

Oktober 2019

In der heutigen Ausgabe informieren wir Sie über folgende Themen:

- Auf ein Wort
- Einladung Herbstkaffee
- Ältere Autofahrer
- Fit für das Leben: Gesundheitstraining für Ältere
- Nächster Termin Reparatur Café
- Busfahrt nach Wiesbaden zum Sternschnuppen-Markt

Auf ein Wort:

Liebe Vereinsmitglieder,
liebe Leserinnen und Leser,

über einen längeren Zeitraum hatten wir diverse Gespräche u.a. mit dem Vorstand der kath. Kirchengemeinde Dattenfeld aber auch mit der Interimsleitung des Seniorenzentrums St. Josef in Dattenfeld geführt. Durch die Leitung des Seniorenzentrums wurde uns angeboten, dass wir das Gartenhaus am Seniorenzentrum nach Übernahme durch die CBT GmbH mieten können. Damit würde auch die Möglichkeit einer Untervermietung durch das Seniorenbüro bestehen. Die Interimsleitug des Seniorenzentrums sprach von einer „Win-win-Situation“ für beide Seiten, da wir zu unseren Veranstaltungen regelmäßig auch die Bewohner des Seniorenzentrums hinzuziehen würden.

Nach der Übernahme des Seniorenzentrums durch die CBT GmbH wurde uns durch die neue Leitung mitgeteilt, dass das Gebäudemanagement der CBT GmbH einer Vermietung des Gartenhauses an das Seniorenbüro u.a. aus „haftungsrechtlichen Gründen“ nicht zustimmen würde. Es wird also keinen Mietvertrag geben und damit ist auch die Möglichkeit einer Untervermietung nicht mehr gegeben.

Wir haben als Vorstand - nach intensiven Beratungen - beschlossen, unter diesen Umständen die Kooperation mit der CBT GmbH – Wohnhaus St. Josef, aufzugeben.

Zwischenzeitlich haben wir unser Inventar aus dem Gartenhaus entfernt und den uns seinerzeit überlassenen Schlüssel für das Gartenhaus zurückgegeben.

Unser Herbstkaffee findet nun nicht im Gartenhaus der CBT GmbH statt.

Am 9. September 2019 haben wir mit der Bürgermeisterin der Gemeinde Windeck und dem Fachbereichsleiter Wolfgang Wirths unser Raumproblem erörtert. Eine Lösung für unser Raumproblem zeichnet sich derzeit nicht ab, da Seniorenarbeit in der Gemeinde Windeck eine „freiwillige Aufgabe“ ist und dafür keine direkten Gelder zur Verfügung stehen.

Horst Müller

Einladung zum Herbstkaffee

Achtung: Wir mussten den Veranstaltungsort wechseln!

05. Oktober 2019 ab 15:00 Uhr im Landgasthaus „Zur Linde“ Wacholderstr. 8 in Altwindeck
Wir laden alle Mitglieder mit ihren Partnern, Freunden und Bekannten herzlich zu unserem Herbstkaffee ein.



Einfach anmelden, vorbeikommen und mit Freunden einen abwechslungsreichen Nachmittag verbringen. Fürs leibliche Wohl und für die Unterhaltung sorgen wir auch. Natürlich ist die Teilnahme kostenfrei. Spenden werden dankend angenommen. Der Vorstand hofft auf eine rege Teilnahme und gute Stimmung.

Bei entsprechendem Bedarf wird ein Fahrdienst eingerichtet!

Anmeldungen, auch für den Fahrdienst; bitte bis zum 27. September 2019 bei:

Heidrun Pesch

Telefon: 02292 – 3534

E-Mail: huwpesch@gmx.de

Hinweis für Diejenigen, die mit dem PKW anreisen: Parkplätze stehen am Heimatmuseum zur Verfügung

Ältere Autofahrer – Probleme offen ansprechen

Mobilität bedeutet Lebensqualität. Das Auto spielt dabei gerade für ältere Menschen eine wichtige Rolle.

Nach Medienberichten über vereinzelte spektakuläre Autounfälle von Senioren kocht das Thema Verkehrssicherheit immer wieder hoch und führt letztlich zu einem verzerrten Bild über die Fahrtauglichkeit älterer Fahrer.

Viele entwickeln Kompensationsstrategien, um Veränderungen der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit auszugleichen. Doch was ist, wenn das nicht mehr ausreicht? Dann sind es häufig die Familienangehörigen, die Fahrfehler bemerken. Gerade ihnen fällt es aber oft schwer, das Thema in der Familie anzusprechen.

Gemeinsam mit der Unfallforschung der Versicherer (UDV) hat die Deutsche Seniorenliga die Broschüre „Offen gesagt“ entwickelt, in der sie den Lesern Fakten und Informationen an die Hand geben, um Hinweise auf Fahrmängel richtig deuten zu können. Außerdem erhalten Sie Tipps, wie Sie ein Gespräch über dieses sensible Thema am besten führen.

