Der Seniorenbeirat

SEMI



der Stadt Gladbeck

OHR

Zeitung für Senioren

Nr. 93 August - November 2017





Polizei: Ihr Stadtteilbeamter vor Ort

Radfahrer: Sicher fahren in der Stadt

Wohnung: BIP – Gute Beratung für Senioren



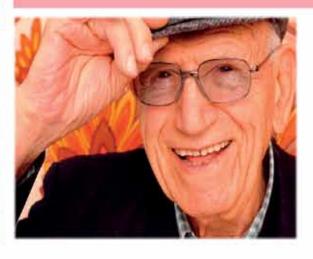
DRK-Hausnotruf In Gladbeck – für Gladbeck!



Aus Liebe zum Menschen.

Hausnotruf kann jeder? Von wegen! Ein Vergleich lohnt sich! Probieren sie es aus! Stellen Sie jedem Anbieter diese Fragen:

- ✓ Kennen Sie sich in Gladbeck aus wo befindet sich Ihre Hausnotrufzentrale?
- ✓ Haben Sie einen 24 Std. Bereitschaftsdienst und woher kommt dieser?
- ✓ Wo wird mein Schlüssel verwahrt?
- ✓ Können Sie mir einen festen Ansprechpartner in Ihrem Hause nennen?
- Beraten Sie mich unverbindlich und persönlich bei mir zu Hause?
- ✓ Welche weiteren Serviceleistungen bieten Sie an?





Helfen steht jedem gut!

"So unterschiedlich die Situationen sind, in denen Menschen Hilfe brauchen, so vielfältig sind auch die Aufgaben, des Roten Kreuzes in Gladbeck." Helfen Sie uns zu helfen -

werden Sie förderndes Mitglied beim Roten Kreuz!

DRK - Kreisverband Gladbeck e.V.

Europastr. 26 – 45968 Gladbeck

≅ (02043) **48 46 0**





Liebe Leserinnen und Leser,

"Bewegt und gesund älter werden in Gladbeck" - so lautet unser Motto in diesem Jahr. Die bisherigen Veranstaltungen wurden sehr gut besucht und haben wohl auch vielen neue Erkenntnisse vermittelt. 2 Wochen nach dem 1. Hilfe Kurs wurde Hans auf der Straße angesprochen, mit den Worten: "Der Seniorenbeirat hat mir das Leben gerettet!" Was war passiert? Der Herr hatte Beschwerden mit seinem Herz, früher hätte er sich hingesetzt und erst einmal abgewartet. Aber er war ja "auf Lehrgang" - und da hat man gesagt - "sofort 112 anrufen!" Der Krankenwagen war schnell da, das Ergebnis auch - Herzinfarkt!

Wir freuen uns natürlich sehr, wenn wir Angebote machen können, die wirklich die Belange der älteren Mitbürger treffen. Dazu gehörte auch die Schulung für Großeltern, bei denen fachkundig erklärt wurde, wie man im Notfall den Enkelkindern helfen kann.

Für Senioren, die nicht mehr an Wanderungen teilnehmen können, haben wir ein neues Angebot - den Stadt-Spaziergang. Er dauert ca. eine 3/4 Stunde, und man kann auch mit dem Rollator, Scooter oder Gehstock teilnehmen. Beim ersten Termin waren 14 Teilnehmer dabei, die gleichzeitig auch noch einiges Neue aus unserer Stadt erfahren haben. Ebenfalls neu ist unser Wander-Cross-Boccia, welches wir am Kotten Nie anbieten. Hier kann wirklich jeder mitmachen, man muss nicht besonders "fit" sein. Informationen

zu unseren Angeboten stehen auf der letzten Seite. Wichtig dabei ist immer - man kommt "unter Leute!"

Sie sehen an dieser kurzen Auflistung, dass wir uns auch immer wieder etwas Neues einfallen lassen. Die Durchführung der Aktivitäten ist natürlich nur möglich, weil auch neue Kollegen/innen bereit sind, Aufgaben zu übernehmen. Herzlichen Dank dafür.

Jetzt wünsche ich viel Spaß beim Lesen der aktuellen SeniOhr - und bleiben Sie "bewegt und gesund in Gladbeck"!

Unsere SeniOhr wird 30!

Die erste Ausgabe erschien am og.12.1988 – noch mit Schreibmaschine geschrieben und mit reichlich Tipp-EX bearbeitet. Die Bilder wurden ausgeschnitten und in den Text hineinkopiert.



Zum Geburtstag möchten wir natürlich eine besondere Ausgabe erstellen und dazu brauchen wir



Friedhelm Horbach Vorsitzender

Hilfe, von Ihnen – von unseren Lesern!

Wer schickt uns einen Gruß zum Geburtstag oder schreibt ein Erlebnis aus dem Alltag der Senioren in Gladbeck. Wer hat eine Geschichte "von früher" rund um den Seniorenbeirat oder dem Fritz-Lange-Haus, den Bildungsfahrten oder von Ausflügen. Wir freuen uns aber auch über Beiträge, die nicht direkt mit dem Seniorenbeirat im Zusammenhang stehen. Haben Sie Ideen, wie die SeniOhr in Zukunft gestaltet werden sollte, was fehlt, welche Themen könnten aufgenommen werden? Je mehr Beiträge wir bekommen, umso interessanter können wir die Geburtstagsausgabe für Sie gestalten.

Beiträge/Ideen bitte an: Friedhelm Horbach, Uechtmannstr. 7, 45966 Gladbeck; friedhelmhorbach@web.de oder im Fritz-Lange-Haus abgeben

horlos





Seniorenbeirat und AWO suchen Ehrenamtliche für das "Reparatur-Café"

Die Idee des Reparatur-Cafés ist es, defekte Geräte nicht gleich zu entsorgen, sondern zu versuchen, sie zu reparieren. Das spart Geld und schont besonders unsere Umwelt. In anderen Städten gibt es bereits "Reparatur-Cafés".

Wir suchen Mitstreiter, die ehren-



amtlich unser Café organisieren sowie Handwerker im Ruhestand oder auch jüngere Tüftler. Technische Geräte sollen durch kleine Reparaturen wieder funktionsfähig gemacht werden. Die ersten Bastler haben sich schon gemeldet, wir benötigen aber noch weitere, damit möglichst auch verschiedene Reparaturen erledigt werden können. Angedacht ist ein Zeitaufwand von ca. 3 Stunden im Monat. In Rentfort-Nord steht ein Raum zur Verfügung, in dem es auch während der Reparatur Kaffee und Kuchen geben

wird. Wir haben Erfahrungen in den Nachbarstätten gesammelt, sodass auch alle Haftungsbedingungen geklärt sind.

Der erste Mitstreiter hat sich schon gemeldet - Gerd Gütlinger, Elektrikermeister.

Informationen:

Quartiersmanager

Norbert Dyhringer, Tel.: 403390, qtm-gladbeck@awo-ww.de oder im Quartiersbüro, Seniorenzentrum Enfieldstr. 243

Seniorenbeirat Friedhelm Horbach, Tel.: 51973, seniorenbeirat@stadtgladbeck.de



Pflegedienst

Stefan Horn

Möllerstr. $42 \propto 45966$ Gladbeck Telefon 0 20 43 / 6 44 40 \propto Mobil 01 72 / 8 12 79 75

kompetent ∞ erfahren ∞ zuverlässig

geprüfte Pflegequalität!



