

KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN!

Städtische Zeitschrift 60plus
Mitteilungsblatt der HILFE FÜREINANDER
Seniorenhilfe Seligenstadt e.V.

FÜR UNS

Füreinander in **unserer** Stadt



Ausgabe Nr. 74 / August - September - Oktober 2024
HERAUSGEBER STADT SELIGENSTADT



**QUEREINSTEIGER:INNEN
WILLKOMMEN**

OFFENE SPRECHSTUNDE FÜR BEWERBER:INNEN

DU bist auf der Suche nach einer Veränderung?

Dann komm vorbei und stell Dich unkompliziert vor!

- Pflegefachkräfte
- Altenpflegehilfskräfte
mit und ohne Ausbildung
- Zusätzliche Betreuungskräfte
mit Qualifikation nach §53b
- Service- und Hauswirtschaftskräfte

Letzter
Mittwoch
im Monat
14 – 16 Uhr



Inhaltsverzeichnis

Seite

Grußwort	4
Bürgermeister Dr. Daniell Bastian	
Aktuelles/ Vorschau	5-10
Die „Bunte Kiste“ in Seligenstadt	
Mobiler Zahnarzt im Einsatz	
Öffentliche Stadtführungen	
Symbolischer Spatenstich für den Neubau der Tagespflege St. Agnes	
Flüchtlinge nehmen Stellung	
Impressum	6
Rückblicke	10-12
Seniorenbeirat besucht Kursana Domizil	
Demenz Informationsreihe war großer Erfolg	
Ausflug der Basilika Senioren	
Gedicht	13
Apotheken-Notdienste	14-15
August bis Oktober 2024	
Mitteilungen der HILFE FÜREINANDER Seniorenhilfe Seligenstadt e.V.	16-23
Unterhaltung	24-25
Sudoku	
Buchbesprechung	
Informations-Seiten	26-30
Interessenvertretung, Beratung, Information	
Wohnen, Pflegedienste, Essen auf Rädern, Hausnotruf	
Aktiv sein, aktiv beiben	

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe 27.09.2024. Gastartikel oder Themenvorschläge sind herzlich willkommen! Per Post: Stadt Seligenstadt, Ilka Haucke, Marktplatz 1, 63500 Seligenstadt, Per Fax: 06182/ 879150, Per E-Mail: zentraledienste@seligenstadt.de

Sehr geehrte Damen und Herren,



gerne haben wir wieder ein paar sicherlich für Sie interessante Themen aufgegriffen. Bei unserer Titelgeschichte über die „Bunte Kiste“ bekommen Sie gleich viele verschiedene Anregungen. Sie können dort wunderbar einkaufen, Sie können ganz direkt in vertrauensvolle Hände spenden und Sie können ehrenamtlich mitmachen. Der Laden ist hell und freundlich, gut sortiert und günstig gelegen und im Helferteam herrscht eine wunderbare Stimmung und ein großer Zusammenhalt. Das Arbeiten macht Freude, für ein nettes Gespräch im Kollegenkreis bleibt auch immer Zeit und zusammen gefeiert wird auch. Ich kann Ihnen nur raten, lesen Sie den Artikel und schauen sie mal vorbei!

Weiter erfahren Sie in dieser Ausgabe vom Angebot eines mobilen Zahnarztes, der ausschließlich Hausbesuche bei nicht oder nur unter schwierigen Bedingungen transportfähigen Menschen macht. Das ist eine sehr wertvolle Ergänzung unseres klinischen und fachärztlichen Angebots vor Ort. Zu verdankenden haben wir das der Klein-Welz-

heimer Zahnarztpraxis Dr. Habel. Alle wichtigen Fakten dazu finden Sie auf den nächsten Seiten.

Unsere Vortragsreihe zum Thema Demenz stieß auf großes Interesse und wurde sogar um einen Fachvortrag verlängert. Hier lesen Sie nochmal einen kurzen Rückblick. Sollten Sie grundsätzlich Fragen zu dieser oder ähnlichen Erkrankungen haben, dann können Sie sich natürlich ganzjährig gerne an unseren Seniorenberater Daniel Kettler wenden. Sein barrierefreies Büro befindet sich direkt neben dem Haupteingang des Rathauses.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen der vorletzten Ausgabe dieses Jahres und hoffe, dass wir Sie wieder gut unterhalten und informieren konnten.

Herzlich,
Ihr

Dr. Daniell Bastian, Bürgermeister der Einhardstadt Seligenstadt

Sie können auf unserer städtischen Homepage (www.seligenstadt.de) und auf dem SeligenStadtPortal (www.unser-seligenstadt.de) auch online lesen und ein Exemplar herunterladen.

Die „Bunte Kiste“ in Seligenstadt bietet ein nachhaltiges Einkaufserlebnis mit viel Ware für wenig Geld

Der Betrieb liegt Großteils in den helfenden Händen von Menschen über 60 Jahre

Der eine braucht es nicht mehr und der andere kann es gebrauchen. Klingt einfach, ist es auch! Man muss sich nur finden und das geht zum Beispiel bei einem Besuch in der „Bunten Kiste“ an der Steinheimer Straße. Seit gut einem Jahr betreiben hier der AK Willkommen und die Kolpingfamilie einen Laden, der Gespendetes für wenig Geld anbietet. Das Prinzip ist einfach und effektiv, laut Mit-Initiator Henning Berz dreht sich das Warenangebot des 250 Quadratmeter großen Verkaufsrums alle zwei Wochen komplett. Die Nachfrage ist groß, bei nachhaltig Denkenden, Bedürftigen, Einkommensschwachen, Sammlern oder Second-Hand-Fans. An Waren mangelt es nicht, die Spendenbereitschaft ist groß. Immer zu den Öffnungszeiten darf gekauft oder abgegeben werden, das Sortiment reicht von Kleidung über Einrichtungs- und Gebrauchsgegenstände. „Alles, was in einen PKW-Kofferraum passt“, umschreibt der Vorsitzender des Arbeitskreises Willkommen in Seligenstadt, Henning Berz. Über ein Lager verfügt die „Bunte Kiste“ nicht, alle

angenommenen und für brauchbar erachteten Dinge gehen direkt in den Verkaufsraum. Deshalb können auch nur saisonal passende Spenden angenommen werden.

„Wir haben keine Kapazitäten, um einen Wintermantel ein halbes Jahr lang zu lagern“, so Martina Disser der Kolpingfamilie Seligenstadt. Elektrogeräte werden ebenfalls nicht angenommen, das hat versicherungstechnische Gründe. Im Verkaufsraum ist genau so viel los wie dahinter, wenn die Spenden angenommen werden. „Bei Ladenöffnung stehen regelmäßig schon zwanzig Menschen davor, freuen sich Disser und Berz, die sich auf gut 60 Ehrenamtliche in der Annahme und im Verkauf verlassen kann. Die meisten davon sind über 60 Jahre alt, da die Kiste tagsüber geöffnet hat und ein Mithelfen bei Berufstätigkeit schwieriger zu koordinieren ist.

Nachhaltigkeit, Bedürftigkeit und Sammelleidenschaft ziehen Kundenschaft in den Laden, laut der Erfahrung der Helferinnen und Helfer. Mehrfach im Monat beispielsweise wird ein Küchentisch mit Stühlen verkauft, häufig an junge Menschen die ihre erste eigene Wohnung beziehen. Porzellan ist der Renner, aber auch Kochutensilien. Sehr wichtig und gut frequentiert ist auch die Schulecke im großen Kinderbereich. Immer wieder spenden auch Firmen ungebrauchte Dinge, etwas aus einer Überproduktion, weil etwas ausgelistet wurde oder sich als Ladenhüter erwiesen hat. „Bei uns gibt es nichts Schwerverkäufliches, alles wird gebraucht, jeder Topf findet hier seinen Deckel“, so die Erfahrung von Henning Berz.

Die „Bunte Kiste“ dient ausschließlich einem gemeinnützigen Zweck. Alle arbeiten ehrenamtlich und nur Gespendetes wird verkauft. Bleibt ein Gewinn abzüglich der Unkosten



übrig, so wird er im vollen Umfang an gemeinnützige Vereine aus der Region gespendet.

Über ein großzügige Unterstützung konnten sich die Initiatoren der Kiste durch den Vermieter freuen. Die Familie Domdey hat die Räumlichkeiten hell und repräsentativ ausgestaltet und kommt mit den Kosten dem Zweck entgegen. Wer in den sehr ansprechenden Laden kommt, fühlt sich sofort wohl und findet immer etwas. Gezahlt wird bar oder mit EC-Karte. Auch die Seligenstädter Gutscheine Card wird akzeptiert. Das

Bezahlprinzip ist einfach gestaltet und für jeden zu verstehen, auch ohne Sprachkenntnisse. An den Warenregalen kleben farbige Punkte, die im Kassensbereich erläutert sind. So steht beispielsweise „weiß“ für 50 Cent und „grün“ für 3 Euro.

Gutscheine gibt es auch von der „Bunten Kiste“ selbst. Sie landen zum Beispiel in jeder Begrüßungsmappe für Geflüchtete oder in den Händen von Obdachlosen, die vom städtischen Integrationsbüro im Nachbarschaftshaus betreut werden. Der ADFC Seligenstadt hat für den

Laden einen Fahrradständer gespendet und der Zonta Club Seligenstadt eine Sitzbank. Das Arbeiten in der Bunten Kiste macht allen viel Spaß und es werden weitere helfende Hände gesucht. Wer Lust darauf hat, der kann sich gerne melden: Bunte Kiste, Steinheimer Straße 68, Telefonnummer: 06182/8869866, E-Mail: uinfo@bunte-kiste.org

Weitere Einrichtung dieser Art in Seligenstadt: DRK Kleiderladen, Bahnhofstraße 32, 63500 Seligenstadt, Telefonnummer: 06182/9609630



Impressum FÜR UNS – Füreinander in unserer Stadt – Zeitschrift für Senioren und Mitteilungsblatt der HILFE FÜREINANDER Seniorenhilfe Seligenstadt e.V.

Herausgeber: Stadt Seligenstadt

Geschäftsstelle: Stadt Seligenstadt
Seniorenberatung
Daniel Kettler
Marktplatz 1
63500 Seligenstadt
Tel. 06182/87-5100

E-Mail: Seniorenberatung@Seligenstadt.de

Chefredaktion: Bürgermeister Dr. Daniell Bastian/
Ilka Haucke (Stadt Seligenstadt)
Gabriele Laube, Volker Höhr
(HILFE FÜREINANDER
Seniorenhilfe Seligenstadt e.V.)

**Gestaltung
der Titelseite:
Titelfoto:** Studio Mathias Neubauer
Axel Hampe

Fotos im Inhalt: Mathias Neubauer, Stadt Seligenstadt,
David Vasicek

Gesamtherstellung: Pötzl Offsetdruck
Bahnhofstraße 28,
35583 Wetzlar-Garbenheim
Tel. 06441/9477-0

E-Mail: poeztel-druck@t-online.de

Die Zeitschrift erscheint viermal jährlich. Sie ist kostenlos erhältlich im Rathaus, bei der Tourist-Info, im Bürgeramt und anderen Auslagestellen. Den Mitgliedern der HILFE FÜREINANDER wird die Zeitschrift durch ihren Verein zugestellt. Die nächste Ausgabe erscheint im November 2024.

Beiträge:
Bürgermeister Dr. Daniell Bastian, Rainer Alt, Jürgen Götz, Katharina Müller, Daniel Kettler und Ilka Haucke (Redaktionsteam Stadt Seligenstadt)

Zahnarztpraxis Dr. Klaus Habel mit neuem Angebot für schwer -oder nichttransportfähige Patienten.

Zahnarzt Detlef Hersel macht für ihn hauptberuflich Hausbesuche



Mobile Dienste wie ein Haarschnitt, Pediküre oder Maniküre, Pflege oder Betreuung, sind gängig und allseits als Angebot bekannt. Auch Besuche des Hausarztes beim Patienten direkt, sind noch geläufig. Aber von einem Zahnarzt, der nach Hause kommt, davon haben die wenigsten gehört. Die Seligenstädter Zahnarztpraxis Dr. Habel macht es möglich und hat mit Detlef Hersel einen Zahnarzt angestellt, der hauptberuflich Hausbesuche macht. In Zusammenarbeit mit der Zahnärztlichen Initiative Region Seligenstadt (Zirs) besucht der Zahnmediziner Patienten aus der Umgebung, die aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr oder nur unter sehr schwierigen Bedingungen eigenständig in die Praxis kommen könnten.

„Ein aufwendiger Krankentransport zur Zahnarztpraxis muss meist nicht sein, zumal nicht alle Praxen

barrierefrei sind. Da kann ich viel abfangen“, erläutert Zahnarzt Hersel. Ihm ist wichtig, dass die regelmäßigen Kontrollen des Zahnzustandes oder der Prothese nicht wegen des angegriffenen allgemeinen Gesundheitszustandes des zu Behandelnden ausfallen. Vorsorge sei schließlich besser als Nachsorge. Auch ist es ihm ein Anliegen, die ohnehin schon belasteten Angehörigen eines pflegebedürftigen Menschen zu entlasten und ihnen die aufwändige Organisation des Besuchs vor Ort zu ersparen. Wenn Detlef Hersel zu den Patienten nach Hause fährt, hat er ein mobiles Lesegerät für die Krankenkassenkarte dabei, auch die Hausbesuchspauschale übernimmt in der Regel die Kasse. Der mobile Zahnarzt Hersel führt ein Grundbesteck mit sich. Aufwendige zahnärztliche Behandlungen, wie etwa das Ziehen eines entzündeten Zahns, funktionieren nicht zu Hause. Zum einen fehlt dafür die Assistenz,

aber auch benötigte Gerätschaften, wie zum Beispiel der Speichelsauger. Ganz ab dem, sei das Risiko zu groß. „Ich bin keine fahrende Zahnarztpraxis“, stellt er klar.

