

Vereins-Mitteilungen
2025



SENIOREN HILFE
MAAR e.V.

Für Lauterbach und
seine Stadtteile



Hainigturm

Foto: Matthias Molitor

Inhalt

Begrüßung des Vorsitzenden	1
Veranstaltungen 2025	2
Alt und Jung	3
Rückblick auf das Jahr 2024	4-6
So arbeiten wir	7
15 Jahre Seniorencafé	8-9
Danke	10
Informationen aus dem Reparaturcafé	11
Letzte-Hilfe-Kurs	12-13
Licht des Friedens	14
Bauernhofeis	15
Warum allein zu Hause sitzen	16
Das gute alte Festnetz	17
Vom übereifrigen Monat Mai	18
Wandel der Zeit	19
Rätsel	20-21
Der Blinde und der Garten	22
Der Zug des Lebens	23
Sozusagen grundlos vergnügt	24
Gut zu wissen	25
Wichtige Telefonnummern	26

Impressum

Seniorenhilfe Maar e.V. (☎ 06641-4050)
Hauptstraße 6 (Altes Rathaus)
36341 Lauterbach-Maar
Internet: www.seniorenhilfe-maar.de
E-mail: info@seniorenhilfe-maar.de

Vorstand

Walter Mönch, Reuters
Gerda Krömmelbein, Wallenrod
Gretel Zeiger, Maar
N. N.
Inge Jöckel, Lauterbach
Erwin Greb, Lauterbach
Karin Kraus, Lauterbach
Gudrun Mönch, Reuters
Heidi Neidhart, Lauterbach
Uta Trüe, Maar
Erika Stöppler, Maar



06641-2720	Vorsitzender
06638-200	stellv. Vorsitzende
06641-4466	stellv. Vorsitzende
	Rechnerin
06641-1465	Schriftführerin
06641-917120	Beisitzer
06641-911223	Beisitzerin
06641-2720	Beisitzerin
06641-62119	Beisitzerin
06641-61809	Beisitzerin
06641-2662	Ehrevorsitzende

Bürozeiten in Maar:
Mo., Mi. 9.30 – 11.30 Uhr
Fr. 14.00 – 15.30 Uhr
In Lauterbach jeden ersten Mittwoch im Monat Sprechstunde im Posthotel Johannesburg von 14.30 bis 16.30 Uhr im Zusammenhang mit den Spielenachmittagen

Volksbank Lauterbach-Schlitz e.G. **IBAN** DE53 5199 0000 0006 1600 00

Liebe Mitglieder und Freunde der Seniorenhilfe Maar,

das Reparaturcafé ist inzwischen ein festes Standbein unserer Arbeit. Kürzlich konnten wir eine Besucherin mit einer Urkunde und einem kleinen Präsent als 500. Kundin auszeichnen. Dabei war das ein Irrtum, wie sich herausgestellt hat. Beim Abheften der Aufnahmeformulare sind vor einiger Zeit die Zettel falsch herum ein sortiert worden, so dass es eine Reihe von Nummern doppelt gibt. Inzwischen nähern wir uns tatsächlich schon der Zahl 600. Das wird bei Gelegenheit mal korrigiert. Es kommt ja wirklich nicht darauf an, aber wenn man schon eine solche Buchführung hat, sollte sie auch stimmen.

Wenngleich alle Leistungen kostenlos sind, machen unsere Besucher gerne davon Gebrauch, sich mittels einer Spende in das Schweinchen zu bedanken. Und ein kleines Nebenergebnis hat sich inzwischen auch aufgetan: unsere Kuchenbäckerin und Kaffeeköchin Gudrun backt als eine inzwischen kleine Tradition immer einen sogenannten Ei-schwer-Kuchen. Weil es ja immer andere Kunden sind, macht es nichts aus, dass es immer den gleichen Kuchen gibt. Und in nahezu jeder Sitzung wird nach dem Rezept gefragt. Damit ihre alle auch was davon habt, ist das Rezept im Innern des Heftes abgedruckt.

Alt und Jung musste im Berichtsjahr in den „Johannesberg“ ausweichen, weil das DGH Maar nicht zur Verfügung stand. Das hat so wunderbar geklappt, dass wir uns dazu entschlossen haben, auch künftig dorthin einzuladen. Ein anderer Standortwechsel hat dagegen nicht so gut funktioniert: wir wurden gebeten, noch einmal, wie vor zwei Jahren, das Reparaturcafé in der Remise des Lauterbacher Hohhauses stattfinden zu lassen. Das wollen wir künftig lieber bleiben lassen.

Das Jahresprogramm konnte im Berichtsjahr wieder einmal vollständig „abgearbeitet“ werden. Wir hoffen, dass das bei dem Programmvorschlag 2025 auch so sein wird.

Mit ganz herzlichen Grüßen

Euer



Veranstaltungen 2025

Die Veranstaltungen stehen unter Vorbehalt von Änderungen des Datums und der Durchführbarkeit. (Anmeldungen zu den Veranstaltungen, wo erbeten, im Büro zu den Dienstzeiten).

- Sa. 29.03.25 14.00 Uhr – Begegnungsnachmittag **Alt und Jung**
im Posthotel Johannesburg, Lauterbach
- Di. 08.04.25 19.00 Uhr – Posthotel Johannesburg, Lauterbach
Jahreshauptversammlung
- Fr. 16.05.25 19.00 Uhr – Posthotel Johannesburg, Lauterbach
„Heiß auf dem Vulkan“ mit **Manuel Hensler**.
(Anmeldung erbeten – Gäste willkommen)
- Juni 2025 Lauterbach von unten, **Besichtigung der ehemaligen
Dotzerschen Brauerei**, (konkreter Termin wird noch
bekannt gegeben – dann Anmeldung unbedingt erforder-
lich)
- Di. 26.08.25 18.00 Uhr – Posthotel Johannesburg, Lauterbach
Monique Abel: Umgang mit Demenzkranken
- Sept. 2025 Fahrt nach **Sargenzell zum Fruchtetepich**.
(Genaueres Datum wird noch bekannt gegeben)
- Okt. 2025 **Aktivenfahrt** nach Bad Vilbel. (Genaueres Datum und
Uhrzeit wird in einem persönlichen Schreiben bekannt
gegeben)
- Di. 28.10.25 18.00 Uhr – Posthotel Johannesburg, Lauterbach
Johanna Marx, liest aus ihrem humorvollen Buch über
ihre **Erlebnisse als Ärztin im Krankenhaus**
- Di. 18.11.25 18.00 Uhr – Posthotel Johannesburg, Lauterbach
Aktivenessen und Erfahrungsaustausch.
(Es ergeht eine gesonderte Einladung)

Spielenachmittage

Jeden ersten Mittwoch im Monat ab 14.30 Uhr finden die Spielenachmittage im Posthotel Johannesburg (Kutscherstube) statt. Eigene Spiele können gerne mitgebracht werden (siehe S. 16)

Zur gleichen Zeit und am selben Ort findet auch die Sprechstunde der Seniorenhilfe in Lauterbach statt.