Bewegt und gesund älter werden in Gladbeck

Dies ist unser Motto in diesem Jahr. Neben Aktivitäten wie Wandern, Spaziergang, Fahrradfahren usw. gab es auch den "theoretischen Teil". Aber auch diese Angebote wurden gut angenommen. Da das FLH umgebaut wird, konnten wir die Veranstaltungen bei der CARITAS im Johannesvan-Acken-Haus durchführen wir bedanken uns ganz herzlich dafür!

1. Hilfe - damit befasste sich unser erste "Theoriestunde" mit Andreas Richtarski (DRLG). Für viele von uns ist der letzte 1. Hilfe-Kurs ja vor gefühlten 50 Jahren gewesen. Besonders für Großeltern interessant war der 1. Hilfe-Kurs für Kinder. Hier wurde viel Theorie vermittelt, die aber auch sofort in Übungen an 3 verschieden großen Puppen geübt wurde. Martina Wilbers und Dirk Bonka (KKEL) haben den Großeltern wirklich Mut gemacht, im Notfall beherzt einzugreifen.



Diabetes - die süße Gefahr - erkennen und behandeln.

Das ist das Thema von Dr. Auer (KKEL) und es ist sehr wichtig, denn 9% der Bevölkerung leiden darunter. Viele wissen noch nicht, dass sie betroffen sind und deshalb ist es wichtig, die Symptome zu kennen.

Essen und Trinken im Alter - (k)ein Problem?

Viel trinken – besonders im Alter, das weiß jeder. Aber was ist sonst noch so zu beachten, um auch im Alter noch fit zu bleiben. Dazu gab es sehr interessante Informationen von der Gesundheitstrainerin Marianne Vauth.

2 Veranstaltungen stehen noch aus - es ist keine Anmeldung erforderlich, Teilnahme kostenlos:

Sturzvorbeugung - Vortrag mit Übungen

- Christa Oehmke (SfbB) 30.08.2017 - 15:00 Uhr

Krankenversicherung -Zuzahlungen/Befreiungen

Dieter Hanker, Klaus Bartsch (AOK)

04.10.2017 - 15:00 Uhr



Vorsorge getroffen?

Auch wenn man solche Themen gerne verdrängt: Unfälle, Krankheit oder Alter können dazu führen, dass Sie wichtige Angelegenheiten Ihres Lebens nicht mehr selbst erledigen können. Die Regelung, dass Ehepartner, Kinder oder nahe Verwandte Sie automatisch rechtlich vertreten, gibt es in Deutschland nicht.

Um sicher zu stellen, dass Entscheidungen getroffen werden, die Ihren Willen und Ihre Persönlichkeit berücksichtigen, können Sie für den Bedarfsfall eine Vorsorgevollmacht an eine Vertrauensperson erteilen. Ihre Vertrauensperson kann Sie dann z. B. bei Ärzten, Behörden, Bankgeschäften oder in Wohnungsangelegen-

heiten vertreten.

Haben Sie keine Vorsorgevollmacht erteilt, folgt grundsätzlich
ein gerichtliches Betreuungsverfahren. Die Einrichtung und Führung einer rechtlichen Betreuung
kann mit Kosten verbunden sein.
Sollten Sie Gründe haben, keine
Vorsorgevollmacht erteilen zu
wollen, können Sie für den Fall einer Betreuung in der Betreuungsverfügung festlegen, wer Ihre
Interessen vertreten soll. Der/Die
Betreuer/in wird durch das Betreuungsgericht kontrolliert.

Durch eine Patientenverfügung treffen Sie ausschließlich Vorkehrungen für Ihren gesundheitlichen Bereich. Sie legen in der Verfügung fest, welche Maßnahmen



bei Erkrankung oder Unfall Ihren Wünschen entsprechen. Ihre Vorstellungen sollten Sie möglichst konkret und schriftlich festlegen. Wir empfehlen in jedem Fall ein intensives Gespräch mit Ihrem Hausarzt.

Wir beraten Sie gerne zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, rechtliche Betreuung und informieren Sie über den Bereich der Patientenverfügung.

Ansprechpartner: Arbeitsgemeinschaft Betreuungen Gladbeck Stadt Gladbeck

Betreuungsstelle

Friedrichstr. 4 in 45964 Gladbeck Herr Schmidt: 99- 2695 Frau to Roxel: - 2772

Evangelischer Betreuungsverein e.V. Humboldstr. 13 in 45964 Gladbeck Herr Ingendoh: 2793-33

Sozialdienst Katholischer Frauen Kirchstr. 5-7 in 45964 Gladbeck Frau Padberg: 279-130





Der Namenspatron Fritz Lange



Wer war eigentlich Fritz Lange, nach dem das Fritz-Lange-Haus benannt worden ist?

Friedrich Lange, (*12.03.1896, † 31. 01. 1960) war Gladbecks erster Oberbürgermeister in der Demokratie nach dem Zweiten Weltkrieg. Er wurde im Oktober 1946 von der Stadtverordnetenversammlung zunächst zum Stadtverordneten Vorsteher, später zum Oberbürgermeister, gewählt.

Wer war dieser Mann, der in der schwierigen Zeit nach dem Krieg diese Funktion übernahm und es 12 Jahre ausgeübt hat?

Eigentlich hieß er Friedrich, doch wurde er meistens Fritz genannt. Er wurde am 12.03.1896 in Gelsenkirchen geboren. Mit 14 Jahren begann er eine Lehre beim Metzger Berg in Gelsenkirchen, die er auch erfolgreich abschloss. Danach arbeitete er noch ein paar Monate als Fleischer, bevor er am 22.10.1913 auf der Schachtanlage Scholven als Bergmann begann. Von dieser Zeit an lebte er in Zweckel auf der Händelstraße 37. Am 30.09.1921 hat er Elfriede Zander geheiratet. Aus dieser Ehe gingen zwei Töchter hervor. Das Ehepaar nahm 1946 auch ein dreijähriges Pflegekind auf.

Seinen politischen Werdegang begann Fritz Lange im gewerkschaftlichen Bereich im Bergbau. Dem Bergarbeiterverband gehörte er ab 1913 an, ein Jahr später trat er in die SPD ein.

Auf seiner Schachtanlage wurde er Betriebsratsmitglied bis die Nationalsozialisten diese Gremien gleichschalteten.

Nach dem Ende des Naziregimes gehörte Friedrich Lange zu dem Kreis, der die Arbeit der Gewerkschaften auf der Schachtanlage wieder in Gang setzte. Folglich wurde er erneut in den Betriebsrat gewählt. Bei den ersten anstehenden, freien Kommunalwahlen nach dem Krieg war Lange einer der Spitzenkandidaten der Sozialdemokraten.

Friedrich Lange stellte sein politisches Leitbildbild in einer Broschüre zur Kommunalwahl 1952 vor. Sein oberster Leitgedanke war, sich voll und ganz für die Bürger einzusetzen mit der Folge der Steigerung von Zufriedenheit, Wohlfahrt, Gesundheit, Schutz und Gerechtigkeit für alle Gladbecker Bürger. Für ihn stand der Wiederaufbau im Mittelpunkt seines Schaffens. Ebenfalls sah er Bil-

dung und Ausbildung junger Menschen als Schwerpunkt.

Eine Herzensangelegenheit von Lange war die Völkerverständigung. Es wurde Kontakt zu den englischen Städten Birkenhead (1953) und Enfield (1955) aufgenommen. Fritz Langes Wunsch war, die Jugend über den Sport an die Völkerverständigung heranzuführen.

