



Mehr  
Generationen  
Haus  
Miteinander – Füreinander

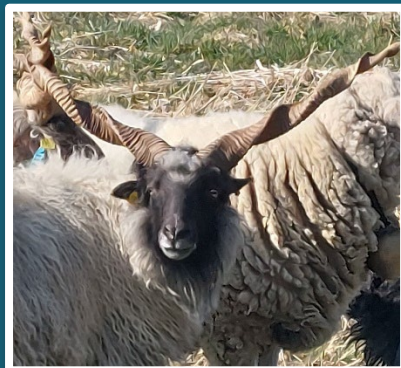
7. Ausgabe/April 2022



STADT  
RÖDERMARK  
Gemeinsam eins

# Senioren-Post

Für Rödermärker Seniorinnen und Senioren



Gefördert vom:



Schiller Haus

[www.roedermark.de](http://www.roedermark.de)

*Inhalt*

<b>Grußwort</b>	<b>3</b>
<b>Geschichten aus der Nachbarschaft</b>	<b>4</b>
<b>Hessisch Gebabbel</b>	<b>11</b>
<b>Leserecke</b>	<b>13</b>
<b>Kunstgalerie</b>	<b>17</b>
<b>Spaß und Rätsel</b>	<b>18</b>
<b>Tipps und Informationen</b>	<b>21</b>
<b>Rätsellösungen und Quellenverzeichnis</b>	<b>35</b>
<b>Impressum</b>	<b>36</b>

***„Beginne den Tag mit einem Lächeln,  
meistens lächelt er zurück.“***

Verfasser unbekannt

Liebe Seniorinnen und Senioren,

die Sonne hat uns schon einige Tage lang verwöhnt, die Natur erblüht, morgens in aller Früh fangen die Vögel an zu zwitschern – es ist Frühling. Die Einschränkungen wegen der Corona-Pandemie werden nach und nach aufgehoben. Ostern steht vor der Tür. Man darf mit der Familie, mit Freunden und Bekannten wieder zusammenkommen. Eigentlich alles gute Gründe, um optimistisch nach vorn zu schauen.

Und dennoch: Die Stimmung im ganzen Land ist gedrückt. Der Krieg in der Ukraine macht uns große Sorgen. Viele haben Angst, dass alles noch schlimmer kommen könnte. Und auch Corona ist noch längst nicht überstanden. Man muss nur auf die erschreckend hohen Infektionszahlen blicken.

In schwierigen Situationen Sorgen und Zukunftsängste zu haben, ist etwas ganz Natürliches. Aber gerade die ältere Generation, die schon vieles durchgemacht hat, weiß doch, dass es nichts nutzt, den Kopf in den Sand zu stecken und sich die Lebensfreude auffressen zu lassen. In diesen turbulenten Zeiten tut Ablenkung gut. Wenden Sie sich Dingen zu, die Ihnen Freude machen! Gehen Sie raus in die Natur, spazieren Sie an der Rodau entlang, lauschen Sie dem Gesang der Vögel im Wald, genießen Sie die Sonne und stimmen Sie sich positiv!

Ablenkung und Freude – das bietet sicherlich auch die neueste Ausgabe unsrer Senioren-Post, die Sie in Händen halten. Es erwartet Sie wieder eine bunte Mischung aus Freizeit, Spaß und Informationen.

In diesem Sinne wünsche wir Ihnen allen frohe Ostern und eine wunderschöne Frühlingszeit! Und ganz wichtig: Seien Sie vorsichtig und bleiben Sie gesund!



Herzliche Grüße



Ihre Andrea Schülner

Erste Stadträtin

## *Geschichten aus der Nachbarschaft*

### **Die Renovierung**

Es klingelte an der Haustür. Mit klopfendem Herzen öffnete ich. „Guten Morgen, wie schön, dass ihr da seid“, begrüßte ich Benni und Franziska. „Kommt herein.“

„Guten Morgen, Marlene. Na, steht alles bereit für die große Renovierung?“, fragte mich Franziska, die etwas auf den Armen unter einem Geschirrtuch verborgen hielt.

„Ja“, antwortete ich. Noch immer war ich skeptisch, ob ich das Richtige tat. „Was hast du denn da mitgebracht?“, fragte ich sie, um meine Zweifel für einen Moment zu zerstreuen.

„Ach, das sind nur ein paar belegte Brötchen. Eine kleine Stärkung für Zwischendurch. Ich stelle die Platte in die Küche.“ Sie verschwand im Nebenraum.

Benni und ich betraten das Wohnzimmer.

„Da seid ihr aber fleißig gewesen, du und dein Mann.“ Benni sah sich im Raum um. „Alle Möbel sind abgedeckt, die Tapete ist abgerissen. Alle Achtung.“ Er nickte anerkennend. „Du bist heute etwas blass um die Nase, Marlene. Fehlt

dir was?“, fragte er und sah mich eindringlich an.

„Es ist alles in Ordnung“, sagte ich wenig überzeugend.

„Marlene ist etwas nervös. Weil wir uns für das Tapezieren angemeldet haben“, erklärte Franziska, die das Wohnzimmer betrat. „Stimmt doch, oder?“

„Na ja ...“

„Siehst du, Benni.“

„Ach Marlene, wir haben schon so viele Zimmer renoviert. Das klappt schon. Und du hast das Geld für die Handwerker gespart. Wenn dein Mann morgen Abend von seiner Geschäftsreise nach Hause kommt, wird er staunen, wie schön alles aussieht. Also, kommt, frisch ans Werk.“ Er klatschte in die Hände.

„Hier steht alles – Eimer, Kleister, ein Rührstab ...“ Ich zeigte auf die Utensilien.

„Prima, dann setze ich den Kleister an. Ihr beide könnt ja schon mal die Wände ausmessen und die Tapete zuschneiden“, schlug er vor.

Gesagt, getan. Ich stieg auf die Leiter, hielt das eine Ende des Meterbandes fest und Franziska

## Geschichten aus der Nachbarschaft

zog das andere Ende nach unten.

„2,50 m“, las ich ab.

„Gut. Dann sind das ...“, Franziska zählte leise. „... 8 Bahnen“, sagte sie schließlich.

Ich stieg wieder von der Leiter, nahm eine Tapetenrolle zur Hand und schälte sie aus der Klarsichtfolie.

„Ich schneide die Bahnen zu“, sagte Franziska und nahm mir die Rolle aus der Hand. „Machst du Kaffee für uns?“

„Kaffee zu einem frischen Brötchen ist eine gute Idee“, sagte Benni. „Der Kleister muss sowieso noch etwas ruhen.“

„Aber soll ich dir nicht beim Abmessen helfen?“, fragte ich Franziska.

„Wie willst du mir denn dabei helfen?“ Sie lachte.

„Also schön ...“, erwiderte ich und ging in die Küche, um den Kaffee zu bereiten.

„Siehst du, es läuft doch alles wie am Schnürchen“, sagte Benni, der mir in die Küche gefolgt war. Er befreite die Platte von dem Tuch und nahm sich ein halbes Käsebrötchen. „Heute Abend sind

wir fertig.“ Kauend und mit leuchtenden Augen sah er mich an.

Hatte er recht? War ich zu misstrauisch? Ich sollte meinen Freunden mehr zutrauen, sagte ich mir und spürte, wie sich das dumpfe Gefühl in meiner Magengegend auflöste. Ich lächelte ihn an.

Franziska kam zu uns. „Ist der Kleister nun einsatzbereit?“

„Ja, wir können starten“, sagte Benni, nahm sich einen Teller aus dem Küchenschrank, legte das Brötchen darauf und ging ins Wohnzimmer. Ich folgte ihm.

Den Teller stellte er auf dem Fensterbrett ab und rührte ein letztes Mal den Kleister um.

Sachte tauchte er den Quast in die dicke, trübe Flüssigkeit und pinselte gekonnt die Wand ein.

„So, und nun wollen wir mal die erste Bahn dranwerfen.“ Er stieg auf die Leiter. Aus seiner hinteren Hosentasche schaute ein Geschirrhandtuch heraus, in der rechten Vordertasche hatte er eine Tapezierbürste verstaut.

Franziska nahm das eine Ende der Tapetenbahn, ich das andere und zusammen gingen wir damit zu

## *Geschichten aus der Nachbarschaft*

Benni. Er setzte die Bahn an, nahm die Bürste zur Hand und strich die Tapete links und rechts aus, bis sie vollends an der Wand klebte.

