

STADT JANUAR FEBRUAR MÄRZ 1 | 2026
FRANKFURT IM BLICK

Informationen für Älter werdende



VERSCHWENDUNG

Grußwort



Foto: Peter Hillgärtner

Liebe Frankfurterinnen und Frankfurter,

wer erinnert sich nicht an die mahnenden Worte aus Kindertagen: „Verschwende deine Zeit nicht“, „Nutze deine Talente“ oder „Sitz nicht einfach herum“. Solche Sätze haben viele von uns geprägt. Und doch – manchmal muss man sogar verschwenderisch mit sich selbst sein. Sich eine Pause gönnen, durchatmen und, wie man so schön sagt, auch mal „Fünfe gerade sein lassen“.

Das Thema „Verschwendung“ zieht sich durch die aktuelle Ausgabe von Stadt Frankfurt im Blick. Dabei geht es um viele Aspekte: um Zeit, um Ressourcen, um das Miteinander.

Besonders im Austausch zwischen den Generationen zeigt sich, wie wertvoll es ist, wenn Erfahrungen geteilt werden. Geht dieser Austausch verloren, verschwenden wir etwas Kostbares – Wissen, Werte und Erinnerungen. Eine lebendige Demokratie lebt von Vielfalt und davon, dass auch ältere Menschen ihre Rolle aktiv gestalten. Ebenso wichtig ist es, den Jüngeren mit Offenheit und Respekt zu begegnen. Denn auch wenn sich die Welt rasant verändert und neue Technologien unseren Alltag bestimmen, bleiben Lebenserfahrung und Gelassenheit ein Schatz, den keine Maschine ersetzen kann. Gerade im Ruhestand wird sichtbar, wie wertvoll Zeit und Erfah-

rung sind – und wie schnell wir sie verschwenden, wenn wir sie ungenutzt verstreichen lassen.

Viele Menschen fragen sich, wie sie diese neue Lebensphase gestalten möchten. Manche möchten freiwillig weiter im Beruf bleiben. Andere entdecken neue Wege: Sie engagieren sich ehrenamtlich, bringen ihre Erfahrung ein, lernen Neues und teilen ihr Wissen mit anderen. Dieses bürgerschaftliche Engagement ist eine wichtige Aufgabe und schenkt Sinn und Erfüllung. Zugleich bereichert es unsere Stadtgesellschaft auf besondere Weise. Der Ruhestand wird so zu einem neuen Gestaltungsraum voller Möglichkeiten.

Und natürlich geht es in dieser Ausgabe auch um ganz praktische Fragen: Wie vermeiden wir die Verschwendung von Lebensmitteln, Kleidung, Möbeln, Energie oder Bau-Ressourcen? In Frankfurt gibt es viele Initiativen, die dazu wertvolle Anregungen geben und zeigen, dass bewusstes Handeln oft auch Lebensqualität schafft.

Ich wünsche Ihnen eine interessante und anregende Lektüre.

Ihre
Elke Voitl



Inhalt

Grußwort 2

Leben in Frankfurt 4

VERSCHWENDUNG



Titelthema

- Singen oder schufteten? 8
- Teller statt Tonne 10
- Luxus – höchst persönlich! 12
- Es werde Nacht 14
- Gebrauchte Geräte 16
- Die Upcycling-Künstlerin Beatrice Anlauff 18
- Größer, breiter – schneller? 22
- botanoadopt: eine künstlerische Utopie 24



- Verschwendung – nicht mit uns! 26
- Gelebte Nachhaltigkeit 28
- Im Pausenraum der Möglichkeiten 30
- Weiterarbeiten statt Rente 32

Im Gespräch mit

... Physik-Professor Werner Lorke über Wertstoffverschwendung 20

Aktuelles

- Klimafreundlich heizen?! 34
- Spart Wasser! 35
- Engagement für mehr Demokratie 46
- Queeres Altern 48

Das Dezernat für Soziales und Gesundheit informiert

- Seniorenbeiratssitzung im Dezember 38
- Kultur Freizeit Begegnung: Frühjahr 2026 39
- Tagesfahrt nach Speyer 41
- Die aktuellen Sozialbezirksvorsteher:innen 42
- Das Frankfurter Programm Würde im Alter 44

