# BURGER SENIORENHILFE HEUSENSTAMM E.V.



# Newsletter September 2023

Liebe Mitglieder,

mit dem 01. September beginnt der meteorologische Herbst. Hingegen der kalendarische Herbstbeginn startet am 23. September. Der Beginn der Herbstzeit für uns

s die langen

auch dadurch spürbar, dass die langen

Tage des Sommers und die kurzen Nächte des Sommers sich neigen.

Aber – mit dem Übergang vom Sommer in den Herbst stellt der September einer der schönsten Monate dar.

Die Früchte des Sommers können genossen werden. Hirsche

können beim Röhren gehört werden.

Besonders ist der Spätsommer auch beliebt zum Wandern oder das Fotografieren im Freien, da sich die Natur im farbenfrohen Kleid zeigt.

Eigenschaften der September Geborenen sind Weisheit, Mut und Vertrauen, wobei die Aster dies symbolisiert.



# Erinnerung an außerordentliche Mitgliederversammlung am 08.09.2023

Am 08.09.2023 ab 15 Uhr findet die außerordentliche Mitgliederversammlung der BSH im Pfarrheim Maria Himmelskron statt. Eine persönliche Einladung mit der Tagesordnung wurde den Mitgliedern bereits zugestellt. Der Vorstand wünscht sich, möglichst viele Mitglieder bei der Versammlung begrüßen zu können, weil es um die Frage geht, wo die BSH ihre Arbeit künftig fortsetzen kann.

Vorab möchte der Vorstand ausdrücklich darauf hinweisen, dass bei einem möglichen Kauf des Hauses Kirchstr. 24 die Mitglieder nicht zu einem finanziellen Beitrag herangezogen werden. Die Aufnahme eines Kredits erfolgt ggf. durch den Verein, der auch den Kredit zurückzahlen muss

# BURGER SENIORENHILFE HEUSENSTAMM E.V.



## Heimat shoppen

Unter dem Motto "Kauf da ein, wo du lebst" lädt der Gewerbeverein Heusenstamm am 08. Und 09. September ein zum Heimat shoppen, das heißt zum Einkaufen in den Heusenstammer Geschäften. Außerdem lockt eine Tombola mit attraktiven Preisen.

Erster Preis ist ein E-Bike. Lose zum Preis von 1,- EUR gibt es in den teilnehmenden Geschäften. Der Erlös der Tombola soll drei Einrichtungen, darunter der Bürgerund Seniorenhilfe Heusenstamm zu Gute kommen. Für den Verkauf der Tombola-Lose in den Rewe-Tekin-Märkten werden noch Freiwillige benötigt. Wenn Sie am 08.oder 09. September mithelfen möchten, melden Sie

sich bitte bei Frau Keller (Tel. 923138).

## Trinkwasser – eine wertvolle Ressource

Der Zweckverband Wasserversorgung Stadt und Kreis Offenbach hat eine sogenannte Wasserampel eingeführt.

Derzeit steht die Ampel auf gelb!

Auf der Internet-Seite <u>www.zwo-wasser.de</u> erhalten Sie weitere nützliche Informationen z.B. auch auf die einzelnen Ampelphasen bzw. wie wir darauf reagieren sollten.

Wasser ist kostbar, ohne Wasser kein Leben. Wir sollten mit den Ressourcen sorgsam umgehen. Trinkwasser ist kostbar und nur begrenzt vorhanden. Wasser bedeckt zwar 71 Prozent der Erde, doch nur ca. 3 Prozent davon ist Trinkwasser.

Der pro Kopf Verbrauch in Deutschland beträgt rund 130 Liter pro Tag, wovon lediglich 3 Liter zum Kochen und Trinken aufgewendet werden. Obwohl unsere Region als wasserreich bezeichnet werden kann, möchten wir Sie zum sorgsamen Umgang mit dem lebensspendenden Nass animieren.

Mit dem Flyer auf der Internetseite des Zweckverbandes geben wir Ihnen Tipps, wie wir alle mit einfachen Mitteln die kostbare Ressource schonen können.





