

100*minus*

Infobrief für Senioren

Liebe Leserinnen und Leser,

mit der ersten Ausgabe unseres Infobriefs möchten wir Sie in Zukunft zweimal jährlich

→ informieren → unterhalten → Ihre Meinung hören.

Nur wer informiert ist über die vielfältigen Angebote für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger, kann diese wahrnehmen, sich engagieren, neue Menschen kennenlernen und/oder sich weiterbilden. Der Infobrief möchte Sie darin unterstützen. Er informiert über Einrichtungen und Veranstaltungen, über Netzwerke und Arbeitskreise, über die Aktivitäten der zahlreichen Idsteiner Seniorenclubs, über Reisen und Freizeitangebote. Natürlich interessiert uns auch sehr Ihre Meinung: Was vermissen Sie für Angebote für ältere Menschen in Idstein? Über welche Themen wüssten Sie gern mehr? Vielleicht möchten Sie aber auch selbst etwas von Ihren Kenntnissen und Fähigkeiten weitergeben und suchen dafür organisatorische Unterstützung? Oder Sie gehören zu denjenigen, die bald vom Erwerbsleben in den Ruhestand wechseln und einen Teil ihrer Zeit für ein ehrenamtliches Engagement zur Verfügung stellen möchten.

*Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen
beim Lesen und freue mich auf Ihre Meinung.*

*Dr. Herbert Koch
Erster Stadtrat,
Sozialdezernent*



*Liebe Leserin,
lieber Leser,*



die Gestaltung eines zukunftsfähigen Gemeinwesens, in dessen Mitte junge und alte Menschen gerne miteinander leben, ist eine der wichtigsten Aufgaben in unserer alternden Gesellschaft. In den letzten hundert Jahren ist die durchschnittliche Lebenserwartung für Männer und Frauen gestiegen. Im Jahr 2050 werden die Hälfte der Deutschen über 50 Jahre und mehr als ein Drittel älter als 60 Jahre sein.

Die verlängerte Lebenserwartung bei verbesserter Gesundheit eröffnet für viele Menschen und für die Gesellschaft noch nie dagewesene Freiräume. Die Tatkraft älterer Menschen und Freude am Engagement werden in Zukunft an Bedeutung gewinnen. Ihr Wissen, Können und Handeln werden wesentlich dazu beitragen, unserem Gemeinwesen eine zukunftsfähige Form zu verleihen. Jung und Alt sind gefordert, gemeinsam die Voraussetzungen für die gesellschaftliche Teilhabe zu schaffen.

Wir wissen, dass alte Menschen lange am Leben partizipieren können, wenn sie im Kontakt mit ihrer Mitwelt bleiben und wenn man etwas von ihnen fordert.

Die Bedürfnisse, zu jemanden zu gehören, gebraucht und nützlich zu sein, beruhen zu einem großen Teil auf Beziehungen zu anderen Menschen.

Der Arbeitskreis für ältere Mitbürger vertritt die Interessen der älteren Generation in Zusammenarbeit mit allen Institutionen, Verbänden und Gruppen, die sich mit der Altenarbeit und deren Problemen befassen.

Mit herzlichen Grüßen

Rita Schlageter
Vorsitzende des Arbeitskreises für ältere Mitbürger

*Liebe Leserin,
lieber Leser,*



mit dem Infobrief für Senioren bietet die Stadt Idstein der „Generation plus“, wie man die über 50jährigen heute gern nennt, eine neue Kommunikationsplattform. Dabei sollen Informationen und Anregungen zu Angeboten und Aktivitäten im weiten Feld der „Seniorenarbeit“ im Vordergrund stehen. Die „Generation plus“ verfügt über vielfältige Kenntnisse und Erfahrungen, die ein großes volkswirtschaftliches Kapital darstellen. Es besser zu nutzen wird eine Zukunftsaufgabe unserer Gesellschaft sein. Der Infobrief stellt daher zugleich eine Einladung an alle älteren und alten Menschen in unserer Mitte dar, sich aktiv an der Gestaltung der Seniorenarbeit zu beteiligen.

Dafür wurden mit dem Seniorenbüro, dem Arbeitskreis älterer Mitbürger und dem Runden-Tisch Seniorenarbeit gute und ausbaufähige Einrichtungen geschaffen, die von Seiten der Stadtverwaltung unterstützt und gefördert werden. Ich hoffe und wünsche, dass der neue Infobrief dazu beiträgt, die Selbstorganisationskräfte der Älteren in unserer Stadt zu stärken, die Mitwirkungsbereitschaft bei noch mehr älteren Menschen zu wecken und ihre Teilnahme am öffentlichen Leben in Idstein zu intensivieren. In diesem Sinne wünsche ich dem Infobrief für Senioren viel Erfolg und eine breite Resonanz.

Viel Spaß beim Lesen!

Ihr

Gerhard Krum
Bürgermeister

Neu in Idstein *Interview*

Sch: Frau Rendenbach, mir ist bekannt, dass Sie noch nicht lange in Idstein wohnen. Seit wann leben Sie hier?

R: Seit Mai 2003.

Sch: Von wo und warum sind Sie hierher gezogen?

R: Von Vierssen am Niederrhein. Mein Mann und ich sind dem Wunsch unserer Kinder gefolgt, die uns im Alter beistehen wollten und dies auch tun.

