

Vereins-Mitteilungen
2018



Für Lauterbach und
seine Stadtteile



Lauterbacher Stadtmühle

Foto: Hans Kurt Günther



Inhalt

Begrüßung des Vorsitzenden	1
Veranstaltungen 2018	2
Alt und Jung	3
Rückblick auf das Jahr 2017	4-5
Erfreulich gestiegen	6
Wenn jemand Hilfe braucht	7
Was wir leisten wollen, wie wir helfen möchten	8
Wenn der Topf aber nun ein Loch hat...	9
Das besondere Thema: Fragen zur Pflege	10-12
Mit der Zeit lernst du	13
Aktivenfahrt nach Eisenach	14-15
Raus in's Grüne...	16
Ein neues Angebot in der Pflege	17
Geschichten	17-19
Rätsel	20-21
Der Wertsackbeutel	22
Was ist Liebe?	23
Gedicht	24
Gut zu wissen	25
Wichtige Telefonnummern	26

Impressum

Seniorenhilfe Maar e.V. (☎ 06641-4050)
 Hauptstraße 6 (Altes Rathaus)
 36341 Lauterbach-Maar
 Internet: www.seniorenhilfe-maar.de
 E-mail: info@seniorenhilfe-maar.de

Bürozeiten in Maar:

Mo., Mi. 9.30 – 11.30 Uhr

Fr. 14.00 – 15.30 Uhr

In **Lauterbach** jeden ersten Mittwoch im Monat Sprechstunde im Posthotel Johannesberg von 14.30 bis 16.30 Uhr im Zusammenhang mit den Spielenachmittagen
(In den Ferien nach Absprache).

Vorstand

Walter Mönch, Reuters	06641-2720	Vorsitzender
Gerda Krömmelbein, Wallenrod	06638-200	stellv. Vors.
Heidi Neidhart, Lauterbach	06641-62119	stellv. Vors.
Andrea Brück, Maar	06641-6456856	Rechnerin
Inge Jöckel, Lauterbach	06641-1465	Schriftführerin
Hans-Kurt Dietz, Maar	06641-919540	Beisitzer
Erwin Greb, Lauterbach	06641-917120	Beisitzer
Hannelore Greb, Lauterbach	06641-2111	Beisitzerin
Uta Trüe, Maar	06641-61809	Beisitzerin
Gretel Zeiger, Maar	06641-4466	Beisitzerin
Erika Stöppler, Maar	06641-2662	Ehrenvorsitzende

Volksbank Lauterbach-Schlitz e.G. **IBAN** DE53 5199 0000 0006 1600 00



Liebe Mitglieder und Freunde,

für mich ist es fast unglaublich, dass ich an dieser Stelle schon zum fünften Mal dieses Vorwort formulieren darf. Jedes Mal waren darin eine Mischung aus Dankbarkeit, Sorge und Freude enthalten und so wird es auch dieses Jahr sein. Wir sind jetzt schon über zwanzig Jahre alt, aber statt uns zufrieden zurück zu legen, gehen wir immer wieder neue Wege. Und meistens, dank des Engagements der Aktiven, auch sehr erfolgreich.

Ein neuer Weg, der einen langen Anlauf gebraucht hat, ist das nun in Gang gekommene Reparatur-Café. Jeden letzten Freitag im Monat stehen von 16 Uhr an eine Reihe von geschickten „Schraubern“ bereit, Geräte zu reparieren, deren Reparatur sich eigentlich nicht lohnen würde, an denen aber das Herz oder viele Erinnerungen hängen und die wegzuerwerfen viel zu schade wäre. Womit sich ja auch ein deutlicher Umweltaspekt verbindet.

Vor einigen Wochen sind drei Damen im Büro erschienen, die sich eigentlich nur über das unterrichten wollten, was man sich unter der Arbeit der Seniorenhilfe vorzustellen hat. Dabei war ihr Hauptaugenmerk nicht auf bald in Anspruch zu nehmende Hilfe gerichtet, sondern auf Aufgaben, die sie evtl. selbst übernehmen könnten. Die erforderlichen Gespräche müssen noch geführt werden, aber vielleicht haben wir bald neben den Spielenachmittagen auch noch einen Bastel- und Handarbeitsnachmittag. Und wenn es ganz gut läuft, kann das u.U. mit dem Reparatur-Café verknüpft werden. Mal sehen, ob hier an dieser Stelle im kommenden Jahr schon von ersten Erfolgen berichtet werden kann. Das würde bedeuten, dass die „alte Dame Seniorenhilfe“ durchaus auch weiter in der Lage ist, Neues anzubieten.

Dabei muss aber sicher gestellt sein, dass die bisherigen, sehr erfolgreichen Standbeine nicht leiden. Auch weiterhin fehlen uns Aktive, die Mitglieder, die das nicht mehr selbst können, zum Einkauf, zum Arzt oder einfach nur zu einer wichtigen Verabredung fahren. Die Bürodienste sind manchmal recht verzweifelt, wie vieler Anrufe es bedarf, bis man Wunsch und Erfüllung verknüpfen kann. Möglicherweise müssen wir hier auch noch an einer Verbesserung des Vermittlungssystems arbeiten. Vorschläge sind herzlich willkommen.

Mit ganz herzlichen Grüßen
Euer





Veranstaltungen 2018

(Anmeldungen zu den Veranstaltungen, wo erbeten, bitte rechtzeitig und nur zu den Bürozeiten im Büro der Seniorenhilfe 06641/4050)

Do. 22.02.18 19.00 Uhr – Posthotel Johannesburg Marlis Gräfe liest
Wilhelm Busch

Sa. 10.03.18 14.00 Uhr – Begegnungsnachmittag **Alt und Jung**
im Dorfgemeinschaftshaus Maar

Do. 15.03.18 19.00 Uhr – Gasthaus „Tenne“ Maar
Jahreshauptversammlung mit Vorstandswahlen

Di. 10.04.18 13.00 Uhr Fahrt nach Weyhers zur Ausstellung „**Hilf-
reiche Technik im Alltag**“ (Verein „Miteinander Für-
einander, Oberes Fuldataal) Anmeldung erforderlich

Do. 17.05.18 19.00 Uhr – Posthotel Johannesburg in Lauterbach,
Ralf Seibert: **Senioren und Sicherheit.**

Do. 14.06.18 14.00 Uhr – Fuldaer Straße, Besichtigung des
Feuerwehrstützpunkts Lauterbach
Anmeldung erforderlich

Di. 18.09.18 13.00 Uhr – Abfahrt vom Busbahnhof Lauterbach, (Zu-
stieg in Maar, Kirche) nach **Sargenzell zum Früchte-
teppich.** Anmeldung erforderlich

Oktober 2018 Aktivenfahrt mit Ziel **Offenbach..** Es ergeht eine ge-
sonderte Einladung (*Genaueres Datum wird noch be-
kannt gegeben*)

Do. 08.11.18 19.00 Uhr Posthotel Johannesburg **Aktivenzusam-
menkunft mit Erfahrungsaustausch** (*es ergeht eine
gesonderte Einladung*) Anmeldung erforderlich

Spielenachmittage

mit Kaffee und Kuchen jeweils am ersten Mittwoch im
Monat ab 14.30 Uhr im Posthotel Johannesburg (in
den Ferien nur nach Absprache). Eigene Spiele kön-
nen mitgebracht werden.

