

Forum Senioren Meckenheim e.V.

Jahresbericht 2016

Ein arbeitsintensives, aber auch erfolgreiches Jahr liegt hinter uns. Zusätzlich zu den regulären Vereinsaktivitäten haben uns die beiden großen Projekte „Mit Lebensqualität älter werden in Meckenheim“ (gefördert vom BMFSFJ) sowie „Engagement braucht Leadership“ (gefördert von der Robert-Bosch-Stiftung sowie dem Land NRW) stark beschäftigt. Aber der Einsatz hat sich gelohnt: Der auf dem Gelände am Elserweg errichtete „Meck Fit Treff“ mit Aktivgeräten wird eifrig genutzt, und der über Qualifizierungsmaßnahmen für Führungskräfte begonnene Erfahrungsaustausch mit Vereinsvertretern aus Meckenheim, Rheinbach und Swisttal setzt sich fort. Auch das „Linksrheinische Seniorennetzwerk“ (LinSe) wurde durch die neuen Kontakte bekannt und belebt.

Als Ergebnis umfangreicher Recherchen haben wir beim 8. Meckenheimer Seniorentag die Infoschrift „Hilfen in Meckenheim“ an die Öffentlichkeit gegeben, in der ehrenamtliche und zu bezahlende Dienstleistungen, die Senioren auf Wunsch ins Haus gebracht werden, aufgelistet sind. Auch dieses selbst organisierte Projekt wurde – wie die bereits genannten - in Zusammenarbeit mit der Stadt Meckenheim durchgeführt. Wir danken insbesondere der Demografiebeauftragten, Frau Hihn, für ihre engagierte und tatkräftige Unterstützung, die immer wieder zu guten Lösungen führt.

Zusätzlich verfügen wir mit den inzwischen 27 Kooperationspartnern über ein tragfähiges Netzwerk, das uns die Voraussetzungen für die Vereinsarbeit verschafft. Da unser Forum Senioren keine eigenen Räume und keine Geschäftsstelle hat, sind wir immer wieder auf sachliche und ideelle Hilfestellung angewiesen. Daher sind wir sehr dankbar, dass die Kooperationspartner uns trotz eigener (Über-)Beanspruchung bei Bedarf stets zur Seite stehen.

Auch mit der Beachtung, die wir durch die Presse erfahren, sind wir überaus zufrieden. Sowohl der General Anzeiger wie die Bonner Rundschau und die lokalen Blätter haben unsere Aktivitäten und die Projekte von der ersten Ankündigung bis zu den erreichten Ergebnissen das ganze Jahr über aufmerksam begleitet. Ebenso werden unsere Einladungen und Termine verlässlich veröffentlicht. Auch wenn wir um einen Bericht zu einem Angebot oder einer Projektgruppe bitten, erhalten wir Gehör. – Damit trägt die regionale Presse erheblich dazu bei, Informationen über unsere Arbeit zu verbreiten und den Bekanntheitsgrad des Forum Senioren zu erweitern.

Im Einzelnen gibt es Folgendes zu berichten:

1. „Alter (in Meckenheim) gestalten“: Abwechslungsreiches Programm

Im Alter können sich Veränderungen einstellen, auf die in den vorangegangenen Lebensabschnitten nicht vorbereitet wurde. Auch Vorbilder von Eltern oder Großeltern erweisen sich als wenig hilfreich, weil die Rahmenbedingungen für Seniorinnen und Senioren heutzutage ganz anders sind, z.B. im Bezug auf die Gesundheit, die längere Lebenserwartung und den technischen Fortschritt. Aus diesem Grunde sind wir bestrebt, Informationen und Praxistipps zu häufig gestellten Fragen zu vermitteln. Daher sprechen wir Experten aus verschiedenen Disziplinen an, um über wichtige Zusammenhänge aufzuklären und Orientierungshilfen für den Alltag zu geben: Jeden Monat wird eine Themenrunde mit einem Fachvortrag durchgeführt. Zusätzlich gibt es Angebote zur Förderung der Beweglichkeit und der IT-Kenntnisse. Auch der gesellige Austausch wird gepflegt.

