

Fahrsicherheitstraining für Senioren

Ein Erfolg der Mut macht



Verwirrend: Einparken – Ausparken – Slalomparcours. Fast wie im richtigen Straßenverkehr. Umso mehr gilt der Satz: „Übung macht den Meister“ – besonders unter der Anleitung erfahrener Fahrlehrer. (Fotos: Jäger)

Im Mittelpunkt der Aktivitäten des Stadtseniorenrats Nürnberg stand in diesem Sommer 2013 das Fahrsicherheitstraining für Seniorinnen und Senioren sowohl für Kraftfahrzeuglenker als auch für Pedalritter. Durchgeführt wurde es gemeinsam mit der Polizei, unterstützt von Fahrschullehrern einer Nürnberger Fahrschule. Petrus freilich schien das Vorhaben zu einem echten Härte-test aufwerten zu wollen. So sorgte er bei den KFZ-Veranstaltungen entweder für starke Regenschauer und schauerliche Kälte oder zusätzlich zu den Prüfungen für schweißtreibende Hitze. Eine von zwei Fahrradtouren fiel strömendem Regen zum Opfer. Die zweite konnte wenigstens bei Wolken

verhangenem Himmel und leichtem Nieselregen durchgeführt werden.

Man hüte sich vor dem „Toten Winkel“

Von dieser Tour weiß Josefine Schröder, damals Praktikantin im Seniorenamt und jüngste Teilnehmerin an der Tour zu berichten: „Gemeinsam mit kundigen Vertretern der Polizei und durch keine Wetterunbill abzuschreckende Seniorinnen und Senioren sowie Mitgliedern des Stadtseniorenrates schwangen sich zwölf Seniorinnen und Senioren Anfang Juli aufs Radel und erkundeten gemeinsam kritische Gefahrenpunkte für Radfahrerinnen und Radfahrer in Nürnberg.“

Fortsetzung nächste Seite

Treffpunkt war das Seniorenamt am Heilig-Geist-Spital. Mit Helm und Regenjacken ging es zu für Radfahrer neuralgischen Punkten in der Nürnberger Innenstadt. Unterwegs wurde mit den Experten von der Polizei aber auch über Verbesserungsvorschläge der Seniorinnen und Senioren zu Beschilderungen und Fahrbahnmarkierung für Fahrradfahrer lebhaft diskutiert. Die Fahrradtour endete in der Feuerwache 3 am Jakobsplatz mit einer Selbsterfahrung zum Thema „Toter Winkel“. Ein Einsatzfahrzeug der Städtischen Feuerwehr diente als „Lastkraftwagen“. Mit Absperrband wurde die Größe des „Toten Winkels“ an der Seite, vor und hinter dem Fahrzeug veranschaulicht. Alle Teilnehmer staunten nicht schlecht über die Dimension dieses unter Umständen nicht „toten“ sondern tödlichen Winkels.“ Soweit der Bericht.

Sicherheit „erfahren“

Auch auf in der örtlichen Presse große Resonanz stieß das erste Nürnberger Fahrsicherheitstraining für die Generation 65plus. Rund 80 Personen nahmen daran teil. „Mehr als 20 Lenkerinnen und Lenker von PKWs verträgt so eine Einheit nicht“, meint Stadt seniorenratsvorsitzender Ingo Gutgesell. Alle Termine waren natürlich ausgebucht – trotz der Sabotage-Versuche durch Petrus. Ort war der Volksfestplatz Nürnberg. Wo sich sonst Karussells drehen, Fahrgeschäfte aus hoher Geschwindigkeit zur Gaudi der Mitfahrer urplötzlich bremsen oder mutige Volksfestbesucher nur schwer wieder aus einem Irrgarten herausfinden, drehten an vier Samstagvormittagen verantwortungsbewusste Seniorinnen und Senioren unter Beobachtung von Fahrlehrern schnelle Kurvenkreise, wagten sich in ein „Hütchen“-Parkhaus mit engen Parklücken und Ausfahrten, testeten ihre Reaktionsfähigkeit bei Notbremsungen oder stürzten sich in einen



Aufmerksame Zuhörer hatte Polizeihauptkommissar Christian Daßler bei seinen Erläuterungen über Gefahrenpunkte für Radfahrer in der Nürnberger Innenstadt.

