

ÄLTER WERDEN IN BUBENREUTH

Informationen für Seniorinnen und Senioren

Ein neues Jahr: Vorsätze, Wünsche, Möglichkeiten

Manches muss man nehmen, wie es kommt. Und das gilt nicht nur im Alter!

Aber in vielen Bereichen können wir in allen Lebenslagen und Altersstufen auch aktiv dazu beitragen, dass sich unser Leben, unser Umgang mit unserer Umwelt und der Alltag hier in Bubenreuth im Sinne eines lebenswerten, friedlichen, respektvollen und hilfsbereiten Miteinander weiterentwickelt – oder verändert.

In der Gemeinschaft zu lachen, zu arbeiten und zu feiern tut gut – besonders auch im Alter. Und wenn man dabei auch noch jemandem helfen kann, tut es doppelt gut.

Das haben Sie bestimmt schon oft erlebt! Falls doch noch nicht, dann probieren Sie es doch ganz einfach einmal aus.

In Bubenreuth kann man sich in jedem Lebensalter auf ganz vielfältige Art und Weise aktiv in das Dorfleben einbringen, besonders auch als Seniorin oder Senior.

Denken Sie schon allein an die Angebote der Bubenreuther **Ver-eine und Verbände**.

Sie könnten in vielen Organisationen mitmachen, sei es in den Bereichen **Sport (SVB) oder Musik (Chor, Orchester, Posaunen-**

chor), bei den Arbeitsgruppen zur **Dorfentwicklung** oder zur **Energiewende**. Oder beim Verein **Bubenreutheum**, dessen Mitglieder z.B. auch ehrenamtlich die Aufsichten in der kleinen, aber sehr feinen Ausstellung in unserem Rathaus übernehmen. Sie ist unbedingt einen Besuch (jeden Sonntag von 14.00 bis 17.00 Uhr) wert. Auch die des **Heimatvereins** im Madamehaus am Betzenweg 2, jeden ersten Sonntag im Monat von 14.00 bis 15.00 Uhr.

Sie können auch als **Lese- und Lernpatin in der Bubenreuther Grundschule** mitarbeiten, z.B. im Rahmen des Projekts **BuSSiG (Bubenreuther Seniorinnen und Senioren in der Grundschule)**. Die Schülerinnen und Schüler freuen sich darauf, dass durch Sie zusätzliche Angebote, Hilfestellungen und Impulse in die Schule kommen.

Auch bei der Nachbarschaftshilfe „**KONTAKT**“ oder bei „**Tauschen&Helfen**“ sind Ihre Fähigkeiten und Talente immer gefragt und gut aufgehoben. Rufen Sie doch einfach einmal dort an. Völlig unverbindlich.

Schauen Sie auch einmal beim **Seniorenclub** vorbei, der sich jeden dritten Mittwoch im Monat trifft. Vorerst weiterhin im Gemeindezentrum der evangelischen LukasGemeinde, da das katholische Pfarrzentrum ja umgebaut wird. Den Seniorenclub gibt es jetzt

seit vierzig Jahren und er freut sich darauf, wenn er – auch durch Ihr Mittun – noch weitere vierzig Jahre mit seinen vielfältigen Angeboten das Leben der älteren Generation bereichern darf. Probieren Sie ihn doch einmal aus, quasi in einer „Schnupperstunde“. Das nächste Treffen ist am 22. Januar 2020 um 14.30 Uhr. Mit einem eminent wichtigen Thema auch für Sie persönlich – der Zukunft unseres Dorfes!

Auch unsere beiden **Kirchengemeinden** bieten eine große Vielfalt an Veranstaltungen und Mitmachaktionen an, vom gemeinsamen Gebet über Vorträge und Seminare bis hin zum Tanzen und Singen.

Das Mitteilungsblatt und die von der **LukasGemeinde** und der **Kirchengemeinde Maria Heimsuchung** herausgegebene „**Brücke**“ berichten regelmäßig über die Aktionen und laden alle Bubenreutherinnen und Bubenreuther zu den Veranstaltungen ein. Dort finden Sie auch alle Termine, Telefonnummern und inhaltlichen Hinweise.

Auch auf der **politischen Ebene** sind alle aufgerufen und eingeladen, bei der zukünftigen Gestaltung des Dorflebens und der Dorfentwicklung mitzudenken, kritisch nachzufragen, Anstöße zu geben und mitzuarbeiten. Dazu gibt es auch in Bubenreuth eine Vielzahl an Möglichkeiten:

ÄLTER WERDEN IN BUBENREUTH

Informationen für Seniorinnen und Senioren

Sie können z.B. Mitglied bei einer der **Parteien** werden oder deren Veranstaltungen besuchen. Die Themen, die dort besprochen werden, sind auch Ihre Themen, weil sie oft lokalpolitisch geprägt, d.h. zum Großteil auf Bubenreuth bezogen sind. Besonders jetzt vor den anstehenden Kommunalwahlen im März 2020.