*Zur gleichen Zeit und am selben Ort findet auch die
Sprechstunde der Seniorenhilfe in Lauterbach statt.*





Alt und Jung 2018

In diesem Jahr findet unsere Veranstaltung „Alt und Jung 2018“ am Samstag, 10. März von 14.00 – 17.00 Uhr wieder im Dorfgemeinschaftshaus in Maar statt. Dazu sind schon einige Vorbereitungen erfolgt.

Die Kinder des Maarer Kindergartens werden uns in diesem Jahr mit einem Programm unterhalten.

Frau Marie Luise Keller aus Alsfeld wird uns einen kleinen Vortrag halten zum Thema: „Nicht Fisch nicht Fleisch oder sogar beides?“.

Weitere Programmpunkte sind in Arbeit. Lassen sie sich überraschen.

Da zu einem solchen Zusammentreffen auch immer eine Kaffeetafel gehört, wird es wieder kalte Getränke, Kaffee, Tee, Kuchen und belegte Brote geben. Der Vorstand und das Küchenteam freuen sich daher sehr, wenn wieder einige fleißige Mitglieder bereit sind, dafür einen Kuchen zu spenden. Bitte rufen sie vorher im Büro (Tel.06641-4050) an, damit wir besser planen können.

Die Zeit nach dem Kaffeetrinken kann dann zur Unterhaltung genutzt werden. Sollten sie dazu etwas beitragen wollen, sei es ein Gedicht, ein Lied oder ein Sketch, so ist uns das sehr willkommen.





Rückblick auf das Jahr 2017

- 04.01. Traditionell ist der erste Spielenachmittag im Posthotel Johannesberg der Beginn des aktiven Jahres der Seniorenhilfe. Diese Nachmittage finden stets am ersten Mittwoch des Monats statt.
- 01.02. Der erste von drei Kursen „Fit und gesund bis ins Alter“ unter der bewährten Leitung von Monika van Treek beginnt in den Räumen des DRK Lauterbach in der Hohen Bergstraße in Lauterbach.
- 18.03. Mit großem Erfolg fand unsere traditionelle Großveranstaltung „Alt und Jung“ im Dorfgemeinschaftshaus in Maar statt. Die Kinder der Gudrun-Pausewang-Schule brachten sich mit lustigen musikalischen Beiträgen ein und Orthopädie-Schuhmachermeister Wolfgang von Alt informierte über sein interessantes Handwerk. Ein besonderer Höhepunkt der Veranstaltung war die gekonnte gesangliche Darbietung einiger Lieder Georg Kreislers durch Tim Brod unter der Klavierbegleitung von Claudia Regel.
- 23.03. Bei der Mitgliederversammlung im Gasthof „Tenne“ in Maar standen weder besondere Beschlüsse noch Neuwahlen an. Richard Möller und Albert Schmelz unterhalten im Anschluss an die Sitzung mit launigen Versen aus dem alten Lauterbach und altbekannten Volksliedern zum Mitsingen.
- 20.04. So manche Erinnerung kommt in der historischen Schulklasse hoch, die im Hohhaus-Museum eingerichtet ist. Dort fand ein Unterricht statt, wie er um die vorletzte Jahrhundertwende gewesen sein mag. Mit dem Rohrstock schlug als gestrenger Herr Lehrer Armin Stöppler zu, einer unserer Aktiven und pensionierter Lehrer mit Auslandserfahrung.
- 21.04. Nach langen Vorbereitungen öffnete im Obergeschoss des alten Maarer Rathauses das Reparatur-Café unter erheblichem öffentlichen Interesse seine Pforten. Seitdem hat es jeden letzten Freitag im Monat etwa zwei Stunden geöffnet und die geschickten „Schrauber“ unter Leitung von Peter Gräfe haben schon so manches aufgegebenes Gerät wieder in Gang gebracht.





- 18.05. Christiane Pflug, die Apothekerin der Hohhaus-Apotheke, ist für die Seniorenhilfe seit vielen Jahren eine beliebte „Gastrednerin“. An diesem Abend berichtete sie über verschiedene heilende Tees und Salze.
- 22.06. Es war sehr warm an diesem Tag, als Marlis Gräfe ihre Lesung hielt. Heinz Erhard in seiner vielfältigen, meist humorvollen Schaffensweise vorzustellen, ist ihr meisterhaft gelungen.
- 17.08. Es bedurfte einer intensiven Vorbereitung der Mitglieder über Texte im Info-Heft und eines Vortrags von Dr. Norbert Sehn zum Thema, bis dann doch eine Fahrt in die Palliativstation des Herz-Jesu-Krankenhauses in Fulda zustande kam. Die Teilnehmer waren sehr beeindruckt, dass sie dort viel Gelassenheit und Zuwendung statt der befürchteten negativen Stimmung erwartete.
- 07.09. Etwas wenig Besuch hatte der Vortrag von zwei kompetenten Mitarbeiterinnen der Fa. Neusehland in Lauterbach. Ihr Thema war das Hörgerät und es war zu vermuten, dass da ein wenig Scham zur Zurückhaltung führte. Die beiden Damen machten aber deutlich, dass moderne Geräte praktisch nicht mehr zu sehen sind und dass man sich nicht scheuen sollte, rechtzeitig zum Test zu kommen. Je eher, desto besser kann die Anpassung an das „neue Hören“ gelingen.
- 19.09. Eine schöne und langjährige Tradition ist inzwischen die Fahrt zum Fruchtetepich nach Sargenzell geworden und war entsprechend gut besucht. Jedes Jahr wird ein neues Bild bestaunt, dieses Jahr war es das Gleichnis vom armen Lazarus, ein Gemälde von Leandro Basagno. Der Praforst lockte anschließend wieder mit gemütlichem Kaffeetrinken.
- 27.10. Der Erfahrungsaustausch 2017 führte nach Eisenach. Hierzu ist ein Bericht im Inneren des Heftes zu finden.
- 09.11. In die Gaststätte im Schloß Eisenbach lud der Vorstand die Aktiven zu einem gemeinsamen Essen und Erfahrungsaustausch. Die dort gemachten Vorschläge werden vom Vorstand aufgegriffen und fließen in die Beratungen der nächsten Jahreshauptversammlung ein.





Erfreulich gestiegen ...

ist die Nachfrage nach Hilfen im Jahr 2017. Es waren 54 Mitglieder, genauer gesagt 36 Damen und 18 Herren, die öfter zum Telefon gegriffen und die Nummer 06641/4050 gewählt hatten, um ihr Anliegen im Büro vorzutragen.

Bei unserer gegenwärtigen Mitgliederzahl von 454 Personen entspricht das einem erfreulichen Anteil von fast 12 Prozent! Und die übrigen, die noch super selbständig sind oder im Bedarfsfall in der Familie oder der Nachbarschaft Unterstützung finden, leben mit dem beruhigenden Gedanken, dass es für Lauterbach und seine zehn Ortsteile die Seniorenhilfe gibt, an die sie sich im Bedarfsfall wenden können.