In aller Regel handelt es sich ohnehin um kleinere Behandlungen, wie das Durchführen einer Zahnvorsorgeuntersuchung oder das Glätten von scharfen Kanten. Auch eine provisorische Füllung ist möglich und das erneute Anpassen einer vorhandenen Prothese. Auch das Anfertigen einer neuen ist auf diesem Weg kein Problem.

Das neue Angebot wird laut Detlef Hersel gut angenommen und gilt altersunabhängig. Wer pflegebedürftig bzw. nicht transportfähig ist, wird von ihm besucht. Die Behandlungen finden zu den gängigen Praxis-Sprechzeiten statt.

**Kontakt:
Für Hausbesuche
können sich Patienten
und Angehörige in der
Praxis Dr. Habel,
06182/3238 oder direkt
bei Detlef Hersel,
0162/6262875 oder
d.hersel.zahnarzt.mobil@
gmail.com melden.**

Öffentliche Staatsführungen

Noch bis einschließlich Oktober bietet die Seligenstadt Marketing & Tourismus GmbH öffentliche Stadtführungen an. Sie starten jeden Samstag um 11:30 Uhr am Einhardhaus (Aschaffenburger Straße 1) und kostet 8 Euro pro Person. Der geführte Stadtrundgang dauert eine Stunde, eine Voranmeldung in der Tourist-Info unter 06182/9618766 ist notwendig.

Infos: www.unser-seligenstadt.de



Symbolischer Spatenstich für den Neubau der Tagespflege St. Agnes

Am 10. Juli fand der feierliche, symbolische Spatenstich für den Neubau der Tagespflege St. Agnes im Gewerbegebiet südlich der Dudenhöfer Straße statt.

„Wir freuen uns, wenn es bald eine Tagespflege für ältere Menschen auch in Seligenstadt gibt“, so Bürgermeister Dr. Daniell Bastian.





Geflüchtete setzen in Seligenstadt klares Zeichen gegen Extremismus

Am Mittwoch dem 12. Juni setzten afghanische Geflüchtete sowie Menschen aus der Türkei, dem Iran und Syrien zusammen mit der Geflüchteten-Beratung Caritas in Seligenstadt am Nachbarschaftshaus ein Zeichen gegen Extremismus. Sie hängten symbolisch für ein friedliches Miteinander eine selbstgebastelte Wimpelkette auf. Die anwesenden zumeist afghanischen Kinder und Erwachsene überreichten dem eingeladenen Seligenstädter Dienststellenleiter, Erster Polizeihauptkommissar Thomas Eck, Blumen und drückten in Anbetracht der Tat in Mannheim persönlich ihr tief empfundenes Beileid aus. Sie distanzierten sich dem Polizeichef gegenüber ausdrücklich von der Tat und den Motiven des Täters. Thomas Eck zeigte sich tief gerührt von der Solidaritätsbekundung und nahm in einem „Gänsehautmoment“ diese stellvertretend für die gesamte Polizei entgegen. Er betonte ausdrücklich, dass in Seligenstadt ein gutes Miteinander herrsche, was er durch diese Aktion ein weiteres Mal bestätigt sehe.

„Wir als afghanische Flüchtlinge verurteilen den Messerangriff in Mannheim aufs Schärfste. Solche Gewalttaten schaden nicht nur den Opfern, sondern auch dem Ansehen friedlicher Afghanen weltweit. Wir

müssen gemeinsam gegen Extremismus und Gewalt vorgehen. Die Mehrheit der Afghanen sucht ein friedliches Leben und lehnt solche Taten ab. Lassen Sie uns für eine Welt eintreten, in der Respekt und Toleranz herrschen“, formulieren Geflüchtete aus Seligenstadt.

Nach dem Attentat in Mannheim, bei dem ein afghanischer Flüchtling einen Polizisten hinterrücks erstochen hat, machten sich die Teilnehmenden der Caritas-Geflüchteten-Beratung Seligenstadt ans Werk, um eine Wimpelkette als symbolischen Zeichen für respektvolles Miteinander zu basteln. Diese wird für zwei Wochen als sichtbares Bekenntnis zu den Werten

ihres gewählten neuen Heimatlandes Deutschland und als Zeichen der Verurteilung der Tat von Mannheim am Nachbarschaftshaus hängen.

„Ich finde die Aktion aus dem Kreis der bei uns in Seligenstadt aufgenommenen Geflüchteten bemerkenswert und bin dafür sehr dankbar. Die Tat aus Mannheim hat uns alle schockiert und ich bin mir ganz sicher, dass es gerade afghanischen Menschen in unserem Land schwer fällt zu verstehen, warum sich einer von ihnen hat derart radikalieren lassen und zum Mörder wurde. Ich danke all denen, die sich jetzt erheben und deutlich machen, dass es sich hierbei nicht um das Gedankengut einer ganzen



Volksgruppe oder einer ganzen Religionsgemeinschaft handelt“, so Erster Stadtrat Michael Gerheim.

Niemand verlässt sein Heimatland ohne triftigen Grund. Wir, die Geflüchteten in Seligenstadt, sind aus unseren Herkunftsländern geflohen, um in Frieden und Freiheit zu leben, eine Familie zu gründen und unsere Kinder mit Werten wie Menschlichkeit und Demokratie zu erziehen. Hier in Deutschland haben wir, gemeinsam mit der Unterstützung der

Caritas, ein neues Zuhause gefunden. Als Mitglieder dieser Gesellschaft arbeiten und leben wir hier und schöpfen neue Perspektiven. Liebe, Menschlichkeit, Gleichheit, Religions- und Meinungsfreiheit sind die Werte, die wir von Anfang an hier erfahren haben. Diese Werte sind es, für die wir hier sind und die uns dazu bewegen haben, unsere Heimatländer zu verlassen.

Wir stehen fest an der Seite von Vielfalt, Gleichheit und Gerechtigkeit und treten entschieden gegen Dis-

kriminierung, gegen die Einschränkung der Freiheitsrechte ein. Wir setzen uns für Frieden und Freiheit ein. Die Wimpel sind ein Zeichen für Vielfaltigkeit, Diversität und Interkulturalität, die wir vertreten. Sie symbolisieren auch unsere Werte und unsere Bereitschaft zum harmonischen Miteinander.

Gemeinsam mit der Caritas setzen wir ein klares Zeichen für ein friedliches und respektvolles Zusammenleben in unserer Gemeinschaft.

Rückblicke

Seniorenbeirat besucht Kursana-Domizil Reger Austausch mit Leitung und Pflegeleitung

Am Donnerstag, 13.06.2024, besuchten Mitglieder des Seligenstädter Seniorenbeirates das Kursana-Domizil, eine Pflegeeinrichtung für ältere Menschen in Seligenstadt.

Die Leiterin des Hauses, Frau Dehne, und ihre Pflegedienstleiterin, Frau Mavraj, berichteten über die Tätigkeit im Seniorenheim, in dem bis zu 100 Bewohner in drei Etagen unterkommen können. Besondere Themen waren z. B. der allgemeine Pflegenotstand in Deutschland. Hier versucht das Kursana in Selbsthilfe Linderung zu schaffen. So sind etwa im Augenblick sieben Auszubildende im Heim, im Idealfall können bis zu zehn Menschen zum Altenpfleger ausgebildet werden. Auch bietet das Heim seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern flexible Arbeitszeiten an. Des Weiteren wurde die medizinische Versorgung der Bewohner und Bewohnerinnen angesprochen.

Ein weiterer Themenbereich war die ehrenamtliche Tätigkeit durch Privatpersonen im Heim. Exakt hierzu entwickelte sich eine intensive Debatte mit dem Ziel, zu klären, wie und ob der Seniorenbeirat helfen könne. Die Mitglieder, angeführt von ihrer Vor-



sitzenden Brunhilde Reuter und dem Leiter des Seligenstädter Amtes für Kinder, Senioren, Sport und Kultur, Daniel Kettler, berichteten über die Aufgaben des Seniorenbeirates und relativ schnell kristallisierten sich die Punkte heraus, wo der Beirat das Heim unterstützen könnte. Wichtig seien beispielsweise regelmäßige Besuche von einsamen Heimbewohnern, die keine oder wenig Besuche bekommen. Auch eine Personenliste für kleinere Hilfsleistungen wäre eine Entlastung für die Mitarbeiter

und Mitarbeiterinnen. Wichtig ist es, Gesprächspartner zu sein. Auch könnten Mitglieder des Seniorenbeirates Angebote, wie z. B. Vorlesestunden oder Spaziergänge anbieten.

Man war sich einig, dass diese Hilfen in der nahen Zukunft angegangen werden sollen und vereinbarte weitere unregelmäßige Kontakte, um im Gespräch zu bleiben und sowohl den Seniorinnen und Senioren, als auch deren Pflegern und Pflegerinnen Hilfsangebote machen zu können.

 **Malteser**
...weil Nähe zählt.



Menüservice

Tägliche Lieferung warmer Mahlzeiten.
Auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

Probewoche zum halben Preis

Malteser Hilfsdienst e.V.

Tel.: 06104 406790 · Internet: www.malteser-offenbach.de

E-Mail: menueservice.obertshausen@malteser.org

Alltagsbegleitung und
persönliche Betreuung
für Senioren zuhause

Kosten-
übernahme
durch alle
Pflegekassen
möglich



Unsere Leistungen:

- Betreuung zuhause
- Begleitung außer Haus
- Hilfen im Haushalt
- Grundpflege
- Demenztbetreuung
- Entlastung pflegender Angehöriger

Standort Rodgau
Ludwigstraße 24-26
Telefon 06106 7071790

www.homeinstead.de

 **Home
Instead.**
Zuhause umsorgt

 **PflegeKräftig**
HÄUSLICHER PFLEGEDIENST

- Körperpflege
- Behandlungspflege
- Pflegeberatung
- Pflegeschulung

Am Reitpfad 23
63500 Seligenstadt

Tel: 06182 9554655

info@pflegekraeftig.de

www.pflegekraeftig.de

Ambulante Pflege in Seligenstadt, Hainburg und Mainhausen

www.Trauerhilfe-Kraus-Seligenstadt.de

Wer selbstbestimmt geht,
entlastet seine Lieben.

Bestattungsvorsorge
macht Sinn.



 **MICHAEL KRAUS**
BEERDIGUNGSIINSTITUT

TAG UND NACHT
RÖMERSTRASSE 2
63500 SELIGENSTADT
06182 - 960 964

Sie finden das

FÜR UNS
Für einander in unserer Stadt



Auch im Internet:

Auf der Homepage der Stadt Seligenstadt

www.seligenstadt.de

„Alles über Seligenstadt“ unter der Rubrik „Senioren“

Palatium-Apotheke



Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag:

8:30-12:30 und 14:30-18:30

Samstag:

8:30-13:00

Palatiumstraße 3

63500 Seligenstadt

Tel.: 06182-3768

info@palatium-apotheke.de

**Wir bieten einen
schnellen und kostenfreien
Botendienst direkt an die Tür.
Rufen Sie uns an, wir helfen Ihnen gerne!**

SCHMERZFREI OHNE OPERATION

Über 90% aller Schmerzen müssen nicht sein und können ohne Operation und ohne Medikamente beseitigt werden.

Informieren Sie sich jetzt!

Die Schmerzspezialisten

Züleyha Demir

Heilpraktikerin & Psychoonkologin

Naturheilpraxis für
Psychoonkologie & Massage

Bahnhofstr. 31 | Seligenstadt

Tel. 06182-8988788

www.schmerzspezialisten-seligenstadt.de



 **Malteser**
...weil Nähe zählt.



Hausnotruf vor Ort

Hilfe auf Knopfdruck

Malteser Hilfsdienst e.V.

Tel. 06104-40679-35

Internet: www.malteser-offenbach.de

E-mail: hausnotruf.obertshausen@malteser.org

ABSCHIED NEHMEN – ein schwerer Weg.

Fragen und Ängste
belasten Sie in Ihrer Trauer.

Wenden Sie sich vertrauensvoll
mit Ihren **VORSTELLUNGEN** und
WÜNSCHEN an uns!

Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg.

PIETÄT **VOLKER WINKLER**

Telefon: 06182 – 35 53
Kortenbacher Weg 9 • 63500 Seligenstadt



Trost spüren – Ruhe geben
ERD • FEUER • SEE
BESTATTUNGEN

Hier könnte Ihre Anzeige stehen

Anruf genügt!



Tel. 06441/94770

Bahnhofstraße 28
35583 Garbenheim
poetzi-druck@t-online.de

4 Wochen kostenlos testen! Der Johanniter- Hausnotruf.



Ich bleibe ich,
in den eigenen vier Wänden!
Und die Johanniter sorgen im Fall
der Fälle für professionelle Hilfe.

Eine Sorge weniger - für mich und meine Familie.

Servicenummer: ☎ 0800 72 37 377 (gebührenfrei)

www.johanniter.de/offenbach



JOHANNITER
Regionalverband
Offenbach

Sichern Sie sich unser Aktionsangebot gegen Vorlage dieses Coupons! Stichwort: Seniorenmagazin „Für uns“.

Informationsreihe Demenz stieß auf sehr großes Interesse/ Um einen Fachvortrag verlängert

Einen gelungenen Auftakt hatte die Informationsreihe rund um das Thema Demenz am 14. Mai und freute sich bis einschließlich dem letzten von neun Vorträgen am 9. Juli großen Zuspruchs. Der städtische Seniorenberater Daniel Kettler freute sich über stets besetzte Stühle und bekam bestes Feedback. Davon motiviert wurde die Vortragsreihe noch um einen Fachvortrag verlängert und endete mit einem Vortrag zur Wirkung von Musik auf Demenzkranke.

Die Stadtverwaltung Seligenstadt hatte gemeinsam mit der Leitstelle Älterwerden des Kreis Offenbach in den Altenclub des Haus Wallstraße kostenfrei eingeladen.