Gesundes Leben

- Meldungen 46
- Warum sich Wasserverschwendung manchmal lohnt 51
- Tabletten in den Restmüll? 52
- Prostatakrebs: Vorsorge ohne Scham 54
- Die Niere: Klärwerk des Körpers 56

Frankfurt gestern und heute

- Ritterhöfe in Sachsenhausen 58

Kultur

- Was – wann – wo? 60
- Für Sie gelesen 64

Gewinnspiele 37,49

Tipps und Termine

- Rätselauflösung 57
- Abocoupon 33
- Sondersprechstunden im Rathaus für Senioren 65
- Rätsel, Sudoku, Impressum 66
- Mittagstisch für Senior:innen 67
- Wichtige Telefonnummern 68

Unkompliziert und direkt

Mit dem Frankfurter Miteinerfonds unterstützt die Stiftung Polytechnische Gesellschaft Ideen fürs Gemeinwohl

Sie haben eine Idee, die Ihr Wohnviertel lebendiger, sozialer und schöner macht – aber es fehlt das Geld? Hier setzt die Stiftung Polytechnische Gesellschaft mit dem Frankfurter Miteinerfonds an. Unkompliziert und niedrigschwellig können Privatpersonen, Nachbarschaftsinitiativen oder gemeinnützige Organisationen ab sofort bis zu 500 Euro beantragen. Dabei ist es ganz egal, ob es sich beispielsweise um die Organisation eines Straßenfests, die Bepflanzung eines Grünstreifens, eine gemeinsame Müllsammel-Aktion oder etwas ganz anderes handelt, was das Gemeinwohl stärkt – dadurch wird bürgerschaftliches Engagement so einfach wie nie. Schließlich wird eine Stadt erst dadurch lebendig und lebenswert, wenn viele sich einbringen und mitgestalten. Genau das ist die Intention des Frankfurter Miteinerfonds. Er möchte den gesellschaftlichen Zu-

sammenhalt stärken, Bildung, Kultur und Teilhabe ermöglichen und gleichzeitig die Grundwerte unseres Zusammenlebens, und damit die Demokratie, unterstützen.

Die Voraussetzungen sind bewusst niedrigschwellig gehalten: Das Vorhaben muss in Frankfurt stattfinden, dem Gemeinwohl dienen und darf keinen kommerziellen Zweck verfolgen. Zudem muss es öffentlich zugänglich sein und innerhalb von sechs Monaten umgesetzt



Stiftung
Polytechnische
Gesellschaft
Frankfurt am Main

werden. Ausgeschlossen sind Projekte ohne Bezug zu Frankfurt, rein private Feiern, kommerzielle Vorhaben, diskriminierende oder undemokratische Projekte oder Vorhaben, die bereits vollständig durch andere Mittel finanziert sind.

Weitere Infos:

<https://sptg.de/foerderung/frankfurter-miteinerfonds-geld-fuer-deine-idee>



In eigener Sache

Immer auf dem Laufenden: die Homepage von *Stadt Frankfurt im Blick*

Damit Sie auch zwischen unseren einzelnen Ausgaben immer auf dem neuesten Stand sind, informiert die Redaktion auf der Homepage von *Stadt Frankfurt im Blick* über aktuelle Themen. Besuchen Sie uns doch gern auch immer mal wieder im Netz unter: stadt-frankfurt-im-blick.de.

Hier können Sie sich die aktuelle Ausgabe übrigens auch vorlesen lassen!

Ausflüge, Beratungen, Veranstaltungen:
der Newsletter der Leitstelle Älterwerden

Wenn Sie regelmäßig über die anstehenden Veranstaltungen und Angebote (Tagesfahrten, Ausflüge, Aktionswochen Älterwerden etc.) sowie Beratungsangebote der Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren informiert werden möchten, abonnieren Sie doch einfach den Newsletter. Für die Anmeldung senden Sie bitte eine E-Mail mit dem Betreff „Anmeldung Newsletter Leitstelle“ an: aelterwerden@stadt-frankfurt.de

www.stadt-frankfurt-im-blick.de, www.frankfurt.de/aelterwerden

Neue Handy-Sprechstunde des DRK

Die Beratungsstelle HIWA! bietet ab sofort eine kostenlose Beratung für Menschen mit Seh- und Hörbeeinträchtigungen

Um Menschen mit einer Seh- oder Hörbeeinträchtigung gezielt bei der Nutzung ihres Handys zu unterstützen, startet das Deutsche Rote Kreuz (DRK) Frankfurt ab sofort eine Handy-Sprechstunde. Interessierte können sich immer montags von 13 bis 14 Uhr und donnerstags von 10 bis 11 Uhr in der DRK Beratungsstelle HIWA! in der Gutleutstraße 17a informieren, Fragen stellen und kostenlos beraten lassen.