Aber eine Hilfe kann das Büro nur vermitteln, wenn genügend Mitglieder zur Verfügung stehen, die die Hilfen auch angeboten haben. Aus dieser Gruppe der Ehrenamtlichen waren im vergangenen Jahr 30 Damen und 23 Herren als Helfer tätig, und diese insgesamt 53 Engagierten haben übers Jahr 729 Einsätze geleistet.

Verteilt auf die 52 Wochen des Jahres bedeutet dies, dass pro Woche an den fünf Tagen von Montag bis Freitag 14 Menschen im Auftrag der Seniorenhilfe für ihre Mitmenschen ehrenamtlich unterwegs waren. Drei von diesen lenkten ihre Schritte regelmäßig ins Büro, um die Anrufe entgegen zu nehmen, zu bearbeiten und telefonisch möglichst wohnortnah einen passenden Helfer für die gewünschte Aufgabe zu finden.

***Wir danken allen Aktiven für die in 2017 geleistete
großherzige Einsatzbereitschaft!***

**Helfen macht froh,
Helfen schützt vor Einsamkeit.
Helfen macht Sinn!**

Und auch Sie können helfen, indem Sie Bekannte oder Freunde ermuntern sich unverbindlich bei uns zu erkundigen, wie man mit wenig Aufwand Gutes tun kann.





Wenn jemand Hilfe braucht

Das Büro ist die Vermittlungsstelle für die Hilfen, die der Verein anbietet:

Besuchsdienste, Einkaufen, Hilfen im Haushalt, Begleitung zu Ärzten und Behörden, Entlastung pflegender Familienangehöriger, kurzzeitige Kinderbetreuung, Schreibhilfen, kleinere technische Reparaturhilfen, Fahrdienste usw...

1. Wer eine Hilfe braucht, ruft im Büro an und nennt das Problem, ebenso Namen, Anschrift und Telefonnummer.
2. Das Büro ruft einen geeigneten Helfer an und nennt ihm die Aufgabe, den Namen, die Anschrift und die Telefonnummer.
3. Dieser Helfer setzt sich mit dem Hilfesuchenden telefonisch in Verbindung, bespricht alles Nähere und macht einen Termin aus.

Auf Wunsch kann die Terminkoordination auch der Diensthabende im Büro erledigen.

4. Nun kann die Hilfe ausgeführt und abgerechnet werden (eine Stunde € 2,50, für jede weitere angefangene Stunde desselben Einsatzes € 1,50).
5. Der Helfer (Aktive) bringt das Geld ins Büro und erhält für eine Stunde Hilfe zwei Punkte auf seinem Punktekonto gutgeschrieben.

Wir leisten Hilfe in:

Sickendorf	Heblos	Wallenrod
Allmenrod	Rimlos	Reuters
Frischborn	Lauterbach	Maar
Rudlos	Wernges	





Was wir leisten wollen, wie wir helfen möchten.

Es ist ein sehnlicher Wunsch von uns allen, im Alter so lange wie möglich in der gewohnten Umgebung zu bleiben und sich selbst versorgen zu können. Es wird aber der Zeitpunkt kommen, wo das ohne Hilfe nicht mehr möglich ist. Die bietet häufig die eigene Familie, aber das klappt eben nicht immer.

Und da kommt die Seniorenhilfe ins Spiel. Bei dem Wunsch unserer Mitglieder, noch lange beweglich zu bleiben, springen wir helfend ein, wenn es mit eigener Kraft nicht mehr geht. Wer selbst kein Auto mehr fahren kann oder darf, möchte dennoch auch weiterhin selbstständig einkaufen oder zum Arzt oder zur Behörde fahren können. Hierfür bieten wir unsere Hilfe an.

Und das wird leider immer schwerer. Die Bürodienstler verzweifeln manchmal schier; sie telefonieren eine halbe Liste ab, bevor sie einen Fahrer erreichen, der zum Wunschtermin frei ist. Wenn es um Einkauf geht, kann man am Termin ja immer noch ein wenig drehen, aber halt nicht bei einem Arzttermin.

Daher suchen wir immer wieder händeringend nach freiwilligen Helfern. Der Vorstand erneuert daher an dieser Stelle seine Bitte an Euch, nach Menschen in Eurer Umgebung zu suchen, die in diese Hilfe eingebunden werden könnten und sie zu ermuntern, das dann auch zu tun.

Und wir wollen seitens des Vorstandes in den nächsten Monaten eine Telefonaktion starten und alle bereits Aktiven noch einmal abfragen, ob sie sich über die Aktivitäten hinaus Arbeiten vorstellen könnten, zu denen sie sich einmal vor vermutlich sehr langer Zeit angemeldet haben. Überprüft Euch doch bitte noch einmal selbst, was da noch möglich wäre.

*Eines Tages wirst du aufwachen
und keine Zeit mehr haben
für die Dinge, die Du immer wolltest.
Tu sie jetzt!*





Wenn der Topf aber nun ein Loch hat

...dann bringe ihn ins Reparatur-Café in das alte Rathaus in Maar! Jeden letzten Freitag im Monat von 16.00 - 18.00 Uhr erwarten acht ältere „gestandene“ Handwerker und Bastler der verschiedensten Gewerke Kunden mit Geräten, an denen ihr Herz hängt, die keine Werkstatt mehr repariert und die man dennoch nicht wegwerfen möchte. Nun sind es nicht gerade Töpfe, die dort verlötet werden, wohl aber wurde u. a. ein Kabelbruch an einem Handmixer behoben, so manches Dampf- bügeleisen wieder „zum Dampfen“ gebracht und ein altes Tonbandgerät tönt wieder. Seit Beginn der Initiative im April des Jahres 2017 können die „Macher“ auf etwa 50 Reparaturwünsche verweisen, ein Großteil von ihnen wurde erfolgreich erfüllt. Der Senior der Handwerksspezialisten hat sich sogar extra einen Werkzeugkoffer auf Rädern mit allerlei Werkzeugen für besondere Reparaturen zusammengestellt, der schon gute Dienste geleistet hat.

Das Reparatur-Cafe trägt seinen Namen auch deshalb zu Recht, weil Hilfesuchende in technischen Dingen ihre Wartezeit auf das geliebte Gerät bei einem guten Kaffee und leckerem Kuchen verkürzen können. Das schicke Sparschwein freut sich immer über eine kleine Spende...

Alles in Allem also eine Einrichtung der Seniorenhilfe, die den freiwilligen Akteuren als auch den hilfesuchenden Kunden bisher viel Freude bereitet hat. Schauen Sie doch mal herein! Vielleicht nicht gerade mit einem löchrigen Topf...



Foto: H.H. Graue





Das aktuelle Thema: Fragen an den Pflegestützpunkt

In letzter Zeit ist oft die Rede von Neuregelungen in der Pflege und bei der Zumessung von entsprechenden Zahlungen. Der Vorsitzende der Seniorenhilfe Walter Mönch hat hierzu ein ausführliches Gespräch mit Monique Abel und Sabine Leskien vom Pflegestützpunkt des Vogelsbergkreises geführt. Hier dazu einige Fragen aus dem Beratungsalltag:

Meine Mutter hatte einen Schlaganfall. Nach der Behandlung im Krankenhaus ist sie nun zur Reha. Sie wird pflegebedürftig bleiben. Wie können wir Hilfe für zuhause organisieren?

