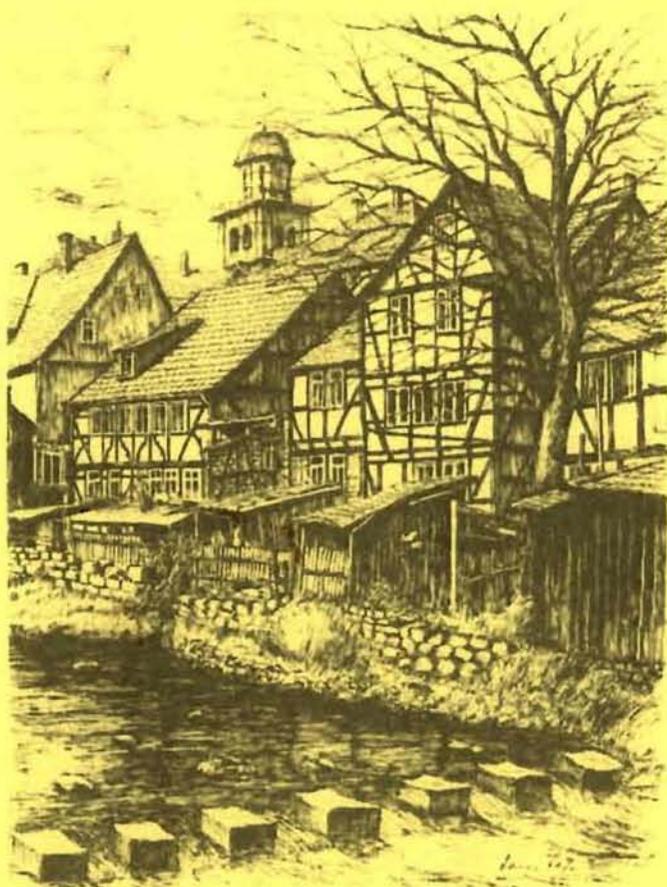


Vereins-Mitteilungen
2010



SENIORENHILFE
MAAR E.V.

Für Lauterbach und
seine Stadtteile



Schrittsteine in Lauterbach

Zeichnung: Hans Hess

Inhalt

Begrüßung	1
Programm 2010	2
Hilfen	3
Alt und Jung	4
Chronik	5
Betrachtungen des Jahres 2009	6
Broschüre zur neuen Patientenverfügung	8
Planung zu Lebzeiten	8
Vorbeugen ist besser	9
Maria Leichtfuß: Ein Leben	10
Einfach mal zum Nachdenken	14
Optimaler Finanzkreislauf	15
Aktivenfahrt	16
Die Schatzgräber	18
Nicht allein zu Hause sitzen	19
Senioren im Straßenverkehr	20
Rätsel	22
Humoriges	23
Rechtsanwälte u. d. Südstaatengroßmutter	24
Gebet eines Seniors	25
Rätsellösungen	25
Wichtige Telefonnummern	Rückseite

Impressum

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

Sprechzeiten:

Mo., Mi. 9.30 – 11.30 Uhr

Fr. 14.00 – 15.30 Uhr

In **Lauterbach** jeden ersten
Donnerstag im Monat Sprechstunde
im Sitzungssaal des Rathauses, von
10.00 Uhr bis 11.00 Uhr, außer in
den Schulferien

Vorstand

Kurt Sorg, Wallenrod	06638-646	Vorsitzender
Gerda Krömmelbein, Wallenrod	06638-200	stellv. Vors.
Heidi Neidhart, Lauterbach	06641-62119	stellv. Vors.
Harm Hartig, Lauterbach	06641-7567	Rechner
Inge Jöckel, Lauterbach	06641-1465	Schriftf.
Erwin Greb, Lauterbach	06641-917120	Beisitzer
Hans-Kurt Dietz, Maar	06641-919540	Beisitzer
Erika Stöppler, Maar	06641-2662	Ehrevorsitzende

Liebe Mitglieder,

wie zu jedem Jahreswechsel hat das Redaktionsteam unseres Vereins die Vereinsmitteilungen für 2010 fertiggestellt.

Dieses Mitteilungsheft soll Ihnen die Vereinsaktivitäten der letzten 12 Monate noch einmal in Erinnerung rufen. Gleichzeitig stellen wir die Jahresplanung für die kommenden 12 Monate vor.

Wir hoffen, dass wir mit dem vielfältigen Angebot all unseren Mitgliedern etwas bieten können. Kommen Sie zu den Veranstaltungen recht zahlreich und bringen Freunde und Nachbarn mit. Durch Ihre Teilnahme belohnen Sie jene, die sich um die einzelnen Aktivitäten und Vorträge bemühen.

Natürlich haben wir für Sie auch wieder Besinnliches und Heiteres und einige knifflige Rätsel zusammengetragen.

Wir freuen uns, Sie am 20.03.2010 bei „Alt und Jung“ im DGH Maar und am 25.03.2010 zur Mitgliederversammlung im „Landgasthof zur Tenne“ in Maar begrüßen zu können

Der Vorstand und das Redaktionsteam wünschen Ihnen ein gesundes Neues Jahr.

Ihr

Kurt Sorg

VERANSTALTUNGEN 2010

Bitte beachten Sie, dass die Veranstaltungen an verschiedenen Orten stattfinden:

- Sa. 20.03.10 14.00 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Maar
Begegnungsnachmittag „**Alt und Jung**“
mit Unterhaltungsprogramm
- Do. 25.03.10 19.00 Uhr im „Landgasthof Tenne“ in Maar
Mitgliederversammlung
- Do. 22.04.10 15.00 Uhr im Büro der Seniorenhilfe in Maar
Arbeitstreffen der Aktiven des Telefondienstes
- Do. 29.04.10 16.00 Uhr in der Gudrun-Pausewang-Schule in Maar
„Kinderleichtes Kochen für den kleinen Haushalt“ mit
Erika Stöppler und Kurt Sorg.
- Do. 20.05.10 15.00 Uhr, Treffpunkt: Schießstand am Kugelberg, Lauterbach
„Kräuterspaziergang mit Christiane Pflug“
- Do. 10.06.10 19.00 Uhr im „Landgasthof Tenne“ in Maar
Vortrag von Anke Henkel von der Kompass-Pflegeberatung
**„Pflegeberatung im Zusammenhang mit gesetzlichen und
privaten Versicherungen“.**
- Do. 19.08.10 19.00 Uhr im „Landgasthof Tenne“ in Maar
Vortrag von Ingo Schwalm: **„Früherkennung und Diagnose
von Demenz“.**
- Do. 23. 09.10 15.00 Uhr in der Gudrun-Pausewang-Schule in Maar
„Malen mit Margarethe Schönherr“
- Do. 21.10.10 15.00 Uhr im Büro der Seniorenhilfe in Maar
Arbeitstreffen der Aktiven des Telefondienstes
- Do. 18.11.10 19.00 Uhr im „Landgasthof Tenne“ in Maar
Erfahrungsaustausch der Aktiven mit Jahresplanung für
2011.

