

Zum Mitnehmen
und Weiterreichen

DAS TOR

Zeitung von Senioren für Senioren

2. Ausgabe 2011 - kostenlos



**Frohe Weihnachten und beste
Gesundheit im neuen Jahr**

Inhaltsverzeichnis

Grußwort	Evangelische Kirchengemeinde	Seite 3
Grußwort	Katholische Kirchengemeinde	Seite 4
Evangelisches Krankenhaus	Kompetente Versorgung	Seite 5/6
Mettmanner Platt	Chresdag	Seite 7
Information	Kurzzeitpflege	Seite 8
Wir über uns	Termine	Seite 9/10
Rückblick	30 Jahre Seniorenrat Mettmann	Seite 11
Erzählung	Der alte Großvater und der Enkel	Seite 12
Bequem Einkaufen	Siegel für Qualität	Seite 13
Schlusswort	Winternacht	Seite 14

Impressum

Herausgeber: Seniorenrat der Kreisstadt Mettmann

Redaktion: Herbert Breitrück
Wolfgang Friedrich
Anita Haas
Uschi Köster

Layout: Anita Haas

**Verantwortlich
i.S.d. Pressegesetzes:** Wolfgang Friedrich

Redaktionsanschrift: Seniorenrat der Kreisstadt Mettmann
Neanderstraße 85
40822 Mettmann
E-Mail: seniorenrat.mettmann@googlemail.com
Homepage: www.mettmann.de/seniorenrat



Grußwort der Evangelischen Kirchengemeinde Mettmann

Liebe Leserinnen und Leser,

es kommt vor, dass einen die Erkenntnis oder das Bekenntnis eines anderen Menschen spontan trifft, weil es ausdrückt, was man selbst nicht auszudrücken vermochte. Möglicherweise hat man schon länger bewusst oder unbewusst daran gearbeitet - und plötzlich findet es sich in den Worten eines Anderen wieder.

Ein solcher Satz ist mir Anfang des Jahres begegnet. Ich hatte ihn noch nie gehört, spürte aber, als ich ihn hörte, sofort seine tiefe Bedeutung. Er lautet: "Am Ende ist alles gut – und wenn es noch nicht gut ist, ist es noch nicht zu Ende!"

Ich weiß nicht, ob dieses Bekenntnis religiös gemeint war, aber für mich ist es die Beschreibung der unendlich guten Beziehung Gottes zu uns Menschen. Für mich drückt es aus: „Auch wenn ich als Mensch oft genug darunter leide, dass in der Welt vieles nicht gut ist, auch wenn Leid und Trauer und Not oft genug das letzte Wort für sich beanspruchen wollen – es ist nicht zu Ende, bevor es nicht gut ist. Und es wird gut, weil sich in der Liebe Gottes alles zum Guten verändert.“

Deshalb können die Engel in der Erzählung von der Geburt Jesu singen: „Ehre sei Gott in der Höhe und Frieden auf Erden bei den Menschen seines Wohlgefallens“. Gottes Geschichte mit uns geht so lange, bis es gut ist. Seine Liebe hat das letzte Wort über allem was lebt.

Möge diese Erkenntnis für uns und durch uns in dieser Weihnachtszeit und im neuen Jahr 2012 wirksam werden!

Ein frohes Weihnachtsfest und ein gesegnetes Neues Jahr wünscht Ihnen

Ihr Pfarrer Bertold Stark

Weihnachten

Weihnachten, Du Fest der Liebe,
wundersame, frohe Zeit.
Daß uns doch erhalten bliebe
Deiner Botschaft Herrlichkeit !

In der Krippe bei Marien
liegt er da, der Gottessohn.
Himmelwärts Gebete ziehen,
steigen zu des Höchsten Thron.

Weihnachtsfest im Strahlenglanze
Du erhellst die Winternacht.
Und hast damit für die ganze
Menschheit Gnad' und Glück gebracht.