Er stellte die Leiter zur Seite.

Mit einem gewissen Abstand betrachteten wir sein Werk.

„Hm“, brummte ich und verdrehte die Augen.

„Mist.“ Franziska schlug sich mit der Hand vor die Stirn.

„Zu kurz“, stellte Benni fest.

„Ich werde Herrn Heinrich anrufen. In der nächsten Woche kann er sicher ein paar Leute zum Tapezieren schicken“, beschloss ich und nahm mein Mobiltelefon zur Hand.

„Nein, Marlene. Wir kriegen das hin.“ Benni zog die noch feuchte Tapete von der Wand, faltete sie und packte sie in einen blauen Sack, der für Tapetenreste bereitstand.

„Marlene, am besten misst du die Tapete ab, und ich halte sie Benni einfach nur hin“, schlug Franziska kleinlaut vor.

Ich seufzte. „Also schön. Probieren wir es noch einmal. Doch wenn wir bis zum Nachmittag noch immer

nicht mit dieser Wand fertig sind, dann rufe ich Herrn Heinrich an.“

„Abgemacht“, kam es unisono von den Freunden.

Von nun an war ich Herrin über das Maßband und die Schere und nach einigen Minuten hatten wir erfolgreich zwei Tapetenbahnen an die Wand geklebt.

„Siehst du, es geht doch.“ Franziska lachte.

Gut gelaunt ging ich in die Küche und nahm mir ein halbes Käsebrötchen, Benni goss sich eine Tasse Kaffee ein.

„Ach, ist der goldig. Wie niedlich der knabbert“, hörte ich Franziska sagen und ein leises Knacken drang an mein Ohr.

„Oh ... oh, nein“, war ihre Reaktion darauf.

Benni und ich sahen uns erschrocken an und eilten ins Wohnzimmer, wo die Terrassentür offenstand.

„Vorsicht!“, schrie Franziska, und in diesem Moment flatterte etwas über meinen Kopf hinweg.

„Um Himmels Willen“, stieß Benni hervor und sah mit aufgerissenen Augen dem flatternden Etwas nach.

## Geschichten aus der Nachbarschaft

„Ein Vogel. Franziska, was hast du gemacht?“ Ich sah sie entsetzt an.

„Er hat vor der Terrassentür gesessen und so süß die Körner aufgepickt. Ich wusste doch nicht, dass er so zutraulich ist und gleich ins Zimmer fliegt“, rechtfertigte sie sich.

In diesem Moment klatschte etwas auf meine Schulter.

„Oh, nein, iiii.“ Franziska zeigte angewidert mit dem Finger auf mich. Ich drehte meinen Kopf zur Seite und konnte etwas Weißes an meiner Schulter herunterlaufen sehen. Der Spatz hatte vor Schreck seinen Vogeldreck auf mich herabregnen lassen.

Doch meine Schulter war ihm nicht genug gewesen. Er flog wild flatternd durch das Zimmer und ließ weiteren Vogeldreck fallen. Nach kurzer Zeit waren sämtliche Abdeckplanen mit Vogelkot besprenkelt.

„Wie kriegen wir den Vogel wieder raus?“, schrie ich.

„Keine Ahnung“, erwiderte Franziska.

„Mit dem Besen. Wo hast du einen?“, fragte Benni.

In diesem Moment flog der Spatz gegen die Fensterscheibe, und wir verharrten in unseren Bewegungen.

„Oh, nein.“ Franziska hielt sich die Hand vor den Mund.

„Das war so nicht geplant“, sagte Benni.

„Ist er tot?“, fragte ich.

Wir drei sahen zu dem kleinen Kerl. Er lag rücklings auf der Fensterbank neben Bennis Teller mit dem Käsebrötchen darauf und bewegte sich nicht.

„Nein, er ist nicht tot. Seht, das kleine Herz schlägt wie wild“, sagte Franziska.

Langsam näherten wir uns ihm.

„Unsere Chance“, flüsterte Benni und streckte die Hände nach dem Spatz aus.

In diesem Moment sprang der Vogel auf die Beine, pickte ein paar Mal auf das Käsebrötchen ein und erhob sich wieder in die Lüfte - im Schnabel ein Käsestück.

„Du warst zu langsam“, meckerte Franziska.

„Was für ein Käse aber auch“, fluchte Benni.

## Geschichten aus der Nachbarschaft

„Im wahrsten Sinne des Wortes“, kommentierte ich.

„Marlene, wo ist der Besen?“, fragte er.

„Ich hole ihn.“ Schnell ging ich in den Keller, holte aus dem Besenschrank besagtes Stück heraus und eilte nach oben.

„Nicht bewegen“, sagte Franziska in bestimmenden Ton, und ich blieb augenblicklich auf der Treppe stehen.

„Gleich habe ich ihn“, flüsterte sie und bewegte sich langsam auf den Spatz zu, der auf dem abgedeckten Tisch sein Käsestück hatte fallen lassen und es sich schmecken ließ.

Im Gehen streckte Franziska ihre Hand nach einem Geschirrtuch aus, das neben der leeren Kleisterpackung lag, und faltete es langsam auseinander. Wir waren alle mucksmäuschenstill, ich hielt für einige Sekunden meinen Atem an und betete, dass ihr Vorhaben gelingen möge. In diesem Moment zerriss ein helles Klingelgeläut die Stille. Mir fiel der Besen aus der Hand, Franziska schrie auf und Benni schreckte zusammen, verfiel sich mit den Füßen in den ausgelegten Zeitungen, taumelte und fiel rücklings in den Kleistereimer. Und der Vogel? Der

nutzte die Gelegenheit und flatterte in die Luft. Sein Stück Käse ließ er zurück.

„Was ist das?“, schrie Franziska.

„Mein Handy - entschuldige“, sagte ich und drückte, ohne auf das Display zu schauen, den Anrufer weg.

„Kann mir bitte jemand helfen?“, fragte Benni.

Ich eilte zu ihm. „Warte, ich ziehe dich da raus.“ Ich griff seine Hand und zog ihn hoch.

„Au!“, schrie er. „Mein Knöchel. Ich glaube, ich habe ihn mir verstaucht.“ Er humpelte zum Tisch und stützte sich darauf ab.

„Auch das noch“, seufzte ich.

„Und was ist das für eine Sauerei“, schimpfte er und griff behutsam an seinen Allerwertesten, der nass vom Kleister war.

Ich gab ihm das Handtuch, das eigentlich für den Vogel gedacht war, und er wischte sich notdürftig damit den Hosenboden ab.

„Na warte, du kleiner Racker. Dich kriege ich.“ Franziska hatte der Ehrgeiz gepackt. Sie rannte hinter dem Spatz her, ohne darauf zu achten, wohin sie trat. Sie stieg auf das Sofa, den Tisch, den Sessel –



## *Geschichten aus der Nachbarschaft*

zum Glück waren die Gegenstände alle mit Planen abgedeckt. Es war ein Katz-und-Maus-Spiel oder besser gesagt: ein Furien-und-Vogel-Spiel. Denn Franziska war mittlerweile zu einer Rachegöttin mutiert.

„Gleich habe ich dich“, rief sie, machte einen langen Schritt, verfiel sich ebenfalls in Zeitungspapier und stieß gegen den Kleistereimer. Dieser kippte um und sein Inhalt ergoss sich auf den Fliesenboden. Franziska machte einen Schritt nach vorn, trat in die schmierige Flüssigkeit, schlitterte durch das Wohnzimmer, als stünde sie auf einer Eisfläche, verlor das Gleichgewicht und landete in ihrer vollen Länge in dem dicken Kleister.

Der Spatz blickte zu Franziska, legte den Kopf schief und schwang sich abermals in die Lüfte. Im Flug krallte er sich das Käsestück, drehte noch eine Runde um die Deckenlampe und flog, als hätte er von Anfang an gewusst, wo sich der Ausgang befand, durch die Terrassentür hinaus.

Fassungslos sah ich dem Federtier nach, sprintete zur Tür und schloss sie.

Als ich mich umdrehte, ließ ich die Szenerie auf mich wirken. Sämtliche Planen waren verrutscht, der Vogelkot darauf war verschmiert und teilweise auf den Fliesen verteilt, die ausgelegten Zeitungen waren zerfleddert und verkleistert.

