guenter.neidel@t-online.de

Kalbach (650)

Klaus-Jürgen Hawer 069/50 22 92
klaus.hawer@web.de

Nied (561, 562)

Astrid Joeckle 069/38 99 90 96
Sozialbezirk-Nied@t-online.de

Nieder-Erlenbach (640)

Claudia Müller 0152/28 94 48 75
c.mueller.55@web.de

Nieder-Eschbach (670)

Beate Lamb 069/507 47 69
Beate.Lamb@gmx.de

Niederrad (373)

Florian Möller 0160-415 16 47

Niederrad (371, 372)

Marita Schock 069/666 36 34

Niederursel-Ost (481, 483, 484)

Ingrid Damian 0160/446 31 33
damian.sozialbezirk@aol.com

Niederursel-West (482)

Marianne Boldt 069/50 69 79 92
marianne.boldt@gmx.de

Nordend (221, 222, 120)

Gudrun Korte 069/44 05 06
g-korte@t-online.de

Nordend (230)

Rainer Krug 0172/671 59 44
ra.krug@outlook.de

Nordend (201–203)

Ingo Pommerening 069/49 81 64
ingo.pommerening@gmx.de

Nordend (211–213)

Manuel Rudolph 069/95 95 67 501
sozialbezirksvorsteher.rudolph@gmail.com

Oberrad (380)

Ursula Becker 069/69 76 96 53
sozialbezirk-oberrad@hotmail.com

Ostend (251, 252)

Felicitas Herdt 069/21 08 61 06
herdt.sb@web.de

Ostend (140, 261)

Gertrud Schuster 069/49 35 26

Praunheim (424, 425)

Astrid Papp 069/76 28 52

Praunheim, Westhausen (422, 423)

Margarete Keller 0176/43 80 31 04
margaretekeller66@gmail.com

Preungesheim (470)

Wera Eiselt 0174/3470375
SBV.Wera@Eiselt.de

Riedberg (651)

Sabrina Geller 0151/270 883 39
sabinageller911@web.de

Riederwald (262)

Ingeborg Wendel 069/41 55 60

Rödelheim-Ost (401)

Ingrid Kruske 069/78 51 33

Rödelheim-West (402)

Klaus Winger 0160/968 485 43
k-winger@t-online.de

Sachsenhausen (325–329)

Gabriele Gressert 069/63 71 58

Sachsenhausen (323)

Bettina Hesch 069/69 53 66 50

Sachsenhausen (332)

Ann-Kristin Schäfer 0176/802 293 53
Ann-Kristin.Schaefer@t-online.de

Sachsenhausen-Nord (300, 331)

Johanna Binger 069/95 09 19 17
johanna.binger@outlook.de

Sachsenhausen-Nord (321, 322, 324)

Margit Grohmann 069/59 77 66 95,
mgrohmann@freenet.de

Schwanheim (531)

Jürgen Frank 0176/31 45 86 41
juergenfrank-amtlich@gmx.de

Seckbach (390)

Klaus Volk 069/47 29 11

Sindlingen (601, 602)

Gisela Lünzer 069/37 14 53
SBV-Sindlingen@t-online.de

Sossenheim (631, 632)

Karin Reichwein 069/34 38 79

Unterliederbach (621–623)

Oliver Göbel 069/31 46 60

Westend-Süd (100, 170)

Barbara Hübner 069/59 40 34
barbara.huebner@gmx.net

Zeilsheim (604, 611, 612)

Maria Berk 069/36 29 40
maria.berk@drkfrankfurt.de

Hilfen für suchtkranke Personen mit eigenem Wohnraum (stadtweit)

Reinhard Wirsing 069/70 29 27
R.E.Wirsing@t-online.de

„Ich hatte keine Lust auf eine monatelange eigene Nabelschau“

Die schottische Krimiautorin Val McDermid spricht im Interview mit unserer Autorin Sonja Thelen über ihren neuen packenden Krimi „1989 – Wahrheit oder Tod“, ihre Reihe über die lesbische Investigativ-Journalistin Allie Burns und ihre Pläne.

Senioren Zeitschrift (SZ): Liebe Frau McDermid, Sie sind weltweit bekannt für Ihre hochklassigen Thriller, die auch verfilmt wurden. Bei Ihrer neuesten Reihe rund um die Boulevardreporterin Allie Burns gehen Sie zurück in die Vergangen-

lie Burns für Ihre Geschichten zu entwickeln und sie im Zehn-Jahres-Rhythmus in die Vergangenheit zu schicken?

Val McDermid: Mit der Arbeit daran habe ich während des Corona-Lockdowns angefangen, zuvor hatte ich

der Situation umgehen sollten, wie gefährlich diese Krankheit und wie sie zu bekämpfen war. Und jeden Tag gab es neue Anweisungen und Regelungen. Sobald Du den Fernseher angemacht hast, sagte uns unsere schottische Regierungschefin Nicola



Fotos: Charlotte Graham

heit. Nach „1979“, wo Allie als junge Investigativ-Journalistin einer Terrorzelle auf der Spur ist, folgt jetzt mit „1989“ Teil 2, angesiedelt in einem Schicksalsjahr für Europa und die ganze Welt. Wie kamen Sie auf die Idee, eine Protagonistin wie Al-

den bis dahin letzten Band rund um Karen Pirie beendet. Und dann war wegen Covid alles zu und dicht. Die Menschen waren alle sehr ängstlich und sich nicht sicher, wie sie sich verhalten sollten. Sie wussten von heute auf morgen nicht, wie sie mit

Sturgeon, wie wir uns verhalten sollten. Es war eine sehr ungewisse Zeit. Ich fühlte, dass ich mich mit etwas anderem auseinandersetzen musste. Mein Verleger meinte, ich sollte meine Memoiren schreiben. Aber ich hatte keine Lust auf eine monatelan-

ge eigene Nabelschau. So kam ich auf die Idee, mich mit Themen aus meiner journalistischen Vergangenheit zu befassen. Ich entschied, mit 1979 loszulegen, also dem Zeitpunkt, als ich selbst im Journalismus Fuß fasste, und die Reihe 2019 vorm Ausbruch der Pandemie enden zu lassen. Da 1979 und 1989 global interessante und entscheidende Jahre waren, war dieser Zehn-Jahres-Rhythmus naheliegend.

SZ: Allie Burns ist eine ehrgeizige, neugierige und sehr gewissenhaft recherchierende Journalistin, der die Menschen und die Geschichten, denen sie nachspürt, sehr am Herzen liegen. Wie viel Val steckt in Allie?

Eine Freundin von mir meinte, weniger als ich denke und mehr als ich glaube. Ich habe Allie ein paar meiner Eigenschaften vermacht. Sie ist ein fröhlicher Mensch. Sie ist prinzipientreuer und beständiger als ich. Als ich für das Buch in das Jahr 1979 zurückgekehrt bin, musste ich für mich feststellen, dass ich damals deutlich mehr Spaß hatte als sie. Ich war jung, frei, Single und hatte genug Geld in der Tasche. Das Leben damals war einfach gut, trotz vieler Probleme. 1989 hat Allie deutlich mehr Spaß, sie ist in einer Partnerschaft, geht tanzen. Und vor allem ist sie mutiger, als ich es war. Sie steht mehr für ihre Ansichten ein, als ich es in dem Alter getan hätte. Wenn sie an einer Story dran ist, ist sie hartnäckiger und furchtloser, als ich es als Journalistin war. Insgesamt gesehen, ist sie einfach besser als ich.

Sie haben bei Ihrer beruflichen Karriere viele Hürden nehmen müssen. Sie waren die erste Schottin, die, von einer staatlichen Schule kommend, in Oxford am College studiert hat, und begannen Ihre Karriere ebenfalls als Journalistin. Möchten Sie mit der Person von Allie Burns, die etwa so alt ist wie Sie, aufzeigen, mit welchen Vorurteilen gerade Frauen in diesem Be-



Fotos: John Chapman

ruf noch vor wenigen Jahrzehnten zu kämpfen und Widerstände zu überwinden hatten?

Ja, es ist mir wichtig, nicht nur einen Krimi zu schreiben, sondern auch darzustellen, wie das Leben, die Gesellschaft damals waren. Für mich ist es eine zentrale Aufgabe, zu beschreiben, wie es früher war, auch damit vor allem jüngere Menschen die Lebensumstände in der Zeit für uns Frauen erfahren, nachvollziehen und verstehen können. Wir sind einen langen Weg bislang gegangen. Wir müssen uns immer wieder vergegenwärtigen, was wir bereits geschafft haben, aber auch, wie fragil das Erreichte ist. Die damalige patriarchalische Gesellschaft war eine Mauer, die langsam aufbrach. Wie sich das in der Realität für eine junge Frau darstellte, möchte ich aufzeigen.

Wie haben Sie für 1989 recherchiert? Sind Sie selbst dafür nach Berlin gereist?

Im Laufe der Jahre war ich öfters in Berlin, auf Lesereisen oder zu anderen Gelegenheiten. Wegen der Pandemie war es jedoch schwierig, vor Ort zu recherchieren. Vieles, was ich beschreibe, beruht auf meinen sehr intensiven Erinnerungen, als ich in den 1990er-Jahren kurz nach dem

Mauerfall in Berlin war. Ich war damals sehr überrascht, wie anders sich das Publikum verhielt. Und die Menschen im Ostteil der Stadt sprachen kein Englisch. Alles musste übersetzt werden. Das war für mich eine neue Erfahrung, denn im Westen Deutschlands sprachen die Menschen damals schon ein gutes Englisch. Auch habe ich mit Bekannten über die Zeit gesprochen, die im Ostblock hinter dem Eisernen Vorhang als Korrespondenten, im Diplomatischen Dienst und im Außenministerium gearbeitet haben. Denn weitere Orte, die im Buch auftauchen, sind Litauen und Ungarn. Ich hoffe, ich habe das Umfeld und die Atmosphäre aus der Zeit in meinem Buch gut wiedergegeben.

Wie zuverlässig waren dabei Ihre eigenen Erinnerungen?

Sie waren zuverlässiger, als ich zunächst angenommen habe. Manchmal war die Chronologie von Ereignissen anders, als ich sie zunächst erinnerte, was mich beim Überprüfen ab und an durchaus überraschte, so dass ich bei meiner Recherche besonders sorgfältig vorging. Ich habe mich auch mit Journalisten-Kollegen über ihre Erinnerungen an damals ausgetauscht. In der Zeit, Ende der 1980er-

Jahre, hatte ich auch angefangen, selbst erste Romane zu schreiben.

Wie haben Sie damals das Jahr 1989 wahrgenommen?

Aus meiner Wahrnehmung heraus war 1989 ein wirklich hartes Jahr: der Lockerbie-Anschlag im Dezember 1988, der im Buch ein Thema ist, der angespannte Arbeitsmarkt in meiner Heimat. Ich selbst war als Gewerkschaftsvertreterin an Verhandlungen über geplante Massenentlassungen beteiligt. Viele Menschen haben damals über Nacht ihre Jobs verloren. Ich persönlich befand mich beruflich an einem Scheideweg. Ich hatte genug vom Boulevard-Journalismus und wollte mehr als Autorin arbeiten. Im Jahr 1989 kam mein zweites Buch heraus, und ich hatte die Hoffnung, tatsächlich vom Bücherschreiben leben zu können.

Auch ist Ihre Reihe um die lesbische Allie Burns ein Statement für Toleranz, Offenheit, Vielfalt, Respekt und Akzeptanz. Im Moment leben wir in Zeiten, wo Homophobie, Ausgrenzung wieder massiv zunehmen. Wie nehmen Sie diese Entwicklung wahr?

Wir dürfen nicht vergessen, welche Fortschritte wir für eine tolerante und offene Gesellschaft gemacht haben. Es ist furchtbar zu erleben, wie fragil alles ist, und das, was bereits erreicht wurde, gefährdet ist, insbesondere in den USA. Vor allem die Anonymität der sozialen Medien trägt zu dieser negativen, rückwärtsgewandten Entwicklung bei. Hier trauen sich die Menschen, hasserfüllte Dinge zu äußern, die sie nie jemandem ins Gesicht sagen würden. Sie verstecken sich hinter anonymen Profilen, um Hassbotschaften zu verbreiten. Das macht mir Angst. Auf Trans-Menschen wird gerade eine Hexenjagd gemacht. Das ist widerlich. Es erinnert mich an die 1980er-Jahre zur Zeit der Thatcher-Regierung, als es unter sagt war, im Unterricht über Homosexualität zu sprechen. Auch in den Schulbüchern war Homosexualität

ein Tabu. Ich erinnere mich an einen Vorfall in einem Kaufhaus, als ein Mann zu mir sagte, ich sei keine echte Frau und seine Ehefrau dürfe nicht mit mir zusammen in einer Umkleidekabine sein. Ich weiß noch, wie es sich anfühlt, mit solchen Vorurteilen konfrontiert zu sein. Es war eine harte Zeit, auch für mich zu akzeptieren, wie ich nun mal bin. Ich selbst hatte mein Coming-out mit 19 Jahren. Immer wieder müssen Minderheiten den Hass anderer ertragen oder werden für etwas beschuldigt: seien es jüdische, schwarze oder aktuell transsexuelle Menschen. Ich bin aber trotzdem hoffnungsvoll, dass wir die momentane Phase überwinden. Wir müssen lernen, dass es Platz für alle Menschen gibt – unabhängig ihrer Präferenzen und ihres Hintergrunds.

Inwieweit ist die Reihe um Allie Burns eine sehr persönliche?

Mein Anliegen war es vor allem, über diese besonderen Geschichten zu schreiben. Dementsprechend habe ich den Charakter von Allie entwickelt, der sicherlich von mir geprägt ist. Ich würde mal sagen, sie ist meine Propagandistin.

Beim Lesen ist mir Ihre teilweise lockere, unterhaltsame und durchaus humorvolle Schreibe aufgefallen. War es Ihnen ein Anliegen, Ihre neue Buchreihe weniger dramatisch, mit ein wenig mehr Augenzwinkern darzustellen?

Die Reihe ist nicht weniger dramatisch, aber sie ist nicht so düster. Der Punkt ist, im Mittelpunkt steht eine

Schottin. Und wir Schotten haben einfach Sinn für schwarzen Humor. Diese Eigenschaft von uns Schotten möchte ich in meiner Allie-Reihe vermitteln. Und für manche Berufsgruppen wie Journalisten, aber auch für Polizisten, Fahrer von Rettungswagen, Soldaten, die immer unter Druck stehen, ist Humor ein wichtiges und unerlässliches Ventil.

Das nächste Buch in der Reihe müsste 1999 sein – ein Jahr vor der Jahrtausendwende. Worauf können wir gespannt sein?

1999 war erneut ein spannendes Jahr. Das schottische Parlament tagte wieder erstmals – nach fast 300 Jahren. Libyen räumte die Schuld am Lockerbie-Anschlag ein. Im Kosovo wurde gekämpft und die UNO verabschiedete ihre Resolution zum Einsatz der Nato-Friedenstruppe. Es war kein ruhiges Jahr. Auf der positiven Seite: Helen Clark wurde Premierministerin in Neuseeland. Und Europol wurde 1999 etabliert. Übrigens trat Boris Jelzin am 31. Dezember 1999 als russischer Präsident zurück. Auf ihn folgte der damalige Ministerpräsident Wladimir Putin.

Sie sind jetzt 68 Jahre alt. Wie nehmen Sie das Alter für sich wahr?

Auch wenn ich älter werde, schreibe ich noch genauso gut oder schlecht wie früher. Jedenfalls erfreue ich mich nach wie vor an meiner Arbeit, ich habe viele Ideen und Projekte unter anderem für eine Fernsehserie zur mittelalterlichen Geschichte Schottlands. Ich habe wirklich viel zu tun!

Verlosung:

Wir verlosen drei Bücherpakete bestehend aus dem ersten Band der Allie-Burns-Reihe – „1979 – Jägerin und Gejagte“ von Val McDermid – und dem zweiten Band der Reihe „1989“.

Schicken Sie bis zum 4. März eine Postkarte mit dem Stichwort „Val McDermid“ sowie Ihrem Namen und Adresse an die Redaktion Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt oder eine E-Mail mit den gleichen Angaben an: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner:innen werden benachrichtigt, die Namen aus Datenschutzgründen jedoch nicht veröffentlicht.



Im Repair-Café wird nicht nur repariert

Alle Hände voll zu tun hat das Team vom Repair-Café des DRK-Ortsvereins Süd an diesem Samstagvormittag. Angesichts des Andrangs überlegt Helfer Oliver Steinfadt schmunzelnd, „Wartemärkchen“ zu verteilen. Getreu ihrer Devise „Reparieren statt wegwerfen“ schrauben, löten, kleben die Aktiven. An diesem Samstag kamen die Ratsuchenden beispielsweise mit defekten Fahrrädern, einer losen Spiegelhalterung oder einem kaputten Ceran-Kochfeld aus einer Kinderküche ins Niederräder DRK-Heim in der Schwarzwaldstraße 12.

Während des Lockdowns in der Corona-Pandemie hatte die Leiterin des Bereichs Wohlfahrtspflege und Sozialarbeit im Ortsverein, Saskia Woyte, die als leitende Arzthelferin ins Homeoffice verbannt war, „Zeit, mir etwas zu überlegen. Meine Idee



Das Team des Repair-Cafés (v.l.): Martin Prigic, Leah Woyte, Oliver Steinfadt, Saskia Woyte, vorne: Daniel Kappes.



Egal, ob defektes Ceran-Kochfeld aus der Puppenküche, lose Spiegelhalterung oder kaputtes Fahrrad – im Niederräder Repair-Café versuchen sich die Ehrenamtlichen an fast allem.

war, einen Ort zu schaffen, wo junge und alte Menschen zusammenkommen können. Ich wollte eine Begegnungsstätte gründen, wo Hilfe für Selbsthilfe geboten wird“. Gemeinsam mit ihrem Lebensgefährten Oliver Steinfadt, Tochter Leah Woyte und anderen Aktiven wurde das Projekt „Repair-Café“ entwickelt. Im Juni 2022 öffnete es erstmals seine Pforten. Neben dem generationsübergreifenden Ansatz war die Nachhaltigkeit Woyte vor allem ein großes Anliegen: „Wir möchten gegen die Wegwerfgesellschaft ein Zeichen setzen.“

Zugleich ist das Repair-Café ein Ort, wo Menschen jedes Alters und unabhängig von Sprache und Kultur zusammenkommen und nachbarschaftliche Kontakte geknüpft werden können. Daher werden im „Repair-Café“ Torten und Kuchen, die von Main Snack Corner und der Firma Erlenbacher gespendet werden, sowie Kaffee serviert. So kommen die Gäste beim Warten miteinander in Kontakt, tauschen sich aus, „auch um sich im Alltag gegenseitig zu helfen“, betont Saskia Woyte – eine frühere Besucherin gibt mittlerwei-

le in der Nachbarschaft Nachhilfe in Französisch.

Das Angebot hat sich bereits gut herumgesprochen. „Die Leute kommen zu uns aus der ganzen Stadt“, freut sich Steinfadt. Wegen der großen Nachfrage hat das Team die Öffnungszeiten zwischenzeitlich erweitert. Das Repair-Café öffnet immer am ersten Samstag im Monat von 10 bis 13 Uhr im DRK-Heim Süd (Schwarzwaldstraße 12). Der Service ist zwar kostenlos, das Team freut sich aber über eine Spende.

Sonja Thelen

Neue Wohnformen braucht das Land – und die Stadt!

Gemeinschaftliche Wohnprojekte erfahren immer stärkeren Zulauf. Nicht nur der angespannte Wohnungsmarkt sorgt dafür, sondern auch der Wunsch, im Alter nicht einsam zu sein. Vor allem bei alleinlebenden Frauen ist das Interesse groß.



Foto: Oeser

Die beiden Leiterinnen des „Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen“, Birgit Kasper (l.) und Beate Steinbach sehen den steigenden Bedarf an alternativen Wohnformen – gerade in einer Großstadt wie Frankfurt.