Lore Schmidt





Grußwort der Katholischen Kirchengemeinden

Mit dem Advent öffnet sich für Christen immer wieder - das Tor - zu einem neuen Kirchenjahr. Gleichzeitig kennen wir den Brauch die Türcchen des Adventkalenders zu öffnen, der uns in der Familie, wenn wir es gemeinsam tun, und in den Generationen verbindet!

Als erwartungsvolle Menschen will uns das neu aufmerksam machen!

Wir Mettmanner gehen mit Jung und Alt durch das „Lambertustor“ auf den Blotschenmarkt, um Bewährtes und Neues zu entdecken! St.Lambertus und unsere Gemeinden wollen auch in Zukunft die Tore und Türen für alle Menschen offen halten!

Wir werden deshalb zukunftsweisend am Neujahrstag eine neue gemeinsame Pfarrei für Mettmann gründen, die verständlich aus Tradition *St.Lambertus* heißt. Das Bewährte und die Nähe ist uns wichtig, deshalb sollen alle Kirchen St.Lambertus, St.Thomas Morus, Hl.Familie, St.Judas Thaddäus mit ihren Patronaten, den Einrichtungen und Gruppen in der neuen Pfarrei auf Dauer bestehen bleiben und trotz geringer werdender personeller und finanzieller Mittel durch die vereinfachte Verwaltung besser zusammenwirken!

Wir wünschen Ihnen gute Wege zu allen Toren und Türen durch den Advent und den Winter. Treten Sie bitte ein!

Für die Katholische Kirche in Mettmann

Ihr Diakon Gerhard Rust



Bibelkunde

Am Montag in der ersten Stunde
Religion und Bibelkunde.
Voll Drang sein Wissen kundzugeben,
tritt Pfarrer Segenreich soeben
in der Schule Fröbelgasse
vor die erste Grundschulklasse
und verkündet frohgemut:
„Ihr Kinder, heute habt ihr's gut;
Denn heute geb` ich euch bekannt
wie einst der erste Mensch entstand.
Im ersten Mosesbuch, Vers sieben
Kapitel zwei, da steht`s geschrieben“
Er strengt sich an und läuft ganz groß



zur Story auf vom „ Erdekloß “,
an dem der Herrgott rumprobierte
und so den Adam modellierte.
Wer weiß, der Zweifel sei erlaubt,
ob Segenreich dies selbst so glaubt?
Der wird nun jäh vom kleinen Jochen
in seinem Vortrag unterbrochen:
„Hochwürden, alles reichlich toll
und, wie sie sagen, wundervoll,
doch wär`n wir alle echt gespannt,
wie wohl der d r i t t e Mensch
entstand“.

Sigismund von Rabenau

Evangelisches Krankenhaus Mettmann: Kompetente Versorgung, interdisziplinäre Medizin und persönliche Betreuung unter einem Dach

Der Patient im Mittelpunkt! Das ist die Leitlinie des Evangelischen Krankenhauses Mettmann. Dafür stehen unser erfahrenes Ärzteteam und hoch qualifizierte Pflegekräfte mit einer individuellen Beratung und Behandlung der Patienten. Die interdisziplinäre Zusammenarbeit unserer Ärzte, Pfleger und Therapeuten und neuste Medizintechnologie garantieren eine medizinische Versorgung auf höchstem Niveau.



Das Evangelische Krankenhaus Mettmann bietet mit elf fachärztlich geleiteten Disziplinen, Instituten und interdisziplinären Zentren ein breites medizinisches Behandlungsspektrum. Durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit der Ärzte im Haus und zahlreichen Kooperationen mit weiteren Kliniken im Bergischen- und Rheinland sind wir eine der ersten Adressen für exzellente Medizin und Pflege über die Stadtgrenzen von Mettmann hinaus. Das Klinikum verfügt über 237 Betten. Ein Team aus 60 Ärzten und 220 Pflegekräften versorgt rund 9.500 stationär aufgenommene Patienten pro Jahr. Hinzu kommen jährlich knapp 13.000 ambulante Behandlungen.