#### Neu – Vereine in Heusenstamm informieren

Auf der letzten Seite des Newsletters erhalten Sie Links (Verknüpfungen) zu weiteren Internet-Seiten von Vereinen in Heusenstamm, die sich um die Belange der Seniorinnen und Senioren kümmern.

Aktuelle Termine und Beschreibungen zu einzelnen Veranstaltungen finden Sie aber auch im BSH-Newsletter.

Schreiben Sie uns, teilen Sie uns bitte dazu Ihre Meinung mit!

#### Stille Stunde – was ist denn das?

FUR SENIOREN

Jeden Mittwoch von 15 bis 17 Uhr bietet ein Markt eine "Stille Stunde" mit Unterstützung der Stadt zum Einkaufen an.

Was muss ich denn darunter verstehen? Stille Stunde bedeutet, dass:

- Die Beleuchtung reduziert oder gedimmt wird
- > Keine Musik und Durchsagen erfolgen
- > Die Lautstärke der Pieptöne an den Kassen reduziert werden

Durch diese "Stille Stunde" soll eine Reizüberflutung verringert werden und vor allem Menschen mit Autismus Spektrum (neurologische Entwicklungsstörung), aber auch Senioren einen stressfreieren Einkauf ermöglichen.

# 2. Austauschgespräch "Seniorinnen und Senioren in Heusenstamm"

Wie angekündigt, fand am 30.08.23 im Rathaus das zweite Gespräch mit BM Steffen Ball und Jasmin Heine (Seniorenbeauftragte) statt.

Wir werden Sie in den nächsten Newsletter über die diskutierten Themen informieren.





### Wochenprogramm der BSH

Unbeschadet dessen, werden wir auch weiterhin unser Wochenprogramm anbieten.



## Schulung Herbstprogramm 2023 - exklusiver Einzelunterricht geplant

Ankündigung: Ab der 40.KW werden wieder exklusive Einzelunterrichte für Smartphones Android und iPhone angeboten.

Die genauen Termine liegen noch nicht fest, befinden sich aber in Abstimmung mit den Ihnen bekannten Dozenten.

Wie immer, erhalten Sie weitere Informationen auf unserer Homepage.

Nutzen Sie mit Ihrem Smartphone den QR-Code.

Warum: Das lästige Eintippen der www-Adresse entfällt.

Und dass immer, wo ein QR-Code angegeben ist.

Weitere nützliche Details zum Umgang mit Ihren Smartphones erfahren Sie bei uns in den geplanten Einzelunterrichten.





## Einweihung neue Räume des OV Heusenstamm VDK am 02.09.2023

Am Samstag den 02.09.2023 werden wir unsere neuen Büroräume in der Schlossstraße 26 in Heusenstamm einweihen.

Dort werden wir künftig montags von 10:00 bis 12:00 Uhr die Sprechstunde des Ortsverbandes abhalten und Fragen beantworten und Anregungen aufnehmen. Wir freuen uns auf ihren Besuch und haben auch für die "Junioren" ein kleines Programm vorbereitet.

Käpt'n Kork wird auf anschaulicher Weise auf die Barrierefreiheit und auf die Einschränkungen im Alltagsleben hinweisen, sowie einen Tisch zum Malen für die Kleinsten.
Wir freuen uns ab 10:00 Uhr auf Sie und haben auch einen "Snack" für Sie

## Nächstes Babbelcafé am Dienstag, 05. September 2023 um 15:00 Uhr

Jeden ersten Dienstag im Monat findet das Babbelcafé um 15:00 Uhr im Bahnhof Heusenstamm statt.

Das Babbelcafé ist für jedermann offen und man freut sich auf Sie!

Es gibt doch immer etwas zu erzählen, man hört Neues und verbringt gemeinsam ein paar unterhaltsame Stunden.

Schön, wenn Sie dabei sein können.

Notieren Sie sich schon jetzt die Termine bis Jahresende:

#### 1. August, 5. September, 10. Oktober, 7. November und 5. Dezember.

# Spiele-Kaffee am Mittwoch, den 06. September 2023

Und nach dem babbeln darf jetzt wieder bei Kaffee und Kuchen gespielt werden.