Eine andere Wohnung zu suchen, kam für verwitwete Frauen lange nicht in Frage. Nach dem Tod des Partners blieben sie meist dort, wo sie waren. Diese Einstellung hat sich deutlich gewandelt, wie Birgit Kasper an den Nachfragen beim „Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen“ ablesen kann. Den Wandel führt die geschäftsführende Leiterin des Netzwerks auf eine „neue Generation von Frauen“ zurück. Die ab Mitte der 1950er-Jahre Geborenen seien „mehrerheitlich berufstätig gewesen und wohnbiografisch erfahren“. „Im Alter wollen sie nicht abgestellt sein, sondern auf Bäume klettern.“ Doch auch Frauen, die zum Klettern nicht mehr in der Lage sind, interessieren sich zunehmend für gemeinschaftliches Wohnen. Die Gründe liegen für Birgit Kasper auf der Hand. Abgesehen davon, dass zu große Wohnungen unnötige Mühe bereiten, kleinere kaum

zu finden und in der Regel teurer sind, gehe gemeinschaftliches Wohnen mit sozialen Kontakten und Nachbarschaftshilfen einher.

Generell sei von Frauen die Nachfrage am größten, inzwischen steige sie aber auch bei Familien mit Kindern und Paaren mittleren Alters. Die Stadtplanerin führt diese Entwicklung neben der wachsenden Vielfalt der Lebensstile vor allem auf den extrem angespannten Wohnungsmarkt zurück. Gemeinschaftliche Wohnprojekte böten hier ein rares Gut: „Stabilität, Sicherheit und bezahlbare Mieten“. Zu ihrem Bedauern hinkte Frankfurt in dem Bereich lange Jahre anderen Städten hinterher. Dass 2014 erstmals eine städtische Liegenschaft für ein Wohnprojekt ausgeschrieben wurde, sei ein Meilenstein gewesen. Ein weiterer wurde 2020 mit dem Baulandbeschluss gesetzt, der nun 15 Prozent der Bauflächen für gemeinschaftliches Wohnen

reserviere. Die Stadt habe im Neubaugebiet Hilgenfeld* am Frankfurter Berg bereits fünf Baufelder für gemeinschaftliches und genossenschaftliches Wohnen vergeben. Gegenwärtig werde unter dem Dach der Wohnungsbaugesellschaft ABG Holding ein Mietwohnprojekt für einen Neubau mit 24 Wohnungen für bis zu 40 Personen ausgeschrieben. Ein weiteres Novum sei die Kooperation vom Amt für Wohnungswesen, dem Netzwerk Frankfurt und einer Stiftung. Auf dem Gelände des St. Katharinen- und Weißfrauenstifts in Niederursel werde neben der bestehenden Senior:innen-Wohnanlage ein neues Mietwohnprojekt mit 11 Wohnungen für etwa 25 Personen entstehen. Auch hierfür müsse sich noch eine Gruppe zusammenfinden.

Wohnprojekte für jeden Geschmack

Das brauche stets seine Zeit, da „zum Teil unterschiedliche Vorstellungen unter einen Hut“ zu bringen sind, weiß Birgit Kasper, die auch dem Vorstand der Bundesvereinigung „FORUM Gemeinschaftliches Wohnen“ angehört. Im Frankfurter Netzwerk versammelten sich mittlerweile 42 realisierte und zwölf im Bau befindliche Wohnprojekte sowie 35 nach einer Fläche oder Immobilie suchende Wohninitiativen. Trotz schwieriger Rahmenbedingungen seien es knapp 90 Gruppen, 14 von ihnen realisieren gemeinschaftliches Wohnen in der Region. Die Gestaltungen seien so unterschiedlich wie die Anzahl der Beteiligten. „Die Bandbreite ist groß und jedes Projekt anders“, sagt Birgit Kasper. Es gebe Eigentums-, Genossenschafts- und Mietmodelle, generationsübergreifende und auf Ältere ausgerichtete Formen sowie spezifische Gewichtungen, die von Nach-

haltigkeit bis Gemeinwohlorientierung reichten. Das kleinste Projekt zähle zehn Personen, das bislang größte 80 Erwachsene und 40 Kinder in 50 Wohnungen.

Steigende Nachfrage

Mit Blick auf die Zukunft geht sie von einer steigenden Nachfrage für gemeinschaftliches Wohnen aus. Da auf dem Wohnungsmarkt kaum mehr erschwingliche Angebote existieren, sei dies ein „hochpolitisches Thema“. „Wir brauchen eine neue Wohnungsgemeinnützigkeit“, findet sie und rechnet es der Stadt hoch an, hier eine Menge zu tun. Wie etwa mit dem Baulandbeschluss, der geeignet sei, die Bodenpreisentwicklung zu bremsen. Weiteren Handlungsbedarf sieht Birgit Kasper dagegen beim hessischen Sozialministerium. Ihr selbst liegt es am Herzen, die Umsetzung eines bisher kaum beachteten Modells voranzutreiben. Neben gewerblichen Wohnungsunternehmen und sozialen Trägern brauche es beim Wohnen im Alter bessere Rahmenbedingungen für bürgerschaftliche Projekte wie Wohn-Pflegegemeinschaften. Die seien „Gemeinschaftliches Wohnen plus“. Ihrer Überzeugung nach sollte insgesamt das „gemeinschaftliche Wohnen als Hilfe zur Selbsthilfe“ besonders gefördert werden, da es das Miteinander stärkt und das Leben positiv verändert.

Doris Stickler

Info

*Weitere Informationen:

Netzwerk Frankfurt für gemeinschaftliches Wohnen e.V., Adickesallee 67–69, Telefon: 069/91 50 10 60, www.gemeinschaftliches-wohnen.de

Der 2005 gegründete gemeinnützige Verein unterhält im Amt für Wohnungswesen eine Koordinations- und Beratungsstelle. Die Leiterinnen Birgit Kasper und Beate Steinbach beraten und vernetzen Bürger:innen bei der Planung von Wohnprojekten, unterstützen bei deren Realisierung und entwickeln die Rahmenbedingungen für gemeinschaftliche Wohnformen strategisch weiter. Am 25. Mai findet von 10 bis 20 Uhr der „Tag des offenen Wohnprojekts“ statt.



Foto: Oeser

Für sie ist Genuss mit allen Sinnen nicht nur eine Phrase: die beiden Verantwortlichen im Sinn & Wandel, Patrick Levermann (hörend) und Sascha Nuhn (nichthörend).

Bestes Licht zum Lippenlesen

Im Resto-Café Sinn & Wandel im Frankfurter Nordend arbeiten und verkehren Menschen sowohl mit als auch ohne Hör-Einschränkungen.

Für all jene, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind, gibt es am Eingang eine feste, flache Rampe und im Inneren des Bistros genügend barrierefreien Raum zwischen den Tischen. An der Decke hängen zudem einzeln steuerbare Spots. Sie sorgen für beste Beleuchtung sowohl der Menükarte als auch der Speisen. Vor allem aber helfen die Lampen den gehörlosen oder in ihrem Hören stark eingeschränkten sechs (von insgesamt zwölf) Mitarbeitenden bei „Sinn & Wandel“, die Wünsche der Gäste von deren Lippen abzulesen. Manche Besuchenden des im Sommer 2023 in der Bornheimer Landstraße 48 eröffneten Lokals bestellen freilich auch mittels ihrer Hände – und unterhalten sich überaus lebhaft in der Gebärdensprache. Diese wird übrigens gleich nebenan gelehrt, in der DGS-Fabrik – und zwar schon seit längerer Zeit.

Betrieben wird „Sinn & Wandel“ (<https://www.sinnwandel.com>) von der gemeinnützigen GmbH KomFIT, deren Gesellschafter der Hessische Verband für Gehörlose und hörbehinderte Menschen e.V. ist. Zwei Personen zeichnen verantwortlich für das Café: Sascha Nuhn (nichthörend) ist der Geschäftsführer, Patrick Levermann (hörend) ist ausgebildeter Koch

und leitet den Betrieb. Zudem ist meist ein:e Gebärdendolmetscher:in anwesend. Bei den nichthörenden Servicekräften des Inklusionsbetriebs spielt übrigens eine spezielle, Vibrationssignale sendende Armbanduhr eine wichtige Rolle: Sie informiert anstelle der üblichen Passklingel, dass ein Gericht in der Küche fertig und zum Abholen bereit ist.

In Hessen sind derzeit rund 60 Inklusionsbetriebe registriert. Zum Frankfurter Konvolut zählen u.a. noch das Künstlerprojekt Atelier Goldstein der Lebenshilfe (s. S. 26), die Stätten des Frankfurter Vereins (www.frankfurter-verein.de) wie etwa das Kultur-Café Frankfurter Salon, das Basaglia Café und die gleichnamige Rösterei, das Tagungshotel Hoffmannshöfe sowie der Shop Franco Unverpackt. Auch die Gastronomie des Kombinati (www.kombinat-frankfurt.de) etwa im LiLu (Licht und Luftbad) Niederrad, im Deutschen Architekturmuseum DAM und in der Villa Leonhardi im Palmengarten gehört zu diesem Kreis. Gleiches gilt für den Caterer Cook Company (www.cook-company.de) mit seinem Bistro timeout nahe der EZB sowie das Café Isabella in der Sandhofpassage (<https://isabella-patisserie.de>), das mit der Hainbachtal Inklusions gGmbH zusammenarbeitet. *rhe*

„Unser Dienst am Menschen“

30 Jahre HIWA!: Eine Beratungsstelle für ältere Migrant:innen

Wenn Yasemin Yazici-Muth zumindest beruflich einen Wunsch frei hätte, wäre ihr mehr finanzieller Spielraum für ihre Arbeit in der „HIWA!“ – die Beratungsstelle für ältere Migrant:innen im Gutleutviertel – ein großes Anliegen. „Denn unser Ziel ist es, den älteren Migrant:innen mehr Teilhabe zu ermöglichen, damit sie sich in der Stadt wohlfühlen und sich einbringen können“, betont die Leiterin der

Menschen, die im jungen Alter wegen der Arbeit nach Deutschland gekommen waren, blieben hier und kehrten nicht wie lange angenommen in ihre Herkunftsländer zurück“, beschreibt die Sozial- und Gesundheitspädagogin. Viele hatten ihr ganzes Leben schwer geschuftet, von früh bis spät, oft im Akkord. Die Familien wurden nachgeholt. Die Kinder gingen in Frankfurt zur Schule, wurden größer, bauten sich hier ihr Netzwerk auf,

Yazici-Muth die Leiterin der HIWA!. Bundesweit war die HIWA! schließlich die erste Beratungsstelle, die speziell für ältere Migrant:innen gegründet wurde. Was als innovatives Projekt begann, hat sich seither zu einer anerkannten Einrichtung entwickelt. Heute liegt die HIWA! zentral im Bahnhofsviertel in der Gutleutstraße und ist gut mit dem öffentlichen Nahverkehr erreichbar. Das Team ist mehrsprachig. Die Mitarbeitenden



Fotos: DRK/Andre Zeick

Das kurdische Wort „hiwa“ heißt Hoffnung und ist wohl gewählt für die bundesweit erste Beratungsstelle für ältere Migrant:innen, die 1992 in Frankfurt eingerichtet wurde und seitdem großen Zulauf hat.

Beratungsstelle: „Der Bedarf steigt stetig. Mit mehr finanziellen Ressourcen könnten wir unsere bestehenden Angebote, die auch zur Entlastung von pflegenden Angehörigen beitragen, verstetigen und noch konkretere Angebote für ältere Migrant:innen vor allem in den Bereichen Sprache, Gesundheit und Freizeit machen.“

Mit der Gründung der HIWA! vor gut 30 Jahren hatte das Amt für multikulturelle Angelegenheiten (AmKA) zusammen mit dem DRK Bezirksverband Frankfurt als Träger die Notwendigkeit erkannt, die Gruppe der älteren Migrant:innen in den Blick zu nehmen und die bestehende Lücke im städtischen Beratungssystem zu schließen. „Zu dem Zeitpunkt gab es für ältere Migrant:innen keine Anlaufstelle in Frankfurt. Dabei stieg die Nachfrage ständig. Denn immer mehr

gründeten selbst Familien, bekamen Nachwuchs, sodass für die älteren gewordenen Eltern zunehmend der Grund wegfiel, in die Heimatländer zurückzukehren. Also blieben viele der Arbeitsmigrant:innen mit Eintritt in die Rente in Deutschland und somit auch in Frankfurt.

Als Modellprojekt mit dem Titel „Alte und Migration: soziale Versorgung für ältere Arbeitsmigranten/-Migrantinnen aus den Anwerberländern“ startete schließlich die „HIWA! Beratungsstelle“ 1992, zunächst in der Hafenstraße in einem früheren Restaurant. Die damals noch junge Nargess Eskandari-Grünberg, frisch von der Uni, wurde die erste Leiterin der Beratungsstelle und blieb es, bis sie nach der Kommunalwahl 2021 Bürgermeisterin und hauptamtliches Magistratsmitglied wurde. Seither ist ihre langjährige Kollegin Yasemin

haben selbst interkulturelle Wurzeln. Das schaffe Vertrauen und nachhaltige Bindung an die HIWA!.

Hiwa heißt Hoffnung

Von Beginn an standen die Themen Gesundheit, zunehmend auch mit dem Blick auf die Demenz und die pflegenden Angehörigen, und Begegnung im Fokus. So entstanden auch erste Gruppen „nur für Frauen. Das war ihnen wichtig, um entspannter miteinander zu sein. Im Beisein von Männern sind sie oft verhaltener. Daher sagten die Frauen, die Männer haben ihre Cafés, wo sie hingehen können“, erzählt Yazici-Muth. Weitere Schwerpunkte in der Arbeit sind klient:innenzentrierte Angebote, Beratung und Begleitung zu allen Themen des täglichen Lebens sowie zu behördlichen Angelegenheiten, Stärkung der Selbsthilfe-

potenziale und Gesundheitskompetenz. Ein weiterer wichtiger Faktor ist die Vernetzungs-, Öffentlichkeits- und Stadtteilarbeit, etwa über den 1994 gegründeten Arbeitskreis HIWA!. Und vor allem organisiert HIWA! Veranstaltungen, Workshops, Schulungen und für die Zielgruppe angepasste Gruppen- sowie Bildungsangebote.

Elementar ist die Beratungsstelle zudem für die Aktiven der HIWA!-Senior:innengruppen. „Jede Woche warte ich sehnsüchtig, bis es Dienstag ist, damit ich meine Freundinnen bei der HIWA! treffe. Es ist beruhigend zu wissen, dass ich mit meiner Situation nicht allein bin“, so eine Teilnehmerin. Ein anderer Gast schätzt es, dass das Team hilft, „bestehende sprachli-

che Barrieren zu überbrücken, wenn ich mal mich nicht ausdrücken kann“. Wichtig war vielen, dass die Stelle während der Pandemie erreichbar blieb: „Das HIWA!-Team ist immer da. Auch als wir Corona hatten, hat die HIWA! uns das Gefühl der Sicherheit gegeben!“ So sprach das Team in der Zeit vom Fenster aus mit den Klient:innen, schrieb ihnen „MUT Mach“-Briefe und rief an. „Während der Pandemie war ich immer präsent und vor Ort. Es war eine sehr fordernde Zeit. Viele unserer Klienten waren sehr einsam. Für sie mussten wir da sein“, betont die Leiterin.

Der Begriff „hiwa“ kommt übrigens aus dem Kurdischen und heißt auf Deutsch „Hoffnung“. Und so hofft Yazici-Muth angesichts des gut

30-jährigen Bestehens der Beratungsstelle, „dass einfach von der Stadt mehr gesehen wird, was wir leisten, und wir finanziell angemessen ausgestattet werden, um die Arbeit auch weiterhin für die wachsende Zielgruppe stemmen zu können. Es gibt vieles, was wir initiieren möchten“. Aktuell gehe das meist nur über gesonderte Projektanträge. Diese ermöglichen themenspezifische und aktuelle Angebote wie „Das deutsche Gesundheitssystem“, „Smartphone: Was ist das und wie geht das?“ oder zur Frage, wo Ratsuchende beigesetzt werden möchten: in Deutschland oder im Ursprungsland? *Sonja Thelen*

HIWA! Beratungsstelle
Gutleutstraße 17a, 60329 Frankfurt,
E-Mail: hiwa@drkfrankfurt.de

Gefunden: die universale Glücksformel

Was macht wirklich glücklich? Diesen Fragen gehen Forschende der Universität Harvard in Cambridge/Massachusetts seit 85 Jahren nach – und präsentieren ihre Ergebnisse in einem Buch.

Glück – was ist das? Ist es beruflicher Erfolg, Wohlstand und vielleicht noch Berühmtheit? Oder eher soziale Anerkennung, ein gelungenes Familienleben, Gesundheit und gute wirtschaftliche und soziale Verhältnisse? Einer Antwort auf diese Fragen gehen Forschende der Universität Harvard in Cambridge/Massachusetts seit 85 Jahren nach. Die derzeitigen (vierten) Leiter der Langzeitstudie, Robert Waldinger und Marc Schulz, präsentieren die wichtigsten Erkenntnisse in ihrem Buch „The Good Life“, das im August 2023 auch auf Deutsch erschienen ist (Kösel-Verlag, München).

Die Studie wertet das Schicksal von mehr als 2000 Menschen aus mittlerweile drei Generationen aus. Die Forschenden befragten die Proband:innen über lange Zeit regelmäßig nach ihrer aktuellen Situation, wie sie selbst ihr Leben bewerten, welche Ziele sie aktuell haben, und erhoben deren Gesundheitsdaten. Eine Handvoll der erwachsenen Testpersonen sind seit 1938 kontinuierlich dabei. Die Studie wird fortge-

führt; doch die Autoren können in der Zwischenzeit schon eine einfache Glücksformel als Forschungsergebnis präsentieren: gute Beziehungen pflegen. Sie „machen uns gesünder und glücklicher“, sagen die Wissenschaftler:innen.

Beziehungen machen glücklich

So unterschiedlich die glücklichsten Studienteilnehmer:innen auch tickten und so sehr ihre Vorstellungen von einem glücklichen Leben voneinander entfernt seien, sie hätten eines gemeinsam: Sie täten auch etwas für gute Beziehungen. Und das ist nicht auf Partnerschaft oder die eigene Familie beschränkt. Auch Freundschaften, Verwandte, Kolleg:innen oder Bekannte vermitteln den Testpersonen Wertschätzung und das gesundheitsstärkende Gefühl, sich aufgehoben und unterstützt zu wissen. Schon kurze Ge-

spräche mit Fremden könnten positive Effekte haben.

Der Gradmesser für Wohlbefinden, das gut durchs Leben trägt, sei auch nicht die Zahl der gepflegten Beziehungen, ihre Intensität oder die Häufigkeit der Begegnungen. Als ausschlaggebend erwies sich die innere Verbundenheit, die bei dem einen durch ein gelegentliches Telefonat wieder aufgefrischt wurde, bei der anderen den regelmäßigen Austausch braucht – eben individuell je nach Temperament und Situation, aber aktiv zugewandt mit innerem Engagement. Und noch eine wichtige Erkenntnis der Studie geben die Autoren schon mal weiter: Es ist nie zu spät, damit zu beginnen, seine Seite als soziales Wesen aktiv zu gestalten. Auch im Alter könne man noch gute Beziehungen entwickeln und pflegen – und dadurch gesünder und glücklicher werden. *Karin Willen*



Versorgungslücke in der Zahnmedizin

Aktuellen Erkenntnissen zufolge betragen die Wartezeiten für zahnmedizinische Behandlungen in Vollnarkose an Universitätskliniken für vulnerable Patientengruppen derzeit im Schnitt viereinhalb Monate.

Als vulnerabel gelten Patient:innengruppen, die nicht ambulant auf dem Behandlungsstuhl in einer zahnärztlichen Praxis in örtlicher Betäubung oder unter Nutzung von Sedierungsverfahren versorgt werden können, sondern eine Allgemeinanästhesie unter stationären Bedingungen benötigen. Da konservierend-prothetische Behandlungen in Narkose bei vulnerablen Patient:innen deutlich längere Behandlungszeiten bedingen und bei weitem nicht ausreichend vergütet werden, entstehen bei den Kliniken, die diese Versorgung anbieten, hohe Defizite. Bei Kapazitätsengpässen kann es vorkommen, dass vulnerablen Patient:innen eher ein Zahn gezogen wird, anstatt diesen mit zahn-

erhaltenden oder prothetischen Maßnahmen zu erhalten. Der Verlust eigener Zähne verringert jedoch die Kaufähigkeit der Betroffenen und schränkt ihre Lebensqualität deutlich ein, zudem bringt er gesundheitliche Risiken mit sich, da die Betroffenen durch Umstellung auf weiche Kost oder Breikost eine deutlich schlechtere Ernährung haben. Eingeschränkte Kaufähigkeit bedingt zudem kognitive Einschränkungen, wie neuere wissenschaftliche Untersuchungen zeigen. Für die betroffenen vulnerablen Patient:innengruppen bedeutet all dies eine Minderversorgung im Vergleich zu „regulären“ Patient:innen, bemängelt die Deutsche Gesellschaft für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie e.V.

