



HILFE FÜREINANDER

Seniorenhilfe Seligenstadt e. V.



Vereinsnachrichten Nr. 99 Februar 2023

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

das Jahr 2023 ist noch nicht so alt, es trägt sozusagen noch die Kinderschuhe, so können wir noch einmal unsere Wünsche für ein gutes neues Jahr aussprechen.

Wir wünschen Ihnen Gesundheit, so viel wie möglich, anregende und erfreuliche Kontakte mit Verwandten, Freunden und Bekannten, gutes Wetter, sodass man auch rausgehen kann, um die Natur zu genießen oder sich über interessante Begegnungen mit anderen Menschen freuen kann.

Wir hoffen, dass wir zu einem „guten Jahr“ mit unserem diesjährigen Programm beitragen können. Die Programmübersicht finden Sie weiter hinten bei unseren Beiträgen in diesem Heft. Wie Sie sehen, haben wir wieder ein vielfältiges Programm nach bewährtem Muster zusammengestellt: Vorträge, Ausflüge, Radtouren, Sommerfest und Adventskaffee sowie die regelmäßigen Spielenachmittage und der Stammtisch. Wir hoffen natürlich, dass dies alles „machbar“ sein wird und uns keine neue Corona-Welle dazwischenkommt; und wir hoffen, dass Sie das Programm gerne annehmen.

Der Stammtisch wird im Januar erst einmal in „Klein's Brauhaus“ sein, da die TGS-Gaststätte zum Ende dieses Jahres schließt. Für die weiteren Monate suchen wir noch nach einem geeigneten

Lokal, vielleicht haben Sie ja einen Vorschlag (?). Es dürfen nicht allzu viele Treppen hinauf oder zu den Toiletten führen.

Der erste Termin wird die Mitgliederversammlung am Donnerstag dem 16. März sein. In diesem Jahr finden keine Vorstandswahlen

statt, aber wir wünschen uns natürlich trotzdem eine rege Beteiligung. Es folgt dann der erste Vortrag über die Hospizarbeit in Seligenstadt am 27. April. Frau Monika Schulz wird uns über dieses wichtige und ernste Thema informieren (lesen Sie auch den Bericht dazu). Auch zur Tagestour am 26. Mai in den Frankfurter Palmengarten finden Sie eine kurze Beschreibung in diesem Heft.

Das erste Skatturnier bieten wir noch im Frühjahr (20. April) wieder an. Bei den regelmäßigen Spielenachmittagen im Frankfurter Hof sind noch Plätze frei, neben den Skatspielern können noch weitere Spieler/innen-Gruppen sich finden. Soweit das Programm für die ersten Monate im Jahr 2023. Über weitere Programmangebote werden wir Sie in den nächsten Ausgaben von FÜR UNS informieren.

Wir wünschen Ihnen eine gute Zeit, bis es bald mit dem Licht und den Temperaturen wieder aufwärts gehen wird, das heißt es wird Frühling mit all seiner Blütenpracht, darauf können wir uns freuen.



Gabriele Laube



Christoph Becker

Rückblick: Vier-Tages-Tour in die Uckermark vom 03. – 06. Oktober 2022

Unser diesjähriger Vereinsausflug führte uns in die neuen Bundesländer, Ziel war Templin, die Perle der Uckermark. Pünktlich um 06.00 Uhr früh startete unser Bus mit Busfahrer Claudius mit 37, noch etwas müden aber erwartungsvollen, Reisenden. Die Anreise ging über Fulda – Bad Hersfeld – Erfurt nach Potsdam. Bei einer Frühstückspause auf der Raststätte Eichenborn kam es zu ersten Kontakten unter den Mitreisenden. Danach ging es weiter nach Potsdam, Hauptstadt des Landkreises Brandenburg. Wir hatten Gelegenheit zum Mittagessen und zu einem Stadtbummel durch die Innenstadt. Leider waren durch den Feiertag die Geschäfte geschlossen und es war nichts mit Shopping.