An jedem **zweiten Mittwoch** des Monats (außer in den Sommerferien)
findet um 14.30 Uhr unser **Spiele-Nachmittag** im „Posthotel
Johannesberg“ in Lauterbach statt.

Wenn jemand Hilfe braucht

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, Schreibhilfen, Reparaturhilfen Holz und Textil, andere Reparaturhilfen, Fahrdienste,

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.
4. Nun kann die Hilfe ausgeführt und abgerechnet werden (1 Stunde € 2,50, für jede weitere angefangene Stunde desselben Einsatzes € 1,50).
5. Der Helfer (Aktive) bringt das Geld ins Büro und erhält für 1 Stunde Hilfe zwei Punkte auf seinem Punktekonto gutgeschrieben.
6. Alle freuen sich, dass es gut gelaufen ist.

Wir leisten Hilfe in:

Sickendorf	Heblos	Wallenrod
Allmenrod	Rimlos	Reuters
Frischborn	Lauterbach	Maar

Alt und Jung 2010

Am 20. März 2010 um 14.00 Uhr ist es wieder soweit. Wir treffen uns zu „Alt und Jung“ im Maarer Dorfgemeinschaftshaus zu einem abwechslungsreichen Nachmittag. Diesmal unterhalten uns die Kinder des **Maarer Kindergartens**. Der **Chor** der Gudrun-Pausewangschule unter der Leitung von Karin Sachers singt für uns.

Die bekannte **Turngruppe des Maarer Turnvereins** hat sich bereit erklärt, im Rahmen dessen, was im DGH möglich ist, unter der Leitung von Sabine Pussel einen temperamentvollen Ausschnitt ihres Könnens darzubieten.

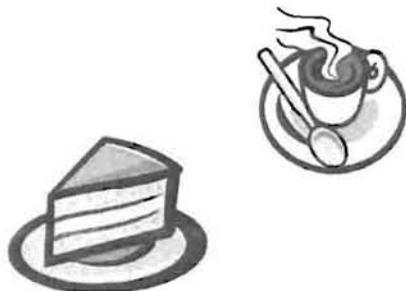
Als Handwerk steht „**Papierschöpfen**“ auf dem Programm, das uns Ulrich Baier aus Lauterbach demonstrieren wird.

Zur **Kaffeestunde** halten wir Kuchen, Kaffee, Tee und belegte Brote für Sie bereit.

Wer einen Kuchen backen möchte, möge sich bitte im Büro in die Liste eintragen lassen.

Nach dem Kaffeetrinken sind wir wieder gespannt auf die Beiträge aus dem Publikum. Jeder Gast kann zur Unterhaltung etwas beitragen, wenn er ein geeignetes Gedicht, ein Lied oder sonst einen Vortrag zur Freude der Anderen präsentiert.

Weiter haben wir wieder die **Fotoausstellung** im Vorraum geplant, und kein Besucher soll ohne ein kleines **Andenken** nach Hause gehen.



Chronik 2009

31.01. Fertigstellung und Versand der Infohefte 2009.

12.02. Frau Heike Christen und Herr Hans Gerhard Spahn aus Stockhausen kommen ins Büro, um sich über die Seniorenhilfe ausführlich informieren zu lassen.

14.02. Herr Erich Rudzinski macht auf seiner Fußtour durch Deutschland Station in Maar. Er hält einen beachtenswerten Vortrag über die Einrichtung von Kinderhospizen.

02.03. Die AWO lädt zu einem Gesprächskreis ein, um ein Projekt „Ausbildung zum Seniorenbegleiter“ auf den Weg zu bringen.

02.03. Die Kreisgruppe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes trifft sich zu einer Tagung im Büro der Seniorenhilfe in Maar.

21.03. Im DGH Maar findet die Veranstaltung „Alt und Jung“ statt. Das Programm wird bereichert durch handwerkliche Demonstration (Filzen mit Christiane Harres), Musik (Junge Bläser mit Klaus Scheuer) und verschiedene Darbietungen der Schülerinnen und Schüler der Grudrun-Pausewang-Schule.

02.04. Bei der Mitgliederversammlung stellt Dr. Liller den Antrag, das Tätigkeitsfeld des Vereins zu erweitern und den Vereinsnamen entsprechend der erweiterten Tätigkeitsmerkmale zu ändern bzw. zu erweitern. Die musikalische Umrahmung bestreiten Laura Sauer (Klavier) und Larissa Döll (Klarinette).

20.04. Im Haus des DRK beginnt ein Kurs „Seniorengymnastik und Sturzprävention“ unter der Leitung von Monika van Treek.

29.04. Kriminal-Haupt-Kommissar Manfred Knoch von der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle Osthessen hält im Lauterbacher Hof einen Vortrag zum Thema „Geschäfte an der Haustür“.

07.05. Die Seniorenhilfe Maar für Lauterbach und seine Stadtteile stellt sich einem sachkundigen Publikum vor bei der Fachtagung „Leben im Alter . . . auf dem Land“ im Forum „Netzwerk ländlicher Raum“ in Romrod.

17.06. Frau Apothekerin Christiane Pflug hält im Lauterbacher Hof einen Vortrag über „Heilkräuter und ihre Anwendungsmöglichkeiten“.

18.06. Teilnahme an einer Fachtagung in Dietzenbach, zu der die Landesehrenamtsagentur Hessen und der Hessische Städte- und Gemeindebund Fachkräfte aus Kommunen und Organisationen, Kommunalpolitiker, Seniorenbeiräte und Verantwortliche aus Senioren- und Nachbarschaftshilfen eingeladen hatten.

12.09. Aktivenfahrt in den Generationengarten nach Kirchheim zum Informations- und Erfahrungsaustausch mit den „Wühlmäusen“ vom Heimat- und Verkehrsverein Kirchheim.

08.10. Pfarrer Theo Günther referiert im Lauterbacher Hof zum Thema „Gesprächsführung mit Demenzkranken“.

14.10. Arbeitstreffen der Aktiven des Telefondienstes im Büro der Seniorenhilfe.

19.11. Erfahrungsaustausch 2009 und Planung 2010 der aktiven Mitglieder im Lauterbacher Hof.

08.12.09 E. Stöppler und K. Sorg empfangen Doris Markowsky und Bärbel Heinrich, die in Alsfeld eine ähnliche Einrichtung wie unsere Seniorenhilfe gründen wollen, zu einem Informations- und Erfahrungsaustausch.

Betrachtungen des Jahres 2009 aus statistischer Sicht

„Gut ist es, an andere sich zu halten,
denn keiner trägt das Leben allein.“

(Friedrich Hölderlin, 1770 – 1843)

Im Jahre 2009 hielt sich die Mitgliederzahl fast konstant um die 420 herum. Das ist aber nur die Zahl! Es sind nicht alle dieselben Menschen, die am 1. Januar 2009 und 12 Monate später dabei waren, denn es gehen rund 20 durch Tod, Wegzug oder Austritt. Die so entstandenen Lücken werden durch andere Personen, die dem Verein beitreten, vollständig gefüllt.