Slalomparcours – auch rückwärts –, was selbst den derzeit besten deutschen Skislalomfahrern großen Respekt abgenötigt hätte. Wer wollte – und alle wollten – konnte sich am Schluss noch kostenlosen Seh- und Hörtests durch zwei renommierte Nürnberger Unternehmen unterziehen.

Fortsetzung folgt

Die Bilanz nach diesem Sommer lautet: Fortsetzung folgt im nächsten Jahr. Nicht nur weil die Vormerkungsliste lang und die Begeisterung groß ist. Einen weiteren Grund führt Polizeichef Hermann Guth an: „Zwar sind die Seniorinnen und Senioren nicht häufiger als andere Gruppen von Verkehrsteilnehmern Schuld an Unfällen, doch wenn es mit ihrer Beteiligung kracht, dann trifft es bei den Verletzten und Getöteten meist die älteren Menschen.“ Hinzu kommt jedoch sicherlich auch: Hör- und Sehvermögen lassen in den Jahrzehnten nach. Auch das Reaktionsvermögen gleicht nicht mehr dem eines Zwanzigjährigen. „Gutgesell ermuntert die Seniorinnen und Senioren: „Wer mitmacht zeigt Verantwortung gegenüber seiner Familie, sich selbst und vor allem auch gegenüber anderen Verkehrsteilnehmern.“

Fazit

Die Polizei will die Aktion fortführen. Ein vor Ort von Herrn Jäger gedrehtes Video zur Aktion soll in gekürzter Form auf der Delegiertenversammlung und auf der inviva 2014 gezeigt werden. Außerdem wird einstimmig beschlossen, zwölf DVDs an die Hauptbeteiligten zu verteilen, wobei die Erstellungskosten von rund 120 € voraussichtlich aus dem Etat des StSRs bestritten werden. Das Video ist auch auf der Geschäftsstelle des StSRs ausleihbar: Hans-Sachs-Platz 2, 90403 Nürnberg, Tel. 0911 231-6629, E-Mail: stadtseniorenrat@stadt.nuernberg.de. Aus gegebenem Anlass weisen wir darauf hin, dass das Copyright ausschließlich beim Stadt seniorenrat liegt.

Morgensonne im Winter

Auf den eisbedeckten Scheiben
Fängt im Morgensonnenlichte
Blum und Scholle an zu treiben...

Löst in diamantnen Tränen
Ihren Frost und ihre Dichte,
Rinnt herab in Perlensträhnen...

Herz, o Herz, nach langem Wähnen
Lasst auch deines Glücks Geschichte
Diamantne Tränen schreiben!
Christian Morgenstern

Wir haben wieder viel erreicht



Im Großen Sitzungssaal des Nürnberger Rathauses fand die zweite Delegiertenversammlung des Stadt seniorenrats im Jahr 2013 statt. (Foto: Stadt seniorenrat)

Stolz und Genugtuung schwang in der Stimme des Vorsitzenden den Stadt seniorenrats Nürnberg Ingo Gutgesell nach Abschluss der dreieinhalbstündigen Beratungen und Berichte der Delegiertenversammlung am 7. November 2013 im Rathaussaal mit: „Wir haben wieder viel erreicht.“ Seinen Dank und seine Anerkennung für die geleistete Arbeit sprach er allen Delegierten aus, die zu dieser erfreulichen Bilanz des vergangenen halben Jahres beigetragen haben.

Bunte Palette

Die Palette des Rückblicks durch den Vorsitzenden und der Vorstandsmitglieder zu Beginn der Ver-

sammlung war recht bunt: Fahrsicherheitstraining, Werkstattgespräche zur demographischen Entwicklung, Landesdelegiertenversammlung, Genesis-Abschlussveranstaltung, Jahresabstimmung mit den Seniorennetzwerken in der Frankenmetropole, Zusammenarbeit mit dem Integrationsrat, Vorschau auf die inviva 2014, Gespräch mit der VAG, Weiterbildungsprogramm zum Seniorentainer, Vorbereitung auf das Jubiläumsjahr 2015.

Dies zeigte sich auch bei den Berichten aus den einzelnen Arbeitskreisen. Gerade hier wurde jedoch auch deutlich, welche harte Kernerarbeit hinter den Bemühungen zur Verbesserung der Lebenssituation der Seniorinnen und Senioren steht. „Von nichts kommt nichts“, heißt es wohl dazu in einer alten Volksweisheit.

