

Januar / Februar 2023

Ausgabe 232



Herausgeber:  
Der Magistrat der  
Stadt Wetzlar

# senioren post wetzlar



Viel Glück zum Neuen Jahr!  
Von Valentin Gerstberger 2014 fotografiert

Sicherheit rund um die Uhr gibt es auch  
für unterwegs mit dem Malteser Mobil-Notruf.



Der Malteser Hausnotruf bringt Hilfe in Minutenschnelle – mit dem Notruf-  
sender am Armband oder als Halskette. So kann permanente Pflegebedürftig-  
keit verhindert werden – die eigene Unabhängigkeit bleibt bewahrt.

[www.malteser-wetzlar.de/hausnotruf](http://www.malteser-wetzlar.de/hausnotruf)  
Telefon: 0 64 41 / 94 94-0



**Malteser**  
... weil Nähe zählt.

**Anschlussgebühr sparen!**  
Coupon

Coupon aufbewahren und bei der Nutzung  
vom Malteser Hausnotruf oder  
Mobil-Notruf vorlegen!

### *Inhaltsverzeichnis*

	Seite		Seite
<b>Liebe Leserin, lieber Leser</b> .....	4	<b>Wissenswert</b>	
<b>Aus der Stadtgeschichte</b>		-Ältere Menschen gehören in die	
-Albrecht Meydenbauer – ein Pionier		Mitte der Gesellschaft .....	21
der Photogrammetrie .....	5,6,7	-BAGSO begleitet lokale	
<b>Aus den Museen</b>		Demenznetzwerke .....	21
-Winter im Palais .....	8,9	<b>Büchertipp</b>	
<b>Kunst und Kultur</b>		-Gerald Hüther: Lieblosigkeit	
-Der Besuch lohnt sich .....	10	macht krank .....	22,23
-Ausstellung von Valentin Gerstberger .....	11	-Mariana Leky: Kummer aller Art .....	23
<b>Wetzlar aktuell</b>		<b>Seniorenpolitik</b>	
-Das Seniorenbüro ist umgezogen .....	12,13	-Gesund und selbstbestimmt	
-Es geht wieder los .....	13	älter werden .....	24, 25,26
-Das Rote Kreuz Wetzlar geht auf Reien ....	14	-Impressionen aus dem städtischen	
<b>Aus der Natur</b>		Seniorentreff .....	27
-Krabbenspinne in Aktion – Wildnis		<b>Unser Preisrätsel</b> .....	28
pur im Garten .....	15,16	<b>Wer hat gewonnen?</b> .....	29
<b>Unterhaltung</b>		<b>Impressum</b> .....	30
- Die Neujahrsbrezel und das Glück .....	17	<b>Informationsseiten</b> .....	I - VIII
-Zum neuen Jahr .....	18		
-Lenchen liebt Goethe .....	18,19,20		
-Neujahr bei Pastors .....	20		



# *Liebe Leserin, lieber Leser,*

*Ist's im Winter  
kalt und trocken  
und der Schnee kristallen glänzt  
hörst du Kinder jetzt frohlocken!  
Heiße, Spaß nun unbegrenzt.*

*Schlittenrodeln, Schlittschuhfahren  
auf dem zugefrorenen Teich  
auch der Schneemann ist im Zuge  
seiner Winterresidenz  
gut gebaut mit Lust und Liebe  
als wollt er bleiben bis zum Lenz.*

*So zieht die Winterzeit durchs Land  
mit Freude und viel Spaß dabei  
ein jeder freut sich seines Lebens  
ob jung ob alt ist einerlei.*

Das neue Jahr 2023 beginnt mit einem Friedenswunsch für verfeindete Länder, denn:

***Wer Krieg will, sendet Waffen,  
wer Frieden will, sendet Diplomaten!***

Es ist Zeit, neue Friedenskreise zu bilden. Leben ist langsames Ausatmen der Vergangenheit, ein tiefes Einatmen der Gegenwart, um genügend Luft für eine friedliche Zukunft zu haben.

Das Geheimnis der Veränderung ist, nicht alle Energie auf die Bekämpfung des Alten zu legen, sondern auf den Aufbau einer neuen, friedlichen Kooperation. Das heißt, den Fokus der Energie auf das zu richten, was die Menschen benötigen, um gute Pläne zu verwirklichen. Energie ist in diesem Falle Materie, und diese folgt der Aufmerksamkeit, die man ihr entgegen bringt, das ist angewandte Quantenphysik, ein kosmisches Gesetz. Unser Lebensgarten, die Erde, ist sehr verletzlich. Sorgenvolle Gedanken wachsen darin, wir sehen viel und begreifen mehr und sehnen uns im Licht der Wahrheit nach Umkehr, nach den einmal gültigen, die Natur respektierenden Maßstäben. Freundlichkeit und Humor für Gespräche sind gute Begleiter.

Ein gutes Hausmittel bei Erkältungen sind ätherische Öle. Sie haben angenehme Eigenschaften, Pfefferminze beruhigt. Eukalyptusöl wirkt antibakteriell und schleimlösend. Teebaum- oder Cajeputöl wird wegen seiner schmerzstillenden und desinfizierenden Wirkung geschätzt. Thymianöl ist keimhemmend und auswurfördernd. Lavendelöl wirkt, auf Schläfen und Handgelenke leicht einmassiert, schlaffördernd. In unserer neuen Ausgabe erfahren Sie Genaueres über den Umzug des Seniorenbüros in die Wetzlarer Volkshochschule. Etwas über Wildnis pur im Garten und Sie lesen über eine Ausstellung mit Werken von Valentin Gerstberger Und es geht weiter mit der Serie ‚Lenchen liebt Goethe‘.

***Viel Freude im neuen Jahr,  
Frieden und Glück!***

*Gunhild Deis-Wiese*

**Februar** von *Sonja Drechsel-Walther*  
*Es wird wieder wärmer.  
Der Winter friert nieder,  
gibt zögernd uns Stücke der Erde frei.  
Die Amsel beginnt ihre Frühlingslieder.  
Du nimmst meine Hände  
Und lächelst dabei.  
Bald ist es geschafft,  
das Ende des Dunkels.  
Bald werden die Blumen  
sich zeigen dem Licht.  
Mich stimmt etwas heiter,  
denn so war es immer.  
Der Frühling wird kommen,  
denn Winter bleibt nicht.*

*Sonja Drechsel-Walther*

## **Korrektur zum Heft 231, S. 29:**

*Botswana ist das Land, das als die Schweiz Afrikas gerühmt wird, die Länder Swasiland und Namibia sind es aktuell nicht.*

## Albrecht Meydenbauer – Pionier der Photogrammetrie

Der deutsche Architekt Albrecht Meydenbauer ist in Wetzlar wenig bekannt, doch hat er hier in unserer Stadt die Entdeckung seines Lebens gemacht, er erfand hier die Photogrammetrie, ein ganz neues Verfahren zur Vermessung von Gebäuden.

Geboren ist Albrecht Meydenbauer 1834 in Tholey im Saarland. Er besuchte ab 1854 die Bauakademie in Berlin. Schon vor dem Ende seiner Ausbildung wurde er mit dem Vermessen historischer Gebäude beauftragt, zunächst mit der Nikolauskirche in Brandenburg und 1858 mit dem Wetzlarer Dom. Als alter Herr schrieb er seine Lebenserinnerungen in fünf ordentlich beschriebenen Schulheften auf, die in unserem Stadtarchiv aufbewahrt werden. Darin schildert er auch das entscheidende Erlebnis beim Vermessen des Wetzlarer Domes:

### Ein Erlebnis beim Vermessen des Wetzlarer Domes

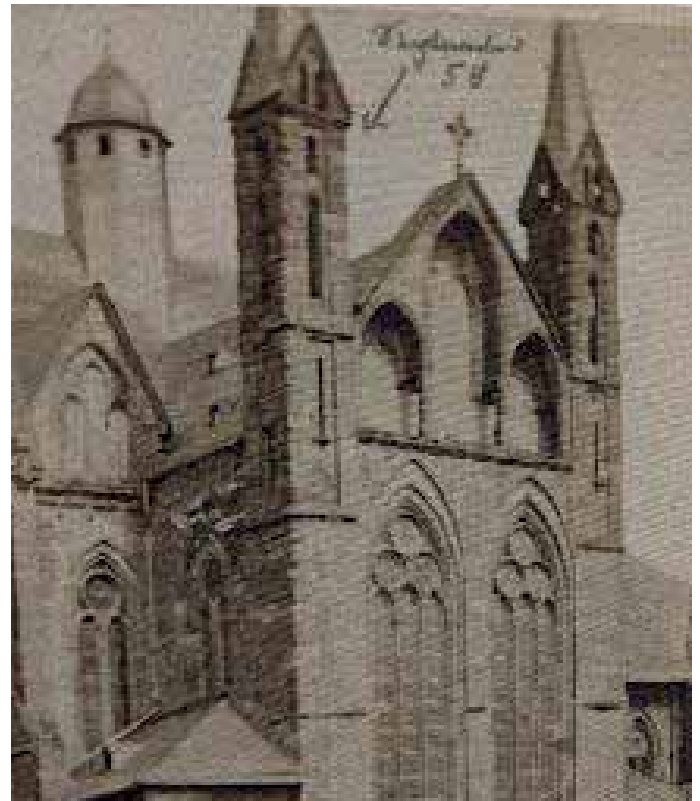
Von Albrecht Meydenbauer

Diese Berufung zur Aufnahme des Wetzlarer Domes wurde entscheidend für mein späteres Leben. Eine an den zahlreichen alten Bauwerken der alten Römerstadt Trier geweckte Neigung zum Studium der mittelalterlichen Kunst wurde durch den vom Geschick mir zugestellten Auftrag zur Aufnahme eines Bauwerkes, das vom 11.-15. Jahrhundert mustergültige Teile besaß, zu meiner Hauptbeschäftigung, und begeistert begab ich mich an die Arbeit.

Die erst geplante teilweise Einrüstung machte ich zur Verwunderung meiner Vorgesetzten überflüssig durch Befahrung des hochragenden Steinwerkes von einem aus alter Zeit sich vorfindenden Lattengestell, das zur Unterhaltung der hohen Glasfenster diente und im Innern eine Haspel enthielt. Der Kasten wurde durch



*Albrecht Meydenbauer 1878*



*Von Meydenbacher eigenhändig beschriftet zur Erinnerung an seinen Absturz am Wetzlarer Dom*

einen Flaschenzug mit einem aus dem Dache gestreckten Ausleger ausgehängt und zog sich mittels des Haspels in die Höhe. Anfänglich hatte ich zum Drehen des Haspels einen Zimmergesellen, der mich ebenso langweilte wie ich ihn. Da übernahm ich selbst die Bedienung des Haspels und war nun bei dem Aufmessen absolut unbehindert.

Dem Schwanken des Kastens an dem 25m langen Seil wurde durch eine zwischen die Strebepfeiler geklemmte Balancierstange abgeholfen. So ging die Aufmessung von Schicht zu Schicht auch ohne Gerüst schnell vonstatten, als ein eigenartiger Vorfall eine Art Neuland für meine Zukunft aufat. Die Arbeit im Kasten war sehr ermüdend, und das Hinablassen des abends und noch mehr das Hinaufziehen zur Fortsetzung der Aufmessung, wo abends aufgehört war, recht langweilig.

An einem schönen Septemberabend 1858 machte ich eine Schicht unter dem oberen Gesims des südlichen Turmes. vom Giebel des südl. Querschiffes am Buttermarkt und schickte mich an, die Fahrt nach dem Boden anzutreten. Der Gedanke, den umgekehrten Weg am anderen Morgen wieder hinaufhaspeln zu müssen, weckte den anderen Gedanken, durch Aussteigen aus dem Kasten in das obere schmale Schallfenster und Wiedereinsteigen am anderen Morgen die doppelte Arbeit zu sparen.

Kaum gedacht, war die Ausführung schon am Werke. Ich stieg auf den oberen Rand des aus dünnen Latten und Pfosten bestehenden Kastens, die linke Hand am Kloben des Flaschenzuges, und setzte den rechten Fuß auf die Sohlbank der Schallöffnung. Die Sohle hatte eine steile Abwässerung. Das Profil des Seitengewändes war eine einfache Schmiege (Schräge) von ca. 0,5 m Tiefe. Der halb entlastete Kasten pendelte unter dem Einfluß der sich spreizenden Füße ins Freie, und ich fühlte den Moment kommen, wo der ausweichende Kasten nicht mehr durch die Kraft der Füße zu halten, und der Absturz unvermeidlich war.

In dieser höchsten Not schlug ich mit der rechten Hand an das schräge Gewände und stieß den Korb mit dem linken Fuß weit in die Luft. Die Gegenwirkung reichte aus, den Körper in die Öffnung zu schieben, und ich war gerettet, brach aber auf der inneren Wendeltreppe zusammen. In diesem nach Bruchteilen einer Sekunde sich abspielenden Vorgang trug sich noch ein anderer Vorgang zu. Nach meinen Kenntnissen der Fensterprofile sollte ein kleiner Absatz zum Befestigen der Verglasung vorhanden sein, der aber nicht vorhanden war, weil nur eine Schallöffnung, kein eigentliches Fenster bestand. Daran hätten die Fingerspitzen Halt gefunden, den Körper nachzuziehen. Beim Einschlagen der Hand fühlte ich den Mangel des Absatzes und empfand im kritischen Moment die darinliegende Gefahr als heftigen Schrecken.

Da saß ich nun eine Weile, hörte auch noch das heftige Zurückschlagen des Kastens, war aber dann eine Zeit lang abwesend. Geweckt wurde ich durch einen Schmerz in der rechten Hand,



*Messbildkamera von 1898*



die von dem bloßen Schlag in das Gewände ganz blutrünstig war, indem die abgewitterten Sandkörner des Steines in die Hand gedrungen waren. Die Heftigkeit des Schlages hatte aber noch so viel Reibung erzeugt, daß ich von der Außenwand in das Innere kam.

Beim Hinabsteigen kam mir der Gedanke: Kann das Messen von Hand nicht durch Umkehren des perspektivischen Sehens, das durch das photographische Bild festgehalten wird, ersetzt werden? Dieser Gedanke, der die persönliche Mühe und Gefahr beim Aufmessen von Bauwerken ausschloß, war der Vater des Meßbildverfahrens. Die Geschichte desselben ist im ersten Abschnitt meines Handbuches niedergelegt.

Ändern Morgens stieg ich wohlgenut von der Treppe in meinen oben gebliebenen Kasten und vollendete meine Aufnahme zur großen Zufriedenheit meines Auftraggebers, des Conservators v. Quast. Er äußerte: „So gezeichnet hat mir noch keiner!“

Soweit also Albrecht Meydenbauer, der Initiator der Photogrammetrie. Er publizierte 1858 sein photogrammetrisches Verfahren zur Gebäudevermessung. Der Photogrammetrie gab er ihren Namen und gründete 1885 die erste photogrammetrisch arbeitende Behörde der Welt, die Königlich Preussische Messbild-Anstalt. Sie hat ein riesiges Archiv, das heute noch benutzt wird. Eigene Kameras wurden entwickelt, die eine 40x40 cm große Bildplatte trugen. Der Aufnahme von Gebäuden folgte die photogrammetrische Landvermessung.



Plakat für die Sonderausstellung im Stadtmuseum

Inzwischen wird statt des Lichtes der Laserstrahl eingesetzt, doch das Verfahren ist das Gleiche. Einparkhilfen, Saugroboter oder das autonome Autofahren wären nicht entstanden ohne Meydenbauers Sprung in die Schallöffnung des Wetzlarer Doms!

Die Städtischen Sammlungen Wetzlar zeigen noch den ganzen Monat Januar 2023 eine Sonderausstellung zum Thema.

Werbung

**Deutsches Rotes Kreuz** | DRK-Kreisverband Wetzlar e.V.

*„Meine Mutter weiß genau: Wenn sie Hilfe braucht, tue ich alles, was ich kann. Aber im akuten Notfall? Da kann das Rote Kreuz einfach mehr. Und das weiß sie ja auch. Es ist also eigentlich nicht ihr, sondern unser Hausnotruf. Er macht uns beide sicherer.“*

**Hausnotruf.** Bunter, sicherer, unbeschwerter.

DRK-Kreisverband Wetzlar e.V. · Hörnsheimer Eck 21 · 35578 Wetzlar  
Tel. 06441 9764-0 · info@drk-wetzlar.de · www.drk-wetzlar.de

**Tagsüber in guten Händen, abends in den eigenen Wänden!**

Unsere **ambulanten Pflegedienste** Wetzlar, Solms, Herboren, Dillenburger, Driedorf und unsere **Tagespflege** Wetzlar sorgen dafür, dass Sie rund um die Uhr versorgt sind.

**Noch heute einen kostenlosen Beratungstermin vereinbaren:**

**AWO Kreisverband Lahn-Dill e.V.**  
Lessingstr. 8, 35578 Wetzlar  
Tagespflege Tel.: 0 64 41- 44 83 51 2  
Ambulante Dienste Tel.: 06441- 44 83 48 6  
www.awo-lahn-dill.de  
#awolahndill

**AWO** Lahn-Dill

**AWO- weil Pflege von Herzen kommt! Sozial. Kompetent. Professionell.**

## Winter im Palais Papius



Auch Möbelformen haben eine Entwicklungsgeschichte. So entstand der Schrank zunächst aus dem Übereinanderstellen von zwei Truhen. Im 15. Jahrhundert wurde dann der Schrank mit vier Türen entwickelt. Er bot den Schreibern und Holzbildhauern nun zahlreiche Möglichkeiten, ihn zu schmücken. Auf vier Türen konnte man die unterschiedlichsten Vierergruppen verteilen: Die vier Himmelsrichtungen, die vier Evangelisten, die vier Kontinente (Australien wurde erst später dazugezählt), die vier Winde, die vier Jahreszeiten. Vor allem die vier Jahreszeiten tauchen häufig auf. Im Palais Papius, der Sammlung europäische Wohnkultur, gibt es allein vier Schränke, die die vier Jahreszeiten zum Thema haben.