Geschulte Fachkräfte zeigen, wie



Foto: pixels-kampus-productions

das Handy bei einer Seh- oder Hörbeeinträchtigung sinnvoll und barrierearm genutzt werden kann. Ob Bedienungshilfen, Sprachausgabe, Vergrößerungsfunktionen oder hilfreiche Apps – die Teilnehmenden erhalten praktische Tipps und individuelle Unterstützung. Auch persönliche Fragen zur Handynutzung sind willkommen.

Fragen zur Handy-Sprechstunde beantwortet das DRK-Team unter Telefon 069/23 40 92 (AB) oder per E-Mail an hiwa@drkfrankfurt.de.

Weitere Infos: www.drkfrankfurt.de

In eigener Sache

Sie lesen *Stadt Frankfurt im Blick* (SFiB) regelmäßig? Sind Sie auch der Meinung, dass noch viel mehr Menschen von unserer Publikation wissen sollten?

Mit Ihrer Hilfe schaffen wir es bestimmt, SFiB noch weiter zu verbreiten. Lassen Sie sich von uns ein selbstverständlich für Sie kostenfreies Paket mit SFiB-Ausgaben schicken. Geben Sie die Hefte weiter, legen Sie sie aus, schwärmen Sie von uns und helfen Sie uns, den Kreis der SFiB-Lesenden zu erweitern und noch mehr Auslagestellen für unser kostenfreies Magazin zu finden.

Anlässe gibt es viele: der Nachmittagstreff im Begegnungszentrum, das Klassentreffen, die Familienfeier, der Sportkurs, der Spielenachmittag im Wohnheim ... Bringen Sie doch einfach ein paar Ausgaben mit und überraschen Sie Ihre Bekannten mit nützlichen Informationen zu den Hilfsangeboten der Stadt Frankfurt, fundiert recherchierten Beiträgen und allerhand unterhaltsamen Geschichten und Geschichtchen.

Schreiben Sie uns eine Postkarte oder E-Mail mit dem Betreff „SFiB-Botschafter“ und Ihren Kontaktdaten an:

Vertrieb-sfib@stadt-frankfurt.de
oder *Stadt Frankfurt im Blick*,
Hansaallee 150, 60320 Frankfurt.

Wir danken herzlich für Ihre Unterstützung!

Nachhaltiger Konsum

Der Frankfurter Verband organisiert Kleidertauschpartys und vieles mehr

Wer kennt es nicht: Die einstige Lieblingsjacke sieht noch gut aus, aber sie liegt schon seit drei Jahren im Schrank, weil sie einfach nicht mehr richtig passt. Und da der Schrank ohnehin übertoll ist, landet sie am Ende doch oft im Altkleidercontainer. Dabei wäre sie bei einer Kleidertauschbörse besser aufgehoben. Einige Begegnungszentren des Frankfurter Verbandes bieten solche Kleidertauschbörsen regelmäßig an. Die Idee dahinter ist einfach: Statt ungenutzte Kleidung im Schrank liegen zu lassen oder zu entsorgen, bringen Besuchende der Kleidertauschbörsen ausrangierte Klamotten mit, die sie selbst nicht mehr tragen, und tauschen sie ein. Eine tolle Möglichkeit, die Garderobe aufzupoppen – ohne Geld auszugeben.

Im Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim findet jeden Monat eine Tauschbörse statt. Auch die Zentren Preungesheim und Nieder-Eschbach laden einmal im Quartal dazu ein, Kleidung zu tauschen und dabei miteinander ins Gespräch zu kommen. Ein weiterer Beitrag zur Nachhaltigkeit sind auch die Repair-

cafés, in denen defekte Gegenstände gemeinsam repariert werden, statt sie wegzuerwerfen. So lassen sich Ressourcen sparen und Verschwendung vermeiden. Doch das ist längst nicht alles: In den über 20 Zentren des Frankfurter Verbandes gibt es noch vieles mehr zu entdecken! Das abwechslungsreiche Programm fördert körperliche Aktivität, geistige Anregung, digitale Kompetenz und soziale Teilhabe.