Ganzheitliche Betreuung mit modernster Medizin

Kurze Liegezeiten und schnelle Rehabilitation sind die wesentlichen Ziele unserer medizinischen Betreuung. Minimal-invasive Behandlungsmethoden sind dafür eine wichtige Voraussetzung. Modernste Narkose- und Überwachungstechniken sowie individuell gestaltete Krankengymnastik schon in der Frühphase der Behandlung unterstützen die schnelle Genesung. Die Behandlung im Evangelischen Krankenhaus Mettmann ist dabei ganzheitlich ausgelegt: Von der präzisen Diagnostik über fachkompetente Behandlung bis hin zur umfassenden Nachsorge. Unser hauseigenes Therapiezentrum, das Institut für Gesundheitsförderung und kooperierende Kliniken und Rehaeinrichtungen garantieren eine zeitnahe und kompetente Betreuung in nahezu allen Bereichen der Vor- und Nachsorge. Pflegebedürftige Patienten erhalten nach ihrer stationären Entlassung in unserer Kurzzeitpflege eine umfassende Versorgung. Um den hohen medizinischen Standard weiterhin zu garantieren, werden unsere Mitarbeiter kontinuierlich geschult. Dem Krankenhaus angeschlossen ist die Krankenpflegeschule, an der 75 junge Menschen zum Gesundheits- und Krankenpfleger ausgebildet werden.

Spezialisierte Zentren

Im Evangelischen Krankenhaus Mettmann bieten wir unseren Patienten neben einer hochwertigen medizinischen Grundversorgung auch spezialisierte Betreuung für bestimmte Krankheitsfälle an. In unserem Darmzentrum arbeiten Chirurgen, Radiologen, Onkologen, Gastroenterologen, Pathologen, Strahlentherapeuten und Ernährungsberater eng zusammen. Hierdurch werden Patienten optimal von einem interdisziplinär arbeitenden Team behandelt. Das Nephrologische Zentrum ist das größte deutsche Zentrum für Bauchdialyse und bietet darüber hinaus auch die ambulante Versorgung von Diabeteserkrankten an. Im Radiologischen Zentrum werden von der Kernspinnuntersuchung (CT) über digitales Röntgen bis hin zur Nuklearmedizin nahezu alle radiologischen Untersuchungsmöglichkeiten durchgeführt. Im Zentrum für Naturheilkunde und integrative Medizin haben sie alternativ zur Schulmedizin die Möglichkeit, mit Naturheilverfahren wie z.B. Akupunktur behandelt zu werden.

Geprüft und zertifiziert

Unser Krankenhaus wurde in vielen Bereichen bereits für seine Qualität ausgezeichnet. Anfang 2011 wurde das gesamte Haus nach ISO 9001 erfolgreich zertifiziert. Von der Aufnahme bis zur Entlassung wurden dabei alle anfallenden Arbeitsschritte auf die bestmögliche Versorgung der Patienten durchleuchtet. 2010 und 2008 belegten wir bei den Patientenbefragungen der AOK Rheinland/Hamburg und der Techniker Krankenkasse jeweils den ersten Platz unter den Kliniken im Kreis Mettmann. Die erstmals im Jahr 1999 erfolgte Aufnahme ins Netz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser der Weltgesundheitsorganisation, konnten wir bis in die Gegenwart erfolgreich fortführen.