Am 27. Oktober 1958 wurde Lange als Oberbürgermeister abgewählt und von Heinrich Kliem im Amt abgelöst.

Die letzten Jahre von Fritz Lange waren von gesundheitlichen Problemen geprägt. Am 31. Januar 1963 verstarb er im Alter von 63 Jahren nach langer Krankheit.

Aufgrund eines Beschlusses des Rates der Stadt Gladbeck trägt das Haus an der Friedrichstraße 7 seit März 1988 den Namen "Fritz-Lange-Haus".

Ulrich Hauska



Beratung und Hilfe zu den Themen:

- ✓ Schwerbehindertenrecht
- ✓ Opfer von Gewalttaten
- ✓ Kriegs- und Wehrdienstopfer
- ✓ Rentenrecht
- ✓ Sozialhilfe/Grundsicherung
- ✓ Arbeitsunfall
- ✓ Sozialversicherung
- ✓ Hinterbliebenenrecht

Informationen: Günter Hacker Tel: 02043 786098 ghacker@gelsennet.de



Radfahrer können Rad fahren!?

Im ersten Moment würde wohl jeder dieser Aussage zustimmen. Wenn es aber darum geht, dass zum Radfahren nicht nur die Fähigkeit des Fahrens gehört, sondern auch das Kennen der Verkehrsregeln, so wird aus einer Aussage schnell eine Frage. Um zur Sicherheit der Radfahrer auf Gladbecker Stadtgebiet beizutragen, habe ich bei Verkehrsplaner Thomas Ide in der Stadtverwaltung im Amt für Planen, Bauen, Umwelt nachgefragt:

Was bedeuten die unterschiedlichen Radfahrermarkierungen?

Eine unterbrochene Linie im Abstand von ca. 1,5 m vom rechten Fahrbahnrand versehen mit Fahrrad-Piktogrammen bedeutet. dass es sich um einen Schutzstreifen handelt. Der Schutzstreifen dient überwiegend den Radfahrenden, Autofahrer dürfen hier nicht parken und den Streifen nur ausnahmsweise im Begegnungsfall größerer Fahrzeuge überfahren. Daneben gibt es den Radfahrstreifen, der durch eine breite durchgezogene weiße Linie auf der Fahrbahn abgegrenzt ist. Dieser Radweg ist zusätzlich mit dem blauen Radwegschild gekennzeichnet und steht ausschließlich den Radfahrenden zur Verfügung. Hier besteht eine eindeutige Benutzungspflicht. Autofahrer dürfen den Radfahrstreifen nur überfahren, um eine angrenzende Parkbucht oder eine Einfahrt zu erreichen. Radwege sind in der Regel baulich von der Fahrbahn getrennt und dürfen ebenfalls nicht von ande-



ren Verkehrsteilnehmern benutzt werden.

Wo besteht Benutzungspflicht?

Nach der Straßenverkehrsordnung STVO müssen Radwege und Radfahrstreifen benutzt werden, da sie mit den blauen Radwegschildern gekennzeichnet sind. Bei Nichteinhaltung droht ein Knöllchen! Als einzige Ausnahme gilt, wenn der Radweg durch Sperrmüll, Schnee o. ä. versperrt ist. Dann darf man auf die Fahrbahn ausweichen.

Was ist bei Fahrradstraßen zu beachten?

Eine als Fahrradstraße gekennzeichnete Strecke steht auf der gesamten Fahrbahnbreite vorrangig den Radfahrern zur Verfügung. Dort ist auch das Nebeneinanderfahren erlaubt. In unserer Stadt findet man diese z.B. auf der Goethe-, Friedrich-, Lamberti-, Markt- oder Kirchstr. In Fahrradstraßen gilt Tempo 30 als Höchstgeschwindigkeit für alle Fahrzeuge. Autoverkehr ist meist durch Zusatzzeichen zugelassen, er ist hier aber nur "zu Gast".

Wo gibt es Unsicherheiten im Radfahrerverhalten?

Beispiel: Postallee Wo es sowohl ren. einen unbeschilderten alten Rad-

weg, als auch eine Schutzstreifen- Markierung gibt, darf der Radfahrer selbst entscheiden, wo er fährt. Man sollte aber beachten, dass Unfallstatistiken zeigen, dass Radfahrer dort am sichersten fahren, wo sie konstant im Blickfeld der Autofahrer sind.

Gibt es noch weitere Zusatzregeln für die Radfahrer?

Generell sollten Radfahrer hintereinander fahren, nebeneinander dürfen sie nur fahren, wenn sie dabei den Verkehr nicht behindern.

Pflicht ist jedoch die absolute Einhaltung des Rechtsfahrgebotes, die für alle Verkehrsteilnehmer gilt! In Einbahnstraßen ist es Radfahrenden erlaubt entgegen der Fahrtrichtung zu fahren, wenn dies mit einem entsprechenden Schild angezeigt ist. An vielen Ampeln sind inzwischen Zusatzsignale für den Radverkehr angebracht. Diese müssen eingehalten werden, außer sie fallen aus oder fehlen noch. Dann gelten die Lichtsignale wie für Autofahrer.

Zum Abschluss unseres Gespräches bat Herr Ide mich, alle Verkehrsteilnehmer an den § 1 der STVO zu erinnern, da dort das Wichtigste für ein gutes und gefahrloses Miteinander aller Verkehrsteilnehmer steht.

§ 1 STVO Absatz 1:

Die Teilnahme am Straßenverkehr erfordert ständige Vorsicht und gegenseitige Rücksicht.

Ich wünsche Ihnen allseits gute Fahrt und Freude beim Radfahren.

Sieglinde Nendza



Aktuelle Informationen:

30.08. - 15.00 Uhr Sturzvorbeugung -Vortrag mit Übungen, Johannes-van-Acken-Haus

06.09.

Mit dem Rollator in den Bus -Anmeldung erforderlich -(Telefon: 99 27 75)

04.10. - 15.00 UhrKrankenversicherung Fragen/Antworten,
Johannes-van-Acken-Haus

22.11. - 15.00 Uhr Erben und Vererben, Fritz-Lange-Haus

08.12. - 10.00 Uhr **Vollversammlung Seniorenbeirat** Ratssaal



Stadt-Spaziergang: Der Rundgang dauert max. 3/4 Stunden und man erfährt dabei auch Interessantes aus unserer Stadt. Mitgehen können natürlich auch Senioren mit einem Rollator, Scooter oder Gehstock. Die Termine: 16.08, 20.09., 18.10., Treff: 15.00 Uhr am FLH

Wander-Cross-Boccia: Wir spielen rund um den Kotten Nie. Das

Spiel ist besonders für ältere Mitbürger geeignet. Wir treffen uns am Kotten Nie um 15.00 Uhr am: 24.08., 28.09., 26.10.2017



Wandergruppe: Es wird jeden 3. Dienstag im Monat gewandert, Karten im Vorverkauf im FLH. Die nächsten Wanderungen:
19.09. Nordsternpark,
Gelsenkirchen
17.10. Maria Veen, Reken
21.11. Rotbachtal Kirchhellen,
19.12. Weihnachtsmarkt
Dortmund



Bus-Mitfahrschule: Wer sich unsicher fühlt, mit seinem Rollator mit dem Bus zu fahren, der kann sich helfen lassen. Wir begleiten Sie persönlich beim Busfahren und üben alles Notwendige.

