

Newsletter Juni 2023

Im Juni geht nicht nur kalendarisch der Frühling in den Sommer über, sondern auch in der Vogelwelt wird es ruhiger, da bestimmte Arten zum zweiten Mal brüten.

Aber auch der Pollenflug erreicht seinen Höhepunkt.



Und natürlich bietet die BSH auch weiterhin Ihr vielseitiges Wochenprogramm an.



Schauen Sie auf unserer Homepage, was so angeboten wird. Es lohnt sich!

Zunächst möchten wir unseren Lesern – die nicht an der Informationsveranstaltung am 11.05.23 teilnehmen konnten – Ansprechpartner zu den vorgetragenen Themen mitteilen.

Rückblick auf die Infoveranstaltung der Stadt Heusenstamm und der BSH
Am 11.05.2023 fand im Haus der Stadtgeschichte ein Info-Tag zum Thema Sicherheit und Vorsorge statt. Wer den Termin verpasst hat, sich aber zu diesen Themen informieren möchte oder Fragen hat, bekommt Auskunft beifolgenden Stellen.



➤ **Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht sowie Fragen rund ums älter werden**

- Seniorenberaterin der Stadt Heusenstamm
Jasmin Heine, Tel. 06104 607-1128

➤ **Entlastungsbetrag in der Pflege und alle weiteren Fragen zum Thema Pflege**

- Pflegestützpunkt Dietzenbach, Werner-Hilpert-Str. 1,
Dietzenbach, Tel. 06074 81805321

➤ **Wie schütze ich mich vor Enkeltrick und anderen Betrügereien?**

- Dazu sind im Büro der BSH zwei Ratgeber der Polizei kostenlos erhältlich: „Im Alter sicher leben“ und „Rate mal, wer dran ist“

Für die „PC-Macher“ der BSH ergeben sich Fragen

- helfen Sie uns Antworten zu finden!



Im Mai 2023 endete das Frühjahrsprogramm der PC- / Smartphone / Laptop Kurse.

Um für Sie auch zukünftig – Herbstprogramm 2023 – teilnehmerorientierte Kurse anzubieten, benötigen wir Ihre Rückkopplung.

Was war gut?

Wo würden Sie Verbesserungen sehen?

Waren die Inhalte der angebotenen Kurse ausreichend und für Sie zielführend?

Sind die Kurse teilweise über mehrere Tage zu lang?

Sehen Sie mehr individuelle Kurse für sich?

Oder sehen Sie mögliche andere Themen, die geschult werden könnten?

Hier müssten wir natürlich prüfen, ob wir diese Themen inhaltlich aufbereiten können, damit der größtmögliche Erfolg für Sie gewährleistet ist.



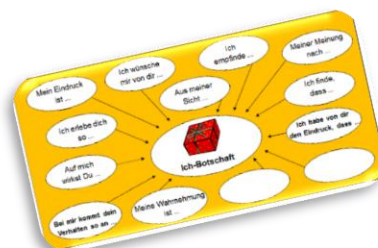
Wie geht es weiter:

- Unsere Experten werden Ihre Erfahrungen aus den Kursen in einer Feedbackrunde besprechen.
- Nach Ihrer Rückmeldung werden wir in einer Besprechung die Ergebnisse zusammenführen und im Herbstprogramm berücksichtigen.
- Und natürlich Sie über die gefundenen Ergebnisse aktuell im Newsletter informieren.

Ein wichtiger Baustein sind Ihre Rückmeldungen um gemeinsam für Sie ein ausgewogenes Programm zu erstellen.

Senden Sie uns Ihre Einschätzung an bsh-heusenstamm@t-online.de.

Vielen Dank dafür.





Es darf gebabbelt werden am Dienstag, 06. Juni 2023 um 15:00 Uhr
Jeden ersten Dienstag im Monat findet das Babelcafé um 15:00 Uhr im Bahnhof
Heusenstamm statt.



Es gibt doch immer etwas zu erzählen, man hört Neues und
verbringt gemeinsam ein paar unterhaltsame Stunden.
Schön, wenn Sie dabei sein können.

Spiele-Kaffee am Mittwoch, den 07. Juni 2023

Und wieder findet am ersten Mittwoch im Monat der Spiele-
Kaffee statt.

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

In der Kirchstr. 24 darf wieder bei Kaffee und Kuchen die
unterschiedlichsten Spiel gespielt werden.

Und – es darf nicht geschummelt werden 😊



Nächster Termin des Stammtisches am 20.06.23

Am 20. Juni findet der nächste Stammtisch zur gewohnten Zeit ab 18:00 Uhr in der
Stadtschänke (Katja) statt.



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



Bürgermeister Steffen Ball im Gespräch mit...

Der Bürgermeister hat für Mitte Juni alle Vereine und Organisationen, die sich in Heusenstamm um die Belange älterer Menschen kümmern, zu einem Gespräch eingeladen. Auch die BSH ist eingeladen.



Im Gespräch sollen die Sorgen und die Chancen der Seniorinnen und Senioren in Heusenstamm, aber auch die Wünsche erörtert werden.

Bei dieser Gelegenheit möchten wir dem Bürgermeister gerne mitteilen, was Sie sich in Heusenstamm wünschen. Den Wünschen sind keine Grenzen gesetzt. Von einer Bank in Ihrer Straße über einen Drogeriemarkt oder mehr Pflegeplätze bis zu einem Seniorenzentrum ist alles erlaubt.