Unterschätzen Sie nicht Ihre Einflussmöglichkeiten im Vorfeld von Entscheidungen im Gemeinderat! Natürlich bietet sich auch eine Teilnahme an den öffentlichen **Sitzungen des Gemeinderats** und seiner Ausschüsse an. Wie Sie wissen, können Sie zu Beginn jeder Sitzung Fragen stellen. Das können Sie auch auf den **Bürgerversammlungen** und bei den **Bürgerforen**.

Bubenreuth ist nicht nur Ihr Wohnort, sondern es ist für sehr viele das, was man Heimat nennt. Sie haben bestimmt Freude daran, wenn Sie spüren, dass Sie durch Ihr Mittun ein klein wenig dazu beitragen können, dass es sich eine Richtung entwickelt, die Sie für sich, Ihre Kinder und die Dorfgemeinschaft als erstrebenswert erachten. Sie können sie mitgestalten und zukünftige Entwicklungen mit auf den Weg bringen.

Wir möchten Sie deshalb sehr herzlich dazu einladen, sich am **Bubenreuther Zukunftsgespräch für Seniorinnen und Senioren** zu beteiligen, zu dem unser Bürgermeister, Herr Nor-

bert Stumpf, am **22. Januar 2020 um 14.30 Uhr** alle älteren Bürgerinnen und Bürger Bubenreuths in den Gemeindesaal der LukasGemeinde einlädt. Dort können Sie dem Bürgermeister, der Verwaltung und den anwesenden Gemeinderätinnen und Gemeinderäten und uns Seniorenbeauftragten Ihre persönlichen Anliegen, Anfragen, Vorschläge und Wünsche für das Leben in Bubenreuth vortragen.

Selbstverständlich stehen Ihnen die Genannten auch sonst jederzeit nach Absprache Rede und Antwort, wenn Sie sich persönlich an sie wenden möchten.

Wir **Seniorenbeauftragten** haben jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat Sprechstunde im Rathaus. Gerne können Sie uns aber auch immer im Dorf ansprechen oder eine E-Mail schreiben (senioren@bubenreuth.de).

Wir möchten Sie aber nicht nur einladen, Fragen und Probleme vorzutragen, sondern Sie dazu aufrufen, Themen für die Seniorenseiten des Mitteilungsblattes vorzuschlagen und/oder eigene Beiträge zu schreiben! Denken Sie z.B. an den sehr interessanten Artikel von Roland Grebner, der über seine Arbeit als „Senior expert“ mit Kindern in Namibia informierte. Wir fänden es großartig, wenn mehr Bubenreuther*innen über ihre derartigen Tätigkeiten berichten möchten – und wir sind uns sicher, nicht nur wir!

Es hat uns sehr gefreut, dass wir dazu beitragen konnten, dass es in Bubenreuth auch 2019 einige kleine Veränderungen gab, die das Älterwerden in unserem Dorf ein bisschen erleichtern. Im Mitteilungsblatt für Dezember 2019 haben wir darüber ausführlich berichtet. In den letzten Wochen haben wir zusätzlich versucht, alle Gehwege in Bubenreuth dahingehend zu überprüfen, inwieweit sie für Senior*innen, mit oder ohne Gehbehinderung oder Rollator, für Rollstuhlfahrer*innen und Menschen mit Kinderwagen möglichst barrierefrei zu benutzen sind. Wir werden uns in Zusammenarbeit mit der Verwaltung darum kümmern, dass Schritt für Schritt die festgestellten Gefahrenstellen beseitigt und überall bei der Straßenquerung eine Absenkung der Gehwege vorhanden ist.

Eines der drängenden Probleme bleibt für die kommenden Jahre der Bereich „Leben und Wohnen im Alter“. Dabei geht es nicht nur um den altersgerechten Wohnungsbau und Barrierefreiheit, sondern vor allem um den Bau eines Seniorenwohnprojekts in Bubenreuth. Viele von Ihnen haben sich an der Umfrage zum „Leben und Wohnen im Alter“ beteiligt. Die Ergebnisse wurden im Mitteilungsblatt veröffentlicht und sind auch weiterhin auf der Homepage der Gemeinde www.bubenreuth.de nachzulesen. Der Gemeinderat wird auch in den nächsten Jahren mit der Umsetzung dieses für Bubenreuth wichtigen Projekts be-

ÄLTER WERDEN IN BUBENREUTH

Informationen für Seniorinnen und Senioren

fasst sein. Ein Thema, das nicht nur für uns Seniorinnen und Senioren, sondern für alle Bubenreutherinnen und Bubenreuther von größter Bedeutung ist.