Neu- und Erweiterungsbau

Im Mai 2011 startete der Neu- und Erweiterungsbau an der Gartenstraße. Damit möchten wir unseren Patienten zukünftig eine noch bessere medizinische Versorgung anbieten. Bis Ende 2012/ Anfang 2013 wird unser Krankenhaus um folgende neue Angebote erweitert:

- Tiefgarage und Außenparkfläche mit ca. 180 Plätzen
- Aufstockung des Altbaus um eine Etage
- Vergrößerung des Nephrologischen Zentrums
- Vergrößerung des Radiologischen Zentrums
- Größeres Labor
- Zusätzliche Komfortstation
- Neuer Eingangsbereich
- Deutliche Vergrößerung der Physiotherapie und des Therapiezentrums
- Restaurant und Café
- Große Umkleidebereiche für unsere Mitarbeiter
- Neue Aufzugsanlagen

Nah am Menschen

Unser Ziel ist es, Ihnen den Aufenthalt bei uns so angenehm wie möglich zu machen. Daher setzen wir konsequent auf patientenorientierten Service. Bei uns werden Sie individuell und kompetent von Ärzten und Pflegekräften beraten. Untersuchungen und Therapien werden im Vorhinein erläutert und auf Ihre persönlichen Fragen eingegangen. Unsere Ärzte tauschen sich eng mit den niedergelassenen Fachärzten aus, so dass Sie auch nach ihrer Entlassung optimal betreut werden. Patienten, die besonders viel Wert auf eine heimische und komfortable Umgebung legen, können aus zahlreichen Komfortangeboten wählen. Gerne können Sie sich auch mit ganz individuellen Wünschen an uns wenden. Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen, denn bei uns steht der Patient im Mittelpunkt!

Bernd Huckels
Geschäftsführung



Die medizinische Forschung hat so viele
Fortschritte gemacht, dass es praktisch überhaupt
keinen gesunden Menschen mehr gibt.

Aldous Leonhard Huxley

Chresdag



Über die Fre'it on über dat Langk wat te butten,
klengen die Jlocken der He'imat wie tem Jebätt
on henger denn jardienenverhangenen Rutten
brennen die Käzen wieder jemütlich on nett.

Einsam on stell sind alle Jassen on Stroten;
Hat sech dat Lewen en de Zemmern verleiht.
Kenger on Aulen fühlen sech nit mieh verlotten;
We'il doch die Botschaft Frieden on Freud mär
jebreihet.

Danken wir Gott, dat wir en Frieden noch fieren,
Chresdag, dat schönste Fest, wat uns su lit.
Danken wir Gott, dat nömmes mieh he'i brukt te frieren
On beden wir dröm, dat et noch lang he'i su blit.

Es doch ke'in Fest su jrut em schenken on jeben,
es doch ke'in Fest en allem so jrut onsu schön.
Danken wir Gott, dat wir et dös Jahr wier erliewen
On hüeren die Jlocken, jrad wie van Engel die Tün.

Es doch der höstige Auldag tebutten jebliewen
On onger demm Boum, do es nu endlech die Rouh.
Käzenschien hät alles Schwore verdriewen,
Nömmes mieh hüd noch wat angeschter tou.

Jlocken der He'imat hant sech jefongen;
Lüdden von e'iner ter angeren Kerk.
Jedermann hät mär van Liewden jesongen,
es doch us Chresdag janz Herrgots Werk.

Lot doch die Jlocken nie ens verklengen,
och nit em Auldag mem betteren Jeschmack.
Käzenschien, Liewden on Kengersengen
Hant mech noch immer janz e'isslech jepackt.

Fritz Geldmacher



Kurzzeitpflege

Kurzzeitpflege – Was ist das?

Diese Frage stellen sich viele Menschen wenn sie sich erstmalig mit dem Thema beschäftigen. Kurzzeitpflege ist eine vorübergehend vollstationäre Pflege und Betreuung pflegebedürftiger Menschen. Sie ist keine Tagespflege. Sie richtet sich an:

- Patienten, die im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt oder nach einer Behandlung stationäre Rehabilitationsmaßnahmen benötigen.
- Menschen, die auf eine Weiterbetreuung – egal ob zuhause, in einem Altenheim oder Pflegeheim – warten.
- Pflegenden Angehörige oder Betreuer, die die häusliche Pflege vorübergehend nicht ausüben können, sich erholen oder einfach einmal freihaben möchten.