Wer schon einmal an einer Satzung oder deren Veränderung mitgearbeitet hat, weiß, dass dies zu den anstrengendsten (und undankbarsten) Geschäften eines ehrenamtlich tätigen Gremiums gehört (und nicht nur dort). Zu den Beratungen dieser Versammlung gehörte auch dieser Part. Die vorgeschlagene Fassung hat nach Prüfung und Korrektur durch das Seniorenamt und Rechtsamt auch diese Hürde im Stadt seniorenrat genommen. Doch der Weg ist noch weit bis zu deren Inkrafttreten zu Beginn der neuen Amtsperiode des Stadt seniorenrats im Jahr 2015.

In memoriam Josef Dill

Am 10. November 2013 verstarb unser Stadt seniorenratskollege Josef Dill. Der Stadt seniorenrat verliert mit dem Verstorbenen einen anerkannten und allseits beliebten Kollegen. Josef Dill war seit 2007 in verschiedenen Funktionen Mitglied des Stadt seniorenrats. Unter anderem leitete er den Arbeitskreis Sicherheit, dessen Sprecher er auch war. In den beiden letzten Jahren begleitete er das Ehrenamt des stellvertretenden Vorstandsvorsitzenden.

Josef Dill war ein Kollege, der seine Aufgabe im Interesse der Seniorinnen und Senioren in Nürnberg mit Überzeugung und großem persönlichen Einsatz wahrgenommen hat. Dabei war ihm nichts zu viel. Überall, wo er gebraucht wurde, übernahm er Aufgaben und Verantwortung. So auch bei der SIN – der Senioreninitiative Nürnberg –, der er ebenfalls seit sechs Jahren angehörte und bei der er die Aufgabe als Kassier übernommen hatte. Der Verstorbene vertrat den Stadt seniorenrat



Nürnberg darüber hinaus in verschiedenen überörtlichen Gremien, wobei er sich insbesondere stark für die Probleme im Pflegebereich einsetzte. Der Stadt seniorenrat ist ihm deshalb – auch im Namen unserer älteren Mitbürger in Nürnberg – sehr zu Dank verpflichtet. Der Stadt seniorenrat der Stadt Nürnberg wird Josef Dill stets ehrend gedenken.
Ingo Gutgesell.

Der Arbeitskreis Öffentlichkeitsarbeit stellt sich vor

„Wenn ich mir so die Rechenschaftsberichte der Kolleginnen und Kollegen aus den anderen Arbeitskreisen anschau, schäme ich mich eigentlich zunächst ein wenig. Ich frage mich als Sprecher des Arbeitskreises Öffentlichkeitsarbeit: „Was haben eigentlich wir, die Mitglieder Öffentlichkeitsausschusses, schon getan?“

Gut lautet mein erster Rechtfertigungsversuch: Wir haben das Info-Blatt umgestellt: Von gelb-weiß auf schwarz-weiß und von schwarz-weißen auf farbige Fotos. Vielleicht ist es auch redaktionell etwas zeitgemäßer geworden – eine Bemerkung ohne Kränkungsabsicht an die Vorgängerredaktionen. Aber auch wir werden uns eines nicht allzu fernen Tages die Kritik des Unzeitgemäßen gefallen lassen müssen.

Gut, unser Internetauftritt ist interessanter geworden. Aussehen (Layout) und Inhalte entsprechen heutigen Lesererwartungen. Dank an dieser Stelle an Karin Behrens, Geschäftsführerin des Stadtseniorenrats und Wilfried Jäger, Mitglied des AK-Öf., wie wir uns ein wenig despektierlich nennen.

Besser: Wir helfen bei der redaktionellen und augenfreundlichen Umsetzung von Handzetteln – heute Flyer genannt - oder leisten bei Veranstaltungen des Stadtseniorenrats vor Ort Hilfestellung bei der Betreuung von Journalisten.

Als mit Fug und Recht erfolgreiche Beiträge der Öffentlichkeitsarbeit dürfen die Beteiligung des Stadtseniorenrats an der jährlich stattfindenden Seniorenmesse inviva und heuer erstmals an der Altenpflegemesse angesehen werden. Belassen wir es bei dieser Aufstellung.