Es ist ein Kommen und Gehen über all die Jahre unseres Bestehens. Bei den 20 Neuzugängen 2009 handelt es sich nicht ausschließlich um Menschen, die klugerweise vorsorgen für die Zeit, in der sie Hilfe benötigen könnten, sondern auch um solche, die sich gleich bei Eintritt auf ihrer Anmeldung bereit erklären, auch Hilfe zu leisten. Sie erhalten nach intensiver Einweisung ihren Ausweis. Diese ständige behutsame Erneuerung hält das Vereinsleben lebendig und gewährleistet eine gleichbleibende Qualität der Hilfen.

Bei den 494 Einsätzen im vergangenen Jahr 2009 waren 35 Aktive im Einsatz, nämlich 19 Frauen und 16 Männer. Zusätzlich wurden noch mehr als 50 Stunden aufgewendet für die Erstellung, den Druck, den Versand und die Verteilung des Infoheftes.

Auf den Bürodienst dreimal wöchentlich entfielen 150 Einsätze. 28 Mitglieder nahmen Hilfe in Anspruch, genauso viele wie im davor liegenden Zeitraum 2008. Sieben waren leider nicht mehr dabei, denen wir in den zurückliegenden Jahren mehrmals monatlich oder mehrmals wöchentlich zur Seite standen.

Dieser Verlust zeigt sich in der niedriger ausgefallenen Zahl der Einsätze. Auf der anderen Seite haben wir auch 12 Mitglieder gezählt, die 2009 erstmals in ihrer zum Teil langjährigen Mitgliedschaft um Hilfe nachgefragt haben. Einige sind darunter, die früher selbst Hilfe geleistet haben und jetzt voll dem Motto folgen:

„Hilfst Du uns heute, helfen wir Dir morgen.“

Dabei bringen sie ihre erworbenen Punkte ein und brauchen daher nicht die Einsätze zu zahlen.

Wir sind stolz auf die Zahl von 58 aktiven Helferinnen und Helfern. Jeder trägt einen Ausweis bei sich, der ihn berechtigt, für die Seniorenhilfe Maar tätig zu sein. Haftpflicht- und Unfallversicherung sind selbstverständlich. Der zuletzt vom Vorstand ausgegebene Ausweis trägt die Nummer 111. Wie erklärt sich der Unterschied zwischen dieser hohen Zahl und den oben genannten 58 Aktiven, die 2009 dem Verein zur Verfügung standen? In den 14 Jahren unseres Bestehens haben Aktive der ersten Jahre aus gesundheitlichen, Alters-, familiären oder sonstigen Gründen nach und nach ihre aktive Mitarbeit einstellen müssen. Aber ihre Ausweise haben sie behalten, denn sie lösen die dort vermerkten Punkte ein, wenn sie selbst einmal Hilfe benötigen. Auch Angehörige können die angesparten Punkte eines Verstorbenen einlösen.

*Wir danken unseren Helferinnen und Helfern
ganz herzlich für ihre freundliche
Einsatzbereitschaft im Jahre 2009.*

Broschüre zur neuen Patientenverfügung

Leiden, Krankheit, Sterben: Wie bestimme ich, was medizinisch unternommen werden soll, wenn ich entscheidungsunfähig bin?

Die Broschüre gibt Hilfestellung für diejenigen Bürgerinnen und Bürger, die eine individuelle Patientenverfügung verfassen wollen. So vielfältig wie die Wertvorstellungen und Glaubensüberzeugungen der Menschen in unserem Land sind, so vielfältig sind auch die individuellen Entscheidungen der Einzelnen, die sich daraus ergeben und die in eine Patientenverfügung einfließen können. Im Internet können Sie beim Bundesministerium der Justiz die Broschüre herunterladen (www.bmj.bund.de/Service). Sie finden in dieser Broschüre kein fertiges Formular. Sie finden Empfehlungen mit sorgfältig erarbeiteten Textbausteinen für die Formulierung individueller Entscheidungen sowie zwei Beispiele einer möglichen Patientenverfügung.

Weitere Hilfe und Informationen in diesen Fragen gibt die Betreuungsstelle des Vogelsbergkreises, Ansprechpartner: Manfred Kluger (☎ 06641-977-232). Auch soziale Einrichtungen und Rechtsanwälte können Auskunft geben.

Planung zu Lebzeiten

„Eines Morgens wachst Du nicht mehr auf.
Die Vögel singen wie sie gestern sangen.
Nichts ändert diesen neuen Tageslauf. Nur Du bist fortgegangen.
Du bist nun frei, unsere Tränen wünschen Dir Glück.“

(Joh. Wolfgang v. Goethe, 1759 – 1823)

Für den einen tröstlich, für den anderen unvorstellbar ist der Gedanke, einmal Abschied nehmen zu müssen. Schmerzlich allemal der Gedanke an die Zurückgebliebenen, an ihre Tränen, an ihre Trauer, und an ihre Pflicht, alles zu organisieren, was dazugehört. Ihnen es so leicht wie möglich zu machen, bedeutet für jeden von uns: **Planung zu Lebzeiten!** Auch wenn ein Bestattungsunternehmen beauftragt werden soll, erleichtert die **Checkliste** für Angehörige, wenn sie ausgefüllt ist, die Formalitäten ganz erheblich und hilft, Entscheidungen im Sinne des Verstorbenen zu treffen. Die Liste umfasst z. B. Fragen zur Beerdigung, zu Trauerkarten oder -anzeigen, zur Verwendung von Geldspenden, zur Hinterlegung des Testamentes, zu bestehenden Versicherungen, Konten, Verträgen, Mitgliedschaften und manchem mehr. Sogar für Wünsche nach dem Verbleib von Haustieren ist Platz gelassen.

Die Liste ist beim VdK und in unserem Büro kostenlos erhältlich. Eine Lektüre empfiehlt sich allemal.

Vorbeugen ist besser

als Heilen, sagt der Volksmund.

Gerade in Sachen „Alter“ bewahrheitet sich dieser Spruch in vielerlei Lebensbereichen. Daher sind die Kurse zur **Sturzprävention** gleichbleibend beliebt, denn erstens können sie die Stand- und Trittsicherheit merklich verbessern, und zweitens dienen Bewegung mit Geselligkeit dem körperlichen, geistigen und seelischen Wohlbefinden gleichermaßen.

Zum dritten Mal konnten wir die ausgebildete Übungsleiterin Monika van Treek für einen Kurs gewinnen. Auch Mitglieder, die noch keine Erfahrung haben, können ohne Probleme jetzt einsteigen, denn die Übungen sind systematisch und veränderlich aufgebaut und machen allen Teilnehmern Freude.

Termine: ab 18.01.2010 jeweils montags von 8.30 – 9.30 Uhr,
10 Std.,

Ort: DRK-Haus Lauterbach, Bergstraße (ehemals Lidl)

Anmeldung: im Büro telefonisch (☎ 06641-4050) oder persönlich zu den Bürozeiten. Bei mehr als 12 Meldungen gibt es einen zweiten Kurs.