Das Evangelische Krankenhaus Mettmann GmbH hat auf der Gartenstraße eine Einrichtung geschaffen, wie es sie weit und breit kaum ein zweites mal gibt. Sie stellt die optimale Ergänzung des Leistungsspektrums im Pflegebereich dar. Im Notfall bringt die unmittelbare Nähe zum Krankenhaus schnelle medizinische Hilfe.

In der Kurzzeitpflege arbeiten engagierte Mitarbeiter mit ganz unterschiedlichen Ausbildungen, beispielsweise Krankenschwestern, Altenpfleger und Heilpädagogen. Sie alle bieten eine individuelle geplante Betreuung und bedarfsgerechte Pflege an. Viele Maßnahmen dienen der Rehabilitation. Sie sollen aktivieren und Ihre Beweglichkeit und Selbständigkeit im Alltag erhalten und steigern.

Die ganze Woche über bietet die Einrichtung ein abwechslungsreiches, auf die Gäste abgestimmtes Programm. Gedächtnistraining, Sitzgymnastik. Spaziergänge, gemeinsames Singen, Backen oder Kochen gehören genauso zu den beliebten Angeboten, wie Kegeln oder das Themencafe. Hierzu sind immer auch gern die Angehörigen eingeladen.

Die Mitarbeiter der Einrichtung haben einen hohen Anspruch an Respekt, Empathie und Verständnis in der Begegnung mit den zu pflegenden Menschen. Dies macht sich auch darin deutlich, dass viele Gäste immer wieder kommen.

Die Menschen, die nach einer Akuterkrankung in die Einrichtung kommen, stehen häufig vor einem Berg von Fragen und Problemen. Wie geht es weiter?

Hier helfen die Mitarbeiter, die weitere Versorgung sicher zu stellen. Der Kontakt zu vielen Pflegediensten, Pflegeeinrichtungen, Therapeuten und Ärzten wirkt sich positiv auf eine umfassende Versorgung auch nach dem Aufenthalt in der Einrichtung aus. „Unser Bestreben ist es stets, Sie in Ihren Möglichkeiten zu fördern, um eine Entlassung in Ihre häusliche Umgebung zu ermöglichen. Dabei ist es erforderlich, dass vor allem die notwendigen Hilfsmittel frühzeitig besorgt werden. Dies übernehmen wir gern für Sie.“, sagt die Einrichtungsleitung Frau Doris Neumann. „Es sollte zudem eine professionelle Pflege, wenn nötig, aktiv an der Weiterversorgung beteiligt sein. Hier stehen wir Ihnen ebenso mit Rat und Tat zur Seite“.

Die Pflege und Betreuung endet nicht zu dem Zeitpunkt, an dem man die Einrichtung verlässt. Im Rahmen des Entlassungsmanagements kontaktieren die Mitarbeiter den Gast, um sich nach seinem Wohlergehen zu erkundigen und um gegebenenfalls noch offene Fragen und Probleme zu beheben.

Darüber hinaus bietet die, seit September 2010 zertifizierte Einrichtung, noch vieles mehr wie z.B. Fachberatung zum Thema Wundversorgung, Inkontinenz, Demenz, und Ernährung.

Doris Neumann

Kontaktadresse:

Evangelisches Krankenhaus Mettmann GmbH
Kurzzeitpflege
Gartenstraße 2
40822 Mettmann
Telefon (02104) 773-345
E-Mail d.neumann@evk-mettmann.de



Wir über uns...

Die **öffentlichen Sitzungen** des Seniorenrates werden für das 1. Halbjahr 2012 zu nachfolgenden Terminen abgehalten:

16. Januar	Mehrgenerationenhaus
13. Februar	AWO, Gottfried-Wetzel-Str. 8
12. März	AWO, Gottfried-Wetzel-Str. 8
10. April	Seminar für Altenpflege
14. Mai	AWO, Gottfried-Wetzel-Str. 8
11. Juni	AWO, Gottfried-Wetzel-Str. 8

Die Sitzungen finden jeweils am zweiten Montag eines jeden Monats in den o.a. Einrichtungen statt und beginnen um 9.00 Uhr. Über eine rege Beteiligung würde sich der Seniorenrat freuen.