An den 10 **Themenrunden** im Jahr 2016 nahmen insgesamt 249 Senioren teil, also je Veranstaltung im Durchschnitt 25 Personen. Die höchste Besucherzahl konnte „Fahreignung im Alter“ verbuchen. Weitere Themen zum Alltag waren „Besteuerung von Alterseinkünften“, „Pedelec“ und „Sicherheit“. Dazu kamen Vorträge zu gesundheitlichen Problemen und zu Pflege, die immer gefragt sind. Die „Einstimmung in den Advent“ schloss das Jahresprogramm mit einem gemütlichen Nachmittag ab, den der Chor „Souvenir“ und ein Zauberer bereicherten.

Insgesamt vier Veranstaltungen fanden im Rahmen der Aktionswoche „perspektive langes Leben“ statt, die am 5. September durch die NRW-Gesundheitsministerin Frau Steffens eröffnet worden war. Sie war vom Initiativkreis Pflege im „Bündnis für Fachkräfte Bonn/Rhein-Sieg“ angeregt worden, um die Aufmerksamkeit auf die Notwendigkeit zu lenken, möglichst lange gesund und eigenständig leben zu können.

Als spezielle Angebote zu „**Kultur und Geselligkeit**“ organisiert Frau von Eisenhart jedes Jahr zwei Busfahrten, die mit 28 Teilnehmern stets ausgebucht sind. Am 20. April ging es nach Limburg, und am 5. Oktober nach Eltville / Kloster Eberbach, jeweils mit zwei Führungen und einer Mittagseinkehr. – Da bei der Fahrt nach Eltville viele Interessenten nicht berücksichtigt werden konnten, wird dieses Ziel 2017 wieder aufgenommen.

Sehr beliebt sind auch die in Kooperation mit der Gesellschaft für internationalen Kulturaustausch (GIK) und dem Bürgerverein veranstalteten Filmvorführungen im Drehwerk Adendorf (KKK – Kino, Kommunikation und Kulinarisches). Mit viel Geschick und Einfühlungsvermögen suchen jeweils Frau Rädle und Herr Dr. Dietzel die Filme aus.

Auch der Stammtisch, den Frau Lingk und Frau von Eisenhart im Vorjahr zum lockeren Zusammensein eingeführt haben, trifft sich nach wie vor jeden Monat, neuerdings im „Café in der Mitte“. Die Anregung von Frau von Eisenhart, vor Weihnachten Kerzenhalter zu falten (Origami), wurde gern angenommen.

Ebenso hat das Angebot „**Bewegung tut gut**“ mit Frau Nowak als Übungsleiterin inzwischen einen festen Stamm gefunden, der monatlich zusammen kommt. Die Teilnehmenden schätzen die persönliche Ansprache, mit der sie zum intensiven Training angeregt werden. Die gelernten Übungen können daheim wiederholt werden und dienen dazu, sich fit zu halten und dadurch den Alltag zu erleichtern.

Leider zeichnet sich nach 1 ½ Jahren „Nomadentum“ immer noch keine Lösung der **Raumfrage** ab. Die Stadt Meckenheim zeigt sich hilfreich, indem wir die Aula der Gemeinschaftsgrundschule Merl für die Themenrunden und die Gymnastik sowie den Pavillon der TH-Realschule für den PC- und Internet-Treff nutzen können. Aber – wie Bürgermeister Spilles beim Gespräch am 26. November mitteilte -, ist damit zu rechnen, dass sich die Situation wegen anstehender Sanierungsmaßnahmen ab Herbst 2017 noch verschlechtert.

Daher suchen wir nach Alternativen. Das „Café in der Mitte“ hat einen Nebenraum, den wir schon mehrmals genutzt haben, aber er reicht nur für max. 20 – 25 Teilnehmende. Daher bietet er keine Dauerlösung.

2. Arbeit der Projektgruppen (PG)

- Die PG „**Seniorenfreundliche Betriebe**“ wird von Frau Lingk und Herrn Busch geleitet. Beim Meckenheimer Seniorentag wurden drei Betriebe zertifiziert. Damit sind zur Zeit insgesamt 52 Betriebe als „seniorenfreundlich“ ausgezeichnet.

Die Kontaktpflege zu den bereits zertifizierten Betrieben erweist sich als nützlich. So waren einige Betriebe bereit, uns zur Verteilung bei verschiedenen Aktionen kleine Gewinne zu geben oder unsere Prospektständer aufzustellen.