Kosten: Die Teilnehmer/Innen beteiligen sich mit €10 an den Unkosten.

Bei Interesse kann im Frühjahr oder Herbst erneut ein Kurs stattfinden.



Maria Leichtfuß – Ein Leben

Gemütlich sitzt Maria Leichtfuß unter der Stehlampe auf dem Sofa. Wie sie es am liebsten tut, arbeitet sie einmal wieder an den Dingen, die sie selbst erfunden hat. Mit ausdrucksstarken Kalenderbildern bastelt sie große und kleine Tüten, in die man zum Beispiel Geschenke verpacken kann. Blumen sind darauf, Gemälde, Stadtbilder von Lauterbach oder Lebensweisheiten. Sehr dekorativ sehen sie aus. "Ich fand es immer zu schade, solche schönen Bilder wegzuwerfen", etwas, was die 80-jährige aus Lauterbach eines Tages auf diese geniale Idee brachte. Normale Einkaufstüten wurden "untersucht" von ihr, danach machte sich Maria Leichtfuß mit Kleber und Schere an die ersten Versuche. Inzwischen hat sie hunderte solcher Taschen gefertigt, die guten Absatz finden. Akribisch wird der Quittungsblock geführt: Sämtlicher Erlös wird als Spende für karitative Zwecke abgegeben. "Es ist eine schöne Aufgabe für mich seit dem Tod meines Mannes." Fritz Leichtfuß starb im vergangenen Jahr, zuvor hatte ihn seine Frau über elf Jahre gepflegt. Seit dieser Zeit ist sie engagiert in der Seniorenhilfe Maar. Klein und zierlich verbirgt sie in ihrer starken Seele ein Schicksal, das in manchen Teilen kaum zu glauben ist.



Vier Jahre alt war Maria Leichtfuß, als eine Hungersnot übers Land zog. Geboren wurde sie in der Ukraine als letztes von sieben weiteren Geschwistern in der 880.000 Einwohner-Stadt Saporoskje. Bilder brannten sich fest. Darunter die der unzähligen Scharen von Kindern, die wegen der großen Not von ihren Eltern ausgesetzt verloren auf den Bahnhöfen ausharrten. Marias Mutter brachte alle Kinder durch. An manchen Tagen gab es Wasser mit ein wenig Salz vermischt, an anderen war es Kohlsuppe. Eingetauscht hatte die Mutter manchmal Kleidung und persönliche Habseligkeiten gegen etwas Gemüse. An besseren Tagen wurden aus Kleeblüten Plätzchen gebacken. Einmal geschah dies mit Kleie, die es für den Ehering gegeben hatte. Bei den Kindern rief der Verzehr asthma-ähnliche Anfälle hervor. Aber man war mal wieder einigermaßen satt.

Heizmaterial für die Öfen? Dazu wurden die Kleinen der Familien an die Stellwerke geschickt. Dorthin, wo die Schlacke des Kohlefeuers der Lokomotiven hinaus geworfen wurde. Auf klebrig schmierigen Halden suchten die Pimpfe nach übrig gebliebenen Kohlestücken und brachten sie stolz nach Hause. Ein Tag ein warmes Zimmer.

In den Jahren, als sich der zweite Weltkrieg bis in die Region der Ukraine ausbreitete, fraßen sich weitere abstruse Erlebnisse in das Repertoire der Erinnerungen. Aus dem Fenster der Schulklasse, die Maria Leichtfuß damals besuchte, konnten die Kinder eines Tages sehen, wie einer der riesigen Hochöfen plötzlich in die Luft flog. Sofort nach Hause gehen durften die Schüler an diesem dritten Oktober 1941.

Manchmal standen auf den aufgeschütteten Panzergräben behinderte und jüdische Kinder. Maschinengewehrsalven ertönten, die kleinen Leichen rollten herunter. Als das Wasserkraftwerk am Dnjep von eigenen russischen Truppen gesprengt wurde, sich die Fluten gnadenlos ergossen, die Leichen der Soldaten mit sich rissen, die zu Hunderten bei der zu frühen Fehlzündung umgekommen waren: "Sie hingen überall!" ... da vertrieb es die damals 13-Jährige mit ihrer Mutter aufs Land zur ältesten Schwester. Hier gab es ein wenig mehr zu essen. Hin und wieder wurden Gefangene durchs Dorf getrieben. Wer hinfiel, wurde erschossen. Unvergessen der einzelne deutsche Soldat, völlig verstört, in offener, zerrissener Uniform.

Freundlich wankte er auf die Kinder zu. "Stalingrad, sechste Armee! Stalingrad, sechste Armee! Stalingrad, sechste Armee!" Worte ins Leere, wie an einer endlosen Kette. Er verschwand. Verschwinden war Alltag.

1942/43. war es, als nicht nur junge ukrainische Menschen in den Dörfern und Städten rekrutiert wurden. "Ostarbeiter" lautete das Stichwort. In großen Viehwaggons wurden sie nach Deutschland transportiert, um hier arbeitsmäßig die jungen Männer zu ersetzen, die an der Front waren. Schützend stellte sich der ältere Bruder vor seine Schwester, die als 15 galt, weil ihre Geburtsurkunde in den Kriegswirren verloren gegangen war. Einverstanden zeigte man sich, sie vor Ort zu lassen, wenn der Bruder oder eine Schwester mit ihren Familien nach Deutschland gehen würden. Unerschrocken lehnte Maria Leichtfuß ab: "Ich fahre. Ich bin noch jung und werde mich am ehesten mit der deutschen Sprache und allem anderen arrangieren." Abschied. Nicht für drei Monate, wie es versprochen wurde. Vollwaise war das junge Mädchen im September 1942 geworden, als die Mutter starb, die seit dem Tod ihres Mannes 1932 ihre Kinder allein aufgezogen hatte. Eingezwängt zwischen 57 anderen Deportierten ging die unvorstellbare Fahrt unter perfiden Umständen mit unbekanntem Ziel in den Westen. Für Maria Leichtfuß endete sie schließlich in Lauterbach. Auf einem Bauernhof durfte sie in die Rumpelkammer einziehen. Wie eine Wohltat - ein Bett aus Stroh, eine Bleibe und Brot, es gab keinen Krieg mehr. Dafür arbeitete sie tagein, tagaus von früh bis spät. Noch heute rechnet sie dem Landwirt hoch an, dass er ihr gleich zu Anfang mit Händen und Füßen erklärte, dass sie als Mädchen aus der Ukraine mit am Familientisch essen durfte. Strengstens verboten war es, Ostarbeiter in dieser Art zu integrieren. Bei eventueller unangemeldeter Überprüfung war im Nebenraum ein Platz ausgemacht. Pferd und Hund hingen genauso wie die Kühe an Maria Leichtfuß, die sich schnell und fleißig an die Arbeiten gewöhnte. Vor allen Dingen die Tiere, die ihr aufs Wort folgten, gaben dem stillen Mädchen, das seine Kindheit und Jugend verloren hatte, ein gewaltiges Stück Wärme des Lebens zurück. Irgendwann wurden die Ostarbeiter in riesigen Transporten auf die "Heimreise" geschickt.