Für einen gelungenen Auftakt sorgte Sandra Stählin von der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hessen, der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Mit ihrem Vortrag rund um das Thema „Essen und Trinken bei Demenz“, der von verschiedenen Kostproben begleitet wurde, stillte Sie nicht nur den Wissensurst der Anwesenden.

Nicht minder interessant waren die Vorträge mit den Themen „Demenzdiagnose - was nun? Eine Checkliste für Angehörige“, „Umgang mit Menschen mit Demenz“, „Chancen der Krisenbewältigung, der medizinische Hintergrund von Demenz - Diagnose und Therapie“, „Stressbewältigung mit Achtsamkeit“,



Christian Seifried Facharzt für Neurologie der Geriatrie Asklepios

„Gesetzliche Betreuungsverfügung - Vorsorgevollmacht – Patientenverfügung“ und „Demenzparcours“ sowie der musikalische Abschluss. Informationsmaterial ist jederzeit beim Seniorenberater Daniel Kettler einsehbar. Auch steht der Fachmann für ein Gespräch mit wertvollen Tipps nach vorheriger Terminvereinbarung gerne zur Verfügung.



Sandra Stählin von der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hessen, der Deutschen Gesellschaft für Ernährung



Gelungener Ausflug der Basilika Senioren

Einen wunderschönen Nachmittag erlebten die Senioren der Pfarrei St. Marcellinus und Petrus im Rosspark Dräger in Steinfurth. Schon bei der Ankunft gingen beim ersten Blick auf den Park bewundernde Rufe durch den Bus. Nach einer Führung durch ein Blütenmeer voller Rosen wurde auf der Rosen-Pergola Kaffee und Kuchen serviert. Zum Schluss gab es noch Zeit, im dortigen Ladengeschäft zu stöbern, um das ein oder andere Rosenandenken mit Nachhause zu nehmen.

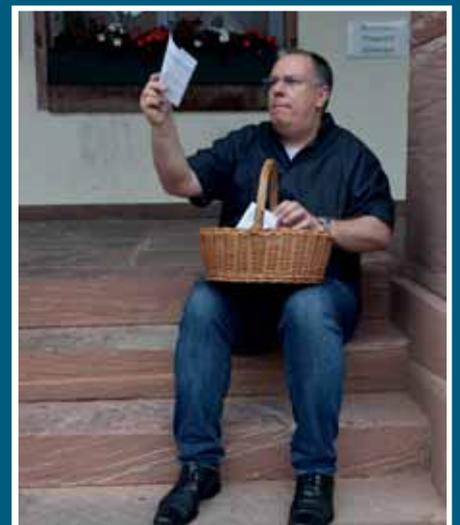
Die Termine und das Programm für die kommenden Seniorennachmittage der Pfarrei werden im Pfarrbrief, auf der Homepage und auch in der Presse zeitnah bekanntgegeben.

Der nächste Seniorennachmittag findet am 11.09.2024 im St. Josefs-haus statt.

Nach einem Gottesdienst im Edith-Steinsaal um 14.30 Uhr geht es in den Jakobsaal zum gemütlichen Beisammensein bei Kaffee und Kuchen. Zu Gast wird diesmal Martina Weih sein, die uns mit der Geschichte des Kaffees bekannt machen wird. Herzliche Einladung!

**Anmeldung bei
Anita Ewald:
Tel. 23468**

42 Menschen hatten Lust zu rätseln und haben uns ihre Ergebnisse aus der letzten Ausgabe zukommen lassen. Unter den 42 Einsendungen wurde ein Herr aus Babenhäusen gezogen. Herzlichen Glückwunsch! Als Glücksfee war diesmal Gerrit Kratz aktiv. Der Verwaltungsfachwirt ist der neue Leiter des Amtes für soziale Infrastruktur und damit des Nachbarschaftshauses im Norden Seligenstadts. Sein Zuständigkeitsbereich erstreckt sich von der Gemeinwesenarbeit, der Kinder- und Jugendarbeit mit Berufswegebegleitung und Freizeitangeboten über Integration, Obdachlosenunterbringung, Vermittlung von Sozialwohnungen bis zu Wohngeld, Flüchtlingshilfe, Frauenbüro und ÖPNV. Eingesendete Sudoku-Rätsel kamen aus Seligenstadt (29), Mainhausen (3), Hainburg (2), Dorfprozelten (1), Babenhäusen (1), Hainau (4), Rodgau (1) und Herne (1).



BREWELDIPPE

*Es gibt Mensche hinieden,
die gäwwe sich mit nix zufriedenen.*

*Die Sonn zu heiß,
die Worscht zu leis.*

*Es Bier meist lau,
uff de Stroße nur Stau.*

*Die Musik zu laut,
zu teuer die Maut.*

*Die Kinner zu frech,
im Lotto nur Pech.*

*Die Sportler sann schlecht
koahm mecht ers recht.*

*Immer kimmt nur des Gebrewel von de Lippe.
Er is halt en richtige Breweldippe.*

Das Gedicht stammt aus der Feder von Ludwig Bungert, der im Januar 2021 kurz vor seinem 92. Geburtstag verstorben ist. Seine Hinterbliebenen erlauben uns, weiterhin seine Gedichte zu veröffentlichen.

Drittes Insektenhotel in Seligenstadt

Das Umweltamt der Stadt Seligenstadt hat in Zusammenarbeit mit dem Forstbetrieb Gebert ein weiteres und damit drittes Insektenhotel aufgestellt. Somit folgt nach dem in der Grünanlage Bleiche und an der Ecke Walinusstraße in Klein-Welzheim eines am neu gestalteten Parkplatz am Kapellenplatz. Die Bepflanzung der nahen Umgebung ist bewusst Insekten-freundlich gewählt.



„Die Entwicklung der Insektenwiese braucht jedoch Geduld. Bis sich eine stabile Pflanzengemeinschaft eingestellt hat, dauert es mehrere Jahre. Das aufgestellte Insektenhotel ersetzt zumindest einen kleinen Teil der verlorenen Lebensräume der Insekten, bietet Ihnen Unterschlupf, wird dem Insektensterben entgegen und erhöht die Artenvielfalt“, fasst Erster Stadtrat Michael Gerheim zusammen.



NOTDIENSTE

AUGUST bis OKTOBER



In Seligenstadt, Klein-Welzheim und Froschhausen ist das Datum jeweils in **GRÜN** gedruckt. Die Apotheken außerhalb Seligenstadts sind **ROT** gekennzeichnet.

Kurzfristige Änderungen des Notdienstplans sehen Sie unter:
<https://www.apothekerkammer.de/apotheken+notdienst/kalender/>

Inhaber: Thorsten Thieme e.K. Marktplatz 4
 63500 Seligenstadt
 Tel. 06182-3308



• durchgehend geöffnet
 • kostenloser Lieferservice
 • Kompressionsstrumpf-Anmessung
 • Milchpumpenverleih
 • Babywaagenverleih

info@stadt-apotheke-seligenstadt.de
 www.stadt-apotheke-seligenstadt.de
 www.facebook.com/stadtapothekeseligenstadt



Erste Hilfe

Überfall, Verkehrsunfall	110
Feuer, Erste Hilfe, Rettungsdienst	112
Polizeistation Seligenstadt	0 6182 / 8 93 00
Giftnotruf	0 6131 / 192 40
Ärztlicher Notdienst	116 117
Zahnärztlicher Notdienst	018 05 / 60 70 11
Evidensia Tierarztpraxis Seligenstadt	0 6182 / 2 10 26
Seelsorge-Telefon	116 123
Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen	116 016
Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch	0800 / 22 55 530
Asklepios Klinik Seligenstadt	0 6182 / 83-0
Emma-Klinik Seligenstadt	0 6182 / 96 00
Klinikum Aschaffenburg	0 60 21 / 3 20
Klinikum Hanau	0 6181 / 2 96-0
Sana Klinikum Offenbach	0 69 / 8 40 50
Ketteler Krankenhaus Offenbach	0 69 / 8 50 50
EVO-Störungsdienst Strom	0800 / 80 60 30 30
ZWO-Störungsdienst Wasser	0 6106 / 6 99 50
Schlüsseldienst KÖS, Tag & Nacht	0178 / 4 88 80 90
Kartenverlust: Sperr-Notruf	116 116
Stadtverwaltung Seligenstadt	0 6182 / 87-0

AUGUST

- 1** NIKOLAUS-APOTHEKE JÜGESHEIM
Hintergasse 11, Telefon 0 6106 / 36 66
- 2** APOTHEKE ST. PETER WEISKIRCHEN
Schillerstraße 11-13, Telefon 0 6106 / 5152
- 3** TEMPELSEE-APOTHEKE OFFENBACH
Brunnenweg 50, Telefon 0 69 / 85 00 36 46
- 4** VITA-APOTHEKE KLEIN-WELZHEIM
Dieselstraße 7, Telefon 84 37 23
- 5** PAULY-V.-BUTTLAR-APOTH. DUDENHOFEN
Feldstraße 46, Tel. 0 6106 / 6 66 88 70
- 6** SCHLOSS-APOTHEKE BABENHAUSEN
Platanenallee 34, Telefon 0 60 73 / 72 60 80
- 7** VIKTORIA-APOTHEKE OFFENBACH
Langstraße 20, Telefon 0 69 / 86 55 00
- 8** ROSEN-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG
Wilhelm-Leuschner-Straße 42, Tel. 41 91
- 9** WEHL-V.-BUTTLAR-APOTH. DUDENHOFEN
Kronberger Str. 11, Tel. 0 6106 / 6 2775 30
- 10** VITA-APOTHEKE KLEIN-WELZHEIM
Dieselstraße 7, Telefon 84 37 23
- 11** BAHNHOF-APOTHEKE SELIGENSTADT
Bahnhofstraße 19, Telefon 35 02
- 12** APOTHEKE ST. PETER WEISKIRCHEN
Schillerstraße 11-13, Telefon 0 6106 / 5152
- 13** SONNEN-APOTHEKE HAINSTADT
Königsberger Straße 75, Telefon 52 84
- 14** PAM-APOTHEKE OBERTSHAUSEN
Königsberger Str. 2, Tel. 0 6104 / 4 09 91 88
- 15** PALATIUM-APOTHEKE SELIGENSTADT
Palatiumstraße 3, Telefon 37 68
- 16** EASY-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG
Fasaneriearkaden 9, Telefon 82 06 10
- 17** EINHORN-APOTHEKE DUDENHOFEN
Nieuwpoorter Str. 68, Tel. 0 6106 / 2 89 77 95
- 18** GREIFEN-APOTHEKE HAINSTADT
Offenbacher Landstraße 52, Tel. 46 67
- 19** PAULY-V.-BUTTLAR-APOTH. DUDENHOFEN
Feldstraße 46, Tel. 0 6106 / 6 66 88 70
- 20** CÄCILIEN-APOTHEKE HEUSENSTAMM
Frankfurter Straße 41, Tel. 0 6104 / 37 09
- 21** STADT-APOTHEKE SELIGENSTADT
Marktplatz 4, Telefon 33 08
- 22** BREIDERT-APOTHEKE RÖDERMARK
Breidertring 2 a, Telefon 0 60 74 / 9 82 18
- 23** VITA-APOTHEKE KLEIN-WELZHEIM
Dieselstraße 7, Telefon 84 37 23
- 24** SCHLOSS-APOTHEKE BABENHAUSEN
Platanenallee 34, Telefon 0 60 73 / 72 60 80
- 25** BIRKENWALD-APOTHEKE OBERTSHAUSEN
Birkenwaldstraße 1-3, Tel. 0 6104 / 7 33 88
- 26** TANNEN-APOTHEKE ZELLHAUSEN
Portenstraße 19, Telefon 2 51 00
- 27** EINHORN-APOTHEKE DUDENHOFEN
Nieuwpoorter Str. 68, Tel. 0 6106 / 2 89 77 95
- 28** GARTENSTADT-APOTHEKE NIEDER-RODEN
Hamburger Straße 1, Tel. 0 6106 / 7 20 40
- 29** PALATIUM-APOTHEKE SELIGENSTADT
Palatiumstraße 3, Telefon 37 68
- 30** STADT-APOTHEKE SELIGENSTADT
Marktplatz 4, Telefon 33 08
- 31** FLORA-APOTHEKE FROSCHHAUSEN
Seligenstädter Straße 1, Telefon 82 62 58