Gemeinsam für Menschen mit Demenz

Anlässlich der Halbzeit der Nationalen Demenzstrategie ist eine Broschüre erschienen.

In Deutschland sind circa 1,8 Millionen Menschen von Demenz betroffen. Bis zum Jahr 2050 wird ihre Zahl voraussichtlich auf 2,8 Millionen steigen. Um dieser Herausforderung zu begegnen und um die Gesellschaft demenzfreundlich zu gestalten, hat die Bundesregierung unter gemeinsamer Federführung des Bundesministeriums für Gesundheit und des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend sowie dem Co-Vorsitz der Deutschen Alzheimer Gesellschaft die „Nationale Demenzstrategie“ verabschiedet. Die Beteiligten arbeiten daran, das Bewusstsein für Demenz in der gesamten Gesellschaft weiter zu schärfen, betroffene Menschen und ihre Angehörigen stärker zu unterstützen, die medizinische und pflegerische Versorgung weiterzuentwickeln und die Forschung zu fördern. Außerdem setzt sich die Nationale Demenzstrategie für die Enttabuisierung von Demenz sowie eine bessere Lebensqualität und Teilhabe dementiell Erkrankter ein. Denn oft bedeutet die Diagnose, dass sich die Betroffenen aus dem gesellschaftlichen Leben zurückziehen.

Eine Broschüre fasst nun die Arbeit und Fortschritte der Demenzpolitik zusammen und stellt die Ziele, Projektergebnisse und einige Akteur:innen vor.



Die Publikation kann mit der Artikelnummer 3BR279 telefonisch unter 030 18 272 2721 oder per E-Mail an:

publikationen@bundesregierung.de bestellt werden.

Auch gibt es auf www.bmfsj.de einen direkten Download.

UN-Menschenrechtsrat fordert Verbot von Altersdiskriminierung

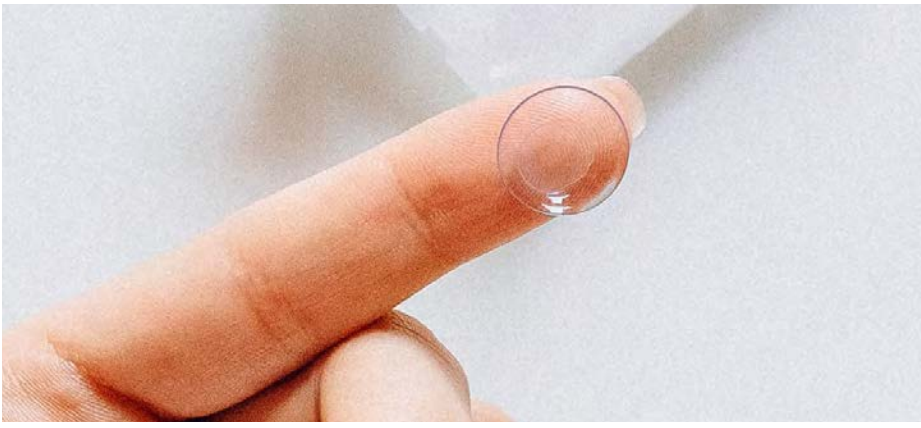
Bagso begrüßt den Beschluss der Vereinten Nationen.



Foto: Pixabay

Der Menschenrechtsrat der Vereinten Nationen (UN) hat am 11. Oktober eine Resolution zu den Menschenrechten Älterer verabschiedet. In dieser Resolution verurteilen die Staaten jede Form von Gewalt gegen und Missbrauch und Vernachlässigung von älteren Menschen. Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. (Bagso) begrüßt die Resolution als einen weiteren Schritt zur Stärkung der Men-

schenrechte Älterer auf internationaler Ebene. Gemeinsam mit anderen Nichtregierungsorganisationen sprach sie sich für eine stärkere Beteiligung von älteren Menschen, ihren Interessensvertretungen und Menschenrechtsorganisationen aus. Der Beschluss des Menschenrechtsrats fordert Staaten auf, alle Formen der Diskriminierung gegen Ältere zu verbieten und politische Maßnahmen, Strategien, Aktionspläne, Gesetze und Vorschriften gegen Altersdiskriminierung zu entwickeln und umzusetzen. Außerdem hat der UN-Menschenrechtsrat eine Resolution zum Thema Pflege und Unterstützung verabschiedet, in den er größte Investitionen in Pflege- und Unterstützungsmaßnahmen fordert, um den allgemeinen Zugang zu Dienstleistungen für alle zu gewährleisten.



Kontaktlinsen bieten nicht nur Tragekomfort, sondern können bei falscher Pflege auch ernsthafte Augeninfektionen hervorrufen.

Vorsicht: Augeninfektion!

Auch Kontaktlinsenbehälter sind Bakterienfallen.

Experten der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft (DOG) haben auf die Infektionsrisiken von Kontaktlinsen hingewiesen. Trotz allen Tragekomforts seien die Sehhilfen immer ein Fremdkörper im Auge, der das Risiko für teils schwere Infektionen der Hornhaut erhöhe.

Auf jeder gesunden Augenoberfläche existieren Infektionserreger, etwa Bakterien und Viren. „Ein intakter Tränenfilm und ein dichter oberflächlicher Zellverband der Hornhaut halten die Keime jedoch vom Eindringen ins Auge ab“, erläutert Professor Dr. med. Gerd Geerling, Direktor der Klinik für Augenheilkunde am Universitätsklinikum Düsseldorf. Wer nun Sehfehler – ob Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit oder Hornhautverkrümmung – oder auch Narben mithilfe von Kontaktlinsen korrigiert, legt die runden Haftschalen auf genau diese schützende Schicht aus Tränenfilm und Hornhaut.

Insbesondere bei Träger:innen weicher Kontaktlinsen finden sich neben regulären Bakterien auch seltene Infektionserreger wie Amöben und Pilze. „Diese Erreger kommen – womöglich auch bedingt durch klimatische Änderungen in unseren Breiten – heute zunehmend häufiger vor und können teils sehr schwere Infektionserkrankungen der Hornhaut und des Augeninneren auslösen, die eine monatelange Behandlung mit Augentropfen und Tabletten erfordern“, erklärt Geerling. Bei besonders

schweren Verläufen könne eine Hornhauttransplantation oder im schlimmsten Fall sogar die Entfernung eines Auges notwendig werden.

Um solche Infektionen zu vermeiden, sollten sich Kontaktlinsenträger:innen strikt an die Pflegevorschriften des Herstellers halten und einige Verhaltensregeln beachten. „Bevor man mit den Haftschalen in Berührung kommt, stets die Hände waschen“, rät der Augenspezialist. An den Kontaktlinsen selbst sammeln sich mit der Zeit Schmutz und Keime. „Deshalb ist die tägliche Desinfektion mit der vorgeschriebenen Reinigungs- und Aufbewahrungsfüssigkeit enorm wichtig“, betont der Augenarzt.

Doch auch im Kontaktlinsenaufbewahrungsgefäß können sich Bakterien vermehren und würden so zu einer „Bakterienfalle“. Daher sollten Behälter und Kontaktlinsen niemals mit Leitungswasser gereinigt werden: „Leitungswasser ist nicht steril, es enthält Mikroorganismen, Metallpartikel, Chlor und andere Stoffe“, erläutert Geerling. Am besten sei es, den Behälter mit der Desinfektionslösung auszuspülen und an der Luft trocknen zu lassen. Nach drei Monaten sollte das Gefäß gegen ein neues ausgetauscht werden.

Zeigen sich allergische Reaktionen, Beschwerden wie Sehminde- rung, Sekretabsonderung, Rötung oder Schmerzen, sollten Augenarzt oder Augenärztin konsultiert werden.

Gute Versorgung für alle

Aktionsplan soll mehr Barrierefreiheit im Gesundheitswesen sichern.

Ein gutes Gesundheitssystem ermöglicht allen den Zugang zu den medizinischen und therapeutischen Leistungen, die sie benötigen. Jedoch gilt dies noch immer nicht für viele Menschen mit Behinderungen. In der UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK) verpflichten sich die Vertragsstaaten in Artikel 25, Menschen mit Behinderungen eine ortsnahe gesundheitliche Versorgung in derselben Bandbreite und von derselben Qualität zu garantieren wie Menschen ohne Behinderungen. Zusätzlich sollen sie die Leistungen der gesundheitlichen Versorgung erhalten, die sie wegen ihrer Behinderung benötigen.



Foto: BGM/Jan Pauls

Gemeinsam mit Vertreter:innen aus den Bereichen Politik und Zivilgesellschaft hat das Bundesgesundheitsministerium ein schriftliches Beteiligungsverfahren auf den Weg gebracht, um realistische und umsetzbare Ziele und Maßnahmen zu definieren, mit denen bis kommenden Sommer ein Aktionsplan erarbeitet werden soll. Dieser soll helfen, Hindernisse beim Zugang zur Versorgung abzubauen. Denn, so Bundesgesundheitsminister Prof. Karl Lauterbach: „Die beste Gesundheitsversorgung hilft nicht, wenn nicht alle Zugang dazu haben.“

Wie das Angstgehirn das Verhalten beeinflusst

In früheren Zeiten sicherten Ängste das Überleben. Heute zählen sie neben Depressionen zu den häufigsten psychischen Störungen.

Foto: Oeser



Ängste begleiten die Menschen von Anfang an. Entwicklungsgeschichtlich betrachtet, stuft sie der Psychotherapeut Borwin Bandelow (Foto) als sinnvoll ein. Die Angst vor Schlangen oder Spinnen habe in früheren Zeiten das Überleben gesichert. Wer dagegen die Gefahr vor gefährlichen Tieren ignorierte, sei gestorben. „Unsere Vorfahren waren die Ängstlichen“, stellte er klar. Das „Angstgehirn“ beeinflusse denn auch bis heute unser Verhalten. Inzwischen sei es jedoch nicht immer förderlich, da es keine Erfahrungen verarbeiten oder vorausschauend denken kann, wie es das weitaus jüngere „Vernunftgehirn“ vermag. Was dies in der gegenwärtigen Gemengelage aus Pandemiefolgen, Ukrainekrieg, Flüchtlingsbewegungen und Klimakatast-

rophien heißt, lotete Borwin Bandelow im Rahmen der vom Gesundheitsamt Frankfurt initiierten Veranstaltungsreihe „Psyche und Gesellschaft“ aus. Unter dem Titel „Angst – in Zeiten schwerer Krisen“ beleuchtete er die Zusammenhänge zwischen Angstreaktionen und gesellschaftlichen Prozessen.

Ein gutes Beispiel liefert dem Senior-Professor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Göttingen die Corona-Pandemie. In der ersten Phase habe das „Angstgehirn gegen das Vernunftgehirn gesiegt“, was etwa zu Hamsterkäufen führte. Auch Verschwörungstheorien fanden einen fruchtbaren Boden, denn: „In akuten Krisen besteht die Tendenz, sich um Anführer zu scharen.“ Nach und nach hätten sich realistischere Einschätzungen durchge-

setzt und sich die meisten Leute mit der Situation einigermaßen arrangiert. Mittlerweile sei die Lage bezüglich Corona entspannt, herrsche trotz wieder anziehender Fallzahlen keine Panik mehr. Wie Borwin Bandelow in seinem Vortrag im Haus am Dom unterstrich, ist „die Angst vor neuen Gefahren immer stärker als die Angst vor bekannten Gefahren“.

Das zeigen ihm auch die jährlich erstellten Studien über die Verteilung von Ängsten. Vor dem Hintergrund der gestiegenen Lebenshaltungskosten hätten 2022 Geldsorgen die ersten fünf Plätze der Tabelle belegt. „Dabei sind die Deutschen nicht gerade arm.“ Entsprechend der allgemeinen Lage ändere sich die Gewichtung aber von Jahr zu Jahr, räumte der Experte für Angststörungen ein. So habe 2016 die Angst vor Geflüchteten und Einwanderungen weit vorne gelegen, 2020 die vor der Corona-Pandemie. Die Angstgründe wechseln – zum Teil auch geschürt durch die Medien –, doch generell habe die Angst hierzulande nicht zugenommen, kann Borwin Bandelow beruhigen. Dass „in nördlichen Ländern Ängste insgesamt weiter verbreitet“ sind als in den armen und oft lebensfeindlichen Regionen des globalen Südens hat für ihn einen plausiblen Grund: „Bedenkenträger haben im Norden größere Überlebenschancen.“

Was behandlungsbedürftige Erkrankungen betrifft, seien in Deutschland neben Depressionen die in Phobien umschlagenden Ängste die häufigsten psychischen Störungen. Höhenangst, Klaustrophobie oder Angst, sich in der Öffentlichkeit zu blamieren, löse nicht selten Panikattacken aus. „Alle Phobien gehen auf Jahrtausende alte Gefahren zurück“, weiß

der Gründer und Ehrenvorsitzende der Gesellschaft für Angstforschung. Am häufigsten sei noch immer die Vogelspinnenphobie, doch auch die Angst, mit dem Flugzeug abzustürzen, sei weit verbreitet. Während für Letztere nur eine Wahrscheinlichkeit von 1:9,1 Millionen bestehe, würden „aufgrund von mangelndem Hintergrundwissen die Gefahren durch

Atomkraftwerke, Cyberkriminalität oder Klimaveränderung sehr unterschätzt“.

Bei Phobien rät Borwin Bandelow zu einer ambulanten Verhaltenstherapie, die in der Regel ausreichend sei – eventuell unterstützt von Medikamenten. Ein wichtiges Prinzip sei hier: „Du sollst nicht kneifen.“ Damit sei gemeint, etwa bei einer Klaus-

trophobie Fahrstuhl zu fahren oder bei Höhenangst auf den Kirchturm zu steigen. Die von ihm als „11. Gebot“ bezeichneten Maßnahmen befolgte er in seinem Vortrag selbst und sprach vor versammeltem Publikum den Fachbegriff für seine Furcht vor langen Namen aus: „Hippopotomonstrosesquippedaliophobie.“

Doris Stickler

Anfangen und am Ball bleiben

Es ist nie zu spät, mehr Kraft, Energie und Lebensfreude zu entwickeln.

Jede:r kann die schädlichen Auswirkungen des Alterungsprozesses minimieren und einer Sarkopenie vorbeugen. So nennt man den übermäßigen Abbau von Muskelmasse und Kraft, der mit Funktionseinschränkungen und Stürzen, aber auch mit Erkrankungen wie Osteoporose und chronischen Entzündungen einhergeht. Gezieltes Training und eiweißreiche Ernährung beugen diesem Zustand vor und bauen bereits verlorene Muskeln wieder auf.

Jetzt gibt es keine Ausreden mehr: Selbst sehr hohes Alter ist kein Grund, sich auf die Strecke zwischen Bett, Bad und Sessel zu beschränken. Schon 1990 hatte eine Studie in einem amerikanischen Pflegeheim gezeigt, dass auch hochbetagte Menschen ihre Kraft und Muskelmasse durch angepasste Übungen verbessern und so ihre Alltagsfähigkeiten positiv beeinflussen konnten. Doch weil das sportwissenschaftliche Training gebrechlicher, aber nicht akut kranker Menschen zwischen 84 und 96 Jahren nur zehn Personen umfasste, wurde das statistisch wenig aussagekräftige Ergebnis ignoriert. Inzwischen decken harte wissenschaftliche Fakten, dass planmäßiges Üben auch die Muskeln älterer Menschen wieder wachsen lässt, nur langsamer als bei Jüngeren. Und am besten unterstützt durch eiweißhaltige Kost.

Dass Menschen altersbedingt an Muskelmasse verlieren, ist bislang unabänderlich und wird es wohl

auch bleiben. Deshalb werden körperliche Aktivitäten mit den Jahren anstrengender. Fatalerweise reagieren viele darauf mit weniger Bewegung, was aber den Muskelabbau verstärkt und beschleunigt. Denn Muskeln, die nicht aktiviert werden,

verkümmern. Eine eiweißarme Ernährung treibt im Alter die Abbauprozesse noch voran. Doch bis zur körperlichen Gebrechlichkeit mit Schwäche, Gangunsicherheit, Langsamkeit, ungewolltem Gewichtsverlust und Müdigkeit sollte es niemand



Foto: pexels

kommen lassen. Und – Achtung: Hier kommt die gute Nachricht! – das Ausmaß der Degeneration lässt sich beschränken und hinauszögern. Regelmäßige Bewegung und öfter neben Kartoffeln, Fleisch und Fisch beim Gemüse gezielt Linsen, Erbsen oder Bohnen wählen oder zwischen- durch ungesalzene Nüsse snacken, begrenzen die Einbußen der Lebensqualität, die mit Sarkopenie einhergehen.

Aktiv sein und eiweißreich essen

Muss man denn im verdienten Ruhestand noch solche Mühen auf sich nehmen? Ja, denn wer möglichst lange selbstbestimmt leben will, braucht Kraft, Beweglichkeit, Gleichgewicht und Koordination. Regelmäßiges Training beugt zudem Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen vor, verhindert bei schon Erkrankten Verschlimmerungen und hebt die Stimmung. Alles wissenschaftlich belegt! Nur, dass das regelmäßige Training auch einen positiven Einfluss auf die Kognition, also Denk- und Wahrnehmungsvorgänge hat, ist noch nicht zweifelsfrei bewiesen, aber auch nicht widerlegt. Das ermittelten kürzlich spanische Psycholog:innen und Sportwissenschaftler:innen in einer Auswertung vieler Studien (Meta-Analyse).

Was ein 84-jähriger Fachmann rät

Spätestens wenn Treppensteigen schwerfällt, man sich beim Öffnen von Flaschen und Dosen mühen muss und das Anziehen anstrengend wird, fällt auf, wie wichtig Mobilität für die Lebensqualität ist. Aber wer hat dann schon Lust, klein anzufangen und sich an den Geräten im Fitnessstudio zwischen Kraftprotzen zu blamieren? Andere Argumente, erst gar nicht mit mehr Bewegung zu beginnen, sind gesundheitliche Probleme, Schmerzen, Müdigkeit, Angst vor Verletzungen, fehlende Trainingsmöglichkeiten oder mangelnde Unterstützung. Gegen solche Resignation und Mutlosigkeit schreibt der 84-jährige Sportwissenschaftler und Autor Hans



Foto: pexels/Anna Shvets

Bloss seit Jahren an. Seine Antwort: „Anfangen und am Ball bleiben.“ Natürlich müssen die Übungen den individuellen Voraussetzungen angepasst werden. Während die einen ihre Laufschuhe schnüren oder die Schwimmbrillen aufsetzen können, müssen die anderen erst wieder üben, sicher von A nach B zu gehen. Kurze Tests von Ganggeschwindigkeit, Handgreifkraft und Steh-Sitz-Schnelligkeit bei Sportmediziner:innen bringen die individuelle Leistungsfähigkeit an den Tag. Physiotherapeut:innen können auf der Grundlage Übungspläne mit eingebauten Steigerungen aufstellen.

Neue Rituale und feste Termine

Auch wenn sich der Erfolg im Alter später einstellt als bei Jüngeren, gelingt es selbst im hohen Alter, die Verbindungen zwischen Nerven und Muskeln zu stärken und so die körperlichen Funktionen zu verbessern und aufrechtzuerhalten. Bloss rät allen, die sich lange nicht oder wenig bewegt haben, nichts aufzuschieben, sondern sofort mit kleinen, erreichbaren Zielen zu beginnen und sich dann auch zu belohnen. Sein Motivationstipp: neue Rituale entwickeln und feste Termine dafür einplanen. „Nach sechs Wochen hat der Körper sich an den neuen Rhythmus gewöhnt“, weiß er. Bloss selbst tritt jeden Morgen eine Viertelstunde nach Kneippscher Art jeweils ab-

wechselnd mit einem Bein in einen Kübel Wasser auf dem Balkon und schwingt seine Arme. Er achtet auch tagsüber auf genügend Bewegung, im Winter ist dafür sein Hometrainer öfter im Einsatz. Klingt nach Stress? Zwei- bis dreimal pro Woche eine halbe Stunde flott spazieren zu gehen und im Haus zu putzen, könne auch schon fit halten, entgegnet Bloss. Leider sei vielen der Spaß an der Bewegung verloren gegangen, den man bei Kindern noch gut sehen könne. Dann verabredet man sich am besten mit anderen zum Sport, um bei der Stange zu bleiben. „Was man macht, muss jeder für sich ausprobieren und sollte auf seine Körpersignale achten“, sagt er. Bald festzustellen, dass man beim Treppensteigen nicht mehr so schnauft, könne beflügeln.