Zusammen mit der PG „Aktive Nachbarschaft“ wurde – pünktlich zum Seniorentag – die **Infoschrift „Hilfen in Meckenheim?“** herausgegeben. Ursprünglich war ein Leporello geplant, um die von Zulieferern gesammelten Adressen zu veröffentlichen, aber die Recherchen waren dank Zuarbeit des Meckenheimer Verbunds und anderer Kooperationspartner so erfolgreich, dass die Seiten nicht reichten.

Die Auflage von 1.500 Exemplaren war im Nu vergriffen. Daher wurden bei der Ausschreibung der Raiffeisenbank Voreifel „Lichter im Advent“ finanzielle Mittel für eine 2. Auflage von 2.000 Stück beantragt. – Die Bewilligung erfolgte im Dezember.

Herr Busch arbeitet als Vertreter der Projektgruppe weiter beim „Runden Tisch bezahlte Hilfen“ mit, der wesentlich zur Herausgabe der Infoschrift „Hilfen in Meckenheim?“ beigetragen hat.

- Die von Prof. Dr. Neubauer und Frau Müchler geleitete **PG „Aktive Nachbarschaft“** organisiert die monatlichen Themenrunden. Hier werden überwiegend Fragen / Probleme behandelt, die Senioren im Alltag begegnen. Nach dem Vortrag des jeweiligen Experten besteht immer Gelegenheit zur Diskussion, so dass Erfahrungen ausgetauscht werden können.

Auch im Jahr 2016 wurde die **Taschengeldbörse** regelmäßig in Anspruch genommen, vor allem von Meckenheimer Senioren, vereinzelt auch Familien. Zurzeit sind 131 Jobanbieter angemeldet. Von den jobsuchenden Jugendlichen haben sich wieder einige aus schulischen Gründen und wegen Schulabschluss abgemeldet. Aber es gab auch Neuanmeldungen. So steht im Augenblick wieder eine Gruppe von 20 jobsuchenden Jugendlichen zur Verfügung.

Wie auch schon im letzten Jahr war die Nachfrage nach Hilfe bei Handy und PC am größten, gefolgt von Hilfe in Garten und Haus.

Die beiden „**Offenen Bücherschränke**“ im Bürgerservice-Zentrum und am Le-Meé-Platz werden gut frequentiert, erfordern aber auch ständige Pflege. Das Ehepaar Lingk, Frau Böning und Herr Busch setzen sich besonders dafür ein, dass alles übersichtlich und ordentlich aussieht. – Aber das kann sich von einem Augenblick zum anderen ändern, so dass schnell für Abhilfe gesorgt werden muss.

- Im Rahmen der **PG „Jung – Alt und Kultur“** führt Frau von Eisenhart jedes Jahr zwei Bustouren mit Besichtigungen durch. Von Zeit zu Zeit gibt es auch Themenrunden zu kulturellen Inhalten.

Dadurch, dass die Meckikids zu Kooperationspartnern unseres Forums Senioren geworden sind, haben wir seit Anfang des Jahres eine Brücke zu jungen Familien und deren Kindern. Als eine Aktion zur Einführung des Fitness-Parcours am Elserweg wurde z.B. gemeinsam ein Familienfest veranstaltet. – Die begonnene Zusammenarbeit soll weiter ausgebaut werden.

Abgesehen vom PC- und Internet-Treff gab es kaum weitere Kontakte mit dem Jugendrat. Das hängt auch damit zusammen, dass wir wegen der stockenden Sanierungsmaßnahmen keinen Raum mehr im Mosaik haben.

Auch im Jahr 2016 fand der **Internet-Treff / Computerhilfe** wieder jede Woche, jeweils am Donnerstag, 16-18 Uhr, statt. Es gab keine Kurse oder Vorträge, sondern nur spezielle Computerhilfe. Für die Beratung stand jeweils ein Schüler für zwei Teilnehmer zur Verfügung. Den Teilnehmern wurde am eigenen Gerät (PC, Tablet oder Smartphone) geholfen. Manchmal wurden Geräte neu eingerichtet, Programme erklärt oder Tipps zur optimalen Nutzung gegeben.