Während der Reha steht Ihnen und Ihrer Mutter der Sozialdienst der Klinik zur Seite, um die Entlassung nach Hause vorzubereiten. Lassen Sie sich den direkten Ansprechpartner nennen oder erfragen Sie diesen auf der Station. Der Sozialdienst unterstützt, um den Pflegeantrag auf den Weg zu bringen, veranlasst die Versorgung mit Hilfsmitteln (z.B. Rollator, Toilettensitzerhöhung oder Pflegebett) und koordiniert alle erforderlichen Leistungen mit den Kostenträgern, damit die häusliche Versorgung gut anlaufen kann. Kontakt zu einem ambulanten Pflegedienst am Wohnort ihrer Mutter können Sie direkt aufnehmen und mögliche Leistungen direkt nach der Entlassung mit dem Anbieter absprechen.

Wir überlegen für meine Frau einen Pflegeantrag zu stellen, da sie körperlich eingeschränkt ist und Hilfe in der Körperpflege benötigt. Wie erfolgt die Feststellung des Pflegegrades und welche Pflegegrade gibt es?

Ein Antrag auf Pflegeeinstufung wird bei der Pflegekasse gestellt. Dies kann durch den Pflegebedürftigen selbst oder einer von ihm bevollmächtigten Person erfolgen. Die Pflegekasse beauftragt den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) mit der Begutachtung. Der MDK vereinbart mit Ihnen einen Termin und besucht ihre Frau im häuslichen Umfeld. Sollte sie dauerhaft in einem Pflegeheim versorgt werden, wird er sie entsprechend dort aufsuchen. Anhand von 6 Modulen (Mobilität, kognitive Fähigkeiten oder psychische Problemlagen, Selbstversorgung, Bewältigung von und selbständiger Umgang mit krankheitsbedingten Belastungen, Gestaltung des Alltagslebens) erfolgt eine Beurteilung der Selbständigkeit über ein Punktesystem. Die Summe der gewichteten Punkte ergibt abschließend den Pflegegrad.





Insgesamt gibt es fünf Pflegegrade, wobei der Pflegegrad 1 mit geringer Einschränkung der Selbständigkeit ab 12,5 Punkten vorliegt. Pflegegrad 2 beginnt mit 27 Punkten, Pflegegrad 3 liegt ab 47,5 Punkten vor und Pflegegrad 4 ab 70 Punkten sowie Pflegegrad 5 zwischen 90 bis 100 Punkten. Das Gutachten zur Einstufung erhalten alle Antragsteller mit dem Ergebnis der Pflegekasse automatisch zugeschickt. Das Antragsverfahren dauert mehrere Wochen.

Mein Bruder hat Pflegegrad 2 und ich pflege ihn. Seit er pflegebedürftig ist, verbringt er viel Zeit allein zuhause. Ich bin regelmäßig vor Ort und sehe, dass ihm das Gespräch mit anderen fehlt. Gibt es Angebote, die für meinen Bruder zugeschnitten sind?

Im Vogelsbergkreis gibt es verschiedene Möglichkeiten, um soziale Kontakte zu pflegen und der Vereinsamung vorzubeugen. Die stundenweise Betreuung in der Häuslichkeit ist eine davon. Individuell wird abgesprochen, welche Aktivität erfolgen soll, um Ihren Bruder zu fördern. Beispielsweise ein Spaziergang, Vorlesen oder Gesellschaftsspiele spielen. Denkbar ist auch der Besuch einer Betreuungsgruppe, in der mehrere Pflegebedürftige zusammen kommen. Sie verbringen den Nachmittag gemeinsam, der unterschiedlich gestaltet wird. Beim Vorliegen einer Pflegeeinstufung, können die Einsätze über die Entlastungsleistung oder die Verhinderungspflege finanziert werden. Voraussetzung ist, dass der Anbieter einen gültigen Vertrag mit den Pflegekassen hat.

Ich kümmere mich um meinen Mann, der in Pflegegrad 3 eingestuft wurde. Ich bin 58 Jahre alt und an 3 Tagen der Woche berufstätig. Wie kann ich Beruf und Pflege organisieren?

Eine Möglichkeit stellt der Besuch einer anerkannten Tagespflege dar. Das Angebot beinhaltet das Abholen zuhause, gemeinsame Aktivitäten sowie ein gemeinsames Mittagessen in den Räumlichkeiten der Tagespflege. Die Gäste werden am späten Nachmittag wieder nach Hause gebracht. Die pflegerischen Kosten übernimmt die Pflegekasse, je nach Pflegegrad. Lediglich ein Eigenanteil für Unterkunft, Verpflegung, Investitionskosten sowie Ausbildungszuschlag ist vom Tagesgast zu leisten. Der monatliche Entlastungsbetrag in Höhe von 125 € kann für diese Eigenanteile eingesetzt werden. Zusätzlich können Sie einen Pflegedienst einbinden oder Pflegegeld erhalten.





Ich pflege meine Schwiegereltern zuhause. Nun möchte ich gerne 14 Tage Urlaub machen. Welche Möglichkeiten habe ich, meine Schwiegereltern in dieser Zeit zu versorgen?

Pflegende Angehörige, die mindestens 6 Monate pflegen, können während ihrer Urlaubszeit über die Verhinderungspflege eine Ersatzpflege organisieren. Die Pflegekasse stellt dafür bis zu 1.612 € im Kalenderjahr für maximal 6 Wochen zur Verfügung. Dabei bestehen verschiedene Optionen:

- Eine Person aus der Nachbarschaft oder dem Bekanntenkreis springt ein.
- Ein ambulanter Pflegedienst wird eingeschaltet.
- Die Zeit wird in einer vollstationären Pflegeeinrichtung überbrückt.

Die Leistungen können bis zu den genannten Höchstbeträgen auf Antrag mit der Pflegekasse abgerechnet werden. Springen nahe Familienangehörige ein, gelten andere Regelungen.



Monique Abel, Walter Mönch, Sabine Leskien im Interview.

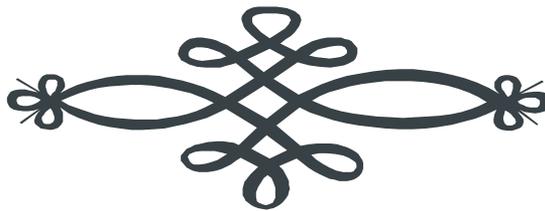




Mit der Zeit lernst du...

Mit der Zeit lernst du,
dass eine Hand halten nicht dasselbe ist,
wie eine Seele fesseln!
Und dass Liebe nicht Anlehnen bedeutet,
und Begleiten nicht Sicherheit!
Du lernst allmählich, dass Küsse keine Verträge sind,
und Geschenke keine Versprechen.
Und Du beginnst, deine Niederlagen erhobenen Hauptes
und offenen Auges hinzunehmen,
mit der Würde eines Erwachsenen,
nicht maulend wie ein Kind.
Und du lernst all deine Straßen auf dem Heute zu bauen,
weil das Morgen ein zu unsicherer Boden ist.
Mit der Zeit erkennst du, dass sogar Sonnenschein brennt,
wenn du zu viel davon abbekommst.
Also bestelle deinen Garten
und schmücke dir selbst die Seele mit Blumen,
statt darauf zu warten, dass andere dir Kränze flechten.
Und bedenke, dass du wirklich standhalten kannst
und wirklich stark bist,
und dass du deinen eigenen Wert hast!