Kritisch betrachtet

Doch wir sind noch viel zu wenig in der Presse! (stimmt) - Wir sind noch viel zu wenig in den Vorstadt-/Werbeblättern (stimmt) – Und ...und...und. Doch das kann eine ehrenamtlich tätige Person alleine kaum leisten – auch nicht ein Arbeitskreis, der aus Personen besteht, die noch viele andere ehrenamtliche Aufgaben mit großer Hingabe auf sich nehmen. Wir freuen uns also auf jeden neu hinzukommenden willigen Texter mit Redaktionskontakten!

Visionen?

Sie zu verkünden, ehe sie eintreten, war in nicht allzu fernen Jahrhunderten mit dem Gang auf den Scheiterhaufen verbunden. Ich fürchte, daran hat sich nicht allzu viel geändert. Dennoch zeige ich einige auf. In der Hoffnung, den Mitgliedern des



Der Arbeitskreis Öffentlichkeitsarbeit des Stadtseniorenrats trifft sich monatlich einmal im Seniorenamt. Auf dem Foto freuen sich nach einer Sitzung über die geleistete Arbeit (v. l. untere Reihe) AK-Sprecher Jürgen Wilhelmi, Christa Schiller und Marga Fritzsche (stehend v.l.) Johannes Pietruszka, Wolfgang Busch, stv. AK-Sprecher Christian Marguliés, Liane Glearson, Karin Brunner, Wilfried Jäger und Hedi Scheffbuch. Einige weitere Mitglieder fehlen auf dem Foto. (Foto: Stadtseniorenrat)

Stadtseniorenrats und mir nicht die Finger zu verbrennen, nenne ich: Die weitere Verbesserung des Info-Blatts, sowie den kontinuierlichen Ausbau des Internetauftritts oder das Bemühen, den Anschluss an die sozialen Medien nicht zu verlieren aber auch die Kompetenzbündelung im AK Öffentlichkeitsarbeit.

Ziele?

Aus heutiger Sicht könnten die Ziele lauten, die aber weit über die Arbeitsperiode des jetzigen Stadtseniorenrats hinausreichen: Sensibilisierung der Seniorinnen und Senioren für die sozialen Medien (Facebook, Twitter, etc.) und weitere Steigerung des Bekanntheitsgrades des StSRs in der Öffentlichkeitsarbeit.

Was die Kommunikationszukunft wirklich bringt, kann wohl noch niemand vorhersagen. Daher benötigt der Stadtseniorenrat in Zukunft redaktionelle und technische Praktiker, die den kommenden Aufgaben gewachsen sind.

Schlussbemerkung

All dies geschieht und kann nur geschehen in der Zusammenarbeit mit den anderen Arbeitskreisen, dem gesamten Stadtseniorenrat, dem Vorstand... Wer glaubt, Öffentlichkeitsarbeit, welche die Pressearbeit einschließt, sei Selbstzweck, könne gar isoliert für sich oder ausschließlich personenbezogen geschehen, der irrt. Irren ist zwar nach einem lateinischen Sprichwort menschlich, in seiner Konsequenz jedoch langfristig fatal.

(Sprecher des AK Öffentlichkeitsarbeit
Jürgen Wilhelmi)

„inviva 2014 – Mitten im Leben“



Auch im Jahr 2014 wird der Stadt seniorenrat mit seinem Stand auf der inviva am 14. Und 15. März nicht fehlen.
(Foto: Margulíés)

Viele Seniorinnen und Senioren können sie kaum erwarten, die nächste inviva im Jahr 2014. Und sie wirft jetzt bereits ihre Schatten voraus. Geöffnet ist am Freitag, 14. März 2014 von 10 bis 18 Uhr und am Samstag, 15. März 2014 von 10 bis 17 Uhr.

Ort ist wie nun bereits seit sechs Jahren die Halle 9 im Messezentrum Nürnberg in Langwasser, Eingang Mitte. Die Tageskarte kostet 4,50 € und gilt auch für die Werkstätten-Messe.