In unserem Hotel angekommen, begrüßte uns sehr herzlich die Front-Office-Managerin Monique Feuchter im 409 Zimmer großen 3-Sterne Superior Familien- und Ressorthotel Ahorn Seehotel Templin. Das Hotel wurde 1984 als Ferienhaus der Gewerkschaft zu DDR-Zeiten am Ufer des glasklaren Lübbensees auf einem 33 ha großen Areal erbaut. Für Überraschung sorgte die kunterbunte Fassade des Hotels, 2016 von dem Künstler Michael Fischer wie ein expressionistisches Gemälde gestaltet. Wir konnten uns über eine 1500 qm große Wellness-Oase mit Saunen, Spa und einen Innenpool von 25 m Länge erfreuen. Auch das weitläufige Außengelände lud zum Entspannen ein.

Am nächsten Morgen ging es nach einem reichhaltigen Frühstücksbuffet auf Entdeckungstour in Templin und Umgebung. Mit unserem Reiseleiter Klaus Lange fuhren wir im Bus rund um Templin und bekamen einen Eindruck von einer Kleinstadt, die inmitten von Seen und Wäldern liegt. Templin hieß ehemals Karlstadt und wird auch die Stadt der tausend Linden genannt. Von der Fläche her gesehen ist Templin die acht-größte Stadt von Brandenburg. Wir sahen noch typische Bauwerke aus DDR-Zeiten,

hatten einen Blick auf den malerischen Kanal, der das Seekreuz mit den Havelseen verbindet und die Einbettung der Stadt in eine reizvolle und schöne Natur. In Templin-Waldhof fuhr der Bus am Elternhaus von Angela Merkel, vorbei. Besichtigt wurde auch die bekannte Naturtherme Templin, deren Erlebniswelt deutschlandweit bekannt ist.

Zu Fuß führte uns unser Rundgang durch die historische Altstadt, ein Stück der 1735 m langen, 5 bis 7 m hohen und 2 m tiefen, fast vollständig erhaltenen Stadtmauer aus dem 13. Jahrhundert entlang. Sie ist die größte erhaltene Toranlage mit ihrem Berliner-, Prenzlauer- und Mühltor. Weiter ging es entlang am Rathaus aus dem 18. Jhd., vorbei über einen großzügig angelegten Marktplatz, die St.-Georg-Kapelle, die Grundschule von Angela Merkel, bemalte Häuserfronten und vielen Linden.

Zum Stadtgebiet gehört auch der 87 ha große Lübbe-See, über den wir nach der Stadtführung mit einer

Rundfahrt von 2 Stunden über 5 Seen starteten (Eichwerder-See, Templiner Stadtsee, Bruch-See, Gleven-See, Föhr-See).

Wir fuhren unter Brücken durch, und die Oberdeck-Sitzenden mussten die Köpfe einziehen. Wir sahen unberührte Landschaftsbilder mit vielen Tieren und genossen die Ruhe der Landschaft.

Voller Eindrücke kehrten wir in unser

Hotel zurück und genossen den Abend bei einem guten Abendessen und einen „Absacker“ in der Bar.

Frisch und ausgeruht ging es am nächsten Tag nach dem Frühstück mit unserem örtlichen Reiseleiter zu einer Rundfahrt durch die Uckermark. Die ganztägige Fahrt führte uns durch die überwiegend seenreiche Region, durch herrliche Wald- und Seenlandschaften, liebliches Hügelland, beschauliche Dörfer und Städtchen zum imposanten Kloster Chorin, nach Niederfinow zum berühmten Schiffshebewerk und weiter zu Schloss Boitzenburg.