Frankfurter Gesundheitsspaziergang

Der Beauftragte für Prävention und Gesundheit im Alter des Gesundheitsamts, Matthias Roos, rät zur Teilnahme am wöchentlichen Frankfurter Gesundheitsspaziergang. Jeden Donnerstag um 10 Uhr ist Treffpunkt beim Gesundheitsamt in der Breite Gasse 28. Kostenfrei und ohne vorherige Anmeldung geht es in Begleitung einer erfahrenen Übungsleiterin durch die Grünanlagen, am Main entlang bis zum Römer. „Das gemeinsame Gehen ist für alle Alters- und Bewegungsstufen geeig-

net“, sagt Roos. „Man kommt miteinander ins Gespräch, hier und da sind dabei auch schon neue Freundschaften entstanden.“ Hochaltrigen empfiehlt er zudem das Frankfurter Netzwerk „Aktiv-bis-100“, das in vielen Stadtteilen Kurse anbietet, in denen über 80-Jährige unter qualifizierter Anleitung Beweglichkeit, Kraft und Gleichgewichtsgefühl wiedergewinnen oder verbessern können.

„Je älter man wird, desto wichtiger wird Sport für die Gesundheit“, betont Bloss. Brandon Grubbs, amerikanischer Sportwissenschaftler und Spezialist für Positives Altern, hat gute Erfahrungen mit Schnelkrafttraining gemacht, das Alltagsfähigkeiten direkt verbessern kann. Sein Übungsvorschlag für daheim: Eine leichte Last bei möglichst aufrechter Haltung fast täglich so schnell wie möglich heben, ein bis zwei Sekunden halten und dann ab-

senken. Das je nach Fitness drei bis sechsmal hintereinander und dann eine Verschnaufpause. Danach das Ganze zweimal wiederholen. Als leicht gilt eine Last, die man mindestens achtmal hochheben kann. Nützlich sind auch Sitz-Steh-Sitz-Übungen, die als das A und O der Sturzprävention gelten, weil sie die Beinkraft aufbauen, die dann zum Beispiel mit Fahrradfahren erhalten werden kann. Bei der Übung sitzt man auf dem vorderen Drittel der Stuhlfläche, verschränkt die Arme vor die Brust, lehnt sich zurück, spannt dann die Bauchmuskeln an, kommt nach vorn und steht auf. Das etwa zehn Mal in drei Durchgängen, dazwischen eine Pause.

Die nationalen Bewegungsempfehlungen raten Menschen im hohen Alter zu insgesamt mindestens 75 Minuten intensiver körperlicher Aktivität pro Woche. Mobilitätseinge-

schränkte sollten mindestens drei Tage die Woche ihr Gleichgewicht trainieren und so Stürzen vorbeugen. Wem das schon zu viel „Programm“ ist, kann sich an das Credo der Bewegungsexpertin bei der DAK-Gesundheit, Franziska Albrecht, halten: „Jedes Aufstehen, jede Treppenstufe, jede kleine Übung oder jede körperliche Aufgabe sind ein Schritt in Richtung mehr Kraft, Energie und Lebensqualität.“ Karin Willen

Gesundheitsspaziergang jeden Donnerstag ab 10 Uhr. Treffpunkt am Empfang des Gesundheitsamtes, Breite Gasse 28 (ohne Voranmeldung)

Informationen und Vereinsadressen zu Aktiv-bis-100 im Internet unter www.sportkreis-frankfurt.de/sport-in-frankfurt/aktiv-bis-100_35.html

Die Gesundheits- und Bewegungsangebote des VHS-Programms Aktiv im Alter liegen bei der VHS und in den Sozialratshäusern aus und können im Internet heruntergeladen werden unter www.vhs-frankfurt.de (Menüpunkt Downloads unten auf der Website)

Erste Hilfe für pflegende Angehörige

Pflgende Familienmitglieder möchte Erste-Hilfe-Ausbilder Jörg Valtin vom DRK Bezirksverband Frankfurt mit einem neuen Angebot entlasten, das seit kurzem im neuen DRK-Erste-Hilfe-Ausbildungszentrum in der Frankfurter Innenstadt angeboten wird. So hat er einen Erste-Hilfe-Kurs für pflegende Angehörige entwickelt, der konkrete Tipps für richtiges Handeln im Notfall geben soll. Der erfahrene Ausbilder Jörg Valtin, der sich zudem schon lange ehrenamtlich in der Hospizarbeit engagiert, hatte zuletzt einen steigenden Bedarf für Handlungsanweisungen im Ernstfall beobachtet. Er habe es schon oft erlebt, dass Menschen, die Familienmitglieder pflegen, in vermeintlichen Akutsituationen nicht erkennen, ob es sich tatsächlich um einen medizinischen Notfall handelt, und dabei in Stress geraten. „Viele Pflegebedürftige können sich aufgrund ihrer Erkrankung nicht mehr deutlich artikulieren. Das



Foto: pexels-pixabay

bei Stürzen, Frakturen, Blutungen, Krampfanfällen, Herzinfarkt, Schlaganfall, akuter Atemnot, Asthma, Lungenembolie sowie Lungenödem, arteriellem Gefäßverschluss, bei psychischen Notfällen, Vergiftungen, Hitzeerschöpfung und Verbrennung. Das neue Angebot soll zudem helfen, Rettungsdienst und Krankenhäuser zu entlasten, indem pflegende Familienmitglieder darin gestärkt werden, Symptome besser zu erkennen und einzuordnen, um entsprechend zu agieren. Sonja Thelen

kann dazu führen, dass die Betroffenen nervöser oder aggressiver werden“, erläutert Valtin. Der neue Lehrgang für pflegende Angehörige soll auch dazu beitragen, die Lebensqualität in der Familie etwas zu verbessern und Stresssituationen zumindest zu reduzieren.

Die Teilnehmenden erhalten hilfreiche Tipps, um sicher und schnell handeln zu können: beispielsweise

Der Erste-Hilfe-Kurs für pflegende Angehörige findet in der Regel einmal im Monat samstags von 10 bis 14 Uhr im Erste-Hilfe-Ausbildungszentrum des DRK Frankfurt statt (Vilbeler Straße 27–29, 60313 Frankfurt), Telefon: 069/589 975 170, E-Mail: erstehilfe@drkfrankfurt.de.

Die Kursgebühr beträgt 50 Euro. Weitere Informationen zum Erste-Hilfe-Kursangebot stehen online: <https://www.drkfrankfurt.de/kurse/erste-hilfe.html>.

Ganz Ohr durch fortgeschrittene Technik?

Auch wenn das geltende Recht die Inklusion zusichert, Hessen mit der Kommunikationshilfe-Verordnung und dem Gehörlosengeld nicht so schlecht dasteht und Museen, Veranstalter oder die VHS Hörbeeinträchtigte aktiv miteinbeziehen, hakt es an allen Ecken und Enden.

Es klingt so einfach. Hörgeräte und Cochlea-Implantate schließen schwerhörige und taube Menschen in die alltägliche Kommunikation ein und ermöglichen ihnen, ihre Stimme zu erheben. Doch Petra Blochius kennt zahlreiche Tücken und Hindernisse, die eine umfassende Teilhabe am gesellschaftlichen Leben begrenzen, wenn unser empfindlichstes Sinnesorgan schlecht oder nicht (mehr) funktioniert. Viele Hürden kennt die Geschäftsführerin der Frankfurter Stiftung für Gehörlose und Schwerhörige und Vorstandsvorsitzende der Hessischen Gesellschaft zur Förderung der Gehörlosen und Schwerhörigen e.V. sogar aus eigener Erfahrung. Als Kind schon früh mit Hörgeräten versorgt, lernte sie später als Ertaubte die Lautsprachbegleitenden Gebärden (Gebärdensprache). Nach der operativen Versorgung mit einer Innenohrprothese, mit der Schall in elektronische Impulse umgewandelt und auf den Hörnerv übertragen werden, dem Cochlea-Implantat (CI), kann sie wieder Sprache verstehen.

Wo liegen die Barrieren für Hörgeschädigte, aktiv am Geschehen teilhaben zu können? Zum einen in den verschiedenen Formen und Graden des Hörverlustes zwischen gehörlos, schwerhörig und ertaubt. „Bei Hörschädigungen ist die Versorgung sehr individuell“, erklärt Blochius. „Vieles hängt auch von einer guten Zusammenarbeit zwischen Ärzt:innen, Hörgeräteakustiker:innen und Audiolog:innen ab.“ Und es gilt, das passende Hörsystem für die unterschiedlichen Ausmaße und Ursachen der Schwerhörigkeit zu finden. Die Geräte werden meist hinter dem Ohr oder im Gehörgang getragen. Menschen, die trotz Tragens eines Hörsystems keine Sprache ver-



© Frankfurter Stiftung für Gehörlose und Schwerhörige

Petra Blochius hat selbst eine Innenohrprothese und weiß wie es ist, wenn das empfindlichste Sinnesorgan nicht (mehr) funktioniert.

stehen, können mit einem CI versorgt werden. Im Schädel verankerte Knochenleitungs-Hörgeräte helfen bei Schäden im Mittelohr oder Gehörgangsproblemen. Menschen mit geschädigten Hörnerven kann heute mittels Hirnstamm-Implantaten geholfen werden.

Geduld ist gefragt

Ob der (Wieder-)Anschluss an die hörende Welt gelingt, hängt auch von der Persönlichkeit, den Erwartungen und dem Budget der Betroffenen ab. „Die passende Hörhilfe zu finden, erfordert oft viel Geduld“, sagt Blochius, „man sollte sich nicht so schnell entmutigen lassen, wenn die Anpassung nicht sofort gelingt.“ Altersschwerhörige, die erst in fortgeschrit-

tenem Stadium eine Hörhilfe bekommen, und CI-Träger:innen müssen sich von der gewohnten Stille auf die Verständigung in manchmal quälender Geräuschkulisse umstellen. Das braucht Zeit und die Bereitschaft, mit Störgeräuschen umzugehen. Blochius selbst zählt sich zu dem Großteil der CI-Implantierten, deren Lebensqualität sich verbesserte. Mit CI hörte sie erstmals Vögel singen, ein halbes Jahr nach der Operation konnte sie telefonieren. Dafür musste sie aber durch eine Phase mit Schwindel gehen und kann Straßenlärm zuweilen immer noch schlecht ertragen.

Von solchen Erfahrungen Betroffener und ihrer Expertise in sozialen, rechtlichen und technischen Fragen profitieren Ratsuchende im Kontakt

mit der EUTB (Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung) der Stiftung. Ob es wirklich das teure, komplizierte Gerät sein muss und wann die Krankenkassen die Versorgung über den Festbetrag hinaus bezuschussen, sind klassische Fragen, die individuell im Gespräch geklärt werden. Angehörige erhalten Tipps, welches Verhalten oder welche Änderungen der Raumakustik Menschen mit Hörhilfe helfen, nicht so schnell zu ermüden.

In der Lern- und Erlebnisausstellung

Hörschwäche ist ein Handicap, das Nichtbetroffene auf den ersten Blick nicht merken. Und wer denkt schon von sich aus daran, dass Durcheinanderreden, mangelnder Blickkontakt oder undeutliches Sprechen und lärmende Geräte für Hörgeschädigte Stress bedeuten, auch wenn sie das bestmögliche Gerät tragen? Zudem kennen und nutzen nicht alle Betroffenen die Möglichkeiten, die das Leben mit Behinderungen erleichtern. Blochius sieht da noch viel Luft nach oben und verweist auf die Erlebnisausstellung „Hallo Freiheit! Zusammen über Barrieren“ im Gebäude. Dort fördert die Stiftung in Kooperation mit dem Sozialverband VDK und der University of Applied Sciences auf 200 Quadratmetern die Empathie Nichtbetroffener durch Simulation von Sinnesbeeinträchtigungen und zeigt Interessierten anschaulich, mit welchen Mitteln das Leben mit beschädigten oder nachlassenden Sinnen erleichtert werden kann. Und Pflegefachkräfte können lernen, Hörgeräte zu bedienen und wie sie davor bewahrt werden, Hörgeschädigte vorschnell für dement zu halten.

Viel hat sich in der Medizintechnik getan. Mit digitalen Hörgeräten, die eher einem Minicomputer als einem Geräuschverstärker gleichen, kann man störende Nebengeräusche mindern. Bluetoothfähige Geräte verbinden sich intuitiv per Funk mit dem Smartphone, dem Fernseher oder Lautsprechern. Und fast alle gängigen Geräte verfügen über eine T-Spu-

le, die ihren Trägern in Räumen mit Induktionsanlagen automatisch das Hören ermöglicht – wenn die Funktion beim Kauf aktiviert wurde, die Hörgeschädigten die Einstellung aktuell anschalten, die Räume mit solchen Anlagen ausgestattet sind und das Personal sie auch bedienen kann. „Es gibt vorbildliche Einrichtungen wie das Historische Museum in Frankfurt oder die Burgfestspiele in Bad Vilbel, die Menschen mit Hörbehinderungen sogar mit einer neuen Handy-App technisch inkludieren“, urteilt Blochius. Doch sie weiß auch von Personal zu berichten, das sich mit vorhandenen Anlagen nicht auskennt. Oder manche Träger:innen das blaue Ohrsymbol, das auf die Technik hinweist, nicht einmal kennen. Und dass es mit der T-Spule und Smartphone-Apps zwei unterschiedliche Systeme der technischen Hilfe gibt, vereinfacht die Inklusionsbemühungen von Einrichtungen und Veranstaltern auch nicht.

Zudem bleiben Gehörlose, die in der Gebärdensprache kommunizieren, eine Randgruppe. Weil kaum einer diese visuelle Sprache kennt, bleiben Betroffene häufig unter sich. Wo weder Gebärdensprachdolmetscher:innen noch Untertitel die Sinnesbrücke schlagen, sind sie automatisch ausgeschlossen. Für Arztbesuche oder Behördengänge finden sich nicht genug Fachleute zum Übersetzen. Und das zugebilligte Budget für Arbeits- und Kommunikationsassistenten, mit der die Teilhabe Gehörloser gesichert werden soll, reicht oft nicht. Ein neues Problem der Inklusion, mit der sich die Stiftung derzeit herausfordert sieht, ist, geflüchtete Betroffene mit deutscher Gebärdensprache zu ertüchtigen, sich in ihrer schwierigen Situation verständlich zu machen. Denn die mit den Augen wahrnehmbare Sprache gibt es fast in genauso vielen Landes- und Kulturvariationen wie die durch Laute vermittelte.

Karin Willen

Die Frankfurter Stiftung für Gehörlose und Schwerhörige



Die Frankfurter Stiftung für Gehörlose und Schwerhörige hat sich als Kompetenzzentrum für Fragen rund um Gehörlosigkeit, Taubheit und Schwerhörigkeit aus der 1861 etablierten Taubstummenanstalt entwickelt. Zu Fragen rund um Teilhabe und Rehabilitation beraten Expert:innen der Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen kostenlos. Seit Anfang 2020 beherbergt die Stiftung die Erlebnisausstellung „Hallo Freiheit! Zusammen über Barrieren“, die einmal im Monat auch kostenfreie Besuche anbietet. Darin befindet sich auch eine Modellwohnung mit Möglichkeiten, wie man mit Einschränkungen weitgehend selbstbestimmt leben kann. Führungen zu Spezialthemen wie Hausnotruf oder technische Lösungen sind buchbar. Bei Nachfrage ste-

hen Expert:innen für barrierefreien Umbau und Hilfsmittel zum Gespräch bereit. Und Simulationsgeräte wie etwa sichteinschränkende Brillen lassen die Auswirkungen von Beeinträchtigungen am eigenen Leib erfahren.



Frankfurter Stiftung für Gehörlose und Schwerhörige
Rothschildallee 16 A, 60389 Frankfurt
www.gls-h-stiftung.de

Kontakt:

Ausstellung:

Hallofreiheit@glsh-stiftung.de
EUTB

teilhabeberatung@glsh-stiftung.de

Tel.: 069/ 94 59 30 10

Offene Sprechzeiten dienstags von 7.30 bis 8.30 Uhr und von 16 bis 17 Uhr;

Termine nach Vereinbarung

Mensch und Mikrobe – eine vielversprechende Lebensgemeinschaft?

Maria Vehreschild sieht ausgerechnet in der Mikrobiota des menschlichen Verdauungstraktes ein Reservoir für neue Heilmittel. Die Forscherin und Ärztin gehört zu den Pionier:innen der Stuhltransplantation.

Es waren Meilensteine der Medizin und der Hygiene, die in der Vergangenheit tödliche bakterielle Seuchen wie Pest und Cholera stoppten oder Fleckfieber und Diphtherie eindämmten. 20 Jahre nach der Entdeckung des Antibiotikums Penicillin wurden Mitte des letzten Jahrhunderts immer mehr Wirkstoffe industriell hergestellt, die schädlichen (pathogenen) Bakterien den Garaus machen konnten. Die Medikamente schützten vulnerable (anfällige, verletzte) Menschen wie Erkrankte und frisch Operierte in Krankenhäusern vor bakteriellen Infektionen. Doch jetzt kämpft die Menschheit mit den Schattenseiten der Bakterienkiller in Krankenhäusern, Arztpraxen und in der Massentierhaltung. Einige gefährliche Krankheitserreger entwischten diesem mannigfachen Generalangriff und wurden dabei robuster. Diesen neuen multiresistenten Bakterien können viele der heute im Umlauf befindlichen Antibiotika kaum noch etwas anhaben.

Was nun? Nach neuen Stoffen forschen, vorhandene Medikamente konsequent nur gezielt nach Laboruntersuchungen einsetzen oder in Krankenhäusern noch strengere Hygieneregeln einführen? „Alles gute Wege, aber sie werden nicht reichen“, fand Maria Vehreschild. Deshalb bog die Forscherin vor mehr als einem Jahrzehnt von der klassischen Meilenstein-Route gegen gefährliche Infektionen auf ein eher unerforschtes Terrain ab: ins Mikrobiom. Das ist die Vielzahl von Mikroorganismen wie Bakterien, Pilze und Viren mit ihren Stoffwechselprodukten, die symbiotisch in speziellen Gemeinschaften (Mikrobiota) im Körperin-



Foto: Universitätsklinikum Frankfurt

Alles andere als sch...egal ist in Bezug auf die Gesundheit der Darm, weiß Maria Vehreschild.

neren und auf der Haut mit uns leben. Neuere Genforschungsmethoden machten diesen neuen Ansatz möglich.

Suchgebiet menschlicher Kot

In der Gemengelage des Darms, wo der Großteil der rund 100 Billionen Bakterien, die den Menschen besiedeln, weilt und wirkt, sucht die Infektiologin nach neuen Pfaden für die Behandlung. In erster Linie fahndet sie nach konkurrierenden Mikroorganismen und ihren Stoffwechselprodukten, die Krankheitserreger verdrängen können oder ihnen erst gar keine Möglichkeit einräumen, sich im oder am Menschen anzusiedeln. Ihr Suchgebiet ist der menschliche Kot. Die heute 43-jährige Professorin hat seit 2014 eine Stuhlbank in Köln auf- und ausgebaut, in der vorher sorgfältig ausgewählte und gründlich untersuchte junge, gesun-

de Kölner:innen ihre Hinterlassenschaften für die Forschung abgeben.

Mit daraus gewonnenem, gereinigtem und verkapseltem Material führt die inzwischen als Mikrobiom-Expertin anerkannte Forscherin seit zehn Jahren in Studien und in individuellen Heilversuchen fäkale Mikrobiotika Transplantationen (FMT) durch. Sie ist auf dem langen Weg zu sorgfältig geprüften Medikamenten, die von Ärzt:innen verschrieben werden dürfen. Wie wichtig die Mikrobiom-Forschung gerade auch für die älteren Generationen ist, erläuterte Vehreschild in Oktober auf der letzten Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Geriatrie (DDG) in Frankfurt.