Auf allen werden die Jahreszeiten durch menschliche Figuren repräsentiert. Diese Darstellungsweise gab es schon seit der römischen Antike, hielt sich im christlichen Mittelalter und erlebte in der Renaissance und im Barock eine große Blüte. Der Frühling wird meist von einem Blumen tragenden Jungen, der Sommer von einem Jüngling mit Kornähren, der Herbst von einem Mann

mit Trauben und der Winter von einem Greis repräsentiert.

Personifikationen der vier Jahreszeiten gehörten zum festen Programm der barocken Parkskulptur und zur Innenraumdekoration dieser Zeit.

Warum aber werden die Jahreszeiten dargestellt, warum macht man sich die Mühe, das, was jeder Mensch in der Natur selbst erlebt, bildkünstlerisch zu zeigen?

Seit der Antike wird mit den Jahreszeiten der Gedanke der ewigen Wiederkehr des Gleichen verknüpft. In einer tieferen Sinnschicht erzählen sie vom Werden und Vergehen, vom ewigen Kreislauf der Natur, dem auch der Mensch unterworfen ist. Mit dem Vergehen verweisen sie auch auf die Endlichkeit des menschlichen Lebens und mahnen den Menschen, sich dieser bewusst zu werden. Daher ist es nur folgerichtig, dass mit den Jahreszeiten auch die Lebenszeiten des Menschen von der Geburt bis zum Tod parallel gesetzt werden. Der Frühling mit dem Beginn des Blühens und Wachsens steht für die Jugend. Der Sommer in selbstbewusster Haltung mit dem reifen Korn im Arm steht für das Erreichte des Erwachsenenalters. Der Herbst mit den reifen Trauben zeigt den Menschen im fortgeschrittenen Alter, der die Früchte seiner Arbeit genießt. Der Winter steht für das Ende des Jahres und des menschlichen Lebens.

Saisonal passend wollen wir nun die Winterdarstellungen etwas



genauer betrachten. Die vier Jahreszeiteinschränke in der Sammlung europäische Wohnkultur weisen hier zwei typische Exemplare und zwei Sonderfälle auf.

Meist wird der Winter als Greis dargestellt, der versucht, der Kälte zu trotzen. So sehen wir ihn





auf einem zweiteiligen französischen Schrank (armoires à deux corps), der im dritten Viertel des 16. Jahrhunderts in der Ile-de-France entstand. Das Relief aus Nussbaumholz (Bild 2) zeigt den Winter als alten, bärtigen Mann mit Mütze und pelzverbrämtem Mantel, der von links nach rechts, vielleicht in Richtung seiner Behausung im Hintergrund schreitet. Durch einen Schlitz im bodenlangen Mantel wird sein nackter Unterschenkel sichtbar, bei dessen Anblick wir das winterliche Frieren nachvollziehen können. Der Fuß des Winters steckt in einem Pantoffel, unter dem vorne und hinten Stege angebracht sind, damit der Träger der Fußbekleidung nicht so leicht im Schnee versinkt und auf Eis ausgleitet. Dass der Winter alt ist, zeigt nicht nur sein langer Bart, sondern auch der Krückstock, auf den er sich mit der Rechten abstützt. In der Linken trägt er, um sich vor der Kälte zu schützen, einen kleinen Kessel mit Kohlen, aus dem Flammen heraus schlagen. Damit er mit Kessel und Stock besser hantieren kann, ist der Winter aus den beiden langen pelzgefütterten Mantelärmeln herausgeschlüpft, so dass sein Untergewand an den Armen heraus schaut.

Ähnlich wird auch der Winter auf einem flämischen Überbausschrank aus der Zeit um 1660-70 (Bild 1) dargestellt. Auch hier (Bild 3) trägt der Winter ein Kohlebecken und einen Pelzmantel. Darüber hinaus hat er im linken Arm ein Reisigbündel. In der Tasche an seinem Gürtel dürfen wir



Utensilien zum Feuermachen vermuten. War der Winter auf den vorangegangenen Schränken wie bei den meisten Winterdarstellungen in Jahreszeitenzyklen ein alter Mann, so überrascht uns die Darstellung auf einem Danziger Schrank um 1700 (Bild 4). In den Ecken der beiden Schranktüren sitzen Kinder in üppigen Akanthusranken. Nur der Winter (Bild 6) ist bekleidet, die anderen sind fast nackt. Die Kleidung und die Kapuze weisen auf die Winterkälte hin. Mit den vorangehenden Darstellungen verbindet das Kleinkind nur das Kohlebecken in seiner Hand. Anders als üblich ist auch die Winterdarstellung auf unserem letzten Beispiel, einem Relief auf einem Kölner Schrank um 1650. Eher selten ist nämlich die Personifikation der Jahreszeit als Frau. Eine fein- und warm! – gekleidete Dame steht auf einem Podest, das von einer Maske getragen wird, unter einem Bogen in einem möblierten Innenraum (Bild 5). Dieser ist beheizt, denn am linken unteren Bildrand schlagen Flammen über Holzscheiten aus einem Kamin. Und zum Zeichen, dass die Natur im Winter friert, sitzt ein viel zu klein geratener Löwe davor und wärmt sich seine Pranken.



Solche entzückenden Details sind in der Sammlung europäische Wohnkultur, der Sammlung Irmgard von Lemmers-Danforth im Palais Papius, zu entdecken. Vielleicht machen Sie einmal einen Gang durch die kalte Winterluft und statten ihnen einen Besuch ab. Im Winterhalbjahr ist das Museum in der Kornblumengasse 1 dienstags bis sonntags von 11:00 Uhr bis 16:00 Uhr geöffnet..

Oda Peter

## Der Besuch lohnt sich Fünf Jahre Stadtbibliothek im Kulturhaus

Bibliothek – da erwartet mancher Besucher ein wenig angestaubte, eng zugestellte Räume, böse Blicke, wenn er flüsternd nur eine Frage stellt, und vor allem Stille. Wie anders ist unsere Bibliothek!

Man betritt einen offenen, hellen Raum mit weißen Regalen und kommt gleich in den Zeitschriftenbereich und dahinter zur Informationstheke. Dieses Untergeschoss ist den Kindern und Familien gewidmet. In Krabbelkisten befinden sich Bilderbücher, die Größeren finden in den Regalen ihre Kinderbücher und viele Sachbücher für Kinder. Es gibt auch einen Spielebereich, Comics und Hörbücher. Dazwischen finden sich immer wieder kleine Gruppenarbeitstische, wo die Kinder spielen, basteln und lesen können. Daneben gibt es gemütliche Lesecken für Familien. Hier unten geht es munter zu, und manchem ernsthaften Leser mag die klassische Bibliotheksruhe fehlen. Doch werden hier die Kleinen spielend an das Lesen herangeführt. Dass dieses Konzept erfolgreich ist, zeigt sich in den hohen Besucherzahlen.

Wer es ruhiger mag, steigt die bequeme Treppe hinauf (es gibt auch einen Aufzug) und gelangt direkt in den Bereich der Belletristik. Er beginnt mit seniorengerechten Ausgaben in Großdruck, führt über allgemeine Romane zu Krimis und Fantasy schließlich zu Büchern über Frauen und Liebe. Dazwischen gibt es viele teils recht gemütliche Plätze zum schmökern.

Reich ausgestattet und ständig im Wachsen ist der Bereich der digitalen Medien, der mit Hörbüchern



*Die Geburtstagstorte*



*Veranstaltungen der Stadtbibliothek*

beginnt, Schülerhilfen zur Verfügung stellt und sogar das Schauen von Filmen ermöglicht. Auch diese digitalen Medien kann man vor Ort anhören und ausprobieren. Mancher wird Beratung brauchen – die gibt es auch, von ebenso kompetenten wie freundlichen Mitarbeitern der Bücherei. Sie haben ihren festen Platz am Ende des Raumes.

Dahinter geht es aber noch weiter, denn ein paar Stufen höher kommen wir zu den Sachbüchern. Geschichte, Wirtschaft, Fußball – was immer das Herz begehrt oder die Schule verlangt, hier ist es zu finden. Dazu gibt es Kopierer und Computer und viele Stillarbeitsplätze.

Etwas Besonderes sind die mit einer Glastür abgeteilten Räume „Werther“ und „Lotte“. Bei Lotte findet sich fremdsprachige Literatur. Im Raum Werther gibt es Werke von und über Goethe sowie eine heimatkundliche Sammlung. In den beiden Räumen lässt es sich gut arbeiten, denn hier ist es wirklich still – wenn sich nicht eine Person häuslich eingerichtet hat und unentwegt lautstark telefoniert. Diese beiden Räume sind auch, spätestens am Vortag, für bis zu drei Stunden zu buchen.

Der Veranstaltungsraum neben der Treppe ist inzwischen

mit einer Glaswand abgetrennt, was sich sehr positiv für die Besucher auswirkt. Doch der richtige Veranstaltungsraum des Kulturhauses ist der Ausstellungsraum im Untergeschoss. Dort fanden am 19. November 2022 die Festvorträge anlässlich „Fünf Jahre Stadtbibliothek im Kulturhaus“ statt.





**Adolf Sarges + Sohn**  
 seit 1868  
 Inh. Michael Sarges



Beerdigungsinstitut  
 Fachgeprüfter Bestatter  
 Erd-, Feuer-, Seebestattung

Bau- und Möbelschreinerei  
 Innenausbau, Fenster und Türen  
 Verglasungen aller Art

**35578 Wetzlar · Engelsgasse 22 und Sandgasse 16-18**  
**Telefon (0 64 41) 4 29 59 · Fax (0 64 41) 4 59 38**



**Stadtresidenz  
 im Casino Wetzlar**  
 Altes Offizierscasino

**Kalsmuntstr. 68-74,  
 35578 Wetzlar**  
**Tel.: 06441/21030**



**Vollstationäre Pflege und Kurzzeitpflege**

Individuelle, ganzheitliche Pflege und Betreuung sichert unseren Bewohnern das größtmögliche Maß an Selbständigkeit und sorgt für Wohlbefinden und Geborgenheit.

**Junge Pflege**

Vollstationäre Pflege und Betreuung für schwerstpflegebedürftige Menschen von 18-65 Jahren.

**Seniorenwohnen mit individuellem Service**

Komfortwohnungen mit 1-3 Zimmern, Bad, Küchenzeile und Balkon von 33 – 118m<sup>2</sup>.

**Sie sind uns jederzeit herzlich willkommen.**

Gerne beantworten wir bei einem Rundgang durch unser schönes Haus Ihre Fragen.

[www.alloheim.de](http://www.alloheim.de) / [wetzlar-casino@alloheim.de](mailto:wetzlar-casino@alloheim.de)

**Europa Bad**  
 Sport ist unser Element

**Unsere Öffnungszeiten:**

Montag	15:00 – 22:00 Uhr
Dienstag – Freitag	8:00 – 22:00 Uhr
Samstag	10:00 – 18:00 Uhr
Samstag nur Frauen	8:00 – 10:00 Uhr
Sonntag	9:00 – 18:00 Uhr

Weitere Informationen unter [www.wetzlar.de](http://www.wetzlar.de)

**Bodenbeläge • Tapeten • Teppiche • Zubehör**

Von **A** wie Ausmessen, bis **Z** wie Zuschneiden  
 Vor-Ort-Beratung • eigens geschultes Personal  
 Professionelle Verlegung

**Bodenbeläge GESSNER Wetzlar**  
 Ernst-Leitz-Straße 67 • Telefon (0 64 41) 2 72 43

**Immer  
 TOP-PREISE!**





Rehatechnik



Pflegewelt



fit  
gesund  
Alltagshilfen  
für jedermann



ScooterCenterWetzlar  
Mobile Welt

# Ihr Partner vor Ort

Rundum gut versorgt. Seit über 30 Jahren.

Im Bereich **REHATECHNIK** schaffen wir dort ein bisschen mehr Selbstständigkeit, wo man sonst auf Hilfe angewiesen ist. Mit unserer **PFLEGEWELT** bieten wir sowohl Produkte als auch Dienstleistungen für die Krankenpflege zu Hause: Vom Krankenbett bis zur

Wundversorgung. Mit **FIT & GESUND** umschreiben wir unsere Alltagshilfen für jedermann. Und im **SCOOTER CENTER WETZLAR** kümmern wir uns um den Verkauf und den Service rund um die individuelle Elektromobilität.

**SANTEC**  
Gesundheit · Pflege · Mobilität



Gegenwärtig und noch bis zum 15. Januar 2023 ist dort die Ausstellung „Good times in the cities...“ zu sehen. Es sind realistische Darstellungen des Frankfurter Künstlers Claus Delvaux, die auf den ersten Blick wie Fotos wirken. Delvaux nimmt zwar eigene Fotografien als Vorlagen zu seinen Gemälden, wandelt diese aber um und setzt eigene Akzente.

So sind es Bücher und Bilder, die einen Besuch im Kulturhaus so spannend machen, dazu auch die vielen Veranstaltungen der Bibliothek. Da gibt es regelmäßig Besuch vom Bücherhund, die Bü-

cherzwerge treffen sich, es wird gebastelt und sogar gestrickt. Gesprächskreise in englischer und französischer Sprache finden statt, und Dichterlesungen sind selbstverständlich.

Und dann war da ja noch das Kaffee; es ist so schade, dass es geschlossen hat. Nun gibt es Bemühungen, es ehrenamtlich wieder zu öffnen. Ich wünsche mir so sehr, dass das klappt! Dann bestelle ich wie früher: „Einen Espresso und ein Wasser, nicht zu kalt, bitte“.

Herta Virnich

---

## Ausstellung von Valentin Gerstberger in der Seniorenresidenz Philosophenweg

Die Seniorenresidenz Philosophenweg in Wetzlar präsentiert in einer neuen Ausstellung Kunstwerke von Valentin Gerstberger. Auf vier Etagen zeigt der Künstler ausgewählte Arbeiten von Ende der 1980er-Jahre bis heute.

Der Schwerpunkt seiner Bilder ist die experimentelle Malerei. Zu sehen sind Farbkompositionen in Acryl und Öl, Frottagen sowie eine Reihe großformatiger Improvisationen zur Musik. Gerstberger hat an der Hochschule für Bildende Kunst in Kassel Grafik und Malerei studiert und ist langjähriges Mitglied des Wetzlarer Kunstvereins. Studienreisen führten ihn unter anderem nach Frankreich, England, Kanada und in die USA. Einige Arbeiten befinden sich in öffentlichen und privaten Sammlungen.

Die Abbildung zeigt das vierteilige Ölgemälde „Verletzung und Heilung“. Durch teilweise grobe Malträtierung der Oberfläche mit Hammer, Nadeln und Säure ist es ein Sinnbild menschlicher Verletzlichkeit. Ein Ausgleich sind die lebhaften Farben und „Reparaturen“ (Heilung) der mutwilligen Beschädigungen.

Die Ausstellung ist noch bis Februar in den Fluren des Alten- und Pflegeheims (Philosophenweg 11) zu sehen. Kunstgespräche sind geplant. Die Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Weitere Informationen unter [www.valentingerstberger.de](http://www.valentingerstberger.de)





## Das Seniorenbüro ist umgezogen

Zwar kenne ich die neue VHS, die Volkshochschule in der Bahnhofstraße, von abendlichen Kursen. Dann ist da richtig etwas los. Die Kursbesucher kommen oder gehen, sitzen in den Aufenthaltszonen, warten, unterhalten sich oder streicheln ihr Handy.

Heute ist alles anders. Ich hatte mich für 14:30 Uhr mit Frau Wind in ihrem Büro verabredet. Frohgemut betrete ich das VHS-Gebäude. Stille, kein Wegweiser, kein Mensch, den ich fragen könnte. Nun weiß ich, das Seniorenbüro ist im ersten Stock. Den Aufzug finde ich leicht und gehe im ersten Stock einen breiten Gang entlang.



Da hängen sehr subjektiv gestaltete Ansichten von Wetzlar, die in einem Volkshochschulkurs entstanden sind, aber kein Mensch ist zu sehen. Doch rechts in einem Flur steht ein Ständer mit seniorenrelevantem Schrifttum. Hier muss es sein! Richtig, auf den schönen, aber viel zu kleinen Schildchen neben den Türen entziffere ich unter der Nummer „Seniorenbüro“ und die vertrauten Namen.

Da kommt auch schon Frau Wind aus Ihrem Büro: „Ich hab´ doch etwas gehört!“ So still ist es um diese Zeit im Haus. Wir setzen uns in den Besprechungsraum, den sich das Seniorenbüro mit der VHS teilt. Da will ich vor allem wissen, warum konnte ausgerechnet das Seniorenbüro nicht im Rathaus bleiben? Jeder weiß, wie stark der Bevölkerungsanteil der Senioren steigt, Poli-



tiker erzählen uns, sie wollen sich für die Teilhabe dieser Gruppen einsetzen, und dann wird das Seniorenbüro aus dem Rathaus geworfen?

Frau Wind beruhigt mich: nein, so schlimm sei es nicht. Bereits 2017 war eine Verlegung des Seniorenbüros im Gespräch, weil sich damals schon abzeichnete, dass andere Bereiche, etwa die Pressestelle, mehr Platz im Rathaus brauchen. Da das Seniorenbüro eine kleine Einheit darstellt, schien es für einen Umzug geeignet. Als Querschnittsbüro ist es auch weniger auf den Kontakt mit andern Ämtern der Stadtverwaltung angewiesen, sondern hat mehr Außenkontakte. Für diese ist der neue Platz durchaus geeignet. Vieles geschieht jetzt schon gemeinsam mit der VHS, und das Kulturhaus, mit dem Projekte geplant sind, liegt gerade gegenüber. Da unser Seniorenbüro keine Einzelfallberatung vornimmt, ist auch die Parkplatzsituation recht entspannt.

Natürlich gibt es auch Nachteile: die kurzen Wege im Rathaus fehlen ebenso wie die Möglichkeit zwanglosen Austausches mit Kollegen. Noch wissen Besucher nicht, dass das Büro in einem Gebäude außerhalb des Rathauses ist und finden es nur schwer. Den Mitarbeiterinnen ist es zuweilen etwas mulmig bei Begegnungen in der Bahnhofstraße, doch das alles wird sich ändern, wenn mehr Leben in diesem Quartier entstanden ist.