Typisch für die Uckermark sind die Zeugnisse aus der Mittelsteinzeit, die Großsteingräber, Hügelgräber und

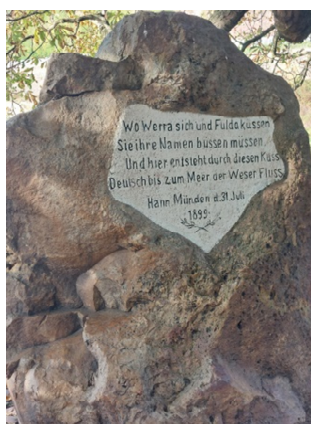


Bodendenkmale. Namensgeber der Uckermark war der slawische Stamm der Ukraner im 7. Jhd. Die Schorfheide der Uckermark ist das größte deutsche Waldgebiet. Durch Brandenburg geht die deutsche Alleenstraße, die in Bayern endet. Zu DDR-Zeiten war es Staatsjagdwaldgebiet. Viele Politiker (auch westdeutsche!) waren heimlich Gast in den Jagdschlössern. In den letzten Tagen des 2. Weltkrieges wurde die Uckermark durch Kampfhandlungen stark in Mitleidenschaft gezogen, so dass viele Teile der Wälder wegen Lebensgefahr heute noch gesperrt sind. Nach endlos langen Straßen im Biosphärenreservat Schorfheide erreichten wir die Ruine des Zisterzienserklosters Chorin, ein Ort der Stille und Schönheit am Amts-See. Das Kloster, die Ruine „unter Dach“ gehört zu den bedeutendsten Baudenkmalern der früheren Backsteingotik in Brandenburg. Erhalten sind nur noch der Ost- und Westflügel, die Klausur sowie das ehemalige Hospital. Von den Wirtschaftsgebäuden existieren nur noch die Mühlenruine und das Brauhaus. Nach einer ausführlichen Information durch den örtlichen Führer fuhren wir weiter durch Eberswalde, bekannt durch die Eberwälder Fleischwaren, nach Niederfinow zum berühmten Schiffshebewerk. Schon aus dem Bus haben wir einen imposanten Anblick: Die Gerüste der beiden Hebewerke.

Das berühmte Schiffshebewerk in Niederfinow ist eines der ältesten seiner Art, fast 90 Jahre alt, immer noch in Betrieb und Europas größter „Schiffsfahrstuhl“. Fünf Minuten dauert die Hebe – oder Senkfahrt und 20 Minuten der Schleusenvorgang. Das Gerüst besteht aus einer 14 000 Tonnen schweren Stahlkonstruktion und 5 Millionen Stahlnieten. Das neue, am 4. Oktober 2022 eröffnete Schiffshebewerk wurde notwendig, da das alte zu klein war für Containerschiffe. Im neuen Hebewerk können Binnenschiffe mit einer Gesamtlänge von 110 m transportiert werden. Da ein Schiff stets so viel Wasser verdrängt wie es selbst wiegt, bleibt das Gewicht des wassergefüllten Trogs immer gleich.

Bei strahlendem Sonnenschein ging unsere Reise weiter zu Schloss Boitzenburg. Das Schloss von 1538, eines der größten Schlösser in Brandenburg, war über Jahrhunderte Stammsitz der Adelsfamilie von Arnim. Umgeben ist das Schloss von einem großzügig gestalteten Park. Während des 2. Weltkrieges war das Schloss eine Zweigstelle der japanischen Botschaft. Nach 1946 diente es als Genesungsheim des Roten Kreuzes für Typhuskranke, dann Erholungsheim der Nationalen Volkspartei. 2003 wurde das Haus als Schlosshotel für Kinder und Jugendliche eröffnet. Nach einem ausgedehnten Rundgang um Park, Schloss und See ging es wieder zurück zum Hotel. Ein erlebnisreicher Tag ging zu Ende. Den Abend ließen wir in der Seebar bei einem kühlen Getränk ausklingen. Einige waren noch nicht müde genug und schwangen ausgelassen das Tanzbein.