Über die aktuellen Veranstaltungen informiert der monatliche Newsletter. Außerdem erscheint vierteljährlich die Broschüre „Unsere Höhepunkte“. Diese ist in jedem der Zentren erhältlich oder in der Bürgerberatung Frankfurt am Main in der Neuen Altstadt (Hinter dem Lämmchen 6).

Begegnungs- und Servicezentrum Heddernheim

Schenken statt Wegwerfen!

Termin: an jedem zweiten Donnerstag im Monat von 14 bis 16 Uhr, Infos bei sybille.vogl@frankfurter-verband.de oder 069/299 807 2218

Begegnungszentrum Preungesheim

Schenk- & Tauschcafé; Termin: Dienstag, 17. Februar, ab 14.30 Uhr; Infos bei gabriele.wahn@frankfurter-verband.de oder 069/299 807 2242

Begegnungs- und Servicezentrum

Nieder-Eschbach; Termin: Mittwoch,

11. März, 14 bis 16 Uhr; Infos bei jeannette.nold@frankfurter-verband.de oder 069/299 807 2010



FRANKFURTER VERBAND
für Alten- und Behindertenhilfe e.V.

Erfahrung statt Verschwendung

Mit der VHS Frankfurt das Wissen lebendig halten

Nachhaltigkeit heißt auch: Erfahrung nicht verschwenden. In Frankfurt leben mehr als 160 000 Menschen über 60 – die meisten möchten weiter aktiv sein und lernen. Die VHS Frankfurt bietet mit dem Programm „Aktiv im Alter“ rund 500 Kurse im Jahr – von Sprachen und Digitalkompetenz bis zu

Kunst und Lebensgestaltung. Dabei geht es nicht nur ums Lernen, sondern auch ums Weitergeben: Ältere Menschen teilen Wissen, Erfahrungen und Perspektiven.

So wird Bildung zur Brücke zwischen den Generationen – und zur nachhaltigen Nutzung der wertvollsten Ressource, die wir haben: gelebte Erfahrung.

Weitere Infos:

vhs.frankfurt.de/de/aktivimalter und frankfurter-plattform-55plus.de



Engagement lohnt sich!

Der mit 5000 Euro dotierte Nachbarschaftspreis geht in die nächste Runde – Bewerbungen ab sofort möglich



Foto: ???

Sozial- und Gesundheitsdezernentin Elke Voitl hat zur Teilnahme am Wettbewerb um den diesjährigen Nachbarschaftspreis der Stadt Frankfurt am Main aufgerufen. Die mit 5000 Euro dotierte Auszeichnung wird in

Weitere Informationen:

www.frankfurt-sozialestadt.de/aktuelle-ausschreibung-nachbarschaftspreis

diesem Jahr zum 26. Mal vergeben. Mit dem Preis würdigt die Stadt das vielfältige Engagement von Frankfurter:innen, die sich mit kreativen Projekten und Initiativen für ein gutes Miteinander in ihrer Nachbar-

Mithras in Farbe

Augmented Reality im Archäologischen Museum Frankfurt

Das große Mithras-Kultbild aus dem Mithräum I von Nida gehört zu den bedeutendsten Zeugnissen des Mithraskults in Deutschland. Es ist seit Januar 1826 bekannt und wird seit Ende 2022 als Leihgabe der Stiftung Stadtmuseum Wiesbaden erstmals in Frankfurt präsentiert. Dank Augmented Reality (AR) können Besuchende des Archäologischen Museums Frankfurt das berühmte, drehbare Kultbild des Mithras aus der römischen Stadt Nida jetzt auch in einer farbigen Rekonstruktion erleben. Über einen in der Dauerausstellung angebrachten QR-Code lässt

sich mit dem eigenen Smartphone die kostenlose „ZAUBAR“-Anwendung – eine KI-gestützte Plattform – starten. Sobald die Kamera auf das



Foto: AMF

schaft einsetzen. Zuletzt ging die Auszeichnung an „Das rollende Buchcafé“, den „Zirkus der Vielfalt“, die Bürgerinitiative „Gemeinsam gegen Einsamkeit – für eine solidarische Gesellschaft“, Radieschen – Helfer mit Herz e.V. und an das Projekt „AUF DEUTSCH BITTE“ – Sprachkurse für Frauen. Insgesamt haben sich im vergangenen Jahr 52 Projekte am Wettbewerb beteiligt.