SEPTEMBER

- 1** PARACELSUS-APOTHEKE OFFENBACH
Kaiserstraße 28, Telefon 0 69 / 88 89 87
- 2** LÖWEN-APOTHEKE BABENHAUSEN
Fahrstraße 81, Telefon 0 60 73 / 25 34
- 3** NIKOLAUS-APOTHEKE JÜGESHEIM
Hintergasse 11, Telefon 0 6106 / 36 66
- 4** FLORA-APOTHEKE OBERTSHAUSEN
Dreieichstraße 27, Telefon 0 6104 / 7 16 50
- 5** ADLER-APOTHEKE NIEDER-RODEN
Puisseauxplatz 1, Telefon 0 6106 / 7 27 67
- 6** STADT-APOTHEKE SELIGENSTADT
Marktplatz 4, Telefon 33 08
- 7** STERN-APOTHEKE JÜGESHEIM
Eisenbahnstraße 14, Telefon 0 6106 / 92 61
- 8** SONNEN-APOTHEKE HAINSTADT
Königsberger Straße 75, Telefon 52 84
- 9** PAULY-V.-BUTTLAR-APOTH. DUDENHOFEN
Feldstraße 46, Tel. 0 6106 / 6 66 88 70
- 10** CÄCILIE-APOTHEKE HEUSENSTAMM
Frankfurter Straße 41, Tel. 0 6104 / 37 09
- 11** EASY-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG
Fasaneriearkaden 9, Telefon 82 06 10
- 12** ROSEN-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG
Wilhelm-Leuschner-Straße 42, Tel. 41 91
- 13** VITA-APOTHEKE KLEIN-WELZHEIM
Dieselstraße 7, Telefon 84 37 23
- 14** EINHORN-APOTHEKE DUDENHOFEN
Nieuwpoorter Str. 68, Tel. 0 6106 / 2 89 77 95
- 15** FLORA-APOTHEKE FROSCHHAUSEN
Seligenstädter Straße 1, Telefon 82 62 58
- 16** WEHL.-V.-BUTTLAR-APOTH. DUDENHOFEN
Kronberger Str. 11, Tel. 0 6106 / 6 27 75 30
- 17** TANNEN-APOTHEKE ZELLHAUSEN
Pfortenstraße 19, Telefon 25 100
- 18** GREIFEN-APOTHEKE HAINSTADT
Offenbacher Landstraße 52, Tel. 46 67
- 19** SCHLOSS-APOTHEKE BABENHAUSEN
Platanenallee 34, Telefon 0 60 73 / 72 60 80
- 20** STADT-APOTHEKE SELIGENSTADT
Marktplatz 4, Telefon 33 08
- 21** PALATIUM-APOTHEKE SELIGENSTADT
Palatiumstraße 3, Telefon 37 68
- 22** SCHLOSS-APOTHEKE HEUSENSTAMM
Hohebergstraße 1, Telefon 0 6104 / 22 55
- 23** BAHNHOF-APOTHEKE SELIGENSTADT
Bahnhofstraße 19, Telefon 35 02
- 24** BUCHRAIN-APOTHEKE OFFENBACH
Isenburgring 42, Telefon 0 69 / 98 34 01 25
- 25** APOTHEKE ST. PETER WEISKIRCHEN
Schillerstraße 11-13, Telefon 0 6106 / 51 52
- 26** GARTENSTADT-APOTHEKE NIEDER-RODEN
Hamburger Straße 1, Tel. 0 6106 / 7 20 40
- 27** LÖWEN-APOTHEKE BABENHAUSEN
Fahrstraße 81, Telefon 0 60 73 / 25 34
- 28** BIEBER-APOTHEKE OFFENBACH
Von-Brentano-Str. 14, Tel. 0 69 / 89 41 49
- 29** SCHLOSS-APOTHEKE BABENHAUSEN
Platanenallee 34, Telefon 0 60 73 / 72 60 80
- 30** STERN-APOTHEKE JÜGESHEIM
Eisenbahnstraße 14, Telefon 0 6106 / 92 61

Der Notdienst beginnt um 9 und endet um 9 Uhr!

OKTOBER

- 1** ROSEN-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG
Wilhelm-Leuschner-Straße 42, Tel. 41 91
- 2** ADLER-APOTHEKE NIEDER-RODEN
Puisseauxplatz 1, Telefon 0 6106 / 7 27 67
- 3** TANNEN-APOTHEKE ZELLHAUSEN
Pfortenstraße 19, Telefon 25 100
- 4** NIKOLAUS-APOTHEKE JÜGESHEIM
Hintergasse 11, Telefon 0 6106 / 36 66
- 5** ALPHA-APOTHEKE OFFENBACH
Berliner Straße 79, Tel. 0 69 / 77 06 74 20
- 6** WEHL.-V.-BUTTLAR-APOTH. DUDENHOFEN
Kronberger Str. 11, Tel. 0 6106 / 6 27 75 30
- 7** GREIFEN-APOTHEKE HAINSTADT
Offenbacher Landstraße 52, Tel. 46 67
- 8** TANNEN-APOTHEKE ZELLHAUSEN
Pfortenstraße 19, Telefon 25 100
- 9** BUCHRAIN-APOTHEKE OFFENBACH
Isenburgring 42, Telefon 0 69 / 98 34 01 25
- 10** PALATIUM-APOTHEKE SELIGENSTADT
Palatiumstraße 3, Telefon 37 68
- 11** LÖWEN-APOTHEKE BABENHAUSEN
Fahrstraße 81, Telefon 0 60 73 / 25 34
- 12** FLORA-APOTHEKE FROSCHHAUSEN
Seligenstädter Straße 1, Telefon 82 62 58
- 13** SCHLOSS-APOTHEKE BABENHAUSEN
Platanenallee 34, Telefon 0 60 73 / 72 60 80
- 14** BIRKENWALD-APOTHEKE OBERTSHAUSEN
Birkenwaldstraße 1-3, Tel. 0 6104 / 7 33 88
- 15** EASY-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG
Fasaneriearkaden 9, Telefon 82 06 10
- 16** EINHORN-APOTHEKE DUDENHOFEN
Nieuwpoorter Str. 68, Tel. 0 6106 / 2 89 77 95
- 17** STADT-APOTHEKE SELIGENSTADT
Marktplatz 4, Telefon 33 08
- 18** SONNEN-APOTHEKE HAINSTADT
Königsberger Straße 75, Telefon 52 84
- 19** PAM-APOTHEKE OBERTSHAUSEN
Königsberger Str. 2, Tel. 0 6104 / 4 09 91 88
- 20** BAHNHOF-APOTHEKE OBERTSHAUSEN
Bahnhofstraße 21, Tel. 0 6104 / 4 15 03
- 21** PAULY-V.-BUTTLAR-APOTH. DUDENHOFEN
Feldstraße 46, Tel. 0 6106 / 6 66 88 70
- 22** BAHNHOF-APOTHEKE SELIGENSTADT
Bahnhofstraße 19, Telefon 35 02
- 23** VITA-APOTHEKE KLEIN-WELZHEIM
Dieselstraße 7, Telefon 84 37 23
- 24** GREIFEN-APOTHEKE HAINSTADT
Offenbacher Landstraße 52, Tel. 46 67
- 25** PALATIUM-APOTHEKE SELIGENSTADT
Palatiumstraße 3, Telefon 37 68
- 26** TANNEN-APOTHEKE ZELLHAUSEN
Pfortenstraße 19, Telefon 25 100
- 27** TEMPELSEE-APOTHEKE OFFENBACH
Brunnenweg 50, Telefon 0 69 / 85 00 36 46
- 28** BUCHRAIN-APOTHEKE OFFENBACH
Isenburgring 42, Telefon 0 69 / 98 34 01 25
- 29** SONNEN-APOTHEKE HAINSTADT
Königsberger Straße 75, Telefon 52 84
- 30** BEETHOVEN-APOTHEKE OBERTSHAUSEN
Beethovenstr. 21 C, Tel. 0 6104 / 4 27 55
- 31** APOTHEKE ZUM LÖWEN OFFENBACH
Frankfurter Straße 35, Tel. 0 69 / 81 36 85



HILFE FÜREINANDER

Seniorenhilfe Seligenstadt e. V.



Vereinsnachrichten Nr. 105 August 2024



Liebe Leserinnen und Leser,
es sagte einmal Christian Morgenstern: „Lachen und Lächeln sind Tor und Pforte durch die viel Gutes in den Menschen hineinhuschen kann“. Ein irisches Sprichwort ergänzt diesen Gedanken indem festgestellt wird:

„Gott hat Dir ein Gesicht gegeben, lächeln musst Du selbst“. Werden wir also aktiv und suchen nach Gelegenheiten, die uns zum Lachen oder mindestens zum Lächeln bringen. Dazu lädt der Sommer mit der Blütenpracht ganz besonders ein, auch das Wetter mit blauem Himmel und angenehmer Wärme sind eine gute Grundlage für Heiterkeit und gute Stimmung.

Mit dem Programm, das HILFE FÜREINANDER im Sommer anbietet, allem voran das Sommerfest am 3. August und den Radtouren sowie den Spiele-Nachmittagen (Termine finden sich unter „Veranstaltungen“ in diesem Heft) wollen wir auch zu Heiterkeit und guter Laune beitragen. Wir laden Sie also herzlich ein, dabei mitzumachen. Die Anmeldefrist zum Sommerfest ist bereits vorbei, wenn diese Ausgabe erscheint, wir hoffen also, dass sich möglichst viele Mitglieder angemeldet und ihre Essensauswahl getroffen haben. Bitte denken Sie daran, Ihre Essens-Karte zum Fest mitzubringen, damit die Essenausgabe reibungslos funktionieren kann.

Gabriele Laube

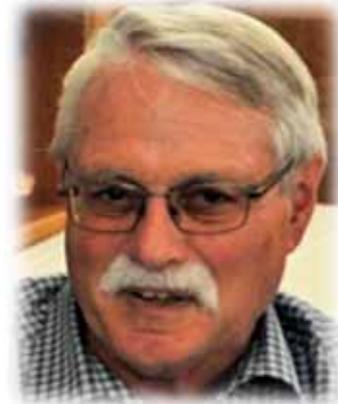
Es wird auch wieder ein Quiz geben, bei dem man etwas gewinnen kann. In dieser Ausgabe von FÜR UNS finden Sie Artikel zu Veranstaltungen, die bereits stattgefunden haben, z.B. die Fahrten zum Geldmuseum und nach

Bad Ems, zu dem Skatturnier am 18. April und der 1. und 2. Fahrradtour in diesem Jahr am 23. Mai und 20. Juni. Auch der Vortrag zum Thema „Medizinische Notfälle im Alltag“ hat bereits stattgefunden und wird in dieser Ausgabe beschrieben.

Nicht mehr ganz zum Sommerprogramm gehört dann das beliebte gemeinsame Singen, das für Oktober im MGK geplant ist, das aber, da sind wir ganz sicher, auch ein Lächeln auf die Gesichter der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zaubern wird.

Die 4-Tage-Tour zum Bodensee haben wir ja schon in der Nr.72 von FÜR UNS (Februar, März April) beschrieben, viele von Ihnen haben sich dafür auch schon angemeldet, wird hier nur noch mal erwähnt, weil dieser Programmpunkt auch zum Lächeln und Lachen anregen kann.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen eine gute Sommerzeit mit viel Gelegenheit zum Lachen oder mindestens zum Lächeln und der Aussicht auf einen schönen Herbst.



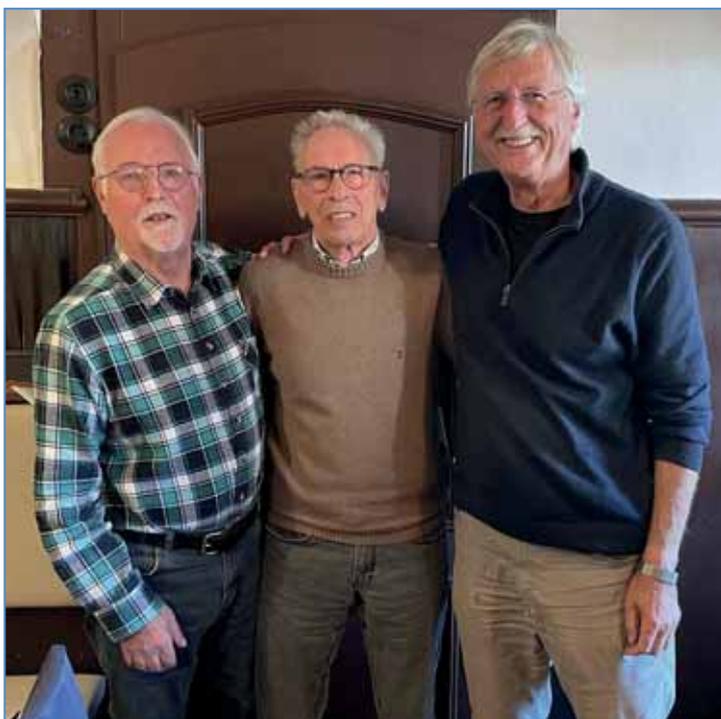
Christoph Becker



Rückblick: Skatturnier

Zum Frühlings-Skatturnier traten diesmal 14 Spieler an, ein neuer Rekord in der Nach-Corona-Zeit. Das ist eine erfreuliche Entwicklung, und wir hoffen, die neuen Teilnehmer auch für Nicht-Preis-Skat begeistern zu können.

Die Platzverhältnisse im Gasthof „Zum Riesen“ sind nicht gerade üppig, aber mit etwas gutem Willen können an einem langen Tisch auch 2 Teams parallel spielen.



Name, Vorname	Runde1	Runde2	Summe	Rang
Hain, Rudi	887	610	1497	1
Just, Gunter	830	454	1284	2
Greulich, Manfred	522	731	1253	3
Schameitat, Veit	828	234	1062	4
Breuning, Bernd	480	557	1037	5
Grün, Gottfried	349	634	983	6
Zloch, Werner	666	284	950	7
Rachor, Heinrich	180	674	854	8
Blanke, Herrmann	113	701	814	9
Hillgärtner, Lothar	550	234	784	10
Neubauer, Rudolf	176	604	780	11
Massoth, Hubert	527	188	715	12
Winter, Hubert	270	109	379	13
Feuchter, Albert	-420	-112	-532	14

Es gewann – fast möchte man sagen: mal wieder - Rudi Hain (Mitte); Qualität setzt sich offensichtlich durch! Platz 2 und 3 belegten Gunter Just (links) und Manfred Greulich (rechts). Beim alle 2 Wochen stattfindenden Spielenachmittag kann schon für das Herbst-Skatturnier trainiert werden.

Aber auch Nicht-Skatspieler sind herzlich willkommen.

Die genauen Termine findet man unter <https://www.hilfe-fuereinander.de/aktiv.html>

Manfred Greulich



Rückblick auf die 1. Radttour am 23. Mai 2024

In der Nacht vor dem Ausflug war ich unruhig. Zum ersten Mal sollte ich die Radtour führen.

Zwar hatte ich mit Brigitte Kroha die Strecke vorher abgefahren. Wir hatten uns auch die Wege genau angesehen. Da die Gaststätte "Zum Steinbachtal" gut besucht ist, hatte ich unseren Ausflug angekündigt. Aber tags zuvor hatte es noch mal kräftig gegossen. Und als ich das Kommen unserer Gruppe bestätigte, hatte mir die Wirtin gesagt, sie habe am Nachmittag noch eine Beerdigungsgesellschaft mit 80 Personen. Gerade zwischen 17 Uhr und dem Abendbetrieb könne sie uns noch reinnehmen.