"Was sollte ich dort? Ich wusste von keinem meiner Geschwister zu dieser Zeit eine Adresse." Erfolgreich und recht abenteuerlich versteckte sich Maria. Später erfuhr sie, dass alle Mädchen anstatt zu Hause im Straßenbau, die Männer im ukrainischen Bergbau unter Tage gelandet waren.

Maria Leichtfuß geht mit weichen Schritten durch die Zimmer der kleinen Lauterbacher Wohnung, die ihr Eigentum ist. Tief holt sie Luft. Wie viele Stunden hat sie für das kleine Paradies bei fremden Leuten nicht nur die Fußböden geschrubbt, ist Jahre Putzen gegangen. Jeden Penny umgedreht. Durchweg hat sie ihren Mann als Küster der Stadtkirche unterstützt. Immer dazu gehörten viele Blumen, die sie überall für den Altarschmuck in ihrem Garten zusammen suchte. In den ersten zehn Jahren gab es keinen freien Tag, keinen Urlaub. Bescheiden und ohne jedes Pathos - wie es grundsätzlich ihre Art ist, fügt sie hinzu: "Mit Leib und Seele waren wir für die Kirche da. Wir haben es gern getan." Mit dergleichen Liebe rettete das Ehepaar in letzter Sekunde ein Stück Kindheit ihrer Adoptivtochter Angelika, sie war vier, als sie einzog.

Bis auf ein Treffen mit einer ihrer Schwestern, hat Maria Leichtfuß ihre Familie nicht mehr wieder gesehen. Alle hatten akademische Ausbildungen und waren in alle Richtungen zwangsweise "versetzt" - bis Kleinasien. Heute ist Maria Leichtfuß die letzte Überlebende der einst achtköpfigen Geschwisterschar.

Text und Bild von Margaret Perkuhn



Einfach mal zum Nachdenken . . .

Ein Professor stand vor seiner Philosophie-Klasse und hatte einige Gegenstände vor sich. Als der Unterricht begann, nahm er wortlos einen großen Blumen-Übertopf und begann diesen mit Golfbällen zu füllen. Er fragte die Studenten, ob der Topf voll sei, sie bejahten es.

Dann nahm der Professor ein Behältnis mit Kieselsteinen und schüttete diese in den Topf. Er bewegte den Topf sachte und die Kieselsteine rollten in die Leerräume zwischen den Golfbällen. Dann fragte er die Studenten wiederum, ob der Topf nun voll sei. Sie stimmten zu.

Der Professor nahm als nächstes eine Dose mit Sand und schüttete diesen in den Topf. Natürlich füllte der Sand den kleinsten verbliebenen Freiraum.

Er fragte wiederum, ob der Topf nun voll sei. Die Studenten antworteten einstimmig „Ja“.

Der Professor holte zwei Dosen Bier unter dem Tisch hervor und schüttete den ganzen Inhalt in den Topf und füllte somit den letzten Raum zwischen den Sandkörnern aus. Die Studenten lachten.

„Nun“, sagte der Professor, als das Lachen langsam nachließ, „ich möchte, dass Sie diesen Topf als Repräsentation Ihres Lebens ansehen. Die Golfbälle sind die wichtigsten Dinge in Ihrem Leben: Ihre Familie, Ihre Kinder, Ihre Gesundheit, Ihre Freunde, die bevorzugten, leidenschaftlichen Aspekte Ihres Lebens, welche, falls in Ihrem Leben alles verloren ginge, und nur noch diese verblieben, Ihr Leben trotzdem noch erfüllend wäre.

Die Kieselsteine symbolisieren die anderen Dinge im Leben wie Ihre Arbeit, Ihr Haus, Ihr Auto. Der Sand ist alles andere, die Kleinigkeiten. Falls Sie den Sand zuerst in den Topf geben, hat es weder Platz für die Kieselsteine noch für die Golfbälle.

Dasselbe gilt für Ihr Leben. Wenn Sie all Ihre Zeit und Energie in Kleinigkeiten investieren, werden Sie nie Platz haben für die wichtigen Dinge. Achten Sie auf die Dinge, welche Ihr Glück gefährden. Spielen Sie mit den Kindern. Nehmen Sie sich Zeit für eine medizinische Untersuchung. Führen Sie Ihren Partner zum Essen aus. Es wird immer noch Zeit bleiben, um das Haus zu reinigen oder

Pflichten zu erledigen. Achten Sie zuerst auf die Golfbälle, die Dinge, die wirklich wichtig sind. Setzen Sie zuerst Prioritäten. Der Rest ist nur Sand.“

Einer der Studenten erhob die Hand und wollte wissen, was denn das Bier repräsentieren soll. Der Professor schmunzelte: „Ich bin froh, dass Sie das fragen. Es ist dafür da, Ihnen zu zeigen, dass, egal wie schwierig Ihr Leben auch sein mag, es immer noch Platz hat für ein oder zwei Bierchen.“

Optimaler Finanzkreislauf

Es ist August, eine kleine Stadt an der Riviera, Hauptsaison, aber es regnet, die Stadt ist leer. Alle haben Schulden und leben auf Kredit. Zum Glück betritt ein reicher Russe eines der Hotels:

Der Russe will ein Zimmer, legt 500 Euro auf den Tisch und geht, um sich das Zimmer anzusehen.

Der Hotelchef nimmt das Geld und rennt zum Metzger, um seine Schulden zu begleichen.

Dieser nimmt die Banknote und rennt zum Schweinezüchter, um seine Schulden zu regulieren.

Dieser nimmt die 500 Euro und rennt zum Futterlieferanten, um seine Schulden zu reduzieren.

Dieser nimmt das Geld und gibt es der Nutte, bei der er laufend auf Kredit war (Krise).

Die Nutte nimmt das Geld und rennt zum Hotelchef, um ihre Schulden für das Stundenzimmer zu regulieren.

Genau in diesem Moment kommt der Russe zurück, sagt, das Zimmer gefalle ihm nicht, nimmt seine 500 Euro zurück und verlässt die Stadt.

Fazit: Niemand hat etwas verdient, aber die ganze Stadt hat keine Schulden mehr und schaut plötzlich wieder völlig optimistisch in die Zukunft!

Aktivenfahrt zu den „Wühlmäusen“

Das Wetter war zwar noch etwas herbstlich kühl, die Sonne versprach aber einen schönen Tag und blieb uns auch bis zum Abend erhalten. Auf dem Marktplatz von Bad Hersfeld erwartete uns schon die Stadtführerin und zeigte uns die Innenstadt mit ihren alten Häusern, Kirchen, Klosteranlagen und der imposanten Ruine der Stiftskirche, die durch die Bad Hersfelder Festspiele weit bekannt ist.