Freiwillige Führerscheinabgabe: Die Aktion läuft noch bis Ende September 2017. Gegen Abgabe des Führerscheins erhält man ein Ticket für 3 Monate für den Bereich Gladbeck/Bottrop. Wenn man dann ein Jahresabo kauft, bekommt man nochmals 3 Mo-

Die Teilnahme bei allen Veranstaltungen ist kostenlos, (Wandern = Fahrtkosten) Informationen: Tina Drendel • Telefon: 99 27 75

nate freie Fahrt.





Umzug - nein danke!



Das ist einer der meistgehörten Sätze, wenn es um das Thema Wohnen im Alter geht. Dabei ist vielen Seniorinnen und Senioren durchaus bewusst, dass sie Probleme mit ihrer jetzigen Wohnsituation haben. Da fällt das Treppensteigen nun immer schwerer,

man schafft es nicht mehr in die Badewanne zu klettern, ein notwendiger Rollator oder Rollstuhl passt nicht durch die Stubentür u.v.m.

Oftmals steckt hinter der Angst vor wohnlicher Veränderung ein Mangel an Informationen. Um Ihnen die Informationen geben zu können, habe ich Frau Klar von der städtischen Seniorenberatung im Fritz-Lange-Haus aufgesucht. Sie und ihre Kollegin Frau Tosun sind dort Ansprechpartnerinnen für das Beratungs- und Infocenter-Pflege, kurz BIP genannt.

Durch Gespräche mit Seniorinnen und Senioren habe ich mir im Vorfeld einige Fragen notiert, die Frau Klar mir gerne beantwortet hat, sodass wir Ihnen beim weiteren Lesen vielleicht ihre Sorgen und Ängste ein wenig nehmen können.

Welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein um eine barrierefreie und altersgerechte Wohnung anmieten zu können?

Menschen ab 60 Jahre und älter mit Anspruch auf einen Wohnberechtigungsschein.

Kann ich mich vormerken lassen und wenn ja, wo?

Vereinbaren Sie einen kostenlosen Beratungstermin im Fritz-Lange-Haus oder wenn gewünscht auch in Form eines Hausbesuches.

Welche Möglichkeit besteht, wenn ich die Voraussetzungen auf einen Wohnberechtigungsschein nicht erfülle?

Um die Berechtigung ermitteln zu können, muss zuerst die finanzielle Situation geprüft werden. Sollten die Einkünfte über dem vorgegebenen Höchstsatz liegen, besteht die Möglichkeit eine Liste der freifinanzierten Wohnungen zu erhalten.

Wie lang ist die durchschnittliche Wartezeit um eine dieser Wohnungen beziehen zu können? Eine genaue Wartezeit ist leider nicht vorhersehbar.

Kann ich von meinem jetzigen Vermieter Hilfen verlangen, z. B. Einbau einer Dusche, Haltegriffe, Rollatorstellerlaubnis im Hausflur?

DIE PASSENDE LÖSUNG AUCH FÜR SIE!



Mit unseren verschiedenen Hilfsangeboten und Dienstleistungen ermöglichen wir es Ihnen, trotz Pflegebedürftigkeit oder Krankheit ohne Sorge lange in Ihrer gewohnten Umgebung zu leben. In unseren Einrichtungen finden Sie ein neues, gemütliches Zuhause. Unsere freundlichen Mitarbeiter bieten Ihnen bestmögliche Pflege und Betreuung, menschliche Wärme und Geborgenheit.

Sie haben Fragen? Rufen Sie uns an. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Caritasverband Gladbeck e.V. | Kirchstr. 5 | 45964 Gladbeck Felefon: (02043) 2791-0 | www.caritas-gladbeck.de

Wir verfügen über

zwei Seniorenzentren Johannes-van-Acken-Haus

- St.-Altfrid-Haus
- Kurzzeitpflegeplätze Tagespflege
- Ambulante Dienste Pflege & Betreuung
- Seniorenberatung
- Essen auf Rädern/

 Seniorenwohnungen Catering

Seniorenzentrum - Johannes-van-Acken-Haus Rentforter Str. 30 | 45964 Gladbeck Telefon: (02043) 3712-00

Ambulante Dienste

Pflegedienstleitung Telefon: (02043) 3712-115

Seniorenzentrum - St. Altfrid-Haus Auf'm Kley 7a | 45968 Gladbeck Telefon: (02043) 373-0

Caritas in Gladbeck



Vermieter sind nicht dazu verpflichtet, aber oftmals auf Anfrage kooperativ und lassen Umbaumaßnahmen zu. Schließen Sie eine schriftliche Vereinbarung, sodass Sie beim Auszug nicht zum Rückbau verpflichtet werden können. Schon ab Pflegegrad 1 können Sie einen Zuschuss von bis zu 4.000 Euro bei der Pflegekasse für einen Badumbau beantragen. Das Abstellen des Rollators im Hausflur muss Ihr Vermieter dulden. Verweisen Sie hier gegebenenfalls auf das Urteil des Amtsgerichts Recklinghausen AZ. 56 c 98/13.

Wie kann man sich das Leben in der eigenen Wohnung erleichtern?

Nutzen Sie die Leistungen der Pflegekasse z. B. beim Sauberhalten der Wohnung oder Essen auf Rädern. Es gibt umfangreiche Hilfen und Informationen. Diese erhalten Sie bei der städtischen Seniorenberatung im Fritz-Lange-Haus und über den Seniorenwegweiser der Stadt Gladbeck. Diesen finden Sie auch auf der Internetseite der Stadt Gladbeck.

Wenn eine stationäre Einrichtung unumgänglich ist, kann man sich diese selbst aussuchen und muss man sich vormerken lassen?

Das Recht auf Selbstbestimmung gilt auch bei der Wahl der Pflegeeinrichtung. Ob freie Plätze vorliegen, erfahren Sie in den Einrichtungen selbst oder bei der städtischen Seniorenberatung/BIP, denn bei akutem Handlungsbedarf ist nicht sichergestellt, dass sich der Kurzzeit- oder Dau-

erpflegeplatz in der bevorzugten Einrichtung befindet.

Hinweis: Bei einem angedachten Einrichtungswechsel ist bei Abschluss des Heimvertrages auf die Kündigungsfrist zu achten.

Wenn die kleine Rente nicht für einen Heimplatz ausreicht?

Zunächst mal keine Panik bekommen! Bei Pflegebedürftigkeit besteht Anspruch auf Leistungen der Pflegekasse sowie Hilfen zur Pflege durch das Kreissozialamt (Kreis Recklinghausen). Nach weiteren Prüfungen kann sich eventuell noch eine Unterhaltspflicht (Elternunterhalt) ergeben. Zum Schluss ermutige ich alle Se-



niorinnen und Senioren, mal über meinen Hausspruch nachzudenken:

Es ist egal, wo man wohnt – wichtig ist, dass man sich zuhause fühlt.

Weitere Informationen und Terminvereinbarung: 99 27 74

Sieglinde Nendza



Wollen Sie gerne in Gladbeck, Bottrop oder Dorsten wohnen? VIVAWEST bietet Ihnen die passende Wohnung dazu. Und damit sich jeder bei uns zu Hause fühlt, stehen wir unseren Mietern nicht nur in unserem Kundencenter in der Dickebank 1 zur Verfügung, sondern investieren auch kontinuierlich in Modernisierungen.
Schauen Sie doch einfach mal bei uns vorbei.