Und natürlich ist auch der Stadt seniorenrat wieder dabei. Nicht fehlen darf an seinem Stand auf dem Marktplatz im Jahr 2014 natürlich das allseits beliebte NürnbergQuiz. Natürlich wird eine Jury des Stadt seniorenrats auch wieder nach den besten seniorengerecht gestalteten Ständen Ausschau halten und sie mit dem Goldenen Seniorensiegel auszeichnen. Und natürlich informieren Stadt seniorenräte über ihre Arbeit, über Geleistetes und noch zu Leistendes.

Ebenso wird das vom Stadt seniorenrat in Zusammenarbeit mit der Polizei durchgeführte Fahrsicherheitstraining für Seniorinnen und Senioren ein großes Thema sein.

Eine Sonderschau gleich gegenüber dem Markt-

platz wird sich unter dem Motto „In Andacht gedenken – mit Bedacht lenken“ mit der Grabgestaltung auf Nürnberger Friedhöfen beschäftigen. In Zusammenarbeit mit dem Bestattungsamt Nürnberg stellt der Stadt seniorenrat den Einsatz des E-Mobil-Taxis auf den beiden großen Nürnberger Friedhöfen vor. Interessierte Besucher erhalten Tipps, was bei einer Grablege alles zu beachten ist und vieles mehr.

Vielfältiges Programm

Und auch das inviva-Programm verspricht viel Unterhaltung und noch mehr Informationen. Das Fachangebot reicht von Gesundheit und Wellness über Reise und Freizeit, Recht und Finanzen, Wohnen und Leben bis hin zu Medien, Technik und Mobilität. Die Planungen sind zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses für dieses Info-Blatt natürlich noch längst nicht abgeschlossen.

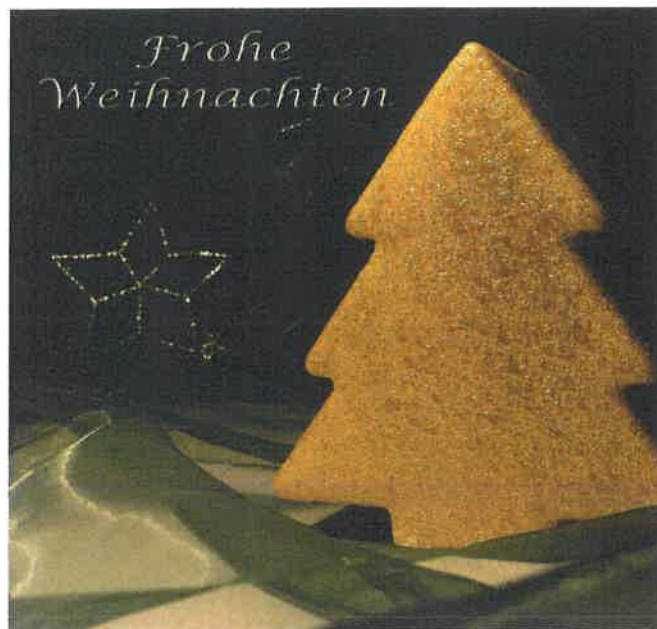
Der Stadt seniorenrat wird Sie auf seiner Internetseite www.stadt seniorenrat-nuernberg.de und die NürnbergMesse unter www.inviva.de auf dem Laufenden halten. Auch die örtlichen Medien werden sich bestimmt wieder zu gegebener Zeit dieses bevorstehenden Ereignisses annehmen.

SEPA steht vor der Tür

Kontonummern und Bankleitzahlen ade! Ab dem 1. Februar 2014 gelten in ganz Europa einheitliche Überweisungen, Lastschriften und Kartenzahlung. Diese Normierung heißt SEPA. Das Kürzel steht für Single Euro Payment Area, zu Deutsch einheitlicher Euro-Zahlungsverkehrsraum. Das SEPA-System löst unsere nur in Deutschland geltenden Kontonummern und Bankleitzahlen ab. Die neuen Kontonummern sind 22-stellig. Ihre Ziffernkombinationen setzen sich zusammen aus der Ziffernkombination IBAN (International Bank Account Number) und der neuen europaweit einheitlichen Bankleitzahl (Bank Identification Code). Soweit die für viele von uns als „schlecht“ empfundene Nachricht. Die guten Nachrichten lauten:

1. Bankkunden müssen in der Regel für ihre Einzugsermächtigungen oder Lastschriftverfahren nichts unternehmen. Die Umstellung erfolgt automatisch.
2. Eine Pressemitteilung der Deutschen Rentenversicherung vom 17. Juli 2013 ist zu entnehmen, dass alle Überweisungen von Renten in den einheitlichen Euro-Zahlungsverkehrsraum mittlerweile auf das neue SEPA-Format umgestellt worden sind.
3. Auch die N-Ergie versichert in einer Pressemitteilung vom 10. Oktober 2013, dass ihre Kunden, die bisher am Einzugs-/Lastschriftverfahren teilgenommen haben, nichts unternehmen müssen. Die N-Ergie stellt die Kundenkonten automatisch um und informiert ihre Kunden darüber über den Kontoauszug. Kunden mit einem Dauerauftrag werden von ihrer Bank auf SEPA umgestellt.
4. Die Umstellung auf SEPA erfolgt auf die sanfte Tour. Otto-Normalverbraucher wird eine Schonfrist bis zum 1. Februar 2016 eingeräumt. Bis dahin können im nationalen Zahlungsverkehr auch weiterhin die alten Nummern verwendet werden.
5. So schrecklich neu ist das neue System gar nicht. Ein Großteil von IBAN ist nämlich ein alter Bekannter. IBAN besteht nämlich aus der alten Kontonummer und der Bankleitzahl, hinzugefügt werden gegebenenfalls ein paar Nullen. Wirklich neu sind lediglich die zweistellige Prüfnummer und ein Ländercode. DE steht für Deutschland. Noch Fragen? Ihr Kreditinstitut hilft Ihnen bestimmt gerne weiter. Nur trauen müssen Sie sich!

Weihnachtsgrüße



Liebe Leserinnen und Leser,

Weihnachten ist ein magisches Wort – verbunden mit so unendlich vielen Erinnerungen: Kindheit – Krieg vielleicht noch – Zusammensein der Familie – erste Weihnacht ohne Kinder – erste Weihnacht ganz allein.

Weihnachten ist ein magisches Wort – verbunden mit Hoffnungen auf eine bessere Zukunft – oder der banger Frage, wie es weitergeht nach der Heiligen Nacht – gesundheitlich – finanziell – mit der Familie – den Freunden.

Weihnachten ist ein magisches Wort – für Erwachsene sicher anders als für Kinder. Sie lassen sich noch einfangen von Sternengeschichten und Mandelduft. Ihre Augen leuchten noch um die Wette mit den Kerzen am Weihnachtsbaum. Sie lassen sich noch einfangen vom Traum an das Christkind und der Hoffnung es doch noch mit einem Blick zu erhaschen.

Weihnachten ist ein magisches Wort – es ist das Warten auf eine Wende zum Positiven, das Hoffen auf eine neue Zeit.

Weihnachten ist ein magisches Wort – für Ruhe und Besinnung in einer unruhigen, hektischen und scheinbar zeitverlorenen Zeit.

Im Namen des gesamten Stadtseniorenrats wünsche ich Ihnen, dass es Ihnen gelingen möge, das Hoffen, das Warten, das Träumen, die Ruhe und Besinnung zu finden.

Ihr Ingo Gutgesell

Vorsitzender des Stadtseniorenrats Nürnberg

Stillstand ist Rückschritt

Info-Blatt: Der Stadtseniorenrat hat sich zu Beginn seiner Amtsperiode vor zwei Jahren hohe Ziele gesetzt. Nun ist „Halbzeit“. Wie lautet in der Rückschau Ihre Bilanz?

Gutgesell: Aus meiner Sicht kann der Stadtseniorenrat Nürnberg eine sehr positive Bilanz ziehen. Wir haben eine Anzahl wichtiger Projekte durchgeführt. Dies war auch mit einer guten Öffentlichkeitsarbeit für den Stadtseniorenrat verbunden. Viele unserer Mitglieder haben sich dabei stark engagiert und ihr Mandat mit Überzeugung wahrgenommen. Dafür allen ein herzliches Dankeschön. Leider kann ich das jedoch nicht von allen Mitgliedern sagen. Von einigen hätte ich mir gewünscht, dass sie sich persönlich etwas mehr einbringen.

Info-Blatt: Welche der Aktivitäten des Stadtseniorenrats waren besonders erfolgreich?