„Das tut mir echt leid, Marlene“, sagte Franziska, die sich vom Boden hochhievte und sich den Kleister aus ihren blonden Locken zog.

„Ja, mir auch“, schloss sich Benni an.

Ich sah von einem zum anderen und lachte los.

„Euch tut es leid? Ihr tut mir leid. Seht euch an. Benni, dich bringe ich jetzt erst einmal zum Arzt. Ich hoffe, dass dein Knöchel tatsächlich nur verstaucht ist. Währenddessen kannst du dich oben duschen, Franziska. Hoffentlich bekommst du den Kleister aus deinen Locken gewaschen.“

„Und das Chaos hier?“ Franziska breitete die Arme aus, an denen der Kleister heruntertropfte.

„Das bringe ich später in Ordnung.“

## Geschichten aus der Nachbarschaft

Ich ging hinüber zu Benni. „Also los, fahren wir zum Arzt. Komm, stütz dich auf mich.“

„Wir sollten noch ein frisches Geschirrtuch mit ins Auto nehmen – für meinen Allerwertesten.“ Er deutete auf sein Hinterteil, das noch immer verkleistert war. Ich holte ein Tuch aus der Küche und gemeinsam bewegten wir uns zur Haustür. „Ach, einen Moment noch“, sagte ich, zog mein Handy aus der Hosentasche und wählte eine Nummer. Nach dem zweiten Freiton meldete sich eine Männerstimme, und ich nannte meinen Namen. „Herr Heinrich, wir hatten vor 2 Wochen bereits telefoniert ... richtig, die Renovierung des Wohnzimmers ... ja, den Preis nannten Sie schon ... ja, der passt ... können Sie da ...

ach, das ist ja prima ... gut, dann sehe ich Ihre Leute in der nächsten Woche.“ Ich beendete den Anruf, schob das Handy zurück in die Hosentasche und lächelte.

„Was ist?“, fragte Benni.

„Ich sage nur: schnell – sauber – zuverlässig. Nächste Woche kommen die Tapezierer“, verkündete ich.

„Hat Herr Heinrich dir wenigstens einen guten Preis gemacht?“

„Es ist zwar etwas teurer als gedacht, aber für professionelle Arbeit bezahle ich gerne mehr – da weiß ich, was ich habe“, sagte ich und zog die Tür hinter mir zu.

*Jenny Roters, Autorin aus Rödermark:  
Geschichten aus der Nachbarschaft*



Foto: [www.pixabay.de](http://www.pixabay.de)

## Weschdaag ohne Weschmaschien

Als die Weschmaschien wor noch nit erfunde,  
wor die Hausfraa in de Weschkisch maonsch Stunne.

Zwaa Daag hot die Prozedur gedauert,  
bis die Wesch von verze Daag wor sauwer.

Die Hilfsmittel, die mer heit schon nit meh kennt,  
worn de Kessel, die Birre un de Deiwel aus Zink.

E Berschde, en Zoww'r, e Bräät unn e Zaonge aus Holz,  
en Holzbock unn maonchmol aach e aolt Benk.

Weschmittel hatt mer nor ao Sorte,  
des worn aus de Kernsaafe die Flogge.

Es Wasser aus em Born unn die Saafeflocke,  
des wor die Brieh fer alle Klamotte.

Gekocht im Kessel geberscht in de Birre,  
uff em Weschbräät mit Saafe imme wirre.

Erscht wor die Weiß, daonn die Bunt on de Reih,  
des iss nit gaonge sou schnell wie heit.

Wor die Brieh nit meh haas,  
seun enin kumme die Socke un die Hoos.

De Deiwel hot die Verärwet geleist,  
dorsch die Luft, die de Dreck von de Wesch geschleißt.

Daonn hot mer de Kessel frisch gefillt  
unn mit Sil die gaonz Wesch dorschgespielt.

Ausgewesche isse worn, bis es Wasser wor klor;  
wer kaon Born hatt, hot die Wesch uff'm Schubkann  
an die Weiß' Besch g'fohrn.

Die Weiß Besch von de Rodau wor abgeleit,  
daß se aon de lwwemiehl es Miehiraod ohtreibt.

Dezwische, heit om Dreieck »Tiefe Wiese« unn »Bleiche«  
gings zum Auswesche aon die Bleiche.

In de Besch worn drei Stääg, wou die Weibsleit gekniet  
unn schwenkte, es iss kaom z'glawe, jed' aonzel Stick,

## »Zwischen Ostern und Pfingsten hat der Bauer am wingsten!«

Um diesem Zustand ein Ende zu machen, hatten die Raiffeisenverbände in den 20er Jahren an die Bauern appelliert, verstärkt Gemüse und Sonderkulturen - Spinat, Lauch, Gurken, Spargel und Salat - anzubauen, da man diese in den Städten Frankfurt, Offenbach und Darmstadt gewinnbringend verkaufen könnte.

Beim »Schmitte Johannche« im Sälche wurde deshalb eine außerordentliche Bauernversammlung abgehalten. Man versuchte, die Anwesenden mit vielen guten Ratschlägen doch endlich vom Korn- und Kartoffelanbau abzubekommen.

Ein hiesiger Bauer, in seiner Standesehre angegriffen, sprang demonstrativ auf und sagte: »Hört emol, ehr gescheide Frankforter Männer: Warim dann groad koa Kartoffel? Iss denn Kartoffelsaloat koan gute Saloat??«

***„Man sollte jeden Tag mit einem Lächeln beginnen und mit einem Lächeln beenden. Die Zeit dazwischen sollte man nutzen, um andere zum Lächeln zu bringen.***

Andreas Bechstein (1982–heute)

## Leserecke – Von Rödermärkern für Rödermärker

### Himmlisches

Ostern war angesagt. In gut zwei Wochen... und eine Woche danach sollte schon Weißer Sonntag sein. Auf unseren großen Tag wurden wir – in meiner Heimat mit bereits sechs Jahren – vom Pfarrer vorbereitet.

„Wenn du immer brav bist und deine Gebete auswendig lernst“ sprach der Pfarrer, „kannst Du Jesus empfangen und Du kommst in den Himmel.“ Zusammen mit 26 anderen Schulanfängern wurde ich in die Geheimnisse der Religion eingeweiht. Der Himmel war für mich strahlend blau, ganz hoch, höher als der höchste Berg. Unsichtbar ließ sich der Liebe Gott auf Wattewölkchen treiben und blickte wohlwollend auf uns herab.

In unserem Klassenzimmer hing über der Tafel ein furchterregendes Bild von der Dreifaltigkeit. Gott der Vater, ein alter Mann mit Vollbart, thronte

auf einer Regenwolke und sah ein bisschen wie ein römischer Kaiser aus. Jesus saß zu seiner Rechten mit einem Kreuz im Arm, und im oberen Dreieck schwebte der Heilige Geist und sandte seine Strahlen aus.

Der Pfarrer tippte mit einem langen Stock auf das Bild und versprach, dass wir im Himmel still(!) neben Gott sitzen dürften. Wir würden Reisbrei mit goldenen Löffeln essen!

„**Reisbrei**“ Oh nein, bitte nicht! Die goldenen Löffel wären mir egal gewesen. Ich war bitter enttäuscht. Im Himmel sollte doch alles wunderbar sein. Eigentlich hätte ich da jeden Tag Pommes mit Mayonnaise erwartet. Dafür bräuchte man keine Löffel. Eine Papiertüte voll, jeden Tag! Oder Schokoladeneis in einer Waffel. Und ein Engelskleid würde ich gerne tragen, natürlich mit echten Flügeln.

## *Leserecke – Von Rödermärkern für Rödermärker*

Nein, der Himmel sagte mir definitiv nicht zu. Damals noch nicht. Reisbrei gehört unverändert zu den Gerichten, die ich nie koche, auch nicht mit Zimt. Der Himmel möge seine Pforten für mich noch geschlossen halten und in weiter Ferne bleiben. Bestimmt

seid ihr auch nicht begeistert und wollt ebenfalls noch auf Himmlisches verzichten. Also bleibt gesund und genießt himmlische Ostereier und meinetwegen auch den besten Reisbrei, aber dann hier ...auf Erden!