120 Teilnehmern konnte so geholfen werden.

Aufwendig ist die Arbeit für Frau Böning und Frau Mehrholz, die ständig - oft kurzfristigen - neuen Anmeldungen zeitlich einzuteilen und dazu entsprechend viele Schüler zu finden. Leider melden sich zu wenig hilfsbereite Schüler.

Anfang 2016 wurde vom Vorstand beschlossen, die **PG „Wohnen / Stadtentwicklung“**, die von Herrn Gamer und Herrn Dr. Goldammer geleitet wurde, aktuell nicht mehr weiter zu führen. Ausschlaggebend dafür war, dass die Thematik durch Informationsveranstaltungen, Erarbeitung eines Positionspapiers sowie von Handlungsempfehlungen im Rahmen der BMFSFJ-Projekte „Aktiv im Alter“ sowie „Mit Lebensqualität älter werden in Meckenheim“ erst einmal abgearbeitet ist.

Das monatliche Angebot der Wohnberatung für ältere Menschen bleibt bestehen, so dass bei Bedarf Hilfestellung geleistet oder an die „AWO-Wohnberatung RSK“ weiter geleitet wird. Seit

kurzem wird Herr Gamer dabei durch Herrn Philippsen unterstützt, der im BM für Gesundheit u.a. am Aufbau und der Fortentwicklung modellhafter Pflegeeinrichtungen beteiligt war.

3. Der 8. Meckenheimer Seniorentag am 3. und 4. September 2016

Bedingt durch die Straßenbaumaßnahmen in der Altstadt fand der Seniorentag diesmal auf dem Platz vor Saaten Rausch statt, so dass Herr Domrös für die Infostände eine völlig neue Aufplanung erarbeiten musste, die erst nach mehrfachen Änderungen sowohl vom Ordnungsamt wie vom Meckenheimer Verbund akzeptiert wurde. – Für die Talkrunde sowie die Auftritte des Chors „Souvenir“ und der Tanzgruppe von Frau Toyka konnte die große Bühne auf dem Marktplatz gegenüber genutzt werden.

Mit dem Motto „Ehrenamt und Engagement – überall gebraucht!“ schloss der Seniorentag an die Themenstellung des Projekts „Engagement braucht Leadership“ an, das 2015 begonnen hatte und Ende September 2016 endete. - Die Talkrunde widmete sich speziell der Frage, die viele Vereine bewegt: „Ehrenamt und Engagement – Woher kommt Nachwuchs?“ – Leider gab es nicht viele Zuhörer, aber inhaltlich war die Diskussion mit Vertretern aus drei Gemeinden (Meckenheim, Rheinbach, Swisttal), nicht nur hochkarätig besetzt, sondern brachte – wieder souverän von Herrn Groß moderiert – auch zukunftsweisende Ergebnisse im Hinblick auf eine stärkere gemeindeübergreifende Vernetzung von Vereinen und mehr öffentliche Wertschätzung des freiwilligen Engagements.

Das Wohltätigkeitskonzert in St. Johannes der Täufer am Sonntagabend war hinsichtlich der Besucherzahl und der Künstler ein absoluter Höhepunkt! Sowohl die beiden Chöre (BONNER OPERISTEN und „Good News“) als auch die Ensembles der Musikschule boten hinreißende Musik, die zu einem Top-Spendenergebnis führte: Am 7. November konnte Frau Meyer zu Drewer daher ein Scheck über die stolze Summe von 1.000 € für „Eine warme Mahlzeit für Kinder“ überreicht werden! – Es soll versucht werden, für 2017 wieder die gleichen Künstler zu gewinnen.

Im Rückblick auf den Seniorentag äußerten sich die Aussteller sowie die Polizei und die Betreuer des RVK-Busses zufrieden mit dem Standplatz vor „Saaten Rausch“. Daher wurde überwiegend dafür votiert, den Seniorentag 2017 wieder dort durchzuführen. Dabei sollten die Infostände jedoch von Anfang an vorne am Straßenrand platziert und nach Möglichkeit ein kleines Podium mit 3 – 4 Elementen aufgebaut werden, um Aktionen wie z.B. Rollatortraining zu ermöglichen.