Sch: Ist Ihnen die Entscheidung schwer gefallen?

R: Ja. Man sollte jünger sein, wenn man den Wohnort wechselt. Ich weiß, wovon ich rede. Denn ich bin sehr häufig umgezogen. Meine „Lehr- und Wanderjahre“ führten mich durch viele Regionen im In- und Ausland. Einem jungen Menschen fällt das Umziehen schon deshalb nicht schwer, weil er keinen großen Umzugswagen braucht.

Sch: Erinnern Sie sich an Ihre ersten Eindrücke von Idstein und Umgebung?

R: Ja, lebhaft. Während eines Aufenthaltes bei unserem Sohn besuchten wir eine künstlerische Ausstellung in der Stadthalle. Ungehindert konnte ich von der Stadthalle aus das Schloss sehen, was man zwischenzeitlich wegen der engen Bebauung nicht mehr kann.

Sch: War es schwierig für Sie, sich in Idstein einzuleben? Wenn ja – woran mag das gelegen haben?

R: Vor unserem Umzug erwartete ich eine Residenzstadt. Nach unserem Umzug frage ich mich, weshalb ich mich nicht in einer Residenzstadt fühle. Das schöne Schloss war doch da, die schöne Altstadt auch!

Ja, es war schwierig. Ich kam aus einem gewachsenen Stadtteil, einem ruhigen Wohngebiet. In Idstein fand ich mich in einer Gegend wieder, in der links und rechts und geradeaus gebaut wurde: Häuser, Häuser, Häuser; und sie wurden bezogen. Idstein wuchs – an den Rändern. Der Baulärm ist vorübergegangen, aber den Fernblick gibt es nicht mehr.

Sch: Sie leben jetzt gut vier Jahre hier. Was vermissen Sie?

R: Ich habe zunächst die Kulturangebote vermisst, an die ich gewohnt war – Theater, Konzerte. Inzwischen weiß ich, dass es über das Idsteiner Angebot hinaus Möglichkeiten

gibt, per Bus in das Wiesbadener oder Mainzer Theater zu fahren. Ganz schmerzlich aber vermisse ich die allwöchentliche Wassergymnastik im Hallenbad. Seit einiger Zeit lese ich allerdings, es soll irgendwann einmal ein neues Hallenbad geben. Ob ich das noch genießen kann?

Sch: Was gefällt Ihnen?

R: Die Altstadt, ganz unumwunden. Der Löherplatz, an Markttagen, weil er dann belebt ist. Wenn ich Besorgungen zu erledigen habe, würde ich gern den Weg durch den Kalmenhofpark nehmen. Leider ist er nicht öffentlich. Vielleicht lässt sich das ändern? Und die Taunuslandschaft um Idstein herum und darüber hinaus gefällt mir.

Sch: Was stört Sie?

R: Altersbedingt finde ich die ansteigenden Straßen beschwerlich. Unabhängig vom Alter würde ich mir schattenspendende Bäume z.B. in der Straße wünschen, in der ich wohne. Altersbedingt stört mich zunehmend der Straßenlärm. Das Einhalten der Geschwindigkeitsbegrenzungen würde nicht nur den spielenden Kindern zugute kommen.

Sch: Würden Sie Idstein als Wohnort für ältere Menschen empfehlen?

R: Wer in die Stadt zieht, hat kaum noch Einkaufsmöglichkeiten, sobald er nicht mehr motorisiert ist. Ohne familiäre Bindungen nach Idstein zu ziehen, kann ich mir schwerlich vorstellen. Aber wenn man sich dazu entschließt, kann man davon ausgehen, dass man freundlich aufgenommen wird, dass man intakte soziale Einrichtungen vorfindet und ein vielfältiges seniorengerechtes Angebot von städtischen, kirchlichen und ehrenamtlichen Einrichtungen, die u.a. von der Stadt unterstützt werden.

Sch: Mögen Sie unsere Leser Ihr Alter wissen lassen?

R: Ich werde im Januar 79 Jahre alt, lebe dann im 5. Jahr in Idstein.

Sch: Ich danke Ihnen für dieses offene Gespräch.

Das Interview mit Frau Rendenbach (R) wurde von unserem Redaktionsmitglied Frau Scheid (Sch) geführt.

Rentenbesteuerung

5 Fragen - 5 Antworten

1. Muss ich eine Einkommensteuererklärung abgeben?

Rentner können wie Arbeitnehmer bestimmte Beträge von ihrem Einkommen abziehen. Das steuerfreie Existenzminimum liegt bei 7.664 € für Alleinstehende (15.328 € für Verheiratete). Hinzu kommen Werbungskosten, Sonderausgaben und Ausgaben für die Sozialversicherung. Die für eine Abgabe der Steuererklärung kritische Rentenhöhe liegt also bei ca. 19.000 € (Verheiratete 38.000 €). Vorausgesetzt, es liegen keine weiteren Einkünfte aus z.B. Vermietung oder Zinseinnahmen vor!

2. Muss ich automatisch Steuern zahlen, wenn ich eine Einkommensteuererklärung abgebe?

Nein. Die Pflicht zur Abgabe bedeutet noch lange nicht, dass auch Steuern gezahlt werden müssen. In vielen Fällen kommt es auch zu Erstattungen!