Alt und Jung 2025

Unser Begegnungsnachmittag „Alt und Jung“ erfreut sich nach wie vor großer Beliebtheit. Dieses Jahr wird er zum zweiten Mal im Posthotel Johannesburg in Lauterbach stattfinden. Wir sind der Familie Dietz sehr zu Dank verpflichtet, dass wir auch in diesem Jahr den Saal des Johannesbergs nutzen können. Die Organisation der Veranstaltung ist dort für den Verein doch wesentlich einfacher, als im Dorfgemeinschaftshaus in Maar.

Für unsere musikalische Unterhaltung sorgt in diesem Jahr Rainer Stöhr, ein Lauterbacher Vollblutmusiker und Urgestein. Er bringt neue und ältere Lieder mit, die auch zum Mitsingen einladen.

Gerne möchten wir auch noch eine Kindertanzgruppe vorstellen. Zur Drucklegung dieses Heftes jedoch gab es noch keine Festlegung. Lassen Sie sich einfach überraschen.

Das gesamte Programm wird wie jedes Jahr begleitet von unserem Drehorgelspieler Walter Günther, der in unserer Veranstaltung nicht mehr wegzudenken ist.

Danach soll es wie immer selbstgebackenen Kuchen, belegte Brote, Kaffee, Tee und kalte Getränke geben. Dazu bitten wir wieder unsere Mitglieder um Kuchenspenden. Zur besseren Planung sollten diese Spenden im Büro angemeldet werden (Tel. 06641/4050).

Nach dem Kaffeetrinken ist noch Zeit für ein bisschen Unterhaltung. Wir freuen uns, wenn einige Besucher einen Beitrag dazu leisten, sei es ein Lied, ein Gedicht oder eine kurze Erzählung.

Eine gesonderte Einladung zu dieser Veranstaltung werden kurz vorher noch alle Mitglieder erhalten.



Rückblick auf das Jahr 2024

Samstag, 9. März – Begegnungsnachmittag „Alt und Jung“

Der Begegnungsnachmittag Alt und Jung hat eine lange Tradition in unserem Verein. Aber auch hier sind Veränderungen möglich, wenn in diesem Fall auch durch äußere Umstände notwendig. Die Stadt Lauterbach hat umfangreiche Arbeiten an der Kindertagesstätte in Maar durchgeführt, weshalb die Kinderbetreuung im Dorfgemeinschaftshaus stattfinden musste. Vor die Wahl gestellt, entweder unseren Begegnungsnachmittag in den Spätherbst zu verschieben oder den Veranstaltungsort zu wechseln, entschieden wir uns für letzteres. Eine leichte Entscheidung, weil sich das Posthotel Johannesburg als buchbar erwies und eine gute dazu. Da wir als Unterhaltungspunkt einen Tanz der Herbsteiner Fünkchen geplant hatten, war es wunderbar, dass es dort eine Bühne gibt. Die Herbsteiner Tänzer waren eingeplant, weil der Karnevalist Manuel Hensler eben auch von dort einen Auszug aus seinem Soloprogramm präsentieren wollte. Dann aber die Absage wegen einer heftigen Erkältung. Es gab jedoch einen tollen Ersatz: Bürgermeister Rainer-Hans Vollmöller sprang in die Bresche und bekam jubelnden Applaus. Nach ein paar Einlagen aus dem Publikum, und wie stets unterhalten durch den Drehorgelmann Walter Günther, ließen sich die Gäste im vollen Saal mit selbst gebackenen Kuchen und deftig belegten Broten verwöhnen.

Dienstag, 14. Mai 2024 – Jahreshauptversammlung

Nach Aufforderung durch das Finanzamt hatte der Vorstand eine neue Vereinssatzung entwickelt. Ein aufmerksames Mitglied hatte aber festgestellt, dass für eine Änderung nicht nur die neue, sondern auch die alte Satzung vorzulegen sei. Das hatten wir versäumt und mussten, wieder mit den notwendigen Fristen und natürlich auch unter Berücksichtigung des Saales Johannesburg eingeschränkt, neu einladen. Das hat sich aber gelohnt, denn die neue Satzung fasst umfangreiche Festlegungen kürzer zusammen und macht künftige Änderungen sehr viel leichter. Bei den Vorstandswahlen gab es wenig Veränderungen. Die meisten Mitglieder wurden in ihren Ämtern bestätigt, für die Rechnerin fand sich erneut keine Nachfolge und für den auf eigenen Wunsch ausgeschiedenen Hans-Kurt Dietz wurde Gudrun Mönch als Beisitzerin und damit auch als Bindeglied zum Reparaturcafé gewählt.

Mittwoch, 10. April – Stadtführung mit Elvira Waldeck

Die zum zweiten Mal ins Programm aufgenommene Führung sozusagen durch die eigene Stadt war erneut ein voller Erfolg, denn auch „echte Ludderbäcker“ konnten immer wieder Neues kennenlernen.

Mittwoch, 12. Juni – „Heiß auf dem Vulkan“ Manuel Hensler

Vielleicht war etwas zu wenig die Werbetrommel gerührt worden, denn es war noch sehr viel Platz im Saal. Die, die Einladung angenommen hatten, kamen dagegen voll auf ihre Kosten. Und die Begeisterung war so groß, dass wir aufgefordert wurden, Manuel Hensler 2025 erneut ins Programm, zu nehmen, was wir gerne getan haben.



Manuel Hensler

Donnerstag, 12. September

Die Besichtigung des Früchteteppichs in Sargenzell ist eine langjährige Veranstaltung, die immer wieder, wie auch im Berichtsjahr, gut ausgebucht ist. Dort war zu erfahren, dass man nach kleinen Anfängen inzwischen stabil hohe Besucherzahlen hat und so langsam auf den millionsten Besucher zusteuert. In diesem Jahr war der Turmbau zu Babel der Inhalt des in wochenlanger Arbeit ausgearbeiteten Teppichs.

Aktivenfahrt nach Bad Salzungen

Die Fahrt musste in diesem Jahr leider ausfallen, weil es keine halbwegs brauchbare Unterstützung in der Stadt Bad Salzungen gab.