Die Broschüre können Sie hier kostenlos bestellen:

<https://www.deutsche-seniorenliga.de/infomaterial.html>

Fit für das Leben: Gesundheitstraining für Ältere

Egal ob Familie, Garten, Haushalt, Beruf, Freizeit oder Reisen – unsere Kraft und Energie wird gebraucht! Das Leben fordert viel von uns und wir wollen möglichst lange aktiv daran teilnehmen. Mit zunehmendem Alter zeigt uns unser Körper aber immer öfter unsere Grenzen auf. Unsere Muskelkraft lässt nach, wir spüren Anstrengung früher und bewegen uns nicht mehr so selbstverständlich wie in jüngeren Jahren.

Wer rechtzeitig mit einem vielfältigen und schonenden Training gegensteuert, kann das Nachlassen der Kräfte nicht nur aufhalten, sondern wieder fitter und beweglicher werden - und das in jedem Alter!

Ideal ist ein schonendes Ausdauertraining mit zusätzlichen Übungen für die Muskulatur und das Gleichgewicht. Am besten geht das draußen an der frischen Luft: Die vielfältigen Einflüsse unserer Umgebung fordern nicht nur unseren Körper, sondern auch unseren Geist und machen uns frischer und gesünder!

Der TuS Schladern bietet deshalb ein Gesundheitstraining speziell für ältere Teilnehmer ab etwa 60 Jahren an. Übungsleiterin Elfi Schalles zum Freilufttraining für jederfrau und jedermann: „Wir treffen uns auf dem Sportplatz in Schladern, nutzen für gemeinsame Walking-Runden die herrlichen Wege rund um den Bodenberg und ergänzen das Ganze mit vielfältigen Übungen für Kraft, Beweglichkeit und Balance“, beschreibt Elfi Schalles ihr Programm. Das Wetter soll kein Hindernisgrund sein, für den Notfall steht aber auch das Sportheim des TuS Schladern am Sportplatz zur Verfügung.

Der Kurs findet immer donnerstags von 15.00 bis 16.00 Uhr statt. Der Einstieg ist jederzeit möglich, die erste Schnupperstunde unverbindlich und kostenlos. Treffpunkt ist am Sportplatz in Windeck-Schladern.

Anmeldungen und weitere Informationen unter: fitness@tus-1913-schladern.de oder bei Elke Hühn-Epstein, Telefon 02292 – 4885.



Kursleiterin Elfi Schalles (links) ist Yogalehrerin und Übungsleiterin beim TuS Schladern

Reparatur Café Windeck

Nächster Termin:

**Samstag, 12. Oktober 2019 von 09.30 Uhr bis 12.30 Uhr
im Kellergeschoss des Dr-Molly-Hauses in Windeck-Dattenfeld!**

Busfahrt nach Wiesbaden zum Sternschnuppen-Markt am Mittwoch, den 18. Dezember 2019

Mit einem Bus von Rötzel's Express fahren wir zum romantischen Sternschnuppen-Markt nach Wiesbaden. Die Fahrt findet gemeinsam mit dem Bürgerbus-Verein Windeck statt.

Während der Fahrt sind wir zu Kaffee und Rötzel's Stulle eingeladen.

In Wiesbaden haben wir einen 4-stündigen Aufenthalt zum Bummeln über den wunderschönen Weihnachtsmarkt.



Die stimmungsvolle Kulisse für den Markt ist der malerische Schlossplatz im Herzen der Stadt. Die Farben Blau und Gold sowie die goldenen Lilien des Stadtwappens sind die stilvollen Dekorelemente für den weihnachtlichen Kunsthandwerkermarkt.

Vier sternengeschmückte Tore öffnen den Eintritt zu der wunderschönen Szenerie, wo besondere Mitbringsel, Geschenke und Köstlichkeiten an mehr als 130 einheitlich gestalteten Ständen zu finden sind.

Die wunderbare Beleuchtung in Form der Wiesbadener Lilien - die die Szenerie in eine festliche Stimmung verwandelt - begleitet den Gast nicht nur über den Sternschnuppenmarkt, sondern auch durch die Innenstadt.

Diese Pracht lässt sich auch aus luftiger Höhe betrachten, denn das auf dem Mauritiusplatz aufgebaute Riesenrad gewährt aus 45 Metern Höhe einen einmaligen Blick auf das weihnachtliche Wiesbaden - und auch auf das gastronomische Angebot auf dem Mauritiusplatz, das zum Verweilen vor oder nach der Fahrt mit dem Riesenrad einlädt.

Der Wiesbadener Sternschnuppenmarkt gehört zu einer der besonderen traditionellen und gesellschaftlichen Attraktionen, die die Landeshauptstadt zu bieten hat. Er lässt die Region zu einem einzigartigen Platz und zu einem wahren Besuchermagnet werden. Hier können Wiesbadener und Gäste das Besondere entdecken wie Museen und Marktplätze, gemütliche Kaffeehäuser, gute Lokale und Musik- und Theaterangebote, die den unverwechselbaren Charme Wiesbadens ausmachen. (Quelle: Stadt Wiesbaden)



Abfahrt: 9:00 Uhr Dattenfeld, REWE

Preis: 40,00 €

Anmeldungen bis Samstag, den 07. Dezember 2019

bei Heidrun Pesch, Tel.: 02292-3534, E-Mail: huwpesch@gmx.de

**Wir brauchen keine Politik für ältere Menschen,
sondern Politik mit und von älteren Menschen**