(Kelly Priest)





Reisebericht über den jährlichen Erfahrungsaustausch der Aktiven der Seniorenhilfe

Die Aktivenfahrt der Seniorenhilfe führte im Lutherjahr 2017 nach Eisenach. Nicht aber Luther und die Wartburg standen im Mittelpunkt des Interesses, sondern ein Erfahrungsaustausch. Der fand in einer Einrichtung statt, die bei den angereisten Kreisstädtern spontan das Gefühl auslöste: so etwas könnten wir auch gebrauchen, eine Realisierung ist aber nahezu ausgeschlossen.

Die sehr viel größere Stadt Eisenach hat im sogenannten Goetheviertel in einem leer stehenden Gebäude ein sehr vorzeigbares Nachbarschafts-Zentrum geschaffen, das nahezu ausschließlich von Freiwilligen, also ehrenamtlich betrieben wird. Hier wurden die Aktiven der Seniorenhilfe von Eva Herrmanns und Heike Apel vom Seniorenbeirat der Stadt willkommen geheißen und die vielen freiwilligen Helfer hatten für ihre Gäste eine schöne Kaffeetafel gedeckt.

Eva Herrmanns stellte die Arbeit des Seniorenbeirates vor, der in Eisenach nicht wie in Lauterbach gewählt wird, sondern der Vorsitzende wird vom Stadtrat eingesetzt und die Mitglieder aus sozialen und gesellschaftlichen Organisationen besetzt. Bei frei werdenden Stellen entscheidet der Seniorenbeirat selbst über die Nachbesetzung.

Über das Nachbarschafts-Zentrum berichtete Eva Herrmanns, dass hier eine Vielzahl von Treffen, insbesondere von Senioren, stattfinden. Ziel ist es immer wieder und mit großem Erfolg, Menschen aus ihrer Einsamkeit zu holen. Diese Treffen sind für den Seniorenbeirat auch eine gute Quelle von Informationen über kleinere und größere Probleme, die Senioren mit Entscheidungen der Kommunalpolitik haben können.

Beispielhaft wurde davon berichtet, wie zwei Bushaltestellen ausgerechnet in einem vorwiegend von Senioren bewohnten Wohngebiet außer Betrieb genommen wurden. Der Beirat konnte die nicht nachvollziehbaren Gründe dafür zerpfücken und die Haltestellen sind wieder geöffnet.

Der Vorsitzende der Seniorenhilfe Maar, Walter Mönch, stellte die Arbeit seines Vereins vor, die sich mit der unmittelbaren Hilfe für ihre Mitglieder bei der Aufrechterhaltung ihrer Mobilität befasst, mit Veranstaltungsreihen, mit wiederkehrenden Treffen, wie etwa die Spielernachmittage und die Dienstags-Senioren, Informationsfahrten und als





jüngstes Kind ihrer Arbeit mit dem Reparatur-Café. Hier war es an den Gastgebern, zu staunen, was in der vergleichsweise kleinen Stadt Lauterbach geleistet wird - und das ohne jede öffentliche Zuwendung.

Walter Mönch hatte im Vorfeld der Fahrt auch sicher gestellt, dass der Vorsitzende des Lauterbacher Seniorenbeirates, Michael Duschka, an der Fahrt teilnahm. Dieser erhielt nun die Möglichkeit, die Arbeit seines Gremiums vorzustellen, das von der Bevölkerung gewählt wird und inzwischen aus der Kommunalpolitik nicht mehr wegzudenken ist. Die Unterschiedlichkeit der jeweiligen Arbeitsansätze ist für die Eisenacher nun eine Überlegung wert, einen Gegenbesuch zu starten, zu dem die Lauterbacher herzlich einluden.

Anschließend an ein gemeinsames Mittagessen fand eine Stadtführung statt, denn wenn auch aus organisatorischen Gründen die Wartburg ausgelassen wurde, so mochte man sich im Lutherjahr doch mit Geschichte und Gegenwart der Stadt Eisenach auseinander setzen. Auch Mitreisende, die nicht zum ersten Mal in dieser Stadt waren, konnten viele neue Eindrücke und Erkenntnisse sammeln.



Vor dem Bachdenkmal fand sich die Reisegruppe am Ende der Stadtführung noch zu einem Erinnerungsfoto zusammen.

Foto: Dirk Liebert





Raus in's Grüne...

...wollen die Damen und Herren der Dienstags-Senioren auch wieder 2018 - natürlich im Sommer.

Ganzjährig treffen sich die ca. 20 Damen und Herren jeden zweiten Dienstagnachmittag im Maarer Dorfgemeinschaftshaus, wo kühle Getränke auf dem Tisch stehen und danach Kaffee und Kuchen oder Herzhaftes serviert werden. In den kühleren Jahreszeiten bleiben wir im Warmen und laden uns gerne hin und wieder zusätzlich Gäste ein, die über interessante Themen berichten. Für 2018 steht z.B. auf dem Programm "Aus alter Zeit", "Vogelsberger Tauschbörse", „Was ist eine Pflegenotaufnahme?“ und anderes, was zum Erscheinungszeitpunkt dieses Heftes noch nicht festgeklopft werden konnte.

Für den Sommer planen wir einen Spaziergang im Kurpark Bad Salzschlirf, einen Besuch bei den Bewohnern des Altenheimes der AWO mit Gesang und Unterhaltung, einen Grillnachmittag in bewährter Zusammenarbeit mit dem Maarer Tier- und Naturschutzverein, ein Busfahrt nach Sargenzell zum "Früchteteppich", und einen mittäglichen Restaurantbesuch. Die Termine dazu werden in gemeinsamer Absprache im Laufe des Jahres ausgewählt.

Das Maarer Dorfgemeinschaftshaus ist auch für Personen mit Rollator oder Rollstuhl sehr gut erreichbar, weil die Räume ebenerdig liegen. Wer einen Fahrdienst haben möchte, möge bitte ein paar Tage vorher im Büro (Tel.06641/4050) nachfragen.

**Gemeinsam ist man
weniger allein.**



Bei der Gestaltung der Treffen alle 14 Tage gehen den Dienstags-Senioren die Ideen nicht aus. Im Dezember etwa war das Züchter-Ehepaar Bohn-Förder aus Meiches mit einem Gänsepaar zu Gast, um über ihre Tiere und ihre Leidenschaft, mit ihnen zusammen zu leben, zu berichten.

Foto: Walter Mönch





Ein neues Angebot in der Pflege ...

...ist die Pflege-Notaufnahme. Sie soll in Situationen beratend und vermittelnd zur Seite stehen, wenn ein pflegender Angehöriger ausfällt oder die Versorgung nach einem Krankenhausaufenthalt unklar ist oder der Pflegebedarf unmittelbar steigt oder, oder, oder. Dann kann an 7 Tagen in der Woche, 24 Stunden rund um die Uhr, geklärt werden, ob eine ambulante Versorgung ausreichend ist oder in welchem Pflegeheim notfalls eine Kurzzeitpflege oder Tagespflege möglich ist.