Greta Diederichs  
Februar 2022

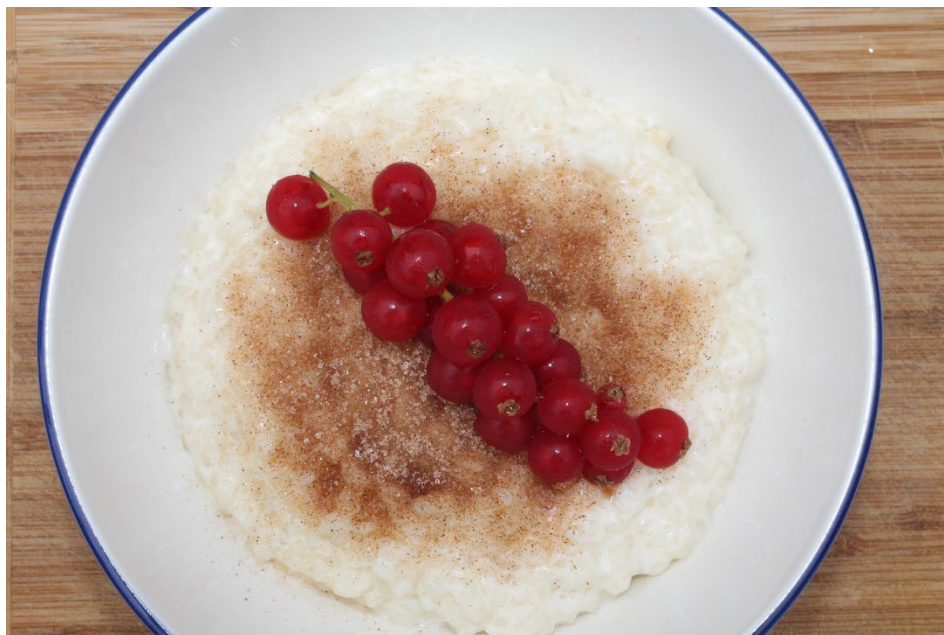


Foto: [www.pixabay.de](http://www.pixabay.de)

## *Leserecke – Von Rödermärkern für Rödermärker*

### **Erinnerungen:**

#### **Was die Hausfrau vom Lande in meiner Kindheit alles arbeiten musste**

Der Haushalt bestand meistens aus sehr vielen Personen: die Eltern, meist mehrere Kinder, oft waren auch Oma und Opa noch dabei. Da hatte die Hausfrau schon viel zu tun. Aber fast jede Hausfrau war stolz auf ihr Ess- und Kaffeesevice aus Porzellan, oft mit Goldrand. Das durfte nur an Feiertagen und zu besonderen Anlässen benutzt werden. Im normalen Alltag wurde Geschirr aus Blech oder irdenes Geschirr aus Urberach benutzt. Die Essbestecke mussten mehrmals in der Woche mit Scheuerpulver abgerieben werden, weil sie sonst rosteten, denn auch sie waren aus Blech.

Samstags wurde der Holzfußboden gewachst und mit dem Bohner poliert. Die Schuhe mussten samstags geputzt und gewichst werden, bis sie glänzten. Am Sonntag musste alles in Ordnung sein.

Jeder Haushalt hatte eine Kaffeemühle, die mit der Hand gedreht wurde. Gemahlene Kaffee gab es nicht zu kaufen.

Die Frauen bereiteten samstags Hefekuchen auf großen Backblechen vor, die dann zum Bäcker zum Backen gebracht wurden. Zwei Stunden später wurden die Kuchen wieder abgeholt. Es gab Rhabarber-, Käse-, Streusel-, Apfel- und Pflaumenkuchen. Je nach Jahreszeit.

Für Hausfrauen gab es keine Langeweile.

Maria Schallmayer

2021

## *Leserecke – Von Rödermärkern für Rödermärker*

### **Für Sie gefunden von unserer Leserin Helga Benzner:**

Ein junges Paar zieht in eine neue Nachbarschaft. Die junge Frau wundert sich über die Wäsche, die ihre Nachbarin auf die Leine hängt. Sie sagt zu ihrem Mann: „Die Wäsche ist wirklich nicht weiß. Sie hat wohl nicht das richtige Waschmittel. Oder sie weiß einfach nicht, wie man Wäsche wäscht.“

Ihr Mann schaut hin, bleibt aber stumm. Von da an gibt die Frau immer denselben Kommentar ab, wenn die Nachbarin die Wäsche aufhängt. Eines Tages ist die Wäsche weiß. Die Frau sagt zu ihrem Mann: „Endlich hat sie gelernt, ihre Wäsche richtig zu waschen. Wer hat ihr das wohl beigebracht?“

Ihr Mann antwortet: „Ich bin heute Morgen ganz früh aufgestanden und habe unsere Fenster geputzt.“

(Quelle unbekannt)

Gemeindebrief „Himmlisches Blatt“

Ev.-luth. Kirchengemeinde List/Sylt, April bis Juli 2018

***„Alle Menschen sollten ihre Kindheit von Anfang bis  
Ende mit sich tragen.“***

Astrid Lindgren (1907–2002)



## Ostern und Frühling!



Gefördert vom:

Spaß und Rätsel

darum, deshalb ärmster Stadtteil		Kosename für Oma aktualisierte Software		Abschuss v. Waffen zur Begrüßung		Edle-Gewebeart		Zwangs-lage
				kleiner Behälter		Zustimmung 21. Buchstabe		
Spielwerk Abkürzung Modell			Technische Hochschule Hals-schmuck			Kennz. Siegen		
Speicherplatz (digital)	zeitnah Back-ware					er sie ... Angehöriger belgischer Volksgruppe		
					Fragewort alkohol-isches Getränk			
Honigwein Kennzeichnung				Zimmer Land-technik mit Zinken				Tönen eines Körpers
		Begriff Mathematik Wetterlinie						
Verchluss Wasser gefroren							5. Buchstabe Flüssigkeitsmaß	
			riesig					
kampf-unfähig Verbot			Kfz Kennz. Essen deutsche Endsilbe		Wortteil: neu Wunsch			
				Heilpflanze musika-lischer Halbton				
Laufvogel versäu-men						Kennz. Darmstadt Abk. siehe oben		
Abk. Rechnung			Ansehen und Würde					

# FOTORÄTSEL

Finde die zwei gleichen Bilder!

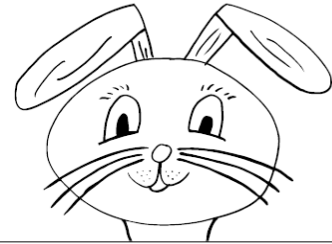


Zwei Bilder sind gleich. Die anderen vier Bilder besitzen je einen Fehler. Finden Sie die zwei gleichen Bilder!

[www.raetseldino.de](http://www.raetseldino.de)

# Osterrätsel

## Buchstabengitter für Erwachsene



B E Z F T A L W B E Z F T I L V S K V B F N P E  
R M E A P O S T E L E K M O L O T I F J W K H C  
Y O C V B E S P H E I U N G S P U L E E S T I A  
O B A D G E R S I E N K O S T E R K I R C H E F  
E O L J N E R Z Z O L J N E R R U I E K W F M X  
I S A R G O T T E S D I E N S T L S R K A R E S  
H T E D U E I K T Z E D U E I U A E T E G W L Q  
Z E K W I K A R F R E I T A G D U N A V E I W M  
A R E T R Z M A I W E T R Z M E F V G G S S U W  
C S H L S E W Q J A A W N E W Q E S U U I O G S  
O O W F E C D E S F B F I R W E R Y A F O S N T  
T N A S B E N G I S E E Z A I S S Z C E C T W A  
S N E L F F M W U P N L F N M E T Z K D K E L M  
B T I H N J R K J H D A L I V A E V N D R R W L  
A A J N U O S T E R M E S S E R H O R A C F U S  
U G E T R R S A R Z A P A N M A U V C G S E U W  
W F S A M S N Q W F H L C E W E N S K U I U G S  
S F Y F E D L S X H L E S F W O G K C N T E N X  
E A G I Z A U S E N A S Z T I S K C R E C R W A  
U P E P A L M S O N N T A G M E T Z Z D K C L L  
W H B K N E A K L H K I R E A P R E D I G T W N  
R G J N U T I R E G J N U T I R Q O I A N M U S

In diesem Buchstabengitter befinden sich die unteren 12 Osterwörter.  
Die Wörter können waagrecht oder senkrecht im Gitter angeordnet sein.  
Wenn Sie ein Wort gefunden haben, kreisen Sie dieses mit einem Stift ein.