**Susanne Wind, Seda Sinek und Ina Jendriczka  
(von rechts) im Wartebereich vor ihrem neuen Büro**

chungsraum aufgestellt war. Frau Sinek ist glücklich über den eigenen Raum, und den braucht sie auch bei der vielen Arbeit, die ich auf und um ihren Schreibtisch herum gesehen habe. Frau Wind fühlt sich wohl im gut ausgestatteten Büro, das sie schon mit Bildern und Kalendern heimisch eingerichtet hat.

Insgesamt fühlen sich die Mitarbeiterinnen aber wohl in den neuen Räumen. Frau Jendriczka lobt die zentrale Lage und die modernen Arbeitsmittel. Ganz begeistert erklärt sie mir eine schwarze elektronische Tafel, die ganz neu im Bespre-

Somit wünschen wir unserem netten Dreigestirn ein gutes Neues Jahr und frohes Schaffen am neuen Arbeitsplatz.

Herta Virnich

## Es geht wieder los



Es ist wieder soweit. Nachdem in den letzten beiden Jahren der Karneval dem Coronavirus zum Opfer gefallen ist, lädt die Stadt zusammen mit der WKG am Sonntag, dem 12. Februar 2023 wieder ab 13 Uhr zum beliebten Seniorenfasching in die Stadthalle ein.

Wir starten wie immer mit unserem obligatorischen Krüppelkaffee. Ab 14:11h beginnt dann mit dem großen Einmarsch aller Aktiven ein buntes, kurzweiliges Programm, bei dem uns neben einigen Büttenreden wieder tolle Tänze der Aktiven des Tanzsportvereins der WKG dargeboten werden.

Selbstverständlich wird der Nachmittag auch musikalisch begleitet, Lieder zum Mitsingen und mitschunkeln gehören da einfach dazu. Freuen Sie sich auf ein paar vergnügliche Stunden und wer möchte, der darf natürlich sehr gerne kostümiert an der Veranstaltung teilnehmen.

Hier sind noch einmal die Termine, auch die der Stadtteile, übersichtlich dargestellt:

WKG – „WKG- wieder da“

Termin: 12.02.2023

Einlass: 13:00 Uhr

Beginn: 14:11 Uhr

Büblingshausen – „55+2 Büblingshäuser Narretei“

Termin: 12.02.2023

Einlass: 13:30 Uhr

Beginn: 14:11 Uhr

Steindorf – „Geht's noch?!“

Termin: 11.02.2023

Einlass: 14:11 Uhr

Beginn: 15:11 Uhr

## Das Rote Kreuz Wetzlar geht auf Reisen

Unter dem Motto „Ein bisschen Mee(h)r bitte“ hat das Rote Kreuz Wetzlar wieder ein attraktives Programm für die Betreuten Reisen 2023 zusammengestellt. Möglich macht all dies unser besonderer Service. Die Reisen sind auf ältere Menschen abgestimmt, die nicht mehr alleine verreisen können oder wollen und die Gemeinschaft in der Gruppe schätzen. Wir erstellen die kompletten Reiseunterlagen und beraten persönlich zu den einzelnen Reisezielen - ein Anruf genügt. Eine Altersbegrenzung gibt es dabei nicht. Voraussetzung ist die Reisefähigkeit und dass keine Pflegebedürftigkeit vorliegt. Begleitet werden unsere Reisen von einem Betreuungsteam - das Herzstück und die Seele der Betreuten Reisen. Die Betreuungskräfte

geben unterwegs Hilfestellung und kümmern sich um einen reibungslosen Ablauf. Für die Fragen der Gäste haben sie ein offenes Ohr und sorgen für ein geselliges Miteinander.

Im Programm der Betreuten Reisen 2023 stehen zwei Mehrtagesfahrten nach Bad Kissingen und an die Nordseeküste nach Bensen. Zum Kennenlernen und für kleine Auszeiten vom Alltag bieten wir wieder abwechslungsreiche Tagesfahrten an.

Gerne senden wir unsere Reisebroschüre 2023 unverbindlich zu. Weitere Informationen direkt beim Roten Kreuz Wetzlar (06441 9764-0 / [www.drk-wetzlar.de](http://www.drk-wetzlar.de))

Werbung

**Ihre Fahrradwelt jetzt auch am Karl-Kellner-Ring!**



**ZWEIRAD Sarges**  
Zwei Mal in Wetzlar seit 1949

Hessenstraße 1 (Bachweide) · 35576 Wetzlar  
Karl-Kellner-Ring 15 · 35576 Wetzlar  
Tel. 06441 94570 · [www.zweirad-sarges.de](http://www.zweirad-sarges.de)

**CURANA**  
**KOMFORT**  
PFLEGE ZUHAUSE

» Ihr ambulanter  
Komfortpflegedienst «

Telefon (06441) 96 35 5-0  
[www.curana-pflege.de](http://www.curana-pflege.de)

LERNEN SIE UNS KENNEN!





## Krabbenspinne in Aktion - Wildnis pur im Garten



*Krabbenspinne beim Festmahl*

Die vielen wunderbar aufbereiteten Naturdokumentationen im Fernsehen bringen es mit sich, dass wir über die Naturereignisse in allen Weltmeeren und auf allen Kontinenten erfreulich gut informiert sind, besser jedenfalls als über die Natur vor der eigenen Haustür.

So haben wir schon wiederholt gesehen, wie es in der afrikanischen Savanne zugeht. Da werden Löwen auffällig von ihren Beutetieren ignoriert,

wenn sie sich gerade an einem erlegten Tier die Bäuche vollschlagen. Die Zebras stehen dann seelenruhig daneben, weil sie instinktiv wissen, dass während dieser Freßorgie für sie keine Gefahr von den Löwen ausgeht. Und genau diese Situation habe ich kürzlich in meinem Garten erlebt. Gut, es waren keine Löwen und auch keine Zebras.

Die Akteure waren einige Nummern kleiner, dafür



*Krabbenspinne mit Fruchtfliegen*



*Krabbenspinne mit Männchen*



aber kam noch eine erotische Variante hinzu, die ich so selbst im Fernsehen noch nicht zu sehen bekam. Aber das Fernsehen war ja auch noch nicht in meinem Garten.

Das Weibchen der Veränderlichen Krabbenspinne ist eine äußerst effiziente Jägerin. Sie ist recht klein, zu ihren Beutetieren gehören Insekten, die meistens deutlich größer sind, als sie selbst, also Schwebfliegen, Schmetterlinge und sogar Hummeln und Bienen.

Meine Krabbenspinne, die auf einer Kosmea-Blüte auf der Lauer saß, hatte jeden Tag Jagderfolg. Während sie ihre Opfer aussaugte, setzten sich regelmäßig kleine Fruchtfliegen auf ihren Körper in der Hoffnung, von dem Festmahl auch etwas abzubekommen. Wie die Zebras mussten sie ja jetzt keine Angst um ihr eigenes Leben haben.

Bis dahin war es also eine typische und ganz normale Situation wie in der afrikanischen Wildnis. Aber jetzt kommt die Steigerung: Eines Tages beobachtete ich, wie ein sehr viel kleineres Krabbenspinnen-Männchen ebenfalls die Gunst

der Stunde nutzte. Es paarte sich kurzerhand während des Festmahls mit dem Weibchen ohne sich der Gefahr auszusetzen, nach der Paarung vom viel größeren Weibchen ebenfalls verspeist zu werden, so als Nachtisch gewissermaßen. - Ganz schön clever, das Männchen, oder? So geht Natur im eigenen Garten, wenn man sie denn hereinlässt.

Peter-Jörg Albrecht

Werbung



**HERZ - Apotheke**

Heidrun Thielmann-Förster  
Neustädter Platz 9 · 35576 Wetzlar  
☎ 0 64 41/4 20 28 · Telefax 4 28 79  
[www.herz-apo.com](http://www.herz-apo.com)

*Wir beraten Sie gerne – wir bringen Ihre  
Medikamente kostenfrei ins Haus!*



**SENIORENRESIDENZ**  
Philosophenweg Wetzlar

»» Komfortpflege, die  
ich mir leisten kann ««

Telefon 06441 44 88 5-0  
[www.seniorenresidenz-wetzlar.de](http://www.seniorenresidenz-wetzlar.de)

LERNEN SIE UNS KENNEN!



24h-Service · Erfahrung & Kompetenz seit 1994 · [www.amb-pflege.de](http://www.amb-pflege.de)



... denn bei uns steht der  
Mensch im Mittelpunkt!

- Grundpflege
- Behandlungspflege
- moderne Wundversorgung
- Palliativpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Urlaubs- und Krankheitsvertretung
- Pflegeberatung nach § 37 SGB XI
- Beratung pflegender Angehöriger

Gerne sind wir für Sie in Wetzlar, Ablar, Gießen, Biebertal, Hohenahr, Bischoffen, Lahnu und Mittenaar unterwegs.



Häusliche  
Krankenpflege  
Roskosz e.K.  
Inhaberin: Christina-Maria Hiller

**Forsthausstr. 19 (Eingang Jahnstr.)  
35644 Hohenahr-Erda**

Tel. Wetzlar/Ablar: 0 64 41 / 98 19 20  
Tel. Hohenahr: 0 64 46 / 920 97  
Tel. Gießen: 06 41 / 68 69 28 69

B e e r d i g u n g s i n s t i t u t

# Grau & Sohn

— seit 1954 —

Inhaber: Reiner Grau • Steubenstraße 13 • 35576 Wetzlar  
Telefon 06441 / 32705 • Mobil 0160 / 98601623

## Die Neujahrs-Brezel und das Glück

„Das Beste an Silvester ist die Neujahrsbrezel“, sagt Opa, als er am Silvestertag vom Einkauf zurückkommt. Er zieht eine Brezel hinter seinem Rücken hervor. Groß ist sie. Und breit. Größer und breiter als Pias Oberkörper. Ähnlich wie ein altes Posthorn sieht sie aus. Vielleicht war auch eine Nuss, eine richtige Glücksnuss eingebacken. Und sie duftet lecker. Hmm.

„Sie bringt Glück, wenn man geduldig ist und warten kann“, fährt Opa fort und verbirgt die Brezel mit dem lockenden Duft wieder hinter seinem Rücken. „Eine Neujahrsbrezel muss die Silvesternacht überleben.“

„Sie soll auch Glück bringen“, sagt Pit, der im letzten Jahr die Glücksnuss in seinem Brezelstück gefunden hat.

„Och!“, mault Pia. „Wenn wir bis morgen warten, schmeckt sie nicht mehr so toll frisch. Ob das nun ein Glück ist?“

Opa lacht. „Das ist Ansichtssache“, meint er. „Das Glück findet auf jeden Fall immer irgendwo und irgendwann seinen Platz.“

„Hm?“

Fragend blicken die Geschwister Opa an. Das haben sie nun nicht verstanden.

„Also mir hat die Glücksnuss kein Glück gebracht“, meint Pit und denkt an große Geschenke, ein Schulzeugnis mit Einsern, einen Tablet-Computer und an Tamara, die lieber Eric in der Schule zulächelt und nicht ihm, Pit.

„Dass du die verlorenen Schlüssel hinter der Bank bei der Bushaltestelle gefunden hast, war Glück“, widerspricht Pia.

„Und dass der Kleinlaster mit dem Reifenplatten genau einen halben Meter vor dir noch bremsen konnte, war auch ein Glück“, wirft Opa ein. „Ein sehr großes sogar. Für dich und für uns alle.“

„Oh ja!“ Pit nickt und murmelt verschämt ein „Danke, Glücksnuss!“

„Seht ihr!“, sagt Opa. „Glück ist eben eine Ansichtssache.“

Pia und Pit nicken. Nun haben sie das mit der ‚Ansichtssache‘ begriffen.

„Ich habe auch einmal auf eine Glücksnuss gebissen, als ich als Junge heimlich ein Stück von der frischen Neujahrsbrezel naschte“, sagt Opa.

„Und?“, fragt Pit. „Hast sie dir Glück gebracht?“

„Wie man’s nimmt“, sagt Opa. „Eigentlich hatte ich noch am gleichen Tag sehr viel Glück. Ich durfte nämlich Großvater zum Stammtisch ins Winzerstübchen begleiten. Und es kam noch besser: Beim Würfeln um die Neujahrsbrezeln hatte ich so viel Glück, dass ich acht große Neujahrsbrezeln gewann. Toll war das!“

„So viele Brezeln?“, staunt Pit.

„Waren die so groß wie diese hier?“, fragt Pia.

„Sie waren fast noch ein bisschen größer“, antwortete Opa mit einem schiefen Grinsen. „Wir kamen schwer beladen nach Hause ... und dann durften wir unser Glück viele Tage lang genießen. Es gab Brezeln zum Frühstück, zum Mittag und zum Abendbrot. Immer nur Brezeln. Morgens mit Marmelade, mittags zur Suppe oder zum Gemüse und abends zu Butter, Wurst und Käse. Sie sollten ja nicht austrocknen oder gar verderben. Und irgendwann schmeckte das Glück nur noch langweilig nach trockenen Brezeln.“

Opa schüttelt sich, so sehr muss er an die vielen Brezeln, die alle aufgegessen werden wollten, denken.

Pia aber lacht. „Das mit dem Glück ist halt Ansichtssache“, sagt sie und insgeheim weiß sie schon jetzt, dass sie auf die Glücksnuss in Opas Neujahrsbrezel gerne verzichtet. Sehr gerne sogar.

Elke Bräunling

## Zum neuen Jahr

*Ein neues Jahr! Tritt froh hinein  
mit aller Welt in Frieden!  
Vergiß, wieviel dir Plag' und Pein  
das alte Jahr beschieden.  
Du lebst: sei dankbar, froh und klug,  
und wenn drei bösen Tagen  
ein guter folgt, sei stark genug,  
sie alle vier zu tragen.  
Was dir das alte Jahr gebracht,  
wird auch das neue bringen:  
es wechselt stets wie Tag und Nacht  
das Glücken und Mißlingen.  
Was Gott dir schickt, ist wohlgemeint,  
das nimm getrost entgegen;  
nicht stets ist schlimm, was schlimm erscheint,  
das Schlimmste oft ein Segen.*

*Friedrich Wilhelm Weber (1813 – 1894)*

## Lenchen liebt Goethe

### Lottes Geburtstag

Am elften Januar gab es wieder etwas zu feiern:  
Es war Sonntag, und Charlotte wurde 19 Jahre.  
Lenchen berichtet darüber:

Heute hat es tüchtig geschneit. Wir haben Lottchens Geburtstag gefeiert. Es gab noch Lebkuchen von Weihnachten und Vater hat einen Punsch zubereitet. Lotte hatte fast alle ihre Freundinnen eingeladen: Anne und Dorthel Brandt aus dem Nachbarhaus und Hannchen Lange und ihren Halbbruder Dr. Dietz, der unsrer Caroline den Hof macht und natürlich Kestner, der ihr einen Kamm geschenkt hat. Caroline und ich waren auch dabei, und alle waren wir sehr lustig, auch weil Wilhelm und Albrecht nicht krank geworden sind..

2. Februar, „Mariä Lichtmess“

Draußen ist es immer noch bitter kalt, aber die Tage werden länger. Wenn die Buben morgens zur Schule gehen, ist es schon richtig hell. Ich erinnere mich daran, was Mutter um die Zeit oft gesagt hat:

Am Weihnachtsmorgen wächst der Tag  
soweit ein Mücklein gähnen mag.  
An Dreikönig wächst der Tag  
soweit ein Hirschlein springen mag,  
jedoch an Lichtmess wird dir kund:  
er wächst um eine ganze Stund.

### Maskenball im „Römischen Kaiser“

8. Februar 1772

Heute sind die Großen ganz außer Rand und Band gewesen, denn sie sind zum erstenmal auf einen Maskenball im großen Saal des „Römischen Kaisers“ gegangen. Die Carline und ihr Dr. Dietz haben schwarze Masken und einen weiten schwarzen Umhang, aber ich konnte sie ganz leicht erkennen, denn beide bewegen sich immer so bedächtig. Aber Kestner hat mir erzählt, dass die meisten Gäste in so einem schwarzen Umhang kommen, der Domino heißt, da erkennt man doch so leicht keinen. Er hat sich etwas Besonderes ausgedacht, denn er hat sich als uraltmodisches



Frauenzimmer verkleidet, mit einem Häubchen, *das schon Mottenlöcher hat und einem Pelzmuff*, der seine Haare verliert. Dazu geht er ganz krumm und zittrig, aber an seinen Stiefeln, die unter dem Barchentrock hervorlugen, kann man ihn doch erkennen.

Nur die Demoisell Charlotte macht wieder ein großes Geheimnis. Sie hat ihre Verkleidung nicht verraten, und nur der Vater hat sie gesehen, aber ich glaube, ihm gefällt sie nicht. Er hat nämlich rumgebrummelt und darauf bestanden, daß er Lotte selbst bis zum Tor des Römischen Kaisers bringt. Da müssen die Herren für das Entree bezahlen, aber die Frauenzimmer dürfen so hinein. Nächster Tag.

Caroline hat mir viel vom Ball erzählt. Einige Besucher waren gar prächtig verkleidet, aber die meisten waren wie Caroline und Dr. Dietz im Domino gekommen. Ein junger Herr war gar nicht verkleidet, er hatte nur eine Maske vor dem Gesicht, und gerade er machte Caroline zunächst den Hof, aber Dr. Dietz litt es nicht. Dabei war der junge Herr ein gewandter Tänzer. Um Mitternacht bei der Demaskierung staunte der *ganze Saal, denn der flotte Tänzer war unsere Charlotte*. Ihr schönes langes Haar hatte sie im Nacken zusammengebunden und in einen Haarbeutel gesteckt, dann trug sie einen alten Frack von Kestner; das hat sie so verändert, dass nicht einmal ihre eigene Schwester sie erkannt hatte! Mich erstaunt am meisten, dass sie wie ein Herr tanzen konnte. Ich möchte auch so gut tanzen können wie Lottchen, aber vielleicht liegt es an *meinen flachen Kinderschuhen, dass meine Schritte* so ungeschickt wirken.