Spitzenforschung gegen multi-resistente Bakterien

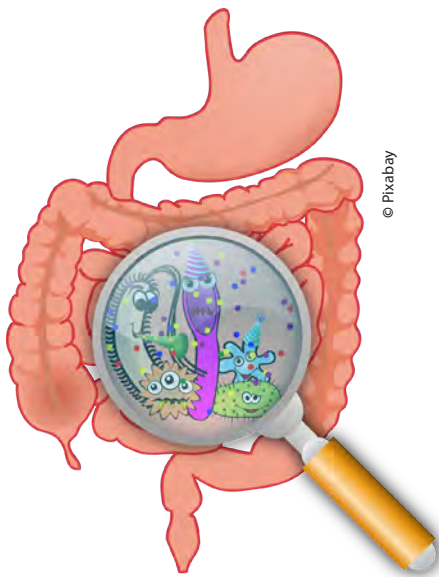
Der Vortrag war ein Heimspiel für die Wissenschaftlerin und Fachärztin für Innere Medizin und Infektiologie. Denn seit 2018 leitet sie die Infektiologie am Universitätsklinikum Frankfurt und lehrt an der Goethe-Universität. Daneben koordiniert sie weiterhin den Forschungsbereich „Krankenhauserkrankungen und multiresistente Bakterien“ des Deutschen Zentrums für Infektionsforschung (DZIF). Das ist eine Spitzenforschungseinrichtung mit Sitz am Braunschweiger Helmholtz-Zentrum für Infektionsforschung.

Was macht den Darm so interessant für die medizinische Forschung? Inzwischen weiß man, dass die Vielfalt und das Zusammenspiel der im Darm siedelnden Bakterien maßgeblich dazu beitragen, unseren Körper im dynamischen Gleichgewicht (Homöostase) zu halten. Doch noch sind weder alle winzigen Mitbewohner im

Darm bekannt noch ist die Art und Weise ihrer Zusammenarbeit entschlüsselt. Bekannt ist aber, dass eine hohe Artenvielfalt des Mikrobioms mit guter Gesundheit einhergeht, während sich die Bakteriengemeinschaft bei Erkrankungen oft verarmt und verändert zeigt – ein Zustand, in dem schädliche Bakterien die Oberhand schon gewonnen haben oder schnell gewinnen können.

Das ist beispielsweise bei schweren Durchfällen durch die Ausbreitung von Bakterien der Art *Clostridium difficile* passiert. Die durch die Nahrung oder Schmierinfektionen in den Darm gelangten Krankheitserreger können zwar über lange Zeit von Gegenspielern innerhalb der Bakterienvielfalt in Schach gehalten worden sein. Doch mit der als Entzündungsaltern (Inflammaging) bekannten Immunschwäche, die oft im Alter auftritt, haben es die Gift produzierenden Bakterien einfach, sich zu vermehren. Spezialist:innen wie Vehreschild können heute wiederkehrende schwere *Clostridium-difficile*-Infektionen durch Stuhlpräparate von gesunden Spendern heilen. Vehreschild behandelt ihre Patient:innen vorwiegend mit Kapseln, die ihren Inhalt erst im Darm freigeben.

Das komplexe Ökosystem in Darm und Darmwand zu entschlüsseln, bleibt jedoch weiter eine Herkulesaufgabe. Die Mikrobiomforschung weiß heute zwar, dass neben unabänderlichem Alter, Genetik und Geschlecht auch andere Faktoren das Miteinander der Bakterien im Darm negativ beeinflussen. Dazu gehören Stress, Nährstoffmangel, die Einnahme von Antibiotika, die unspezifisch auch nützliche Bakterien angreifen, oder bestimmter anderer Medikamente. Vehreschild ist aber optimistisch, mit weiteren Erkenntnissen gefährlichen Keimen in Krankenhäusern gezielt den Garaus bereiten zu können, Magen-Darm-Infektionen besser zu bekämpfen und etwa die Immuntherapie gegen Krebs mit der Förderung einer vielfältigen Darm-



Eine abwechslungs- und ballaststoffreiche Ernährung fördert die Vielfalt des Mikrobioms.

mikrobiota effektiv zu unterstützen. Vom kritiklosen Folgen vollmundiger Versprechen in den sozialen Medien und kommerziellen Mikrobiomanalysen hält sie dagegen nichts.

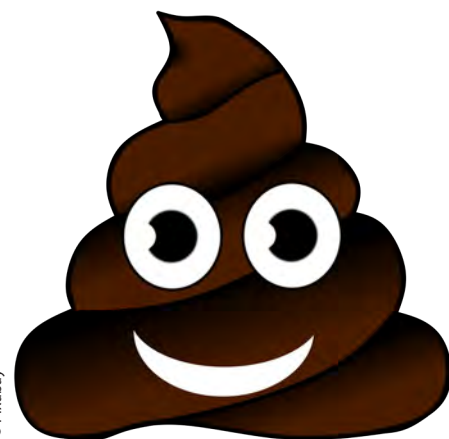
Mikrobiota als Treiber des Inflammaging

Für Senior:innen hat sie aber eine gute Nachricht: „Man konnte die Mikrobiota als einen wichtigen Treiber des Inflammaging identifizieren“, sagt Vehreschild. Das eröffnet die Perspektive, im Alltag einer Verarmung unseres individuellen Mikrobioms vorzubeugen und damit gute Voraussetzungen für das Immunsystem zu schaffen, Infektionen bekämpfen zu können. „Auch wenn wir nur wiederholen, was die Wissenschaft schon längst unter dem Stichwort mediterrane Diät und Bewegung empfiehlt“, fügt sie hinzu. Demnach wird die Vielfalt des individuellen Mikrobioms gefördert durch eine abwechslungs- und ballaststoffreiche, weitgehend naturbelassene Ernährung vorzugsweise mit Gemüse, Obst, (ungesalzten) Nüssen, Samen und Vollkornprodukten sowie probiotischen, fermentierten Nahrungsmitteln wie Joghurt mit möglichst vielen Stämmen von Milchsäurebakterien (Laktobazillen). Auch Kefir und Sauerkraut sind gute probiotische Nahrungsmittel. Wegen der günstigen Wirkung von Bifidobakterien sollten Erbsen, Bohnen und Linsen öfter auf den Tisch kommen.

„Hochprozessierte, industrielle Fertigprodukte sollten wir dagegen meiden“, sagt die Expertin. Dazu gehören Wurst und andere Fleischprodukte, Backwaren, Fertiggerichte, Softdrinks, Eiscreme sowie Süßigkeiten.

Zusammen mit ihrem Mann Jörg Janne Vehreschild, der als Internist, Hämatologe und Internistischer Onkologe auch an der KGU arbeitet und Professor an der Universität Köln ist, hat sie die Ernährung ihrer Familie schon länger an die Erkenntnisse angepasst, auch wenn manchmal eine Tiefkühlpizza bequemer wäre. „Nur mit dem täglichen Trinken von reichlich Wasser tue ich mich persönlich noch schwer“, bekennt sie, „es ist so geschmacklos.“ Und wie bringt sie Bewegung in ihren vollgepackten Alltag als Ärztin und Schwerpunktleiterin an der KGU und als Forscherin? „Mit Lacrosse.“ Gleich nach ihrer Ankunft in Frankfurt hat sie sich in die Damenliga des SC 1880 eingereiht. Das schnelle, von indigenen Ureinwohner:innen überlieferte Mannschaftsspiel hatte sie während eines ihrer Amerikaaufenthalte für sich entdeckt. Jetzt powert sie sich regelmäßig auf einem etwa fußballfeldgroßen Rasen dabei aus, einen tennisballgroßen Ball mit einem „Stick“ genannten Schläger möglichst oft ins gegnerische Tor zu schießen. Außerdem fährt sie mit dem Fahrrad zur Arbeit. „In Frankfurt kommt man zügig damit voran“, sagt sie.

Karin Willen



Musik



Foto: Todd Rosenberg

Chicago Symphony

Orchestra: Amerika zu Gast
Frankfurt, Alte Oper (Großer Saal)
18. und 19. Januar, 20 Uhr

Nach 14 Jahren nimmt der 82-jährige Riccardo Muti (Foto) Abschied von der Chicago Symphony und ein wenig auch von Frankfurt, das dem Fortgang zwei Konzerte widmet. Das erste bewegt sich mit russischem Zauber von Ljadow und Strawinsky in schillernden Orchesterfarben an der Schwelle von Spätromantik zur frühen Moderne, das zweite stellt Philip Glass' „Triumph of the Octagon“ neben italienisch inspirierte Sinfonien von Mendelssohn und Richard Strauss.

hr-Sinfonieorchester & Music Discovery Project: „WeltReise“

Frankfurt, Jahrhunderthalle
19. und 20. Januar, 20 Uhr

Um ein breites Publikum anzusprechen, tut sich das hr-Sinfonieorchester jährlich in der Jahrhunderthalle mit Pop-Künstler:innen und DJs zum Music Discovery Project zusammen. Zur Inspiration wird diesmal der Elektro-Musiker Schiller alias Christopher von Deylen mit seinen sphärischen Klängen, als Solist der Trompeter Pacho Flores. Man kann sich die multimedial-spektakuläre Originalsinfonie in Trump- und Putin-Zeiten auch als Warnung vor Nihilismus (Wahlspruch: „Nichts ist wahr, alles ist erlaubt“) und Faschismus ans Herz drücken.

Pippo Pollina: Solo in Concerto

Mainz, Frankfurter Hof
3. Februar, 20 Uhr

Seit 2014 sein Album „L'appartenenza“ rauskam, lodert im Hinterkopf der Wunsch, den sizilianischen Singer-Songwriter einmal live zu erleben. Die Musik des Mannes aus Palermo, der auch als Mafiagegner von sich reden machte, kann so folkig sein wie Angelo Branduardi oder nach Italo-Pop klingen. Mit 60 blickt er solo an Gitarre und Klavier auf seine Lieder, seine Geschichten und Filme zurück.

Maggie Reilly

Frankfurt, Batschkapp
27. Februar, 20 Uhr



Foto: Bo Ljung

Sie war die Stimme der Mike Oldfield Band und rühmt sich einer so vielseitigen und erfolgreichen Karriere wie wenige, von Soul und Funk mit ihrer Gruppe Cado Belle in den 1970er-Jahren über die Weltkarriere als Oldfields Sängerin und Bühnenattraktion bis hin zur Solokarriere. Nun kommt die Sängerin von „Moonlight Shadow“ und „Every Time We Touch“ nach Frankfurt. Gelegenheit!

Mittagskonzert:

Thibaut Garcia, Gitarre

Frankfurt, Alte Oper (Mozartsaal)
29. Februar, 13 Uhr

Die Empfehlung eines Mittagskonzertes gleicht einer Menüempfehlung. Dem 30-minütigen Konzert ist ein Imbiss im Foyer inbegriffen. Der spanisch-französische Gitarrist aus Toulouse spielt Klassiker seines Instruments mit der Autorität des Virtuosen,



Foto: Marco Borggreve / ?????

sen, der die internationalen Säle erobert und die Gitarre, so prekär sie zwischen Klassik und Populärmusik steht, in aller Vielfalt geltend macht.

Eskorzo: Historias de Amor y Otras Mierdas

Frankfurt, Batschkapp
8. Februar, 20 Uhr

Die siebenköpfige Kult-Band Eskorzo aus Granada gilt als Vorreiter einer spanischen „Mestizo“-Bewegung und vereint solche Stile wie Cumbia, Afrobeat, Gypsy-Punk, Reggae, Ska, Funk und Jazz. Ihre Europatournee zur neuen CD („Liebesgeschichten und anderer Mist“) präsentiert musikalische Fusion auf höchstem Niveau, ergänzt um endlose Spielfreude und einen Schuss Wahnsinn.



Foto: Eliot Quartet / Kaupo Kikas

Schostakowitsch

Frankfurt, Holzhausenschlösschen
8., 9. und 22. Februar, 19.30 Uhr

Ein Dutzend Konzerte umfasst der Schostakowitsch-Zyklus „DSCH & beyond“ mit dem Eliot-Quartett, dazu Lesungen wie die des Komponisten Krzysztof Meyer aus seiner Schostakowitsch-Biografie am 9. Februar. Schostakowitsch gilt als Parodist des genialen Künstlers im Geiergriff des anderen Totalitarismus, dem der Marke Stalin. Wer noch Bruno Ganz' Lesung aus Vollmanns „Europe Central“ in der Alten Oper in ferner Erinnerung hat, freue sich auf einen Nachschlag im Schlösschen.

West-Östliche Begegnung der Kulturen

Frankfurt, Alte Oper (Mozartsaal)
16. März, 20 Uhr

Der Sufismus, begründet vom weltberühmten Dichter Rumi (dessen „Diwan“ Goethe so liebte), ist die mystische Schatztruhe des Islam und für viele sein sympathischster Zweig. Kurioserweise lebte Rumi fast zeitgleich mit der genauso berühmten Mystikerin Hildegard von Bingen. Was beide im Detail so alles verbindet, möchte ein Konzert der Weltmusik ausloten, das Maria Jonas' Ars Choralis Coeln mit Vassem Hawars Kompositionen (Nouruz Ensemble) fusioniert und der mystisch-femininen Hildegard den modernen Dichter Khaled Shomali zur Seite stellt.



Mousonturm

LAB of Access

Frankfurt, Mousonturm – Tanzplattform
Januar und Februar

Das choreografische LAB of Access lädt taube, behinderte und chronisch kranke Tanzschaffende ein, ihre Kunst und choreografische Arbeitsweisen in einer zehntägigen Residenz zu teilen. Fragen zu Körper, Tanz und Choreografie werden von Expert:innen verhandelt, normierte Vorstellungen aufgebrochen. Die Ergebnisse bekommen wir Anfang Februar öffentlich im Mousonturm zu sehen.

Wandeln und Scarbo

Frankfurt, Bockenheimer Depot
19.–21. Januar (10/16 Uhr) und
25.–28. Januar (20/16 Uhr)

Die im Ballett Frankfurt wurzelnde Dresden Frankfurt Dance Company (DFDC) ging kürzlich von Jacopo Godani an Ioannis Mandafounis (Foto) als Leiter über. Einer ersten Premiere folgen



Foto: Dominik Mentzos

nun „Wandeln“ von Katja Erfurth und „Scarbo“ von Mandafounis und Manon Parent. Handelt „Wandeln“ von Veränderung in der Natur, Beziehungen und innerem Reifen, hinterfragt „Scarbo“ in Kunstfilm-Manier das Erzählen im Tanz.

Bühne

Colours of Democracy

Frankfurt, Volksbühne im Großen Hirschgraben
26. Januar, 19.30 Uhr (Premiere)

Das Paulskirchen-Jubiläum ist durch, nun feiert, als internationaler Nachhall, Matthias Faltz' Musiktheaterabend „Colours of Democracy“ Premiere. Acht Musiker:innen aus ebenso vielen Ländern fügen Texte, Szenen und Kompositionen ihrer jeweiligen Heimat zusammen und ordnen die deutsche Nationalversammlung von 1848 so in die europäische Geschichte der Demokratiebewegungen ein. Wie dichtet Bert Brecht so schön übers liebe Heimatland: „Und das Liebste mag's uns scheinen/ So wie andern Völkern ihrs.“

Komödie der Worte von Arthur Schnitzler

Staatstheater Wiesbaden (Kleines Haus)
27. Januar, 19.30 Uhr (Premiere)

Wagen Schauspieler:innen erste Schritte als Regisseur:innen, lohnt es sich oft hinzusehen. Ganz neu ist der Tiroler Noah L. Perktold zwar nicht, aber sein Regiedebüt in Wiesbaden mit den drei Einaktern aus Schnitzlers „Komödie der Worte“ ist so klug gewählt, dass wir auf Verdacht gespannt sind. Jeder Teil erzählt von einer Frau, die ihren Mann verlassen hat, ums Haar verlässt oder zu ihm zurückkehrt. Da schwingt viel Ungesagtes mit und fordert die Vorstellungskraft.

Otello von Giuseppe Verdi

Staatstheater Darmstadt
25. Februar, 18 Uhr
Staatstheater Mainz
23. März, 18 Uhr

Zweimal Verdis „Otello“ im Abstand eines Monats: Wie mögen sich die Regien und sanglichen Interpretationen unterscheiden? Wer weiß, ob es mit der männlichen Regie in Darmstadt (Paul-Georg Dittrich) und der weiblichen in Mainz (Victoria Stevens) nicht schon losgeht bei Shakespeares Tragödie der Eifersucht, der Verdi stürmisch, zynisch und poetisch höchste Klangintensität verleiht. Die Fatalitäten von Lüge und Niedertracht sind in Zeiten von Trump und Putin so aktuell wie nur je.

Phädra, in Flammen

Schauspiel Frankfurt,
Kammerspiele
15. März (Premiere)



Foto: Romina Küper

Die georgisch-deutsche Regisseurin und Schriftstellerin Haratischwili ist eine richtig kluge Person und sehr produktiv. Ihre „Phädra“ nach dem antiken Mythosstoff mit Bearbeitungen quer durch die Weltliteratur entstand aus Stiftungsmitteln am Berliner Ensemble, webt heutige Fragestellungen zu Sexualität, Emanzipation, Privilegien und Machtpolitik ein und zeigt Fort- und Rückschritte im tödlichen Clinch. Regisseur Max Lindemann (Foto) stellt das Schwanken der Figuren ins Zentrum.

In seinem Garten liebt Don Perlimplin Belisa

Oper Frankfurt
im Bockenheimer Depot
22. März, 19 Uhr (Premiere)

Ausgangspunkt für Wolfgang Fortners erotischen Klangbilderbogen ist der Dichter Federico García Lorca. Sein Kammerspiel aus Farce, Surrealität und tragischem Seelendrama erzählt von einem Bücherwurm, der sich auf seine alten Tage zur Heirat mit einer viel zu



Foto: Perle Daniel Moises Magulindo

jungen, schönen Nachbarns-tochter beschwatzen lässt, die ihn in der Hochzeitsnacht nach Strich und Faden betrügt. Fortners kaum gespieltes Werk schwelgt zwölftönig und auf raren Instrumenten in verführerischen Klangfarben.

Dance2Narration

Schauspiel Frankfurt
28. März bis 1. April

Und noch ein Stück, genauer zwei, der Dresden Frankfurt Dance Co. und ihres Leiters, diesmal zu Gast im Schauspielhaus und in Koproduktion mit der Opéra national de Lyon. Mandafounis' „Bis.N.S. (as usual)“ erzählt von einer unvergessenen Zugabe („bis“) der Sängerin Nina Simone und zeigt uns zugleich Tänzer:innen, die sich auf ihre Aufführung vorbereiten. „Lisa“ spielt mit einem Bühnenvorhang und der Geschichte, die dahinter verborgen bleibt und doch entwickelt wird.

Ausstellungen

Bending the Curve

Frankfurter Kunstverein,
bis 3. März

„Wissen, Handeln, [Für]
Sorge für Biodiversität“
verspricht der Untertitel der



Foto: Aalto University/Mikko Raskinen
Julia Lohmann, Hidaka Ohmu, 2020

von Franziska Nori und
Katrin Böhning-Gaese
ausgefüllten Ausstellung,
die das Senckenberg
Museum und Zoo Frankfurt
miteinbezieht. Wie noch
eine Schubumkehr beim
Niedergang der Artenviel-
falt zu erreichen wäre,
fragen sich renommierte
internationale Künstler:in-
nen, deren Arbeiten auf
Exponate aus der harten
Wissenschaft stoßen, um
gemeinsam zu klugem,
wirksamem Handeln zu
finden.

Frag nach! – Digitale interaktive Interviews

Deutsche Nationalbibliothek
Frankfurt, bis Ende 2026

Was das Deutsche Exilarchiv
1933–1945 in der Deutschen
Bibliothek präsentiert, sind
die Zeitzeug:innenberichte
von Inge Auerbacher und
Kurt S. Maier. Weil überle-
bende Zeitzeugen der
NS-Verfolgung, die ihre
Erfahrungen noch mit uns
teilen können, zusehends
aussterben, geht es heute
um die Bewahrung un-
ersetzlicher Quellen. Darum
hat das Exilarchiv, mit der
USC Shoah Foundation,
digitale interaktive Inter-
views erstellt und lädt in
dieser Ausstellung ein, sich

mit den Biografien beider
zu befassen, den Bogen in
unsere Lebenswirklichkeit
zu schlagen und diese neue
Form der Erinnerung
kennenzulernen. Zugäng-
lich sind die Interviews nur
moderiert. Terminbuchung
unter: www.fragnach.org

Klangquellen. Everything is Music!