Alles hat ein Ende, auch unsere Reise in die Uckermark. Am nächsten Morgen wurden die Koffer verladen und wir fuhren über Magdeburg – Braunschweig nach Hann.-Münden. Eine mittelalterliche Fachwerkstadt mit prachtvollen Bauten, eingebettet zwischen den 3 Flüssen Werra, Fulda und Weser. Wir besuchen die Stelle, an der Fulda und Werra zusammenfließen und daraus die Weser wird. Auf einem Gedenkstein am Zusammenfluss der Flüsse lasen wir:



„Wo Werra sich und Fulda küssen, sie ihren Namen büßen müssen. Und hier entsteht durch diesen Kuss, deutsch bis zum Meer der Weserfluss.“

Über Kassel und Fulda ging es weiter nach Hause. Gegen 20.00 Uhr waren wir wieder in Seligenstadt.

Eine schöne, erlebnisreiche Fahrt mit vielen Eindrücken

war – leider viel zu kurz – vorbei.

Gertraude Höhner

Skatturnier

Zum letzten Skatturnier 2022 trafen sich im Frankfurter Hof 9 Spieler – gegenüber dem Frühjahrsturnier immerhin eine Steigerung um 12,5 %! Trotzdem sind wir noch weit entfernt von den Teilnehmerzahlen der Vor-Corona-Zeit.



Es gewann Rudi Hain, der zwei sehr ausgeglichene Runden spielte, knapp vor Heinrich Blanke und deutlich vor Hubert Winter.

Bei den 2-wöchigen Spielenachmittagen gibt es Anfang 2023 folgende Termine: 6. und 27. Februar, 13. und 27. März und 17. April. Dabei kann man für die nächsten Turniere trainieren, aber auch viele andere Spiele ausprobieren, Gäste sind immer willkommen.

Manfred Greulich, Gabriele Laube

Vortrag: „Für ein schönes Alter“

Jeder sollte sie haben, die **Vorsorgevollmacht und die Patientenverfügung**, meint die Rechtsanwältin Frau Christiane Brzoska in ihrem Vortrag am 17. November 2022 im MGK bei Kaffee und Kuchen.



Mit der **Vorsorgevollmacht** ist gemeint, dass man eine Vertrauensperson beauftragt oder bevollmächtigt im Falle einer Notsituation, wenn man selbst nicht mehr dazu in der Lage ist, alle oder auch nur bestimmte Aufgaben zu erledigen. Dies kann sich beziehen auf: Fragen der Gesundheit, Wohnsituation, Behördenangelegenheiten, Vermögensvorsorge und

Bankangelegenheiten, Postverkehr oder Vertretung bei Gericht.

Mit **Patientenverfügung** ist gemeint, dass man im Voraus bestimmt, für den Fall, dass man die Entscheidungsfähigkeit verliert, ob und wie man in bestimmten medizinischen Situationen ärztlich behandelt werden möchte.

Während also die **Vorsorgevollmacht** sich auf alle Lebensbereiche beziehen kann, betrifft die **Patientenverfügung** „nur“ den Bereich der eigenen Gesundheit. Hier legt man fest, wie man behandelt werden möchte, was darf der Arzt/ die Ärztin mit einem machen, was möchte man nicht oder auf keinen Fall, z.B. lebensverlängernde Maßnahmen, welche Behandlungsmethoden dürfen eingesetzt werden z.B. Chemotherapie.

Frau Brzoska betont, dass es bei beiden Dokumenten wichtig ist, so konkret und klar wie möglich anzugeben, was man möchte und

was nicht: z.B. wenn man im Koma liegt, lebensverlängernde Maßnahmen

nur für den Zeitraum von 2 Wochen oder keine künstliche Ernährung.

Sowohl die **Vorsorgevollmacht** als die **Patientenverfügung** sollen schriftlich gemacht werden, eventuell mit der Hilfe eines Anwaltes oder einer Anwältin. Formulare mit Ausfüllungshilfen können auch aus dem Internet heruntergeladen werden. Außerdem sollte man die Dokumente alle 2 Jahre überprüfen und neu unterschreiben. Ein Exemplar behält man selbst, eines bekommt die Person, die man zur Vertrauensperson bestimmt hat, damit sie weiß, was man will und was nicht, ein weiteres Exemplar sollte beim Anwalt bzw. der Anwältin hinterlegt werden oder beim zentralen Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer.