Bild: Inge Jöckel

Am frühen Nachmittag erreichten wir unser eigentliches Reiseziel Kirchheim, wo wir von der ersten Vorsitzenden des Heimat- und Kulturvereins, Frau Karin Abel, empfangen wurden. Unter ihren fachkundigen Informationen besichtigten wir staunend den „Generationengarten der Wühlmäuse“, für den der junge Schlossherr, Axel von Baumbach, dem Verein großzügig ein Stück Land innerhalb seines ummauerten Schlossparks überlassen hat. Etwa 20 Senioren arbeiten hier gemeinsam mit dem letzten Jahrgang des Kindergartens und den vier Grundschuljahrgängen. Jedes Kind arbeitet also im Verlauf der Zeit einmal bei jedem Projekt mit.

Es werden Kartoffeln, Gemüse, Rüben, Weizen und Blumen angebaut und jeweils bei der Ernte gibt es ein großes Fest, bei dem die Erzeugnisse entweder verarbeitet oder verkauft werden.

Die Schule arbeitet an den Projekten mit, sodass auch Bilder und Aufsätze entstehen, die wir auf Schautafeln bewundern konnten. Diese waren gerade wegen des Tages des offenen Denkmals am nächsten Tag aufgestellt worden.

Bei der gemeinsamen Gartenarbeit von Jung und Alt werden die Erfahrungen der älteren Generation gezielt eingesetzt, damit die heutigen Kinder erleben, dass alles, was uns ernährt, durch Säen, Pflanzen und Pflegen entstanden ist und dass das Ernten alle vorhergehenden Mühen lohnt.

Diese Zusammenhänge sind auch vielen jungen Eltern leider nicht mehr bewusst, und so sind die teilnehmenden Kinder ein wertvolles Bindeglied zwischen mehreren Generationen.

Das Projekt wurde auf Landesebene ausgezeichnet als: „Familienfreundlichste Kommune in Hessen.“ Auf Bundesebene erhielt es einen Preis als: „Ausgewählter Ort im Lande der Ideen.“

Den Tag beschlossen wir in dem urgemütlichen Museumscafé „Scheune an der Aula“, dessen Besitzer und Erbauer sich als leidenschaftlicher Sammler von unzähligen alten Haushalts-, Handwerks- und Landwirtschaftsgeräten erwies.



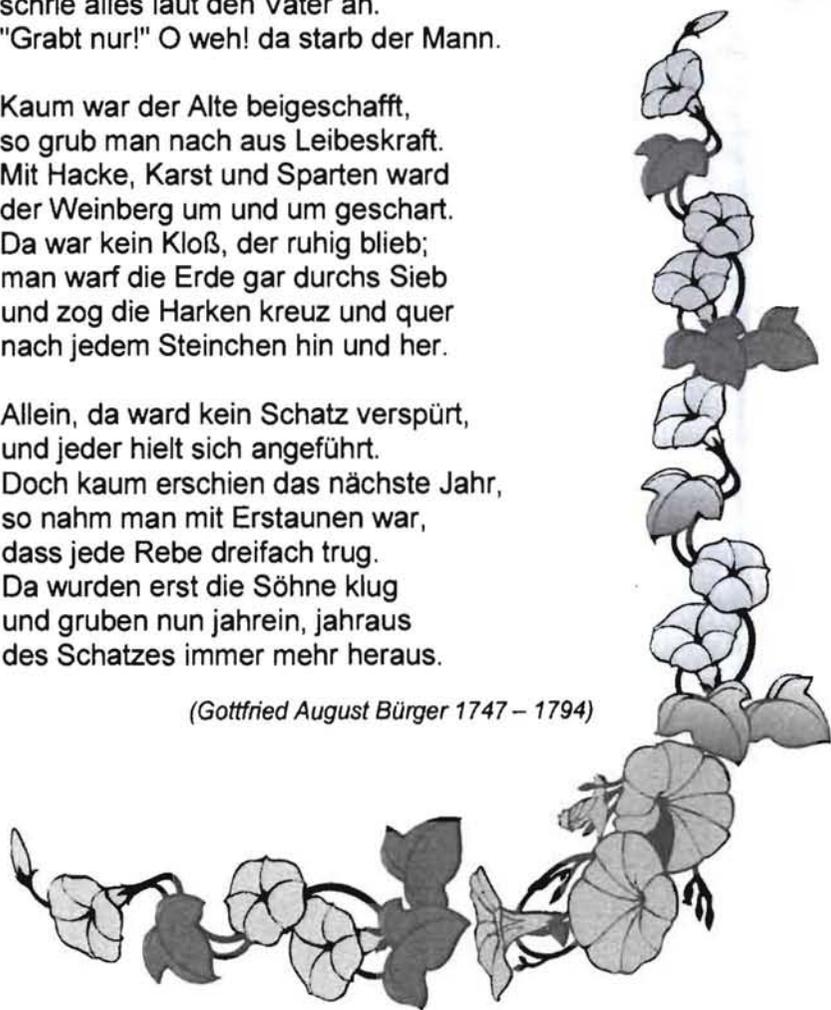
Die Schatzgräber

Ein Winzer, der am Tode lag,
rief seine Kinder an und sprach:
"In unserm Weinberg liegt ein Schatz,
grabt nur danach!" - "An welchem Platz?"
schrie alles laut den Vater an.
"Grabt nur!" O weh! da starb der Mann.

Kaum war der Alte beigeschafft,
so grub man nach aus Leibeskraft.
Mit Hacke, Karst und Sparten ward
der Weinberg um und um geschart.
Da war kein Kloß, der ruhig blieb;
man warf die Erde gar durchs Sieb
und zog die Harken kreuz und quer
nach jedem Steinchen hin und her.

Allein, da ward kein Schatz verspürt,
und jeder hielt sich angeführt.
Doch kaum erschien das nächste Jahr,
so nahm man mit Erstaunen war,
dass jede Rebe dreifach trug.
Da wurden erst die Söhne klug
und gruben nun jahrein, jahraus
des Schatzes immer mehr heraus.

(Gottfried August Bürger 1747 – 1794)



Nicht allein zu Hause sitzen

Nein, das Spielen ist es nicht allein, was einmal im Monat die Vereinsmitglieder in den „Johannesberg“ nach Lauterbach lockt!

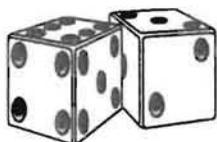
Es ist die Geselligkeit, es ist das Treffen mit Bekannten, es ist die Freude, vertraute Gesichter wiederzusehen. Und es ist die ganz große spannende Chance, auch im Alter noch neue Menschen kennen zu lernen.

Auch wer nicht würfeln möchte, wer keine Karten in der Hand halten und keine Plättchen auf dem Tisch verschieben möchte, ist herzlich eingeladen, sich bei Kaffee und Kuchenstückchen oder kühlen Getränken ganz einfach zu entspannen und sich mit Gleichgesinnten zu unterhalten.

Diese Nachmittage finden jeweils am zweiten Mittwoch im Monat von 14.30 – 16.30 Uhr in der Kutscherstube im „Johannesberg“ in Lauterbach statt, das ist der Raum zu ebener Erde rechts.