Vorschläge und Bewerbungen für den Nachbarschaftspreis können bis Anfang April 2026 eingereicht werden über das Bewerbungsportal: www.frankfurt-sozialestadt.de, per E-Mail an nachbarschaftspreis@frankfurt-sozialestadt.de oder beim Team „Aktive Nachbarschaft“ im Jugend- und Sozialamt, 51.S12, Stichwort: Nachbarschaftspreis, Eschersheimer Landstraße 241–249, 60320 Frankfurt am Main. Telefonische Fragen beantworten Neda Tafreshi, Telefon 069/212-404 04 und Manuela Axmann, Telefon 069/212-443 35.

Kultbild aus dem Mithräum I von Nida gerichtet wird, erscheint es in seiner originalgetreuen Größe mit farbiger Bemalung auf dem Bildschirm – so, wie es in römischer Zeit ausgesehen haben könnte.

Über virtuelle Info-Punkte können Hintergrundinformationen als Text und Audio abgerufen werden; der im Original ursprünglich drehbare Mittelteil des Kultbildes lässt sich dabei sogar virtuell rotieren. Die AR-Station eröffnet neue Zugänge zur antiken Religion und ermöglicht zugleich einen innovativen und niederschweligen Zugang zu den aktuellen Forschungsergebnissen zum Mithraskult.

Weitere Informationen:

archaeologisches-museum-frankfurt.de

Ambulante Ethikberatung



Bei Fragestellungen in Medizin, Pflege oder Betreuung kann es zu unterschiedlichen Meinungen zwischen den Beteiligten im Sinne eines ethischen Konfliktes kommen. Hier bietet die Ambulante Ethikberatung Hessen e. V. Hilfe an. Die ehrenamtlich tätigen Ethikberater:innen koordinieren und moderieren Beratungen und suchen mit allen Beteiligten gemeinsame Lösungen. Sie gehören verschiedenen Berufsfeldern aus Medizin, Pflege, sozialen Diensten oder Seelsorge an.

AEBH

Ambulante Ethikberatung in Hessen e.V.

In der modernen Medizin ist vieles machbar. Was möchten die Betroffenen? Wie sind Verfügungen und andere Willensäußerungen zu verstehen? Welche Therapieziele sind zu verfolgen, wenn Menschen sich nicht mitteilen können? Die Würde des Menschen und der (mutmaßliche) Wille der Person stehen im Mittelpunkt. Jeder, der in Pflege und Medizin einen ethischen Konflikt oder Klärungsbedarf sieht, kann eine Ethikberatung anfordern, zum Beispiel Patient:innen, Angehörige, Betreuer:innen, Ärzt:innen, Pflegenden. Die Ethikberatung ist kostenfrei.

Kontakt: AEBH e.V.,
c/o Bezirksärztekammer Hessen,
Hanauer Landstr. 152, 60314 Frankfurt,
Telefon 069/976 72-711, info@aebh.de,
www.aebh.de

Fürsorge ist keine Verschwendung

Raum zum Durchatmen im Bürgerinstitut

Pflegende Angehörige tragen täglich eine große Verantwortung – oft leise und im Hintergrund. Die Angehörigengruppe im Bürgerinstitut Frankfurt bietet ihnen einen Ort zum Durchatmen: Raum für Austausch, Verständnis und neue Impulse. Willkommen sind alle, die einen nahestehenden Menschen ohne Demenz pflegen. Die Teilnehmenden erwartet ein geschützter Rahmen mit Gleichbetroffenen, Verständnis, ohne viel erklären zu müssen, hilfreichen Impulsen zu Pflegealltag, Entlastung, Recht und Selbstfürsorge.