Gutgesell: Neben unserer jährlichen Beteiligung an der Seniorenmesse „inviva“ und der damit verbundenen Verleihung des Goldenen Seniorensiegels war dies insbesondere das Computerspiel „Genesis“ für ältere Menschen. Dieses Computerspiel wurde in Gemeinschaftsarbeit mit der Georg-Ohm-Hochschule entwickelt, von uns erprobt und letztendlich in einigen Alten- und Pflegeheimen eingeführt. Zu den Erfolgen gehört jedoch ebenso die Demenz-Veranstaltung am 17. Oktober 2012 im Südpunkt mit zirka 200 Gästen, in der Frau Professor Dr. Sabine Engel einen für Familienangehörige von Demenzkranken sehr einfühlsamen und verständnisvollen Vortrag hielt. „Stillstand ist Rückschritt“. Acht Mitglieder des Stadtseniorenrats standen nicht still und nahmen mit großer Begeisterung an einer insgesamt neuntägigen Fortbildungsveranstaltung auf Burg Feuerstein in der fränkischen Schweiz teil. Das von Erfahrungswissen für Initiativen Bayern, kurz „EFI“ genannt, durchgeführte Seminar steht allen Stadtseniorenratsmitgliedern offen und soll auch im Jahr 2014 fortgeführt werden. Unsere Geschäftsstelle unterrichtet alle Interessenten gerne. Eulen nach Athen tragen hieße an dieser Stelle auf das Fahrtraining für Seniorinnen und Senioren hinzuweisen, das in der örtlichen Presse auf starke Resonanz stieß. Näheres dazu finden Sie dazu in dieser Info-Ausgabe.

Info-Blatt: Kamen im Laufe dieser ersten beiden Jahre neue Aspekte für die Arbeit des Stadtseniorenrats hinzu?

Gutgesell: Der Stadtseniorenrat Nürnberg existiert nun seit 18 Jahren. Festgestellt haben wir, dass das



Ingo Gutgesell, Vorsitzender des Stadtseniorenrats der Stadt Nürnberg (Foto: StSR)

Verfahren zur Wahl der Stadtseniorenräte und auch die damals durch den Stadtrat beschlossene Satzung in einigen Punkten nicht mehr ganz den aktuellen Belangen entsprechen. Wir haben ein zeitgemäßes Wahlverfahren und eine neue Satzung erarbeitet. Diese werden Ende des Jahres dem Stadtrat zur Entscheidung und Beschlussfassung vorgelegt.

Info-Blatt: Worin blieben Sie bei den Zielvorstellungen hinter Ihren Erwartungen zurück?

Gutgesell: Da es zwischenzeitlich in Nürnberg auch viele Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund gibt, die aufgrund ihrer Familienverhältnisse auf sich allein gestellt sind, haben wir auf einer Veranstaltung mit dem Integrationsrat eine entsprechende Zusammenarbeit vorgeschlagen und beschlossen. Leider haben sich die guten Ansätze nicht so positiv entwickelt, wie wir uns das vorgestellt haben. Möglicherweise liegt es an der Vielfalt der ethnischen Gruppen mit unterschiedlichen Interessenlagen.

Info-Blatt: Welche Ziele hat sich der Stadtseniorenrat für die zweite Hälfte seiner Amtsperiode gesetzt?

Gutgesell: Als Schwerpunkte für die nächste Zeit nenne ich entsprechende Möglichkeiten für eine Wohnraumberatung für Seniorinnen und Senioren aufzuzeigen und entsprechende Möglichkeiten zu erarbeiten. Dazu gehört auch der Einsatz für eine Verbesserung der Situation der Pflegekräfte in den Pflegeheimen. Wir werden alles tun, um über die zuständigen Gremien und die politische Schiene dies zu erreichen.

Info-Blatt: Herr Gutgesell, wir danken Ihnen für das Gespräch.

(Die Fragen stellte Jürgen Wilhelmi)

Notfall Schlaganfall

Es passiert häufig ganz unvorhersehbar. Plötzlich wird einem schlecht, rasende Kopfschmerzen setzen ein, Sehstörungen kommen hinzu, die Motorik versagt, die Orientierung geht verloren, Glieder und Gesichtsmuskeln sind gelähmt.