In den Stadtteilen sind diese Spielnachmittage prinzipiell auch möglich! Wer Interesse daran hat, möge doch bitte seine Anregungen beim Vorstand vortragen. Gemeinsam ließe sich dann ein Weg finden, die Idee zu verwirklichen.

Wem es zu unsicher ist, selbst zu fahren oder zu laufen, wird gebeten, im Büro einen Fahrdienst zu erbitten (☎ 4050) . Wir organisieren dann das Abholen und das Heimbringen in bewährter Weise.



Senioren im Straßenverkehr

„Erfahrung reicht nicht“

Ältere Verkehrsteilnehmer tragen bei Unfällen öfter die Haupt- oder Mitschuld als jüngere. Der Unfallforscher Professor Dietmar Otte von der Medizinischen Hochschule Hannover beziffert den Anteil über 60-Jähriger mit 75 Prozent. In den Altersgruppen bis 49 Jahre seien es nur rund 40 Prozent. Zwar sind in absoluten Zahlen ältere Fahrer deutlich seltener in Unfälle verwickelt. Dafür sind sie aber insgesamt viel weniger unterwegs als Jüngere. Vor allem drei Dinge setzen bei Älteren die Fahreignung herab: Schlechteres Sehen, abnehmende Beweglichkeit und verminderte Reaktionen, berichtet er im Interview mit dem Apothekenmagazin „Senioren Ratgeber“. Ältere Menschen könnten zwar zu Recht auf größere Erfahrung verweisen. „Erfahrung allein reicht aber nicht, um immer sicher und schnell genug zu reagieren“, erklärt der Unfallexperte. Von obligaten Fahrprüfungen für Senioren hält er trotzdem nichts. Er setzt auf die Einsicht der Fahrer, sieht aber auch die Ärzte in der Pflicht: „Ich appelliere an Hausärzte, das Thema Fahreignung auch von sich aus anzusprechen.“

(aus „Vital“ Nr. 4/2009)

Die Weltgesundheitsorganisation WHO hat die Kennzeichnung für die höheren Lebensalter wie folgt festgelegt:

Ältere Menschen	60 – 75 Jahre
alte Menschen	76 – 90 Jahre
sehr alte Menschen	91 – 100 Jahre
langlebige Menschen	über 100 Jahre

Auch bei uns in Deutschland wird gerne darüber gestritten, wann das Alter beginnt, ab wann man zu den Alten zählt und wer sich alles unter dem Begriff „Senioren“ tummeln darf.

Spektakuläre Unfallberichte lassen immer wieder die Diskussion über die Fahrtauglichkeit der Senioren aufflammen. Vom Fahrverbot bis zum freiwilligen Verzicht auf die Fahrerlaubnis reicht die Palette der Vorschläge zu diesem sensiblen Thema.

Im Rahmen einer Veranstaltung des Seniorenbeirates am 10.12.2009 beruhigte der referierende Fahrschullehrer Jörg Dahmer die

Anwesenden. Es werde keinen speziellen Seniorenführerschein geben, aber es werde ernsthaft erwogen, gesundheitliche Kontrolluntersuchungen vorzuschreiben. Weise man demnach durch Bescheinigung nach, dass man z. B. regelmäßig seine Seh- und Hörfähigkeit hat überprüfen lassen, bliebe das Fahren erlaubt. Zeige man sich dagegen uneinsichtig, müsse man mit Konsequenzen des Gesetzgebers rechnen.

90% des Straßenverkehrs werden über die Augen wahrgenommen, und ob die Augen dieser Beanspruchung gewachsen sind, prüfen die Optiker auch heute schon mit Spezialgeräten gerne kostenlos nach.

Dazu bestand auch nach der o. g. Veranstaltung die Möglichkeit, und mancher Besucher erlebte eine Überraschung, als er bei dieser unverbindlichen Untersuchung gar nicht so eindeutig erkannte, was er als Autofahrer ungedingt hätte erkennen müssen! Also handeln und die Brille überprüfen lassen!

Wichtig ist es aber auch, dass man alle Verkehrszeichen kennt und sich mit Änderungen der Straßenverkehrsordnung befasst hat. Um die nachlassende Reaktionsgeschwindigkeit auszugleichen, empfiehlt es sich, Stoßzeiten, Dunkelheit und hässliches Wetter vernünftigerweise zu meiden.

Dann kann man noch lange Freude am Autofahren haben. Wenn es aber nicht mehr geht, springt die Seniorenhilfe mit ihren Fahrdiensten ein.



RÄTSEL - RÄTSEL - RÄTSEL - RÄTSEL

Wortschlangen

Suchen Sie den Anfangsbuchstaben für ein sinnvolles Wort und winden Sie sich schlangenförmig durch das Feld

S	V	E
Y	L	S
R	E	T

X	E	K	O
I	L	P	M
T	A	E	T

O	L	E	N
S	A	R	E
E	I	G	R

E	O	I	H
T	R	L	C
E	K	D	S

E	R	R
I	V	O
T	E	R

E	N	D	U
S	A	R	E
R	E	G	N

N	E	M	M
H	T	Z	A
A	L	U	S

E	S	S	S
I	S	D	T
H	C	N	A

Weitere Rätsel

1. Wer kann höher springen als ein Haus?
2. Wer antwortet in allen Sprachen der Welt, ohne je eine davon gelernt zu haben?
3. Wie viele Leitern braucht man, um auf den Mond zu gelangen?
4. Warum regnet es nie 2 Tage hintereinander?
5. 80 Schornsteine plus 5 Schornsteine plus 8 Schornsteine minus 7 Schornsteine. Was kommt da heraus?
6. Was kann man nicht mit Worten ausdrücken?
7. Was wird immer länger, wenn es vorne kürzer wird?
8. Welcher Löwe ist am liebsten in der Stadt?
9. Welcher Sportler braucht das Handwerkszeug vieler Handwerker?
10. Was haben Safeknacker mit Turnern gemeinsam?
11. Welchen Hang soll man nicht hochsteigen?

(Lösungen auf Seite 25)

Humor – Humor – Humor – Humor – Humor

Zu scharf gedacht

Eine kluge Mutter macht ihren Sohn auf den Spruch aufmerksam: „Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen.“ – Darauf sagte der kleine Paul, der dieses Gespräch mit anhörte: „Mutti, lass mich doch die Reste von dem Apfelkuchen noch heute aufessen.“

Ein Pferd, ein Pferd

Als ein bekannter Schauspieler in München bei der Generalprobe die berühmten Worte rief: „Ein Pferd, ein Pferd, ein Königreich für ein Pferd!“, da ertönte vom dritten Rang plötzlich eine lachende Stimme: „Kann's nicht auch ein Esel sein?“ – Der Schauspieler war aber nicht auf den Kopf gefallen und rief zurück: „Jawohl! Kommen Sie herunter!“

Geht doch!

Ein Autofahrer wird von der Polizei angehalten. „Pusten Sie mal in das Röhrchen“, sagt der Polizist.