Es ist wichtig zu wissen, dass sich dieses Angebot **nicht** an Menschen in lebensbedrohlichen Situationen richtet, die akut eine medizinische Versorgung benötigen.

Wer bietet das an?

...die AWO Hessen Süd unter der Servicenummer 0800/66 46 880. Es beraten Sie da Frau Bettina Hendler und Frau Sabine Simon-Wenda. Auch unabhängig von einem akuten Notfall stehen die Damen telefonisch beratend und unterstützend zur Verfügung.

(Weitere Informationen unter: www.pflegenotaufnahme-hessen.de)

Altersweise (Ein Brief einer Großmutter an ihre Familie.)

„Hallo meine Lieben,

es ist nun das dritte Jahr, das ich hier in diesem Altersheim verbringe und ich bin Euch sehr dankbar dafür. Es war großzügig von Euch, für mich einen Platz in diesem schönen Haus zu finden. Von meinem Fenster aus habe ich einen tollen Blick auf das alte Dorf. Frank, ich weiß, Du hast jede Menge Arbeit. Du musst Dich ja auch noch um Euer Haus am Meer kümmern. Und Deine Frau muss in ihrem Alter auch noch Golfunterricht nehmen, die Arme. Lore, meine Liebe. Ich habe gehört die Kinder müssen jedes Wochenende zum Skifahren und Dein Mann ist immer auf Arbeit. Und Ihr lieben Enkel: Ich verstehe Euch gut, dass Ihr studiert und daher keine Minute Zeit findet, um Eure alte Oma zu besuchen.

Eine große Umarmung für Euch alle.“

P.S.: „Ich hätte fast vergessen. Klaus und ich fliegen morgen nach Hawaii. Ich habe 850 000 Euro im Lotto gewonnen. Ihr braucht Euch also keine Sorgen um mich zu machen.“





Geschichten

Zwei Wölfe

Ein alter Indianer saß mit Enkelsohn am Lagerfeuer. Die Nacht hatte sich über das Land gesenkt und das Feuer knackte und knackte während die Flammen hoch hinaus in den Himmel züngelten.

Nach einer Weile des Schweigens sagte der Alte zu seinem Enkel: „Weißt du, manchmal fühle ich mich, als wenn zwei Wölfe in meinem Herzen miteinander kämpfen würden. Einer der beiden ist rachsüchtig, aggressiv und grausam. Der andere hingegen ist liebevoll, sanft und mitfühlend.“

„Welcher der beiden wird den Kampf um dein Herz gewinnen? „, fragte der Junge.

„Der Wolf, den ich füttere“, antwortete der Alte.

(Verfasser unbekannt)

Gewusst wie...

Der Sultan hatte geträumt, er verliere alle Zähne. Nach dem Erwachen fragte er einen Traumdeuter nach dem Sinn dieses Traumes. „Ach welch ein Unglück, Herr!“ rief dieser händeringend aus. „Jeder verlorene Zahn bedeutet den Verlust eines Angehörigen!“ „Was erlaubst du dir?“ schrie ihn der Sultan wütend an. „Was wagst du mir da zu sagen? Verschwinde!“ und gab den Befehl: „Fünfzig Stockschläge für diesen Unverschämten!“

Ein anderer Traumdeuter wurde gerufen und vor den Sultan geführt. Als er den Traum gehört hatte, rief er: „Welch ein Glück! Welch ein großes Glück! Unser Herr wird alle die Seinen überleben!“ Da hellte sich das Gesicht des Sultans auf und er sagte: „Ich danke dir mein Freund. Gehe sogleich mit meinem Schatzmeister und lasse dir von ihm 50 Goldstücke geben!“

Auf dem Weg sagte der Schatzmeister kopfschüttelnd: „Du hast den Traum des Sultans doch auch nicht anders gedeutet als dein Kollege!“

Der Traumdeuter lächelte und erwiderte: „Merke dir, man kann alles sagen. Es kommt nur darauf an, wie man es sagt!“

(Verfasser unbekannt)





Die drei Siebe

Eines Tages erhielt der Philosoph Sokrates Besuch von einem Mann, der ihm unbedingt eine Neuigkeit mitteilen wollte.

„Höre Sokrates,“ sagte dieser aufgeregt, „ich muss dir berichten, dass dein Freund...“

„Halte inne“, unterbrach ihn da der Philosoph. „Hast du das, was du mir sagen willst, durch die drei Siebe gesiebt?“

„Die drei Siebe?“ wiederholte der andere erstaunt.

„Ja, mein Lieber lass sehen, ob das was du mir sagen willst, durch die drei Siebe hindurch geht. Das erste Sieb ist das Sieb der Wahrheit. Hast du das, was du mir erzählen willst, geprüft, ob es wahr ist?“

„Nein, nein, jemand anders hat mir davon erzählt. Doch.....“

„Na gut. Aber sicher hast du es mit dem zweiten Sieb geprüft. Das ist das Sieb der Güte. Wenn es schon nicht unbedingt wahr ist, was du mir erzählen möchtest, ist es wenigstens gut?“

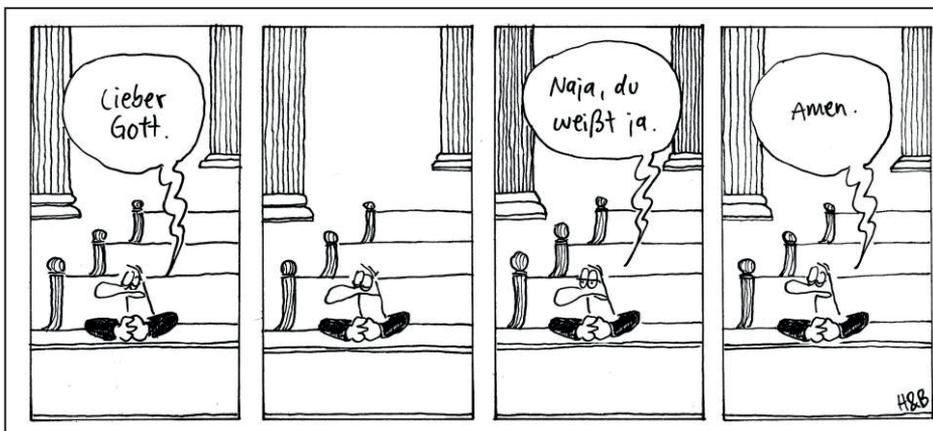
Der andere zögerte: „Nein eigentlich nicht. Im Gegenteil, es.....“

„Nun“, unterbrach ihn Sokrates ein weiteres Mal. „Dann wollen wir noch das dritte Sieb nehmen und uns fragen, ob es notwendig ist, mir das zu erzählen, was dich so aufzuregen scheint.“

„Na ja, notwendig gerade nicht, aber.....“

„Also,“ entgegnete Sokrates und lächelte, „wenn das, was du mir erzählen willst, weder wahr noch gut noch notwendig ist, so lass es lieber sein und belaste weder dich noch mich damit.“

(Verfasser unbekannt)





Rätsel Rätsel Rätsel Rätsel

Finden Sie in jeder Zeile ein Hauptwort, das sowohl hinter das 1. als auch vor das 2. Wort in der Zeile passt. Anfangs- und Endbuchstabe jeden gesuchten Wortes sind bereits vorgegeben. Auf dem grauen Balken ergeben sich, in der richtigen Reihenfolge der Buchstaben gelesen „Verwandte“.