Mittwoch, 24. September

Die Aktivenfahrt des vergangenen Jahres hat Gerda Krömmelbein geplant. Ihr Credo: warum denn in die Ferne schweifen, wenn es in der Nähe sehenswerte Orte gibt. Erste Besichtigung in Point Alpha, ein „Hot-Spot“ des Kalten Krieges. Hier hatten die US-Truppen einen Beobachtungspunkt eingerichtet, den engagierte Bürger der Umgebung zu einem Museum auf der Grenze weiterentwickelt haben.

Danach ging es nach Spahl (Ortsteil der Stadt Geisa) in die urige „Heile-Schern“ zum Mittagessen. Zum Erfahrungsaustausch traf man sich dann im Haus des DRK Hünfeld mit den Teilnehmern des Kaffee- und Spielenachmittages, vergleichbar mit unseren Dienstags-Senioren. Wir bildeten eine bunte Reihe im Saal und es konnten gute Gespräche geführt werden. Dort wurde dann der Beschluss gefasst: „Die kommen nächstes Jahr zu uns“. Und da werden wir uns was einfallen lassen müssen, die Latte liegt recht hoch.



Beim DRK Hünfeld

Montag, 18. November

Lukullischer Jahresabschluss mit dem Aktivenessen im Johannesberg in Lauterbach.

So arbeiten wir

Das Büro ist die Vermittlungsstelle für die Hilfen, die der Verein anbietet:

Besuchsdienste, Einkaufen, Hilfen im Haushalt, Begleitung zu Ärzten und Behörden, Entlastung pflegender Familienangehöriger, kurzzeitige Kinderbetreuung, Schreibhilfen, kleinere technische Reparaturhilfen, Fahrdienste usw...

1. Wer eine Hilfe braucht, ruft im Büro an und nennt das Problem, ebenso Namen, Anschrift und Telefonnummer.
2. Das Büro ruft einen geeigneten Helfer an und nennt ihm die Aufgabe, den Namen, die Anschrift und die Telefonnummer.
3. Dieser Helfer setzt sich mit dem Hilfesuchenden telefonisch in Verbindung, bespricht alles Nähere und macht einen Termin aus.
Auf Wunsch kann die Terminkoordination auch der Diensthabende im Büro erledigen.
4. Nun kann die Hilfe ausgeführt und abgerechnet werden (eine Stunde € 5,00, für jede weitere angefangene Stunde desselben Einsatzes € 2,00).
5. Der Helfer (Aktive) bringt das Geld ins Büro und erhält für eine Stunde Hilfe zwei Punkte auf seinem Punktekonto gutgeschrieben.

*Wir haben übrigens eine Klingel an der Außentür zum Büro,
Hauptstraße 6, Rathaus Maar*

Wir leisten Hilfe in:

Sickendorf	Heblos	Wallenrod
Allmenrod	Rimlos	Reuters
Frischborn	Lauterbach	Maar
	Rudlos	Wernges

Wir feiern: „15 Jahre Seniorencafé“

Mitten im kalten Winter, am Dienstag, dem 12. Januar 2010, trafen sich nachmittags eine Reihe älterer Frauen und Männer zum ersten Mal zum gemütlichen Beisammensein unter dem organisatorischen Dach des Vereins „Seniorenhilfe Maar für Lauterbach und seine Stadtteile“. Das ebenerdig gestaltete Maarer Dorfgemeinschaftshaus bot sich als bestens geeignete Räumlichkeit an, denn es verfügte über einen gemütlichen Clubraum, moderne Küche, Toiletten und ausreichend Parkplatz.

Nach und nach gesellten sich auch Gäste aus Lauterbach, Wallenrod, Sickendorf, Rimlos, Wernges usw. dazu. Wer nicht weiß, wie er hinkommen soll, kann sich übers Büro (Tel. 06641 – 4050) zu den Öffnungszeiten (siehe Impressum) einen Fahrdienst organisieren lassen. Dabei ist es gut zu wissen, dass die Fahrten zum Seniorencafé, zu „Alt und Jung“ und zu den Spielenachmittagen kostenlos sind.

Neben Essen und Trinken gibt es meistens auch ein interessantes Thema, zu dem wir sachkundige Gäste gewinnen konnten.

2025 ist Folgendes geplant:

(Beginn jeweils dritter Dienstag im Monat: 15.00 Uhr)

21. Januar: Anja S. berichtet., wie sie als Flüchtlingsfamilie in Deutschland Fuß fassen konnte.

18. Februar: Wir feiern „15 Jahre Seniorencafé“ mit Überraschung.

18. März: Herr Schimanski vom DRK erklärt, was für ältere Menschen beim Thema „Erste Hilfe“ wichtig ist.

15. April: Regine Dietz aus Maar berichtet über ihre Aufgaben und ihr Leben als Entwicklungshelferin in Myanmar.

20. Mai: Wir sind zu Gast im AWO – Altenheim in Lauterbach und gestalten mit den Bewohnern einen unterhaltsamen Nachmittag.

17. Juni: Wir erwarten Bernd Petri von der Naturschutzorganisation NABU, der einen Vortrag mit Bildern über den auch bei uns im Vogelsberg wieder heimisch gewordenen Weißstorch halten wird.

15. Juli: 2025 Bettina Hanitsch, die schon 2024 mit einem medizinischen Thema bei uns gesprochen hat, gibt uns wertvolle Tipps zur Gesunderhaltung von Magen und Darm.

19. August: Es geht hinaus ins Grüne und wir grillen wieder wie alljährlich im Maarer Vogelschutzgehölz.

Die weiteren Termine für 2025 sind noch in Planung und können dann im Büro nachgefragt werden.

*Raus aus der Einsamkeit,
und rein in die Geselligkeit!
Probier's, komm mal zur Schnupperstunde
in diese angenehme Runde!
Da bist Du weniger allein,
und kannst entspannt und sorglos sein.*

Die vergangene Zeit

Näher dem Ende als dem Beginn
schau ich zurück und auch nach vorn,
ach wo ist die Zeit nur hin,
so voller Liebe, Leid und Zorn.

Die Jahre sind so schnell vergangen,
die Tage waren vollgesogen,
mit Arbeit, Freude, Hoffen, Bangen.
Das Leben ist davongeflogen

So manches, was ich jung begonnen,
kann ich im Alter weiterführen,
nutze die Zeit, die ich gewonnen,
um meine Grenzen zu berühren

(Dieter Helmut Hildebrand)

Danke...

zu sagen, wird leider immer wieder vergessen. Dabei ist es doch so wichtig, gerade ehrenamtlich erbrachte Leistungen nicht als selbstverständlich zu betrachten, sondern entsprechend zu würdigen. Deshalb haben wir in diesem Jahr darauf verzichtet, eine Jahresstatistik vorzustellen, weil die schieren Zahlen meist nicht viel aussagen sondern wollen an dieser Stelle besondere Leistungen benennen.