Osterkirche	Feiertag	Gottesdienst	Karfreitag
Ostermesse	Osterfeuer	Auferstehung	Predigt
Ostersonntag	Abendmahl	Palmsonntag	Apostel

## Tipps und Informationen

Wer sich krank fühlt, kann sich bei Fragen an den hausärztlichen Notdienst der Kassenärztlichen Vereinigung telefonisch unter 116 117 wenden. Allgemeine Informationen sind täglich von 8:00 bis 20:00 Uhr bei der Hotline des Hessischen Sozialministeriums unter 0800 555 4 666 zu erfragen.

<https://www.kreis-offenbach.de/Themen/Gesundheit-Verbraucher-schutz/Gesundheitswesen/Infektionsschutz/>

### Telefonnummern Stadt Rödermark

- 06074 911-711 Stadtverwaltung allgemein
- 06074 911-712 Fachbereich 1 - Bürgerbüro
- 06074 911-713 Fachbereich 3 - Öffentliche Ordnung
- 06074 911-714 Fachbereich 4 - Kinder, Jugend und Senioren
- 06074 911-715 Fachbereich 5 - Kultur, Vereine, Ehrenamt
- 06074 911-716 Fachbereich 6 - Bauverwaltung
- 06074 3101220 Beratung Sozialer Dienst (Schillerhaus)

Beide Rathäuser sind nach telefonischer Terminvereinbarung für den Besucherverkehr geöffnet.

### Erweiterte Öffnungszeiten

- Mo-Do 08:00-16:00 Uhr
- Fr 08:00-12:00 Uhr

### Telefonische Terminvereinbarung

- Mo-Do 08:00-12:00 Uhr und 14:00-16:00 Uhr
- Fr 08:00-12:00 Uhr

## Aktuelles aus Rödermark

### 1. Neuer Schutzmann vor Ort für Rödermark und Dietzenbach

Der „Schutzmann vor Ort“ ist ein wesentlicher Baustein des vom Hessischen Innenministerium initiierten Projektes „KOMPASS“ (KOMmunalProgrAmmSicherheitsSiegel), in dessen Rahmen gemeinsam mit den Bürgerinnen und Bürgern, den Kommunen und den lokalen Sicherheitspartnern passende Lösungen für die Probleme vor Ort erarbeitet und entsprechende Sicherheitsarchitekturen individuell weiterentwickelt werden sollen.

Seit 7. Februar 2022 ist Polizeioberkommissar Felix Sandner neuer Schutzmann vor Ort für die Gemeinden Rödermark und Dietzenbach. Herr Sandner wird ein wichtiges Bindeglied zu den Kommunen darstellen und das wichtige Thema Prävention mit frischem Elan angehen.



Welche Aufgaben hat der Schutzmann vor Ort?

- Ansprechpartner für alle Bürgerinnen und Bürger
- Streifentätigkeit in den Stadtteilen
- Besuche und Beratungen in Kindertagesstätten und Schulen
- Besuche und Vorträge in Senioreneinrichtungen
- Betreuung von Informationsständen
- Opferberatung
- Teilnahme an Arbeitskreisen, Stadtteilkonferenzen und runden Tischen
- Begleitung von Umzügen und Veranstaltungen
- Kontakt zu Gemeinschaftsunterkünften

Kontakdaten:

Polizeistation Dietzenbach SvO

Felix Sandner, Polizeioberkommissar

Darmstädter Str. 33, 63128 Dietzenbach

Tel. 06074 837-105, Fax 0611 32 766 5330

E-Mail: [svo-dietzenbach.ppsoh@polizei.hessen.de](mailto:svo-dietzenbach.ppsoh@polizei.hessen.de)

## 2. Neue Teilnehmer\*innen für den Seniorentreff in Urberach gesucht!

Wir sind eine Gruppe von Seniorinnen und Senioren, die sich regelmäßig montags von 14.15 bis 17 Uhr im katholischen Gemeindezentrum treffen, um Gesellschaftsspiele zu spielen, bei Kaffee und Gebäck sich gemütlich zu unterhalten und Neuigkeiten auszutauschen.

Seit November 2021 kann der Seniorentreff endlich wieder stattfinden, und die Freude

dass es wieder losgehen konnte, war groß. Anfang Dezember haben wir wieder einen besinnlichen Adventsnachmittag mit Plätzchen, Gedichten und Geschichten veranstaltet. Auch der Rosenmontag wurde wieder mit Kaffee, Sekt und Kreppeln gefeiert.

Leider ist unsere Gruppe während der Corona-Pandemie recht klein geworden; einige Teilnehmer sind verstorben oder so stark eingeschränkt, dass sie leider nicht mehr kommen können.

Deshalb würden wir uns freuen, wenn sich ein paar neue Teilnehmer dem Seniorentreff anschließen würden.

Wer nicht mehr gut zu Fuß ist, hat die Möglichkeit, sich von einem Fahrdienst abholen und heimfahren zu lassen.

Jeder, ob Frau oder Mann, ist uns herzlich willkommen. Einfach mal vorbeikommen.

Bei Fragen können Sie sich gerne an Frau Kraljevic-Beckert von der Fachabteilung Soziale Stadt, Tel. 06074 911-353, wenden.

Oder direkt bei den Betreuern des Seniorentreffs, Irmtraud und Alfred Daum, Tel. 0160 6165781.



### 3. Seniorenbeirat Rödermark – Wir sind für Sie da!



Der Seniorenbeirat arbeitet ehrenamtlich. Politisch unabhängig vertritt er die Interessen der Seniorinnen und Senioren in den entsprechenden politischen Gremien unserer Stadt.

Bei den regelmäßig öffentlich stattfindenden Sitzungen informiert der Magistrat über geplante Aktionen, die Senioren betreffen, und der Seniorenbeirat weist z. B. auf für Senioren ungünstige Verkehrsverhältnisse, nicht geeignete bauliche Situationen oder sonstige Schwachstellen hin. Diese werden entweder durch den Bürgermeister direkt an die Stadtverwaltung zur Bearbeitung oder als Eingabe in einen Fachausschuss weitergeleitet.

Der Seniorenbeirat setzt sich zusammen aus den gewählten Seniorenbeiräten und den Delegierten von Kirchen und Verbänden. Durch diese Zusammenarbeit ergibt sich ein konstruktiver Dialog zum Wohle der Seniorinnen und Senioren unserer Stadt.




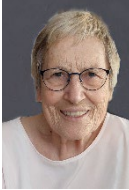








Alle Seniorenbeiräte haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen und sind für Sie erreichbar unter den angegebenen Kontakten oder unter E-Mail: [info@seniorenbeirat-roedermark.de](mailto:info@seniorenbeirat-roedermark.de)

Alle Informationen zu unserer Arbeit und Informationen zu verschiedenen Themen finden Sie auf unserer Homepage:  
<https://seniorenbeirat-roedermark.de>





*Tipps und Informationen*

<p><b>Julia Baumgartl</b> Seniorenbeirätin, Caritasverband</p> <p>Tel. 06074 50888</p>		<p><b>Monika</b> Bärwalde-Schneiders Seniorenbeirätin, Freundeskreis Pro Morija</p> <p>Tel. 06074 98232</p>	
<p><b>Heino Fleischhauer</b> Seniorenbeirat, Seniorenhilfe Rödermark e.V.</p> <p>Tel. 06074 96710 mobil 0176 27553243</p>		<p><b>Hannelore Frehe,</b> Seniorenbeirätin, stellvertretene Vorsitzende</p> <p>Tel. 06074-95996 E-Mail: hfrehe@web.de</p>	
<p><b>Dieter Goldner</b> Seniorenbeirat</p> <p>Tel. 06074 3045086</p>		<p><b>Bernd Koop</b> Seniorenbeirat, Behindertenbeauftragter</p> <p>Tel. 06074-95252 E-Mail: bernd.koop@vdk.de</p>	
<p><b>Johannes Ohnesorg</b> Seniorenbeirat</p> <p>Tel. 0157 3231 6227, von 14:00 bis 18:00 Uhr E-Mail: jophoh@gmx.de</p>		<p><b>Thomas Paeschke</b> Seniorenbeirat, Vorsitzender</p> <p>E-Mail: ThomasPaeschke@seniorenbeirat- rödermark.de</p>	
<p><b>Anita Poschmann</b> Seniorenbeirätin</p> <p>Tel. 06074 3010679</p>		<p><b>Christa Rehermann</b> Seniorenbeirätin, ev. + kath. Kirche</p> <p>Tel. 06074 2116080</p>	
<p><b>Dieta Wonner</b> Seniorenbeirätin</p> <p>Tel. 06074 6078</p>		<p><b>Marcus Troeger</b> Seniorenbeirat, AWO</p> <p>Tel. 0176 83236702</p>	

#### 4. Radio-Initiative Rödermark

Seit über einem Jahr gibt es die Radio-Initiative Rödermark. In unserer monatlichen Sendung möchten wir Sie, liebe Seniorinnen und Senioren, mit vielfältigen Themen rund um unser schönes Städtchen unterhalten. Die Sendungen sind immer eine bunte Mischung aus informativen Beiträgen, abwechslungsreichen Interviews, Veranstaltungshinweisen und vielem mehr. Hören Sie doch mal rein!