Die Gruppe trifft sich jeweils dienstags von 17.30 bis 19 Uhr an folgenden Terminen: 3. Februar, 3. März
Die Teilnahme ist kostenfrei, ein Einstieg jederzeit möglich.
Anmeldung erforderlich:
Carolin Jendricke, Telefon 069/97 20 17-40
E-Mail: jendricke@buergerinstitut.de
Weitere Informationen:
Bürgerinstitut e.V., Oberlindau 20
60323 Frankfurt, Telefon 069/97 20 17-0
E-Mail: info@buergerinstitut.de
www.buergerinstitut.de



Sauberkeit ist eine Frage des Respekts

Frankfurt setzt auf höhere Bußgelder, Kontrollen und Eigenverantwortung

Frankfurt soll sauberer werden. Um das zu erreichen, wurden im Herbst die Bußgelder für einzelne Verstöße mehr als verdoppelt, zudem kontrolliert die Stadtpolizei nun auch öfter den öffentlichen Stadtraum. „Die Verschmutzung des öffentlichen Raums ist kein Kavaliersdelikt“, sagt Oberbürgermeister Mike Josef. Wer sich nicht an die Spielregeln halte, solle die Konsequenzen direkt spüren. „Sauberkeit ist eine Frage des Respekts – vor unserer Stadt und vor den Menschen, die hier leben“, betont Ordnungsdezernentin Annette Rinn. Mit den Maßnahmen verfolgt die Stadt einen klaren Ansatz: kurzfristige Verbesserungen sichtbar zu machen und zugleich die Grundlagen für eine langfristig saubere Stadt zu schaffen.

Denn Sauberkeit sei eine Grundvoraussetzung für die Lebensqualität in Frankfurt, wie auch Umweldezernentin Tina Zapf-Rodríguez betont: „Die Stadt investiert kontinuierlich in Programme wie ‚Stadtsauberkeit Plus‘, mehr und größere Papierkörbe und konsequente Abfallberatung – aber entscheidend ist, dass wir alle Verantwortung übernehmen!“, so ihr Appell.

Die Bußgeldhöhen im Überblick:
Wegwerfen von Kleinstabfällen wie zum Beispiel Zigarettenkippen, Kaugummis, Essensreste, Papierabfälle, Handzettel, Bananenschalen: 120 Euro
Lagern/Ablagern von Sperrmüll ohne Termin bis ein Kubikmeter: 1000 Euro
Jeder weitere angefangene Kubikmeter Sperrmüll: 100 Euro
Lagern/Ablagern von Sperrmüll terminabweichend: 250 Euro (pauschal)
Verrichtung der Notdurft (Wildpinkeln): 300 Euro
Verunreinigung durch ein Tier zum Beispiel Hundekot, nicht in Tüten/Beuteln entsorgt: 400 Euro
Verunreinigung durch ein Tier, in Grünanlagen: 500 Euro
Lagern nicht verwerteter Abfälle bis ein Kubikmeter: 1000 Euro
Jeder weitere angefangene Kubikmeter nicht verwerteter Abfälle: 100 Euro
Unerlaubte Behandlung von Abfällen bis ein Kubikmeter: 1500 Euro
Jeder weitere angefangene Kubikmeter bei unerlaubter Abfallbehandlung: 100 Euro



Abbildung: Sauberes Frankfurt/Opak

Singen oder schufteten?

Wann gilt ein Leben als verschwendet? Eine Betrachtung von Marcus Hladek

Verschwendung. Man kann das Wort hin und her wenden. Oder es in die Runde werfen und zuwarten, welche Kreise es zieht. Die einen denken an Lebensmittel, Rettertüten. Andere an gekauftes Wasser, wo doch Leitungswasser gut ist, und fragen, warum das Versetzen mit Kohlensäure so teuer ist. Oder der verschwendete Wohnraum. Die Stromverschwendung, und wie Wind- und Sonnenenergie zum Wohl der Ölindustrie kleingehalten werden. Verschwendung! Wieder andere lieben die Verschwendung, wenn sie an die Spring- und Trinkbrunnen einer Stadt wie Rom denken. Akademischen Geistern fällt ihr „Prinzip der Verausgabung“ ein: sichtbar Geld und Mittel verprassen, schafft Prestige und ist politisch.

Oder es geht um verschwendete Zeit, verschwendetes Leben. Nicht nur die viele Zeit, die man an verspätete Züge vergeudet. Nicht bloß das „Doomscrolling“ am Computer, weil ein krimineller Präsident die Welt in den Abgrund reißt. Sondern, am allermeisten: das eigene, vielleicht verschwendete Leben.