3. Bis wann muss ich meine Einkommensteuererklärung abgeben?

Als Rentner ist man 2005 erstmalig von der neuen Rentensteuer betroffen. Abgabetermin für die Einkommensteuererklärung 2005 war der 31.05.2006.

4. Was passiert, wenn ich keine Erklärung abgebe, obwohl ich verpflichtet bin?

Wer als steuerpflichtiger Rentner versäumt, eine Erklärung abzugeben, riskiert Nachzahlungsforderungen. Je nach Höhe der Nachzahlung wird die Stelle für Bußgeld- und Steuerstrafsachen eingeschaltet.

5. Kann das Finanzamt rückwirkend eine Abgabe verlangen?

Ja, wenn man bereits nach altem Recht Steuern hätte zahlen müssen, dann kann das Finanzamt rückwirkend für 10 Jahre die Abgabe einer Einkommensteuererklärung verlangen.

Ehrenamtliche Initiativen und Aktivitäten

PC-Club für Senioren

Jeden Montag ab 14.30 Uhr (nicht in den Schulferien)
in Idstein-Wörsdorf, Franz-Kade-Schule
Weitere Informationen: Volker Lode, Tel. 06126-92095

English conversation

Weitere Informationen: Elvira Chmielus, Tel. 06127-98990

Computerkurs für Senioren

Termine bitte erfragen bei O. Saygin: 06126-56162

Bridgeclub Idstein e.V.

2x wöchentlich, montags 15.00 Uhr, donnerstags 19.00 Uhr,
AMC-Clublokal Idstein, In der Zissenbach 1
Weitere Informationen: Lutz Sonnenschein, Tel. 06126-4163

Spiele-Nachmittag im AWO-Treff

Jeden 2. Dienstag im Monat, im Seniorentreffpunkt Idstein,
Stettiner Str. 24 (gegenüber Vinzenz-von-Paul-Haus),
15.00-17.00 Uhr
Weitere Informationen: Erika Steinberger, Tel. 06126-8228

Seniorentanzkreis

In einer netten, angenehmen Atmosphäre trifft sich jeden Donnerstag von 17.15-19.00 Uhr der Tanzkreis im Dorfgemeinschaftshaus Idstein-Dasbach.
Jede/r kann mitmachen, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Teilnahme an einer Probestunde möglich. Getanzt werden Standard- und lateinamerikanische Tänze.
Anleitung durch Alfred Klenter, ehemaliger Turniertänzer.
Weitere Informationen: Robert Schratz, Tel. 06126-6105

Reisegruppe 55+

Monatliche Treffen zur Organisation von Tagesfahrten und Reisen
Weitere Informationen: Eugen Kempf, Tel. 06126-71517

Besuchsdienste

Miteinander reden, vorlesen, Begleitung zum Gottesdienst und...und...und.. im Vinzenz-von-Paul-Haus, Idstein
Individuelle Terminabsprache
Weitere Informationen: Rita Schlageter 06126-9347411

Skatfreunde

Jeden Dienstag ab 14.00 Uhr (außer dem 1. Dienstag im Monat)
im Haus der älteren Mitbürger, Schulgasse.
Weitere Informationen: Herr Schiell, Tel. 06126-6903

Alt hilft Jung

Nachhilfe und Förderung von Schülerinnen und Schülern.
Mit einem guten Schulabschluss haben Jugendliche bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt. Kinder und Jugendliche der Erich-Kästner-Schule für Lernhilfe sind sehr motiviert, ihre Leistungen zu verbessern. Sie freuen sich über Unterstützung

durch Ehrenamtliche, die ein- bis zweimal die Woche Nachhilfe geben (jeweils für ein Kind/Jugendlichen), bei freier Zeiteinteilung. Die Schule bietet Hospitation im Unterricht, regelmäßigen Kontakt mit den/der Klassenlehrer/in, Einbindung in Feste und Veranstaltungen; die kostenlose Teilnahme an Weiterbildungsangeboten ist möglich.

Weitere Informationen: Seniorenbüro der Stadt Idstein, Heidi Göbel, Tel. 06126-78105

Radfahren

Von Mai bis Oktober treffen sich jeden Mittwoch von 16.00 bis ca. 18.00 Uhr Radlerinnen und Radler in Idstein, zwischen TV-Halle und Pestalozzi-Schule. Die Touren gehen rund um Idstein in einem Tempo, bei dem jede/r mitkommt. Nette Gesellschaft und hin und wieder ein Einkehrschwung werden außerdem geboten.

Bei Regen wird nicht geradelt.

Weitere Informationen: Anita Schütz-Feyand, Tel. 06126-1532

Reisen

16. bis 18. Mai 2008: Städtereise nach Göttingen

Göttingen, die Stadt, die Wissen schafft! Mit diesem Versprechen lockt die mehr als 1000 Jahre alte Stadt. Wer vermag einer solchen Aufforderung zu widerstehen? Der Arbeitskreis für ältere Mitbürger lässt sich jedenfalls gerne verführen.

Start der Wochenendfahrt ist um 8.00 Uhr, das Mittagessen wird bereits in Göttingen eingenommen. Der Nachmittag ist einem Rundgang u.a. zur berühmten „Gänseliesel“ vorbehalten. Der Samstag steht nach einer Besichtigung der Saline „Luisenthal“ zur freien Verfügung.