Schauen Sie in der Kirchstr. 24 vorbei und spielen Sie mit.

Hilde Ludwig und Monika Ebert freuen sich in der Zeit von 15:00 bis 17:00 Uhr auf Sie.



Und – Schummeln ist nicht erlaubt ©

vorbereitet.





#### Ortsverband VDK - am 16.09.2023 eine Reise nach Bad Dürkheim

Das Reiseunternehmen Wissmüller bietet dem VdK Ortsverband Heusenstamm am 16.09.2023 eine Fahrt von Heusenstamm nach Bad Dürkheim zum dortigen Wurstmarkt an.

Anschließend haben wir Zeit zur freien Verfügung, wer möchte kann sich das größte Weinfass anschauen und einen Kaffee darin genießen.

Auch kann man die nahen gelegenen Salinen kostenfrei nutzen. Die Anmeldungen und Zahlungen nimmt Frau Schweikard-Zorbach entgegen. Die Rückfahrt ist für 17.30 Uhr geplant.

Der Reisepreis beträgt 26 Euro, Tel 06104/9487787. Anmeldungen bis 26.08.2023.

#### Nächster Stammtisch am 19.09.23 in der Stadtschänke

Der nächste Stammtisch findet wieder am 19.09.2023 zur gewohnten Zeit ab 18:00 Uhr in der Stadtschänke (Katja) statt.

Sollten sich Änderungen ergeben, teilen wir das über unsere Homepage <u>www.bsh-heusenstamm.de</u> mit.

Stammtisch – Hier sind die, die immer hier sind



# Termine Repair-Café für die zweite Jahreshälfte 2023

Der nächste Termin des Repair Café findet am 30.09.23 zur gewohnten Zeit von 14:00 bis 17:00 Uhr in der Kirchstr. 24 bei der BSH statt.

Merken Sie sich schon jetzt alle weiteren Termine bis Jahresende vor.







Bei Kaffee und Kuchen werden wieder nachhaltig Alltagsgegenstände repariert.



Infos zum Repair Café unter <u>www.repaircafe-</u> heusenstamm.de

Bitte beachten Sie, dass der Termin im Dezember ersatzlos gestrichen wird.

Wir bitten um Ihr Verständnis.

# Schulungsangebot für künftige Nachbarschaftshelfende

(Anerkennung von Angeboten zur Unterstützung im Alltag § 45 SGB XI)
Am 21. September 2023 in der Zeit von 17:00 bis 21:00 Uhr wird durch die Rettungsdienstschule und die Leitstelle "Älterwerden" des Kreises Offenbach eine Schulung angeboten.



#### Themenschwerpunkt sind:

- Welche Dokumente benötige ich für die Anerkennung?
- Kommunikation mit Demenzerkrankten.
- Medizinische Besonderheiten im höheren und hohen Lebensalter
- Die üblichen Verdächtigen... (Auslöser für Notfallsituationen)
- So einfach ist die Hilfe im Notfall (Praxisübungen)

Schulungsort: Gefahrenabwehr- und Gesundheitszentrum des Kreises Offenbach - Rettungsdienstschule Gottlieb-Daimler-Straße 10, 63128 Dietzenbach

Die Anmeldung erfolgt über die Leitstelle Älterwerden:

leitstelle aelterwerden@kreis-offenbach.de

Die Teilnahmegebühr beträgt 20,00 €

Anja Breitenbach Telefon 06074 8180-5320 Svenja Ivanovski Telefon 06074 8180-5332 Thomas Piefke Telefon 06074 8180-5325 Birgit Pichon Telefon 06074 8180-5331





## Leichter Spaziergang am Donnerstag, 28. September 2023 um 14:00 Uhr

Gemeinsam laufen wir von Dietzenbach zum Gut Neuhof und kehren dort in der "Backstube" zu einem Imbiss ein.

Danach laufen wir wieder gestärkt zurück. Eine Laufstrecke ist ca. 4 km lang.