Da machte sich Lenchen völlig unnötige Sorgen. Sie war ein richtig hübsches Mädchen, mittelgroß und schlank, mit frischer Haut und großen blauen Augen. Ihr volles blondes Haar, das sich über der Stirn ein wenig kräuselte, hatte sie zu einem dicken Zopf geflochten, der ihr fast bis in die Taille fiel. Sie bewegte sich anmutig, und wenn sie mit leichtem Schritt durch die Stadt ging, drehte sich mancher der vielen jungen Herren, die in der Stadt arbeiteten, nach ihr um. Doch darum kümmerte sich Lenchen gar nicht; vielleicht bemerkte sie die Blicke nicht einmal. Und die flachen Schuhe, die

sollte sie nur noch jetzt im Winter tragen, für den Frühling stand schon ein Paar aus feinem Leder mit schlanken Absätzen für sie bereit.

### **Hinkelchestag**

Aber noch war kalter Winter und der Aschermittwoch stand bevor. An diesem Tag zogen die jungen Burschen zu bestimmten Höfen in der Stadt und erhielten dort nach altem Brauch besondere Gaben. Im Hof des Hospitals bekamen sie einen geräucherten Schinken, ebenso bei den Nonnen des Klosters Altenberg, beim Dom erhielten sie einen Goldgulden und vom Stadtrat ein Ohm Bier, und was ihnen der Hof des Amtmanns Buff schuldig war, erzählt Lenchen in ihrem Tagebuch:

4. März. Heute ist Hinkelchestag (Aschermittwoch). Wir hatten dieses Jahr ein schönes weißes Huhn, das Albrecht überreichen sollte. Er war ganz aufgeregt, als er den Zug vor dem Hoftor hörte und den Korb nehmen musste, aber das Huhn saß ganz still darin. Doch als die Burschen mit *ihren Trommeln und flatternden Fahnen in den Hof zogen*, da schlug es wie wild mit den Flügeln, dass der Albrecht den Korb fallen ließ und das *Hinkel davon flattern konnte*. Jetzt trommelten die Burschen absichtlich doppelt so laut, aber die Sophie war blitzschnell und erwischte das Huhn, packte es an den Flügeln, stopfte es in den Korb und schlug den Deckel drauf. Die Burschen zogen lachend mit dem Huhn davon, man konnte sie noch hören als sie am Kornmarkt waren. Sicher hatten sie ihr Bier schon gekostet.

### **Vom Essen und Trinken**

Nun begann also die Fastenzeit, doch für Lenchen änderte sich nicht viel, denn in ihrer Familie wurde nie üppig gegessen. Morgens gab es eine Milchsuppe, in die Brot eingebrockt wurde oder, wenn nicht genug Milch da war, einen Brei von Hirse, Hafer oder anderem Getreide. Zu Mittag gab es Suppe und Gemüse, manchmal auch Fleisch, wobei es für alle selbstverständlich war, dass der Vater die größte Portion bekam. Nachmittags zur Vesperzeit gab es eine Scheibe Brot, gelegentlich mit Pflaumenmus drauf, abends meist noch einmal Brot mit Butter oder Käse bestrichen oder es gab saure Milch dazu. Alles Obst und Gemüse

wurde im eigenen Garten von den Frauen selbst angebaut, auch die Aufzucht der Hühner und Schweine war Frauensache, und deshalb musste auch Lenchen das alles lernen.

3. April. Lotte und ich haben die Vorräte nachgesehen. Korn ist noch reichlich da, vom Speck und Schinken haben wir jetzt in den Fasten nichts verbraucht. Das kleine Krautfass ist leer, aber das große ist noch fast voll. Zwei Fässer eingesalzene Bohnen sind noch da, aber von den getrockneten Bohnen haben wir nur noch wenig. Als ich in den Sack guckte, habe ich einen Schreck bekommen. Da krabbelten lauter schwarze Käfer. Deswegen mussten wir den ganzen Rest Bohnen für die Schweine kochen. Zum Glück sind die Erbsen und Linsen in Ordnung. Ich habe mich aufgeregt, aber Lotte hat gesagt, das ist bei der Mutter auch schon vorgekommen und wir könnten auch mal Bohnen auf dem Markt kaufen. Die Zwiebeln treiben gelbe Schlotten, daran merkt man dass der Frühling kommt.

### Handarbeit

Jeden Nachmittag saßen die jungen Mädchen in der Stube, oft kamen auch Anne und Dorthel aus dem Nachbarhaus. Da wurde natürlich viel erzählt und gelacht, aber eigentlich war man zum Nähen und Stricken zusammen gekommen. Vor allem Caroline und Lotte arbeiteten eifrig an ihrer Aussteuer, war doch schon abzusehen, dass sie bald heiraten würden. Auch Lenchen nähte, wenn auch nicht ganz so eifrig. Sie konnte sich gar nicht vorstellen, jemals zu heiraten! Doch wie früher die Mutter, so kaufte nun Lotte immer wenn etwas Geld übrig war ein Stück Leinen, damit die Mädchen daraus Hemden oder Bett- und Tischwäsche nähen konnten. Im Tagebuch aber berichtet Lenchen von einer anderen Handarbeit.

10. April. Nächste Woche ist schon Ostern. Ich habe Stoffrestchen zu einer Kugel gerollt, fest mit Faden umwickelt und so einen Stoffball gemacht. Damit er schön aussieht und länger hält, habe ich ihn mit bunten Garnresten umhäkelt, den will ich Malchen zu Ostern schenken. Im Frühling müssen kleine Mädchen Ball spielen, vor allem unser Mal-

chen, die hat so viel Spaß daran. Nächste Woche müssen wir Hausputz halten - mir graut schon vor dem Dielen scheuern.

Fortsetzung folgt

## Neujahr bei Pastors

*Mama schöpft aus dem Punschgefäße,  
Der Vater lüftet das Gesäße  
Und spricht: „Jetzt sind es vier Minuten  
Nur mehr bis zwölf, meine Guten.*

*Ich weiß, dass ihr mit mir empfindet,  
Wie dieses alte Jahr entschwindet,  
Und daß ihr Gott in seinen Werken  
– Mama, den Punsch noch was verstärken! –*

*Und dass ihr Gott von Herzen danket,  
Auch in der Liebe nimmer wanket,  
Weil alles, was uns widerfahren  
– Mama, nicht mit dem Arrak sparen! –*

*Weil, was geschah, und was geschehen,  
Ob wir es freilich nicht verstehen,  
Doch weise war, durch seine Gnade  
– Mama, er schmeckt noch immer fade! –*

*In diesem Sinne meine Guten,  
Es sind jetzt bloß mehr zwei Minuten,  
In diesem gläubig frommen Sinne  
– Gieß noch mal Rum in die Ferrine! –*

*Wir bitten Gott, dass er uns helfe  
Auch ferner – Wie? Es schlägt schon zwölf?  
Dann prosit! Frost an allen Fischen!  
– Ich will den Punsch mal selber mischen.“*

Ludwig Thoma (1867-1921)

## Ältere Menschen gehören in die Mitte der Gesellschaft

Deshalb suchen wir, das Team des ambulanten Demenz- und Besuchsdienst suchen DICH!

Angehörige, die einen an Demenz Erkrankten zu Hause pflegen und betreuen, stehen oft am Beginn eines langen, schwierigen Weges. Sie sind stark belastet und fühlen sich hilflos und allein gelassen. Dabei brauchen sie Unterstützung von Freunden, Nachbarn und professionellen Diensten. Freiwillig Engagierte sind in der Demenzbetreuung ein wichtiges Glied in der Versorgungskette und stellen eine Verbindung zwischen Angehörigen und einem professionellen Hilfesystem dar. Mit dem Angebot des ambulanten Demenz- und Besuchsdienstes, können Angehörige Entlastung und Begleitung erfahren. Außerdem unterstützen wir alleinlebende Menschen mit Demenz, indem unsere Mitarbeiter\*innen sie regelmäßig besuchen, um Zeit mit ihnen zu verbringen.

**Der ambulante Demenz- und Besuchsdienst** koordiniert im gesamten Lahn-Dill-Kreis freiwillig engagierte Demenzhelfer\*innen. Diese sorgen dafür, dass eine qualifizierte Versorgung der an Demenz erkrankten Menschen in den eigenen vier Wänden organisiert und aufrechterhalten werden kann. Die Demenzhelfer\*innen begleiten die Menschen in ihrem Alltag. Jeder der den Ambulanten Demenz- und Besuchsdienst ehrenamtlich unterstützen möchte, wird zum Thema Demenz geschult. Die Schulung ist ein kostenloses Angebot.

Haben wir dein Interesse geweckt? Möchtest du ein wenig deiner Zeit verschenken? Dann melde dich gerne:

Ambulanter Demenz- und Besuchsdienst  
Rathausstraße 17, 35764 Edingen  
Festnetz: 06441 9026335, Mobil: 0178- 3362755 oder  
per email [ambdemenzdienst@caritas-wetzlar-lde.de](mailto:ambdemenzdienst@caritas-wetzlar-lde.de)

### Auch die BAGSO begleitet bundesweit lokale Demenznetzwerke

„Viel zu oft wird über Menschen mit Demenz und nicht mit ihnen geredet – dabei wissen sie häufig selbst am besten, was sie für ein gutes Leben brauchen. Die Lokalen Allianzen und andere Demenznetzwerke leisten einen wichtigen Beitrag dazu, dass Menschen mit Demenz ein möglichst selbstbestimmtes Leben in der Mitte der Gesellschaft führen können. Wir brauchen sie in jeder Kommune“, sagte BAGSO-Vorsitzende Dr. Regina Görner anlässlich des Welt-Alzheimertags. Die Netzwerkstelle „Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz“ bei der BAGSO begleitet im aktuellen Bundesprogramm rund 80 neu gegründete Lokale Allianzen mit Digitalen Stammtischen, Online-Workshops und individueller Projektberatung. Auch bestehenden Demenznetzwerken bietet sie Erfahrungsaustausch im bundesweiten Netzwerk und fachliche Impulse. Die Netzwerkstelle wird im Rahmen der Nationalen Demenzstrategie vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert.



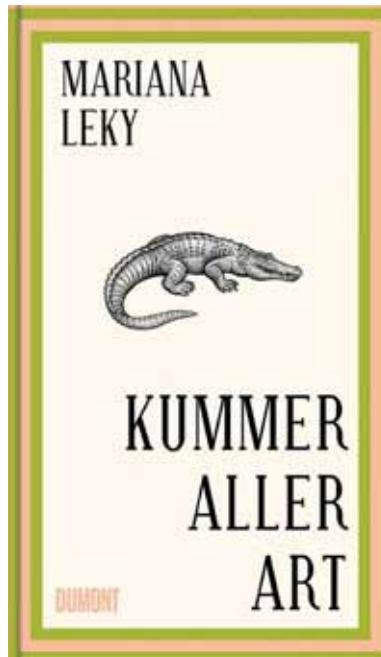
## Mariana Leky: Kummer aller Art DuMont, Köln 2022, 172 Seiten, 22 €

Liebe Leserinnen und Leser, heute möchte ich Sie auf ein heiter stimmendes Buch aufmerksam machen, das wie ein erfrischender Stimmungsaufheller wirkt - vielleicht genau richtig für trübe Wintertage.

Mariana Leky, Jahrgang 1973, ist eine deutsche Autorin. Sie studierte Germanistik und Empirische Kulturwissenschaften sowie Kreatives Schreiben und Kulturjournalismus und lebt in Berlin. Ihr Roman „Was man von hier aus sehen kann“ wurde 2017/18 zu einem Bestseller.

Ja, in „Kummer aller Art“ geht es thematisch um alle möglichen Kummernisse, um größeres und kleineres, immer wichtiges alltägliches Unheil - und doch gelingt der Autorin ein wahres Trost-Buch. Sie zaubert mit ihren Minidramen bei uns Leserinnen und Lesern ein Lächeln in die Gesichter, ohne kitschig zu werden, „es leuchtet die Lebensfreundlichkeit“ (Frankfurter Rundschau, 29.07.2022) in ihren Texten.

Im Klappentext heißt es: „Kummer aller Art plagt die Figuren dieser literarischen Kolumnen: Sie leiden unter Schlaflosigkeit, Liebeskummer, Anspannung, Traurigkeit oder hadern mit der Vergänglichkeit.



Doch der Kummer bringt sie auch zusammen, etwa, wenn auf Spaziergängen Probleme zwar nicht gelöst, aber zumindest mal an die Luft und ans Licht kommen.“

In ihren 39 kleinen Geschichten wirft die Autorin einen liebevollen, genauen Blick auf Menschen wie du und ich, die wir in alltäglichen Lebenslagen mit Tücken und Tiefen kämpfen, aber trotz allem auch mit tollen Momenten zu tun haben. Viele Geschichten erzählen von den Beziehungen der Nachbarn untereinander. Beim Lesen wird eine Nähe spürbar, die entsteht, wenn Menschen sich so wahrnehmen können, wie sie sind.

Auf mich wirkte dies besonders wohl-tuend nach den langen Monaten des kritischen und vorsichtigen Abstandhaltens, die wir alle erlebt haben. Bei der Lektüre fühlt man sich gut, es schleicht sich eine „konstante Behaglichkeit“ ein, denn jedes Kümmernis hat ja auch eine helle Seite.

Gönnen Sie sich diese vergnüglichen Lesehäppchen - oder verschenken Sie das Buch an einen lieben Menschen, dem Sie damit garantiert eine Freude bereiten.

Dagmar Thum

## Lieblosigkeit macht krank

von Gerald Hüther

Noch vor wenigen Jahren wäre eine Betrachtung über Lieblosigkeit mit sich oder anderen sehr wahrscheinlich im esoterischen Bereich einer Buchhandlung gelandet.

Aber inzwischen ist medizinisch und naturwissenschaftlich geforscht worden, dass das kein Thema im luftleeren Raum ist, sondern eine objektiv nachgewiesene These: Lieblosigkeit macht krank!

Lieblosigkeit untergräbt Vertrauen, zerstört Beziehungen, macht unglücklich, einfach eben krank. Eigentlich müsste es einen Begriff für das Gegenteil von Lieblosigkeit geben, aber Fehlanzeige! Es gibt

weder Liebhaftigkeit noch Liebevollheit. Also geht man davon aus, daß der Mensch wohl aus sich selbst einen Zustand kennt, der Gesundheit genannt wird und sich von selbst einstellt oder der vorhanden ist. Gesund, glücklich und frei zu sein, ist eigentlich selbstverständlich und ist ein Grundmerkmal des lebendigen Menschen und der Tiere. So leben, wie es unserer Natur entspricht, viel Bewegung, frische Luft zum Atmen und sauberes Wasser zum Trinken. Und das Gehirn braucht Phasen der Beanspruchung, Zeit für Entspannung und Erholung. Hektik und Schlafmangel entsprechen nicht der Natur und zuviel Durcheinander



**Deutsches Rotes Kreuz** | DRK-Kreisverband Wetzlar e. V.

„Es stimmt wirklich. Enkelkinder sind das Schönste auf der Welt. Und dass der Hausnotrufknopf zur Hand ist, macht alles noch etwas schöner.“

**Hausnotruf.** Bunter, sicherer, unbeschwerter.

DRK-Kreisverband Wetzlar e. V. · Hörnsheimer Eck 21 · 35578 Wetzlar  
Tel. 06441 9764-0 · info@drk-wetzlar.de · www.drk-wetzlar.de



**Physiotherapie Steinbach**

- Krankengymnastik
- klassische Massage
- Faszientechiken
- Triggerpunktbehandlung
- Schlingentischtherapie
- Sport Tape
- Hot Stone Massage

**Angelika Steinbach**  
Steinbühlstraße 17  
35578 Wetzlar  
Tel.: 06441-8057181

Online: [www.steinbach-physiotherapie.de](http://www.steinbach-physiotherapie.de)  
Email: [steinbach-physiotherapie@online.de](mailto:steinbach-physiotherapie@online.de)

[www.pflegehelden-oberhessen.de](http://www.pflegehelden-oberhessen.de)



Die herzliche Alternative zum Pflegeheim



Bezahlbare Pflege und Betreuung im eigenen Zuhause durch liebevolle polnische Pflegekräfte.

**Pflegehelden® Oberhessen**, Diana Suffner  
Am Molkenborn 27, 63654 Büdingen  
E-Mail: [oberhessen@pflegehelden.de](mailto:oberhessen@pflegehelden.de)  
Tel.: 0641 - 49 88 87 37

**pflegehelden**  
Aus Liebe. Für Menschen.

**HAACK**  
Immobilien

- Verkauf und Vermietung von Wohn- und Gewerbeimmobilien
- Wertermittlung von Immobilien
- Energieberatung / Energieausweis



Uwe Haack (geprüfter Immobilienfachwirt)  
Nauborner Straße 12 | 35578 Wetzlar | Telefon: 06441 / 905-11  
[www.haack-immobilien-wetzlar.de](http://www.haack-immobilien-wetzlar.de)

**UNSERE ZIELE SIND:**

- eine fachlich kompetente und bedarfsgerechte Pflege nach den allgemein anerkannten pflegewissenschaftlichen Erkenntnissen
- Schaffen einer Vertrauensbasis zwischen dem Kunden und unserem Pflegeteam
- Flexibel auf die Notwendigkeiten des Einzelfalls reagieren
- durch Information und Austausch eine partnerschaftliche Zusammenarbeit aller Beteiligten ermöglichen
- die individuelle Lebenssituation, die Biographie und die Selbstversorgungskompetenz der Pflegebedürftigen fördern und respektieren

Pflegeeinsätze nach §37 SGB XI  
Mitglied im Ambulanten Stationären Pflege Verband ASPV Hessen  
Zugelassen für alle Kassen!  
Seit 2002

**Mobiles PFLEGE TEAM CITY**

Leben im Alter ... am liebsten zu Hause

Loherstraße 2, 35614 Aßlar  
Büro (8.00 Uhr bis 14.00 Uhr): **06441 4490833**  
Mobil: **0160 96905072**  
Online unter: [www.mobilespflegeteamcity.de](http://www.mobilespflegeteamcity.de)

- Grundpflege
- Behandlungspflege nach ärztlicher Anordnung

Wir möchten unseren Kunden in ihrem Lebensumfeld eine langzeitliche Versorgung bieten, so dass Sie sich rundum wohl fühlen ...am liebsten zu Hause

**Es betreut Sie gerne:**  
Inh Cristina Blazek und Martina Albrecht






# WIR KAUFEN AN

**ALTGOLD • MÜNZEN • ZAHNGOLD • SCHMUCK  
SILBER • BARREN • ANLAGEGOLD • LUXUSUHREN**

## ALTGOLD

(RINGE, KETTEN, SCHMUCK  
UND BRUCHGOLD)



## MÜNZEN

(GOLDMÜNZEN, SILBERMÜNZEN  
ANLAGEMÜNZEN & BARREN)



## SILBER

(SCHMUCK, TAFELSILBER  
UND VERSILBERTES BESTECK)



## ZAHNGOLD

(AUCH MIT KERAMIK- UND  
ZAHNRESTEN)



## NACHLÄSSE

(SCHMUCK, MÜNZEN & GOLD)



## UHREN

(HOCHWERTIGE LUXUSUHREN  
WIE ROLEX, OMEGA, CARTIER USW.)