Sprechstunden des Seniorenrates der Stadt Mettmann im 1. Halbjahr 2012:

04. Januar	04. April
01. Februar	02. Mai
07. März	06. Juni

Die Sprechstunden werden am ersten Mittwoch eines jeden Monats im Zimmer 16 c des Rathauses an der Neanderstraße in der Zeit von 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr durchgeführt. Während dieser Zeit sind die Ansprechpartner auch telefonisch unter der Nummer 980 – 631 zu erreichen.



Mitglieder des Seniorenrates sind in folgenden Ratsausschüssen der Stadt Mettmann mit Rede- und Antragsrecht vertreten:

Im **Ausschuss für Schule und Kultur**, im **Planungsausschuss** sowie im **Sozial- und Familienausschuss**



Wenn Sie Fragen, Anregungen oder Kritik in diesen Bereichen an die Ratsmitglieder richten wollen, so können Sie diese auch den Seniorenratsmitgliedern während unserer Sprechstunden gerne mitteilen. Wir werden den zuständigen Stellen dann Ihre Anliegen übermitteln.

Zusätzlich werden auch weiterhin die **sozialmedizinischen Sprechstunden** mit Schwerpunkt Pflegeversicherung und Schwerbehinderung an folgenden Terminen angeboten:

27. Januar	27. April
24. Februar	25. Mai
30. März	29. Juni

Diese Sprechstunden finden jeweils am letzten Freitag im Monat ebenfalls im Rathaus, Zimmer 16 c in der Zeit von 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr statt.

Frau Dr. med. Hildegard Arnold als Ansprechpartnerin ist dann auch telefonisch unter der o.a. Nummer zu erreichen.

Alle Beratungen sind kostenlos, individuell und absolut vertraulich.

Schon gehört?



- ❖ Zur **Therapiesicherheit älterer Bürger** gibt es folgende Informationsquellen des Bundesgesundheitsministeriums:

<http://www.unabhaengige-patientenberatung.de>

Tel.: 0800 0 117722 deutsch

0800 0 117723 türkisch

0800 0 117724 russisch

In der Zeit Mo - Fr von 10-18.00 Uhr

- ❖ Beratungsbroschüren zur Pflegeversicherung sind über den Seniorenrat Mettmann erhältlich.



Fragen stellen zu können, ist eine Fähigkeit, die man nie verlernen sollte.

Denn Lernen und Genießen sind das Geheimnis eines erfüllten Lebens.

Lernen ohne Genießen verhärtet, Genießen ohne Lernen verblödet.

Was sollte es für einen schöneren Erfolg geben, als durch fortschreitende Selbsterkenntnis ein bewussteres Leben zu führen.

(Richard David Precht, Philosoph)