Gehören Sie zu den Menschen, die sich an Silvester für das neue Jahr gute Vorsätze machen? Haben Sie welche gefasst?

Wie auch immer, einen Wunsch haben wir alle, nämlich möglichst

lange gesund zu bleiben. Gesundheit ist ein Geschenk. Aber es gibt auch Sachen und Aktivitäten, die wir weitgehend selbst in der Hand haben, beeinflussen und steuern können, um unsere Gesundheit zu schützen und zu unterstützen, z.B. durch regelmäßige Bewegung, gesundes Essen und Trinken („Die Dosis macht das Gift“), vor allem auch durch gemeinsame Aktivitäten im Kreis der Familie, der Freundinnen und

Freunde, im Verein, der Kirchengemeinde oder im Chor. Probieren Sie es aus. Machen Sie mit!

Wir wünschen Ihnen viel Lachen und Gesundheit, nicht nur jetzt im Januar, sondern für das ganze Jahr 2020.

Ihre Seniorenbeauftragten

Manfred Winkelmann
Hans-Jürgen Leyh

Silberfilm: Kinofreude in jedem Alter

Am Mittwoch, 29. Januar 2020, startet das Projekt „Silberfilm in ERH“ in der Fortuna Kulturfabrik in Höchststadt mit dem Revueklassiker „Die Frau meiner Träume“ mit Marika Röck, Wolfgang Lukschy, Grethe Weiser u.v.a. mehr.

Eintritt: 5 € inkl. ein Freigetränk
Beginn: 15:00 Uhr

Bei Voranmeldung von Gruppen (vgl. Einladung des Landratsamtes unten): Begleitungen von Menschen mit Assistenzbedarf erhalten freien Eintritt. Zugang

und Zufahrt der Fortuna Kulturfabrik sind barrierefrei.

„Kino ist die Brücke zwischen Generationen“, weiß Sozialpädagogin und Silberfilm-Initiatorin Sabine Distler. Silberfilm lädt Jung und Alt, Senioren und Angehörige ein, sich zusammen Filme anzuschauen. Das Erlebnis soll das Verhältnis zwischen den Generationen stärken und Barrieren abbauen, neue Kontakte ermöglichen und Einsamkeit vorbeugen.

Das Kulturprojekt gibt es bereits in München, Hollfeld, Nürnberg und dem Nürnberger Land. Geplantes Filmprogramm in ERH: Der Revuefilm „Die Frau meiner Träume“, die Komödien „Unterwegs mit Jaqueline“ und „Drei Mann in einem Boot“ und der Naturfilm „Serengeti darf nicht sterben“.

The poster features a circular logo on the left with the text 'KINOLEBNISSE FÜR MENSCHEN +/-100' and 'www.silberfilm.info'. At the top center, it says 'LANDKREIS ERLANGEN-HÖCHSTADT' with a coat of arms. Below that, it reads '... der Revueklassiker'. The main title 'DIE FRAU MEINER TRÄUME' is prominently displayed in the center. To the right is a circular inset image of a woman in a dark, ornate dress and a man in a white shirt. At the bottom left, it lists 'FORTUNA KULTURFABRIK' and 'Bahnhofstraße 9, 91315 Höchststadt'. At the bottom right, it states 'Mittwoch 29.01.2020 um 15:00 Uhr'. Small text at the bottom left provides ticket information: 'Eintritt 5,00 Euro inkl. ein Freigetränk. Bei Voranmeldung von Gruppen: Begleitungen von Menschen mit Assistenzbedarf erhalten freien Eintritt. Zugang und Zufahrt der Fortuna Kulturfabrik ist barrierefrei.' and 'Reservierung online https://erlangen-hoehstadt.silberfilm.info und telefonisch bei Johannes Härtzel 09131 803 3333 oder per Mail an johannes.boetzel@erlangen-hoehstadt.de'. Logos for 'Aber P.L.L.M.' and 'Fortuna Kulturfabrik' are at the bottom right.