Am Seligenstädter Marktbrunnen fuhren 17 Teilnehmer ab, zunächst den Main entlang, dann über die Kilianusbrücke. Der Radverkehr des bayrischen Mainuferweges nach Kleinostheim wird zwar entlang der Bundesstraße 8 umgeleitet. Aber Brigitte und ich wussten von unseren Erkundungen, dass dieser Mainuferweg noch bis zum Industriegebiet Kleinostheim frei ist. Erst dort habe ich die Gruppe erst nach links und etwas weiter nach rechts auf die asphaltierte Straße am Heraeus-Werk vorbei gelenkt. So kamen wir zu einer

Autobahn-Unterquerung, die nicht durch den Abriss und Neubau der Mainbrücke der A45 betroffen ist, und rollten an der "Eulenstube" des Vereins für bedrohte Vogelarten vorbei auf den "Mittelweg". Der Radweg-Beschilderung folgend fuhren wir zum Kleinostheimer Friedhof und dann herunter zum Weg zwischen dem aufgestauten Main und den Ufer-Villen, am "Marienhof" und dem "Schwanen" vorbei.

Am Calpam-Tanklager habe ich überlegt, ob ich mit den nicht-elektrisch-unterstützten Radfahrern direkt zu unserer Wirtschaft in Kleinostheim fahre. Da wir dann aber zu früh angekommen wären und alle noch guter Dinge waren, rollte ich mit der ganzen Gruppe ein wenig durch Mainaschaff, um den Mainparksee herum zur Goethestraße, dann durch einen Tunnel unter der B8 hindurch über den Bahnübergang Steinerts zum "Holzweg" nach Kleinostheim. Obwohl dieses Sträßchen für Kfz-Durchfahrten verboten ist, versuchten etliche Autofahrer, diesen schönen Radfahrweg zu nehmen, der uns über den Steinbach hinweg geradezu zu unserem Restaurant führte.



Die Beerdigungsgesellschaft war gerade weg, und wir bekamen dort schnell gut zu essen und zu trinken.

Zurück ging es ganz einfach über die "Alte Poststraße" Richtung Kahl, am Schluchthof und Heißerackerhof vorbei zum Wasserwerk und dem historischen Schlachtfeld von Dettingen. Ein Linienbusfahrer hielt für uns die Schranke offen, so daß wir problemlos über die Frankenstraße zur Kilianusbrücke und so zurück nach Hessen kamen. Dort verabschiedeten sich schon einige. Vor der Seligenstädter Fähre löste sich die Gruppe auf, nach 27 gefahrenen Kilometern.

Franz A. Roski



Rückblick auf den Halbtagesausflug ins Geldmuseum in Frankfurt am 24. Mai 2024

Am 24. Mai machten sich 16 wissenshungrige Teilnehmer gut gelaunt auf den Weg zum Geldmuseum nach Frankfurt am Main. Über die Autobahnen A3 und A5 ging es störungsfrei in die Wilhelm-Epstein-Straße 14 zur Zentrale der Deutschen Bundesbank (Baujahr 1972) im Norden von Frankfurts Stadtteil Bockenheim. Die Deutsche Bundesbank ist die unabhängige Zentralbank Deutschlands und als Teil des Eurosystems für die gemeinsame Währung, den Euro, mitverantwortlich.

Die aktuelle Ausstellung im Geldmuseum ist in vier Themenbereiche aufgeteilt, die durch interaktive Stationen über Geld, seine Geschichte und die Aufgaben der Zentralbank aufklären und durch ökonomische Bildungsarbeit bestehende Informationslücken schließen soll. Das Konzept der attraktiven Präsentationen ist generationenübergreifend und ein einzigartiger Lern- und Erlebnisort für alle Altersgruppen.

Der prominent ausgestellte 12,5 Kilogramm schwere Goldbarren zum manuellen Anfassen ist sicher ein Highlight des Geldmuseums. Er hat einen aktuellen Handelswert von ca. 860.000 Euro (Goldpreis vom 24. Mai 2024).

Anhand zahlreicher praktischer Beispiele werden die Themen rund um die Geldpolitik erklärt und gleichzeitig kann immer wieder auch ein Blick zurück in die bewegte Vergangenheit und die geschichtlichen Episoden geworfen werden, die auch für die deutsche Notenbank und für unser Notenbankwesen bis heute prägend waren. Der Themenbereich Bargeld informiert über das Design und die aufwendige Herstellung von Euro-Münzen und -Geldscheinen. Außerdem werden hier wichtige Etappen der Geldgeschichte von den ersten Münzprägungen bis hin zum Papiergeld behandelt. Es gibt unter anderem

bekannte Banknoten und Münzen zu sehen und auch schurkische Fälschungen zu entlarven. Von einer fachkundigen Mitarbeiterin aus dem Museumsteam bekamen wir unter dem spannenden Titel **Von Blüten und falschen Fuffzigern - Geldfälschungen damals und heute** anschaulich und erfrischend die Methoden der professionellen Fälscher erläutert. Unsere

Geldscheine sind mit sichtbaren und verdeckt eingearbeiteten Hightech-Sicherheitsmerkmalen ausgestattet, sodass der aufmerksame Bargeldnutzer Fälschungen auch ohne technische Hilfsmittel sicher erkennen kann.



Wer wollte, konnte sogar seine eigenen Geldscheine auf Echtheit überprüfen - Fühlen, Kippen, Sehen und Hören. Ja, echtes Geld kann man im Vergleich zu Falschgeld am Geräusch erkennen. Im Buchgeldbereich konnten die Besucher eine interaktive Bankfiliale

besuchen und bekamen den zukunftsweisenden bargeldlosen Zahlungsverkehr verständlich erklärt.

Im dritten Themenbereich steht die weitsichtige Geldpolitik und damit die wichtigste Aufgabe einer Zentralbank im Mittelpunkt. Hier werden die geldpolitischen Ziele und Instrumente des Euro-Systems erklärt. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf der Entwicklung und die Bedeutung der angestrebten Geldwertstabilität. Im historischen Abschnitt veranschaulichen verschiedene Beispiele die latenten Gefahren von Inflation und Deflation für unser aller Alltagsleben.

Im letzten Bereich "Geld global" werden ausländische Währungen betrachtet, einen orientierenden Einblick in das internationale Finanzsystem gegeben und die zunehmende weltweite Verflechtung der Finanzmärkte



beleuchtet. Illustrativ informiert wird über wichtige Entwicklungsschritte auf dem Weg zur globalen Finanzwelt sowie über den Euro und die Europäische Zentralbank. Auch wenn sich im modernen Geldmuseum alles ums Geld dreht, Geld bezahlen muss hier niemand. Der Eintritt, die Fachvorträge und die zahlreich angebotenen Führungen sind für den Besucher kostenfrei. Nach dem kurzweiligen Museumsbesuch fuhren wir mit dem Fahrer Michael der Bustouristik Emmel zur Einkehr in das urige Gasthaus „Zur Käsmühle“ nach Offenbach (ein Anbau an die

unter Deckmalschutz stehende historische Öl- und Getreidemühle). Bei Kaffee, Süßspeisen und anderen lokalen Leckereien konnten die Erlebnisse und frischen Eindrücke aus dem Geldmuseum in angenehmer Gesellschaft vertieft werden. Pünktlich um 18.00 Uhr ging es dann in Richtung Heimat wieder zurück nach Seligenstadt.

Herzlichen Dank an alle Teilnehmer für einen rundum gelungen und schönen Halbtagesausflug.

Dr. Norbert Krämer

Rückschau auf die Tagestour nach Bad Ems

Das Schönste kommt oft ungeplant - am 27. Juni war es das Wetter, ein perfekt sonniger und nicht zu heißer Tag. Der Busfahrer manövierte sein 14 m-Gefährt wunschgemäß über einsame Taunusstraßen mit wunderschöner Aussicht auf die Landschaft.

In Bad Ems wurden wir von zwei Stadtführerinnen empfangen. Im 19-ten Jahrhundert war die Stadt Treffpunkt der High-Society, Fürsten und Berühmtheiten der Kunstszene trafen sich hier – selbst der Zar reiste an, noch bevor die Eisenbahnstrecke nach Ems

gebaut war, eine anstrengende Reise, die ein ganzes Jahr vor-bereitet wurde. Hier wurde komponiert und gedichtet. Den Krieg hat Ems unbeschadet überstanden, so kann man die Pracht früherer Zeiten noch bewundern.

Im Heilwasser wurde schon in früher Zeit gebadet, erst später wurden Trinkkuren modern. Geniale Geschäftsideen, die ähnlich wie heute Geld bringen, gab es auch: Schweizer Kühe wurden nach Ems geholt und ihre Milch dann, mit



Emser Wasser ordentlich verdünnt, teuer verkauft. Das Wasser kann man aus einigen öffentlichen Brunnen trinken und ja, es schmeckt noch besser als unser Seligenstädter Leitungswasser. Aber nicht viel.

Eine kleine Gruppe nutzte die Zeit um mit der Schrägseilbahn auf den Aussichtsberg zu fahren und die Sicht auf das Lahntal zu genießen. Dann ging es zum Mittagessen, das der Wirt gut vorbereitet hatte. Auf der Rückfahrt gab es ein kurzes aber heftiges Starkregenereignis – sehr romantisch auf der engen Bergstrecke durch den dunklen, dichten Wald. Der Rhein empfing uns wieder in

voller Sonne, an der Loreley vorbei kamen wir nach Assmannshausen - für den Nachtisch ein schöner Platz unter dichten Weinreben, Kaffee, Kuchen und das eine oder andere Gläschen Rheinwein.

Auf der Heimfahrt kamen wir auf der A3 in einen totalen Verkehrskollaps, trafen aber mit viel Glück gerade noch rechtzeitig vor dem aufziehenden Unwetter in Seligenstadt ein.

Gerhard Suchant



Vortrag: Medizinische Notfälle im Alltag

Am 16. Mai 2024 sprach Frau Dr. I. Wallbaum zum Thema „medizinische Notfälle im Alltag“ im Matthias-Grünewald-Kolleg des Riesen. In auch für Laien verständlicher Sprache trug sie die Schwerpunkte ihres Vortrages vor:

Was ist eigentlich ein Notfall?

Ein Notfall ist dann gegeben, wenn erhebliche gesundheitliche Schäden vorliegen, z.B. ein Herz-Kreislauf-Stillstand, Bewusstlosigkeit, Herzschmerzen, allergischer Schock, Vergiftungen oder auch Unfälle.

Was mache ich dann?

Zunächst Erste-Hilfe -Maßnahmen anwenden, soweit das möglich ist. Die Notrufnummer 112, den ärztlichen Notdienst 116 117 oder den Giftnotruf 06131 - 19240 wählen und auf Hilfe warten. Die Notaufnahme von Krankenhäusern sollte man möglichst nicht aufsuchen, da diese meist überfüllt sind und somit lange Wartezeiten entstehen.



Wie kann man vorbeugen?

Hilfreich ist ein Hausnotruf, wichtige Rufnummern sollten im Telefon gespeichert werden, Informationen über einen Notfallkontakt (Ansprechpartner), Dauermedikamente und Patientenverfügung sollten griffbereit aufbewahrt werden und schließlich kann auch die sogenannte Notfallbox im Kühlschrank gelagert werden, denn da wird sie von den Einsatzkräften gesucht.

Gabriele Laube

Rückschau auf die 2. Fahrradtour am 20.06.2024

Bis 15.00 Uhr hatte es am 20. Juni noch geregnet. Da es aber 10 Minuten später aufklarte und kein weiterer Regen angesagt war, fuhren 10 Teilnehmer um 15.30 Uhr vom Marktbrunnen los.



Um nicht in aufgeweichten Waldwegen einzusinken, rollten wir über den festen Radweg entlang der Dudenhöfer Straße zur Blumenau, dann quer über zur Gänsbrüh, und weiter am Segula/Opel-Prüfgelände entlang nach Babenhausen.

In der Reiterschänke gab es große und gute Essens-Portionen.

So gestärkt fuhren wir auf demselben Weg zurück nach Seligenstadt und hatten letztlich 30 Kilometer zurückgelegt.