Danke an die evangelische Kirchengemeinde Maar-Wernges, vertreten durch ihre Vorsitzende Doris Lippert. Wir, das heißt unsere Dienstags-Senioren, hatten im Laufe des Jahres über Monate keine "Heimat", weil das Dorfgemeinschaftshaus wegen Sanierungs- und Umbauarbeiten an der Kindertagesstätte „Sandhasen“ für die Betreuung der Gruppen benötigt wurde. Da sprang die Kirchengemeinde ein und stellte uns den Gemeindesaal zur Verfügung. Nur, dass das im Sinne einer guten Zusammenarbeit unter den Maarer Vereinen kostenlos sein sollte, das haben wir so nicht stehen lassen. Kurz vor Weihnachten übergab unser Vorsitzender Walter Mönch an Doris Lippert einen Umschlag mit einer Spende. Die wird man in dieser Zeit sicher gut gebrauchen können.



Danke an die eigenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Jene, die dreimal in der Woche das Büro besetzen, jene, die für Besuchsdienste zur Verfügung stehen und die, die unter Einsatz ihres privaten Pkw hunderte von Fahrdiensten gewährleisten. Dabei ist es aufgefallen: Es mehren sich die Fälle, in denen unser Fahrer älter ist als der Fahrgast. Das klappt zwar noch sehr gut, zeigt aber, dass wir dringend Nachwuchs bei den aktiven Fahrern benötigen. Auch die Mitglieder des Vorstandes und der Redaktion dieses Heftes wollen wir nicht vergessen.

Danke an das Team des Reparaturcafés, über das wir auf der nächsten Seite separat berichten.

Informationen aus dem Reparaturcafé

Das Reparaturcafé in der alten Schule in Maar ist seit Mai 2017 jeden letzten Freitag im Monat ab 16.00 Uhr in Betrieb und ist mit Lücken während Corona beinahe 8 Jahre Bestandteil unserer Arbeit. Wir haben es nicht erfunden sondern bestehenden Einrichtungen nachempfunden, und wir haben anderen Einrichtungen geholfen, sich zu gründen. Inzwischen nähern wir uns zügig der Zahl von 600 durchgeführten oder versuchten Reparaturen.

Nicht immer können wir helfen. In manchen Fällen (besonders ärgerlich bei Kapsel-Kaffeemaschinen) ist eine Reparatur vom Hersteller gar nicht erwünscht, und es wird uns die Zusendung von Ersatzteilen schlicht verweigert. In manchen Fällen gibt es erforderliche Ersatzteile aber auch gar nicht mehr. Nach unserer Erfahrung jedoch hilft es unseren Kunden oft schon, wenn wir bestätigen können, dass das Gerät nicht mehr zu retten ist.

Acht Jahre Reparaturcafé heißt aber auch, dass wir alle, die sich dort einsetzen, nicht nur acht Jahre älter, sondern auch seit geraumer Zeit sehr verlegen um Nachwuchs sind. Manchmal müssen wir weit über die eigentlich gesteckte Zeit hinaus schrauben, weil zahlreichen Kunden nur ein oder zwei Reparateure gegenüber sitzen.

Der Kuchen

In Reparaturcafé steckt ja auch das Wort „Café“. Und in der Tat backt Gudrun Mönch seit Beginn jeden Monat einen Kuchen. Weil es das einfacher macht und sich Reste, wenn der Kuchen nicht aufgegessen wird, leichter aufheben lassen, hat sich inzwischen eine Tradition entwickelt: Es gibt immer den gleichen Kuchen, was ja nicht stört, weil die Kunden ständig wechseln. Was aber immer wieder vorkommt: anwesende Kundinnen wollen das Rezept haben. Für alle, die das auch interessiert, hier das Rezept des sogenannten

„Ei-Schwer-Kuchens“:

Das Rezept heißt so, weil sich der Teig am Gewicht der verwendeten Eier orientiert. Man wiegt Eier mit der Schale, so etwa 300 bis 350 Gramm. Und genau so viel wie die Eier wiegen, gibt man jeweils hinzu: Mehl, Zucker und Butter. Dazu kommen noch je 1 Pck. Backpulver und Vanillezucker. Weiterhin noch je ein Fläschchen Rumaroma und Vanillearoma. Die ganze Masse wird gut verrührt und in eine Gugelhupfform gefüllt. Die Backzeit beträgt ca. 45 Minuten bei 175 Grad Umluft. Nach dem Auskühlen mit Puderzucker bestreuen und wer mag, mit einem ordentlichen Klecks Schlagsahne verzehren.

Letzte-Hilfe-Kurs vom Hospizdienst Vogelsberg

Letzte Hilfe? Was ist das denn? Unter einem Erste-Hilfe-Kurs kann man sich ja noch etwas vorstellen, jeder Führerscheininhaber muss ja einen gemacht haben. Unter „Letzter Hilfe“ wird man sich dann etwas vorstellen können, wenn man den Begriff im Zusammenhang mit Hospizdienst hört.

Weil sich unsere Seniorenhilfe gerne auch helfend in den Dienst anderer sozialer Organisationen stellt, hat sich unser Vorsitzender Walter Mönch mit Heide Fink (Vorsitzende des Leitungsteams Hospizdienst Vogelsberg) zu einem Gespräch getroffen. Das Ergebnis wird hier vorgestellt mit der Bitte an unsere Mitglieder, sich bei Interesse an einer Mitarbeit beim Hospizdienst, vor allem an einer Teilnahme an dem Ausbildungskurs, der sich „Letzte-Hilfe-Kurs“ nennt, an das Büro der Seniorenhilfe zu wenden. Der Vorstand trägt die Meldungen zusammen und trifft dann notwendige Absprachen mit Heide Fink.

Der Hospizdienst Vogelsberg hat es sich zur Aufgabe gemacht, zu dem Thema Sterben, Tod und Trauer viel Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben, um Scheu davor abzubauen und das Tabuthema etwas zu entkrampfen. Genau dazu eignen sich die sogenannten Letzte-Hilfe-Kurse, für die sehr gut ausgebildete Kursleiterinnen bereit stehen.

Aufgrund der weltweiten demografischen Entwicklung muss in den nächsten Jahren mit einem Anstieg der Zahl alter, schwer kranker, pflegebedürftiger und sterbender Menschen gerechnet werden. Hinzu kommt der eigentlich sehr positive und begrüßenswerte Umstand, dass durch verbesserte Methoden moderner Medizin einerseits und der sehr guten Ernährungslage andererseits Menschen immer länger leben, das statistische Lebensalter immer weiter ansteigt.