Nach einem Abstecher nach Witzenhausen mit Stadtführung und Mittagessen wird die Gruppe am Sonntagnachmittag wieder die Heimreise antreten.

Preis: 140 € DZ, 160 € EZ

Leistungen: Busfahrt, 2 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet, Halbpension, Hallenbad, Führungen und Trinkgelder

Reiseleitung: Joachim Pfeiff

Anmeldung: ab sofort im Seniorenbüro der Stadt Idstein, Heidi Göbel, Tel. 06126-78150, oder Sabine Heindorf, Tel. 06126-78313

04. bis 16. Oktober 2008: Armenien und Berg-Karabach

Studienreise 2008 der AWO und der Kulturvereinigung Bad Schwalbach e.V.

Reiseverlauf und Programm (nicht vollständig):

Yerewan:

Besichtigung der Ruinen von Swartnoz, Kirche der Heiligen Hripsime, Kloster Etschmiadsin, ethnologisches Museum in Sardapat, Schloss Amberd.

Weiterfahrt nach Gjumri: Besichtigung der Thaliner Kathedrale und Felszeichnungen.

Gjumri-Alawerdi: Besichtigung Klöster Haghpat, Odzun und Sanahin.

Alawerdi-Sewan See: Kurort Dilidschan, Kloster Haghartsin

Sewan-See: Sewan-Kirchen, Karawanserei, Zorat-Steine

Sisian: Klosteranlage Vorotnavankh. Höhlenstadt Chdzoreshk, Kloster Tathev.

Stepanakert: Besichtigung von Klöstern und Kirchen, Weinprobe.

Preis pro Person: 1.710 €

Leistungen: Flug ab/an Frankfurt

Alle zum Programm gehörenden Transporte und Transfers,

Übernachtung in guten Mittelklassehotels, Halbpension,

deutschsprachige Reiseleitung, Infomaterial, Insolvenzversicherung, max. 25 Personen.

Anmeldung: Schriftlich bei Arbeiterwohlfahrt,

Pestgässchen 3, 65307 Bad Schwalbach

bis 31. Mai 2008

Tel. 06124-724212 www.awo-rtk.de

05. bis 17. Oktober 2008 Lüneburger Heide

Die AWO Idstein bietet einen 13-tägigen Ferienaufenthalt für ältere Mitbürger in die Lüneburger Heide an, die von drei Seniorenbetreuern begleitet wird. Die Gegend hält viele interessante Ausflugsmöglichkeiten bereit und schöne Spazierwege warten vor der Tür.

Wohnen werden wir im Hotel "Zum Grünen Baum" in Behringen.

Preis pro Person: ca. 500 € (inkl. Halbpension) hinzu kommen Fahrtkosten (Bus) und Ausflüge.

Informationen und Buchung:

Herr Schumacher Tel. 06126-52983

Frau Henge Tel. 06126-1785

Herr Janocha Tel. 06126-227588

Das Seniorenbüro der Stadt Idstein

Da in den nächsten Jahrzehnten sich der Anteil von Menschen über 50 Jahren drastisch erhöhen wird und wir im Durchschnitt älter werden als die Generationen vor uns, sind die Kommunen gefordert, Antworten auf die Auswirkungen dieses Wandels zu finden und Lösungen anzubieten. Seit Beginn dieses Jahres hat daher das Seniorenbüro der Stadt Idstein sein Aufgabenspektrum erweitert.

In Zusammenarbeit mit dem Arbeitskreis für ältere Mitbürger wurde ein Runder Tisch Seniorenarbeit eingerichtet, an dem sich sowohl Seniorenclubs, Institutionen und Einrichtungen für ältere Mitbürger, Beratungsstellen und interessierte Bürger und Bürgerinnen beteiligen. Der Runde Tisch trifft sich zweimal jährlich im Idsteiner Gerberhaus mit jeweils wechselnden Schwerpunkten zu Vorträgen, Gesprächen und aktiven Netzwerken. Gern können Sie teilnehmen und sich vormerken lassen, damit Sie zukünftig Einladungen zu diesen Veranstaltungen erhalten.

Aus dem Teilnehmerkreis vom Runden Tisch haben sich verschiedene Arbeitskreise gebildet, die eng mit dem Seniorenbüro vernetzt sind:

Der AK „Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung“ informiert auf seiner Homepage www.seniorenbuero-idstein.de über Aktionen, Aktivitäten, Reisen und ehrenamtliche Tätigkeitsfelder. Der AK „Infobrief“ kümmert sich um die Inhalte des Infobriefes, den Sie gerade lesen und der zukünftig 2xjährlich erscheinen soll. Der AK „Ehrenamt“ hat sich zum Ziel gesetzt, eine Ehrenamtsbörse aufzubauen: Jede/r, der sich ehrenamtlich engagieren will z.B. in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, bei der Betreuung von Demenzkranken und alten Menschen oder in Vereinen, kann sich hier melden und wird gern – sofern Bedarf – weiter vermittelt. Regelmäßige Treffen der Ehrenamtlichen und Weiterbildungsangebote unterstützen bei diesem Engagement.