Wir treffen uns an der TSV Turnhalle (jetzt Maingau) in Heusenstamm um 14:00 Uhr.

Anmeldung: Im Büro der BSH in der Kirchstraße 24

(auch telefonisch unter 06104/17 11)

Anmeldeschluss: Montag, 25. September 2023

Bei Fragen wenden Sie sich an Christa Schubert-Zunker Telefon 06104/1478 oder 0179 207 88 24

# Info von der Pfarrgruppe Heusenstamm

Der nächste Seniorennachmittag findet am 28. September 2023 statt.



Über Ihr Kommen freut sich das Vorbereitungsteam des Seniorennachmittags von Mariä Opferung, Rembrücken. Wer abgeholt werden möchte, bitte bei Frau Brigitte Mühl 06106 14197 oder Perpetua Subtil 06106 63230 melden.





## Das beliebte Kaffeekränzchen wieder am 29.09.23 in der Kirchstr. 24

Und wieder lädt Gisela Liebig-Grün zu Ihrem Kaffeekränzchen ein.

Jeden letzten Freitag im Monat von 15:00 bis 17:00 Uhr (im Sommer) wird in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen in zwei entspannten Stunden der Alltag mit seinen Sorgen vergessen.

Gisela Liebig-Grün freut sich auf Ihren Besuch und bittet Sie, sich im Büro der BSH unter der Rufnummer 06104 / 1711 anzumelden.

### Neu – zusätzliche Links zu weiteren Organisationen in Heusenstamm

Sie erhalten in alphabetischer Auflistung weitere interessante Links zu folgenden Einrichtungen:

Die Links werden auch auf der Homepage der BSH hinterlegt.

**Definition Link:** Ein Link stellt eine Verknüpfung zu weiteren unterschiedlichen Internet-Seiten dar und verbindet diese. D.h. sowohl einzelne Worte als auch Bilder können einen Verweis zu anderen Internet-Seiten ergeben.

BSH: <u>www.bsh-heusenstamm.de</u>

Caritas: https://www.caritas-offenbach.de/beratung-und-hilfe/kreis-offenbach/

Ev. Kirche: <a href="https://evkirche-heusenstamm.ekhn.de/startseite">https://evkirche-heusenstamm.ekhn.de/startseite</a>

Freie ev. Kirche: <a href="https://www.feg-heusenstamm.de/">https://www.feg-heusenstamm.de/</a>
Malteser: <a href="https://www.malteser-offenbach.de/">https://www.malteser-offenbach.de/</a>

Pfarrgruppe Heusenstamm: <a href="https://bistummainz.de/pfarrgruppe/heusenstamm/glauben/gottesdienste/">https://bistummainz.de/pfarrgruppe/heusenstamm/glauben/gottesdienste/</a>

Stadt Heusenstamm:www.heusenstamm.deVDK OV Heusenstamm:www.vdk.de/ov-heusenstamm

Für die Inhalte der oben genannten Links auf Webseiten Dritter, übernehmen wir für die Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.





Lassen Sie sich überraschen!

## Ankündigung – Theaterfahrt am Freitag, 20. Oktober 2023

in die Komödie Frankfurt um 20:00 Uhr Es wird gespielt: Love Jogging

Brian joggt jeden Mittwoch. Das glaubt zumindest seine Frau. In Wirklichkeit übt er sich im Seitensprung mit einer gewissen Wendy. Und zwar in der Wohnung seines Freundes George, der sich wiederum zu gleicher Zeit – natürlich ohne dass Brian es ahnt – mit dessen Ehefrau Hilary vergnügt. Dieses Arrangement funktioniert reibungslos – bis

Georges Frau Jessica eines Tages früher als erwartet von einer Reise zurückkehrt...

Anreise: mit der S2 Abfahrt: 18:26 Uhr

Kosten: 27, - € zu zahlen bei der Anmeldung im Büro der BSH

Anmeldung: 6. Oktober 2023 Büro der BSH Kirchstraße 24

Tel. 06104 / 17 11

Ihre BSH