Frankfurt, Weltkulturenmuseum,
bis 1. Oktober

Klänge bestimmen unser
Leben. Jeder Ort hat seine
Klanglandschaft. Wie aber
wirkt die Umgebung auf
das Hören ein? Wie genau
stehen Umwelt, Klang,
Mensch und Musik zueinan-
der? Was bestimmt die
kulturelle Verwendung,
Interpretation und Bedeu-
tung von Klängen? Solche
Fragen beleuchtet die
jüngste Schau, die den
westlichen Musikbegriff
sprengt.

Stadtinsekten: Frankfurts kleine Helfer

Frankfurt, Senckenberg Museum,
bis 1. Dezember

Je mehr Lebensräume
verloren gehen, umso mehr
werden die Städte zu
Rückzugsorten. Hier
nehmen Insekten als
Bestäuber, Aasbeseitiger
oder Schädlingsbekämpfer
wichtige Funktionen ein.
Für eine intakte Natur und
damit für uns sind sie
unersetzlich. Die Ausstel-
lung ist Teil des Forschungs-
projektes „SLInBio – Städti-
sche Lebensstile und die
Inwertsetzung von Biodi-
versität

Gemeine Wespe
(Vespa vulgaris)



Hideouts. Architekturen des Überlebens

Jüdisches Museum Frankfurt,
29. Februar bis 1. Oktober

Zu sehen sind Abgüsse und
Skulpturen von Verstecken,
wo Jüd:innen die Schoa in
Polen und der Ukraine
überlebten. Baumhöhlen,
Wandschränke, Keller, die
Kanalisation, auch leere
Gräber boten für Stunden
oder Jahre Schutz und
retteten, wie Dokumente
und Filme belegen, 50 000.
Erstellt von der Künstlerin,
Architektin und Historikerin
Natalia Romik, reist die
Ausstellung aus Warschau
und Stettin an.

Wälder

Sinclair-Haus, Bad Homburg und
Romantikmuseum und Sencken-
berg Museum, Frankfurt,
16. März bis 11. August

Mit Exponaten aus der
Kunst-, Kultur- und Forstge-
schichte sowie Naturwis-
senschaft spannt die
kooperative Ausstellung
den Bogen von der Roman-
tik über unsere Zeit bis in
die Zukunft. Rückte die
Romantik die Schönheit
und Lebendigkeit, Gefühl
und Sinnlichkeit des Waldes
in den Fokus, so ist dies
romantische Denken heute
erneut wegweisend für die
Diskussion über Naturver-
hältnisse.

Kollwitz

Frankfurt, Städel Museum,
20. März bis 9. Juni

Als Frühjahrs-Highlight
erstellt das Städel aus
seinem riesigen Eigenbe-
stand und Leihgaben eine
umfassende Schau zu Käthe
Kollwitz (1867–1945). Die
berühmteste deutsche
Künstlerin ihrer Zeit wird



Selbstbildnis mit aufgestütztem Kopf,
1889/91

in aller Vielfalt, Sprengkraft
und Modernität greifbar.
Kollwitz' Experimente in
Farbe und Form kommen
ebenso zur Geltung wie der
prozessuale Charakter ihrer
Arbeit, das Spannungsver-
hältnis Politik – Ästhetik
und die anhaltende Wir-
kung auf andere Kunst-
schaffende.

Der Hase ist des Jägers Tod

Hessisches Landesmuseum,
Wiesbaden,
21. März bis 2. Februar 2025



Oryx-Antilope

Das südliche Afrika, zumal
Namibia, weckt wieder
Interesse in Deutschland, ob
nun wirtschaftlich, touris-
tisch oder historisch. Vor Ort
wiederum verschiebt sich
ein seit Jahrtausenden
gegebenes Wechselspiel
zwischen Mensch und Natur,
dem die Ausstellung
nachspürt. Dem Mythos von
Mond und Hase entlehnte
Titel zielt auf eben diesen
Wandel. Einerseits gelangen
große Säugetiere zur
Darstellung, andererseits
vorgesichtliche Felsbil-
dern in hochauflösenden
Scans. Kernthemen sind die
biologische Vielfalt und
kulturelle Diversität.

Veranstaltungen

Holiday on Ice

Frankfurt, Festhalle

10. bis 14. Januar,
Zeiten zwischen 13 und 20 Uhr

Holiday on Ice mag Geschmackssache sein, aber zum 80-jährigen Jubiläum ist vielleicht mal wieder Zeit dafür und für die neue Produktion „No Limits“. Die reist mit Stargast Vanessa Mai auf Tour durch 20 Städte. Angeblich wird es rasant, revolutionär und weltenöffnend, spannend und zauberhaft, überraschend, magisch, bunt und fröhlich.

Konzertlesung:

Die Blechtrommel

Frankfurt, Mousonturm (Saal)

13. Januar, 20 Uhr,
und 14. Januar, 18 Uhr

Wie setzt man einen Jahrhundertroman wie den von Günter Grass auf der Bühne um? Der Hamburger Schlagzeuger Stefan Weinzierl lässt ausgewählte Szenen von Schauspieler Devid Striesow lesen und untermalt sie atmosphärisch, nicht ohne sich immer mal von der Rezitation zu lösen und als Solist loszulegen.

Acht Orte –

Acht Autor:innen II

Frankfurt, Deutsches Architekturmuseum (Literaturhaus),

19.30 Uhr

30. Januar, 18 (Abfahrt Bus) und
19.30 Uhr (Lesungsbeginn)

Die Literaturhaus-Reihe beginnt mit Bustouren von Autor:innen, die spezielle Orte ansteuern und nachher darüber lesen und sprechen. Diesmal geht es für sie in die Riederwaldsiedlung und zur Kleinmarkthalle. Gäste des Tages sind Amanda Lasker-Berlin

und Jakob Nolte, die jeweils Stücke und Erzählerisches schreiben und ihre literarischen Ortsbetrachtungen präsentieren im Architekturmuseum Ostend (Henschelstraße 18).

Lesung Zeruya Shalev:

Nicht ich

Frankfurt, Literaturhaus zu Gast
im Schauspiel

4. Februar, 18 Uhr



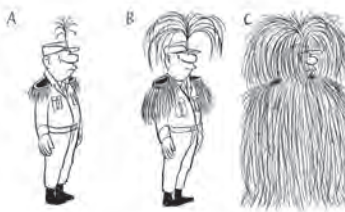
Foto: Jonathan Bloom

Zeruya Shalev ist seit „Liebesleben“, von Maria Schrader verfilmt, weltbekannt. Ihr Debüt „Nicht ich“ galt vor 30 Jahren als Provokation in Israel und kommt nun endlich auf Deutsch heraus. Eine junge Frau tischt eine Geschichte nach der anderen auf: Für den Geliebten hat sie Mann und Tochter verlassen und zerbricht. Der Spiegel, den sie sich und uns vorhält, ist zersprungen, jede Scherbe eine eigene Version. Maria Schrader liest, Shelly Kupferberg moderiert. In Kooperation mit und im Schauspiel.

„Ach was!“ Aschermittwoch mit Lorient-Ausstellung und Einkehr

Frankfurt, Caricatura-Museum,
Wirtshaus Paulaner am Dom
14. Februar 10 Uhr

Wenn die Frankfurt-Offenbacher Diakonie und Sandra Erb dazu einladen, von BIAzza-NordWest aus (Tituscorso 2B) per U-Bahn



die große Lorient-Schau im Caricatura-Museum am Dom anzusteuern, ist der traurige Anlass Aschermittwoch fast schon überwunden. Wer dann noch Lust auf gemeinsame Einkehr hat, steuert im Anschluss das Wirtshaus Paulaner am Dom an, um passend zum Tag Hering oder sonst etwas zu verzehren. Anmeldung drei Tage vorher erbeten bei Sandra Erb, Telefon (060) 247 51 49 69 20 oder per E-Mail: sandra.erb@diakonie-frankfurt-offenbach.de.

FADENSPIELE:

Cresc... Biennale für aktuelle Musik

16. bis 25. Februar,
www.cresc-biennale.de

Da das Programm des von Ensemble Modern und hr-Sinfonieorchester ausgerichteten Festivals noch nicht vorlag, sei auf die Website „www.cresc-biennale.de“ verwiesen.



Biennale für aktuelle Musik Frankfurt Rhein Main

Mit dabei sind die hr-Bigband, die Akademie IEMA, Sylvain Cambreling, Klang- und Medienkünstler und Choreograf:innen. Das Thema „Fadenspiele“ verweist auf die uralten Faden-, Abnehm- und Hexenspiele hin, die einst als kommunikative Hilfsmittel der Völker, Kunstwerke und Symbolobjekte dienten. Bei cresc... sollen sie musikalische Beiträge inspirieren.

Aktionstag Museum für alle

Offenbach, Leder- und
Klingspor Museum, Haus der
Stadt-Geschichte
24. Februar, 13 Uhr

Drei Museen in Offenbach machen einen Aktions-Tag: Im Deutschen Leder-Museum gibt es besondere Dinge aus Leder. Im Haus der Stadt-Geschichte lernen wir etwas über Offenbach. Und im Klingspor Museum



warten besondere Bücher und Buchstaben. Familie und Freund:innen gehen von Museum zu Museum.

Briefe – schreiben und lesen

Frankfurt, Holzhausenschlösschen (Bürgerstiftung)
29. Februar, 19.30 Uhr

Der neueste „Salon kontrovers“, konzipiert und eingeführt von Ruthard Stäblein, ist dem Briefwechsel zwischen Sigmund Freud und seiner Tochter Anna Freud, einer gleichfalls herausragenden Psychologin und Begründerin der Kinder-Psychoanalyse, gewidmet. Es lesen Birgitta Assheuer und Wolfram Koch.

Marcus Hladek

„... und sah es gern, wenn man ihm etwas zu kopieren gab“

Ein psychisch beeinträchtigter Mitbewohner im Haus der Familie Goethe

Im Haus zu den drei Leiern, dem Goethehaus im Großen Hirschgraben, lebte über 25 Jahre lang in und mit der Familie des kaiserlichen Rats Johann Caspar Goethe eine gemütskranke, psychisch labile Person. „Ein junger Mann von vielen Fähigkeiten, der aber durch Anstrengung und Dünkel blödsinnig geworden war, wohnte als Mündel in meines Vaters Haus, lebte ruhig mit der Familie und war sehr still und in sich gekehrt, und wenn man ihn auf seine gewohnte Weise verfahren ließ, zufrieden und gefällig.“ So beginnt Johann Wolfgang von Goethe in „Dichtung und Wahrheit“ seine Pas-

sage über dieses Mitglied der Hausgemeinschaft. Mit keinem Wort erwähnt Goethe die Belastungen für die Familie und nicht des Vaters fürsorgliche Betreuung seines Mündels.

Als Eva Maria Clauer, eine geborene Bethmann und weitläufig mit Textor verwandt und Ehefrau des Stadtarchivars David Clauer, 1835 Witwe wurde, setzte sie für ihren damals zweijährigen Sohn Balthasar Johann David testamentarisch Rat Goethe als Vormund ein. Von ihrem Tod 1850 an erfüllte Rat Goethe in einer gewissenhaften Pflichterfüllung bis fast an sein Lebensende diese Aufgabe. Schon während des Studiums ab 1850 in Göttingen zeigte sich, dass Clauer zwar fleißig arbeitete, sich aber zurückzog, Wahnideen hatte und sich „von der argen Welt zu Gott“ wandte, wie Rat Goethe an den Arzt Dr. Borggreve schrieb. Nach Überwindung eines erwogenen Studienabbruchs wurde Clauer im Januar 1755 zum Dr. jur. promoviert. Als er danach nach Frankfurt zurückkehrte, musste Rat Goethe feststellen, dass es schlecht um ihn steht. Einige Wochen wohnte er bei ihm, dann wegen des Umbaus des Hauses bei einer anderen Familie. Doch nach der Fertigstellung 1758 nahm Rat Goethe sein Mündel mit dessen Bedienten bei sich auf, um besser für ihn sorgen zu können. Denn die Einschränkungen im Gefühls- und Gemütsleben und im Umgang mit den Anforderungen des Alltags waren unübersehbar und unheilbar.

Tür an Tür mit Johann Wolfgang?

Das folgende Jahr 1759 brachte zusätzliche Unruhe ins Haus und in die Familie. Die drei bis dahin nach Johann Wolfgang und Cornelia geborenen Kinder starben. Vor allem aber quartierte sich im Zuge Frankfurts Besetzung durch die Franzosen Königsleutnant Graf Thoranc im Goethehaus ein und beauftragte Frankfurter Maler mit Werken für sich und seine Familie. Einer von ihnen, Johann Georg Trautmann, schuf einen Zyklus über die alttestamentliche Geschichte von Joseph. Der vierzehnjährige Johann Wolfgang Goethe, der die Arbeit der Maler erlebte, verfasste eine Beschreibung dieser Bilder und etwas später, um 1763, ein langes „biblisches prosaisches Gedicht“ zu diesem Thema. Im dritten Stock des Goethehauses gedenkt gegenüber dem Dichterzimmer und Puppentheaterzimmer ein Raum mit dem großen Gemälde „Josephs Getreideeinkauf in Ägypten“ dieser Zeit. War dies gar Clauers Kammer?

Das Goethehaus im Großen Hirschgraben



Foto: Oeser

Was damals Goethe „flüchtig durch den Kopf ging“ diktierte er Clauer, so wie auch Rat Goethe, der keine gute Handschrift hatte, diesen als Kopist und Sekretär heranzog. „Er (Clauer) beschäftigte sich am liebsten mit Schreiben, und sah es gern, wenn man ihm etwas zu kopieren gab; noch lieber aber, wenn man ihm diktierte, weil er sich alsdann in seine glücklichen akademischen Jahre versetzt fühlte“, so Goethe in „Dichtung und Wahrheit“. Die Schriftstellerin und Historikerin Elisabeth Menzel hat die Rechenschaftsberichte, die Rat Goethe Jahr für Jahr ans Kuratelamt über Clauer schrieb, erforscht und darüber im Jahrbuch des Freien Deutschen Hochstift von 1910 berichtet. Wir vermögen uns kaum vorzustellen, dass Goethe unter anderem den „Götz“ und „Werther“ quasi Tür an Tür mit dem psychisch kranken Clauer schrieb, zumal sich dessen Krankheit nach 1767 sehr verschlechterte. Sie entwickelte sich zu einer gefährlichen Geisteszerrüttung und Umnachtung. So wurden fortan

zwei Grenadiere engagiert, die im Wechsel Tag und Nacht vor Clauers Zimmer wachten. Ein psychiatrisches Heim gab es damals nicht. Für einen Frankfurter aus angesehenen gutsituierter Familie kam das „Tollhaus“, später „Kastenhospital“ genannt, nicht in Frage. Erst 100 Jahre später entwickelte Heinrich Hoffmann daraus die Nervenheilanstalt.

Nach dem ersten Schlaganfall Rat Goethes 1779 lag die Last der Betreuung Clauers bei seiner Witwe Catharina Elisabeth, also Frau Aja, und bei Sekretär Liebhold für das Geschäftliche. Die Vormundschaft wurde 1781 auf Johann Georg Schiele übertragen. Nach Rat Goethes Tod am 25. Mai 1782 blieb Clauer noch im Goethehaus wohnen, aber im Jahr darauf sah sich Frau Aja einer weiteren Pflege außerstande. Clauer wohnte fortan bei Schiele in der Schnurgasse, wo er kurz nach dem Erleben des Bombardements Frankfurts durch die Franzosen am 20. Juli 1796 starb.

Hans-Otto Schembs

Im dritten Stock des Goethehauses: Johann Georg Trautmanns Gemälde „Josephs Getreideeinkauf in Ägypten“



Foto: Freies Deutsches Hochstift/Frankfurter Goethehaus/Oeser

Von Tieren, Tänzchen und Versammlungen

Aus der Geschichte der Pfingstweide – seit 150 Jahren Standort des Zoos.

Schon wenige Jahre nach der Eröffnung des Frankfurter Zoos im Jahre 1858 an der Bockenheimer Chaussee hielt die Zoologische Gesellschaft Ausschau nach einem neuen Standort. Der Erfolg erforderte mehr Platz, zudem lief der Pachtvertrag aus. Sie entschied sich für die etwa 7,5 Hektar große, von teils baumbestandenen Straßen umgebene Pfingstweide im Osten der Stadt. Dieses Gelände hatte schon eine lange Geschichte mit so manchen bemerkenswerten Ereignissen hinter sich, ehe schließlich 1874 der Zoo dorthin verlegt werden konnte.

In der zweiten Hälfte des 14. Jahrhunderts taucht erstmals der Name „Pfingstweide“ auf. Weinberge umgaben sie, mindestens zwei ergiebige Brunnen segneten sie. Um Pfingsten wurde dorthin das Vieh aus den Ställen in der Stadt zur Sommerweide getrieben. Der Viehauftrieb war ein Teil des Pfingstfestes, an dem verschiedene Berufsgruppen ihre Tänze veranstalteten. 1567 erfahren wir vom Tanz der Bäckerknechte und Milchmädchen auf der Pfingstweide. Die Viehhirten tanzten ursprünglich am Rütersee, doch später, als ihr Kühltanz an Bedeutung gewann und alle anderen Tänze in ihn einfließen, vor allem auf der Pfingstweide. Vom kirchlichen Pfingstfest hatte man die Tänze inzwischen auf Dienstag und Mitt-

nebst ihrer Bewirtung mit Reisbrei und Kalbsbraten. Auch die Erwachsenen lockte dies an, ehe sie sich beim Berner Mittwoch vergnügten. Der Kaufmann und Kommunalpolitiker Samuel Gottlieb Finger notierte in sein Tagebuch, dass er am 13. Juni 1821 „der Speisung der Armen Kinder auf der Pfingstweide beiwohnte“. Auch Goethe, der Schriftsteller Johann Conrad Friederich, der um 1850 die „reich besetzte Tafel“ dort erwähnt, und Friedrich Stoltze gedenken dieses Tages auf der Pfingstweide.

Wechselhafte Geschichte

Rund um die Pfingstweide entstanden schon im 18. Jahrhundert Privatgärten und Gartenhäuser, bald auch Wohnhäuser, so das Haus Sonneck, in dem sich 1820 Georg Bunsens Knabenschule befand. Im Jahre 1805 stieg der französische Luftfahrtpionier André-Jacques Garnerin von der Pfingstweide mit einem Ballon auf. Er kam für ihn ungewöhnlich kurz nur bis Sachsenhausen. Auch von weniger erbaulichen Begebenheiten auf der Pfingstweide gibt es zu berichten: Da duellierten sich die Herren, da tötete eine junge Mutter ihr neu geborenes Kind.

Zur Zeit der Kontinentalsperre Napoleons für Waren aus England und den Kolonien entwickelte sich Frankfurt nach 1806 zu einem Umschlag- und Schmuggelplatz.