Ihre Wünsche für Heusenstamm können Sie uns gerne per E-Mail bsh-heusenstamm@t-online.de unter dem Stichwort „Wunschzettel“ an die BSH senden.

Wenn Sie gerne anonym bleiben möchten, können Sie Ihre Wünsche auch z.B. auf dem beigefügten Vordruck eintragen und bei der BSH einwerfen.

Ausschneiden und bei der BSH, Kirchstr. 24 einwerfen

Das wünsch ich mir in Heusenstamm

Ich bin

weiblich männlich

jünger als 60 61 – 70 71 – 80 81 – 90 über 90 Jahre alt

und wohne in Heusenstamm Rembrücken



Repair-Café am 24.06.2023 in den Räumen der BSH

Der nächste Termin des Repair Café findet am 24.06.23 zur gewohnten Zeit von 14:00 bis 17:00 Uhr statt.

Bei Kaffee und Kuchen werden wieder nachhaltig Alltagsgegenstände repariert.

Infos zum Repair Café unter www.repaircafe-heusenstamm.de



Unser Kaffeekränzchen am 30.06.23 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.



Die Schwimmabteilung der TSV Heusenstamm veranstaltet im 150-jährigen Jubiläumsjahr ein 24 Stunden Schwimmen

Dies ist eine Veranstaltung für Alle, ob groß oder klein, alt oder jung. Jeder, der 50m ohne Schwimmhilfe schwimmen kann, kann teilnehmen.

Es gibt Urkunden, Medaillen und Pokale. Für Essen und Trinken wird auch gesorgt.

Jetzt online anmelden bis zum 26.06.23 unter www.24h.tsvheusenstammsschwimmen.de.

Danach gibt es nur noch die Tageskasse.



SA. 13:00 UHR – SO. 13:00 UHR

1./2. Juli 2023

für Alle

Save the Date

24-Stunden-Schwimmen

150
JAHRE



ORT: Bad Heusenstamm, Jahnstr. 50, 63150 Heusenstamm

EINLASS: 11:30 Uhr (Zeltende ab 11 Uhr), **BEGINN:** 13:00 Uhr, **ENDE:** 13:00 Uhr

EINTRITT: VVK: Erwachsene 14 €/ bis 18 Jahre 8 € inkl. Badekappe

TAGESKASSE: Erwachsene 17 €/ bis 18 Jahre 11 € inkl. Badekappe

Zuschauer frei

ZELTEN: 5 € pro Zelt zusätzlich

+++ Urkunden +++ Medaillen +++
Pokale +++ Buffet +++
Getränke +++ Zeltplätze +++
Kostenlos am Sonntag:
Aqua Fitness und Qi Gong +++



INFOS UND ANMELDUNG
24h.tsvheusenstammsschwimmen.de

Unterstützt durch:



Ihre Erfahrungen mit dem Deutschlandticket

Teilen Sie uns Ihre Erfahrungen mit dem Deutschlandticket mit. Wir würden dies in einem der nächsten Newsletter für unsere Leser mitteilen.

Konnten Sie problemlos die Karte bestellen?
Oder gab es Schwierigkeiten bei der Installation der App?
Und vieles mehr, dass Sie evtl. berichten können.

Danke, dass Sie sich die Zeit nehmen, auch anderen Ihre Erfahrungen mitzuteilen.



Neu:

Eine lustige und nachdenkliche Tiergeschichte – das Eichhörnchen

Text und Bild stammt von der Seniorenhilfe Dietzenbach, Herrn Dr. Ludger Beckmann

Nützliche Vergesslichkeit: Das Eichhörnchen

Es heißt: Je älter man wird, desto mehr Zeit verwendet man aufs Suchen! Mal ganz davon abgesehen, dass junge Menschen vermutlich genauso oft Dinge verlegen, aber einfach nur schneller beim Finden sind, können kleine Vergesslichkeit auch durchaus nützlich sein.

Ein schönes Beispiel dafür ist das heimische Eichhörnchen, das derzeit noch in seinem Nest, Kobel genannt, Winterruhe hält. Die Winterruhe ist nicht so tief wie der Winterschlaf, und das Eichhörnchen wacht regelmäßig auf, um auf die Toilette und - man ist ja eh aufgestanden - zum Kühlschrank zu gehen. Der Kühlschrank besteht aus vielen einzelnen Verstecken, in denen das Tierchen in guten Zeiten Vorräte gebunkert hat, z.B. Hasel- und Walnüsse sowie Samen anderer Pflanzen und das jeweils sortenrein getrennt. Es herrscht also Ordnung, allerdings nicht ganz so perfekt. Das Eichhörnchen vergisst auch schon mal, wo es das eine oder andere Vorratslager angelegt hat und so entwickelt sich mancher Vorrat im Frühling zu einem Haselnussstrauch!





Nicht verschwiegen werden sollte, dass Eichhörnchen auch mal über ihre vegetarischen Stränge schlagen und sich hin und wieder ein Amselei oder auch ein frisch geschlüpftes Amseljunges gönnen. Aber solche Details kann man ruhig schnell wieder - vergessen!

Ein bisschen vergesslich zu sein ist also nicht tragisch. Man sollte allerdings darauf nicht hoffen, dass aus dem im Kühlschrank vergessenen Joghurt ein Haselnussstrauch wird...

Ihre BSH