Kundencenter Bottrop Dickebank 1 46238 Bottrop Tel.: 02041 70646-0

www.vivawest.de

VIVAWEST
Wohnen, wo das Herz schlägt.



Informationen:

Notdienst für Rollstuhlfahrer/innen

Der Deutsche Rote Kreuz Kreisverband Gladbeck bietet Ihnen im Kreis Recklinghausen rund um die Uhr, auch an Sonnund Feiertagen einen Pannennotdienst für Rollstuhlfahrer/innen und Benutzer von Elektromobilen.

Hilfe bekommen Sie jederzeit über die DRK-Einsatzzentrale Gladbeck, Telefon: 19 2 19 oder 4846-o. Die Einsatzgebühr beträgt im "Pannenfall" kreisweit 5 Euro. Weitere Informationen erhalten Sie unter Telefon: 48 46 11.

Angebote Seniorenberatung

o6.09. Besuch des Naturzoos Rheine 27.09. Besichtigung Zeche Zollverein

Karten sind im Fritz-Lange-Haus erhältlich, Info: 99 27 75



Ambulante Kranken- und Altenpflege

Horst Schipper

staatl. examinierter Krankenpfleger und Fachpfleger für Anästhesie- und Intensivmedizin

Hegestraße 43 · 45966 Gladbeck Telefon (0 20 43) 2 20 44 · Telefax (0 20 43) 2 21 24 Handy (01 71) 3 10 19 76

Zulassung aller Kassen

Herzlichen Glückwünsch

Gewinner des Preisausschreibens der letzten SeniOhr sind:

Helga Barcik Erika Köhler Klara Lackmanr Gerda Glaner

Sie haben einen Gutschein für 2 Personen zum Frühstück im Fritz-Lange-Haus gewonnen.

Bei der Informationsmesse in der Mathias-Jakobs-Stadthalle gab es auch ein Preisausschreiben. Ein ausgedehntes Frühstück im Kreis des Vorstandes haben gewonnen:

Renate Lenser, Margarete Pöppel und Egon Möntmann.



Selbsthilfegruppe (SHG) Schlaganfall

Die SHG wurde 1997 von Dieter Even gegründet, dessen Ehefrau einen Schlaganfall hatte. Sehr unterstützt wurde er von Dr. Töhne und Dr. Oelmann. In der SHG treffen sich z. Zt. 9 Betroffene und 15 Angehörige. Besonders für die Angehörigen verstorbener Partner ist die Gruppe sehr wichtig. Man kennt und hilft sich untereinander. Bei den Treffen wird aber wenig über Krankheiten gesprochen; Gemeinsamkeit und Spaß stehen im Vordergrund.

Seit 2009 leitet Werner Kampmann die Gruppe und lädt herzlichst zum Treff ein. (Info 55770). Jeden 1. Montag im Monat trifft man sich ab 16:00 Uhr im Konferenzsaal des Krankenhauses (Mittelstr.) Vom KKEL bekommt die Gruppe viel Unterstützung, Dr. Oelmann ist seit dem Start beratend dabei.

Einen herzlichen Glückwunsch zum 20. Geburtstag und weiterhin viel Erfolg für die SHG Schlaganfall.

"Zusammen ist man weniger alleine!"

Friedhelm Horbach

Partnerstadt Schwechat

Seit 52 Jahren ist Schwechat die Partnerstadt von Gladbeck. Die Seniorenbeiräte beider Städte treffen sich regelmäßig zum Erfahrungsaustausch. Dieses Jahr besuchten die Beiräte aus Gladbeck die Freunde in Österreich. Natürlich blieb auch noch Zeit für einen Ausflug in den Wiener Wald.





Sie möchten Ihre Immobilie verkaufen?

• Wir helfen Ihnen gerne dabei!



Seriös und vertrauensvoll arbeiten viele Makler – das ist selbstverständlich – auch für uns! Was uns von anderen Makler aber unterscheidet ist, dass Sie als Verkäufer bei uns **keine** Provision bezahlen.

Lernen Sie uns kennen – Wir helfen Ihnen gerne, Ihre Immobilie zum marktgerechten Preis zu verkaufen.

Blömker Immobilien

Hegestraße 188, 45966 Gladbeck

T. 0 20 43 - 29 448-30

F. 0 20 43 - 29 448-49

E. info@bloemker-immobilien.de

www.bloemker-immobilien.de



Quartiersmanagement Rentfort-Nord

Die Idee

"Die Arbeiterwohlfahrt will mit Aktiven des Quartiers konkrete Projekte angehen und entwickeln, die die hier lebenden älteren Menschen möglichst ganzheitlich versorgen und die ihnen auch nach Ende der Projektzeit (finanziert durch das Deutsche Hilfswerk/DHW) erhalten bleiben," so der verantwortliche Quartiersmanager Norbert Dyhringer. "Hierbei liegt der Fokus auf den Menschen, die in Rentfort leben, mit ihren besonderen Wünschen und Bedürfnissen. Die Umsetzung erfolgt in enger Abstimmung mit der Stadt Gladbeck und den Akteuren aus dem Gesundheits- und Sozialwesen."

Das Quartier

Das Quartier Rentfort-Nord wurde Ende der 60er Jahre als Stadtteil für 10.000 Einwohner geplant, um der anhaltenden Wohnungsnot der aufstrebenden Bergbaustadt Gladbeck entgegen zu wirken. Die Wohnstrukturen sind durchmischt. Von freistehenden Einfamilienhäusern über Reihenhäuser bis hin zu großen Wohngebäuden mit bis zu 10 Geschossen ist jede Wohnform vorhanden. Bedeutend für die Entwicklung des Stadtteils war der Bau des Hauses Schwechater Straße 38 im Jahre 1973. Mit seinen 14 Geschossen und zeitweise bis zu 15 Ladenlokalen inklusive einem Supermarkt repräsentierte der Gebäudekomplex unüberseh bar die

Stadtteilmitte. Somit galt Rentfort-Nord in den 70er Jahren als Wohnort mit guter Nahversorgung. Der Stadtteil war bei der Bevölkerung beliebt und galt als familienfreundlich. Heute befinden sich nur noch wenige Läden im "Geschäftszentrum" und das 14-geschossige Wohngebäude steht seit Jahren leer. Für die Entwicklung dieses Stadtteils bestehen zwar seit Jahren Umbaupläne, deren Umsetzung bislang jedoch an den Eigentumsverhältnissen scheiterten. Hier zeichnet sich aber für dieses Jahr endlich eine Lösung ab. Heute leben in Rentfort-Nord rund 7.500 Menschen von denen über ein Drittel älter als 60 Jahre sind.

"Wir hatten im Vorfeld der Beantragung des Projektes eine Er-

unüberseht galt Renter Jahren als
Nahversorwar bei der
und galt als
Heute befinenige Läden
im" und das
haltsnahe
bhngebäude
er. Für die
Stadtteils
Jahren Umhebung im Stadtteil gemacht,"
erläutert Norbert Dyhringer,
"bei der wir über 150 Rückläufe hatten. Nicht überraschend
waren dann für Eingeweihte die
Ergebnisse: Die befragten Rentforter sehen den größten Bedarf für Einkaufsmöglichkeiten
im Quartier. Aber auch haushaltsnahe Dienstleistungen,
mehr kulturelle Angebote sowie
Sport- und Bewegungsangebote sind in der Wunschliste der
Senioren ganz weit oben.