Gabriele Laube

Vorschau: Aus der Hospizarbeit in Seligenstadt und Umgebung

Der erste Vortrag im April des neuen Jahres dreht sich um die Arbeit der Hospizgruppe von Seligenstadt und Umgebung.

Die Hauptaufgabe liegt in der Begleitung von sterbenden und schwerstkranken Menschen, eingebettet in ein Netzwerk, zu dem auch Angehörige, Ärzte, Pflegekräfte, Therapeuten und Seelsorger gehören.

Damit besteht die Arbeit der Hospizgruppe nicht nur aus "Sterbebegleitung". Rund 50 Ehrenamtliche begleiten und beraten auch Angehörige, unabhängig von ihrer Weltanschauung oder Religion. Sie leisten damit einen Lebensbeistand, der vor langer Zeit durch die Familie geleistet wurde.

Daneben gibt es noch ein breites Angebot zur Trauerbegleitung, auch bei Kindern und Jugendlichen. Außer dem monatlichen Trauer-Café im Haus Wallstraße, einem offenen Treffen, gibt es auch Einzelgespräche und eine offene Sprechstunde in der Asklepios Klinik Seligenstadt.

Die Letzte-Hilfe-Kurse informieren darüber, was für sterbende Angehörige zuhause getan werden kann. Dazu wird von der IGSL eine umfassende Vorsorgemappe angeboten, die Patientenverfügung und Vollmachten enthält.

Bevor wir jetzt alles verraten, kommen Sie doch am Donnerstag, 27. April 2023 ins Matthias-Grünwald-Kolleg im Riesen von Seligenstadt. Ab 15.00 Uhr wird Monika Schulz, sie ist die Koordinatorin der Hospizgruppe Seligenstadt, ihre Arbeit vorstellen. Danach beantwortet sie Ihre Fragen zu dem Thema. Vielleicht machen Sie sich einen kleinen Denkkettel, damit keine Fragen offenbleiben.

Wolfgang Bischoff

Adventskaffee 2022

Nach zweijähriger coronabedingter Unterbrechung war es wieder soweit: HILFE FÜREINANDER hatte für den Nachmittag des 8. Dezember zum traditionellen Adventskaffee in den großen Riesensaal eingeladen. Nach den Erfahrungen mit vorangegangenen Veranstaltungen des Jahres 2022, die eher etwas

Allein schon der Anblick der in leuchtend gelbe T-Shirts mit dem Logo der Schule gekleideten Kinderschar musste Fröhlichkeit verbreiten. In gewohnt temperamentvoller Weise trugen die Grundschüler unter der Leitung ihres Musiklehrers eine Reihe von Liedern vor. Lauter und herzlicher



zögerlich angenommen worden waren, waren wir unsicher, wie nun an diesem Tag der Besuch ausfallen würde. So präsentierte sich nun der Riesensaal weihnachtlich geschmückt. Zwar durfte wegen der Brandschutzbestimmungen weder ein echter Baum aufgestellt werden noch Tannengrün zur Dekoration verwendet werden, doch war es Ruth Gassel gelungen, den künstlichen Baum sehr schön und festlich zu schmücken und viele fleißige Hände hatten die Tische mit Nüssen und Früchten dekoriert und eingedeckt.

Bereits nach 13.30 Uhr kamen vereinzelt Gäste, dann schwoll der Zustrom an, so dass schließlich die Helfer im rückwärtigen Teil des Saales noch eine Reihe Tische aufbauen mussten. Natürlich waren wir erfreut und glücklich über diesen großen Zuspruch, bewies er uns doch, dass bei den Mitgliedern der Wunsch vorhanden war, wieder gemeinsam diesen vorweihnachtlichen Nachmittag zu feiern. Endlich waren alle untergebracht und um 14.30 Uhr konnte Frau Gabriele Laube die Anwesenden begrüßen, unter ihnen unseren Bürgermeister Dr. Daniell Bastian und. Danach gleich ein erstes Highlight: Die Bühne füllte sich mit Schülerinnen und Schülern der Konrad-Adenauer-Schule, schließlich standen drei Reihen Kinder dicht gedrängt quer über die ganze Bühne.