ÄLTER WERDEN IN BUBENREUTH

Informationen für Seniorinnen und Senioren

Datum	Uhrzeit	Veranstalter	Veranstaltung	Ort
Do, 2.1.	9.30 Uhr	DAV	Wanderung der Senioren	Treffpunkt Mehrzweckhalle
	10.00 Uhr	Seniorenbeauftragte	Seniorensprechstunde	Rathaus
Di, 7.1.	14.30 Uhr	Frauenkreis der LukasGemeinde	„Schwung für die grauen Zellen zum neuen Jahr!“ – Gedächtnistraining	Evang. Gemeindezentrum
Do, 9.1.	19.30 Uhr	DAV	Sektionsabend	Sitzungssaal des Rathauses
	20.00 Uhr	Kunsttreff Bubenreuth	Kunsttreff	H7 - Hauptstraße 7
Fr, 10.1.	8.00 Uhr	DAV	Wanderung	Treffpunkt Parkplatz am Container, Birkenallee
	10.30 Uhr	DAV	Wanderung	Kapelle über Oberehrenbach
Mo, 13.1.	18.15 Uhr	Universitätsklinikum Erlangen	Neues aus der Universitätsmedizin Erlangen „Die Niere versagt – was nun?“ Vortrag – Eintritt frei	Uni-Klinikum Erlangen, Rudolf-Wöhrl-Hörsaal, Östliche Stadtmauerstr. 11
Mi, 15.1.	19.00 Uhr	Landfrauen/ Agnes Eger	Kochvortrag	Egerhof, Hauptstraße 1
Do, 16.1.	10.00 Uhr	Seniorenbeauftragte	Seniorensprechstunde	Rathaus
	17.30 Uhr	Flüchtlingsinitiative	Café In – Spiele-Nachmittag	Evang. Pfarrzentrum
Fr, 17.1.	19.00 Uhr	Gemeinde	Neujahrsempfang	Gasthaus zur Post
Sa, 18.1.	9.00 Uhr	DAV	Tageswanderung	Treffpunkt Mehrzweckhalle
Mo, 20.1.	18.15 Uhr	Universitätsklinikum Erlangen	Neues aus der Universitätsmedizin Erlangen „Gelenkschmerzen – was tun bei Arthrose in Knie, Hüfte und Schuler? Die hausärztliche Perspektive“ Vortrag – Eintritt frei	Uni-Klinikum Erlangen, Rudolf-Wöhrl-Hörsaal, Östliche Stadtmauerstr. 11
Di, 21.1.	19.30 Uhr	Gemeinde	Gemeinderatssitzung	Sitzungssaal des Rathauses
Mi, 22.1.	14.30 Uhr	Gemeinde/ Seniorenclub	Bubenreuther Zukunftsgespräche für Senioren	Evangelisches Pfarrzentrum
	20.00 Uhr	AK Energiewende	34. Plenum	H7 - Hauptstraße 7
So, 26.1.	17.00 Uhr	Verein Bubenreutheum	Neujahrskonzert 2020	Katholische Pfarrkirche

ÄLTER WERDEN IN BUBENREUTH

Informationen für Seniorinnen und Senioren

Mo, 27.1.	18.15 Uhr	Universitätsklinikum Erlangen	Neues aus der Universitätsmedizin Erlangen „Warum heilen Strahlen Krebs?“ Vortrag – Eintritt frei	Uni-Klinikum Erlangen, Rudolf-Wöhrle-Hörsaal, Östliche Stadtmauerstr. 11
Mi, 29.1.	20.00 Uhr	AK Energiewende Bubenreuth	Treffen der Arbeitsgruppe Ortsentwicklung	H7 - Hauptstraße 7
Do, 30.1.	13.30 Uhr	Landfrauen/ Agnes Eger	Kochvortrag	Egerhof, Hauptstraße 1
	20.00 Uhr	Ensemble. Deutsch-Französischer Partnerschaftsverein	Vereinstreffen	H7 - Hauptstraße 7

Veranstaltung im JANUAR 2020

Mittwoch, 22. Januar 2020

um 14:30 Uhr im Evangelischen Gemeindezentrum:

Bubenreuther Zukunftsgespräche

Diskussion mit Bürgermeister Norbert Stumpf



Lernen Sie uns kennen, wir sind eine Gruppe lebenslustiger Menschen im besten Alter.

Übrigens erheben wir keinen Mitgliedsbeitrag. Wir freuen uns immer auf ein paar nette Stunden mit Ihnen.
E. H. Roth, Tel. 2 25 10, Frau Heidi Wörl, Tel. 2 37 12, Frau Ingrid Spinnler, Tel. 2 49 10, und Helferinnen



KOSTENLOSE ENERGIEBERATUNG – GEMEINDE BUBENREUTH

JEDEN
ZWEITEN
DONNERSTAG
IM MONAT
14 - 18 UHR

- Beratung zu Wärmedämmung, Heizungsanlagen, erneuerbaren Energien und Fördermitteln
- Ort: Rathaus, Besprechungsraum, Waaggasse 2, 91083 Baiersdorf
- 1-stündiger Basis-Check am Wohnhaus (kostenlos) oder 2-stündiger Gebäudecheck am Wohnhaus (30 €)

Die Beratung wird vom Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie gefördert und vom VerbraucherService Bayern (VSB) koordiniert.

Anmeldung: Landratsamt Erlangen-Höchstadt, Simon Rebitzer, Tel. 09131 803-1274