Rentfort hat es: 47 offene Angebote im Stadtteil

Die Vernetzung in Rentfort schreitet weiter voran und das AWO-Quartiersprojekt "Zusammen.unser.Rentfort.leben." hat einen weiteren Meilenstein für eine konstruktive Zusammenarbeit in Rentfort produziert.

Zum ersten Mal gibt es für den Stadtteil eine Broschüre,



Der Kummerkasten wird eingeweiht



die alle offenen Angebote der Stadt Gladbeck, der Ingeborg-Drewitz-Gesamtschule, des Tennisclubs Rentfort, der evangelischen und der katholischen Kirche und der Arbeiterwohlfahrt in Rentfort-Nord auflistet und mit Adressen und Öffnungszeiten ergänzt.

Sage und schreibe 47 konkrete Angebote sind dabei zusammengekommen, von "Art-Ort" der Ingeborg-Drewitz-Gesamtschule über "Café Rentfort" der Arbeiterwohlfahrt und "Spielegruppe" der evangelischen Kirche bis "Seniorentanzgruppe" und "Wortgottesdienst" von St. Franziskus.

Wer also nicht allein bleiben möchte und Kontakt, Unterhaltung und/oder Spaß sucht, der wird bestimmt etwas finden, was ihm gefällt.

"Wir wollen nicht bestimmen,

was für andere zu tun. Wir wollen möglichst viele bei dem Projekt mitnehmen, indem wir Bewohnern des Stadtteils zuhören, ihre Bedürfnisse und Wünsche aufnehmen und mit ihnen zusammen und Akteuren des Quartiers nach Lösungen und Angeboten suchen," ermutigt Norbert Dyhringer. "Der Runde Tisch Rentfort ist z. B. so ein Ort, an dem man sich regelmäßig trifft und über das Quartier spricht. Man kann mich aber selbstverständlich auch vor Ort selber besuchen, anrufen oder eine Mail schreiben."

Ihr Ansprechpartner im Quartier:
Norbert Dyhringer 403-390 qtm-gladbeck@awo-ww.de
Büro für Quartiersmanagement
Enfieldstr. 243,
45966 Gladbeck

WANDER-GRUPPE

Termine

19. September, 09.30 Uhr Nordsternpark Gelsenkirchen Treffpunkt: Fritz-Lange-Haus, Kosten: 4,00 Euro

17. Oktober, 09.30 Uhr Maria-Veen-Reken Treffpunkt: Bahnhof-West, Kosten: 9,00 Euro

21. November, 09.30 Uhr Rotbachtal Kirchhellen Treffpunkt: Goethe-Platz, SB 36, Kosten: 5,00 Euro

19. Dezember, 11.00 Uhr Dortmund Weihnachtsmarkt Treffpunkt: Bahnhof-Ost, Kosten: 10,00 Euro

Info: 23440

Wir bieten Ihnen Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.



Seniorenzentren



SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.

Elisabeth-Brune-Seniorenzentrum

Enfieldstraße 243 • 45966 Gladbeck Fon: 0 20 43 - 40 30 • sz-gladbeck@awo-ww.de

Mehr zu uns unter: www.awo-ww.de/Seniorenzentren



Wichtig zu wissen! Zusätzlich zum Pflegegeld:

Entlastungsbetrag für Angebote zur Unterstützung im Alltag

Seit 2017 gewährt die Pflegekasse allen Pflegebedürftigen, unabhängig vom Pflegegrad und der nach altem Recht festgestellten Einschränkung der Alltagskompetenz, einen Entlastungsbetrag von bis zu 125 Euro monatlich. Der Betrag darf nur für den Zweck eingesetzt werden, Pflegebedürftige im Alltag zu unterstützen und die Pflegenden zu entlasten. Eine Ausnahme gibt es beim Pflegegrad 1: Pflegebedürftige, die in diesen Pflegegrad eingestuft wurden, können den Entlastungsbetrag auch für Leistungen der Grundpflege im Rahmen einer Sachleistung in Anspruch nehmen.

Es können damit unter anderem sogenannte "Angebote zur Unterstützung im Alltag" bezahlt werden. Diese sind für die Pflege zu Hause gedacht und in drei Bereiche unterteilt:

Betreuungsangebote

- Angebote zur Entlastung im Alltag oder
- Angebote zur Entlastung von Pflegenden

Betreuungsangebote richten sich an Pflegebedürftige, die einen Bedarf an Gruppen- oder Einzelbetreuungen haben. In Betracht kommen beispielsweise Betreuungsgruppen, insbesondere für demenziell erkrankte Menschen, Tagesbetreuungen in entsprechenden Einrichtungen oder die stundenweise Betreuung zu Hause.

Angebote zur Entlastung im Alltag sind praktische Hilfen, zum Beispiel Unterstützung im Haushalt (Wäsche, Kochen oder Wohnungsreinigung) und beim Einkaufen. Auch Hilfen zur Tagesstrukturierung oder Freizeitgestaltung fallen darunter, etwa das Vorlesen von Büchern und

Zeitungen. Ebenso können die jeweiligen Dienstleister bei Apotheken- und Behördengängen, Antragstellungen oder Arzt- und Friseurbesuchen helfen. Alltagsunterstützend können auch Angebote sein, die soziale Kontakte und Aktivitäten fördern, also etwa Besuche von Veranstaltungen oder begleitete Spaziergänge.

Angebote zur Entlastung von Pflegenden dagegen richten sich gezielt an die pflegenden Angehörigen oder Freunde. Diese können beispielsweise eine Pflegebegleitung in Anspruch nehmen. Pflegebegleiter helfen bei der Organisation der Pflege, pflegen aber selbst nicht. Auch können sie beratende und emotionale Unterstützung rund um den Pflegealltag bieten. Pflegebegleiter können Ihnen also den Beistand leisten, den Sie benötigen, um









sich der schwierigen Aufgabe der Pflege zu stellen und diese positiv zu gestalten.

Hinweis

Vom Pflegebegleiter über Hilfen im Haushalt bis zur Betreuung: Informationen zu den Angeboten zur Unterstützung im Alltag bekommen Sie bei Ihrer Pflegekasse oder in einem Pflegestützpunkt. Klären Sie zunächst mit dem Kreis Recklinghausen (Frau Katrin Petersen – 02361 533392), welche Dienstleister zugelassen sind. Nur die Kosten anerkannter Anbieter werden erstattet.

Vergessen Sie auch nicht, dass Sie den Entlastungsbetrag wegen des Kostenerstattungsprinzips nur für tatsächlich entstandene und belegte Kosten erhalten. Legen Sie der Pflegekasse die Belege vor, gilt dies im Übrigen bereits als Antragstellung.

In der Regel rechnen die Pflegedienste über Abtretungserklärungen direkt mit der Pflegekasse ab. Private Anbieter benötigen eine entsprechende Qualifikation.

Tipp:

Den Entlastungsbetrag zahlt die Pflegekasse zusätzlich zu den sonstigen Leistungen der Pflegeversicherung bei häuslicher Pflege. Er wird mit den anderen Leistungsansprüchen also nicht verrechnet. Nicht ausgeschöpfte Beträge können innerhalb des Kalenderjahres in die Folgemonate geschoben werden; am Ende des Kalenderjahres können nicht verbrauchte Beträge in das darauffolgende Halbjahr übertragen werden.

Die Ansprüche aus den Jahren 2015 und 2016 sind nicht verfallen und können noch bis zum Jahr 2018 in Anspruch genommen werden. Für den Entlastungsbetrag 2017 gilt wieder die Übertragung in das darauffolgende Halbjahr.