Applaus des Publikums und ein paar Süßigkeiten belohnten sie.

Anschließend wurden Kaffee und – großteils von den Mitgliedern gespendete – Kuchen serviert. Während des Kaffee-Trinkens lief auf der Leinwand eine Bilderschau über frühere Vereinsaktivitäten. Außerdem richtete Bürgermeister Dr. Bastian ein Grußwort an die versammelten Gäste und auch Herr Kettler nutzte die Gelegenheit, sich als neuer Seniorenbeauftragter der Stadt Seligenstadt vorzustellen.

Nach dem Kaffee vollzogen zahlreiche Helferinnen und Helfer, denen wir an dieser Stelle herzlich für ihren Einsatz danken, den fliegenden Wechsel von der Kaffeetafel zum Servieren anderer Getränke. Nun war der Moment für den Auftritt von Herrn Schermutzki gekommen, der schon seit Jahren unseren Adventskaffee durch seine Gesangsbeiträge bereichert. Begleitet von Herrn Lang am Klavier trug er zunächst zwei Weihnachtslieder vor.





Nachdem dann Elli Hillgärtner, unsere Mundart-Spezialistin, das Publikum mit zwei Gedichtvorträgen begeistert hatte, ließ Herr Schermutzki zwei populäre Lieder erklingen, wobei seine durch Gestik und Mimik gekonnte Untermalung des Liedes „gieß deine Sorgen in ein Gläschen Wein“ besonderen Beifall fand.

Anschließend war die Zeit des gemeinsamen Singens von Advents- und Weihnachtsliedern gekommen, wiederum routiniert begleitet, von Herrn Lang. Die Zahl der auf der Bühne singenden Mitgliedern des „Adventskaffee-Vereinschors“ fiel zwar leider etwas klein aus, dies tat aber dem kräftigen gemeinsamen Gesang keinen Abbruch.

Es war dann schon nach 17.00 Uhr als Frau Laube die Anwesenden verabschiedete und ihnen gute Wünsche für die Advents- und Weihnachtszeit mit auf den Weg gab.

Christoph Becker

Winterwanderung

Eine letzte Aktion, die HILFE FÜREINANDER anbieten konnte, war die Winterwanderung am 29. Dezember.



Obwohl das Wetter eher unfreundlich, nass und stürmisch war, fanden sich um 11.00 Uhr 20 Mitglieder und Freunde des Vereins vor dem Büro ein, um sich gemeinsam zu einem noch unbekanntem Ziel aufzumachen.

Die Strecke geht zunächst durch den Stadtgraben zur Franz-Böres-Straße, durch den Fußgänger-Tunnel unter der Würzburger Straße weiter über das „Dichterviertel“ zum Schwimmbad.

Ab dort fing es richtig an zu schütten, aber die Karawane zog unverdrossen weiter, mit Regenschirm und /oder Regenumhang ausgerüstet, entlang den Sportplätzen in den Wald bis zur Marienstatue hinter den Stockwiesen. Dort gab es dann eine von Lothar Hillgärtner organisierte Verstärkung, einen Hastrunk aus Groß-Umstadt, den konnte man nach dem Regen gut gebrauchen. So gestärkt ging es weiter über Bachgewann und den Bachpfad nach Klein-Welzheim zum „Wiesegiggel“.

Diese Gaststätte, die extra für uns geöffnet hatte, erreichten wir nach 5,5 km gegen 12.30 Uhr. Die Küche war hervorragend und die Portionen riesig, sodass man am Abend noch satt war. Gegen 15.00 Uhr ging die Wanderung am Mainufer wieder zurück. An der Fähre trennten sich die Wege der Wanderer, jeder ging in seine Richtung oder zu seinem Auto. Insgesamt wurden so 9 km zurückgelegt.

Auch 2023 wird es, wenn die Planungen klappen, wieder eine Winterwanderung geben. Lothar Hillgärtner weist noch einmal darauf hin, dass diese vom Schwierigkeitsgrad her gesehen für fast alle „machbar“ ist, auch für Elektro-Mobile.