# IHR FACHMANN IN AßLAR

Vertrauen Sie auf faire Preise und schnelle Abwicklung

✓ Kostenlose Schätzung    ✓ Faire Ankaufspreise    ✓ Sofortige Barzahlung

**WIR SIND ZERTIFIZIERTER GOLDANKÄUFER & MITGLIED  
IM BERUFSVERBAND DES DEUTSCHEN MÜNZENFACHHANDELS E.V.**



# GOLDHAUS

— ASSSLAR —

Hauptstr. 27a • 35614 Aßlar  
(am Backhausplatz / gegenüber Sparkasse)

☎ **06441 – 55 620 30**

**WWW.GOLDHAUS-ASSSLAR.DE**

Öffnungszeiten: Mo. – Fr.: von 10.30 – 16.30 Uhr  
Samstag und ausserhalb der Öffnungszeiten nach Vereinbarung



im Hirn auch nicht. Wir Menschen sind soziale Wesen, wir brauchen alle Nähe und Geborgenheit, die Wertschätzung und Anerkennung anderer Menschen suchen. Bei Ablehnung werden im Gehirn die gleichen Netzwerke aktiviert, die auch durch körperliche Schmerzen erregt werden. Das passiert immer dann, wenn wir mit Geschehnissen konfrontiert werden, die unsere beiden Grundbedürfnisse verletzen.

Das ist zum einen das Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Verbundenheit und zum anderen das nach Autonomie und Freiheit. Sie sind genauso stark und gehören ebenso zu unserer Natur wie Hunger, Durst, Beanspruchung und Erholung.

Es gibt leider viele Menschen, die gelernt haben, sich über diese Botschaften aus dem eigenen Körper und über ihre körperlichen Bedürfnisse hinweg zu setzen. Sie haben schon oft in der Kindheit die Erfahrung gemacht, dass es ohne auf die eigenen körperlichen Signale zu hören, sich für sie besser leben lässt. Sie legen allen Ehrgeiz darein, die Erwartungen ihrer Eltern, Erzieher oder Lehrer oder auch der Gleichaltrigen ihrer Peer-Group (Gruppe von Gleichaltrige, zu denen man sich zugehörig fühlt) zu erfüllen und werden dabei krank.

Aber der Mensch kann entscheiden, oft bei freundlicher Ansprache, anders zu leben, liebevoller zu sich selbst zu sein und auch zu anderen. Es ist nicht so schwer, Nahrungsmittel sorgfältiger auszuwählen und sich auch körperlich gelegentlich zu betätigen. Wer das tut, beginnt wieder, sich zu spüren. Und es erwacht plötzlich wieder die Freude am sich Bewegen, Wandern und Radfahren, am Singen und Tanzen und Musizieren. An allem, was gesund macht und Freude macht. Es sind noch nicht so viele Leute, die ihrem inneren Kompass folgen, aber es werden immer mehr.

Dass unser Gehirn bis ins hohe Alter lernfähig bleibt, ist eine wunderbare Erkenntnis.

Es ist zeitlebens anbaufähig, und es ist nie zu spät, aus einmal gebildeten Mustern des eigenen Denkens wieder heraus zu finden. Überall in den Medien sind die krankmachenden Folgen von Bewegungsmangel, von Stress, falscher Ernährung, Schlafmangel und Überforderung, Einsamkeit, Frust und Resignation zur Sprache gebracht. Tausendmal gehört und nichts passiert?! In dieser Welt, die zumeist von Leistungsdruck und Wettbewerb bestimmt scheint, wurde Lieblosigkeit

bis zur Selbstaufgabe von einer Generation zur nächsten weitergegeben und Kinder waren gezwungen, ihre angeborene Sehnsucht nach Verbundenheit und Freiheit zu unterdrücken und zu verdrängen.

Das 20. Jahrhundert war geprägt von den klassischen Begriffen „Vererbung“, „Funktion“, „Regulation“, „Wettbewerb“. Im 21. Jahrhundert sind nun „Selbstentfaltung“ und „Potentialentfaltung“ die Schlüsselbegriffe. Das ermöglicht auch der modernen Heilkunde einen neuen Blick auf ihren Handlungsbereich. Nun lassen sich Prozesse verständnisvoller gestalten, die in der klassischen Medizin kaum Beachtung fanden. Dazu zählt die Erkenntnis, dass Lieblosigkeit krank macht. Was stärkt nun unsere Selbstheilungskräfte?



Wir könnten versuchen uns von krankmachenden Vorstellungen zu verabschieden. Wir könnten lernen, verloren gegangenes Vertrauen zurück zu gewinnen. Wir könnten lernen, besser die Unkontrollierbarkeit des Lebens zu akzeptieren. Wir könnten lernen, günstigere innere Einstellungen und Überzeugungen zu ermöglichen. Wir könnten lernen außer der Erfüllung notwendiger Pflichten, nicht zum Perfektionisten zu werden! Glücklicherweise gibt es auch innere, intensive Erlebnisse, die nicht durch eine schwere Lebenskrise ausgelöst werden, und einen guten Weg bereiten für die weitere lebendige Lebensgestaltung.

Sie ereignen sich etwa bei einem Kinobesuch, im Theater oder beim Lesen eines Buches, oft draußen

in der Natur und am häufigsten in einer berührenden Begegnung mit einem andern Menschen.

Das sind Sternstunden im Leben eines Menschen, die fast schon verloren geglaubten glücklichen Empfindungen aus der Kindheit sind plötzlich wieder da. Das ist ein großes Glück, diesen nachhaltig wirksamen Weg zu einer heilsamen Verwandlung zu gehen. Ganz allgemein geht es darum, sich wieder als Gestalter seines eigenen Lebens zu spüren, seine eigene Lebensfreude und damit auch seine ureigene Würde zu stärken und zu wahren.

Einfach nichts mehr zu tun, was einem nicht gut tut, ist das Geheimnis jedes glücklichen und gesunden Menschen.

Gerald Hüther – Lieblosigkeit macht krank  
Ullstein Taschenbuch  
ISBN 978-3-548-06590-8  
Gunhild Dies-Wiese



# Gesund und selbstbestimmt älter werden

„Entschuldigung, wo muss ich denn aussteigen, wenn ich zum Nachbarschaftszentrum möchte?“ fragte ich den jungen Mann im Bus. „Da will ich auch hin, kommen Sie einfach mit.“ Ich steige also nach ihm aus, er wartet auf mich, zeigt mir die Richtung, aber ich kenne mich jetzt aus, und er eilt davon. Später sehe ich ihn wieder, es ist Marco Gerndt, der den Stand des „Koordinationsbüros Mobilitätswende“ betreut.

Am Nachbarschaftszentrum herrscht schon viel Betrieb. Vier Männer laden Kartoffeln aus einem Laster der Tafel ab und verstauen sie. Viele ältere Menschen streben dem Haupteingang zu; sie wollen zur heutigen Veranstaltung „Gesund und selbstbestimmt älter werden – für Menschen mit und ohne Zuwanderungsgeschichte.“ Es ist eine Veranstaltung des Seniorenbüros, die von diesem hervorragend vorbereitet worden war.

Die Stadt Wetzlar war vertreten mit dem Seniorenrat, dem Koordinationsbüro Mobilitätswende und dem Stadtbetriebsamt mit der Friedhofsverwaltung.



**Stand des Seniorenrates**

Schon vor der offiziellen Eröffnung fanden sich dort Interessierte ein. Ganz vorn auf dem Bild können Sie erkennen, dass auch unsere Seniorenpost angeboten wurde. An allen Info-Ständen

konnte man sich mit Flyern und ganzen Informationsmappen versorgen, so zum Beispiel mit der WICHTIG-MAPPE des Hessischen Ministeriums für Soziales und Integration, auf die wir in unserer nächsten Ausgabe genauer eingehen werden. Da sich der Informationstag auch an Menschen mit Zuwanderungsgeschichte richtete, gab es Informationen in mehreren Sprachen und als Tagungsort war Niedergirmes gewählt, der Stadtteil mit dem höchsten Anteil an Menschen mit Migrationshintergrund.



**Mehrsprachig**

Krankenkassen und Diakonie haben sich vorgestellt, Ernährungs- und Bewegungsberater boten Information und Hilfe an und das Deutsche Rote Kreuz war ebenso zur Stelle wie der „Schutzmann vor Ort“. Zu diesem bin ich gleich gegangen und habe einen Reaktionstest gemacht. Leider waren meine Ergebnisse nicht so gut, wie ich es erwartet hatte.

Bei der nächsten Mitmachaktion hatte ich kein gutes Ergebnis erwartet. Da ich keine Wasserflasche mehr öffnen kann, ließ ich meine Handkraft

messen. Die junge Dame am AWO-Stand machte es mir vor und drückte locker fast 14 kg, ich noch nicht mal die Hälfte. Da heißt es also: trainieren. Nun, für Training und Ernährung war der Stand gegenüber zuständig, doch zu dem konnte ich jetzt noch nicht gehen, denn die Reihe der Vorträge begann.



**Messen der Handkraft**

Die Vorträge wurden launig moderiert von Carlo Kreuzberg, der von Binali Dikme unterstützt wurde. Begrüßt hatte uns die Chorgemeinschaft Niedergirmes mit zwei deutschen Volksliedern. Wie bei allen Chören waren auch hier die Männer in der Unterzahl, aber weit schwerer wog die Tatsache, dass fast alle Mitglieder über siebzig Jahre alt waren. Ich sprach mit einer der Sängerinnen, die 82 war und noch einen kräftigen Sopran hatte und die den Mangel an Nachwuchs beklagte.

Dieses Problem der umgekehrten Alterspyramide griff auch Bürgermeister Dr. Viertelhausen in seiner Begrüßungsrede auf. Am Beispiel der DLRG Wetzlar verdeutlichte er, wie wichtig die

Anpassung an die neuen Verhältnisse ist. Früher hatte der Verein seine Aufgabe vorwiegend im Durchführen von Schwimmkursen für Kinder und Jugendliche gefunden, die bis zum Rettungsschwimmer führten. Heute werden Kurse in Wassergymnastik und Aquajogging sowie Sauna und Gymnastik für Erwachsene und auch für Senioren angeboten. Viertelhausen sieht auch die Kommunalpolitik in der Pflicht, sich um die Situation der Senioren zu kümmern.

Als erster Vortragender gab Mischa Spelkus von der Diakonie Lahn-Dill „Informationen rund um die Pflegeversicherung“. Der Vortrag weckte großes Interesse bei den Zuhörenden, die darum baten, ihn doch ins Netz zu stellen. Viele Senioren stehen demnach der digitalen Welt sehr aufgeschlossen gegenüber.

Nun trat die Gesangsgruppe der Landsmannschaft der Deutschen aus Rußland in hübscher Tracht auf und erzielte mit „Es war im Böhmerwald“ echte Beifallsstürme. Darauf folgten russische Lieder, die, obwohl pantomimisch dargeboten, von den meisten Anwesenden nicht verstanden wurden. So erlebten wir, wie es Migranten im fremden Land geht!



**Gesang aus Russland**



Carlo Kreuzberg stellte weitere Mitarbeiter der Informationsstände, darunter auch das Deutsche Rote Kreuz vor. Das DRK informierte über den Hausnotruf, die Notrufdose, Betreutes Reisen, Gesundheitspflege und Kurse zur Bewegung.



**Beim Line-Dance**

Um Bewegung ging es jetzt auch, wie angenehm nach dem langen Sitzen! DRK-Mitarbeiterin Anette Keinebeck lud ein zum Line-Dance für Anfänger. Nach einem Zögern fand sich doch eine muntere Schar auf der Tanzfläche. Und schauen Sie das Foto an: In den weißen Schuhen, das ist Frau Wind, die Leiterin unseres Seniorenbüros, rechts davon eine gebürtige Türkin und daneben eine Russlanddeutsche.

Inzwischen war der vom Stephanuswerk bereitete vegetarische Imbiss eingetroffen. Dabei gab es viele Möglichkeiten, sich zu unterhalten. Ein Thema, das immer wieder auftauchte, war die Energiekrise und die dadurch verursachten finanziellen Einschränkungen.

Nach dem Essen kamen noch viele neue Gäste hinzu, erfreulicherweise waren das nun mehr Menschen mit Zuwanderungsgeschichte. Entsprechend fanden die nun folgenden Vorträge auch mit Übersetzung ins Türkische statt. Das war die große Stunde für Binali Dikme, der selbst auch noch über „Migrationsberatung“ gesprochen hatte.

Umrahmt wurden die Vorträge des Nachmittages von Musik auf der Od, einer zwölfsaitigen ara-



**Majd Salloom mit seiner Od**

bischen Knickhalslaute. Majd Salloom spielte eigene Kompositionen, die für mich wie eine gelungene Verbindung orientalischer und europäischer Musik klangen. Er erzählte, dass er aus Syrien stammt, in Damaskus Musik studiert hat und nach Abschluss des Studiums 2014 nach Deutschland gekommen ist „und da hat die neue Geschichte angefangen.“

So konnten die Besucher einen Aktionstag erleben, der ebenso informierend wie unterhaltsam war. Der Dank dafür gilt allen Akteuren, aber auch allen Anwesenden und vor allem den Damen des Seniorenbüros, Susanne Wind, Seda Sinek und Ina Jendriczka.

Herta Virnich

Werbung

Umsorgt wie im zweiten Zuhause

**CARITAS TAGESPFLEGE LAHNAU & BRAUNFELS**

Hecksbergstraße 29 | 35619 Braunfels  
☎ 06442 – 95 02 30  
Jahnstraße 2 | 35633 Lahnau-Atzbach  
☎ 06441 – 90 26 350  
www.caritas-wetzlar-lde.de

Caritasverband  
Wetzlar/Lahn-Dill-Eder e.V.

## Impressionen aus dem städtischen Seniorentreff



Es ist nun gut 27 Jahre her, seitdem der städtische Seniorentreff aus der Pariser Gasse in die ehemalige Aula der Lotteschule in der Obertorstraße 20 gezogen ist. Seitdem werden die Räumlichkeiten durch die unterschiedlichsten Gruppen genutzt, die in den kommenden Ausgaben in der Reihe „Impressionen aus dem städtischen Seniorentreff“ vorgestellt werden sollen.

### **Folge 1: Gemütliches Beisammensein mit Dorothea Marx und ihrem Team**

Dienstag, 14 Uhr: Beim Betreten des Seniorentreffs ist munteres Geplauder zu vernehmen. Heute ist Nikolaus und die Tische sind liebevoll geschmückt. Überall sieht man rote Weihnachtssterne, Nüsse, kleine Teelichter und einen Schokonikolaus auf jedem Gedeck. Circa 30 Seniorinnen und Senioren sind anwesend, der Raum ist gut gefüllt. Nach einer kurzen Begrüßung seitens der Leitung des Seniorentreffs, Frau Dorothea Marx, werden Kaffee, Tee und Stollen gereicht, später gibt es noch Glühwein und Punsch.

Frau Marx und ihr Team sorgen mit ihrem Engagement dafür, dass kein Wunsch unerfüllt bleibt. Die Stimmung ist ausgelassen. Man merkt, dass den Seniorinnen und Senioren diese Art des Zusammenseins gefehlt hat. Schließlich ist es die erste Vorweihnachtszeit nach Beginn der Coronapandemie, die Zusammentreffen dieser Art für eine lange Zeit unmöglich gemacht hat.

Umso schöner ist es, dass dies dem Interesse an der Gruppe keinen Abbruch getan hat. Denn der wöchentliche Treff ist viel mehr, als eine Möglichkeit, sich auf einen Kaffee zu treffen. Es sind die gemeinsamen Aktivitäten, die gern wahrgenommen werden. Hier wird gesungen, vorgelesen, Bingo gespielt, Vorträgen gelauscht und an dem ein oder anderen Ausflug teilgenommen. Heute werden im Hinblick auf die bald stattfindende Adventsfeier in der Stadthalle Weihnachtslieder geübt. Für die Seniorinnen und Senioren ist dies ein fester Termin in der Woche und sie kommen gerne her. Einige erst seit ein paar Monaten, andere bereits seit über 10 oder sogar 20 Jahren. Gründe hierfür sind die Möglichkeit sich mit Menschen auszutauschen, Freunde zu treffen und gemeinsam eine schöne Zeit zu erleben. Und das merkt man sofort. Das Miteinander gestaltet sich respektvoll, entspannt und dankbar.

Was dabei besonders heraussticht ist die Leidenschaft, mit der Frau Marx und ihre Helferinnen dies in ihrer Freizeit betreuen und alles daransetzen, den Anwesenden dienstags von 14 - 17 Uhr eine schöne Zeit zu bereiten. Das tun sie ganz bescheiden, wünschen sich aber die ein oder andere helfende Hand in ihrem Seniorentreff, damit das Gemütliche Beisammensein noch lange Bestand haben kann.

Dienstag: 14 - 17 Uhr Gemütliches Beisammensein (Spiele, Singen usw.) mit Dorothea Marx und Team

Ina Jendriczka



## Unser Preisrätsel Nr. 232

Bitte senden Sie die Lösung an das Seniorenbüro der Stadt Wetzlar,  
Bahnhofstraße 3, 35578 Wetzlar

Einsendeschluss ist der 27. Februar 2023

Name:..... Telefon:.....