30 Jahre Seniorenrat Mettmann - Rückblick und Ausblick



Ein Höhepunkt für den Seniorenrat und die Seniorinnen und Senioren unserer Stadt waren zweifellos die Veranstaltungen anlässlich seines 30-jährigen Jubiläums, die am Montag, den 25. Juli 2011 gefeiert wurden und einen nachhaltigen Eindruck hinterließen. Schon der von Pfarrer Bertold Stark und Personalreferent Martin Kalff in der Kirche Freiheitstrasse gestaltete ökumenische Gottesdienst löste bei den Teilnehmern ein überaus positives Echo aus. In seiner Predigt würdigte Pastor Stark das ehrenamtliche Wirken der Seniorenrats – Mitglieder und die Wichtigkeit ihres Einsatzes für diese Stadt. „Sie haben stets ein offenes Ohr für die Belange, Sorgen und Bedürfnisse der älteren Generation und bei der Beratung der Öffentlichkeit, der Verwaltung und des Rates der Stadt Mettmann. Sie haben sich dafür eingesetzt, dass die Vorschläge und Anliegen zum Wohle der Bevölkerung auch umgesetzt werden. Im Zuge des demografischen Wandels gewinnt Ihr ehrenamtlicher Einsatz immer mehr an Bedeutung,“ sprach der Theologe den sehr zahlreich erschienenen Besuchern aus dem Herzen. Das Engagement dieses Gremiums fand auch in den Grußworten bei der anschließenden Feierstunde im Großen Sitzungssaal des Rathauses seinen Niederschlag. Zunächst gab Frau Dr. med. Hildegard Arnold als Vorsitzende bei ihrer Begrüßung einen interessanten Über - und Einblick in die Arbeit des Seniorenrates seit der Gründung im Jahre 1981 bis zum heutigen Tage. Auch Bürgermeister Bernd Günther lobte in seinem Grußwort die Arbeit der Seniorenrats-Mitglieder und das erfolgreiche Wirken dieses Gremiums. Die Glückwünsche und Grüße der Landessenioren – Vertretung von N R W verband der stellvertretende Vorsitzende Rolf Kauls mit dem Lob, dass der Mettmanner Seniorenrat auf dieses Jubiläum besonders stolz sein könne, zumal er sich als eines der ersten in Nordrhein-Westfalen etabliert hat. Mit heiteren Beiträgen in Mettmanner Mundart setzte Helmut Kreil, der Ehren-Baas der Aulen Mettmanner einen besonderen Akzent in dieser harmonischen Jubiläumsfeier, die mit klangvollen Melodien von dem Akkordeon – Ensemble Ciesielski musikalisch umrahmt wurde. Möge dieses Jubiläum für den Seniorenrat Auftrag sein, auch zukünftig in seniorenpolitischen Fragen seine Arbeit kontinuierlich fortzusetzen!



Herbert Breitrück



Resümee nach 30 Jahren Seniorenrat

Gewirkt für die Seniorenschaft
mal leise und mal volle Kraft
so manches Mal mit Eleganz
und wenn´s nicht ging mit Penetranz
es war nicht immer ganz so leicht
doch hat man vieles schon erreicht
vom Sofa ´runter und was tun
- weiter so, kein Grund zum Ruh´n!

Oliver Pahl



Der alte Großvater und der Enkel

Gebr. Grimm

Es war einmal ein steinalter Mann, dem waren die Augen trüb geworden, die Ohren taub, und die Knie zitterten ihm. Wenn er nun bei Tische saß und den Löffel kaum halten konnte, schüttete er Suppe auf das Tischtuch, und es floß ihm auch etwas wieder aus dem Mund.



Sein Sohn und dessen Frau ekelten sich davor, und deswegen musste sich der alte Großvater endlich hinter den Ofen in die Ecke setzen, und sie gaben ihm sein Essen in ein irdenes Schüsselchen und noch dazu nicht einmal satt; da sah er betrübt nach dem Tisch, und die Augen wurden ihm nass.

Einmal auch konnten seine zitterigen Hände das Schüsselchen nicht festhalten, es fiel zur Erde und zerbrach. Die junge Frau schalt, er sagte aber nichts und seufzte nur. Da kaufte sie ihm ein hölzernes Schüsselchen für ein paar Heller, daraus musste er nun essen. Wie sie da so sitzen, so trägt der kleine Enkel von vier Jahren auf der Erde kleine Brettlein zusammen. "Was machst du da?" fragte der Vater. "Ich mache ein Tröglein", antwortete das Kind, "daraus sollen Vater und Mutter essen, wenn ich groß bin."

Da sahen sich Mann und Frau eine Weile an, fingen endlich an zu weinen, holten ab sofort den alten Großvater an den Tisch und ließen ihn von nun an immer mitessen, sagten auch nichts, wenn er ein wenig verschüttete.