Wilfried Menke





24.September 2017 = Bundestagswahl

Wieder einmal ist es soweit. Bei jedem Spaziergang werden wir überfallen von einer nicht enden wollenden Flut von Wahlplakaten. Alle Parteien haben jede Straßenlaterne besetzt. Bekannte und weniger bekannte Politikergesichter lächeln uns täglich zu. Sie versuchen sich mit markigen Sprüchen in unser Gedächtnis festzusetzen. Wir sollen uns ja am Wahltag gut an sie erinnern und unser Kreuzchen auf dem Stimmzettel an die richtige Stelle setzen. Je älter man ist, umso öfter hat man dieses politische Spektakel schon mitgemacht. Nicht immer haben sich die hochgepriesenen Wahlversprechen erfüllt und Politikverdrossenheit nistete sich ein. Und so mancher

Senior fragt sich: Was geht mich das noch an? Die Antwort ist eindeutig: Es geht sie noch sehr vieles an!

Gerade in diesem Jahr mussten wir in den Nachrichten miterleben, dass es nicht überall auf der Welt möglich ist frei und unversehrt wählen zu gehen, ohne Angst auf Repressalien danach. Unser demokratisches Wahlrecht haben wir all den Generationen vor uns zu verdanken. Ältere Menschen, die dieses Wahlrecht schon so oft in ihrem Leben nutzen durften, sollten Vorbild für die jetzige und folgende Generation sein. Dadurch sollten die Jüngeren erkennen, welch wichtiges, geschütztes Recht wir haben. Als

Kinder oder junge Erwachsene hatten die heutigen Senioren erleben müssen, wie machtlos sie in früheren Zeiten dem schlimmen Verlauf unserer deutschen Geschichte ausgesetzt waren. Nutzen Sie Ihr heutiges Recht! Informieren sie sich umfassend, treffen Sie eine Entscheidung egal ob per Briefwahl oder im Wahllokal: Gehen Sie bitte wählen - sagt Sieglinde Nendza

Zum Schmunzeln:

Vor dem Kanzleramt ist ein Rentner gestürzt. Die Bundeskanzlerin hilft ihm auf und sagt: "Dafür müssen Sie mich das nächste Mal wählen."

Daraufhin antwortet der Rentner: "Ich bin auf den Rücken gefallen – nicht auf den Kopf!"

Was ist der Unterschied zwischen einer Telefonzelle und der Politik?

In der Telefonzelle muss man erst zahlen und darf dann wählen. In der Politik darf man erst wählen und muss dann zahlen.

Lachen ist gesund!

Zu Risiken und Nebenwirkungen....

"Herr Doktor, mein Mann redet nachts im Schlaf! Was kann ich dagegen tun?" fragt Frau Müller besorgt.

Der Arzt rät: "Lassen Sie ihn mal tagsüber zu Wort kommen."



Ambulanter Kranken- und Seniorenpflegedienst für Gladbeck und Umgebung

Vertrauensvolle und qualifizierte Pflege?
Bei uns sind Sie richtig!

Thomas Cramer
Rentforter Str. 7 · 45964 Gladbeck
Tel.: (0 20 43) 4 61 07 · Fax: (0 20 43) 4 61 76



Unsere Polizei - Nahe bei den Menschen



Hans-Jürgen Pache, Bezirk Rosenhügel/ Butendorf



Ralf Benning Bezirk Schultendorf/ Rentfort-Nord



Rolf Mechlinski

In Gladbeck sind 8 Bezirksbeamte im Einsatz - kennen Sie den Beamten in Ihrem Stadtteil?

Zu den Aufgaben seiner Mitarbeiter sagte uns der Leiter des Bezirks- und Schwerpunktdienstes in Gladbeck - Rolf Mechlinski:

"Bürgernähe ist die Voraussetzung für eine effektive Polizeiarbeit. Wir haben Verständnis für Ihre Sorgen

und Nöte und wünschen uns einen engen, vertrauensvollen Kontakt zu den Bürgern. Die Idee des Bezirks- und Schwerpunktdienstes ist es, nahe bei den Menschen zu sein. Die Redewendung vom "Schutzmann an der Ecke" möchten wir mit Leben füllen. Wir sind Ansprechpartner für Groß und Klein und arbeiten eng mit anderen Behörden zusammen. Für Gespräche mit Ihnen nehmen wir uns Zeit, sowohl in der Polizeiwache, auf der Straße oder auch bei Ihnen zu Hause. Wir hören Ihnen zu und beraten Sie auch in Sicherheitsfragen.

In Notfällen rufen Sie natürlich die 110 an und wir werden Ihnen umgehend helfen. Falls Sie Fragen zur Polizei oder Ihrer eigenen Sicherheit haben, so sind wir rund um die Uhr unter der

Telefonnummer 6 95 21 70 zu erreichen, die Polizeiwache am Jovyplatz 6 ist immer besetzt."

Friedhelm Horbach



Michael Goltz Bezirk Ellinghorst/ Alt-Rentfort



Herrmann Pierenkemper Bezirk Ellinghorst/Butendorf



Rüdiger Kümmel Bezirk Gladbeck-Ost



Detlef Olschewski Bezirk Stadtmitte



Michael Fritsch Bezirk Brauck



Michael Bloom Bezirk Zweckel





Rätsel • • • Rätsel • • • Rätsel • • • Rätsel

Erinnerungen aus der Fernsehwelt

- 1. Die Sendung "Wünsch dir was" wurde moderiert von Dietmar Schönherr und seiner Frau
- 2. Der Kommisar in der gleichnamigen Serie wurde gespielt von Eric
- 3. Die Hauptrolle in der Feuerzangenbowle hatte Heinz
- 4. Hoss, Ben Cartwright, Little Joe und Adam waren die Westernhelden von
- 5. Die bekannte Schauspielerin Meysel hieß mit Vornamen
- 6. Clarence war ein schielender
- 7. Flipper war ein
- 8. Ekel Alfreds Frau hieß
- 9. Der Vorname eines beliebten holländischen Moderators und Sängers war

Notieren Sie die Anfangsbuchstaben der Lösungen. Sie ergeben von oben nach unten gelesen das gesuchte Rätselwort, was Ihnen dann auch verrät, was Senioren für Junioren sind. Schicken Sie uns das Lösungswort an:

Seniorenbeirat Friedrichstr. 7, 45964 Gladbeck, persönlich abgeben oder per Mail: seniorenbeirat@stadt-gladbeck.de

Der Einsendeschluss ist der 15.10. 2017. Als Gewinn winken Frühstücks-Gutscheine im Fritz-Lange-Haus.



Ibr Gleitrichtslas Spezialist

- Sehschärfenbestimmung
- Computer gestützte Brillenglasanpassung
- Auswahl per Bildschirm
- Brillenglas-Verträglichkeitsgarantie
- Brillenversicherung inklusive
- Mitglied der mit über 1500 Partnern
- Brillen-ABO ohne Zinsen und Gebühren

...wir sehen uns!

Tel: 02043 / 65557 · Hochstraße 43 · Gladbeck







Helferinnen gesucht!

Das Frühstück im FLH wird sehr gut angenommen. Jeden Donnerstag ist der Saal gut besetzt. Das klappt aber nur so gut, weil wir fleißige Helferinnen haben, die in der Küche mitarbeiten. Aus Altersgründen sind nun 3 ausgeschieden und wir benötigen Nachwuchs.