Franz Roski



Veranstaltungen 2024

Datum	Anmeldung Im Büro ab	Veranstaltung	Veranstaltungsort / Treffpunkt	Abfahrt/ Beginn	Referent/in /Organisation	Kosten Euro pro Pers.
14. März		Mitgliederversammlung	Bürgerhaus Riesen / Großer Saal	17.00	Vorstand	
18. April		Skatturnier	Gasthof Zum Riesen, Nebenraum	15.00	M. Greulich	3,00
25. April		Treffen Neumitglieder	Bürgerhaus Riesen Matthias-Grüne- wald-Kolleg (MGK)	15.00	Vorstand	
16. Mai		Vortrag „Medizinische Notfälle im Alltag“	Bürgerhaus Riesen MGK	15.00	Frau Dr. Wallmann	
23. Mai		1. Radtour, Ziel offen	Marktplatz	15.30	F. Roski,G. Suchant	
24. Mai	15. April	Halbtagestour Geldmuseum Ffm.	Evangelische Kirche	12.00	N. Krämer	20,00 (**)
20. Juni		2. Radtour, Ziel offen	Marktplatz	15.30	F. Roski,G. Suchant	
27. Juni	15. – 31. Mai	Tagestour Bad Ems	offen	offen	G. Suchant	offen
18. Juli		3. Radtour, Ziel offen	Marktplatz	15.30	F. Roski,G. Suchant	
03. August	15. Juli	Sommerfest	„Gärtnerruh“	17.00	Vorstand	10,00
22. August		4. Radtour, Ziel offen	Marktplatz	15.30	F. Roski,G. Suchant	
08. bis 11. September	08. April - 31. Juli bei Fa. Ehrlich	Vier-Tages-Tour zum Bodedensee	Variabel, siehe Vorschaubericht in „FÜR UNS“	variabel	G. Bartosch T. Thiel	siehe Vorschau
19. Sept.		5. Radtour, Ziel offen	Marktplatz	15.30	F. Roski,G. Suchant	
17. Okt.		Gemeinsames Singen	MGK		Vorstand	
14. Nov.		Vortrag: Thema offen	MGK	15.00	Vorstand	
28. Nov		Skatturnier	Gasthof Zum Riesen, Nebenraum	15.00	M. Greulich	3,00
05. Dez.		Adventskaffee	Bürgerhaus Riesen, Großer Saal	15.00	Vorstand	
12. Dez.		Tagestour: Weihnachtsmarkt	offen	offen	G. Suchant	offen (**)
27. Dez.	15.12.	Wanderung zwischen den Jahren	Vereinsbüro, Wolfstraße	11.00	Vorstand	

*Kennzeichen (**): plus 5,00 Euro für Nichtmitglieder*

Regelmäßige Veranstaltungen:

Stammtisch 18:00 Uhr	01. Feb. Aug.: Sommer- fest	07. März 05. Sept.	04. April 10. Okt.	02. Mai 07. Nov.	06. Juni Dez.: Advents- kaffee	04. Juli	Restaurant „Zum Wiesegiggel“, Klein-Welzheim
Spielenachmittage montags, 14:30 Uhr	08. Jan. 08. April 08. Juli 30. Sept.	22. Jan. 22. April 22. Juli 14. Okt.	05. Feb. 06. Mai 05. Aug. 28. Okt.	19. Feb. 27. Mai 19. Aug. 11. Nov.	04. März 10. Juni 02. Sept. 25. Nov.	18. März 24. Juni 16. Sept. 09. Dez.	Gasthof „Zum Riesen“, Nebenraum Seligenstadt
Boccia, freitags, 17.00 (*) u. 18.00 (**) Uhr	19. Jan. (*) 19. Juli (**)	15. Feb. (*) 16. Aug. (**)	22. März (*) 20. Sep. (**)	19. Apr. (**) 18. Okt. (*)	17. Mai (**) 15. Nov. (*)	21. Jun. (**)	Bocciahalle, Klein-Krotzenburg

Unabhängigkeit im Alter dank barrierefreiem Bad: Wie die Hillenbrand GmbH Senioren unterstützt

Mit zunehmendem Alter steigen die Anforderungen an die Wohnumgebung, insbesondere im **Badezimmer**. Die Hillenbrand GmbH aus Seligenstadt hat sich auf altersgerechte Umbauten spezialisiert, um den Alltag älterer Menschen sicherer und komfortabler zu gestalten. Maßnahmen wie bodengleiche Duschen, rutschfeste Fliesen und ergonomisch platzierte Haltegriffe reduzieren das Sturzrisiko erheblich. Geschäftsführer Herr Dyroff betont die Wichtigkeit dieser Anpassungen für die Sicherheit und das Wohlbefinden der Senioren: „Ein gut angepasstes **Badezimmer** erleichtert die Arbeit von **Pflegekräften** und Angehörigen, die ältere Menschen unterstützen.

Ziel ist es, dass unsere Kunden möglichst lange und selbstbestimmt in ihren eigenen vier Wänden bleiben können.“

Als **Generalunternehmer** koordiniert Hillenbrand alle Gewerke und realisiert funktionale und ästhetische Raumkonzepte termingerecht. In der eigenen Badausstellung können sich Kunden einen ersten Eindruck verschaffen. Die hohe Kundenzufriedenheit und zahlreiche positive Rezensionen belegen die hervorragende Arbeit des Unternehmens.

„Unsere Kunden schätzen es, dass sie sich um nichts kümmern müssen,“ sagt Herr Dyroff. „Wir über-

nehmen alle Arbeiten und sorgen dafür, dass der Umbau reibungslos und stressfrei verläuft.“ Mit maßgeschneiderten Lösungen, schneller Umsetzung und hoher Kundenzufriedenheit setzt die Hillenbrand GmbH Maßstäbe im Bereich des altersgerechten Badumbaus.

Kontakt:



W. Hillenbrand GmbH,
Zellhäuser Str. 9,
63500 Seligenstadt,
Tel.: 06182-25203,
info@hillenbrand-baederstudio.de

Werbung

Alle 2 Monate neu -kostenlos-

Bei uns erfahren Sie alles über...

- Nachwuchstalente
- Fahrsport
- Springen
- Dressur
- Voltigieren
- Western
- u.v.m.

Wir lassen Sie nicht
auf der Weide stehen

„Stallgeflüster“

Das Magazin rund um Pferde und Reiten

Tel.: 06441 / 5 69 35 50 · Fax: 06441 / 94 77 23

E-Mail: info@stallgefluester.de oder poetzl-medien@t-online.de

www.stallgefluester.de

Kuchenrezept

Zutaten:

2 Eier
1 Tasse (Rohr-)Zucker
2 Teelöffel Zucker
125 Gramm Butter oder Margarine für den Teig
50 Gramm Butter oder Margarine
200 Gramm Mehl (Typ 045)
2 Teelöffel Backpulver
1 Päckchen Vanillezucker
½ Tasse (Hafer-)milch (bei Laktoseintoleranz)
Etwas Paniermehl
2 Teelöffel frisch gepressten Zitronensaft
Handvoll gehackte Mandeln, Hasel- oder Walnüsse
Evtl. etwas Zimt



Zur Zubereitung:

Man gebe 2 Eier in eine Schüssel und verrühre diese mit dem Knethaken eine Minute lang. Dann werden eine Tasse Rohrzucker und 1 Päckchen Vanillezucker hinzugefügt und gut verrührt. Jetzt kommen die 125 Gramm Butter oder Margarine sowie eine ½ Tasse (Hafer-)milch hinzu, die ebenfalls gut verrührt werden. Dann werden 200 Gramm Mehl (evtl. gesiebt, ist aber kein Muss) sowie 2 Teelöffel Backpulver hinzugefügt und verrührt. Zum Schluss die 2 Teelöffel Zitronensaft unterheben. Nun wird eine Springform am Boden und am Rand mit Paniermehl ausgestreut und mit dem Teig befüllt. Der Teig wird nun noch mit einem Teigschaber glattgestrichen. Auf den Teig werden nun noch ca. 50 Gramm Butter- oder Margarineflöckchen in Abständen und ca. 2 Teelöffel Zucker verteilt. Zum Schluss wird entweder eine Handvoll gehackter Mandeln, Hasel- oder Walnüsse verstreut. Wer keine Nüsse mag oder verträgt, kann diese auch durch einen Apfel ersetzen. Dafür einen Apfel schälen und in Spalten schneiden. Dazu dann erst einmal nur 2/3 des Teiges in der Springform verteilen, dann darauf die Apfelspalten und darauf wiederum den restlichen Teig verteilen. Zum Schluss kommen obendrauf 50 Gramm Butter- oder Margarineflöckchen in Abständen verteilt sowie etwas Zucker und Zimt (wer mag). Den Backofen evtl. etwas vorheizen und das Ganze bei ca. 170 Grad ca. 30 bis 35 Minuten backen lassen.

Guten Appetit wünscht Dietlind Reinstädler



Kreativgruppe

Wir, das sind **Helga Colhoun-Dittmann** und **Ulrike Stehn** möchten eine Kreativgruppe gründen. Wir fragen also alle Mitglieder von HILFE FÜREINANDER, die gerne stricken, häkeln, nähen oder basteln: „Möchten Sie mitmachen?“

Wenn ja, dann melden Sie sich bitte im Büro von HILFE FÜREINANDER (Tel.: 06182 – 200 502) oder per Mail unter (seligenstadt@hilfe-fuereinander.de)

Nähere Einzelheiten könnten bei einem ersten Treffen im *Cafe´ Haas* am Bahnhof besprochen werden.

Helga Colhoun-Dittmann

Aufruf- - - - - Aufruf- - - - - Aufruf- - - - - Aufruf

Liebe Mitglieder,

vielleicht haben Sie sich auch schon mal gewundert, dass Sie die Zeitung FÜR UNS nicht bekommen haben oder dass Sie keine Geburtstagsgrüße bekommen wie andere Mitglieder. Leider stellen wir fast in jedem Monat fest, wenn wir jemandem zum Geburtstag gratulieren wollen, dass die Telefonnummer nicht mehr stimmt oder dass gar keine Telefonnummer bei uns in der Kartei existiert. Auch fällt es manchmal schwer, Ihnen die Zeitschrift FÜR UNS zukommen zu lassen, weil die Adresse nicht mehr stimmt. Deshalb bitten wir Sie noch einmal uns Telefon- oder Adressenänderungen möglichst zeitnah zu melden, damit wir Sie erreichen können. Vielen Dank!

Der Vorstand

Bildernachweis: Verein und Internet

Ansprechpartner im Vorstand:

	Telefon
Geschäftsführender Vorstand:	
Christoph Becker	67237
Gabriele Laube	897883
Schatzmeister: Norbert Krämer	29842
Schriftführerin: Gudrun Störger	01578-9180769
Beisitzerin: Maria Kollmann	25526
Beisitzerin: Elvira Elliot	0172-5694391
Beisitzer: Helmut Beckers	24485
Beisitzer: Gernold Vollmer	26256
Beisitzer: Franz Roski	7744948
Beisitzer: Wolfgang Bischoff	22356

Impressum:

Herausgeber:	HILFE FÜREINANDER Seniorenhilfe Seligenstadt e.V. Aschaffener Straße 1 63500 Seligenstadt
Telefon:	06182-200502
E-Mail Büro:	buero@hilfe-fuereinander.de
E-Mail Vorstand:	seligenstadt@hilfe-fuereinander.de
Internet:	www.hilfe-fuereinander.de
Bürozeiten:	Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr
Geschäftsf.Vorstand:	Christoph Becker, Gabriele Laube
Redaktion:	Gabriele Laube, Volker Höhr
Bankverbindung:	SPK Langen-Seligenstadt
BIC:	HELADEF1SLS
IBAN:	DE02 5065 2124 0011 1116 30
Vereinsregister:	VR 4639 AG Offenbach

SUDOKU

Zu jeder Jahreszeit bis ins hohe Alter!

Millionen Menschen trainieren mit dem japanischen Zahlenrätsel ihre grauen Zellen. Machen Sie doch auch mit! Und so geht's: Füllen Sie die Diagramme mit den Zahlen 1 bis 9 auf. Dabei darf jede Ziffer in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem 3 x 3-Feld nur einmal vorkommen. Bei SUDOKU müssen Sie kein Mathematiker sein – cleveres Kombinieren ist hier gefragt! **TIPP:** Benutzen Sie einen Bleistift, damit Sie Fehler mit einem Radiergummi schnell korrigieren können. Oder schreiben Sie die Zahlen probenhalber klein in die Kästchen.

VIEL SPASS BEIM LÖSEN!

AUFLÖSUNG HEFT 73

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



Gewinnen Sie ein attraktives *Präsent* der STADT SELIGENSTADT

Lösen Sie nebenstehendes Sudoku und gewinnen Sie ein attraktives Präsent der Stadt Seligenstadt.

Schneiden Sie die untere Hälfte dieser Seite aus und ab die Post an die STADT SELIGENSTADT, zu Händen Ilka Haucke, Marktplatz 1.

Einsendeschluss ist der 30. 9. 2024.

Absender:

Name _____

Vorname _____

Straße _____

Postleitzahl _____

Wohnort _____

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

idee & graphische gestaltung: rainer alt

**Florian Illies, Zauber der Stille, ISBN 978-3-10-397252-8,
256 Seiten, 25€**

Florian Illies bringt die Vergangenheit in die Gegenwart!

In „Zauber der Stille“ erzählt er die abenteuerliche Geschichte Caspar David Friedrichs und nimmt uns mit auf eine wilde Zeitreise zu dem Mann, der für die Deutschen die Sehnsucht erfand.

Die wunderbare Stimmung der gemalten Abendhimmel seiner Werke wecken seit Jahrhunderten leidenschaftliche Gefühle: Goethe möchte seine Bilder am liebsten zerschlagen, so sehr nimmt ihn die Melancholie darin mit, Walt Disney hingegen liebt den Künstler so sehr, dass er sein „Bambi“ nur durch Friedrich'sche Landschaften laufen lässt ...

Auch ein Seligenstädter war sofort verzaubert von einer kleinen Ölskizze, die er in Frankreich bei der Auflösung eines Antiquitätenladens entdeckte. Er kaufte das kleine Bild für seine Mutter und entdeckte Jahre später mehr zufällig, das es sich dabei um eine Studie zu einem berühmten Gemälde Caspar David Friedrichs handelte. Eine wunderbare Anekdote, die sich ausführlich im Buch findet!

Mit dieser und anderen Geschichten bringt Florian Illies uns Caspar David Friedrich in „Zauber der Stille“ als Menschen nah und macht gleichzeitig 250 Jahre deutsche Geschichte lebendig.