Eine Verlängerung der Lebenserwartung geht jedoch notwendiger Weise einher mit einer Verlängerung von Leidens- und Sterbeprozessen. Das ist eine weit stärkere Belastung für die betroffenen Kranken, aber auch für die Angehörigen. Was man von außen kaum erkennen, allenfalls erahnen kann, ist, dass im Laufe des Krankheitsprozesses, insbesondere wenn es erkennbar zu Ende geht, einschneidende Entscheidungen getroffen werden müssen: Nämlich vom Kranken, wenn er dazu noch in der Lage ist, oder von Angehörigen, wenn sie an dessen Stelle treten müssen.

Dazu gehört etwa die Frage zu entscheiden, wie lange eine Behandlung noch weiter geführt werden soll, etwa, wie viele meist schmerzhafteste Chemotherapien dem Kranken noch zugemutet werden sollen, zugemutet werden dürfen. Wann soll oder muss eine Beatmungsmaschine abgeschaltet werden vor dem Hintergrund der Frage, ob man ein Leben noch für lebenswert erachten soll. Soll man ein Leben um jeden Preis verlängern, nur weil es rein medizintechnisch noch möglich ist?

All diese Fragen sind zutiefst philosophisch und existentiell, dabei aber auch extrem individuell. Und die Angehörigen fühlen sich häufig mit der Beantwortung solcher Fragen allein gelassen. Daher macht es Sinn, über das Sterben und den Tod nachzudenken und insbesondere auch zu sprechen. Dazu will der Letzte-Hilfe-Kurs aufrufen und beitragen.

Der Hospizdienst im Vogelsberg will vermitteln, bei diesem ganzen Problem- und Fragenkreis zu helfen. Er bietet einen Ausbildungskurs an, der interessierte Bürgerinnen und Bürger ohne professionelle medizinische oder pflegerische Kenntnisse dazu befähigen soll, den betroffenen Familien Hilfe anbieten zu können. Der Kurs besteht aus vier Modulen mit einem zeitlichen Umfang von jeweils 45 Minuten. Einschließlich der Pausen dauert der Kurs vier Stunden. Die vier Module bauen inhaltlich aufeinander auf und sind zusammenhängend als eine in sich geschlossene Ausbildungsveranstaltung zu verstehen.

Die Höchstteilnehmerzahl eines Kurses soll 20 nicht übersteigen, ideal sind nach den gemachten Erfahrungen 6 – 12 Menschen. Nach den Anforderungen an den Raum, die sich Heide Fink vorstellt, könnte die Durchführung im oberen Saal des alten Maarer Rathauses, in dem sich im Erdgeschoss auch das Büro der Seniorenhilfe befindet, stattfinden. Wenn sich aus den Reihen der Seniorenhilfe ein Kurs zusammenstellen ließe, könnten wir sozusagen auf heimatlichem Terrain diese Ausbildung durchführen.

Ganz wichtig ist sicher der Hinweis, dass sich dieser Kurs an Menschen wendet, die sich auf solche Situationen vorbereiten wollen, wie sie oben beschrieben sind, aber natürlich auch an Angehörige, die eine solche Situation bereits zu Hause haben. Ausdrücklich wird von den ausgebildeten Kursteilnehmern nicht verlangt, dass sie anschließend in fremde Haushalte gehen sollen.

Nähere Auskünfte bei:

Heide Fink, Landsknechtsweg 11 in Lauterbach, Tel: 0170/7002933

Licht des Friedens



Zünd' ein Licht an für den Frieden,
dass es weithin leuchten kann,
damit jedes Kind der Erde
froh im Frieden spielen kann.

Zünd' ein Licht an für die Freundschaft,
schick es rund um diese Welt,
kommt, lasst uns die Hände reichen,
dass der Frieden Einzug hält.

Zünd' ein Licht an für die Liebe!
Liebe, die dem Nächsten gilt,
damit auf der ganzen Erde
nur ein Miteinander zählt.

Lass das Licht des Friedens leuchten,
dort, wo Menschlichkeit nicht zählt,
dass selbst in den dunklen Zeiten
das Licht des Friedens Einzug hält.

Gott gebot dir, du sollst lieben;
Nicht nur deinen besten Freund,
seine Liebe, sie erwartet,
dass du liebst selbst deinen Feind.

So verbreit' das Friedensfeuer,
schick das Licht rund um die Welt,
dass es keinen Krieg mehr gäbe
und der Frieden Einzug hält.

Christina Telker

Bauernhofeis aus Frischborn

Mit einem Bauernhof verbindet man normalerweise Kühe, Schweine, Schafe, Pferde, Hühner – mit einer Eismanufaktur eher nicht. Die gibt es aber im Lauterbacher Stadtteil Frischborn! Im Aussiedlerhof Auhof hat Änne Gromes die Idee umgesetzt, Eis aus der Milch eigener Kühe herzustellen. Verkauft wird an gewerbliche Abnehmer und an Gäste einer kleinen Eisdielen, die Änne Gromes ihre „Kuhle Hütte“ nennt.

Dazu gibt es noch einen Verkaufswagen der aus einem kleinen Wohnwagen entwickelt wurde. Der Auhof ist dazu einem Verband „Bauernhofeis“ beigetreten. Von dort bekommt man Rezepte und Anregungen, eigene Kreationen zu entwickeln. Natürlich bekommt man von dort auch Hinweise und Ratschläge, wie mit den Hygienevorschriften umzugehen ist. Keine Sorge muss die Familie Gromes davor haben, dass in ihrem Umfeld nun noch zahlreiche Eismanufakturen entstehen, denn der Verband garantiert auch einen Gebietsschutz.

Und wer schafft die Arbeit? Die Eismanufaktur auf dem Auhof ist, das hätte man sich fast gedacht, ein Familienbetrieb. Ehemann und Sohn sorgen dafür, dass immer die richtige Milch ihrer rund 40 Kühe in ausreichender Menge und guter Qualität vorhanden ist, die Töchter helfen bei Herstellung und Verkauf. Lediglich eine Mitarbeiterin auf Geringverdienerbasis ist mit dabei.

Seit dem 1. Mai 2021 am Markt hat man sich inzwischen einen Namen gemacht. Im Sommerhalbjahr pilgern Heerscharen von Gästen zum Auhof. „Es wird garantiert nicht langweilig“, so Änne Gromes. Im Winter ist geschlossen, aber an den vier Samstagen vor Weihnachten gibt es einen Sonderverkauf, wobei auch besondere Sorten, etwa Lebkucheneis, angeboten werden. Änne Gromes ist für besondere Bestellungen unter 0151/28799276 erreichbar.



Warum allein zu Hause sitzen?



Das Spielen ist es nicht allein, was am ersten Mittwoch im Monat um 14.30 Uhr die Vereinsmitglieder in die gemütliche Kutscherstube des „Johannesbergs“ nach Lauterbach lockt.