4. Projekt „Einrichtung eines Fitness-Parcours für Alt und Jung

Das BMFSFJ-Projekt „Mit Lebensqualität älter werden in Meckenheim: aktiv, engagiert, vereint“, das im Februar 2015 geendet hatte, konnte dank einer 2. Förderstufe fortgesetzt werden, um einen Fitness-Parcours aufzustellen. Anfang des Jahres wurde ein Team mit Vertretern der Stadt (Demografiebeauftragte, Mitarbeiter Baubetriebshof), Vorstandsmitgliedern des Forum Senioren sowie örtlichen Kooperationspartnern, insbesondere Sportvereinen, gebildet.

Beim 1. Treffen des Projektteams wurde der von der Stadt Meckenheim empfohlene Standort neben dem EDEKA-Markt als nicht geeignet abgelehnt. Als Alternative setzte sich schließlich der Vorschlag für das Gelände beim Spielplatz am Elserweg durch, nahe beim Schulcampus und Sportstätten.

Zur Entscheidungshilfe für die Auswahl der Outdoor-Geräte führten wir am 16. März 2016 eine Besichtigungstour durch und erprobten Fitness-Parcours verschiedener Firmen. Als Ergebnis wurde beim Bürgerforum am 14. April vorgeschlagen, vier Fitness-Geräte der Firma Playfit (Beintrainer, Ganzkörpertrainer, Rückentrainer, Beweglichkeitstrainer) sowie zwei „Pedalos“ der Firma Giro Vitale anzuschaffen. – Dieser Vorschlag wurde angenommen, und der Baubetriebshof konnte nach Bestellung und Lieferung der Edelstahlgeräte in den Sommerferien den Fitness-Parcours einrichten.

In dieser Zeit wurde auch ein Logo entwickelt sowie ein Wettbewerb zur Namensuche ausgeschrieben. Aus 52 Zusendungen wählte die Jury am 30. August den Namen „Meck Fit Treff“ aus. – Die Geldpreise wurden dann bei der Eröffnung des 8. Meckenheimer Seniorentages verliehen.

Bald darauf erfolgten die drei **Aktionen zur Einführung des Fitness-Parcours**:

- Einweihung des „Meck Fit Treff“ am 18. September mit fachlich begleitetem „Testen“ der Geräte beim 8. Spiel- und Sportfest „Meckenheim vereint“.
- Multikulturelle Begegnung am 29. September zusammen mit der Rheinflanke u.a. mit einem Fußballturnier Jugendliche / Flüchtlinge. Zusätzlich Aktivitäten zur Erprobung des Fitness-Parcours. Abschluss mit gemeinsamen Grillen.
- Familienfest am 30. Oktober mit den Meckikids, Aktivitäten rund um den Fitness-Parcours mit Wettbewerben, Bastelangeboten, Stockbrotbacken.

Während der gesamten Laufzeit vom 15. Januar bis 15. Dezember erzielte das Projekt ein hohes Presse-Echo (General Anzeiger, Bonner Rundschau, lokale Blätter). Wie erhofft, wird der „Meck Fit Treff“ von Meckenheimern verschiedenen Alters eifrig genutzt. Das ist auch dem Meckenheimer Sportverein (MSV) zu verdanken, der die Patenschaft übernommen hat, und durch regelmäßige Angebote die Attraktivität erhöht. Insbesondere steht jeden Mittwoch eine ehrenamtliche Übungsleiterin für das Training zur Verfügung.

5. Projekt „Engagement braucht Leadership“

Das von der Robert Bosch Stiftung und dem Land NRW geförderte Modellprojekt richtete sich auf die Qualifizierung von Vereinsvorständen und wurde in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Gemeinde Swisttal sowie dem Seniorenbeauftragten der Stadt Rheinbach durchgeführt. Bereits bei der 2015 erfolgten Befragung von Verbänden sowie den Diskussionsrunden bei den Austauschforen war erfasst worden, welche Fortbildungsinhalte speziell gewünscht wurden.