Straße und Hausnummer:.....

PLZ und Wohnort:.....

### Ein Turm verschwindet



Dazu zwei Fragen:

1. Wozu diente der Turm: \_\_\_\_\_

2: Wo stand er: \_\_\_\_\_

Zur Lösung der Ausgabe 230 wurden über fünfzig mit „Bade-“ zusammengesetzte Hauptwörter eingesandt

## Preisrätselgewinnerin Sybille Wosilat aus Nauborn

Im November 2022 trafen Frau Wosilat und ich uns zu einem gemütlichen Plausch anlässlich ihres Gewinnes im Seniorenposträtsel. Das Wetter war spätherbstlich bewölkt, und ganz am Morgen hatte ganz kurz die Sonne zwischen den Wolken hervorgelugt.

Bei einem Sprudelgetränk sprachen wir übers Leben und Wohnen in Wetzlar. Frau Wosilat stammt eigentlich aus dem Ruhrgebiet, genau genommen ist sie 1955 in Essen geboren. Mit 11 Jahren zog sie mit ihren Eltern und kleinem Bruder nach Gießen. Und im Rückblick auf ihre Kindheit im „Kohlenpott“ lobt sie die gelassene, relativ humorvolle Gemütsart der dort lebenden Menschen.

Ihr Elternhaus war ziemlich streng,

Sybille mußte neben dem Besuch der Pestalozzischule auf den 9 Jahre jüngeren Bruder aufpassen, weil beide Eltern arbeiten gingen. Nach dem Volksschulabschluß ging sie zur hauswirtschaftlich orientierten Alicenschule und schloß dort mit der Mittleren Reife ab.

In dieser Zeit war sie 14jähriger Teenager und die „wilden Sechziger“ mit den Beatles, Stones sowie Studentenprotesten voll im Gange. Sybille bastelte Lederschmuck, Leder gab es direkt beim Schuster zu kaufen. Sie bastelte daraus Peace-Anhänger. Andere bastelten auch Anhänger mit der Weltesche Yggdrasil, es gab auch sehr viel selbst gemachten hübschen Silber- und Perlenschmuck. Nebenher ging sie in der Zeit mittwochnachmittags und samstags in einem Kinderbekleidungsgeschäft arbeiten. Da gab es 2,50 DM die Stunde.

Auch besuchte sie mit ihrem damals aktuellen Freund einen Tanzkurs bei der Gießener Tanzschule Bäumle. Tanzen war schon immer ein Hobby von ihr. Schon als Kleine hatte sie das Glück in Essen mehrere Jahre Ballettunterricht bei zwei

älteren russischen Damen zu haben. Später als Jugendliche ging sie auch gern zur Disco, das war damals in Gießen das Haarlem, das in den Anfangsjahren eine einfache Studentendisco war, wo auch vor dem Eingang einzelne Musiker etwas

zum besten gaben.

Nach der Geburt ihres Sohnes war sie drei Jahre in Mutterschutz. Danach arbeitete sie 8 Jahre als Stationshilfe im Balse-rischen Stift, Gießen. Als diese Zeit um war, wurde sie in der Krankengymnastikpraxis eines Bekann-ten tätig, in der Anmeldung und vor allem im Wellness-Bereich. Sie gab ayurvedische Massagen mit warmen Öl und Hotstonemassagen, so wie es auch in Saunen angewendet wird. Ihre Behandlungen dauerten eineinhalb Stunden, so daß die Patienten wirklich Zeit hatten zur Ruhe zu kommen und sich zu entspannen.

Seit sie in Rente ist, nimmt

Sybille Wosilat gern an sogenannten Wohlfühlkursen teil.

Sie erwähnt hier besonders die Angebote der Mildred Scheel-Akademie in Köln. Dort gibt es Kurse für Krebskranke und ihre Angehörigen, alles Wohlfühlsachen: Tanzen, Malen, Singen, alles mit dem Ziel: Wie komme ich aus meinem Streß heraus, der ja oft als Grund für Krebserkrankungen gilt.

Frau Wosilat und ihr Mann wohnen seit 2 Jahren hier in Wetzlar. Sie würden es gut finden, wenn in der Seniorenpost eine Kontakt- und Hobbybörse eingerichtet wird, um auf diese Weise gemeinsam mit anderen etwas zu unternehmen.

Gunhild Deis-Wiese



## An der Vorbereitung dieser Ausgabe waren beteiligt:

Gunhild Deis-Wiese, Valentin Gerstberger, Dagmar Thum, Herta Virnich

## Die Terminseiten wurden betreut von:

Seda Sinek, Seniorenbüro  
Telefon: 06441-99 50 79  
E-Mail: seda.sinek@wetzlar.de

## Die Ausgabe 232 enthält Beiträge von:

Peter-Jörg Albrecht, Elke Bräuning, Gunhild Deis-Wiese, Valentin Gerstberger, Ina Jedriczka, Oda Peter, Dagmar Thum, Kay Velte, Martina Opel, Ludwig Thoma, Herta Virnich, Friedrich Wilhelm Weber.

**Abbildungen:** Historisches Archiv, Museen der Stadt Wetzlar, Wikipedia sowie die jeweiligen Autorinnen und Autoren.

## Redaktion:

Susanne Wind, Gunhild Deis-Wiese, Herta Virnich, E-Mail: herta.virnich@online.de

## Herausgeber:

Der Magistrat der Stadt Wetzlar

**Dezernat:** Soziales, Jugend, Freizeit und Sport.

## Geschäftsstelle:

Seniorenbüro der Stadt Wetzlar  
Bahnhofstraße 3, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/ 99-5079

## Gesamtherstellung:

Pötzl Offsetdruck & Medienverlag,  
Bahnhofstr.28, 35583 Wetzlar-Garbenheim  
Tel. 0 64 41 / 94 77-0, Fax 0 64 41 / 94 77-23  
E-Mail: poetzl-druck@t-online.de

## Hinweise zum Urheberrecht

Alle Inhalte der Seniorenpost der Stadt Wetzlar unterliegen dem Urheberrecht (Copyright). Dies gilt insbesondere für alle Texte, Bilder, Grafiken sowie Layout einschließlich der Gesamtanordnung auf den Seiten. Eine Vervielfältigung oder Verwendung solcher Inhalte, auch nur Teilen davon, in anderen gedruckten oder elektronischen Publikationen und deren Veröffentlichung - auch im Internet - ist nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung der Stadt Wetzlar gestattet. Die kommerzielle Nutzung jeglicher Bestandteile der Seniorenpost ist nicht gestattet! Der Nachdruck und die Auswertung von Pressemitteilungen und Reden sind mit Quellenangabe gestattet. Die unerlaubte Vervielfältigung, Verwendung, Reproduktion oder Weitergabe einzelner Inhalte oder kompletter Seiten kann straf- und zivilrechtlich verfolgt werden.

**Auflage:** 5.500 Exemplare auf chlorfreiem Umlapppapier nach ISO 14001 gedruckt. Die Seniorenpost Wetzlar erscheint zweimonatlich. Sie ist kostenlos erhältlich in Apotheken, Altentagesstätten, Seniorenkreisen,

Sparkassen und anderen Einrichtungen sowie über die Seniorenbeauftragte der Stadt Wetzlar. Unverlangt eingesandte Beiträge können nicht bestätigt oder zurückgesandt werden. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Diese behält sich vor, eingesandte Beiträge eventuell zu kürzen.

**Einsendungen bitte an die Seniorenbeauftragte der Stadt Wetzlar, Susanne Wind, Neues Rathaus, Tel. 99-5077, Fax 99-1074**

**E-Mail: seniorenbuero@wetzlar.de**

Werbung

**Hausnotruf.** Bunter, sicherer, unbeschwerter.

DRK-Kreisverband Wetzlar e.V. · Hörnsheimer Eck 21 · 35578 Wetzlar  
Tel. 06441 9764-0 · info@drk-wetzlar.de · www.drk-wetzlar.de

**NEU - jetzt auch Tagespflege**  
Lahnstraße 3 · WZ-Naunheim  
Tel. 06441 / 3816700

Professionell und gut betreut

- Voll- und Kurzzeitpflege
- Betreuung dementiell veränderter Menschen
- Über vier Jahrzehnte Erfahrung
- Offenes Haus mit freundlicher Atmosphäre
- preiswerter Mittagstisch für Gäste u. Besucher

**Altenzentrum**  
WETZLAR - PARISER GASSE

Pariser Gasse 3 | 35578 Wetzlar  
Tel. 06441 / 9954 00 | www.altenzentrum-wetzlar.de



## **Der Seniorenrat der Stadt Wetzlar**

### **MITGLIEDER DES SENIOREN-RATES**

**Vorsitzende Dorothea Marx**

Brodschirm 8, 35578 Wetzlar .....06441 5693773  
doris.marx.wetzlar@gmail.com

**Stellvertretender Vorsitzender Klaus Huber**

Burgunderstraße 10, 35578 Wetzlar ..06441 72810  
ek.huber@gmx.de

**Patrick Demand**

Walkmühlenweg 5, 35745 Herborm ..02772 959639  
p.demand@awo-lahn-dill.de

**Herbert Eßer**

Altvaterstraße 21, 35579 Wetzlar .....06441 25954  
esser.benthaus@t-online.de

**Herbert Funke**

Drei Stämme 10, 35576 Wetzlar ...0176 46149426  
funke\_wetzlar@gmx.de

**Ines Götze**

Solmser Straße 14 B, 35578 Wetzlar 06441-27700  
goetzeines@aol.com

**Norbert Havekost**

Am Deutschherrenberg 29,35578 Wetzlar..06441 24722  
norbert-havekost@gmx.de

**Matthias Hundertmark**

**Sylvia Kornmann**

Gießener Straße 32, 35581 Wetzlar ...0644176581  
skornmann@gmx.de

**Christa Lefèvre**

Lindenstraße 2, 35583 Wetzlar .....06441 45178  
ch.lefevre@gmx.de

**Irene Müller-Rein**

**Dr. Mustapha Ouertani**

Johanneshof 20, 35578 Wetzlar .....0177 8664473  
sonyaouertani@web.de

**Sven Ringsdorf**

kontakt@sven-ringsdorf.de .....0171 8381600

**Sieglinde Schaub**

Sachsenweg 6, 35578 Wetzlar .....06441 23768  
sieglinde.schaub@t-online.de

**Anette Stoll**

Langgasse 3, 35576 Wetzlar 06441 9013113  
a.stoll@diakonie-lahn-dill.de

**Krimhilde Tacke**

Egerländer Weg 10, 35576 Wetzlar06441 2043164  
krimhildtacke@web.de

**Andrea Volk**

Am Rabenbaum 18, 35584 Wetzlar ..06441 31070  
volk.a@web.de

**Manfred Wagner**

Ernst-Leitz-Straße 30, 35578 Wetzlar..06441 99 1001  
oberbuergemeister@wetzlar.de

### **STELLVERTRETENDE MITGLIEDER**

**Michael Suckel**

Inselstraße 3,35576 Wetzlar.....06441 7703493  
michael.suckel@t-online.de

**Herta Virnich**

Ernst-Leitz-Straße 45, 35578 Wetzlar 06441 24806  
herta.virnich@online.de

**Eva-Claudine Halfmann-Gräb**

Walkmühlenweg 5, 35745 Herborm...0175 9447037  
e.halfmann@awo-lahn-dill.de

**Heidemarie Koster**

Hundsgasse 10, 35583 Wetzlar .....06441 47578  
hhkoster@aol.com

**Bernd Sparr**

Breite Straße 15, 35576 Wetzlar .....06441 410210  
berndsparr@t-online.de

**Thomas Willführ**

Unter dem Nussbaum 16, 35578 Wetzlar..06441 9741409  
willfuehr57@web.de

**Karl-Ludwig Kreuzburg**

Helgebachstraße 23, 35578 Wetzlar...06441 6713448  
karlu-kreuzburg@web.de

**Christoph Schäfer**

**Hermann Schaus**

Friedenstraße 16, 35578 Wetzlar....06441 9823539  
h.schaus@ltg.hessen.de

**Renate Pfeiffer-Scherf**

Weilstraße 17, 35580 Wetzlar .....06441 28425  
renate.pfeiffer-scherf@web.de

**Ursula Fischer**

Wellergasse 10, 35582 Wetzlar .....0641 21577  
fiurs53@gmail.com

**Jürgen Lauber-Nöll**

Ohlacker 25, 35581 Wetzlar .....06441 4484714  
juergen@lauber-noell.de

**Jens-Uwe Möglich**

Goethestraße 13  
35578 Wetzlar .....06441 9026-150  
j.moeglich@caritas-wetzlar-lde.de

**Lydia Urban**

Langgasse 3, 35576 Wetzlar .....06441 9013136  
l.urban@diakonie-lahn-dill.de

**Dr. Barbara Greis**

Waldgirmeser Straße 26, 35584 Wetzlar..06441 1044  
dr.barbara.greis@t-online.de

**Andrea Lich-Brand**

Gießener Straße22A, 35581 Wetzlar...0171 5356394  
Lich-Brand@t-online.de

**Bärbel Keiner**

Drei Stämme 23, 35576 Wetzlar .....06441 53662  
baerbel.keiner@t-online.de

## DIE SENIORENBEAUFTRAGTE DER STADT WETZLAR

### SENIORENBÜRO DER STADT WETZLAR

**Susanne Wind (Leitung)** Tel. 99-5077

Raum 1.2, susanne.wind@wetzlar.de

**Ina Jendriczka (Projektkoordinatorin)** Tel. 99-5078

Raum 1.28, ina.jendriczka@wetzlar.de

**Seda Sinek (Sachbearbeiterin)** Tel. 99-5079

Raum 1.29, seda.sinek@wetzlar.de

**Bahnhofstraße, 1. OG,**

E-Mail: seniorenbuero@wetzlar.de Fax: 99-5075

Internet: www.wetzlar.de – Leben in Wetzlar

## WICHTIGE RUFNUMMERN

### ÄRZTLICHER NOTDIENST **116 117**

Forsthausstr. 1e (Ärztehaus am Klinikum) Mo, Di, Do von 19 – 24 Uhr u. Mi 14 – 24 Uhr. An Wochenenden: von Fr 14 Uhr bis Mo 6 Uhr durchgehend ohne Anmeldung

### ZENTRALE LEITSTELLE LAHN-DILL

**Feuer / Unfall / Notfall **112****

**Notruffax für Sprach- und Gehörgeschädigte **112****

**KRANKENTRANSPORT **06441 19222****

**KLINIKUM WETZLAR **06441 79-1****

**POLIZEI-NOTRUF **110****

**POLIZEI-STATION WETZLAR **918-0****

### TELEFONSEELSORGE

Evangelisch: **0800 11 10 111**

Katholisch: **0800 11 10 222**

**TAXIRUF FÜR GEHÖRLOSE** (siehe Seite VIII)

## BERATUNGSSTELLEN

### INFOZENTRALE PFLEGE UND ALTER

Beratung für Pflegebedürftige und Angehörige

Ansprechpartner A. Stoll, D. Muy, L. Urban

Langgasse 3, 35578 Wetzlar, Tel: 06441 9013-114,

E-Mail: infozentrale@diakonie-lahn-dill.de,

www.diakonie-lahn-dill.de

Sprechzeiten: Mo bis Do 9 – 12 Uhr und Mi und Do 14 bis 17 Uhr sowie nach Vereinbarung

### DIAKONIE LAHN DILL E. V. - Rechtliche Betreuung

Beratung zur ehrenamtlichen Betreuung Di 10 – 12 Uhr, zur Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverf. Mi 14 – 16 Uhr, Terminabsprache unter 06441 9013-0, Hiltrud Mai

E-Mail: rechtlichebetreuung@diakonie-lahn-dill.de

### BETREUUNGSVEREIN CARITASVERBAND WETZLAR/LAHN-DILL-EDER e.V.

Jens-Uwe Möglich, Goethestraße 13, 35578 Wetzlar

Tel. 06441 9026-421, Fax: 06441 9026-439

E-Mail: betreuungsverein@caritas-wetzlar-lde.de

### ALZHEIMERGESELLSCHAFT MITTELHESSEN E. V.

Demenzberatung, Geiersberg 15, 35578 Wetzlar  
Telefon 06441 42136

### SOZIALVERBAND VDK; KREISVERBAND WETZLAR

Ulmensteinstraße 1, 35578 Wetzlar,  
Tel. 06441 42301 Gesch. Stelle: Di u. Do 10 – 13 Uhr

### MIETERBUND WETZLAR UND LAHN-DILL-KREIS e. V.

Mieterberatung in allen mietrechtlichen Angelegenheiten, Kornmarkt 4, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441 47870

### Verbraucherberatung im DHB-Netzwerk Haushalt

Hausertorstraße 47 A, 35576 Wetzlar

Tel.: 06441 / 47231, Mo 15 – 18 Uhr, Do 16 – 19 Uhr, Mi u. Fr 9 – 12 Uhr

VerbraucherberatungWetzlar@web.de

### Außenstelle Niedergirmes

im Nachbarschaftszentrum, Wiesenstraße 4  
Beratung am 3. Montag im Monat 9 – 12 Uhr

### Blinden- und Sehbehindertenbund Hessen e.V. Blickpunkt Auge – Rat und Hilfe bei Sehverlust Beratungsstelle Wetzlar

Dienstag 9 – 12 und 14 – 17 Uhr

Neues Rathaus (2. OG, Raum 201)

Tel. 06441 99-5090, d.roth@blickpunkt-auge.de

### Bund der Vertriebenen

#### Orts- und Kreisverband Wetzlar

Robert-Koch-Weg 4 b, 35578 Wetzlar

#### Sprechstunden nach Vereinbarung:

Kuno Kutz 06441 770559

Manfred Hüber 06473 1348

#### Für Spätaussiedler:

Lydia Kiefel 06441 962271

### Beratungsstelle für Familien-, Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

Turmstraße 22, 35578 Wetzlar **06441 9013630**

### Weisser Ring e.V. Vorsitzender: Rüdiger Schuch

Stellvertreter: Daniel Kraemer

Tel. 0151-55164766

E-Mail: weisser-ring-ldk@t-online.de

## STÄDTISCHE EINRICHTUNGEN

### STADTVERWALTUNG IM RATHAUS **99 – 0**

Ernst-Leitz-Straße 30 (verbindet mit allen Ämtern, z.B. Sozialamt, Fundbüro usw.)