Herzliche Grüße,
Bettina Haenitsch



der buchladen

Inh.: Bettina Haenitsch
Bahnhofstr.18

63500 Seligenstadt
Tel.: 06182/9485485

Interessenvertretung

Seniorenbeirat der Stadt Seligenstadt

Brunhilde Reuter, Sudetenstraße 2
63500 Seligenstadt, Tel. 06182/ 899156

Stadtverwaltung Seligenstadt

Rathaus Öffnungszeiten, Marktplatz 1:
montags bis freitags von 8.30 bis 12:00 Uhr und montags bis donnerstags von 14:00 bis 16:00 Uhr. Termine werden nach individueller Vereinbarung gegeben.
Telefonnummer: 06182/ 870

Verwaltungsstelle Froschhausen,
ehemaliges Rathaus, Seligenstädter Straße 40:
Mittwochs von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Telefonnummer: 06182/ 878610

Verwaltungsstelle Klein-Welzheim,
Mittwochs von 13:00 Uhr bis 15:00 Uhr
Telefonnummer: 06182/ 878600

Bürgeramt Frankfurter Straße 100:
Öffnungszeiten:
Montag: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr,
Dienstag: 8.00 Uhr bis 11.30 Uhr,
Mittwoch: 8.00 Uhr bis 11.00 Uhr,
Donnerstag: 8.00 Uhr bis 11.30 Uhr,
Freitag: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr,
Nachmittags: Di und Do 14.00 Uhr bis 17.30 Uhr
Samstag (nur Bereich Meldewesen) 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr
Telefonnummer: 06182/ 873500

Seniorenberatung der Stadt Seligenstadt
Amt für Kinder, Senioren, Sport & Kultur
Daniel Kettler, Rathaus, Tel. 875100
E-Mail: seniorenberatung@seligenstadt.de

Wohngeld (nur Antragsabgabe)
Amt für Soziale Infrastruktur
Nachbarschaftshaus, Am Hasenpfad 31
63500 Seligenstadt, Tel 06182/ 874100
E-Mail: soziale-infrastruktur@seligenstadt.de

Beratung durch den Caritas-Verband

Caritasverband Offenbach e.V.
Allgemeine Lebensberatung Außenstelle
Kolpingstraße 36-38, 63500 Seligenstadt
Tel.: 06182/ 26289 (Beratungsstelle)
Tel.: 06182/26280 (Pflegedienst)
Öffnungszeiten: montags bis dienstags 8 bis 12 Uhr
und 13 bis 16 Uhr, freitags 8 bis 13 Uhr
Die Außenstelle ist mit der Buslinie 86 zu erreichen
(Haltestelle Querstraße) www.caritas-offenbach.de/beratung-und-hilfe/kreis-offenbach/

Beratung und Begleitung durch die Hospizgruppe Seligenstadt und Umgebung

Asklepios Kliniken Langen-Seligenstadt GmbH
Dudenhöfer Straße 9, 63500 Seligenstadt Tel. 83-8771
Hospiztelefon: 0178/5646979 www.hospiz-seligenstadt.de Beratung jeden Mittwoch von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr Asklepios Klinik Seligenstadt (Dudenhöfer Straße), 1. Stock, im Übergang zur Geriatrie

Offenes Trauercafé der Hospizgruppe Seligenstadt und Umgebung, Im Haus Wallstraße, Raum im Erdgeschoss Wallstraße 38, 63500 Seligenstadt, An jedem ersten Samstag im Monat Jeweils von 15.00 bis 17.00 Uhr, Jeder und jede ist willkommen Hospiztelefon: 0178/ 56 46 979 www.hospiz-seligenstadt.de

GehSpräche der Hospizgruppe Seligenstadt und Umgebung, An jedem dritten Samstag im Monat lädt die Hospizgruppe zu „Gehsprächen“ ein. Treffpunkt ist in der Regel um 14 Uhr am Tannenhof in Klein-Krotzenburg (s. Presseankündigungen). Der Spaziergang dauert ca. eine Stunde und findet bei Wind und Wetter statt. Danach besteht das Angebot zu einer Einkehr. Offenes Angebot, Anmeldung nicht erforderlich.

Sozialpsychiatrische Beratung des Gesundheitsamtes

Kreis Offenbach Sozialpsychiatrischer Dienst
Gottlieb-Daimler Straße 10, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074/8180-63792

Schuldnerberatung

Schuldnerberatungsstelle Dreieich
Frankfurter Straße 70-72 Tel. 06103/8336815
Beratungszentrum Puisseauxplatz 1
63110 Nieder-Roden, Tel. 06106/660090

Beratung behinderter Menschen

Kreis Offenbach Fachdienst Gesundheit
Werner-Hilpert-Straße 1, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074/8180-1205

Sozialverband VdK

VdK Ortsverband Seligenstadt
E-Mail: ov-seligenstadt@vdk.de
Johann Wombacher Tel.: 28761
VdK Ortsverband Froschhausen
Robert Hafner, Tel.: 06182/8215155
E-Mail: ov-froschhausen@vdk.de
VdK Ortsverband Klein-Welzheim
Jürgen Euler Tel.: 24766
Beratung und Infonachmittage: Am 1. & 3. Donnerstag im Monat von 15:30-18:00 Uhr in der Wallstr. 38 - 40, 63500 Seligenstadt Terminvereinbarung für Beratung: VdK Kreisverband Heusenstamm, Tel 06104/101148

Begleitdienste, Einkaufshilfen, kleinere Reparaturen etc.

HILFE FÜREINANDER Seniorenhilfe Seligenstadt e.V.

Aschaffenburgener Straße 1, 63500 Seligenstadt
Tel. 200502, Internet: www.hilfe-fuereinander.de
E-Mail: seligenstadt@hilfe-fuereinander.de
Öffnungszeiten des Büros: montags bis freitags von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Caritasverband Offenbach e.V.

Außenstelle Seligenstadt Kolpingstraße 36-38,
63500 Seligenstadt Tel. 26289

Behindertenfahrdienste

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V

Borsigstraße 56, 63110 Rodgau, Tel. 06106/87100

Arbeiterwohlfahrt (AWO)

Kreisverband Offenbach Land e.V.
 Wiesenstraße 9, 63128 Dietzenbach
 Dietzenbach Tel. 06074/33300
 Dreieich Tel. 06103/68007
 Langen/Egelsbach Tel. 06103/24061
 Mühlheim Tel. 06108/77204
 Obertshausen Tel. 06104/49484

Ambulante Dienste der Behindertenhilfe in Stadt und Kreis Offenbach e.V.

Ludwigstraße 136, 63067 Offenbach
 Tel. 069/80906921

Informationen zu Angeboten und Hilfen für ältere Menschen**HILFE FÜREINANDER
Seniorenhilfe Seligenstadt e.V.**

Aschaffener Straße 1, 63500 Seligenstadt
 Tel. & Fax 200502 Internet: www.hilfe-fuereinander.de
 E-Mail: seligenstadt@hilfe-fuereinander.de
 Öffnungszeiten des Büros: Mo.-Fr. 10.00-12.00 Uhr

RMV-Mobilitäts-Beratung

Verkehrs-Infos und Tipps Hotline: 01805 7684636
 (0,12 € Min.) Internet: www.rmv.de

Beratung behinderter Menschen

**Sozialverband Deutschland, Kreisverband
 Offenbach-Land, Günther Röthing, Tel. 20288**
 Sprechzeiten nach Vereinbarung

Selbsthilfegruppen**Rheuma-Liga Hessen e. V.**

Selbsthilfegruppe Seligenstadt, Karin Stadtmüller
 Im Grauborn 23, 63500 Seligenstadt
 Treffen in den Monaten 02/04/06/08/10 und 12 jeden
 3. Dienstag im Monat, 19:00 Uhr im Evangelischen
 Gemeindezentrum Seligenstadt, Jahnstraße 24.
 Ansprechpartnerinnen:
 Karin Stadtmüller (Tel.: 06182/ 828693)
 Helga Marian (06182/ 8415858)

Lebenshilfe für geistig Behinderte e.V

Landstraße 1, 63454 Hanau, 06181/ 253754
 E-Mail: lebenshilfe-hanau.de

**Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung
Stadt und Kreis Offenbach**

Brunnenstraße 3, 63179 Obertshausen
 Tel: 06104/ 7805909 Fax: 06104/7805916
 E-Mail: info@lebenshilfe-offenbach.de
 Website: www.lebenshilfe-offenbach.de

Diabetiker Selbsthilfe Seligenstadt

Reichenberger Str. 6, 63500 Seligenstadt
 Tel: 06182/23741, Ansprechpartner: Helmut Artelt

**„Prinzip Hoffnung“ Selbsthilfegruppe für
Menschen mit psychischen Problemen**

Treffen: montags von 17:00-18:30 Uhr, Nachbar-
 schaftshaus/ Am Hasenpfad 31, 63500 Seligenstadt
 Ansprechpartner: Kreis Offenbach, Sozialpsychischer
 Dienst, (Tel.: 06074/ 8180-63792)

Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.**Regionalgruppe Rodgau-Seligenstadt**

Leiter: Hans-Jürgen Grebe, Hunsrückstraße 16c
 63110 Rodgau-Jügesheim, Tel: 06106/15689
 Fax: 06106/ 266142, E-Mail: rodgau@parkinson-mail.de
 Homepage: www.parkinson-rodgau.de

Osteoporose-Selbsthilfegruppe Seligenstadt

Jutta Lotz, Tempelhoferstraße 24 63179 Obertshausen
 06104/71838 E-Mail: jh_lotz54@t-online.de

**SGH Schlafapnoe/Atemstörungen -
Ostkreis Offenbach**

SHG Schlafapnoe/Atemstörungen – Ostkreis Offenbach,
 Ansprechpartner für den Ostkreis Offenbach
 Herwig Guschlbauer, Chemnitzer Straße 15
 63533 Mainhausen/Zell. Tel.: 06182/23171 und
 Horst Schlett, Stockstädter Straße 13
 63533 Mainhausen/Zell. Tel.: 06182/ 3648
 E-Mail: m.h.schlett@gmail.com

Sollten INFO-Veranstaltungen in 2024 stattfinden, wer-
 den die Termine und Veranstaltungsorte zeitnah über
 die regionale Presse veröffentlicht.

Sie können auch über die o.a. Rufnummern bzw. über
 E-Mail abgefragt werden

**Guttemplergemeinschaft „Die Fähre“ Seligen-
stadt Anlaufstelle für hilfesuchende Alkohol-
abhängige und ihre Angehörigen**

Mittwochs: 19:30 Uhr im ev. Gemeindezentrum, Jahn-
 straße 24 Donnerstags: 19 Uhr – 19:30 oder nach
 Vereinbarung, Asklepios-Klinik Seligenstadt, Raum
 ZVB1 (1. Stock) Kontakt: Rüdiger Seidel 06106/ 21419
 E-Mail: DieFaehre@GuttemplerHessen.de

Weitere Hilfsangebote:**HalteStelle Seligenstädter Tafel****Gemeindezentrum St. Marien**

Steinweg 25, 63500 Seligenstadt, jeden Mittwoch
 von 15.30 Uhr bis 16.30 Uhr. Die HalteStelle ist eine
 Initiative der Kirchengemeinden im
 Dekanat Seligenstadt

Seligenstädter Bündnis gegen Depression e.V.

Marion Sehr, Dipl. Psychologin und Erste Vorsitzende
 Stehnweg 2, 63500 Seligenstadt, Tel.: 0176/87889952
info@seligenstadt-depression.de
www.seligenstadt-depression.de

Selbsthilfegruppe Tinnitus Liga

Wessemer Str. 10, 63500 Seligenstadt, 06182/23022

Seniorenwohnungen

Anmeldung und Auskunft:
 Amt für Soziale Infrastruktur
 Nachbarschaftshaus, Am Hasenpfad 31
 63500 Seligenstadt, 06182/ 87-4100
 E-Mail: soziale-infrastruktur@seligenstadt.de

Senioren-Wohngemeinschaften Seniorenhaus Bethanien

Langstädter Straße 19, 64850 Schafheim
 Tel.: 06073/7286715

Seniorenpflegeheime/Kurzzeitpflege

CURA Pflegeheim Seligenstadt GmbH

Henri-Dunant-Straße 13, 63500 Seligenstadt Tel. 9320

Soziale Dienste RBK, Haus Senio

Robert-Bosch-Straße 8-12, 63500 Seligenstadt
 Tel. 829200

Kursana Domizil Seligenstadt

Griesgrund 1, 63500 Seligenstadt, Tel. 78220-0

Seniorenpflegeheim Mainhausen

Betriebsgesellschaft mbH
 Ginkgoring 23, 63533 Mainhausen
 06182/ 7880, www.aurelius-hof.de

Seniorenheime/Kurzzeitpflege/Tagespflege in der näheren Umgebung

Agaplesion Simeonstift Wohnen und Pflegen

Triebweg 38, 63512 Hainburg
 06182/ 701-1, Fax 701-207
 www.simeonstift.de

Seniorentagespflegestätte des Caritasverbandes Aschaffenburg

Am Oberborn 1, 63791 Karlstein/Main
 Tel. 06188/77516

Senioren- und Fachpflegezentrum GmbH Gretel-Egner-Haus

Feldstraße 39, 63110 Rodgau-Dudenhofen
 Tel. 06106/821-0

Alten- und Pflegeheim „Haus Morija“

Zwickauer Str. 2, 63322 Rödermark/Ober-Roden
 Tel. 06074/95055

Tagespflege am Park

Am Obertor 40 64832 Babenhausen
 www.bethesda-net.de
 Tel. 06073/72 86 234
 E-Mail: ampark@csw.h.de

Betreutes Wohnen und Tagespflege Haus Gabriel

Erwin-Grimm-Ring 5, 63533 Mainflingen,
 Tel.:Tel.: 069/840 05 400
 wohnen@cv-offenbach.de

Pflegedienste

Caritasverband Offenbach e.V.