Im Seniorenbüro können Sie sich auch informieren über die vielfältigen Angebote, die es in Idstein für ältere Mitbürger gibt. Angefangen von geselligen Nachmittagen mit Vorträgen, Lesungen, Kaffee und Kuchen, über den PC-Club in Idstein-Wörsdorf, dem Treff für aktive Radler, einem English conversation club, einem Tanzkreis und vielen Angeboten zum Wandern und Reisen hat Idstein viel anzubieten. Aber auch zu Fragen wie z.B. Krankheiten und Behinderungen, Problemen in der Familie oder Wohnraumberatung kann Ihnen das Seniorenbüro kompetente Ansprechpartner vermitteln.

Das Seniorenbüro ist zentral gelegen und gut zu erreichen in der Alten Realschule, Am Hexenturm 10, Tel. 06126-78105, Mail: heidi.goebel@idstein.de

Öffnungszeiten: Montag – Freitag 08.00 – 12.00 Uhr, Donnerstag 15.00 – 17.00 Uhr

Idsteiner Seniorenclubs

**Seniorenclub „65“ der Katholischen Kirchengemeinde
Frau Marga Heuft
Ferdinand-Abt-Straße 3 b
Tel. 06126-57193**

Jeden Dienstag, 15.00-17.00 Uhr
Senioren-gottesdienst, anschl.
gemütliches Beisammensein mit Gesprächen, Vorträgen etc.
Katholische Kirche und Bischof-Dierichs-Heim, Wiesbadener
Straße

**Evang. Ruheständlerkreis
der Evang. Kirchengemeinde Idstein
Herrn Volkhard Lange
Im Hopfenstück 13
Tel. 06126-3177**

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 15.00-17.00 Uhr
Nach einer einleitenden Andacht
Kaffee und Kuchen, Vorträge, Musik, Lesungen, Reiseberichte
Evangelisches Gemeindehaus,
Albert-Schweitzer-Straße

**Frauenkreis der Evang. Kirchengemeinde Idstein
Frau Mechthilde Scheid
Willy-Schreier-Straße 2
Tel. 06126-229159**

Jeden 2. Mittwoch im Monat,
15.00 Uhr, kulturelle Themen,
Kaffee und Kuchen
Evangelisches Gemeindehaus,
Albert-Schweitzer-Straße

**Seniorenclub der Altenbegegnungsstätte
Herrn Josef Karpf
Kirmsseweg 13
Tel. 06126-3604**

Donnerstag 14.30-17.30 Uhr
geselliges Beisammensein, Vorträge, Lieder, Spiele, Gedäch-
nisttraining
Haus der älteren Mitbürger,
Schulgasse 7

**Seniorenclub 1978 e. V.
Frau Lieselotte Zahn
Breslauer Straße 20
Tel. 06126-53694**

14-tägig, jeweils montags von 15.00-16.30 Uhr, Literatur,
Gedächtnisübungen, Spiele, Gymnastik
Haus der älteren Mitbürger, Schulgasse 7

**Senioren Union
Herrn Michael Stein
Lärchenweg 12
Tel. 06126-3858**

Themenbezogene Stammtische, kulturelle Veranstaltungen
und Exkursionen, Veranstaltungen mit Politikern

**AWO „offener Treff“
Frau Erika Steinberger
Berliner Straße 26
Tel. 06126-8228**

Jeden 3. Montag im Monat ab 15.30 Uhr, Kaffee und Kuchen,
kulturelles Programm: Dia-Vorträge, Lesungen, Vorträge,
Singen, Bewegung
Felsenkeller, Schulgasse 11

**SC Wandergruppe 1971
Herrn Dr. Robert Fugmann
Alte Poststraße 13
Tel. 06126-8250**

Jeden Mittwoch, 14.00 Uhr
Treffen Busstationen Schulgasse und Bahnhof, Wanderun-
gen mit Schlussrast in Gaststätte

**Seniorenclub „Oberlenzbach 81“
Herrn Ottmar Schneider
Tel. 06126/53560
An der Struth 18
65510 Idstein-Dasbach**

Idsteiner Seniorenclubs

Seniorenclub Ehrenbach
Frau Lina Christ
Zugmantelstraße 12
65510 Idstein-Ehrenbach
Tel. 06126-4987

Jeden 1. Dienstag im Monat, 14.30-17.30 Uhr, Gemeindehalle Ehrenbach
Spiele, Gespräche, Kaffee u. Kuchen
1x monatlich schwimmen in Nastätten,
jeden Mittwoch kegeln im Sportcenter Idstein

Seniorenclub Nieder- und Oberauroff
Frau Ursula Kehder
Malbachweg 8
Tel. 06126-3656

Jeden 1. Montag im Monat, 15.00 Uhr, Vorträge, Gymnastik,
Gedächtnistraining, Kaffee und Kuchen
Gemeindesaal Oberauroff

Seniorenclub Eschenhahn
Frau Helga Schich
Schwalbacher Straße 27
Tel. 06126-51616

14-tägig, jeweils donnerstags von
14.00-17.00 Uhr
Bei Kaffee und Kuchen, Spiele, singen, Gespräche
Dorfgemeinschaftshaus Eschenhahn

Seniorenclub Heftrich
Herrn Walter Arndt
Wiesenweg 6
65510 Idstein-Heftrich
Tel. 06126-1790

Donnerstags von 14.00-17.00 Uhr
Gespräche, Kaffee u. Kuchen, Spiele

Seniorenclub Kröftel und Nieder-Oberrod
Frau Paula Rühl
Niederemser Straße 25
65510 Idstein-Oberrod
Tel. 06082-2146