Der Autofahrer: „Geht nicht – ich habe Asthma.“

„Dann fahren wir zur Blutprobe!“

„Geht nicht – ich bin Bluter.“

„Dann steigen Sie mal aus und gehen auf dem Strich lang!“

„Geht nicht – ich bin total besoffen.“

Sehr eifrig

„Sie kommen gewiss wegen der freien Stelle“, fragte der Chef den Stellung suchenden Martin. „Jawohl, Herr Direktor“, entgegnete Martin. „Ist noch jemand im Vorzimmer?“ – „Nein“, sagte Martin, „es war noch ein Herr mit einer Rechnung da, - den habe ich aber gleich fortgeschickt.“ Der Mann wurde angenommen.

Treffende Antwort

In ein altertümliches Haus kam ein Gelehrter und fragte die Eigentümerin: „In diesem Haus muss doch einmal ein großer Mann geboren worden sein?“ Die Frau erwiderte: „Soweit ich mich erinnern kann, kamen hier immer nur kleine Kinder zur Welt!“

Spinat

Als die Mutter wieder einmal den ungeliebten Spinat auf den Mittagstisch stellt, betet die kleine Elisabeth: „Komm, Herr Jesus, sei unser Gast. Dann siehst du, was du uns bescheret hast.“

Rechtsanwälte, eine Südstaatengroßmutter und ihre Antworten auf Fragen.

In einem Gericht einer kleinen Stadt in den Südstaaten der USA rief der Anwalt des Klägers die erste Zeugin in den Zeugenstand. Eine ältere, großmütterliche Frau. Er ging auf sie zu und fragte sie: "Mrs. Jones, kennen Sie mich?" Sie antwortete: "Ja, ich kenne Sie, Mr. Williams. Ich kenne Sie seit Sie ein kleiner Junge waren und offen gesagt, Sie haben mich sehr enttäuscht. Sie lügen, Sie betrügen Ihre Frau, Sie manipulieren die Leute und reden schlecht über sie hinter deren Rücken. Sie glauben, Sie sind ein bedeutender Mann, dabei haben Sie gerade mal so viel Verstand, um ein paar Blatt Papier zu bewegen. Ja, ich kenne Sie."

Der Rechtsanwalt war sprachlos und wusste nicht, was er tun sollte, ging ein paar Schritte im Gerichtssaal hin und her und fragte die Zeugin dann: "Mrs. Jones, kennen Sie den Anwalt der Verteidigung?" Sie antwortete: "Ja, ich kenne Mr. Bradley seit er ein junger Mann war. Er ist faul, tut immer fromm, dabei hat er ein Alkoholproblem. Er kann mit niemandem einen normalen Umgang pflegen und seine Anwalts-Kanzlei ist die schlechteste in der ganzen Provinz. Nicht zu vergessen, er betrügt seine Frau mit drei anderen Frauen, eine davon ist Ihre. Ja ich kenne ihn."

Daraufhin rief der Richter die beiden Anwälte zu sich an den Richtertisch und sagte leise zu ihnen: "Wenn einer von euch beiden Idioten die Frau jetzt fragt, ob sie mich kennt, schicke ich euch beide auf den elektrischen Stuhl!"



Ein Jäger steht vor Gericht.
Sagt der Richter: "Wie konnten Sie denn nur auf den Herrn Bertz schießen? Er hat doch laut und deutlich gerufen, dass er kein Wildschwein sei."
"Weil ich ihn kenne, Herr Vorsitzender. Der lügt immer."

Gebet eines Seniors

Herr, Du weißt es besser als ich,
dass ich von Tag zu Tag älter und eines Tages alt werde.

Bewahre mich vor der großen Leidenschaft,
Die Angelegenheiten anderer ordnen zu wollen.

Lehre mich, nachdenklich, aber nicht grüblerisch,
hilfreich, aber nicht diktatorisch zu sein.

Bei meiner ungeheuren Ansammlung von Weisheit tut es mir leid,
sie nicht weiterzugeben, aber Du verstehst, Herr,
dass ich mir ein paar Freunde erhalten möchte.

Lehre mich schweigen über meine Krankheiten und Beschwerden.
Sie nehmen zu – und die Lust, sie zu beschreiben, wächst von Jahr zu
Jahr.

Ich wage nicht, die Gabe zu erleben,
mir Krankheitsschilderungen anderer mit Freude anzuhören,
aber lehre mich, sie geduldig zu ertragen.

Ich wage auch nicht, um ein besseres Gedächtnis zu bitten – nur um
etwas mehr Bescheidenheit und etwas weniger Bestimmtheit,
wenn mein Gedächtnis nicht mit dem der anderen übereinstimmt.
Lehre mich die wunderbare Weisheit, dass ich mich irren kann.

Erhalte mich so liebenswert wie möglich.
Ich weiß, dass ich nicht unbedingt ein Heiliger bin,
aber ein alter Griesgram ist das Krönungswerk des Teufels.

Lehre mich, an anderen Menschen unerwartete Talente zu entdecken.
Und verleihe mir, Herr, die schöne Gabe, sie auch zu erwähnen.

Wortschlangen: SYLVESTER – KOMPLEXITAET – SOLARENERGIE – SCHILDKROETE –
VORREITER – RASENDUENGER – ZUSAMMENHALT - SCHIESSSTAND

1) keiner, ein Haus springt nicht; 2) das Echo; 3) eine; 4) die Nacht ist dazwischen;
5) Rauch; 6) einen Schwamm; 7) der Weg; 8) der Salonlöwe; 9) der Hammerwerfer; 10)
ihre Liebe zu den Barren; 11) den Vorhang.

Wichtige Telefonnummern:

Polizei

Notruf _____ 110
Polizeistation, Lindenstr. 61 _____ 971 0

Feuerwehr

Notruf _____ 112

Rettungsdienst

Notarzt / Rettungswagen _____ 112
Leitstelle (Notarzt) _____ 06641-19 222
Krankentransport _____ 06641-19 222

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Sa., So. u. Feiertage

Eichhof-Krankenhaus Lauterbach _____ 82 789

Übrige Tage: Mi. ab 14.00 Uhr,
Mo., Di., Do. u. Fr. ab 18.00 Uhr
über den Anrufbeantworter Ihres Hausarztes
erfahren Sie, wer den Notdienst übernimmt.

Senioren

Seniorenhilfe Maar e. V. _____ 40 50

Sprechzeiten: Mo u. Mi _____ 9.30 – 11.30 Uhr

Freitag _____ 14.00 – 15.30 Uhr

Seniorenbeirat der Stadt Lauterbach _____ 184 119

Hospizdienst Lauterbach _____ 64 55 87

Häusliche Kranken- u. Altenpflege

Sozialstation der AWO _____ 96 34 0

Sozialstation der Diakonie _____ 82 37 7

Pflegedienst Roth _____ 91 97 74

Deutsches Rotes Kreuz _____ 96 63 0

Frauen und Kinder in Not _____ 97 72 44

Ev. Seelsorge (kostenlos) _____ 08001 – 110 111

Kath. Seelsorge (kostenlos) _____ 08001 – 110 222