Die Lazarett-Baracken auf der Pfingstweide. Nach einer Zeichnung von Wilhelm Amandus Beer, 1870

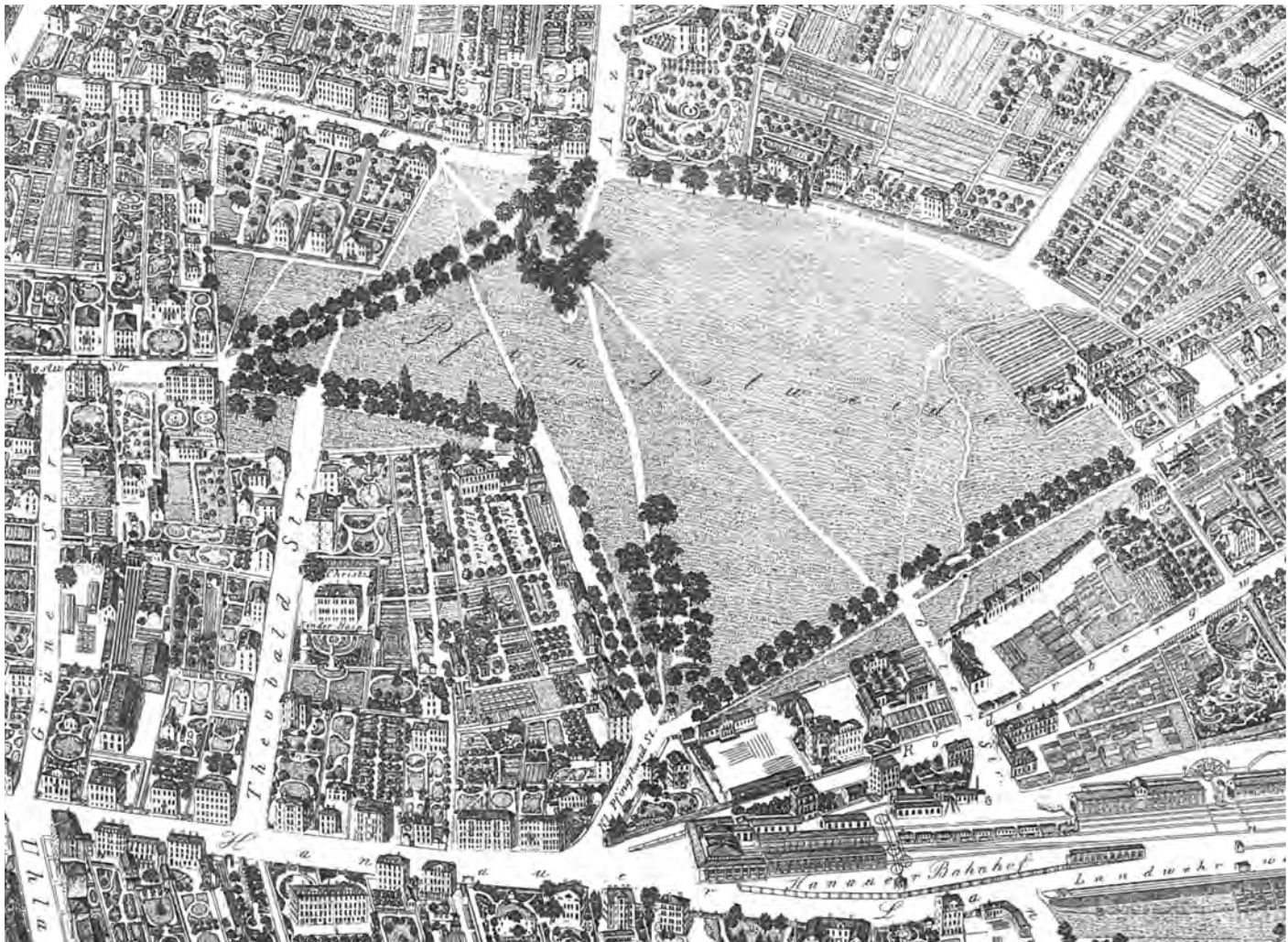


Elefantenhaus und Wasserturm im Frankfurter Zoo. Fotografie 1878

woch danach verlegt, ja verlegen müssen. Ende des 18. Jahrhunderts klangen die Pfingsttänze aus, der Wäldchestag löste sie ab.

Am Pfingstbrunnen auf der Pfingstweide endete die „Brunnenfahrt“, das seit dem 16. Jahrhundert überlieferte Schmücken der Brunnen in der Stadt durch die Schuljugend. Dabei entstand am Mittwoch nach Pfingsten der erstmals 1733 erwähnte „Spieltag der Waisenkinder“

So statuierte Napoleon im November 1810 ein Exempel: Alle englischen Waren wurden auf der Pfingstweide öffentlich verbrannt. Aber die Frankfurter Kaufleute hatten nur Schund und Ladenhüter gegeben und sich ansonsten die Waren gegen Bestechung als nicht englisch deklarieren lassen. Drei Jahre später weilte Napoleon selbst auf der Pfingstweide: Am 31. Oktober 1813 hielt er dort die Paraden ab nach der siegreichen, aber doch auf



© Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main

Ausschnitt aus Friedrich Wilhelm Delkeskamp: Malerischer Plan von Frankfurt a. Main 1864. Lichtdruck von C. F. Fay 1914

seinem Rückzug gefochtenen Schlacht bei Hanau, unter einer großen Ulme stehend, dem „Napoleonbaum“. Im Übrigen standen damals auf der Pfingstweide Lazarettbaracken für die Verwundeten der Befreiungskriege 1813. Im Jahr darauf brannten sie ab.

Am 17. September 1848 protestierten 20 000 Menschen auf der Pfingstweide gegen die Annahme des preußischen Waffenstillstands mit Dänemark durch die Nationalversammlung in der Paulskirche. Am Tag danach folgten der Versuch der Stürmung der Paulskirche, blutige Barrikadenkämpfe und der Mord an den Abgeordneten Auerswald und Lichnowski. Nach 1866 war fast die Hälfte der Pfingstweide als Exerzierplatz der preußischen Garnison eingezäunt. Auch standen Hütten der Steinmetze des Wie-

deraufbaus des Doms dort. Schließlich wurden im deutsch-französischen Krieg 1870/71 für die vielen Verwundeten noch einmal Baracken errichtet, die am 13. September 1870 die Kronprinzessin von Preußen besuchte.

Nach Überwindung so mancher Hindernisse war es Anfang 1874 endlich so weit: Die damals 1200 Tiere des Zoos konnten in ihre neuen Quartiere umgesiedelt werden. Für die Elefanten hatte Hagenbeck Wagen zur Verfügung gestellt. Am 29. März 1874 wurde der neue Zoo eröffnet, das Gesellschaftshaus folgte 1876. Damit begann ein neues bis heute währendes Kapitel in der Geschichte der Pfingstweide, an deren Namen noch die zum Zoo führende Straße erinnert.

Hans-Otto Schembs

**Rätselauflösung
von Seite 66**

Schwedenrätsel

■	■	L	■	T	■	J	■	S	■	A	■	■			
B	A	E	C	K	E	R	E	I	■	P	A	R	D	O	N
■	E	T	■	R	E	E	L	■	I	■	T	U	P	I	■
B	R	A	T	E	N	■	S	■	L	O	V	E	■	E	C
■	O	L	■	M	■	M	A	G	E	N	D	R	U	C	■
■	■	■	T	S	A	I	■	L	I	E	■	I	V	■	E
■	G	E	F	U	E	L	L	■	T	■	D	E	B	I	L
K	N	O	R	R	■	T	■	H	E	R	A	N	■	O	■
■	I	■	I	■	D	O	N	A	R	■	Z	■	U	N	E
■	T	A	N	N	I	■	L	I	G	U	S	T	E	R	■
■	E	L	G	E	R	■	T	O	N	I	■	H	E	R	R

Sudoku

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

Sudoku leicht

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

Mitten im Kreislauf des Lebens

Im Westerwald gibt es eine Wohngemeinschaft der besonderen Art: Statt im Heim leben hier 22 ältere Menschen auf einem Pflegebauernhof – und packen mit an.

Aufgeregt schnattern die Hühner. Beherzt packt Peter (vollständiger Name der Redaktion bekannt) den Eimer und schüttet das Futter aus. Anschließend geht er in den Alpakastall, um den Tieren das Heu zu bereiten. Mit diesen Arbeiten startet der 74-Jährige in den Tag. Tätigkeiten, die er gerne macht. Auch jetzt noch, obwohl er im Ruhestand ist. Denn Peter lebt in einer Wohngemeinschaft der besonderen Art: und zwar auf dem Pflegebauernhof der Familie Pusch in Marienrachedorf. Ein kleines Örtchen im Westerwald. Auf dem Pflegebauernhof leben insgesamt 22 ältere Menschen unter dem Motto „Natürlich leben auf dem Bauernhof“ zusammen. Hinzu kom-

men Rinder, Schweine, Hühner, Katzen, Gänse und Alpakas, um die sich die Senior:innen ebenso kümmern. Der Pflegebauernhof teilt sich in zwei Wohngemeinschaften für insgesamt 17 pflegebedürftige Senior:innen und einen Servicewohnen-Bereich für fünf noch rüstige und selbst organisiert lebende Ältere.

2011 hat Guido Pusch auf dem Hof, der seit über 250 Jahren in Familienbesitz ist, die erste WG für pflegebedürftige Senior:innen eingerichtet. Zuvor hat der ausgebildete Maschinenbaumeister das alte Wohnhaus auf dem Hof barrierearm umbauen lassen. Auslöser war Guido Puschs eigene Oma gewesen. „Seine Großmutter lebte damals noch. Sie war auf

dem Hof geboren und hatte den Wunsch, dort bis zu ihrem letzten Atemzug zu bleiben. Als sie pflegebedürftig wurde und somit in ihre letzte Lebensphase trat, überlegte ihr Enkel Guido, wie er das bewerkstelligen könnte“, berichtet Kordula Wiefel, die mit Guido Pusch in seinem Beratungsunternehmen „Zukunft Pflegebauernhof“ zum Aufbau weiterer solcher Höfe arbeitet. Da die Landwirtschaft nicht mehr genügend abwarf, Guido Pusch sie nur noch im Nebenerwerb betrieb, hatte er die Idee, seinen in einen Pflegebauernhof umzufunktionieren. Auch die Oma zog mit ein, lebte anfangs unten im Parterre, während die WG im ersten Stock war. „Aber warum soll ich hier unten ho-



Foto: Schulzki

Die Alpaka-Gang: Bei tiergestützten Therapieansätzen hat man längst erkannt, dass die sanftmütigen Alpakas viel mehr als bloß Trendtiere sind. Dank ihres gemächlichen Gehtempo sind sie gerade in der Altenpflege beliebt.



Foto: Schulzki

Auf dem Pflegebauernhof von Georg Pusch (l.) packen alle mit an. So entsteht Gemeinschaft und der Alltag erhält Struktur.

cken bleiben, wenn oben mehr Leben ist?“, fragte sich schließlich die Großmutter und brachte sich lieber in die Wohngemeinschaft ein.

Gebraucht werden als zentrales Element

Bestandteil des Konzepts war von Anfang an, dass die Bewohner:innen entsprechend ihren Möglichkeiten auf dem Hof mitanpacken. „Viele kamen vom Land, gehörten der Nachkriegsgeneration an, für die es normal war, Tiere wie Hühner, Hasen oder sogar ein, zwei Schweine im Garten zu halten“, erläutert Wiefel, die selbst gelernte und studierte Gesundheits- und Krankenpflegerin mit einem Masterabschluss in Gerontologie ist. Auch Peter hatte sein ganzes Erwerbsleben auf großen Bauernhöfen gearbeitet. Tiere zu versorgen, war sein Leben. Mit dem Umzug auf den Pflegebauernhof gewann er wieder an Lebensfreude und begann auch wieder mehr zu sprechen.

„Gebraucht zu werden“ ist das zentrale Element in dem Konzept des Pflegebauernhofs. Die Aufgaben, die die Bewohner:innen übernehmen, geben ihnen Struktur und Orientierung im Alltag. Sie kümmern sich um den Hühnerstall, schauen morgens nach den frisch gelegten Eiern, bringen die Alpakas täglich morgens raus auf die Wiese und abends wieder rein, misten die Ställe aus oder fahren mit Guido Pusch auf dem Traktor mit raus, um die Felder zu bestellen. Auch die Nähe zu den Tieren und „damit zum Kreislauf des Le-

bens, wenn ein Kalb oder Ferkel geboren wird“, ist ihnen sehr wichtig, betont Wiefel. Ebenso gibt das Leben in der Gemeinschaft Halt, wenn gleich jeder ein eigenes Zimmer hat und sich zurückziehen kann. Aber ebenso gibt es gemeinschaftliche Räume wie das Wohnzimmer, den Essbereich und natürlich die Küche. Auch beim Zubereiten der Mahlzeiten packen die am Kochen und Backen interessierten Senior:innen an, schälen, schnipseln, braten, kneten und unterstützen die Hauswirtschaftskräfte.

Flankiert wird das Konzept durch einen Pflegedienst, der 24 Stunden am Tag vor Ort ist. Anfangs hatten Guido und seine Frau Alexandra, die selbst ausgebildete Betreuungskraft in der Pflege ist, auf ambulante Pflegedienste aus der Umgebung gesetzt. „Das hat auch lange gut funktioniert. Jedoch ist die Pflege auf Leistungspakete ausgelegt und ‚Füttern im Hühnerstall‘ ist dort nicht hinterlegt“, erzählt Kordula Wiefel lächelnd. Also gründete das Ehepaar 2019 zusätzlich den „Pflegedienst Natürlich GmbH“, der die Pflege und Betreuung auf dem Hof übernimmt. Die Senior:innen zahlen Unterkunft und Verpflegung, die Krankenkasse bzw. Pflegeversicherung den Pflegedienst.

Enormes Interesse am Projekt

Schon bald war die erste WG voll belegt. Das Interesse war so groß, dass der Pflegebauernhof weiter expandierte. 2012 kam die umgebaute Scheune für eine zweite Wohnge-

meinschaft hinzu und einige Jahre später das Servicewohnen. Das Altersspektrum liegt zwischen 60 und 100 Jahre. „Aktuell ist der älteste WG-Mitbewohner 98 Jahre alt“, erzählt Kordula Wiefel. Die Nachfrage nach einem Wohnplatz ist riesig: Im Monat sind es bis zu 300. „Die entfernteste Anfrage kam aus Namibia, von einem Auswandererrückkehrer“, berichtet Wiefel. Doch so schnell wird auf dem Pflegebauernhof kein Platz frei. „Zum Glück bleiben die meisten sehr lange bei uns, meist mehrere Jahre. Wird ein Platz frei, wird gemeinschaftlich mit der WG geschaut und entschieden, wer einziehen darf“, erklärt die Gesundheits- und Krankenpflegerin.

Doch weil der Bedarf an WG-Plätzen auf dem Pflegebauernhof zu hoch ist, hat Guido Pusch neben der Stiftung „Pusch Pflegebauernhof“ zusätzlich das Beratungsunternehmen „Zukunft Pflegebauernhof“ gegründet, damit das Konzept Nachahmer findet. „Über die Firma beraten und begleiten wir andere Höfe bei der Umstellung. Aktuell sind wir in mehr als 20 Projekte involviert, die Nachfrage steigt täglich. Das erste Projekt steht vor seiner Fertigstellung und wird voraussichtlich im Mai 2024 in Baden-Württemberg in Bad Teinach eröffnet“, kündigt Kordula Wiefel an und erläutert: „Es sind vor allem Höfe, die sich umstellen wollen, weil für sie die Landwirtschaft nicht mehr so rentabel ist, aber die Höfe für die Zukunft erhalten möchten.“

Sonja Thelen



Foto: © Familie Pusch

Weitere Informationen:
www.bauernhof-wohngemeinschaft.de

Sondersprechstunden im Rathaus für Senioren

Wenn Sie Beratung wünschen, können Sie unter den untenstehenden Rufnummern zu folgenden Themen einen Termin vereinbaren:

Sprechstunde Gedächtnisverlust im Alter

Ruth Müller, Alzheimer Gesellschaft Frankfurt
E-Mail: info@frankfurt-alzheimer.de, Telefon 069/677 366 33,
www.frankfurt-alzheimer.de

Sprechstunde Hörverlust im Alter

Horst Buchenauer, Deutscher Schwerhörigenbund
E-Mail: H-Buchenauer@t-online.de, Telefon 0172/76 04 872

Sprechstunde Sehverlust im Alter

Cintia Spellmeier, Frankfurter Stiftung für Blinde und Sehbehinderte, E-Mail: spellmeier@sbs-frankfurt.de,
Telefon 069/95 51 24-0, www.sbs-frankfurt.de

**Rathaus für Senioren, Hansaallee 150,
60320 Frankfurt, Haltestelle Dornbusch,**



Bestellcoupon + Geschenkcoupon

Lassen Sie sich die Senioren Zeitschrift bequem nach Hause schicken oder erfreuen Sie einen interessierten Menschen damit.

Sie bezahlen nur die Versand- und Bearbeitungskosten für vier Ausgaben im Jahr. Dafür erhalten Sie von uns eine Rechnung, die Sie bitte per Banküberweisung begleichen. Die Bestellung verlängert sich automatisch um ein Jahr, wenn Sie nicht bis spätestens 15. November schriftlich kündigen. Wenn Sie mitten im Jahr einsteigen, zahlen Sie für das erste Jahr nur anteilig.

Ja, ich bestelle die Senioren Zeitschrift ab der Ausgabe:

☐ 1 (Januar bis März) ☐ 2 (April bis Juni) ☐ 3 (Juli bis September) ☐ 4 (Oktober bis Dezember)

☐ gedruckt (12 Euro im Jahr) ☐ als Hör-CD (12 Euro im Jahr) ☐ gedruckt und als Hör-CD (18 Euro im Jahr)

Rechnungsadresse

Vorname Name

Straße/Hausnr.

PLZ/Ort Telefon

Datum Unterschrift

Lieferadresse (nur ausfüllen, wenn Rechnungs- und Lieferadresse nicht identisch sind)

Vorname Name

Straße/Hausnr.

PLZ/Ort Telefon

Ausgefüllten Coupon per Fax an 069/212 30741 oder per Post an: Redaktion SZ, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main

Die Daten werden gemäß DSGVO, der geltenden Datenschutzrichtlinien der Stadt Frankfurt am Main erhoben, gespeichert und verarbeitet.

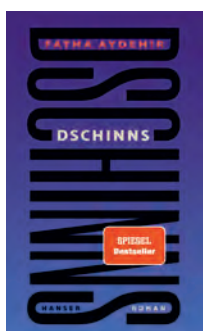
Auch als
Hör-CD im Abo
–
für MP3-fähige
Geräte.



Für Sie gelesen

„Dschinns“ von Fatma Aydemir stand neben Deniz Ohdes „Streulicht“ auf der Buchpreis-Shortlist 2022. Beide Romane erzählen migrantische Familiengeschichten in den 1990-ern, und als das Festival „Frankfurt liest ein Buch“ sich „Streulicht“ widmete, wurde Aydemir ein wenig mitgefeiert. In „Dschinns“, Aydemirs zweitem Roman, bleibt den Kindern eines türkischen Vaters bloß das Ringen mit repressiven Rollenbildern und einem Deutschland, das sich weltläufig gibt, die Menschenjagd in Hoyerswerda aber so wenig verhindert wie das Morden der NSU. Als Familienvater Hüseyin mit 60 nach Istanbul zurückkehrt und endlich leben will, passiert es: Er stirbt. Nur eine Art Todesengel als Erzähler sieht ihm zu und duzt ihn. Eilig reisen Frau und Kinder ihm nach und entfalten im „Beileidsstrudel“ kapitelweise ihre Charaktere. Über blanke Wut ist Aydemir hinaus, dafür brüten Schweigen und Verdrängung Unheil aus. Tolles Buch mit großem Finale für Leser:innen, denen das Wort „Scheiße“ nicht alles vermagelt.

Fatma Aydemir: Dschinns, Roman, Carl Hanser, 24 Euro



„Als wir Vögel waren“ von Ayanna Lloyd Banwo spielt auf Trinidad, Heimat des Calypso und eine Nachbarinsel von St. Lucia, wo der „karibische Homer“ Derek Walcott herkam. So mythenologisch wie Walcott ist die Trinidadlerin in London allemal, angefangen bei Banwos Rabengeiern. In hin- und herspringender Perspektive erzählt sie von zwei Liebenden und den geheimen Kräften, mit denen sie sich arrangieren müssen. Hier Darwin, der junge Rastafari reinen Herzens, dem der Glaube die Berührung mit Toten verbietet, den das Leben aber zum Totengräber unter Leichenräubern auf dem Friedhof von Port Angeles macht. Und dort Yejide aus einer alten Familie in Morne Marie, deren Glauben vorsieht, das Wächteramt über die Toten von Frau zu Frau an sie zu vererben. Schicksalsmächte sind zu überlisten und kühle Vernunft stellt sich auf den Kopf. „Die Macht liegt bei den Frauen“, sagt ein armes Männerschwein im Buch, „die Frauen hören auf sie, nicht auf uns.“

Ayanna Lloyd Banwo: Als wir Vögel waren, Diogenes Verlag, 24 Euro

Welch emblematischer Beruf: Korrekturleserin. Was bleibt da noch für Eigenwillen? In „All die Liebenden der Nacht“ von Mieko Kawakami lebt die 34-jährige

Fuyuko in Tokio einsam vor sich hin und übt diesen Beruf aus. Die Handlung ist äußerlich blutarm. Fuyuko arbeitet zuverlässig, wurde einst von einem Mitschüler vergewaltigt, fängt zu saufen an und flirtet mit einem vorgeblichen Lehrer. Viel mehr passiert nicht. Ganz sacht enthüllt die Lektüre aber ihren klugen, leicht satirischen Hintersinn, fast als läsen wir Wilhelm Genazino aus Tokio. Die Kritik begeistert sich für die Autorin, deren isolierte Heldin rüberkommt wie das Idol einer Millennial-Bewegung urbaner Wüstenväter:mütter.