Jeden 1. Dienstag im Monat, 1xDGH Oberrod,
1xDGH Kröftel, 14.30-17.00 Uhr,
Kaffee, Kuchen, Spiele, Gespräche, Singen

Ruheständlerkreis der Evang.
Kirchengemeinde Walsdorf
Frau Martha Fritz
Hainstraße 13
65510 Idstein-Walsdorf
Tel. 06434-7350

14-tägig jeweils montags v. 14.30-18.00 Uhr, bei Kaffee u.
Kuchen, Tischspielen, Unterhaltung, Vorträgen

Seniorenclub der Katholischen Kirchengemeinde
Idstein Wörsdorf
über Kath. Pfarramt
Nikolaus-von-Flue-Straße 2
Ingrid Grüttner, Tel.06126-8278

Jeden 2. Dienstag im Monat
Kaffee und Kuchen, geselliges Beisammensein, Vorträge,
basteln, Lesungen
Kath. Pfarrzentrum Wörsdorf

Evang. Ruheständlerkreis
der Evang. Kirchengemeinde Wörsdorf
Frau Herta Ohlenmacher
Rosenweg 11
Tel. 06126-56722

Alle 14 Tage montags 15.00 Uhr
Kaffee und Kuchen, Vorlesungen, Singen, Vorträge, Ausflüge
Ev. Gemeindehaus Wörsdorf

Alt hilft jung an der Erich Kästner-Schule in Idstein

Das Projekt beinhaltet Unterstützung und Hilfe für lernwillige und lernbedürftige Kinder und Jugendliche von älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern aus Idstein und der näheren Umgebung.

Die Nachhilfestunden finden nach dem regulären Unterricht statt und dienen entweder der Unterstützung des täglichen Lernstoffes, der Hilfe zum Hauptschulabschluss oder der Bewältigung jedweder Problemlagen.

Bevor die eigentlichen Nachhilfestunden begannen, konnten die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer ihre Wünsche in Bezug auf das Alter der Schülerinnen/Schüler äußern und auf Vorschlag der Schulleiterin, Ulrike Kocksch, in den entsprechend gewünschten Jahrgangsstufen an einem oder mehreren Vormittagen am Unterricht teilnehmen.



Das Projekt besteht nun seit ca. ½ Jahr und die Erfahrung hat gezeigt, dass die Schülerinnen und Schüler gerne einen längeren Vormittag und auch erhebliche Wartezeiten auf sich nehmen, weil sie sich auf jemanden freuen, der ganz alleine für sie da ist.

Zwischen den Ehrenamtlichen und den Lehrkräften besteht eine sehr gute Zusammenarbeit, geprägt von beiderseitigem Respekt vor dem pädagogischen Engagement für die Schülerinnen und Schüler der Schule.

Einzigster Schwachpunkt: es gibt zu wenige Helferinnen und Helfer ! Deshalb würden wir uns freuen, wenn es bald noch mehr werden würden, denn – fast täglich wird angefragt: „Haben Sie nicht noch jemanden für mich?“

Wir bieten: Dankbare Kinder und Jugendliche und soweit möglich und gewünscht – eine Einbindung in die Schulgemeinde.

Wer noch Lust hat mitzumachen, wendet sich bitte an Anneli Ettlting (Projektbeauftragte) Telefon: 3250 oder an Heidi Göbel (Stadt Idstein, Amt für Soziales) Telefon: 78105.

V.i.S.d.P. Anneli Ettlting, 08.11.07

VdK-Ortsverband Idstein

Der Sozialverband VdK ist mit 1,4 Millionen Mitgliedern der größte Sozialverband Deutschlands. Er vertritt die Interessen von Menschen mit Behinderungen, chronisch Kranke, Seniorinnen und Senioren, Patientinnen und Patienten gegenüber der Politik und hilft seinen Mitgliedern bei der Durchsetzung ihrer Ansprüche aus dem gesamten Sozialrecht an den Sozialgerichten.

Im Ortsverband Idstein sind zur Zeit fast 600 Mitglieder. Unter der Leitung des 1. Vorsitzenden Herrn Karl-Heinz Janocha helfen wir Ihnen weiter in Renten-, Behinderten- und sozialrechtlichen Fragen.

Darüber hinaus bietet der VdK auch Ausflüge und Kurzurlaube an.

Für 2008 sind geplant:

22.5. Tagesfahrt an die Mosel
09.-15.8. Urlaubsfahrt nach Schoppenau im Bregenzerwald
10.09.2008 Halbtagesfahrt (Ziel steht noch nicht fest)

Information und Buchung:
Herr Schuppler 06126-57805
Herr Janocha 06126-227588

Sprechstunden sind dienstags jeweils von 10.00 bis 12.00 Uhr
in der Alten Realschule Idstein, Am Hexenturm 10.

Telefon: 06126-227588
FAX 06126-228852
E-Mail vdk-ov-idstein@t-online.de

Selbsthilfegruppen stellen sich vor: Diabetes-Selbsthilfegruppe

Diabetes ist im Laufe der letzten Jahre zu einer Volkskrankheit geworden. Nicht nur ältere sondern bereits auch immer mehr jüngere Menschen leiden unter dieser chronischen Stoffwechselerkrankung. Momentan leben in Deutschland ca. 6 Millionen Diabetiker.