Es ist die Geselligkeit, es ist das Treffen mit Bekannten, es ist die Freude, vertraute Gesichter wiederzusehen und es ist die sehr spannende Chance, auch im Alter noch neue Menschen und natürlich Spiele kennen zu lernen.

Auch wer erst einmal nicht unbedingt würfeln möchte, keine Karten in der Hand halten oder Plättchen auf dem Tisch verschieben möchte, ist herzlich eingeladen, bei Kaffee und Kuchenstückchen oder kalten Getränken ganz einfach entspannt zu schnuppern, was man heute so spielt. Denn die alten Hasen, die teilweise seit 10 Jahren und mehr spielen, wissen, wie es geht und sie sind sehr geduldig im „Beibringen“ auch von brandneuen Spielen.

Zwei altmodische Koffer beherbergen eine kunterbunte Mischung aus klassischen Brett-, Würfel- und Kartenspielen. Mancher Besucher bringt aber auch sicherheitshalber sein Lieblingsspiel von zu Hause einfach mit und wirbt um Mitspieler oder schließt sich kurzerhand einer schon gebildeten Tischrunde an, wo schon der Laden läuft.

Wir freuen uns sehr auf jede neue Mitspielerin, jeden neuen Mitspieler!

Das gute alte Festnetz



Wer zum Geburtstag gratuliert,
der tut dies meistens ungeniert
per Telefon...und stört die Gäst'
bei einem rauschend schönen Fest.

Der Jubilar, er trägts mit Fassung,
obwohl ihm eine Unterlassung
des Anrufs heute günstig wär',
denn ständig rennt er hin und her.

Seine Nerven liegen blank
und dennoch sagt er höflich Dank,
derweil er resigniert, gequält
bereits den Anruf 17 zählt.

Im Hintergrund die Gäste lachen,
weil sie gehörig Unfug machen,
und auch die Hausfrau ist plaisiert,
weil sie das Essen schon serviert.

G'rad legt er seinen Hörer nieder
und geht zurück, da klingelt's wieder.
Ein and'rer Mensch, derselbe Spruch -
so langsam wird es ihm genug.

Zurück bei seiner Gäste Schar
erzählt er gerne, wer das war.
Er greift zur Gabel und zum Glas -
da klingelt's wieder und das war's.

Und während all dieses passiert,
wird's Essen wieder abserviert.
Die Gäste trinken auf sein Wohl
und gehen heim, des Lobes voll.

Das war 'ne richtig schöne Party
bei unserm Freund, dem alten Hardy.
Leider war er ja nicht da!
Vielleicht klappt es im nächsten Jahr.

(Bernd Neidhart)

Vom übereifrigen Monat Mai

Endlich hatte der April, dieser wetterlaunische Kerl, seinem Nachfolger Platz gemacht. Sein verrücktes Aprilwetter hatte er mitgenommen, und der Mai zog mit Wärme und Sonne im Land ein. Er war bester Laune und durchstreifte singend die Maienwelt: „Tirili trala, der Mai ist da, tirili trala, nun bin ich da und bringe dem Land bunte Blüten, Wärme, Sonnenschein und eine Prise Liebe obendrein. Tirili, tralala ...“

Der junge Mai breitete weit die Arme aus, als wolle er die ganze Welt umarmen. „Schön ist das Leben! Oh, wie schön.“ Er tänzelte über Wiesen, Parks und Felder, durchwanderte enge Täler, hohe Berge und weite Wälder und rief überallhin seine Botschaft: „Ich, der Mai, bin da! Ich, der Freund der Sonne und bunten Farben, bringe Liebe und Freude für die Natur, für alle Leute.“

Stirnrunzelnd beobachteten seine Monatskollegen die Wanderschaft des Mais durchs Land. „Warum muss er bloß immer so schamlos übertreiben!“, stöhnte der Juli. „Er weiß genau, dass ich für die Wärme zuständig bin.“ „Am liebsten würde ich ihm einen kalten Hagelschauer übers eitle Haupt schütten“, brummte der Januar. „Oder eine Nebelfront“, schlug der November griesgrämig vor. Fast jeder Monat hatte einen anderen Vorschlag, wie man den übermütigen Maikerl ein wenig mäßigen könnte.

„Lasst ihm doch seine Freude“, meinte der alte weise Dezember schließlich. „Möge er seine Jugend genießen und sich am Leben freuen.“ „Und diese Freude soll er den Menschen weitergeben“, warf der September ein. „Und die Liebe“, kicherte der Februar. „Hört ihr? Die Liebe!“ Ja die Liebe. Galt der Mai nicht als Wonnemonat der Liebenden? Na bitte! Schmachkend beobachteten die Monate das fröhliche Tun des Mais. Doch irgendwann, nach zehn, elf, zwölf Tagen wurde es ihnen dann doch zu viel.

„Er verdreht mir den Menschen zu sehr die Köpfe“, beschwerte sich der August, „das ist nicht fair.“ „Stimmt“, heulten Juni und Juli auf. „Wie sollen wir als strahlende Sommermonate erscheinen, wenn uns der Mai, dieser Schnösel, alle Trümpfe aus der Hand nimmt?“ „Recht habt ihr“, warfen März und April ein. Sie schmolten ein wenig, weil der Mai ihnen wieder einmal – wie jedes Jahr – die Schau stehlen wollte.

„Tut etwas!“ „Okay!!!“, riefen die Herbst und Wintermonate einstimmig und warfen – kling-klong – ein paar Prisen Kälte, Wolken- und Windwetter und ein paar Hände voller Eiskristalle auf das Haupt des Mais hernieder.

Tja, und der Mai schwiag dann für eine Weile. Still und bescheiden setzte er sich in einen blühenden Kastanienbaum und ruhte sich aus. Ein paar Tage nur, die Zeit der Eisheiligen.

(Aus dem Internet)

Wandel der Zeit

Auf Urlaubsreisen war ich einst bedacht, stets einzupacken, was mich glücklich macht: Ein Lippenstift, den Lidschatten, die Puderdose und Däfte nach Lavendel und nach Rose. Auch Cremetöpfchen für den Tag und für die Nacht, ganz einfach alles, was mich glücklich macht.

Dazu die Kleider, luftig, leicht und bunt, tief ausgeschnitten, einmal spitz und einmal rund. Seidene Hemden für die Nacht, ganz einfach alles, was mich glücklich macht.

Heute sieht mein Kofferinhalt anders aus, die Schönheitsmittel lass ich jetzt zu Haus. Nicht Brauenstift und Puderdose, nein eine warme Unterhose. Arthrosesalbe, Franzbranntwein pack ich jetzt in den Koffer rein. Kniewärmer für Tag und Nacht, ganz einfach alles, was mich glücklich macht.