Ein Schlaganfall kann jeden von uns treffen, auch den jungen und scheinbar kerngesunden Menschen. Doch bei älteren Menschen rangiert er noch vor dem Herzinfarkt. Laut der Stiftung „Deutsche Schlaganfall Hilfe“ sind jährlich rund 270.000 Menschen von einem Schlaganfall betroffen. Diese Erkrankung sei damit die dritthäufigste Todesursache. Und: „Der Schlaganfall“ ist der häufigste Grund für Behinderungen im Erwachsenenalter.“ 30 Prozent der Schlaganfall-Betroffenen versterben innerhalb eines Jahres nach dem Schlaganfall. Ein großer Teil der Überlebenden muss sich lebenslang mit Behinderungen arrangieren. Für 15 Prozent kommt nur noch ein Leben im Pflegeheim in Betracht.“

Jeder Schlaganfall ist ein Notfall

Jeder Schlaganfall ist also ein Notfall. Versuche, sich erst mit dem Enkel oder der Nachbarin zu besprechen gehören zu schlechtesten Möglichkeiten einer Hilfe für den von einem Schlaganfall Betroffenen. Da zählt bei einem Verdachtsfall allein der Notruf 112 und zwar sofort! Jede Minute zählt! Doch wer kennt schon die Symptome und hat sie dann auch noch in seiner Aufregung parat.

Impressum

Kritik und Leserzuschriften bitte an die Geschäftsstelle des StSR, Hans-Sachs-Platz 2, 90403 Nürnberg,

Telefon 0911/231 66 29

E-Mail: stadtseniorenrat@stadt.nuernberg.de

Internet: www.stadtseniorenrat.nuernberg.de

Redaktion: Jürgen Wilhelmi

Layout und Satz: Peter Panke

Druckerei Scheffel + Verlag GmbH, 90530 Wendelstein

Verantwortlich i.S.d.P: Ingo Gutgesell, Vorsitzender des Stadtseniorenrates

Persönlich gezeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Garantie übernommen.

Schnelle Schlaganfall-Diagnose FAST

F wie Face – Gesicht: Bitten Sie den betroffenen Menschen zu lächeln.

Merkmal: Das Gesicht wird bei Lähmung einseitig verzogen.

A wie Arms – Arme: Bitten Sie den betroffenen Menschen, seine Arme nach vorne zu heben, die Handflächen nach oben.

Merkmal: Bei einer Lähmung können die Arme nicht gehoben werden. Sie sinken oder drehen sich.

S wie Speech – Sprache: Bitten Sie den betroffenen Menschen, einen einfachen Satz nachzusprechen.

Merkmal: Ist die Sprache verwaschen, handelt es sich um eine Lähmung.

T wie Time – Zeit: Sofort Rettungsmaßnahmen einleiten: Der Notruf tut Not: 112.

In den USA wurde dazu ein einfacher Test zur Erkennung eines Schlaganfalls entwickelt: F-A-S-T. FAST steht für Face, Arms, Speech und Time. Sie finden den Test im beigefügten Kasten dargestellt. Aber bitte: Laien-Diagnosen ersetzen nicht den Arzt!

(Quellen: Stiftung Deutsche Schlaganfall Hilfe, Deutsches Schlaganfall Forum e.V.)

Treffpunkt Theater 50plus

Mittwoch, 27. November 2013, 14.30 Uhr: Erich Berger-Thissen, Bühnenmeister des Opernhauses, Staatstheater Nürnberg

Mittwoch, 22. Januar 2014, 14.30 Uhr: Gustav Röder, Kulturredakteur in Unruhe, früher Nürnberger Zeitung

Mittwoch, 26. Februar 2014, 14.30 Uhr: Manuel Kastl, Konzertmeister, Staatsphilharmonie Nürnberg

Die Treffen finden jeden vierten Mittwoch im Monat (außer August) im Restaurant Tinto im DB Museum, Lessingstr. 6, Nürnberg statt. Der Eintritt ist frei. Kontakt unter der Rufnummer des Stadtseniorenrats Nürnberg, Telefon 231-6502.

Beim „Treffpunkt Theater 50plus“, einer Initiative des Stadtseniorenrates Nürnberg, treffen sich am Theater Interessierte zu Gesprächen mit Künstlern, Lesungen und Diskussionen mit Kritikern. Gemeinsame Theaterbesuche sowie Exkursionen zu verschiedenen Bühnen in Nürnberg und Umgebung runden das Programm ab.