Abgesehen von der medikamentösen Behandlung kann jedoch auch jede/r Betroffene selbst einiges dazu beitragen, sodass die Lebensqualität beim Essen und Trinken so gut wie möglich erhalten bleibt. Sehr hilfreich ist dabei der Anschluss an eine Selbsthilfegruppe, in der in offenen Gesprächsrunden Fragen gestellt und beantwortet werden von ebenfalls Betroffenen, die bereits Erfahrungen gesammelt haben. In Vorträgen und Gesprächen geht es z.B. um Ernährungsberatung, um die Verabreichung von Insulin oder um die Auswirkungen der Gesundheitsreform.

Auch in Idstein hat sich seit längerer Zeit eine solche Selbsthilfegruppe für Diabetes (Typ 1 und 2) gegründet. Sie trifft sich jeden 1. Mittwoch im Monat von 15.00-17.00 Uhr im Haus der älteren Mitbürger, Schulgasse 2.

Während des Treffens wird eine kleine Zwischenmahlzeit (Obst, Süßigkeiten, Kaffee) zum Selbstkostenpreis gereicht und auch der gesellige lebensbejahende Austausch kommt nicht zu kurz.

Eine Mitgliedschaft ist nicht erforderlich, die Teilnahme ist kostenlos.

**Weitere Informationen erhalten Sie bei
Rita Schäfer, Tel. 06127-17 53**

Die „fidelen Kochlöffel“ – Kochkurs für Männer

Die „fidelen Kochlöffel“ lassen das Jahr 2007 Revue passieren und halten Ausblick auf das Jahr 2008:

Mit viel Schwung begann unser Ausflug im April 2007 in die Welt des Kochens. Grundkenntnisse und raffinierte Kniffe wurden uns vermittelt.

Schnell lernten wir, wie gutes Essen zubereitet werden kann, wie wir mit ganz wenigen Mitteln ein schönes Ambiente zaubern können, wie ein Einkaufszettel auszusehen hat.

Wo kann ich gut und günstig einkaufen?

Welches Getränk reiche ich zu welchem Essen?

Wie sie sehen, sind wir sehr schnell über das Gericht mit der Linsensuppe vom ersten Treffen weitergekommen.

Dabei hatten wir sehr viel Spaß und Genuss.

Jedoch hat sich gegen Ende eine gewisse Überlastung eingestellt. 10 Wochen regelmäßiges Treffen an einem bestimmten Tag in der Woche. Das verlangte uns ganz schön was ab...

Denn: Wir sind ja super aktive Unruhehändler. Eine Baustelle reicht uns ja nicht!

Auch unsere Kursleiterin war mit ihrer beginnenden Selbstständigkeit als Dienstleisterin und Lebensbegleiterin für SeniorenInnen stark in Anspruch genommen.

Deshalb kam im Oktober kein neuer Kurs zustande. Aber nicht nur das.

Aus privaten Gründen verließen schweren Herzens zwei unserer „fidelen Kochlöffel“ den Kurs. Uns bewegte deshalb die Frage: „Wie kann es im neuen Jahr ab März weitergehen?“

Ideen sind vorhanden, sowie Flexibilität unsererseits.

Wir finden es toll, uns weiterhin zu treffen, aber jetzt unter einem bestimmten Motto. Auch, um das zu verwirklichen, was wir am Anfang angestrebt hatten.

Kochen Essen Trinken Ambiente Literatur Kultur

Somit heben wir das Kochen über die „Alltagsbewältigung“ hinaus. Die nächste Stufe ist eingeleitet.

Wir und unsere Kursleiterin Annerose Kiefer nehmen noch gerne „fidele Kochlöffel“ bei uns auf.



Kontaktaufnahme und Anmeldung

über das Büro der
Gleichstellungs- und
Seniorenbeauftragten

Heidi Göbel,
Stadt Idstein,
König-Adolf -Platz 2,
Tel. 06126-78 105
oder über

Annerose Kiefer,
Dienstleisterin und
Lebensbegleiterin für
SeniorenInnen
65510 Hünstetten,
Schulstr. 7,
Tel. 06438-83 59 91.

*Hier noch ein Rezept von Johann
Lafer: Sehr schmackhaft*



Die LERNENDE NETZWERK REGION Rheingau-Taunus (LNR)



.....ist eine von bundesweit 70 Lernenden Regionen, darunter 7 in Hessen. Die bildungsorientierten Projekte werden aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und des Europäischen Sozialfonds gefördert. Das Projektbüro befindet sich im Hause des Projektträgers, vhs Rheingau-Taunus e.V., in Taunusstein Hahn.

Seit 2002 koordiniert die LERNENDE NETZWERK REGION Rheingau-Taunus innovative Projekte mit bildungsorientierten Schwerpunkten. Eingebunden in diese Projekte sind regionale Kooperationspartner aus allen Bildungsbereichen. Vertreten sind Kommunen, Institutionen der Wirtschaft und der Kultur, Verbände, Schulen, Bildungsträger, Betriebe und Vereine.