Unser Redaktionsteam besteht aus hochmotivierten ehrenamtlichen Engagierten. Sie bereiten sich intensiv auf die unterschiedlichen Beiträge vor und interviewen interessante Gesprächspartner. Roland Lenz übernimmt unter anderem als Moderator und Techniker die ganze Feinarbeit für die Sendung. Er schneidet die einzelnen Beiträge zusammen und überarbeitet diese, damit wir Ihnen eine gute Hörqualität anbieten können. Greta Diederichs als Stadtteilreporterin schreibt eigene Geschichten und trägt diese vor. Dazu interviewt sie aus ganz Rödermark auch die unterschiedlichen Akteure. Mit Dr. Jürgen Ganzer haben wir einen Top-Fachmann für alle naturwissenschaftlichen Beiträge an unserer Seite. Dazu unterstützen uns auch große und kleinere Akteure aus dem vielfältigen Vereinsleben, von Initiativen und natürlich aus unseren städtischen Kinderbetreuungseinrichtungen und unserer Jugendabteilung.

Bei welchem Sender kann ich die Sendung hören?

Unsere Sendung wird bei Radio-Darmstadt ausgestrahlt. Dies ist ein digitaler Radiosender: [www.radio-darmstadt.de](http://www.radio-darmstadt.de)

Wie und wo kann ich den Sender empfangen?

Fast überall auf der ganzen Welt. Sie brauchen dazu eine stabile Internet-Verbindung. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie den Radio-Sender über Computer, Laptop, Tablet oder Smartphone hören möchten. Sollten Sie eine „Alexa“ zuhause haben, sprechen Sie einfach folgenden Satz: „Alexa, spiele Radio Darmstadt!“

Es ist also ganz einfach unsere Sendung zu hören.

## Tipps und Informationen

### Wann wird die Sendung aus Rödermark ausgestrahlt?

Am 2. Sonntag im Monat von 17 bis 18 Uhr.

Eine Wiederholungssendung folgt dann direkt montags um 10 Uhr.

### Sendetermine 2022:

8. Mai, 12. Juni, 10. Juli, 14. August, 11. September, 9. Oktober,  
13. November und am 12. Dezember 2022

### Wir suchen weitere Akteure!

Sie möchten uns aktiv unterstützen oder haben Anregungen zur Sendung?

Dann nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf!

Wir freuen uns auf weitere Engagierte!

Tel. 06074 911-353

E-Mail [radio@roedermark.de](mailto:radio@roedermark.de)

[www.roedermark.de/radioinitiative/](http://www.roedermark.de/radioinitiative/)



Linkes Bild: Das ehrenamtliche Redaktionsteam mit Roland Lenz, Greta Diederichs und Dr. Jürgen Ganzer trifft sich wöchentlich per Video-Schaltung. Unterstützt wird das Team von Simone Kraljevic-Beckert und Ute Schmidt aus unserer Stadtverwaltung.

Rechtes Bild: Unsere junge ehrenamtliche Co-Moderatorin Sadaf Saide konnte leider nicht am gemeinsamen Fototermin teilnehmen. Sie lernt fleißig und bereitet sich auf ihr Fachabitur vor. Wir wünschen Ihr an dieser Stelle alles Gute und viel Erfolg!

## 5. Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“ im Bürgertreff Waldacker

Vom 13. Mai bis zum 6. Juni lädt das Stadtteilzentrum im Rahmen der Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“ die jüngere und ältere Generation zum gemeinsamen Austausch ein!

Die Ausstellung des Bundesfamilienministeriums setzt sich dafür ein, ein neues und differenziertes Bild vom Alter in unserer Gesellschaft zu verankern. Denn oftmals entsprechen die vorherrschenden Altersbilder nicht mehr den vielfältigen Lebensentwürfen und Stärken der älteren Menschen von heute. Dabei beeinflussen Altersbilder nicht nur das Miteinander der Generationen in einer älter werdenden Gesellschaft, sondern auch die Erwartungen an den eigenen Alterungsprozess. Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher und interessierte Gäste!



Der Eintritt ist frei. Es gelten die aktuellen Hygienemaßnahmen.

Zur besseren Planung wird um Anmeldung gebeten. Gerne bieten wir Ihnen auch eine Gruppenführung an. Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

Veranstaltungsort: Bürgertreff Waldacker, Goethestr. 39,  
Tel. 06074 94852, E-Mail [buergertreff.waldacker@roedermark.de](mailto:buergertreff.waldacker@roedermark.de)

### Rahmenprogramm der Ausstellung

#### **Freitag, 13. Mai, ab 16 Uhr im Außenbereich:**

„Generationenübergreifendes Outdoor-Tischkickern“

Ein großer Mit-Mach-Spaß für alle Jüngeren und Junggebliebenen!

Mobiles Jugendzentrum der Stadt Rödermark



#### **Freitag, 13. Mai, um 17 Uhr:**

Eröffnungsfeier der Ausstellung mit Vortrag zum Thema

„Was heißt schon alt?“

Referentin: Martina Geßner, Dipl. Sozialpädagogin, Entwicklungswerkstatt Hanau

## Tipps und Informationen

### **Dienstag, 17. Mai, um 18 Uhr:**

Kulturabend der Quartiersgruppe Waldacker

Thema: „Mamma Mia!“

Weitere Infos dazu erhalten Interessierte direkt bei der Quartiersgruppe Waldacker per Mail an [info@quartier-waldacker.de](mailto:info@quartier-waldacker.de).

### **Mittwoch, 18. Mai, um 19 Uhr:**

Vortrag „Von Schokoladenbäumen, Lieblingsplätzen und Noppensocken“

Die Diagnose „Demenz“ gehört zur häufigsten und folgenreichsten psychiatrischen Erkrankung im höheren Alter. Pflege- oder Betreuungssituationen können besser bewältigt werden, wenn Pflegende über den Verlauf der Krankheit und über den Umgang mit Menschen mit Demenz gut informiert sind. Dabei spielt die Gestaltung des Wohnumfeldes eine wichtige Rolle.

Referent: Wolfgang Geiken-Weigt, Dipl.-Sozialarbeiter, M.Sc. Alterswissenschaftler

### **Sonntag, 22. Mai, um 17 Uhr:**

Vortrag „Methusalems im Tierreich“ in Kooperation mit dem MGH SchillerHaus

Man mag es kaum glauben, aber einige Tiere werden hunderte Jahre alt! Wie funktioniert das? Und wieso lohnt sich das für diese Tiere. Auf humorvolle Art wird das Thema „Was heißt schon alt im Tierreich?“ an diesem Abend unter die Lupe genommen.

Referent: Dr. Sebastian Lotzkat, Biologe, Herpetologe und Science-Slammer, Mitarbeiter der Abteilung Bildung und Vermittlung des Naturkunde-Museums Stuttgart

### **Donnerstag, 2. Juni, um 19 Uhr:**

Vortrag „Tiere geben Halt“

Egal ob Pferd, Hund, Katze, Meerschweinchen oder Alpaka, Tiere motivieren die Menschen, wecken versteckte Ressourcen sowie Emotionen und regen zur Kommunikation an.