Dazu Tabletten, Tröpfchen, Rheumamittel und gegen Kälte warme Kittel. Ein Döschen fürs Gebiss bei Nacht, ganz einfach, alles was mich glücklich macht.



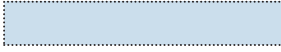




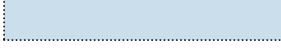


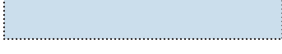
Auch Gummistrümpfe, Kukident und Augensalbe wenn`s mal brennt. Die Wärmflasche fürs Bett bei Nacht, ganz einfach alles, was mich glücklich macht.

So habe in vielen Lebensjahren ich einen Wandel nun erfahren.
Doch heute noch bin ich stets bedacht, nur einzupacken,

was mich glücklich macht.

Rätsel Rätsel Rätsel Rätsel

Brückenrätsel

MEISTER		STAHL
BÜRO		TRAINING
BILDER		VERANSTALTUNG
BLUMEN		FALL
FOTO		CHARTS
LADEN		RUNDE
TELEFON		VERMÖGEN
WAND		WOCHE
BONBON		STAU
KLEIN		AUTOMAT
REGEN		HERR

Scherzrätsel

1. Darf ein Mann die Schwester seiner Witwe heiraten?
2. Warum war Jesus der Ältteste unter seinen 12 Aposteln?
3. Wie kastriert man am schnellsten einen Kühlschrank?
4. Wie nennt man einen, der Geld aus dem Fenster schmeißt?
5. Was macht ein Pirat am liebsten am Computer?
6. Was sagt der große Stift zum kleinen Stift?
7. Was wird immer länger, wenn es vorne kürzer wird?
8. Welcher Hang fällt ab, wenn man ihn hochsteigt?
9. Was ist der Unterschied zwischen einem Politiker und einem Telefon?

Rätsel Rätsel Rätsel Rätsel

Verstecktes Zitat

In diesem Buchstabenwirrwarr ist ein Zitat versteckt. Lesen sie die Buchstaben rückwärts, um das Zitat zu finden.

AGRYLLONELLAFEGXION
KLINGDNISJLÖNDMUNDLA
KLUNAMOLSÄLEFRÜWNIE ←
LEMRUEIDMERLYCHERKU

Wortmutationen

Wie machen Sie in 5 Schritten aus dem Wort Sessel das Wort Kisten, wenn Sie pro Schritt nur einen Buchstaben des Wortes austauschen dürfen und nur sinnvolle Wörter dabei entstehen.

S	E	S	S	E	L
K	I	S	T	E	N

Wortschlangen

- a) **V I K** b) **Z Y L** c) **E R K**
A R E **O T Y** **U Q Ö**
J K Y **H P M** **E F P**

(Auflösungen auf S.24)

Der Blinde Mann und der Garten

In einem kleinen Haus mit einem großen Garten lebte ein blinder Mann. Er verbrachte jede freie Minute in seinem Garten und pflegte ihn trotz seines Handikaps mit großer Hingabe. Ob Frühling, Sommer oder Herbst, der Garten war ein Blütenmeer.

„Sagen Sie“, fragte ein Vorübergehender, der die Pracht bestaunte, „warum tun Sie das? Sie können doch nichts davon sehen, oder?“ „Nein“, antwortete der Blinde, „nicht das Geringste.“ „Und warum kümmern Sie sich dann überhaupt um den Garten?“ Der Blinde lächelte: „Ich kann Ihnen dafür vier Gründe nennen:

Erstens, ich liebe die Gartenarbeit.

Zweitens, ich kann meine Blumen anfassen.

Drittens, ich kann ihren Duft riechen.

Der vierte Grund sind Sie!“

„Ich? Aber Sie kennen mich doch gar nicht!“ „Nein, aber ich wusste, Sie würden irgendwann vorbeikommen. Sie hätten Freude an meinen herrlichen Blumen und ich hätte Gelegenheit, mich mit Ihnen darüber zu unterhalten.“

Noch einmal

Noch einmal möchte ich Wege gehen,
die ich nicht mehr finden kann,
noch einmal alle Menschen sehen,
die ich einst so lieb gewann,
noch einmal mit den Händen fassen,
was mich fassungslos gemacht,
noch einmal manches werden lassen,
über das ich einst gelacht.

Noch einmal dieses Leben leben,
das ist uns Menschen leider nicht gegeben.

Dieter Helmut Hildebrand

Der Zug des Lebens

Das Leben ist wie eine Zugfahrt, mit all den Haltestellen, Umwegen und Unglücken. Wir steigen ein, treffen unsere Eltern und denken, dass sie immer mit uns reisen, aber an irgendeiner Haltestelle werden sie aussteigen und wir müssen unsere Reise ohne sie fortsetzen. Doch es werden viele Passagiere in den Zug steigen, unsere Geschwister, Cousins, Freunde, sogar die Liebe unseres Lebens. Viele werden aussteigen und eine große Leere hinterlassen. Bei anderen werden wir gar nicht merken, dass sie ausgestiegen sind. Es ist eine Reise voller Freuden, Leid, Begrüßungen und Abschied. Der Erfolg besteht darin: Zu jedem eine gute Beziehung zu haben. Das große Rätsel ist: Wir wissen nie, an welcher Haltestelle wir aussteigen müssen.

Deshalb müssen wir leben, lieben, verzeihen und immer das Beste geben! Denn wenn der Moment gekommen ist, wo wir aussteigen müssen und unser Platz leer ist, sollen nur schöne Gedanken an uns bleiben und für immer im Zug des Lebens weiter reisen!!! Ich wünsche dir, dass deine Reise jeden Tag schöner wird, du immer Liebe, Gesundheit, Erfolg und Geld im Gepäck hast.

Vielen Dank, an all euch Passagiere, im Zug meines Lebens!!! Starke Menschen wissen, wie sie ihr Leben in der Reihe halten. Sogar mit Tränen in den Augen können sie mit einem Lächeln sagen: Ich bin ok.



Ich komm, weiß nicht woher.
Ich bin und weiß nicht wer.
Ich leb, weiß nicht wie lang.
Ich sterb' und weiß nicht wann.
Ich fahr, weiß nicht wohin:
Mich wundert, dass ich so fröhlich bin.

(Martinus von Biberach)

SOZUSAGEN GRUNDLOS VERGNÜGT

Ich freu mich, dass am Himmel Wolken ziehen,
und dass es regnet, hagelt, friert und schneit.
Ich freu mich auch zur grünen Jahreszeit,
wenn Heckenrosen und Holunder blühen.
dass Amseln flöten und dass Immen summen,
dass Mücken stechen und dass Brummer brummen,
dass rote Luftballons ins Blaue steigen,
dass Spatzen schwatzen und dass Fische schweigen.