Mieko Kawakami: All die Liebenden der Nacht, DuMont, 24 Euro



In „Die Wunde“ von Oxana Wassjakina spielen Tod und Abschied von der Mutter der Ich-Erzählerin als „Wunde“ eine große Rolle. Wassjakina nennt ihr Buch einen Roman, und wie ihr eigenes Buch-Pendant die Mutter sterben sieht, sich ihrer erinnert, sie einäschern lässt und die Asche ins sibirische Ust-Ilimsk schafft, hat wirklich etwas Episches. Nur schert sie sich kaum um Dinge wie

den Erzählfluss, sondern theoretisiert über weibliches Schreiben, fügt eine „Todesode“, Essays und Notizen ein. Keine Metaebene ist vor ihr sicher. Ihre Sexualität wird zum Thema und der Feminismus, ihre Liebschaften und die postsowjetische Tristesse von Wolgograd bis Irkutsk. Bestrickend bleibt die Ehrlichkeit des Buches.

Oxana Wassjakina: Die Wunde, Blumenbar, 22 Euro

Der Sozialhistoriker Peter Burke ist eine Koryphäe auf dem Feld der Renaissancekultur. Sein jüngster Band „Tumult und Spiele“ befasst sich mit dem Spielerischen darin oder laut Untertitel: mit „Theater, Calcio und Karneval im Italien der Renaissance“. Wer spielte was, wie sah der Humor der Zeit aus, wen hatte das Lachen zum Gegner? Wie drückte sich der Wettstreit im frühen Fußball aus, wie trug das Karnevalleske zum Ausbruch aus der Konvention bei und wie wurde die Subversion wieder kanalisiert? Etwas trocken, aber sehr gelehrsam und informativ.

Peter Burke: Tumult und Spiele, Wagenbach, 23 Euro



Marcus Hladek

Sehen, sprechen, kreativ werden

Exklusive Führung und Kunstworkshop im Museum Sinclair Haus für zwölf Lesende der SZ am 1. Februar zu gewinnen.



Mit Sand lässt sich mehr als Kuchen backen, ist er doch die zweitwichtigste Ressource der Welt.



Sinnliche Erfahrungen sind Teil des Ausstellungskonzepts im Museum Sinclair Haus.

Wussten Sie, dass Sand – gleich nach Wasser – die zweitwichtigste Ressource der Erde ist? Er bestimmt den Lebensstandard eines Großteils der Weltbevölkerung. Doch unsere Umgangsweise mit Sand wird – anders als bei anderen Rohstoffen – bislang kaum öffentlich verhandelt. Die Ausstellung „Sand – Ressource, Leben, Sehnsucht“ widmet sich diesem unverzichtbaren Grundstoff. Sie zeigt seine Vielfältigkeit, seine emotionale und materielle Bedeutung für unsere Gesellschaft. Von Sedimentgestein über poetische Wüsten bis hin zu den mikroskopisch kleinen Bestandteilen, die für das menschliche Auge nicht erkennbar sind. Kunstwerke von 16 internationalen Künstler:innen geben unterschiedliche Perspektiven auf das Thema „Sand“.

Wir laden insgesamt zwölf Lesende der Senioren Zeitschrift am 1. Februar zu einem Rundgang durch die Ausstellung mit anschließendem Workshop im museumseigenen Atelier ein (Dauer: zwei Stunden). Nach der gemeinsamen Kunstbetrachtung werden die Teilnehmenden von der Kunstgeragogin und Künstlerin Astrid Kemper eingeladen, kreativ zu werden. Hier können sie ihrer Experimentierfreude einfach mal wieder freien Lauf lassen.

Der Kurzworkshop im Atelier richtet sich an Neugierige ohne Vorkenntnisse, die Lust auf das künstlerische Ausprobieren haben.

Wichtig: Die Anreise zum Museum Sinclair Haus nach Bad Homburg

erfolgt eigenständig! Außerdem wird den Teilnehmenden das Tragen unempfindlicher Kleidung empfohlen. Das Museum Sinclair-Haus ist eingeschränkt barrierefrei. Es existiert ein Treppenlift (kein Aufzug!).



Im Museum Sinclair Haus sind auch Porträts von Menschen zu sehen, die in und mit der Wüste leben.

So können Sie dabei sein:

Wenn Sie an der exklusiven Führung inklusive Workshop teilnehmen möchten, schicken Sie bitte bis zum 17. Januar eine Postkarte mit dem Stichwort „Sand“, Ihrem Namen, Ihrer Adresse und Telefonnummer an die Redaktion Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, oder eine E-Mail mit den gleichen Angaben an: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner:innen werden benachrichtigt, die Namen aus Datenschutzgründen jedoch nicht veröffentlicht.

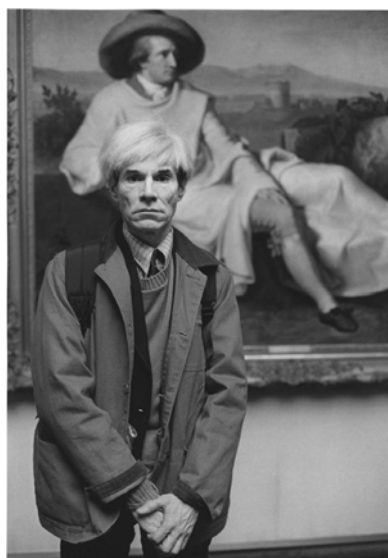


Demonstration gegen Startbahn-West, 1981



Alfred Hitchcock im Hauptbahnhof, 1972

Alle Fotos: Barbara Klemm/HMF



Andy Warhol im Städel Museum, 1981



Römerberg, 1978

Barbara Klemm – Frankfurt Bilder

Das Historische Museum Frankfurt lädt 20 Leser:innen der SZ zur exklusiven Führung

Barbara Klemm, die vielfach ausgezeichnete deutsche Foto-grafin, die niemals einen Blitz verwendete, kam 1959 – mit gerade einmal 20 Jahren – nach Frankfurt und beobachtete fortan das Leben in der Stadt. Seit Mitte der 1960er-Jahre dokumentierte sie es fotografisch – mit dem untrüglichen Gespür für den richtigen Augenblick.

Bekannt wurde die Redaktionsfotografin der F.A.Z. vor allem für ihre großformatigen Schwarzweiß-Fotografien in der Tiefdruckbeilage „Bilder und Zeiten“. Ihre Fotoreportagen führten sie um die ganze Welt. In Frankfurt fotografierte Barbara Klemm für die F.A.Z. nur, wenn die

Stadt Schauplatz überregionaler Kulturereignisse war oder sie den Redaktionsfotografen der Lokalredaktion vertrat. Ihr früher Erfolg als freie Fotografin (vor 1970) ist jedoch eng mit Frankfurter Ereignissen verbunden – wie der Frankfurter Studentenbewegung und NPD-Aufmärschen. Klemms Bilder von Adorno und

Horkheimer im Mai 1969 erlangten ebenfalls schnell nationale und internationale Verbreitung.

Das Historische Museum zeigt bis 1. April erstmals in einer großen Ausstellung 250 ihrer Fotografien – als von Barbara Klemm selbst vergrößerte Barytabzüge – und damit ihren Blick auf die Stadt und die Menschen.

So können Sie dabei sein:

Das Historische Museum Frankfurt lädt 20 Leser:innen der Senioren Zeitschrift am 15. Februar zu einer exklusiven Führung inklusive freiem Eintritt durch die Ausstellung. Wer teilnehmen möchte, schickt bis zum 2. Februar eine Postkarte mit dem Stichwort „Barbara Klemm“ an die Redaktion Senioren Zeitschrift, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, oder eine E-Mail an info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de.

Die Gewinner:innen werden benachrichtigt, ihre Namen aus Datenschutzgründen aber nicht veröffentlicht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Lebensmittel-laden	Fremdwortteil: Luft	▼	tödlich (lat.)	offene Pferdekutsche	▼	Jugendlicher (Kw.)	Gestalt bei Wagner	▼	Vorname der Sander	▼	Geheim-agenten	▼	Hauptschlag-adern	Öllieferländer-verbund (Abk.)	ein Schwer-metall
►	▼			▼			▼		Entschul-digung! (franz.)	►				▼	▼
Film von Steven Spiel-berg	►		fair, an-ständig	►					Vor-steherin		brasil. Ver-kehrs-sprache	►			
►						eng-lischer Dichter (17. Jh.)		englisch: Liebe	►				Teil des unsicht-baren Lichts		
Fleisch-gericht			brit. Mathe-matiker † 1954		dumpfes Gefühl im Bauch	►									
nicht leer	Gattin des Erech	altchin. Erfinder des Papiers	►				erster General-sekretär der UNO	►			zusätz-lich, plus	▼		griech. Stamm in der Antike	
►	▼							Hof um eine Licht-quelle		leicht schwach-sinnig	►				
►					persön-liches Fürwort (3. Fall)		hierher	►					Mutter der Nibe-lungen-könige		Berg-stock bei Sankt Moritz
Erfinder der Luft-druck-bremsen		Rufname von Capone		altislän-discher Haupt-gott	►					scherz-haft: US-Soldat		franzö-sischer unbest. Artikel	►		
Gerb-stoff	►	▼					Hecken-pflanze	►							
Aal-gabel	►					Kurz-form von Anton	►				Anrede für Gott	►			

Sudoku

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

Sudoku leicht

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

Anschrift und Impressum

Herausgeber
Dezernat für Soziales und Gesundheit der Stadt Frankfurt am Main – Der Magistrat

Anschrift | Redaktion
Julia Söhngen (v.i.S.d.P.), Senioren Zeitschrift
Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main, Telefon: 069/212 334 05, Fax: 069/212 307 41,
E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de, Internet: www.senioren-zeitschrift-frankfurt.de

Abonnement | Leser:innenanfragen und Vertrieb
Petra Reichl, Telefon: 069/212 492 89, E-Mail: info.senioren-zeitschrift@stadt-frankfurt.de

Gesamtherstellung | Gestaltung
Opak Werbeagentur GmbH, Münchener Straße 45, 60329 Frankfurt, Telefon: 069/92 31 80-0, Fax: 069/92 31 80-33
www.opakwerbeagentur.de, E-Mail: info@opakwerbeagentur.de

Druck
Westdeutsche Verlags- und Druckerei GmbH, Kurhessenstr. 4–6, 64546 Mörfelden-Walldorf, Telefon: 06105/983 50 00, www.wvd-online.de, E-Mail: info@wvd-online.de (gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier)

Hörbuchversion der Senioren Zeitschrift: Für blinde und sehbehinderte Menschen ist die SZ kostenfrei als Hör-CD erhältlich. Weitere Informationen und Bezug: Deutsche Blindenstudienanstalt e.V. (blista), Am Schlag 2–12, 35037 Marburg, Telefon: 06421/606-0, Fax: 06421/60 64 76, E-Mail: info@blista.de; außerdem kann die Senioren Zeitschrift als Daisy-Buch im Internet heruntergeladen werden unter: <http://www.blista.de/seniorenzeitschrift-frankfurt>.

Die Senioren Zeitschrift erscheint viermal im Jahr und liegt kostenfrei aus oder kann bei der Redaktion gegen einen Unkostenbetrag von 12 Euro/Jahr im Abonnement bestellt werden. Das jeweils neueste Heft ist erhältlich bei den städtischen Dienststellen und den Verbänden der freien Wohlfahrtspflege, in den Apotheken, Arztpraxen sowie vielen anderen Stellen in Frankfurt.

Die Senioren Zeitschrift darf weder von Parteien noch von Wahlbewerbern während eines Wahlkampfes zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags- und Kommunalwahlen. Missbräuchlich ist auch die Verteilung auf Wahlveranstaltungen und an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken oder Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Die Senioren Zeitschrift darf nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Die Senioren Zeitschrift ist sich der laufenden Diskussion um die gendergerechte Sprache ebenso bewusst wie um die Bedeutung des Genderns für viele Menschen.

Unverlangt eingesandte Manuskripte und Bildbeiträge können nicht bestätigt oder zurückgesandt werden. Abdruck nur nach vorheriger Anfrage, bei Quellenangaben und Übersendung von zwei Belegexemplaren möglich. Namentlich gekennzeichnete oder eingesandte Berichte geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Die Daten werden gemäß DSGVO, der geltenden Datenschutzrichtlinien der Stadt Frankfurt am Main erhoben, gespeichert und verarbeitet.

Senior:innenrestaurants

Preis 6,30 Euro

Kontaktieren Sie vor Ihrem Besuch das jeweilige Senior:innenrestaurant telefonisch bzgl. etwaiger Schließzeiten.

Bockenheim

Pflegeheim Bockenheim

Friesengasse 7, 60487 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-619, Fax 069/29 98 07-648

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Bornheim

Restaurant Henricus im Agaplesion Haus Saalburg
Saalburgallee 9, 60385 Frankfurt am Main
Telefon 069/20 45 76-0,

E-Mail: info.hsb.mdg@agaplesion.de

Öffnungszeiten: So–Fr 12 bis 13.30 Uhr, Sa Ruhetag

Eckenheim

Julie-Roger-Heim

Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-218, Fax 069/29 98 07-216

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Ostend

Nachbarschaftszentrum Ostend

Waldschmidtstraße 39, 60316 Frankfurt am Main,
Telefon 069/43 96 45

**Öffnungszeiten: Mo–Fr 12 bis 14 Uhr
(Essensausgabe 12 bis 13 Uhr)**

Ostend August-Stunz-Zentrum

Röderbergweg 82, 60314 Frankfurt-Ostend,
Telefon 069/405 04-128

**Öffnungszeiten: Mo–So 12.30 bis 13.30 Uhr
(Auch möglich: Fensterverkauf zum Mitnehmen)**

Praunheim

Pflegeheim Praunheim

Alt-Praunheim 48, 60488 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/29 98 07-744

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Rödelheim

Sozial- und Reha-Zentrum West

Alexanderstraße 92–96, 60489 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/29 98 07-8198

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Sachsenhausen

Café auf dem Mühlberg im

Agaplesion Oberin Martha Keller Haus
Dielmannstraße 26, 60599 Frankfurt am Main
Telefon 069/609 06-340

E-Mail: info.omk.mdg@agaplesion.de

**Öffnungszeiten: mittwochs und freitags: 14 bis 16 Uhr
(Kaffee und Kuchen)**

Sachsenhausen

Bürgermeister-Gräf-Haus

Hühnerweg 22, 60599 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/603 21 05

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Seckbach

Hufeland-Haus

Wilhelmshöher Straße 34, 60389 Frankfurt am Main,
Telefon 069/47 04-344, Fax 069/47 04-315

**Öffnungszeiten: Mo–Fr 7.45 bis 14 Uhr,
Sa geschlossen, So 11.30 bis 16 Uhr**

Sossenheim

Victor-Gollancz-Haus

Kurmainzer Straße 91, 65936 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/29 98 07-453

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Essen auf Rädern

Preis 6,30 Euro

zuzüglich Anlieferungspauschale von 2,50 Euro

Arbeiter-Samariter-Bund Regionalverband Mittelhessen,
Rhönstraße 12, 63071 Offenbach
Telefon 069/985 44 49 11, Fax 069/985 44 49 15

Deutsches Rotes Kreuz, Bezirksverband Frankfurt e.V.
Stadtgebiet Frankfurt, Seilerstraße 23, 60313 Frankfurt am
Main, Telefon 069/30 05 99 91

Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V.
Stadtgebiet Frankfurt
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main
Telefon 069/30 05 99-92, Fax 069/30 05 99-96

Hufeland-Haus Bergen-Enkheim, Riederwald, Seckbach,
Bornheim, teilweise Nordend und Ostend
Wilhelmshöher Straße 34, 60389 Frankfurt am Main
Telefon 069/944 369 70, Fax 069/944 369 75.

Informationen für Inhaber der Grünen Karte

Für „Essen auf Rädern“ und „Senior:innenrestaurants“ beträgt der Eigenanteil für Inhaber der Grünen Karte 2,80 Euro. Wird ein teureres Essen ausgewählt (mehr als 6,30 Euro im Senior:innenrestaurant beziehungsweise 8,80 Euro bei Essen auf Rädern), so ist der Differenzbetrag zum jeweiligen Maximalpreis ebenfalls durch die Kund:innen selbst zu tragen.

Weitere Informationen gibt es unter Telefon 069/212 357 01.

Polizei	110	Frankfurt hilft – Engagement für Flüchtlinge	069/212 779 39
Feuerwehr	112		
Frauennotruf	069/70 94 94	Hessisches Landesamt für Gesundheit und Pflege	0611/32 59 10 00
Gasgeruch, Wassernotruf	069/21 38 81 10	Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	069/15 67-1
Giftnotruf	06131/192 40	Not sehen und helfen	069/212 700 70
Apothekennotruf (Bandansage)	0800/002 28 33	Weißer Ring Opfer-Telefon	11 60 06
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117	Fahrgastbegleitservice VGF	069/21 32 31 88
Zahnärztlicher Notruf (Bandansage)	01805/60 70 11	RMV-Hotline	069/24 24 80 24
Evangelische Telefonseelsorge	0800/111 01 11	Beförderungsdienst für Menschen mit außergewöhnlicher Gehbehinderung	069/212 704 71
Katholische Telefonseelsorge	0800/111 02 22	Zentrale für Krankentransporte	069/800 60 100
EC-Karten-Sperre in Deutschland	116 116		

Sozialrathäuser / Rathaus für Senioren

Behördennummer Stadtverwaltung, Zentrale und Vermittlung 115

Bürgertelefon/Infostellen der Sozialrathäuser, Sozialdienste für Bürger:innen in den jeweiligen Sozialrathäusern bieten Beratung und Unterstützung bei Fragen und Problemen aller Lebensbereiche Älterer, Intervention, Konfliktberatung und Krisenbewältigung, Vergabe Frankfurt-Pass, Vermittlung und Koordination von Finanzierungsmöglichkeiten an.

Sozialrathaus Bockenheim	069/212 743 04	Betreuungsbehörde	069/212 499 66
Sozialrathaus Dornbusch	069/212 707 35	Leitstelle Älterwerden	069/ 212 4 50 58
Sozialrathaus Gallus	069/212 381 89	Pflegestützpunkt Frankfurt	0800/589 36 59
Sozialrathaus Höchst	069/212 455 27	Seniorentelefon	069/212 370 70
Sozialrathaus Nord	069/212 322 74	Senioren Zeitschrift	069/212 334 05
Sozialrathaus Ost (Standort Bergen-Enkheim)	069/212 412 11	Soziale Hilfen für Heimbewohner	069/212 499 33
Sozialrathaus Ost (Standort Bornheim)	069/212 305 47	Tagesfahrten/Theatervorstellungen	069/212 499 44
Sozialrathaus Sachsenhausen	069/212 338 11	Wohnen und Leben im Alter	069/212 706 76
Rathaus für Senioren, Infostelle	069/212 499 11	Zentrale Heimplatzvermittlung	069/212 499 22

Wohlfahrtsverbände / Selbsthilfeverbände

ASB (Servicenummer)	069/314 07 20	DRK-Bezirksverband Frankfurt	069/719 19 10
AWO Kreisverband	069/298 90 10	Frankfurter Verband	069/29 98 07-0
Caritas-Verband	069/29 82-0	Malteser	069/94 21 05-0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Frankfurt	069/95 52 62-0	Selbsthilfe-Kontaktstelle	069/55 94 44
Diakonisches Werk für Frankfurt	069/247 51 49-0	Sozialverband Deutschland	069/31 90 43
Johanniter-Unfall-Hilfe / Regionalverband Rhein-Main	069/366 00 66 00	VdK-Kreisverband Frankfurt	069/436 52 13