Anhand dieser Bedarfsliste wurden für das 1. Halbjahr 2016 insgesamt 6 Workshops geplant und kompetente Referenten dafür verpflichtet. Dabei erhielten wir tatkräftige Unterstützung durch die Leiterin des Kath. Familienbildungswerks, Frau Schmidt-Keusgen. Bei der Planung legten wir viel Wert darauf, dass jeweils zwei Workshops an einem Wochenende im Bereich eines der drei Partner stattfanden:

- Workshop 1 „Führungsfragen“: Meckenheim, 4. März 2016
- Workshop 2 „Kommunikationsfragen“: Meckenheim, 5. März 2016
- Workshop 3 „Finanzierungsfragen“, Rheinbach, 22. April 2016
- Workshop 4 „Rechtsfragen“, Rheinbach, 23. April 2016
- Workshop 5 „Kooperationsfragen“, Swisttal, 3. Juni 2016
- Workshop 6 „Fragen zur Öffentlichkeitsarbeit“, Swisttal, 4. Juni 2016

Das 4. Austauschforum stand unter der Überschrift: „Bis hierher – und wie weiter“ und wurde am 1. September im Zeughaus der Meckenheimer Stadtsoldaten veranstaltet. Als prominente Teilnehmer wirkten Herr Allroggen, Sozialdezernent des RSK, sowie Bürgermeister Spilles an der Diskussionsrunde mit.

Zusätzlich wurde die Thematik noch in den 8. Meckenheimer Seniorentag einbezogen, indem die Talkrunde mit Vertretern von Politik / Vereinen aus Rheinbach, Meckenheim, Swisttal die Frage „Ehrenamt und Engagement – Woher kommt Nachwuchs?“ behandelte.

Auch wenn zu einigen Veranstaltungen weniger Teilnehmer als erwartet gekommen waren, ist das Projekt insgesamt erfolgreich verlaufen: Zum ersten Mal haben Vereinsvertreter aus Meckenheim, Rheinbach und Swisttal zu verschiedenen Handlungsfeldern ihre Sorgen und Erfahrungen ausgetauscht. Daraus haben sich neue Kontakte und Kooperationen ergeben (z.B. Forum Senioren + Meckikids / Heimatverein Meckenheim + Meckikids).

Darüber hinaus haben mehrere Vereine der drei Kommunen – u.a. bei der Talkrunde beim 8. MST – den Wunsch geäußert, den Erfahrungsaustausch zu verstetigen und ein Netzwerk aufzubauen. - Herr Philippsen, Swisttal, will den Anfang zu machen und 2017 zu einem gemeindeübergreifenden Treffen einladen.

Zusätzlich hat die Raiffeisenbank Voreifel angeboten, Veranstaltungen mit Vorträgen zu Themen wie Testament, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung etc. durchzuführen, zu denen die Seniorenvereine aus den drei „LinSe“-Kommunen einladen können.

Pläne für 2017

Bis zu den Sommerferien liegt das Programm bereits vor. Nach den beiden großen 2016 durchgeführten Projekten sind aktuell keine weiteren geplant. Wir wollen uns auf die Vereinsarbeit konzentrieren.

Die erneute Herausgabe der Infoschrift „Hilfen in Meckenheim?“ bringt wieder viel Arbeit für die Recherchen und Korrekturen mit sich. Aber der hohe Aufwand lohnt sich, weil die Adressen für Seniorinnen und Senioren wichtig sind und das Forum Senioren dadurch bekannter wird.

Schon oft wurde vorgeschlagen, eine Veranstaltung zum Umgang mit den Kriegserlebnissen unserer Generation durchzuführen. Dazu fehlten bisher die Fachleute. – Nun kam das Sozialpsychiatrische Zentrum (SPZ) auf uns und Frau Hihn zu, ob wir an einem Workshop dazu interessiert seien, mit dem sie in Düren mit 200 Teilnehmern großen Erfolg hatten. - Wir bemühen uns, das Vorhaben zu realisieren.

Mit den Vorbereitungen für den 9. Meckenheimer Seniorentag am 2./3. September unter dem Motto „Zukunft der Pflege in Meckenheim“ wurde bereits begonnen.

Beim Rückblick auf das Vereinsjahr 2016 ist uns bewusst geworden, wie viele Aufgaben wir gestemmt und was wir geschafft haben. Eine wichtige Voraussetzung dafür ist die wirkungsvolle Unterstützung, die wir durch Ermutigung, Rat und Tat immer wieder erhalten. – Daher möchten wir uns herzlich bei den Vorstandskollegen sowie allen Mittätern im Verein für die aktive Mitarbeit bedanken, die unser Forum Senioren Meckenheim trägt und zukunftsfähig macht.

Vorlage bei der Mitgliederversammlung am 16. März 2017