Wo aus Übermut Sanftmut und aus Wankelmut
Wandelmut wird, wo aus Eigensinn Gemeinsinn,
aus Leid Mitleid, aus Hartherzigkeit Barmherzigkeit,
aus Vergeltung Vergebung, aus Sorge Fürsorge und aus
dem Geschöpf das Mitgeschöpf wird,
da erst wird aus dem Menschen ein Mitmensch.

Friedrich Schorlemmer
(deutscher Theologe und Bürgerrechtler)

Beliebtes Siegel für Qualität

In Zusammenarbeit mit dem „RundenTisch für Seniorenfragen“ hat der Seniorenrat Mettmann folgende Kriterien entwickelt, die ein Geschäft aufweisen sollte, um das Qualitätssiegel für einen senioren- und behindertenfreundlichen Einkauf zu erhalten:

1. Behindertengerechter, barrierefreier (bei Stufen schnelle Hilfe möglich) heller Eingang.
2. Übersichtlichkeit der Verkaufsräume und des Warenangebotes, breite Gänge, gute Beleuchtung.
3. Warenangebot mit nachvollziehbarer, gut lesbarer Beschriftung(eventuell Lupe).
4. Kleine, für Singlehaushalte geeignete Verpackungen(nur für Lebensmittel).
5. Sitzgelegenheiten (z.B. an der Kasse).
6. Bei Bedarf Hauslieferung.

Es wurden stichprobenmäßig größere Geschäfte der Innenstadt ausgesucht, die Geschäftsführer wurden schriftlich über unseren Besuch und die Ziele informiert. Zehn Seniorenräte besuchten, jeweils zu Zweit, die Geschäfte. Ein Team hatte sich einen Rollator ausgeliehen, um glaubwürdiger zu erscheinen. Bei den ersten vier Besuchen war auch die Presse dabei. Zwei Geschäfte erhielten das Siegel nach einer Nachbegutachtung, weil nur die Lupe fehlte, die umgehend besorgt wurde. Die Geschäftsführer legten übrigens großen Wert auf das Qualitätszeichen. Drei Geschäfte bekamen keine Auszeichnung, wobei zwei deutlich zeigten, dass kein Interesse bestehe. Ein Discounter hatte nicht die Möglichkeit, die Kriterien zu erfüllen.



Die Seniorenräte fragten übrigens generationsübergreifend auch nach Spielecken und Wickelmöglichkeiten.

Die Begutachtung soll weiter geführt werden, denn es melden sich immer wieder Interessenten für das Einkaufssiegel.

Dr. Hildegard Arnold
Vorsitzende des Seniorenrates Mettmann



Pufferzone



Ich hatte kürzlich das Vergnügen
beim Einkaufsbummel in der Stadt
urplötzlich auf dem Kreuz zu liegen,
die Straßen waren nämlich glatt.

Nach einer bangen Schrecksekunde
erhob ich mich, ich war noch heil,
und das verdanke ich im Grunde
dem recht soliden Hinterteil.

Ein Polster an besagter Stelle
wirkt sich bei Glatteis günstig aus,
denn es erspart, im Fall der Fälle,
den Aufenthalt im Krankenhaus.

Wahrscheinlich wäre ich jetzt ohne
die runden Pfunde übel dran!
Der Mensch braucht eine Pufferzone,
auf die er sich verlassen kann.

Winternacht

Aus tausend Traurigkeiten zur Krippe gehen wir still.
Das Kind der Seligkeiten uns alle trösten will.

Aus tiefer, dunkler Winternacht
quillt Kraft und neues Leben,
strömt Hoffnungslicht durch Gottes Nacht,
will allen Liebe geben.

Aus schwerer Herzensnot hernieder,
die Bitte wächst zu Dir empor
schenke aller Welt den Gottesfrieden,
den sie durch Neid und Zank verlor.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen eine besinnliche Adventszeit, frohe und friedvolle
Weihnachtstage sowie Gesundheit, Wohlergehen und alles erdenklich Gute für 2012.



Ihr Seniorenrat der Stadt Mettmann