## **VOLKSHOCHSCHULE WETZLAR**

Bahnhofstraße 3, 35576 Wetzlar, Tel.: 99-4301

E-Mail: vhs@wetzlar.de

Homepage: www.vhs-wetzlar.de

## **GRUNDSICHERUNG** Sachbearbeitung:

Tel. 99-5041, 99-5042, 99-5044, 99-5045, 99-5047,

99-5048 Erdgeschoss Zimmer 041 bis 050

## **WOHNHILFEBÜRO**

Martin Hartmann u. Sonja Schütze

Erdgeschoss, Zimmer 065

Tel. 99-5065 od. 99-5055, Fax: 99-5014

## **BEHINDERTENBEAUFTRAGTER**

Kai Böhmer, Erdgeschoss, Zimmer 67,

Tel. 06441 995067

E-Mail: behindertenbeauftragte@wetzlar.de

Beratung nach Termin

## **BEHINDERTENBEIRAT**

Geschäftsstelle Verena Schröder

Erdgeschoss, Zimmer 071, Tel.99-5071

## **STADTBIBLIOTHEK**

Tel. 99-4118

Kostenloser mobiler Bücherdienst

Auswahllisten zu einzelnen Themen auf Anfrage erhältlich, montags geschlossen

E-Mail: stadtbibliothek@wetzlar.de

## **AMBULANTE PFLEGE- UND HILFSDIENSTE**

### **EV. DIAKONIESTATION WETZLAR GmbH**

info@diakoniestation-wetzlar.de

### **Mobile Kranken – und Altenpflege (MOBIKA)**

Wetzlarer Str. 11, 35582 Wetzlar

Tel. 0641 9203833, Fax: 0641 9203809

E-Mail: mobika-pflege@online.de

**Pflegegebiete: Wetzlar mit Stadtteilen,**

### **CARITAS-SOZIALSTATION WETZLAR**

**Leitung: Wolfgang Redant**

Wetzlarer Straße 9, 35580 Wetzlar

06441 9026300, Fax: 06441 9026319

E-Mail: sozialstation@caritas-wetzlar-lde.de

**Pflegegebiete: Wetzlar, Braunfels, Solms**

### **AWO Kreisverband Lahn-Dill e. V.**

**Ambulanter Pflegedienst Wetzlar**

Lessingstraße 8, 35578 Wetzlar

Tel. 06441 – 4483486, Fax: 06441 - 4483478

E-Mail: amb.dienst.wz@awo-lahn-dill.de

www.awo-lahn-dill.de

### **AMBULANTER PFLEGEDIENST P. TAUBER**

Atzbacher Straße 10, 35633 Lahnau

Tel. 06441/6 61 98, Mobil: 0172/617 86 26

Fax: 06441/96 35 00

## **AMBULANTER ALTEN- UND KRANKENPFLEGEDIENST**

Tatjana Slobodjanik

Sophienstraße 15, 35576 Wetzlar

Tel. 06441/38 39 15, Mobil 0177/34 27 488

Fax 06441/38 19 16,

E-Mail: Pflegedienst-tatjana@onlinehome.de

## **HÄUSLICHE ALTEN – UND KRANKENPFLEGE**

**KABEGA** (M. Brügggen, A. Krzysch, E. Gath)

**Tel.: 06441 - 3813707**, Mobil: 0171/2 67 34 29,

**Fax.: 06441 - 3813708**

Geschäftsräume - Fröbelstr. 9, 35576 Wetzlar

E-Mail: ambulant@pflegedienst-kabega.com

## **CURANA Komfortpflege**

Turmstr. 5, 35578 Wetzlar

Tel. 06441-96355 0, Fax: 06441-96355 21

www.curana-pflege.de

## **HÄUSLICHE KRANKENPFLEGE**

**Roskosz** 35614 Aßlar Tel. 06441/ 981920

## **PFLEGEDIENST IMPULS GMBH & CO KG**

Falltorstraße 1a, 35586 Wetzlar

Tel. 06441 8704766, Fax: 06441 8704786

E-Mail: info@impuls-pflege.de

## **PROMEDICA PLUS**

24h-Betreuung und Pflege im eigenen Zuhause

Martina Stamm, Zum Westergrund 31,

35580 Wetzlar, Telefon: 06441 210942

wetzlar-wettenberg@promedicaplus.de

## **PFLEGEDIENST WETZLAR**

Uwe Schulz

Elsa-Brandström-Straße 5, 35578 Wetzlar

Tel. 06441/ 2 29 52

E-Mail: Info@Pflegedienst-Wetzlar.de

## **Mobiles Pflegeteam City**

Loherstraße 2, 35614 Aßlar

Tel. 06441-4490833 Mobil: 0160-96905072

## **Caritas Tagespflege Lahnau**

Caritasverband Wetzlar/ Lahn-Dill-Eder e.V.

Jahnstr. 2, 35633 Lahnau

Tel.: 06441 90 26 350

E-Mail: tagespflege@caritas-wetzlar-lde.de

www.caritas-wetzlar-lde.de

## HILFS- UND BETREUUNGSANGEBOTE ZU HAUSE/FAHRDIENSTE

z.B. Hausnotruf, Essen auf Rädern, Fahrdienste, Einkaufshilfen, Reinigungsdienst, Mobiler Bücherdienst

## **Alltagsbegleitung & Seniorenbetreuung ZETRA**

Unterstützung im Haushalt, Einkäufe, Begleitung,

Betreuung in mehreren Sprachen möglich

Tel. 0178 7343237 oder 0152 27253209

E-Mail: info@betreuung-zetra.de



**ALZHEIMER- GESELLSCHAFT  
MITTELHESSEN E. V. HELFERINNENKREIS**  
Tel: 06441 – 4490037 -stundenweise Betreuung  
Email: helferinnenkreis-wetzlar@web.de

**DIAKONIE LAHN DILL E. V.  
Ambulanter Hospizdienst**  
Langgasse 3/ Haarplatz, 35576 Wetzlar  
Sabine Adams und Carola Pfeifer  
Tel. 06441/9013-116 Fax: 06441/9013-111,  
e-Mail: hospizdienst@diakonie-lahn-dill.de

**AMBULANTER PFLEGEDIENST  
GLEIBERGER LAND AKTIV**  
Hauswirtschaftliche Hilfe  
Betreuungs- und Entlastungsleistungen  
Baumeisterweg 1, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441 87085754

**BÜRGER AKTIV WETZLAR E.V.**  
Begleit- oder Besuchsdienste, Einkäufe, Fahrdienst,  
Kleine Hilfen im Haushalt usw. Bürozeiten:  
Di – Mi von 11.00 bis 12.00 Uhr Tel. 06441/410178,  
Fax: 06441/5693876  
Obertorstraße 20, 35578 Wetzlar  
Email: buerger.aktiv@wetzlar.de,  
Online: <http://buergeraktiv.magix.net/public>

**CARITASVERBAND WETZLAR / LAHN-DILL-  
EDER** Ambulanter Demenz- und Besuchsdienst  
Elvira Schmidt und Doris Stellwag  
06449 719504 od. 0178 3362755  
E-Mail: ambdemenzdienst@caritas-wetzlar-lde.de

**DEUTSCHES ROTES KREUZ  
Mobiler Sozialer Hilfsdienst (MSHD)**  
Hörnshheimer Eck 21, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441 9764-0

**JOHANNITER- UNFALL- HILFE E.V.**  
Regionalverband Mittelhessen, Carl-Benz-Straße  
4-6, 35440 Linden Tel. 06403/703040

**BERATUNGSBÜRO WETZLAR** Altenberger  
Straße 30, Tel. 06441 9250-0 montags von  
15 – 18 Uhr und nach Vereinbarung

**MALTESER HILFSDIENST Mobile soziale Dienste**  
Christian-Kremp-Str. 17, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/94 94-0, Fax: 06441/9494 –220  
**ESSEN AUF RÄDERN: Tel. 06441/9494-236**

**HILFE IM ALLTAG -Ehrenamtlicher Besuchs-  
u. Begleitdienst,** Info unter Tel. 06441/9494-200  
oder E-Mail: [bbd@malteser-wetzlar.de](mailto:bbd@malteser-wetzlar.de)

**LAHN-DILL-AMBULANZ**  
Transport v. behinderten, bedingt gehfähigen und  
kranken Menschen  
Karlstraße 3, 35584 Wetzlar  
Tel. 06441 52907-0, Fax: 06441 52907-0  
E-Mail: [info@lahn-dill-ambulanz.de](mailto:info@lahn-dill-ambulanz.de)

**MOBILITAS**  
Altenberger Straße 10, 35576 Wetzlar  
Tel. 06441/200 100-0, Fax: 06441/200 100- 50

**SOZIALWERK HAUSHALT UND FAMILIE  
HESSEN E. V.,** Charlotte-Bamberg-Str. 12, 35578  
Wetzlar Tel.: 06441/94 64 55, Fax, 06441/94 64 56  
Hauswirtschaftliche Hilfe und Versorgung  
Kranken u. Altenbetreuung, Familienhilfe

HAUSNOTRUFDIENST  
**Deutsches Rotes Kreuz** Tel.: 06441/97 64-0  
**Johanniter Unfall Hilfe e.V.** Tel.: 06403 /70 300  
**Malteser Hilfsdienst** Tel.: 06441/94 94-0  
**Mobilitas** Tel.: 06441/200100-0

MITTAGSTISCH  
**Altenzentrum Wetzlar, Pariser Gasse 3, 35578  
Wetzlar** täglich von 12.00 – 13.00 Uhr im Café  
Domblick ( 4,70 bis 6.50 €). Telefon: 06441 99540

**Mittagstisch im Seniorenzentrum Alte Lahn-  
brücke Baumeisterweg 1, 35576 Wetzlar**  
Täglich von 12.00 – 14.00 Uhr  
Telefon: 06441 870850

**Mittagstisch in der Tagespflegestation  
Nauheim** Lahnstraße 3, 35584 Wetzlar  
Info und Anmeldung: 06441 38 16 700

**Mittagstisch in der Siedlerklausen Büblingshausen**  
Unter dem Ahorn 22, 35578 Wetzlar, Montag –  
Freitag von 12.00 bis 13.30 Uhr. Vorbestellung am  
Vortrag bis 13.00 Uhr, Tel. 06441 7707 497

**Caritasverband Wetzlar/Lahn-Dill-Eder**  
Mehrgenerationenhaus Wetzlar/Dalheim  
Mi u. Fr ab 12.00 Uhr – bitte 2 Tg. vorher anmelden!  
Hohe Straße 13, 35576 Wetzlar, Tel. 06441 4446333

**CARITAS ANZIEH-ECKE**  
Silhöffertorstr. 7, 35578 Wetzlar Tel. 06441 9026227  
Mo, Di u. Mi von 15.00 – 17.00 Uhr Jeden 1. Sams-  
tag im Monat von 10.00 bis 12.00 Uhr

WETZLARER TAFEL & KLEIDERLÄDEN & Co  
Menschen; die bedürftig sind, können jede Woche  
Lebensmittel abholen. Antrag für einen Ausweis  
der Tafel jederzeit vor Ort möglich.

**Tafelladen Niedergirmes & Kleiderläden/  
Kruschelbude**  
Wiesenstraße 4, 35576 Wetzlar-Niedergirmes  
06441 3835820, E-Mail: [tafelladen.niedergirmes@tafel-wetzlar.de](mailto:tafelladen.niedergirmes@tafel-wetzlar.de)  
Montag u. Freitag 14.15 – 17.00 Uhr  
Dienstag – Freitag 10.15 – 12.00 Uhr  
Terminvereinbarung notwendig

**Tafelladen Bahnhofstraße Wetzlar & Kleiderladen**  
Bahnhofstraße 7, 35576 Wetzlar  
06441 2047388, E-Mail: tafelladen.bahnhofstrasse@tafel-wetzlar.de  
Montag 14.15 – 17.00 Uhr  
Dienstag – Freitag 10.15 – 12.00 Uhr  
Terminvereinbarung notwendig

**Stadtteil-Frühstück Evang. Kirchengemeinde Niedergirmes** Mittwoch 9.00 Uhr in der Christuskirche, Kirchstraße 9

## WOHNEN

### TAGESPFLEGE

**Haus Renata, Königsberger Diakonie**  
Robert-Koch-Weg 5, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/206-146

**Tagesstrukturierendes Angebot der Lebenshilfe für geistig und mehrfach Behinderte Wetzlar-Weilburg e.V.** Friedenstraße 26, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/92 77 – 0 Fax: 06441/92 77 – 24

**Tageszentrum für Alzheimer-Kranke Alzheimer-Gesellschaft Mittelhessen e. V.**  
Geiersberg 15, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/4 21 36, Fax: 06441/4 38 13  
montags- freitags, 8.00 – 16. 30 Uhr  
mit Hol- und Bringdienst

**Tagespflege und Betreuung der Arbeiterwohlfahrt, Kreisverband Lahn-Dill e. V.**  
**Lessingstraße 8, 35578 Wetzlar,**  
Telefon 06441/ 4483512,  
Mail: tph.wz@awo-lahn-dill.de

**Tagespflege Naunheim**  
Lahnstraße 3, 35584 Wetzlar, Tel. 06441 3816700  
E-Mail: info@tagespflege-naunheim.de  
www.tagespflege-naunheim.de  
**Tagespflege "Harmonie"**  
Otto-Wels-Str.39, 35586 Wetzlar  
Tel. 06441/ 80 701-0, Fax 06441/80 701-18  
E-Mail: info@bms-asslar.de

**Tagespflege und Demenztagespflege „Gud Stubb“**  
im Seniorenzentrum Alte Lahnbrücke, Baumeisterweg 1, 35576 Wetzlar, Telefon: 06441 87085-0  
E-Mail: info@seniorenzentrum-wetzlar.de

ALTEN -UND PFLEGEHEIME  
**Alloheim Seniorenresidenz „Lahnblick“**  
Steighausplatz 14, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/4469-0

**Alten- u. Pflegeheim f. Alzheimerkranke „Haus Aloys“**  
Hausertorstraße 36, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/44 77 990, Fax: 06441/44 77 99 11

**„Haus Minneburg“** Nachklinische Pflege und Therapie, Facheinrichtung für neurologische Erkrankungen (ZNS) und Beatmung  
Haarbachstraße 5a, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/9489-0

**Alten- u. Pflegeheim „Niedergirmes“**  
Elisabethenstraße 49 – 51, 35576 Wetzlar  
Tel. 06441/ 93 71 – 0

**Seniorenresidenz Philosophenweg**  
Philosophenweg 11, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441 44885-0  
E-Mail: info@seniorenresidenz-wetzlar.de

**Altenzentrum Wetzlar**  
Pariser Gasse 3, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/99-5400 oder 99-5450

**Königsberger Diakonie**  
Haus Königsberg  
Inselstraße 5, 35576 Wetzlar  
Haus Berlin und Haus Renata  
Robert-Koch-Weg 1 und 5, Tel. 06441 206-0

**„Stadtresidenz im Casino Wetzlar“**  
Kalsmuntstraße 68 - 74, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/21 03 – 0, Fax: – 100

**Stationäres Hospiz „Haus Emmaus“**  
Charlotte-Bamberg-Str.14, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441/209-260, Fax: 06441/209-2666  
E-mail: Monika.Stumpf@hospiz-mittelhessen.de

**Tageshospiz „LEBENSZEIT“** Charlotte-Bamberg-Str. 14, 35578 Wetzlar, Tel.: 06441/ 209-2657, Mail: tageshospiz@hospiz-mittelhessen.de

## TREFFPUNKTE FÜR SENIOREN

BÜBLINGSHAUSEN  
Altenstube Gnadenkirche Am Anger 1 donnerstags ab 14.00 Uhr

Dalheim  
**Seniorentreff** der Kath. Kirchengemeinde St. Markus, Berliner Ring 64  
jeden letzten Mittwoch 15 Uhr  
**Treffen 50 Plus** der Ev. Kirchengemeinde Ev. Gemeindezentrum Dalheim, Berliner Ring 4  
Jeden 2. Donnerstag im Monat ab 19.00 Uhr

## DUTENHOFEN

Frauenhilfe der Ev. Kirchengemeinde  
alle 14 Tage donnerstags um 14.30 Uhr  
Kirchencafé, sonntags (einmal im Monat)  
ab 15.00 Uhr  
im Gemeindezentrum, Info: 0641 24594

## GARBENHEIM

Seniorentreff der Evangelischen  
Kirchengemeinde, Bahnhofstraße,  
jeden 2. Mittwoch im Monat um 15 Uhr  
**Café Sonntag** im Ev. Gemeindehaus, Bahnhof-  
straße Jeden 1. Sonntag im Monat ab 15 Uhr

## HERMANNSTEIN

Seniorenkreis Evangelisches Gemeindehaus,  
mittwochs von 14.30 – 17.00 Uhr

## **Projekt 55 +/- der Ev. Kirchengemeinden Hermannstein, Naunheim u. Waldgirmes**

Abwechslungsreiche Einzelveranstaltungen  
zu finden unter:

[www.Kirchengemeinde-Hermannstein.de](http://www.Kirchengemeinde-Hermannstein.de)

## **Kreis der Älteren, Bonifatiuskirche**

Volpertshäuser Str. 1, mittwochs um 15.00 Uhr

## **Seniorentreff der Evangelisch- Freikirchlichen Gemeinde**

Elsa-Brandström-Straße 11

jeden 2. Mittwoch im Monat ab 14.30 Uhr

## IM WINKEL UND KALSMUNT

### **Seniorenkreis Magdalenenkirche**

Im Gemeindehaus, Magdalenenhäuser Weg 17 a  
mittwochs 15.00 – 16.30 Uhr

## INNENSTADT

### **Seniorentreff der Stadt Wetzlar**

Einmal wöchentlich im Seniorentreff,  
Obertorstraße 20, 35578 Wetzlar  
dienstags von 14 – 18 Uhr