Von Mai 2007 bis September 2008 werden zwei Projekte aus dem Bereich Übergangmanagement durchgeführt. Das eine Projekt behandelt den frühen Übergang „Elternhaus – Kindergarten – Grundschule“, das andere den späten Übergang von der Erwerbsphase in die nachberufliche Lebensphase. Hier liegt die Schnittstelle der Kooperation mit dem Seniorenbüro der Stadt Idstein. Gemeinsam mit Frau Göbel, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Idstein und Leiterin des Seniorenbüros, wurden Handlungsfelder rund um die Seniorenarbeit erarbeitet. Zwei Mitarbeiterinnen der LNR sind an der Konzeption und Umsetzung des „Runden Tisches Seniorenarbeit“ beteiligt und bringen ihre fachlichen Kompetenzen in die Arbeitskreise „Infobrief“, „Ehrenamt“ und „Öffentlichkeitsarbeit“ ein. Der Aufbau einer Ehrenamtsagentur, die an das Seniorenbüro angegliedert werden soll, ist ein weiteres gemeinsames Ziel. Fortbildungen für Menschen, die sich im Rahmen eines Schulprojektes ehrenamtlich engagieren, haben bereits im September 2007 stattgefunden. Zusätzliche Weiterbildungsangebote für Ehrenamtliche befinden sich derzeit in Planung.

Nähere Informationen über die Arbeit der LERNENDEN NETZWERK REGION Rheingau-Taunus erhalten sie unter www.lnr-rtk.de oder im Projektbüro: 06128/927725.

Die LERNENDE NETZWERK REGION Rheingau-Taunus wünscht den Leserinnen und Lesern des Infobriefs viel Freude, neue Erkenntnisse und Anregungen.

Heiner und Katrin

H: guten Morgen Katrin

K: guten Morgen Heiner

H: ei was ein Wetter heute.

K: ja, ja. Immer dieses Auf und Ab.

H. Das macht der Klimawandel.

K: Der letzte Sommer war auch nicht das Gelbe vom Ei.

H: Aber er war arbeitnehmerfreundlich.

K: wieso?

H: Schön warm und sonnig war's oft am Wochenende

K: Das verdanken wir unserer tollen Regierung.

H: Katrin, Berlin macht doch nicht das Wetter.

K: Aber die reden in Berlin doch vom Klimawandel.

H: das ist richtig, aber die wollen mit all den Maßnahmen wie Energieeinsparen und weniger Autofahren für einen positiven Wandel sorgen.

K: Heiner, die wollen ja deshalb auch die Feiertage zusammenlegen. Stand doch in der Zeitung

H: das ist mir aber neu.

K: Ei, Fastnacht und Ostern sind doch diesmal fast direkt nach Weihnachten. Ist das schon ein erstes Ergebnis?

H: Nein Katrin, das hat damit nichts zu tun. Fastnacht liegt immer sieben Wochen vor Ostern. Ostern ist ein bewegliches Fest und wird immer am Sonntag nach dem ersten Vollmond nach Frühlingsanfang gefeiert.

K. Am 21. März ist Frühlingsanfang.

H. Ja und Samstag den 22. März haben wir Vollmond und am Sonntag den 23. März feiern wir den ersten Ostertag.

K: Du weißt aber viel Heiner. Von Dir kann man doch immer was lernen. Aber jetzt muß ich mich sputen.

H: Ja mach's gut Katrin.

Die Stadtbücherei Idstein stellt sich vor

Viele wissen gar nicht, was für ein reichhaltiges Angebot die Stadtbücherei zu bieten hat. Zentral gelegen am Löherplatz, neben der Stadthalle, ist sie für alle gut erreichbar. Eine Rampe für Rollstuhlfahrer ist vorhanden.

Neben aktuellen Romanen, Lyrik, Kinder- und Jugendbücher, Sachbüchern, Zeitschriften, Musik-CDs (auch Klassik), Kassetten, DVDs und zwei Internetarbeitsplätzen hat die Stadtbücherei auch Hörbücher und Romane in Großdruck im Bestand.

Seit Oktober 2006 haben sich unsere Öffnungszeiten erweitert:

Di. – Sa.: 10.00 – 13.00 Uhr und Di. – Fr.: 15.00 – 18.00 Uhr.

Die Jahresgebühr für Erwachsene, wobei sich diese nicht nach dem Kalenderjahr richtet, sondern nach dem Zeitpunkt, an dem Sie die Gebühr bezahlen, beträgt 9,00 € für ein Jahr.

Bei Fragen sind wir Ihnen gerne behilflich.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Zu guter Letzt

*Ein Tag, an dem Du
nicht lächelst,*

ist ein verlorener Tag!

Das Redaktionsteam bei der Arbeit:



IMPRESSUM:

Herausgeber: Magistrat der Stadt Idstein – Seniorenbüro –

V.i.S.d.P. Vorstand des Arbeitskreises für ältere Mitbürger
König-Adolf-Platz 2, 65510 Idstein
Tel. 06126-78105
e-mail: heidi.goebel@idstein.de

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Redaktion:

Andrea Corell, Lernende Netzwerk Region, vhs Taunusstein
Heidi Göbel, Seniorenbüro der Stadt Idstein
Volkhard Lange
Mechthilde Scheid
Barbara Schuhmann
Bernhard Laquai (Layout)

Druck, Verarbeitung und Vertrieb:
ELZET Verlags-GmbH, Stiftstr. 20a, Taunusstein, Tel. 06128-6000