Außerdem sprach er die für 2023 geplanten 5 Fahrradtouren an. Dabei kann man sowohl mit einem E-Bike



als auch mit einem „normalen“ Fahrrad mitmachen. Geschwindigkeit und Schwierigkeitsgrad werden so angepasst, dass jeder problemlos mitfahren kann.

Franz Roski und Gabriele Laube

Veranstaltungen 2023 (unter Vorbehalt)

| Datum | Uhrzeit | Veranstaltung | Veranstaltungsort / Treffpunkt | Referent/in /Organisation | Kosten in Euro |
|------------|---------|--|------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------|
| 16. März | 17.00 | Mitgliederversammlung | Bürgerhaus Riesen MGK | Vorstand | |
| 20. April | 15.00 | Skatturnier | Frankfurter Hof, Marktplatz | M. Greulich | 3,00 |
| 27. April | 15.00 | Vortrag: Hospizarbeit in Seligenstadt Ref.: Monika Schulz | Bürgerhaus Riesen MGK | W. Bischoff / M. Schulz | |
| 25. Mai | 15.30 | 1. Radtour, Ziel offen | Marktplatz | L. Hillgärtner S. Degen | |
| 26. Mai | 10.00 | Busfahrt Frankfurt, Palmengarten Anmeldung im Büro: ab 24. April | Ev. Kirche Aschaffener Str 105 | W. Bischoff G. Vollmer | 25,00 (**), incl. Eintritt |
| 22. Juni | 15.30 | 2. Radtour, Ziel offen | Marktplatz | L. Hillgärtner S. Degen | |
| 29. Juni | 08.30 | Tagestour: Bad Kissingen Anmeldung im Büro: ab 05. Juni | Ev. Kirche Aschaffener Str 105 | H. Beckers | 35,00 (**), incl. Stadtrundfahrt |
| 20. Juli | 15.30 | 3. Radtour, Ziel offen | Marktplatz | L. Hillgärtner S. Degen | |
| 05. August | 17.00 | Sommerfest Anmeldung im Büro ab 04. Juli | Gärtnerhau Am Eichwald 4 | Vorstand | 10,00 |
| 17. August | 15.30 | 4. Radtour, Ziel offen | Marktplatz | L. Hillgärtner S. Degen | |
| 07. Sept. | 09.00 | Tagesfahrt nach Fulda zur Landesgartenschau Anmeldung im Büro: ab 07. August | Ev. Kirche Aschaffener Str 105 | H. Beckers | 40,00 (**), incl. Eintritt |
| 14. Sept. | 14.00 | 5. Radtour, Ziel offen | Marktplatz | L. Hillgärtner S. Degen | |
| 12. Okt. | 15.00 | Volkliedersingen | Bürgerhaus Riesen MGK | Vorstand | |
| 16. Nov. | 15.00 | Vortrag „Sicherheit im Alter“ Ref.: Dieter Seng | Bürgerhaus Riesen MGK | Vorstand | |
| 23. Nov | 15.00 | Skatturnier | Frankfurter Hof Marktplatz | M. Greulich | 3,00 |
| 07. Dez. | offen | Tagestour Weihnachtsmarkt Anmeldung im Büro: ab 23. November | offen | H. Beckers | noch offen |
| 12. Dez. | 14.30 | Adventskaffee | Bürgerhaus Riesen Großer Saal | Vorstand | |
| 28. Dez. | 11.00 | Wanderung zwischen den Jahren Anmeldung im Büro bis 15. Dez | Vor dem Vereinsbüro, Wolfstraße | H. Beckers | |