### **Seniorentreff „Neustadt“ der Arbeiterwohlfahrt**

Donnerstags 14-tägig, Info: Chr. Cowley,  
Tel. 06441 45674

### **Kirche im Gespräch - Ev. Kirche Bezirk Heilig-Geist**

Wilhelm-Reitz-Haus, Brettschneiderstr. 4

Jeden 3. Montag im Monat, 19.00 Uhr

### **Dalheimer Senioren/Treffpunkt Hospitalkirche**

Haus der Kirche und Diakonie, Langgasse 3  
Jeden 1. U. 3. Mittwoch im Monat ab 15.00 Uhr

## MÜNCHHOLZHAUSEN

Frauenhilfe der Ev. Kirchengemeinde (Kirchsaal)  
alle 14 Tage mittwochs um 15.00 Uhr

## NAUNHEIM

**Projekt 55 +/- der Ev. Kirchengemeinden Naunheim,  
Hermannstein und Waldgirmes**, Angebote unter  
[www.Kirche-Naunheim.de](http://www.Kirche-Naunheim.de)

**Seniorentreff der Evang. Kirchengemeinde** Evan-  
gelisches Gemeindezentrum jeden 3. Mittwoch im  
Monat um 15 Uhr,

**Seniorentreff Turn- und Spielverein** Im Sportlerheim  
auf der Lahninsel jeden 2. Donnerstag ab 15 Uhr (auch  
Auswärtige sind willkommen)

**Seniorentreff des Anglervereins:** Im Anglerheim auf  
der Lahninsel jeden 1. Mittwoch im Monat um 16 Uhr

### **Stammtisch des Vdk Ortsverbandes,**

jeden 4. Donnerstag im Monat um 16.00 Uhr im  
Gasthaus Landenfeld in Naunheim

## NIEDERGIRMES

Seniorenkreis Christuskirche, Kirchstraße 9

Jeden Montag u. Donnerstag ab 14 Uhr

Seniorenkreis St. Walburgiskirche, Gutleutstraße 3  
Alle zwei Wochen, montags um 14.30 Uhr

## **Gehörlosen Seniorenclub Wetzlar**

Treffen jeden 4. Mittwoch im Monat, 13.00 Uhr im  
Nachbarschaftszentrum Niedergirmes, Wiesen-  
straße 4, Anmeldung erbeten unter  
[dieter.loehr@web.de](mailto:dieter.loehr@web.de)

## STEINDORF

Seniorentreff Evangelisches Gemeindehaus

Weingartenstraße, Jeden 2. Mon. im Monat um 15 Uhr

Seniorenclub „Treff 60 Plus“ Im Stadtteilbüro, Schul-  
straße 2 Jeden 1. Dienstag im Monat um 15.00 Uhr

## SPORT FÜR SENIOREN

### TV WETZLAR

Gesundheitsorientierte Bewegungs- und Ent-  
spannungsangebote für Senioren, unabhängig  
von Alter u. Fitnesszustand, z. B. Wirbelsäulen-  
gymnastik, Sanftes Pilates u. Entspannung, ge-  
rätegestütztes Training usw. Weitere Information  
unter [www.tv-wetzlar.de](http://www.tv-wetzlar.de) und Tel. 06441 921313

### DEUTSCHES ROTES KREUZ

Hörnshheimer Eck 21, 35578 Wetzlar

Bewegungsprogramm (z. B. Gymnastik, Seni-  
orentanz, Wassergymnastik, Yoga, Wandern,  
Gedächtnistraining) Auskunft: Martina Opel  
Tel. 06441/9764-0



DLRG-ORTSGRUPPE WETZLAR e. V.  
Seniorenswimmen, Wassergymnastik, Aqua-  
jogging (Kosten: Jahresbeitrag Verein 35,00 €)  
Info und Anmeldung: 06441 921621

VEREIN für SPORT und  
GESUNDHEIT Wetzlar e.V.

**Reha-Sport (mit Verordnung):** Neuro-, Lungen-,  
Herzsport, Rücken- u. Wassergymnastik  
**Ohne Verordnung:** Gymnastik u. Spiele, Was-  
serymnastik, Schwimmen, Hobbykegeln  
Geschäftsstelle: Blasbacher Str. 38, 35584 Wetz-  
lar, Tel. u. Fax: 06441 390227  
E-Mail: vsg-wetzlar@gmx.de,  
Internet: www.vsg-wetzlar.de

**Sportangebote in den Stadtteilen erfragen Sie  
bitte in den Stadtteilbüros**

## RUHESTÄNDLER

### **Pensionäre der Fa. Leitz**

Treffen jeden 1. Mittwoch im Monat 14.30 Uhr  
Im Hotel Wetzlarer Hof, Obertorstr. 2

### **Globus-Rentnervereinigung Dutenhofen**

Treffen- u. Info über: Renate Teusch  
Tel. 06441/73938

### **Pensionäre der Fa. Zeiss- Hensoldt**

Treffen jeden 1. Mittwoch eines  
geraden Monats  
um 14.30 Uhr Vereinsgaststätte des VfB Aßlar,  
Mühlgrabenstr. in Aßlar (gegenüber dem Rathaus)

### **Polizei-Pensionärs-Gemeinschaft Wetzlar**

Info: Wolfgang Weigelt, Tel. Nr. 06442 7831  
e-Mail: weigelt-solms@vodafone.de  
Internet: www.ppg-wetzlar.de.vu

## SELBSTHILFEGRUPPEN

### **Kontakt- und Informationsstelle für Selbst- hilfegruppen „KISS“**

Caritasverband Wetzlar/Lahn-Dill-Eder e. V.  
Tel. 06441 90260,  
E-Mail: info@caritas-wetzlar-lde.de

### **STAMMTISCH FÜR SEHGESCHÄDIGTE UND IHRE ANGEHÖRIGEN**

Jeden 1. Dienstag im Monat, 18.00 Uhr in der  
Taverne „Aphrodite“,  
Karl-Kellner-Ring 46, Wetzlar  
Info: dienstags unter Tel. 06441 99-5090

### **KREBSNACHSORGE DES DEUTSCHEN ROTEN KREUZES**

Hörnshemer Eck, 21, 35578 Wetzlar  
Auskunft: Martina Opel

Tel. 06441/9764-0 Jeden 2. Montag im Monat um  
14.30 Uhr Treffen der Kontaktgruppe Krebsnach-  
sorge (Einzelberatung nach Absprache)

### **Selbsthilfegruppe - MULTIPLE SKLEROSE-**

**„Aktiv mit Spaß“** Leitung: Georg Pellinnis  
Tel. 06441 212181, Jeden 3. Mittwoch im Monat  
ab 19.00 Uhr. Neuer Treffpunkt: Best-Western-  
Hotel, Karl-Kellner-Ring 40

### **RHEUMALIGA HESSEN e.V.**

Selbsthilfegruppe Wetzlar  
Kontakt: Ute Amthor, Tel. 06442 2699315  
E-Mail: SHG-Wetzlar@rheuma-liga-hessen.de

### **FIBROMYALGIE BETROFFENE**

Termine der Treffen bitte erfragen  
Ute Amthor, Tel. 06442 2699315  
M. Schupp, Tel. 01512/8074525

### **Diabetes-Lotse**

### **DDB des Landesverbandes Hessen e.V.**

Horst Speitel, Tel. 06441 449580  
E-Mail: hoansp@t-online.de

### **SUCHTHILFE WETZLAR E.V.**

Sophienstraße 7, 35576 Wetzlar  
Telefon: 06441/21029-0, Fax: 06441 /21029-79  
E-Mail: mailto:mail@suchthilfe-wetzlar.de  
<http://www.suchthilfe-wetzlar.de>

### **BLAUES KREUZ IN DER EVANG. KIRCHE**

Wetzlarer Straße 5, 35586 Wetzlar  
Telefon: 06085 989839

Mobil: 0173/9625808

### **BLAUES KREUZ, ORTSVEREIN WETZLAR**

Elsa-Brandström-Straße 11, 35578 Wetzlar  
Telefon: 06441/33201 od. 06473/8482

## IM SENIORENTREFF Obertorstraße 20

Jeden 1. und 2. MONTAG

### **15 - 17 Uhr Senioren-Tanzkreis in Verbindung mit dem Schwarz-Rot-Club Wetzlar e.V.**

jeden 1. u. 3. Dienstag. Info: D. Sachs unter Tel.  
Nr. 06441/ 27435 oder 0175/8466322, Interes-  
sierte sind herzlich willkommen!

## DIENSTAG

**14 - 17 Uhr Gemütliches Beisammensein**  
(Spiele, Singen usw.) mit Dorothea Marx (Leiterin)  
sowie Brigitte Bamberger (stellvertr. Leiterin) und  
ihrem Team

## MITTWOCH

**DEUTSCHE ILCO (Darmkrebs, Darm- u. Blasen-Stoma)** Kontakt. Sigrid Schulz,  
Tel. 02772 51336  
E-Mail: schulz.sinn@t-online.de  
Jeden **1. Mittwoch im Monat von 15 – 17 Uhr**

## DONNERSTAG

**An jedem 1. und 3. Donnerstag im Monat in der Zeit von 14-16 Uhr. Termine: 19.01, 02.02, 16.02, 02.03, 16.03 14.00 - 16.00 Uhr „Internetcafe Senioreklick“** Info : Tel 06441/99 5077  
-Nutzung ist kostenlos!  
**Selbsthilfegruppe - TINNITUS** –gegen Hörsturz und Ohrgeräusche. Leitung: Helga Rosenstock,  
Tel. 0641 84858 Jeden **2. Donnerstag im Monat von 18 – 20 Uhr**

## Weitere Angebote

### Wetzlarer Musik Senioren (WeMuSen)

Übungsstunden: jeden 1./3. und letzten  
Donnerstag im Monat ab 16.00 Uhr  
Eichendorfschule in Wetzlar-Dalheim (Aula)  
Auskunft: Edmund Beppler, Tel. 06441 962775

### SMS TAXIRUF FÜRGEHÖRLOSE

Gehörlose können per SMS mitteilen, wo sie  
abgeholt werden möchten und wohin sie wollen:

**Taxi Neu:** 0157- 54 61 84 56  
**Taxi Prinz:** 0170- 2 23 12 64  
**Taxi Lahnav:** 0175- 9 77 33 66  
**Lahn-DillCar:** 0151- 26 20 97 79  
**VPW Personenbef.:** 0171- 2 68 67 30

Weitere Informationen über Seniorenangebote  
finden Sie online Im **RATGEBER UND WEGWEISER FÜR SENIOREN**

Neues Auto? Durch Immobilien Teilverkauf!

# Ein Stück vom Haus für ein Stück vom Glück!

06431 58 33 10

www.hausvorsorge.com

**HausVorsorge** 

Ihr Eigenheim hat mehr zu bieten

Werbung



**Tagespflege  
Hartmann**

Sich fühlen wie „Daheim“ ist unser Herzensanliegen!  
Unsere Tagespflege bietet ab Februar 2020 einen strukturierten Ablauf für Seniorinnen und Senioren, die nicht mehr für längere Zeit alleine zuhause bleiben möchten oder können. Pflegende Angehörige möchten wir entlasten! Bei uns finden Sie Geselligkeit und Beschäftigung.

### Besuchen Sie unser Haus am Kalsmunt und lernen Sie uns kennen!

- Wir sind Mo-Fr von 08:00 – 17:00 Uhr für Sie da
- Hol- und Bringdienst
- kostenloser Schnuppertag
- Einfühlsames Team und nette Gesellschaft
- gemeinsames Frühstück und Mittagessen, liebevolle Betreuung,
- gemeinsames Spielen und Gespräche gestalten uvm.

Besuchen Sie unsere Internetseite: [tagespflege-wetzlar.de](http://tagespflege-wetzlar.de)  
Rufen Sie uns an: 06441/2085255 oder 06441/9746414  
Schreiben Sie uns: per Fax 06441/97464 17  
oder E-Mail: [tagespflegehartmann@gmx.de](mailto:tagespflegehartmann@gmx.de)  
Kommen Sie vorbei: Kalsmuntstraße 64, 35578Wetzlar  
(Montag - Freitag 8.00 Uhr -17.00 Uhr)

Folgen Sie uns gerne auf  
Facebook und Instagram



**GIMMLER**  
REISEN

## Frühjahrs- & Sommerreisen

### Winter Wunderland Norwegen

9 Tage: 15.03. - 23.03.2023

ab € 1.729,-

### Frühlingstage in Prag

3 Tage: 17.03. - 19.03.2023

ab € 259,-

### Wyk auf Föhr

8 Tage: 19.03. - 26.03.2023

ab € 905,-

### Pfälzer Mandelblüte

3 Tage: 19.03. - 21.03.2023

ab € 369,-

### Opatija

7 Tage: 21.03. - 27.03.2023

ab € 699,-

### Dresden mit Semperoper

3 Tage: 31.03. - 02.04.2023

ab € 444,-

### Osterfest auf Rügen

5 Tage: 06.04. - 10.04.2023

ab € 609,-

### Schleswig & Sylt

5 Tage: 07.04. - 11.04.2023

ab € 799,-

Sichern Sie sich jetzt unsere neuen Kataloge für 2023



Beratung & Buchung

Reisebüro Gimmler GmbH, 35576 Wetzlar  
Bannstr. 1 oder in den bekannten Agenturen  
Hotline 06441 / 90100  
[info@gimmler-reisen.de](mailto:info@gimmler-reisen.de) - [www.gimmler-reisen.de](http://www.gimmler-reisen.de)



# Diakonie

- **Beratung**
- **Grundpflege**
- **Behandlungspflege**
- **Erreichbarkeit - Rund-um-die-Uhr**
- **Pflegeergänzende Dienste**
- **Vermittlung von Essen auf Rädern**
- **Vermittlung von Kurzzeitpflege**
- **Palliativ-Versorgung**

## Erfahrung, die zählt.

Verstanden und geborgen zu sein, ist wichtig für die Genesung Pflegebedürftiger.

Gut aufgehoben zu sein bedeutet, kompetent betreut zu werden. Die optimale Versorgung der uns anvertrauten Menschen ist unser höchstes Ziel. Die Evangelische Diakoniestation gewährleistet eine auf den Patienten hin orientierte Versorgung im eigenen Heim ohne Unterschied der Konfession. Unser Team setzt sich aus Pflegefachkräften und Pflegekräften zusammen.



Sprechen Sie mit uns - **Evangelische Diakoniestation Wetzlar gemeinnützige GmbH**  
Robert-Koch-Weg 4b, 35578 Wetzlar  
Tel. 06441-206306, Fax 06441-206308



## Wohnen & Pflegen im Alter

**Haus Berlin** | Wetzlar  
☎ 06441 206126

**Haus Königsberg  
an der Lahn** | Wetzlar  
☎ 06441 2108200

**Solmsler Heim** | Braunfels  
☎ 06442 95130

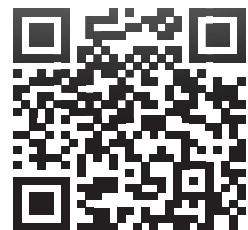
**Seniorenzentrum**  
Hüttenberg  
☎ 06403 775080

**Tagespflege** | Wetzlar  
☎ 06441 206146

### Individuelle Angebote für ein Leben in Würde und Geborgenheit

Wir bieten Ihnen in Wetzlar, Braunfels  
und Hüttenberg:

- ☑ Kurzzeit- und Dauerpflege
- ☑ Wohnen und Betreuung
- ☑ Demenzzentrum  
Mittelhessen
- ☑ Tagespflege



E-Mail: [info@koenigsbergerdiakonie.de](mailto:info@koenigsbergerdiakonie.de)  
[www.koenigsbergerdiakonie.de](http://www.koenigsbergerdiakonie.de)

## Den Lieblingsfilm endlich gut HÖREN

Trotz Hörgerät Film und Fernsehen in Dolby-Digital-Qualität genießen? Geht! Mit TV-Adapter und Hörgeräten, die sich verbinden können, u.a. auch mit Apps sowie Telefon (Festnetz und mobil). Der TV-Adapter von Signia beispielsweise bietet eine intuitive, vollautomatische Bedienung für ein Hörerlebnis auf dem neuesten Stand der Technik.

### Individuelle Einstellungen – gemeinsames Klangerlebnis:

Der Ton des Fernsehers wird direkt ins Hörgerät übertragen. Dabei passt sich der Klang entsprechenden persönlichen Einstellungen optimal an. Darüber hinaus ermöglicht der TV-Adapter das direkte Streaming in mehrere Paare kompatibler Hörgeräte gleichzeitig.

**Einfache Fernbedienung:** Mit einer App kann man das TV-Streaming ganz einfach starten und unterbrechen. Das Programm auf dem Smartphone ermöglicht die diskrete Steuerung der Lautstärke und anderer Einstellungen wie etwa Audio-Streaming und Fernanpassung.

**Kombinierbar mit anderen Technologien:** Während des TV-Streamings kann man auch direkt einen Anruf annehmen. Die Übertragung des Fernsehens wird dann automatisch angehalten.

**Die neueste Hörgerätetechnik gibt's bei Heinemann!**



### Hauptsitz in Wetzlar – Optik & Akustik

35576 Wetzlar | Langgasse 23  
Akustik: 06441 - 45065 | Optik: 06441 - 45064

### Optik-Fachgeschäfte

35619 Braunfels | Wetzlarer Str. 1 | 06442 - 6465  
35781 Weilburg | Langgasse 30 | 06471 - 7157


### Akustik-Fachgeschäfte

35578 Wetzlar  
Hausertorstr. 49 | 06441 - 9828108

35578 Wetzlar am Klinikum  
Forsthaus-Str. 1E | 06441 - 2091682

35586 Hermannstein Gesundheitszentrum  
Loherstraße 1 | 06441 - 3818424

35781 Weilburg im Fachärztehaus  
Am Steinbühl 4b | 06471 - 7157

 Besuchen Sie uns auf unserer Webseite!  
[www.optik-akustik-heinemann.de](http://www.optik-akustik-heinemann.de)

 Werden Sie Fan auf Facebook!  
[www.facebook.com/heinemann.optik.akustik/](http://www.facebook.com/heinemann.optik.akustik/)

 Folgen Sie uns auf Instagram!  
[www.instagram.com/heinemann\\_optik\\_akustik/](http://www.instagram.com/heinemann_optik_akustik/)