Ich freu mich, dass der Mond am Himmel steht,
und dass die Sonne täglich neu aufgeht.
Dass Herbst dem Sommer folgt und Lenz dem Winter.
gefällt mir wohl. Da steckt ein Sinn dahinter.
Wenn auch die Neunmalklugen ihn nicht sehen.
Man kann nicht alles mit dem Kopf verstehen!
Ich freue mich! Das ist des Lebens Sinn.
Ich freue mich vor allem, dass ich bin.

In mir ist alles aufgeräumt und heiter:
Die Diele blitzt. Das Feuer ist geschürt.
An solchem Tag erklettert man die Leiter,
die von der Erde in den Himmel führt.

Da kann der Mensch, wie es ihm vorgeschrieben,
weil er sich selber liebt – den Nächsten lieben.
Ich freue mich, dass ich mich an das Schöne
und an das Wunder niemals ganz gewöhne.
Dass alles so erstaunlich bleibt, und neu!
Ich freue mich, dass ich ... Dass ich mich freu.

Mascha Kaleko

Rätselaufösungen:

Brückenrätsel: Dieb, Kraft, Rahmen, Wasser, Album, Lokal, Anlage, Kalender, Papier, Geld, Schirm. **Scherzrätsel:** 1. Nein, weil er tot ist. 2. Die Apostel waren „Jünger“. 3. Tür auf, Eier raus, Tür zu. 4. Scheinwerfer. 5. Die Entertaste drücken. 6. Wachs-mal-Stift. 7. Der Weg. 8. Der Vorhang. 9. Das Telefon kann man auflegen, wenn man sich verwählt hat. **Verstecktes Zitat:** Die Würfel sind gefallen. **Wortmutationen:** Kessel, Kassel, Kassen, Kasten. **Wortschlangen:** Reykjavik, Lymphozyt, Querköpfe.

Gut zu wissen...

Wir versuchen, Ihren alten Geräten auf die Sprünge zu helfen. Das inzwischen voll funktionsfähige **Reparatur-Café** ist jeweils am letzten Freitag des Monats von 16.00–18.00 Uhr geöffnet. Es befindet sich im ersten Stock des Alten Rathauses in Maar, Hauptstraße 6. Für die auf das Instandsetzen ihrer Geräte Wartenden gibt es Kaffee und Kuchen. Die Reparatur ist kostenlos. Um eine Spende wird gebeten.

Die Idee!

Sie wollen auch Menschen helfen?

Einfach im Büro anrufen!
Mo. und Mi. von 9.30 - 11.30
Fr. von 14.00 - 15.30.

Freude am **Spielen** kann man an jedem 1. Mittwoch im Monat mit netten Menschen und Kaffee und Kuchen von 14.30 Uhr bis ca. 17.00 Uhr in Lauterbach im „Johannesberg“ erleben.

Für alle offen: Die **Dienstags-Senioren**. Jeden dritten Dienstag im Monat von 15.00 bis 17.00 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Maar in gemütlicher Kaffeerunde. Unverbindliches „Schnuppern“ ist selbstverständlich möglich! Das DGH Maar ist barrierefrei. Weitere Auskünfte im Büro (06641-4050) (Siehe auch S.8)

Gesprächsangebot: Mit dem „Silbertelefon“ unter 0800-478090 bietet Silbernetz e.V. bundesweit täglich von 8 bis 22 Uhr anonym, vertraulich und kostenfrei ein dreistufiges Kommunikationsangebot für vereinsamte oder isolierte ältere Menschen an.

Wenn man nicht mehr kochen kann oder will:

- DRK Essen auf Rädern (Auskunft unter ☎ 06641-96630).
- Posthotel Johannesberg kocht Stammessen zum Abholen.

Bringedienste: Einige Geschäfte bringen Ihnen inzwischen Ihre Lebensmittel nach Hause. Fragen Sie in Ihrem Geschäft nach.

Hausnotruf: Sicherheit 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr und ein gutes Gefühl für Sie und Ihre Angehörigen. Weitere Auskünfte erteilt das Deutsche Rote Kreuz, ☎ **06641 / 96630**

Sie wollen verreisen, können aber Ihr Gepäck nicht mehr tragen, dann setzen Sie sich mit dem **Gepäckservice** der Deutschen Bahn in Verbindung (online: www.gepaeckservice-bahn.de) oder Reiseauskunft am Bahnhof. Sie melden das Gepäck ein paar Tage vor der Reise an und bezahlen ca 18,- Euro pro Koffer und einfache Strecke. Das Gepäck wird bei Ihnen an der Haustür abgeholt und nach der Reise wieder dorthin zurückgebracht.

Wichtige Telefonnummern:

Polizei

Notruf, Polizeistation, Lindenstr. 61 _____ 110

Feuerwehr

Notruf _____ 112

Rettungsdienst

Notarzt / Rettungswagen _____ 112

Krankentransport _____ 112

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Mo, Di, und Do von 19.00 – 7.00 Uhr, Mi und Fr von 14.00 – 7.00 Uhr,
Sa, So, und Feiertage 7.00 – 7.00 Uhr: Krankenhaus Eichhof, Lauter-
bach oder *Auskunft* _____ 116 117

Hessenweiter Notruf (Zeiten: s. o.) _____ 116 117

Bei Lebensbedrohung _____ **112**

Giftnotruf _____ 06131-19240

Zahnärztlicher Notdienst _____ 01805-607011

Senioren

Seniorenhilfe Maar e.V. _____ 06641-4050

Sprechzeiten: Mo u. Mi von 09.30 bis 11.30 Uhr

Freitag von 14.00 bis 15.30 Uhr

Seniorenbeirat der Stadt Lauterbach _____ 184 122

Pflegestützpunkt des VB-Kreises _____ 06641-977 2091/2

Fachstelle Prävention im Alter VB-Kreis _____ 06641-977178

Häusliche Kranken- und Altenpflege

Sozialstation der AWO _____ 96 340

Sozialstation, Diakonie-Station Eichhof _____ 82 377

Pflegedienst Krohn _____ 64 57 334

Hospizdienst Lauterbach _____ (AB) 06641-646 7826

Deutsches Rotes Kreuz _____ 06641- 96 630

Sonstige

Frauen und Kinder in Not _____ 977 2440

Weißer Ring (Hilfe für Kriminalitätsoffer) _____ 116 006

Kinderschutzbund _____ 06641-963 310

0151 2344 1606

Ev. Seelsorge (kostenlos) _____ 0800 11 10 111

Kath. Seelsorge (kostenlos) _____ 0800 11 10 222