Referentin: Martina Vornoff-Deimer, Fachkraft für Tiergestützte Intervention

### **Freitag, 3. Juni, um 16 Uhr:**

Informationsveranstaltung über

„Vorsorgevollmachten/Betreuungs- und Patientenverfügung“

Nur allzu schnell können Situationen im Leben eintreten, in denen man durch einen Unfall oder eine schwere Erkrankung nicht mehr in der Lage ist, eigenständige Entscheidungen zu treffen oder sich zu äußern. Damit im Ernstfall auch weiterhin Ihre Wünsche und Vorstellungen eingehalten werden, kann dies im Vorfeld mit einer Vor-sorgevollmacht geregelt werden.

Referenten: DRK-Seniorenlotsen, Rödermark

## Freizeit-, Bewegungs- und Informationsangebote

### 1. Gemeinschaft für Präventiven Gesundheitssport in Rödermark

Es gibt viele gute Gründe, sich zu bewegen, sowohl körperlich als auch geistig und seelisch. Das Ziel des Präventiven Gesundheitssports ist es, durch entsprechende Aktivitäten die körperliche und geistige Funktions- und Leistungsfähigkeit zu fördern. Es werden grundsätzlich zwei verschiedene Arten von Kursen angeboten:

1. Rollator-Sport-Kurs
2. Aktiv-Kurs



Gemeinschaft für Präventiven Gesundheitssport

Was ist uns wichtig? Außer sportlicher Betätigung ist uns in allen Kursen auch die Förderung der Geselligkeit ein großes Anliegen.

„Der Kurs ist besser als jede Pille.“  
Oder: „Vor der Stunde sind wir rostig, nach dem Kurs sind wir rüstig.“ Das sind nur zwei von vielen begeisterten Feedbacks. Der Aktiv-Kurs dient der Förderung der ganzheitlichen Vernetzung im Körper zum Erhalt der Beweglichkeit und Ausdauer im Alltag. Natürlich auch gemeinsamen Aktivitäten, zum Beispiel gemeinsam Ball zu spielen.



Sind Sie neugierig geworden? Dann laden wir Sie herzlich zu einem Schnupperkurs ein. Die Kurse finden unter der Leitung von Tanja Rypka, ausgebildete Präventions-Trainerin, statt.

### Termine und Örtlichkeiten:

Rollator-Sport-Kurs: dienstags 10 bis 11.30 Uhr,  
Bücherturm Ober-Roden, barrierefrei mit Aufzug;  
städt. Fahrdienst für Teilnehmer vorhanden

Aktiv-Kurs: dienstags 19.30 bis 20.30 Uhr,  
Sporthalle der Stadt Rödermark an der Feuerwehr in der Kapellenstraße

**Kontakt:**

Tanja Rypka, c/o Horst Schmitt  
Franz-Schubert-Straße 2  
63322 Rödermark,  
mobil 0179 1191060  
E-Mail: [tanja-rypka@gmx.de](mailto:tanja-rypka@gmx.de)

## 2. Gymnastik und Bewegungsübungen für Senioren

Christa Wolter bietet mittwochs um 9.30 Uhr in der Halle Urberach (Seiteneingang) sowie um 11.15 Uhr im Rothaha-Saal der Stadtbücherei Ober-Roden Gymnastik und Bewegungsübungen für Seniorinnen und Senioren an. Informationen bei Christa Wolter unter Tel. 06074 90880.

## 3. Seniorentanz: Tanz mit – bleib fit!

Seniorentanz ist kommunikativ, fördert soziale Kontakte und schafft Erfolgserlebnisse, bereitet Freude und Wohlbefinden. Tanzen hält fit, macht Spaß, macht schlau – und fördert ganzheitlich die Gesundheit. Einzelpersonen und Paare - alle können mittanzen: donnerstags um 10 Uhr in der Halle Urberach. Weitere Informationen bei Christa Wolter unter Tel. 06074 90880. Anmeldungen nimmt Simone Kraljevic Beckert im Rathaus Urberach, Zimmer 213, Tel. 06074 911-353, entgegen.

## 4. Historische Stadtführung in Urberach für Seniorinnen und Senioren

Diesmal dreht sich alles um die alten Gasthäuser in Urberach. Bei schönem Wetter besteht nach der Führung die Möglichkeit zur Einkehr in ein lokales Apfelweinlokal.

Termin: Samstag, 7. Mai, ab 14 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt; Anmeldung bei Christiane Rasmussen (MGH SchillerHaus, mobil 0160 6165779 oder [christiane.rasmussen@roedermark.de](mailto:christiane.rasmussen@roedermark.de))

## 5. Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“

s. Programm in „Aktuelles aus Rödermark“

Wann: 13. Mai bis 6. Juni 2022

Wo: Bürgertreff Waldacker

## 6. Seniorenmesse

Wann: 11. Juni von 10 bis 16 Uhr

Wo: Außengelände der Berufsakademie in Urberach

Auf der Seniorenmesse können sich Seniorinnen und Senioren, Familien und Interessierte über Themen rund um das Älterwerden informieren.



**Alle Präsenz-Angebote finden unter den aktuell geltenden Corona-Hygienemaßnahmen statt!**

## 7. Öffentliche Bücherschränke

Bücherzelle Breidert – Breidertring:

Der Zugang ist frei; wer will, kann sich rund um die Uhr mit Lektüre versorgen, denn die Telefonzelle ist beleuchtet.

Bücherschrank Urberach (Foyer der Sparkasse Dieburg) –  
Konrad-Adenauer-Straße: rund um die Uhr geöffnet.

Bücherschrank Bürgertreff Waldacker – Goethestraße 39:  
Bücher können montags, dienstags, donnerstags und freitags  
von 14 bis 16 Uhr ausgeliehen werden. Bitte an der Tür klingeln!

***„Es gibt wichtigeres im Leben, als beständig die  
Geschwindigkeit zu erhöhen.“***

Mahatma Gandhi (1869 – 1948)



## Digitale Angebote

### Senioren-Anfängerkurs „Fit für das Smartphone“

Die Seniorenberatung der Stadt Rödermark veranstaltet vom 16. Juni bis zum 11. August einen Anfängerkurs für Senioren, der in die Bedienung eines Smartphones mit dem Betriebssystem Android einführt. Der Kurs für maximal zehn Teilnehmer wird jeden Donnerstag von 10.15 bis 11.45 Uhr im Mehrgenerationenhaus SchillerHaus in der Schiller Straße 17, 63322 Rödermark-Urberach, stattfinden.

Das Smartphone wird zur Bewältigung und Orientierung im Alltag immer relevanter. Studien zeigen, dass mittlerweile mehr als 40 Prozent der befragten über 65-Jährigen ein Smartphone benutzen. Daher möchte die Seniorenberatung der Stadt Rödermark Senioren den sicheren Umgang mit dem Smartphone erleichtern und deren Selbstständigkeit im Alltag erhöhen.

In insgesamt neun wöchentlichen Sitzungen begleiten zwei Kursleiter die Teilnehmer in einfach gehaltenen Aufgabenschritten durch die wichtigsten Funktionen ihres Smartphones. Die Aufgabenschritte werden anhand einer Bildschirmpräsentation nachvollzogen. Die Kursleiter begleiten die Teilnehmer aber auch einzeln bei der Bewältigung von Problemen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ein internetfähiges Android-Smartphone muss man allerdings mitbringen. Stoffmenge und Lerntempo werden an die Bedürfnisse der Senioren angepasst.

Für den Kurs kann das offene WLAN des Schillerhauses benutzt werden. Die Teilnehmer zahlen lediglich eine Gebühr für die Seminarunterlagen in Höhe von 20 Euro. Es handelt sich um ein bewährtes Schulungskonzept aus dem Seniorenbereich, anhand dessen der Lernstoff nach Beendigung des Kurses noch einmal nachvollzogen werden kann.

Anmeldung: Fachabteilung Soziale Stadt, Simone Kraljevic-Beckert,  
Tel. 06074 911-353 oder E-Mail: [simone.kraljevic-beckert@roedermark.de](mailto:simone.kraljevic-beckert@roedermark.de)

## Tipps und Informationen



### Wie komme ich ins Internet?

Dabei sein!  
Online im Alter.