Außenstelle Seligenstadt Sozialstation:
 Kolpingstraße 36-38 63500 Seligenstadt, Tel. 26280

Häuslicher Pflegedienst PflegeKräftig GmbH

Am Reitpfad 23
 63500 Seligenstadt
 Tel: 06182/9554655
 Fax: 06182/6109966
 E-Mail: info@pflegekraeftig.de
 Homepage: www.pflegekraeftig.de

Ambulanter Pflegedienst Beike

Daimlerstraße 14, 63512 Hainburg
 Tel.: 06182/ 9482660 Fax: 06182/ 9482661
 www.pflegedienst-beike.de

Privater Pflegedienst Gelbke

Theodor-Heuss-Str. 25, 63533 Mainhausen Tel. 9203-0

Home Instead Seniorenbetreuung

Frankfurt Süden, Büro Rodgau
 Ludwigstraße 24-26, Eingang B,
 63110 Rodgau-Jügesheim Tel.: 06102/ 81597-20
 Fax: 06102/ 81597-19, Mobil: 0151/ 22311344
 E-Mail: ralph.raque@homeinstead.de
 Homepage: www.homeinstead.de

Ambulante Dienste Seligenstadt

Kolpingstraße 36, 63500 Seligenstadt, Tel. 06182/26 289

Caritas-Sozialstation Seligenstadt

Kolpingstraße 36, 63500 Seligenstadt, Tel. 06182/26 280

Essen auf Rädern

Malteser Menüservice Tel: 06104/4067918

Hausnotruf

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Borsigstraße 56, 63110 Rodgau, Tel. 06106/87100

Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Offenbach e.V., Soziale Dienste
 Hausnotruf, Herrnstraße 57
 63065 Offenbach, Tel. 069/75 66 20-30/31

Arbeiter-Samariter-Bund

Rhönstraße 12, 63071 Offenbach Tel. 0800/1921200

Malteser Hilfsdienst e.V.

Bieberer Straße 131, 63179 Obertshausen
 Tel: 06104/406790

Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz

Betreuungsgruppe „Seniorengarten“

dienstags: 4 Stunden am Vormittag in Mainhausen
 Ansprechpartner:
 Frank Kollmus, Caritas Seligenstadt, Tel. 26289
 Cordula Becker, Pflegedienst Gelbke, Tel. 92030

Alltagsbegleitung für Senioren zu Hause/Entlastungsangebote für pflegende Angehörige

Vivacus Seniorenbetreuung

Elisabeth-Selbert-Straße 31, 63500 Seligenstadt,
 Tel.: 06182/ 9 60 90 07, Fax: 06182/ 9 60 90 08
 E-Mail: seligenstadt@vivacus.de
 Ansprechpartner: Gunnar Schütz

Engagement/Unternehmungen

Seniorenbeirat der Stadt Seligenstadt

Brunhilde Reuter Sudetenstraße 2
63500 Seligenstadt Tel. 06182/899156

Hilfe füreinander

Seniorenhilfe Seligenstadt e.V.

Aschaffenburg Straße 1, Tel. und Fax 200502
Internet: www.hilfe-fuereinander.de
E-Mail: seligenstadt@hilfe-fuereinander.de
Stammtisch: Jeden Monat am ersten Donnerstag
um 18.00 Uhr in "Zum Wiesegiggel", Klein-Welzheim,
Hauptstr. 20

Seniorenkreise

Altclub Seligenstadt

Ort: Senioren- und Behindertenwohnanlage,
Wallstraße 38-40
Zeit: jeden Montag, 14.00 Uhr
Auskunft: Grete Rummel, Tel. 21540
Rupert Steegmueller, Tel. 20395
Erika Merkert, Tel. 828882
Mechthild Rolf, Tel. 0157/79253393

Senioren-Fahrgemeinschaft Froschhausen

Die Veranstaltungen und Ausflüge der Senioren-
Fahrgemeinschaft finden donnerstags statt.
Angebote s. Veranstaltungskalender.

Angebote der Kirchengemeinden

Ev. Frauenkreis Froschhausen

Ort: Ev. Gemeindehaus, Hermann-Ehlers-Straße
Zeit: jeden Dienstag, 14.30 Uhr
Auskunft: Ruth Gassel, Tel. 67377

„Senioren der Pfarrei St. Marien

Regelmäßig alle zwei Monate finden attraktive Ausflüge
statt, die in der Presse bekannt gegeben werden.
Auskunft bei Irmgard Glaab, Tel. 06182/ 24168

Pfarrei St. Marcellinus und Petrus/ kfd Gymnastik

Ort: Konrad-Adenauer-Schule(Turnhalle)
Zeit: dienstags von 20 bis 21 Uhr
Auskunft: Claudia Kraus, Tel: 06182/28580

Kfd- Seniorengymnastik

Ort: St. Josefshaus, Jakobstraße
Zeit: dienstags von 9:45 bis 10:45 Uhr
Auskunft: Sabine Sengpiel, Tel. 06182/9485764

Seniorenachmittag der Pfarrei St. Marcellinus und Petrus

ab 2023 einmal im Monat, mittwochs, genau Termine
und das Programm sind dem Pfarrbrief und der Home-
page www.pfarrei-seligenstadt-bistummainz.de zu
entnehmen

Seniorenkreis St. Cyriakus

Ort: Pfarrheim Klein-Welzheim
Zeit: jeder zweite Mittwoch im Monat, 14.30 Uhr
Auskunft: Friedel Mahr, Tel. 22969

Seniorenwanderung der Pfarrgemeinde St. Cyriakus

Tageswanderung für fitte Seniorinnen und Senioren,
Wann: jeden Freitag
Auskunft: Heinz Seipel, Tel.:27464

Evangelischer Frauenkreis Seligenstadt

Ort: Ev. Gemeindezentrum Jahnstraße 24
Zeit: jeden Mittwoch, 14:30 Uhr
Auskunft: Bärbel Belz, Tel.: 2741

Sport für Senioren

Turngesellschaft 1895 e.V. (TGS)

Grabenstraße 48, 63500 Seligenstadt
Wochenprogramm

Montag:

09.00 - 10.00 Uhr Gymnastik für Damen und Herren
in der Turnhalle der TGS
Info: Sabine Sengpiel, Tel. 06182/9485764,
0162/3097959, sabine.sengpiel@gmx.de

Montag:

18.00 - 20.00 Uhr Boule/Boccia auf dem
TGS-Gelände, TGS -Boccia - Feld
Ab 27. März Saisonstart
Info: ÜL - Renate Kreutzer
renate.kreutzer@tgs-seligenstadt.de
06182 - 27146, 01728764110
GS - Ferdinand Winkler: 06182 - 22971

Dienstag:

17:00 -19:00 Uhr Spielend den Kopf fit halten
TGS - Gaststätte Kolleg
Info: GS - Ute Sonntag
06182 24207, 015208445352
ute-erika-sonntag@t-online.de

Mittwoch:

10:15 - 11:15 Uhr Knie-Hüfte-Faszientraining,
Turnhalle der TGS, Info: Renate Kreuzer,
Tel. 06182/27146, 0172/8764110,
renate.kreutzer@tgs-seligenstadt.de
14.30Uhr Fahrradfahren mit Einkehrschwung
Treffpunkt TGS-Halle, Grabenstraße 48,
Info: Gertraude Höhner, Tel. 06182/9483806,
0173/8248594, gertraude.fritz@googlemail.com

Donnerstag:

14.30 - 15.00 Uhr Tanzen im Sitzen,
Übungsraum der TGS
Tel. 06182/22971, 0151/ 20271533,
brunhilde.winkler@tgs-seligenstadt.de
ÜL- Ute Sonntag

15.30 - 17.00 Uhr Seniorentanz – Flotte Sohle
Musikraum der TGS (14-tägig),
Info: Brunhilde Winkler,
Tel. 06182/22971, 015/20271533,
brunhilde.winkler@tgs-seligenstadt.de

Freitag:

9.30 - 10.30 Matte und 10.45 bis 11.45 Uhr Stuhl
Gymnastik „Aktiv gegen Osteoporose“
Übungsraum der TGS, Info: Sabine Sengpiel,
Tel. 06182/9485764, 0162/3097959,
sabine.sengpiel@gmx.de

Neu im Programm: Gesundheitskurse im Hans-Memling-Haus-Gymnastikhalle immer montags zwischen 18 und 20 Uhr verschiedene wechselnde Angebote:

Juli - August:

KAHA® und Mensch in Balance

September: AROHA®

Oktober: Progressive Muskelentspannung
nach Jakobson

November bis Januar 25: QIGONG

Senioren-Gymnastik „55plus“ der Sportvereinigung 1912 e.V. für Männer

Ort: Turnhalle am Waldsportplatz an der
Zellhäuser Straße (Clubhaussaal)
Zeit: montags um 19:30 Uhr
Auskunft: Michael Olejak, Seligenstädter Straße 35
Mainhausen, Tel. 0171/5434370

Damen Fit & Aktiv bei der Sportvereinigung 1912 e.V.

Ort: Turnhalle am Waldsportplatz an der
Zellhäuser Straße
Zeit: jeden Dienstag, 19:30 bis 20:30 Uhr
Auskunft: Rosi Müller, Tel.: 932711

Kolping Ausgleichssport

Gymnastikstunde mit Trainer Klaus Pannek
Ort: Turnhalle der Emma Schule (während der
Sommerferien auf dem Kolpinggelände)
Zeit: mittwochs 17:00 Uhr

Nordic-Walking

Treffpunkt: am Clubhaus der Sportvereinigung
1912 Zellhäuser Straße
Zeit: dienstags um 9:00 Uhr,
Auskunft: Horst Happel Tel.: 06182/ 27243
Horst Friedrich Tel.: 06182/ 21397

Sportfreunde Seligenstadt e.V.

Postfach 1337, 63489 Seligenstadt

Deutsches Sportabzeichen: Training und Abnahme

Ort: Stadion Zellhäuser Straße/städt. Schwimmbad
Zeit: Von Ende der hess. Sommerferien bis Ende
September, jeden Montag, 18.00 – 20.00 Uhr
Auskunft: Klaus Pannek, Tel. 25801

Bewegung im Freien und Funktionsgymnastik für alle

Ort: Stadion Zellhäuser Straße
Zeit: Mai-Oktober, jeden Montag, 19.00-20.30 Uhr
Auskunft: Klaus Pannek, Tel. 25801

Kräftigungs- und Funktionsgymnastik für alle

Ort: Großsporthalle Zellhausen hinter dem
Bürgerhaus Zellhausen
Zeit: November -April, jeden Montag,
19.00 -20.00 Uhr
Auskunft: Klaus Pannek, Tel. 25801

Fußball für Herren / Ausgleichssport

Ort: Städt. Kunstrasenplatz (hinter VITA NOVA)
Zeit: jeden Montag, 20.00 – 22.00 Uhr
Auskunft: Kai Richter Tel. 0160/9913898

Gehfußball

Ort: Sportsplatz Sportfreunde Seligenstadt
Zeit: jeden Freitag um 10 Uhr
Auskunft: Gerhard Hilgers Tel. 06182/26279
und Wolfgang Hain, Tel. 06182/ 1213

Damengymnastik

Wirbelsäulengymnastik mit
Progressiver Muskelentspannung
Ort: Sportshalle Merianschule
Zeit: jeden Dienstag von 20 bis 21 Uhr
Auskunft: Margit Altmann, Tel. 06182/3615

Wassergymnastik

Ort: monte-mare-Bad Obertshausen
Zeit: jeden Montag 9:45 Uhr
Auskunft: Klaus Pannek Tel. 25801

Koronargruppe Seligenstadt e.V. Herzsport

Ort: Turnhalle der Einhardschule (Einhardstraße)
Zeit: jeden Donnerstag von 17:30 bis 19:30 Uhr
Auskunft: Reinhard Link, Tel: 26144
Gisela Mundinger, Tel.: 60125



Rufen Sie uns an:
0 60 28 / 97 77-0
und fragen Sie nach einer
Probefahrt bei uns in
Niedernberg oder bei
Ihnen vor Ort.

Beratung - Verkauf - Reparatur



TE
MOBILITY

SONDERAKTION
10 % Rabatt auf E-Mobile
gültig bis: 31.10.2024

TE Mobility - eine Marke der:

TE Postline GmbH | Hansaring 32a | 63843 Niedernberg |
www.te-mobility.de | E-Mail: mobility@te-postline.de

Unsere Partner:



Rolektro Der E-Roller.



Wir pflegen in
Seligenstadt &
Mainhausen

CARITASVERBAND
Offenbach/Main e.V. 

Wir freuen
uns auf Ihren
Anruf!

»Weil der Mensch
den Menschen
braucht«

**Betreutes Wohnen und Tagespflege
Haus Gabriel**

Erwin-Grimm-Ring 5
63533 Mainhausen
Tel.: 0 6182 89 66 051
E-Mail: wohnen@cv-offenbach.de

**Ambulante Dienste Seligenstadt
Beratungsstelle**

Kolpingstraße 36
63500 Seligenstadt
Tel.: 0 6182 26 289
E-Mail: caritas-seligenstadt@cv-offenbach.de

Caritas Ambulante Pflege Seligenstadt

Kolpingstraße 36
63500 Seligenstadt
Tel.: 0 6182 26 280
E-Mail: sst-seligenstadt@cv-offenbach.de

Ihr Genussbladen...

GRUBER
KAFFEE TEE SCHOKOLADE

ASCHAFFENBURGER STRASSE 37
63500 SELIGENSTADT TELEFON 06182-290 208

MODERNE MEDIZIN MIT AN- SPRUCH



AKADEMISCHES LEHRKRANKENHAUS DER GOETHE-UNIVERSITÄT FRANKFURT/MAIN

Seit über 100 Jahren gehört die Klinik zur traditionsreichen Geschichte Seligenstadts. Die Klinik verfügt über mehr als 265 Betten und 40 tages-klinische Plätze.

Unsere Behandlungsschwerpunkte:

- Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie
 - Adipositaschirurgie
 - Gefäßchirurgie
- Klinik für Innere Medizin
 - Gastroenterologie
 - Kardiologie
 - Pneumologie
 - Intensivmedizin und Notfallmedizin und Sektion Neurologie
- Orthopädie und Unfallchirurgie, Endoprothetik und Wirbelsäulenchirurgie
- Neurochirurgie
- Geriatrie, Alterstraumatologie und geriatrische Tagesklinik
- Psychosomatische Tagesklinik
- Präventions- und Check-Up-Angebote