Wer hilft mit, 1x im Monat Brötchen und Kaffee vorzubereiten? Bitte bei Marlies Schäfer in der Küche direkt melden oder per Telefon: 6 27 95 oder per Mail:

friedhelmhorbach@web.de



Veranstaltungs-Tipps:

Tanztee im Bürgerhaus

Hier können Sie bei Live-Musik, Kaffee und Kuchen genießen und das Tanzbein schwingen.

Beginn ist jeweils um 15.00 Uhr, der Einlass erfolgt ab 14.00 Uhr. Eintritt: 6,-- Euro inklusive Kaffee und Kuchen.

Nähere Informationen unter Telefon 99 26 81. Bürgerhaus Gladbeck-Ost, Bülser Str. 172

Sonntag, 1. Oktober

Musik: Tramps

Sonntag, 5. November

Musik: Marc



Mathias-Jakobs-Stadthalle

Sonntag, 24. September, 15.30 Uhr

Konzert mit dem Männergesangverein Gladbeck-Scholven 1913 e.V.



Dienstag, 10. Oktober, 20.00 Uhr

Forumskonzert

"Eine Klarinette im Streichquartett"



Dienstag, 17. Oktober, 20.00 Uhr

Gräfin Mariza – Operette

Samstag, 24. Februar 2018, 20.00 Uhr

Udo-Jürgens-Gala

"Vielen Dank für die Blumen"



Nähere Informationen erhalten Sie unter der Rufnummer 99 26 82.

Das Kulturinfo mit allen Veranstaltungen erhalten Sie an der Kasse der Mathias-Jakobs-Stadthalle, Friedrichstr. 53.

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag, 10.00 – 13.00 Uhr



Der fachmännische Rat in Ihrer Apotheke kostet nichts!

Darum: Fragen Sie uns – wir helfen Ihnen gerne!

Unser Service:

- Blutdruckmessung
- Verleih von: digitalen Babywaagen, elektrischen Milchpumpen, Blutdruckmeßgeräten
- Diabetiker- und Ernährungsberatung
- Krankenpflegemittel
- Umfachreiches Heilkräuter-Sortiment
- LeibbindenKompressionsstrümpfe
- Diabetiker-Bedarf
- Kosmetik und Beratung
- Gute Parkmöglichkeiten
- ... und vieles mehr





Regelmäßige Angebote des Seniorenbeirates Gladbeck. Informationen: www.seniorenbeirat-gladbeck.de, seniorenbeirat@stadt-gladbeck.de oder Tina Drendel, Telefon: 99 27 75

Beratung-Sprechstunde	Donnerstags: 10.00 bis 11.00 Uhr	Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Boule-Treff	Mittwochs: 10.00 bis 12.00 Uhr	Kotten Nie, Bülser Str. 157
Bücherei	Kostenlos Bücher ausleihen	Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Bus Zweckel-Friedhof	Jeden Freitag: 11.00 Uhr ab	Fahrt zum Friedhof Rentfort
Rentfort	AWO/11.05 Uhr Markt	(im Sommer)
Bus-Mitfahr-Schule	Persönliche Schulung	Nach Absprache
	in einem Bus der Vestischen	
Intern@tto Computerhilfe	Dienstags: 10.00 bis 12.00 und	Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
	15.00 bis 17.00 Uhr	
	Mittwochs: 10.00 bis 12.00 Uhr	
	Donnerstags: 10.00 bis 12.00 und 14.00 bis 16.00 Uhr	
Frühstück für Senioren	Donnerstags: 08.00 bis 11.00 Uhr	Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Lauf-Treff	Dienstags: 15.00 Uhr	Sportplatz Adler-Wittringen
Radtouren	Dienstags: 12.00 Uhr	Talstr. am Nordpark
Stadtspaziergang	Jeden 3. Mittwoch im Monat	Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7
Seniorenschwimmen	Verschiedene Termine	Willy-Brandt-Schule, Zweckel
Wander-Cross-Boccia	Jeden 4. Donnerstag im Monat	Kotten Nie, Bülser Str. 157
Wandern	Jeden 3. Dienstag im Monat	Wechselnder Treffpunkt
Seniorenbüro Nord,	Feldhauser Str. 243, Info: Angela Klar	Telefon: 99 27 74
Intern@tto-Computerhilfe	Mittwochs: 16.00 bis 18.00 Uhr	
Gemeinsames Frühstück	Freitags: 09.00 bis 10.30 Uhr	
Klön-Cafe	2. und 4. Sonntag 15.00 Uhr	
Patientenverfügungen	3. Donnerstag 16.00 Uhr	
Bergbaufilme	Letzten Donnerstag 16.30 Uhr	
Singkreis	4. Mittwoch 16.30 Uhr	
Seniorenbüro Süd	Horster Str. 349, Info: Cemile Tosun	Telefon: 99 27 73
Gemeinsames Frühstück	Mittwochs: 09.00 bis 12.00 Uhr	
Singkreis	3. Dienstag: 14.30 bis 16.00 Uhr	
Patientenverfügungen	2. Mittwoch: 15.30 bis 16.30 Uhr	
Berater der Knappschaft	Donnerstags: 14.00 bis 17.00 Uhr	
Senioren-Cafe	Montag und Freitag: 14.00 bis 17.00 Uhr	

Küper – Schlagheck Bestattungen seit 1902

Rentforter Str. 9 45964 Gladbeck www.kueper-schlagheck.de

Tag und Nacht: 2 27 83



Wussten Sie schon...

dass Sie Ihre Kinder später nicht belasten, wenn Sie zu Lebzeiten eine Vorsorge bei uns treffen?

Impressum

Herausgeber:

Seniorenbeirat der Stadt Gladbeck

Redaktionsmitglieder:

Friedhelm Horbach (fh)
Sieglinde Nendza (sn)
Dagmar Wollschläger-Musiol (dwm)

Redaktionsadresse:

Fritz-Lange-Haus Friedrichstr. 7 | 45964 Gladbeck Tel.: 0 20 43 / 99 27 75 E-Mail:

seniorenbeirat@stadt-gladbeck.de www.seniorenbeirat-gladbeck.de

Druck: Achim Schrecklein Verlagdruck&graphik Getränke-Heimdienst
Zapfanlagen • Kühlanhänger
Ausschankwagen • Zeltverleih
Festausstattungen

Weine • Spirituosen Spezialitäten Catering Eventmanagement









Bottroper Straße 180 • D-45964 Gladbeck • Tel.: 0 20 43-20 98 0 • Fax: 0 20 43-20 98 28 www.heidis-wein-kontor.de









Was ist meine Immobilie wert – seriöse Vermittlung mit der Sparkasse Gladbeck beim Hausverkauf.

Der Traum vom eigenen Haus ist heute so leicht zu verwirklichen wie niemals zuvor. Optimale Rahmenbedingungen – auch für Immobilienbesitzer –, die über einen eventuellen Verkauf nachdenken.

"Wer sich einmal entschieden hat, sein Haus zu verkaufen – welches sich oft auch als Herzensangelegenheit herausstellt –, kann sich der vertrauensvollen Unterstützung vom Team des ImmobilienCenters sicher sein", so Guido Albersmeier und Marc Kontor, Immobilien-Spezialisten der Sparkasse Gladbeck.

Telefon: 02043 / 271 - 265 Telefax: 02043 / 271 - 309

E-Mail: sparkasse-gladbeck@s-web.de

www.sparkasse-gladbeck.de