BECKEN	K						N	HAUT
KREUZ	B						R	DEHNUNG
AUGEN	S						L	SAAL
FEUER	A						N	STAAT
BLOCK	H						N	DORF
FAHRPLAN	W						L	BAD
SCHWEISS	B						R	PASS

Scherzfragen

1. Welches Tier dreht sich nach dem Tod noch mehrmals um 360° ?
2. In welchem Monat essen Frauen, die abnehmen möchten, automatisch weniger?
3. Welche Auswirkungen hätte es für Männer, Frauen und Kinder gleichermaßen, wenn es C & A nicht mehr in Deutschland gäbe?
4. Muss ein Schmuggler, der an der deutsch-italienischen Grenze mit Zigaretten erwischt wird, nach deutschem oder italienischem Recht verurteilt werden?
5. Seltene Körperflüssigkeit?

Wortmutationen

H	A	F	T		M	A	U	T		L	E	C	K
H	U	P	E		H	E	H	L		P	A	R	A





Versrätsel

- 1) Freund, lass dir raten, suche mich zu meiden. Denn hast du mich, so hast du Sorg' und Leiden. Verlierst du mich, so wird das Herz dir schwer. Gewinnst du mich, so hast du mich nicht mehr!
- 2) Ein Tal voll und ein Land voll und am End ist's keine Handvoll.
- 3) Die Sprache kann es nicht entbehren, die Zeitung bringt es jeden Tag, der Kaufmann braucht's, will er sich nähren, und selten fehlt es im Vertrag.
- 4) Dem schönen Pferde steht's wohl an, doch rückwärts, wohlgepflegt, dem Mann.
- 5) Kaltes mach ich warm, heißes mach ich kalt; reich hat mich und arm, wer lang mich hat, wird alt.
- 6) Du bewegst dich hurtig fort und gelangst doch kaum vom Ort. Wer trägt dich in solcher Weise auf der leichtbeschwingten Reise?

Wortschlangen

a)

R	C	P
A	H	A
I	R	T

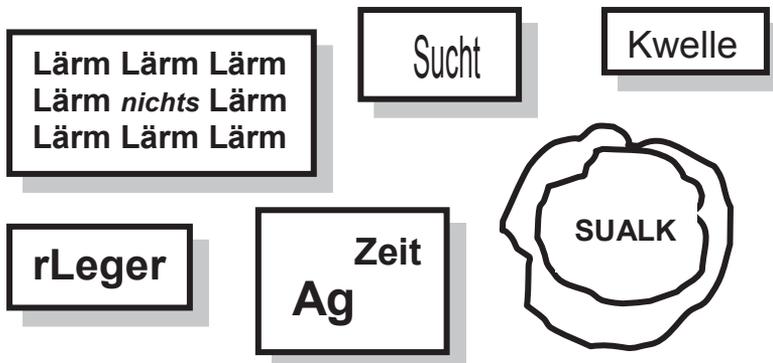
b)

N	H	A
D	E	B
N	A	L

c)

I	W	R
T	G	O
Z	I	V

Wortdrudel





Der Wertsackbeutel

Aus dem Merkblatt der Deutschen Bundespost zum § 49 der "Allgemeinen Dienstanordnung", 1972

Der Wertsack ist ein Beutel, der aufgrund seiner besonderen Verwendung im Postbeförderungsdienst nicht Wertbeutel, sondern Wertsack genannt wird, weil sein Inhalt aus mehreren Wertbeuteln besteht, die in den Wertsack nicht verbeutelnd, sondern versackt werden.

Das ändert aber nichts an der Tatsache, dass die zur Bezeichnung des Wertsackes verwendete Wertbeutel-fahne auch bei einem Wertsack mit Wertbeutel-fahne bezeichnet wird und nicht mit Wertsack-fahne oder Wertbeutel-sack-fahne.

Sollte es sich bei der Inhaltsfeststellung eines Wertsackes herausstellen, dass ein in einem Wertsack versackter Wertbeutel statt im Wertsack in einem der im Wertsack versackten Wertbeutel hätte versackt werden müssen, so ist die in Frage kommende Versackstelle unverzüglich zu benachrichtigen.

Nach seiner Entleerung wird der Wertsack wieder zu einem Beutel, und er ist auch bei der Beutelzählung nicht als Sack, sondern als Beutel zu zählen. Bei einem im Ladezettel mit einem Vermerk "Wertsack" eingetragenen Beutel handelt es sich jedoch nicht um einen Wertsack, sondern um einen Wertpaketsack, weil ein Wertsack im Ladezettel nicht als solcher bezeichnet wird, sondern lediglich durch den Vermerk "versackt" darauf hingewiesen wird, dass es sich beim versackten Wertbeutel um einen Wertsack und nicht um einen ausdrücklich mit "Wertsack" bezeichneten Wertpaketsack handelt.



Fritzchen trifft den neuen Pfarrer auf der Straße. Der Pfarrer kennt sich im Ort noch nicht so gut aus und fragt deshalb Fritzchen, wo der Lebensmittelladen sei. "Ich weiß es, aber ich sag es nicht", antwortet Fritzchen. "Du bist aber kein lieber Junge", sagt der Pfarrer, "du kommst sicher nicht in den Himmel." Darauf sagt Fritzchen: "Und du nicht in den Lebensmittelladen!"



"Gegen Ihr Übergewicht hilft leichte Gymnastik", mahnt der Doktor. "Sie meinen Liegestütze und so?" "Nein, es genügt ein Kopfschütteln, wenn man Ihnen etwas zu essen anbietet."





Was ist Liebe?

Die fünfjährige Veronika fragte ihren Vater, ob er ihr erklären könne, was die Liebe sei? Der Mann meinte verlegen: „Seitdem deine Mutter und ich uns getrennt haben, kann ich das nicht mehr sagen. Ich dachte, das wäre die Liebe gewesen, doch ich hab mich wohl getäuscht.“

Daraufhin befragte die Kleine ihre Mutter, diese konnte ihr die Frage auch nicht beantworten und meinte nur: „Frag deinen Papa.“ Im Kindergarten fragte sie ihre Erzieherin, ob sie wüsste, was die Liebe sei? Diese sagte ihr lächelnd: „Liebe ist ein Geschenk und wenn du groß bist, wirst du sie hoffentlich kennenlernen.“ Auf die weitere Frage, ob man Liebe auch kaufen könne, antwortete sie: „Nein, doch es gibt Menschen, die denken, dass Liebe käuflich sei.“ Egal, wen Veronika nach der Liebe fragte, nie bekam sie eine Antwort, die sie zufriedenstellte. Doch irgend jemand musste ihr doch erklären können, was die Liebe ist.