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

Regelmäßige Veranstaltungen:

| | | | | | | | |
|---------------------------------------|------------------|----------|-----------|-----------|----------|----------|--|
| Stammtisch 18:00 Uhr | 12. Jan | 02. Feb | 02. März | 04. Mai | 01. Juni | 06. Juli | Klein's Brauhaus, Eisenbahnstraße 6 |
| | Aug.: Sommerfest | 07. Sept | 05. Okt. | 02. Nov. | | | |
| Spielenachmittage 15:00 Uhr | 09. Jan | 23. Jan | 06. Feb | 27. Feb | 13. März | 27. März | Frankfurter Hof, Marktplatz 3 |
| | 17. April | 08. Mai | 05. Juni | 19. Juni | 03. Juli | 17. Juli | |
| | 31. Jul | 14. Aug. | 11. Sept. | 25. Sept. | 09. Okt. | 06. Nov. | |
| | 20. Nov. | 04. Dez. | 18. Dez. | | | | |
| Boccia 17:30 Uhr | 20. Jan. | 17. Feb. | 24. März | 21. April | 19. Mai | 23. Juni | Bocciahalle, Klein-Krotzenburg |
| | 21. Juli | 18. Aug. | 22. Sep. | 20. Okt. | 17. Nov. | 22. Dez. | |

Vorschau: Ausflug in den Palmengarten nach Frankfurt

Am Freitag, 26. Mai 2023, wollen wir in den Palmengarten nach Frankfurt fahren.

Die Fahrt ist auch für langsame Geher mit und ohne Rollator geeignet, denn fast alle Wege im Palmengarten sind ebenerdig. Damit sind alle Mitglieder, die bei den vorherigen Touren nicht teilnehmen konnten, herzlich eingeladen. Bei Bedarf können wir auch an der Hauptkasse einen Rollstuhl ausleihen. Den müssen wir nur vorher telefonisch reservieren.



Der Palmengarten zeigt seit über 150 Jahren auf 22 Hektar im Freien sowie in Gewächshäusern inzwischen rund 13.000 Pflanzenarten. Zudem gibt es an den Wegen verschiedene Skulpturen zu bewundern.

Eine Fotoausstellung in der Villa Leonhardi zu Insektenwelten im Palmengarten rundet unseren Ausflug ab.

Natürlich bietet die Gastronomie auch etwas an. Im Cafehaus Siesmeier gibt es Kaffee und Kuchen sowie Suppen und Mittagsmenüs. Die Villa Leonhardi bietet kleine Speisen, Getränke, Kuchen und Eis, der Kiosk am Wasserspielplatz hat Würstchen, Getränke, Eis und kleine Naschereien.

Wer sich schon vorher informieren will kann das im Internet über

<https://www.palmengarten.de/de/gaerten/palmengarten.html> .

Digitale Angebote zu einzelnen Pflanzen hat die Seite <https://www.palmengarten.de/de/bildungsangebote/digitale-angebote.html>.

Die App für das Smartphone gibt es bei Google Play oder im App Store unter "Palmengarten Frankfurt". Darin ist eine interaktive Karte zur Orientierung und Hinweise zu Veranstaltungen. Damit können Sie Ihren Rundgang planen aber auch Informationen zum aktuellen Standort abrufen.

Wolfgang Bischoff

Fotonachweise: Verein, Internet

Ansprechpartner im Vorstand

| | Telefon: |
|--|---------------|
| Geschäftsführender Vorstand: | |
| Christoph Becker | 67237 |
| Gabriele Laube | 897883 |
| Schatzmeister: Peter Allmann | 220210 |
| Schriftführerin: Gudrun Störger | 01578-9180769 |
| Beisitzerin: Margot Dietz | 3392 |
| Beisitzerin: Maria Kollmann | 25526 |
| Beisitzerin: Karin Alles | 220875 |
| Beisitzer: Helmut Beckers | 24485 |
| Beisitzer: Walter Bergmann | 21929 |
| Beisitzer: Gernold Vollmer | 26256 |
| 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-füreinander.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 |
| Verteiler: | Walter Bergmann |
| Bankverbindung: | SPK Langen-Seligenstadt |
| BIC | HELADEF1SLS |
| IBAN | DE02 5065 2124 0011 1116 30 |
| Vereinsregister: | VR 4639 AG Offenbach |