#### WLAN

- Internet für zuhause
- Vertrag mit einem Anbieter
- WLAN-Router



#### Mobile Daten

- Internet für unterwegs
- SIM-Karte (Prepaid oder Vertrag)
- Mobiles Datenvolumen



#### Hotspot

- Internet in öffentlich zugänglichen Gebäuden
- Passwort, Login oder freier Zugang

**In 3 Schritten ins Internet**

1. Ein internetfähiges Gerät wählen (PC, Smartphone, Tablet)
2. Einen Internetzugang wählen, ggf. einrichten (WLAN, Mobile Daten, Hotspot)
3. Lossurfen



## Begriffserklärung

- **WLAN**  
ist eine Abkürzung für ein lokales Funknetzwerk, das Ihnen ermöglicht mit verschiedenen Geräten auf das Internet zuzugreifen. Der Zugang kann dabei über einen WLAN-Router zuhause, mittels Kabel oder Satellit erfolgen.
- **WLAN-Router**  
ist ein Gerät, das die Verbindung zwischen Internet und Ihrem Computer ermöglicht. Dieser wird oft vom Anbieter zur Verfügung gestellt und durch einen Techniker eingerichtet.
- **SIM-Karte**  
ist eine Chipkarte, die zu Ihrer Identifikation beim Mobilfunkanbieter dient. Mittels SIM-Karte und einem entsprechenden Tarif können Sie mit Ihrem Smartphone telefonieren, SMS schreiben oder auf das Internet zugreifen.
- **Mobile Daten**  
ermöglichen Ihnen einen Internetzugang von unterwegs aus. Das mobile Datenvolumen wird bei der Wahl des Mobilfunktarifs festgelegt.
- **Prepaid**  
ist ein Mobilfunktarif, bei dem vorab auf die SIM-Karte ein bestimmtes Guthaben aufgeladen wird. Dieses Guthaben kann dann genutzt werden, um zu telefonieren, SMS zu schreiben oder auf das Internet zuzugreifen.
- **Hotspot**  
ist eine Bezeichnung für Internet-Zugriffspunkte. Diese sind oft an Orten, wie Restaurants oder Hotels zu finden und ermöglichen Ihnen dort mit Ihrem Gerät auf das Internet zuzugreifen.
- **Login**  
ist eine Anmeldung, die Ihnen Zugang zu einem bestimmten Dienst ermöglicht. Der Login dient Ihrer Identifikation und erfolgt meist über einen Benutzernamen und Passwort.

## Rätsellösungen und Quellenverzeichnis

### Rätsellösungen

Seite 18: Lösung Kreuzworträtsel

	A		O		S		R	
S	L	U	M		A		O	K
	S	P	I	E	L	U	H	R
M	O	D		T	U		S	I
		A	K	U	T		E	S
D	A	T	E	I		W	I	E
	M	E	T		B	A	D	
C	E		T	E	I	L	E	R
	R	I	E	G	E	L		E
E	I	S		G	R	O	S	S
	K	O		E		N	E	O
T	A	B	U		L	E	I	N
	N	A	N	D	U		D	A
V	E	R	G	E	S	S	E	N
	R	E		S	T	O	L	Z

Seite 20: Lösung Buchstabengitter

B	E	Z	F	T	O	L	W	B	E	Z	F	T	I	L	V	S	K	V	B	F	N	P	E
R	M	E	K	M	I	N	K	E	L	E	K	M	O	L	O	T	I	M	J	E	K	H	C
Y	O	C	V	B	E	S	C	H	E	R	U	N	G	S	R	U	L	L	E	S	T	I	A
W	B	A	D	G	E	R	S	I	E	N	K	O	Z	N	F	M	Y	T	N	T	L	Y	F
E	O	L	J	N	E	R	Z	Z	O	L	J	N	E	R	R	U	I	L	K	T	F	M	X
I	R	A	R	B	N	E	I	A	I	T	B	E	N	G	E	L	S	H	A	A	R	E	S
H	R	E	D	U	E	I	K	T	Z	E	D	U	E	I	U	A	E	U	E	G	W	L	Q
N	B	K	R	I	P	P	E	N	S	P	I	E	L	U	D	R	N	B	V	E	I	W	M
A	D	E	T	R	Z	M	A	I	W	E	T	R	Z	M	E	N	V	N	G	S	S	U	W
C	F	H	L	S	E	W	Q	J	A	U	A	N	E	W	Q	D	S	U	I	O	G	S	U
H	F	W	F	E	C	D	E	S	F	P	F	I	R	W	E	C	Y	S	R	T	M	N	T
T	A	G	A	B	E	N	L	I	S	T	E	Z	A	I	S	K	Z	S	E	C	A	W	A
S	P	E	L	F	F	M	W	U	P	E	L	F	N	M	E	T	Z	K	D	K	C	L	M
B	H	I	H	N	J	R	K	J	H	E	I	L	I	G	A	B	E	N	D	R	T	W	L
A	G	J	N	U	O	I	X	R	I	J	N	U	T	I	R	Q	O	A	A	C	M	U	S
U	W	E	T	R	R	M	A	R	Z	I	P	A	N	M	A	N	V	C	G	S	S	U	W
M	F	S	A	M	S	N	Q	W	F	H	L	C	E	W	E	D	S	K	U	I	O	G	S
S	F	Y	F	E	D	L	S	C	H	N	E	E	F	L	O	C	K	E	N	T	M	N	X
E	A	G	I	Z	A	U	S	E	N	A	S	Z	T	I	S	K	C	R	E	C	A	W	A
U	P	E	Z	I	M	T	S	T	E	R	N	F	N	M	E	T	Z	Z	D	K	C	L	L
W	H	B	K	N	E	A	K	L	H	K	I	R	E	A	K	L	M	C	I	R	T	W	N
R	G	J	N	U	T	I	R	E	G	J	N	U	T	I	R	Q	O	I	A	N	M	U	S

Seite 19: Die Bilder unten links und unten rechts sind identisch.

### Fotos/Rätsel/Abbildungen

Seite 1 | Fotos: Karla Rasmussen, <https://pixabay.com/de/photos/eier-ostereier-s%3%bc3%bc3sigkeit-ostern-1245719/>, <https://pixabay.com/de/photos/hase-gras-rasen-tier-niedlich-1903016/>, <https://pixabay.com/de/photos/ostern-schriftzug-text-fr%3%bc3%bc3hling-2034062/>

Seite 10 | Foto: <https://pixabay.com/de/photos/spatz-vogel-tier-sperling-5321932/>

Seite 11 und 12 | Bilder: Heimat- und Geschichtsverein Rödermark e.V.

Seite 14 | Foto: <https://pixabay.com/de/photos/milchreis-nachspeise-s%3%bc3%bc39f-lecker-888606/>

Seite 17 | Bilder: Karla Rasmussen und Kinder aus der Breidertschule, der Kita An der Rodau und St. Gallus

Seite 18 bis 20 | Rätsel: [www.raetseldino.de](http://www.raetseldino.de)

Seite 24 | Foto: Polizei Hessen

Seite 26 | Fotos: Seniorenbeirat Rödermark

Seite 29 | Foto: [@pexels-rodnae-productions-7020619.jpg](https://pexels-rodnae-productions-7020619.jpg)

## Impressum

Stadt Rödermark,  
vertreten durch den Magistrat,  
Dieburger Straße 13-17,  
63322 Rödermark

Umsatzsteueridentifikationsnummer:  
DE 113.525.162

Telefon: 0049 6074 911-0  
Telefax: 0049 6074 911-333  
Elektronische Post/E-Mail: [info@roedermark.de](mailto:info@roedermark.de)

Weiteres ist dem Impressum unter [www.roedermark.de](http://www.roedermark.de) zu entnehmen.

---

Die Seniorenpost erhalten Sie an folgenden Ablagestellen:  
Rathaus Urberach, Rathaus Ober-Roden, Mehrgenerationenhaus SchillerHaus,  
Bürgertreff Waldacker, öffentliche Bücherregale in Ober-Roden (Bücherzelle im Breidert)  
und Urberach (Bücherschrank im Foyer der Sparkasse), Café Süße Ecke sowie in allen  
Rödermärker Apotheken.

Bei Fragen und Anregungen rund um die Seniorenpost wenden Sie sich bitte an:  
Christiane Rasmussen (Projektkoordination MGH SchillerHaus, mobil 0160 6165779  
oder E-Mail [christiane.rasmussen@roedermark.de](mailto:christiane.rasmussen@roedermark.de))

**An dieser Stelle möchten wir uns ganz herzlich bei Jenny Roters, Greta Diederichs, Maria Schallmayer, Helga Benzner, Karla Rasmussen und den Kindern der Breidertschule sowie der Kita An der Rodau und der Kita St. Gallus für die Unterstützung bei der Erstellung der Senioren-Post bedanken!**