Sie fragte ihre neue Tagesmutter, ob sie wüsste, was die Liebe sei? „Ja, natürlich weiß ich, was die Liebe ist“, und das Kind wurde ganz hellhörig, „Liebe kannst du nur bekommen, wenn du auch Liebe gibst. Dann klopft dein Herz ganz wild und fühlt sich bunt und warm an.“ Veronika fragte, was mit dem Herz passiert, wenn man alleine ist? Traurig antwortete die Ältere: „Dann fühlt sich das Herz wieder farblos, leer und kalt an.“

In den Ferien besuchte Veronika ihre alte Großmutter. Sie dachte, dass doch die Oma wissen müsse, was die Liebe ist. Immerhin sei diese schon über fünfzig Jahre lang glücklich verheiratet. Die Oma lächelte, als ihr die Kleine die Frage stellte. Sie ging schnell ins Haus und kam mit einer kleinen, alten Schatztruhe wieder zurück: „Schau hinein und du wirst die Antwort auf deine Frage finden.“ Veronika öffnete vorsichtig die Truhe. Sie sah darin einen Spiegel. „Schau dich an“, forderte die Oma sie auf, „du hast die Liebe in dir selbst. Dein Herz strahlt in den schönsten Farben und du darfst dich immer selber lieben, und zwar genau so, wie du bist. Jeder, der sich selbst liebt, strahlt dies aus und zieht Menschen an, die ihn lieben können. Die Liebe ist immer in dir, denk daran mein Kind.“

Gisela Rieger

*Liebe ist die stärkste Macht der Welt, und doch ist sie die demütigste,
die man sich vorstellen kann.*

Mahatma Gandhi





Sie war ein Blümlein hübsch und fein

Sie war ein Blümlein hübsch und fein,
Heil aufgeblüht im Sonnenschein,
Er war ein junger Schmetterling,
Der selig an der Blume hing.

Oft kam ein Bienlein mit Gebrumm
Und nascht und säuselt da herum.
Oft kroch ein Käfer kribbelkrab
Am hübschen Blümlein auf und ab.

Ach Gott, wie das dem Schmetterling
So schmerzlich durch die Seele ging.
Doch was am meisten ihn entsetzt,
Das Allerschlimmste kam zuletzt.

Ein alter Esel fraß die ganze
Von ihm so heißgeliebte Pflanze.

(Wilhelm Busch 1832 -1908)

„Das Gute

– dieser Satz steht fest –

ist stets das Böse, was man läßt.“

(Wilhelm Busch)

Eine humorvoll-sinnliche Lesung zu Wilhelm Busch und seinen
Geschichten mit Marlis Gräfe (siehe Veranstaltungen auf Seite 2)





Gut zu wissen

Wir versuchen, Ihren alten Geräten auf die Sprünge zu helfen. Das inzwischen voll funktionsfähige **Reparatur-Café** ist jeweils am letzten Freitag des Monats von 16.00-18.00 Uhr geöffnet. Es befindet sich im ersten Stock des Alten Rathauses in Maar, Hauptstr. 6

Die Geschenkidee!
Gutscheine für eine oder mehrere Stunden Hilfe in Form von Vorlesen, Besuch, Fahrdienst o. a. erhalten Sie im Büro.

Freude am **Spiele**n erlebt man an jedem 1. Mittwoch im Monat mit netten Menschen von 14.30 Uhr bis ca. 16.30 Uhr in Lauterbach im „Johannesberg“
Neu seit letztem Jahr: Skat!

AWO-Pflegenotaufnahme: Sie hilft Ihnen sofort und unbürokratisch, wenn die Pflegeperson plötzlich ausfällt. Beratung und Vermittlung von Hilfeleistungen – rund um die Uhr unter der Nummer ☎ 0800 / 66 46 880 (siehe auch Seite 17).

Für alle offen: Die **Dienstags-Senioren**. Alle 14 Tage jeweils dienstags in geraden Wochen von 14.00 bis 16.30 Uhr im DGH Maar. Unverbindliches „Schnuppern“ ist selbstverständlich möglich! Das DGH Maar ist barrierefrei. **Hier ist man nicht allein!**

Wenn man nicht mehr kochen kann oder will:

- DRK tiefgekühlte Mahlzeiten Auskunft unter ☎ 06641-96630.
- Die AWO liefert täglich eine warme Mahlzeit ☎ 06641-96340.
- **Bringdienste:** Viele Geschäfte bringen Ihnen inzwischen Ihre Lebensmittel nach Hause. Fragen Sie in den Geschäften nach, in denen Sie einkaufen.

Hausnotruf: Sicherheit 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr und ein gutes Gefühl für Sie und Ihre Angehörigen.
Weitere Auskünfte erteilt das Deutsche Rote Kreuz,
☎ **06641 / 96630**

Rätselaufösungen

Knochen - Bänder - Spiegel - Saal - Ameisen - Huetten - Wechsel - Brenner:
Nichten. 1. Grillhähnchen. 2. Im Februar (28 Tage). 3. Alphabet hätte nur noch 24 Buchstaben. 4. Es gibt keine deutsch-italienische Grenze. 5. Beamtenschweiß.
HAFT – Heft, Hefe, Hufe... MAUT – Maul, Mahl, Mehl ... LECK – Lack, Pack, Park.
1) Prozess. 2) Nebel. 3) Artikel. 4) Trab-Bart. 5) Atem. 6) Schaukel. a) Patriarch
b) Landebahn. c) vorwitzig. **Wortdrudel:** Viel Lärm um nichts. Magersucht. Fehlerquelle. Kleiner Anleger. Silberhochzeit. Klaus verkehrt in schlechten Kreisen.



Wichtige Telefonnummern:

Polizei

Notruf, Polizeistation, Lindenstr. 61 _____ 110

Feuerwehr

Notruf _____ 112

Rettungsdienst

Notarzt / Rettungswagen _____ 112

Krankentransport _____ 112

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Mo, Di, und Do von 19.00 – 7.00 Uhr, Mi und Fr von 14.00 – 7.00 Uhr,
Sa, So, und Feiertage 7.00 – 7.00 Uhr: Krankenhaus Eichhof, Lauter-
bach oder *Auskunft* _____ 116 117

Hessenweiter Notruf (Zeiten: s. o.) _____ 116 117

Bei Lebensbedrohung _____ 112

Giftnotruf _____ 06131/19240

Zahnärztlicher Notdienst _____ 01805-607011

Senioren

Seniorenhilfe Maar e.V. _____ 06641-4050

Sprechzeiten: Mo u. Mi von 09.30 bis 11.30 Uhr

Freitag von 14.00 bis 15.30 Uhr

Seniorenbeirat der Stadt Lauterbach _____ 184 119

Hospizdienst Lauterbach _____ 06641-645587

Pflegestützpunkt des VB-Kreises _____ 06641-977 2091/2

Pflegebegleiterinitiative VB-Kreis _____ 06631-72432

Häusliche Kranken- und Altenpflege

Sozialstation der AWO _____ 96 340

Sozialstation, Diakonie-Station Eichhof _____ 82 377

Pflegedienst Roth _____ 919 774

Deutsches Rotes Kreuz _____ 96 630

Frauen und Kinder in Not _____ 977 2440

Weißer Ring (Hilfe für Kriminalitätsoffer) _____ 116006

Kinderschutzbund _____ 06641-644 383

Ev. Seelsorge (kostenlos) _____ 0800 11 10 111

Kath. Seelsorge (kostenlos) _____ 0800 11 10 222

Druck: Hans Kurt Günther