Man muss sich das nicht mühsam einreden. Die letzte Mitteilung über die künftige Rente reicht aus. Wer so lächerlich wenig Geld als Rente haben wird, weil er oder sie vielleicht immer nur freiberuflich tätig war – hat so jemand das Leben verschwendet? So legt es eine der bekanntesten Tierfabeln nahe: die Geschichte von der Grille und Ameise. In einer alten deutschen Ausgabe lautet sie: „Zu Winterszeit zog eine Ameise ihr Korn, das sie im Sommer in ihr Haus getragen, herfür, es an der Luft zu trocknen. Da kam eine hungrige Grille zu ihr und bat sie um die Speis, daß sie am Leben bleiben möchte. Die Ameise

fraget sie, was sie im Sommer getan hätte. Antwortet die Grille: ich bin nicht müßig gegangen, bin hin und her durch die Zäun gesprungen und hab gesungen. Da lacht die Ameise, beschloß ihr Korn und sprach: hast du im Sommer gesungen, so tanz im Winter.“

Aufgeschrieben hat das Äsop, der im 6. Jahrhundert vor Christus wahrscheinlich in Thrakien lebte und über den nur Anekdoten bekannt sind, obwohl seine Geschichten über Neid, Dummheit, Geiz und Eitelkeit den Horizont eines kleinen Mannes andeuten. Sklave könnte er gewesen sein. Die Moral seiner Fabel, dass man vorausschauend planen und für die Not vorsorgen muss, statt nur im Moment zu leben, fand unzählige Übersetzungen und Ausschmückungen.

Leben oder vorsorgen?

Faulenzen bringt kein Brot ins Haus – das wurde immer wieder genüsslich aufgegriffen, von Jean de La Fontaine etwa. In „La cigale et la fourmi (Die Grille und die Ameise)“, rund 100 Jahre vor der Französischen Revolution, wendet sich der Großdichter an erwachsene Leser:innen am und um den Königshof.

Im zeitnahen Deutsch des Abraham a Sancta Clara: „So!“ sagt die Ameise hinwiderum; „so bist du gar ein saubrer Gesell! Hast du im Sommer können singen und pfeifen, so tu anjetzo im Winter tanzen und leide darneben gleichwohl Hunger; denn das Faulenzen bringt kein Brot ins Haus.“

Singen, Fideln und Tanzen sind da nicht als Arbeit anerkannt. War das immer so? Schließlich gibt es ganze Branchen und Metiers, die mit „Singen und Tanzen“ Geld verdienen, und teils nicht zu knapp – man

denke nur an Filmstars in Hollywood. Andererseits sind Theater und Tanz, Medien- und Geisteswissenschaften typischerweise Felder, die uns Genugtuung verschaffen, aber ein erschütternd geringes Einkommen. Ob die Fabel solchen Menschen auch Trost spendet?

Tut sie – nur nicht bei Äsop und de La Fontaine, wobei der noch so etwas wie maskierte Satiren schrieb, zur Warnung vor dem Kinderglauben an Güte und Gerechtigkeit in der Welt. Als Gotthold Ephraim Lessing auf die Äsop-Fabel reagierte, schrieb er sie im III. Buch seiner eigenen bürgerlich um. Die Grille fällt weg. In „Der Hamster und die Ameise“ streiten als Protagonisten der Hamster, der wie protziger Adel dasteht, und die fleißige, bescheidene Ameise – ein Bild für die Bürger?

Völlig anders wiederum bei Bert Brecht. Der schrieb das Kinderbuch „Die Grille“, die bei ihm Musik für arbeitende Ameisen macht. Die nehmen sie im Winter aber auf. So gibt Brecht Kunst und Unterhaltung ihren Platz, räumt ihre schwierige Existenz ein und kritisiert den Kapitalismus, der dem Künstler Unterstützung verweigert. Bei ihm fordert die Ameise von der Grille, die Folgen ihres lebensfrohen Lebens zu tragen, indem sie für die Ameisen tanze. So ist Kunst keine freie Tändelei, wird aber zur staatlichen Funktion für die Massen. Ein zweischneidiges Schwert.

Interessanterweise gab Walt Disney seiner Fabelversion im Trickfilm „The Grasshopper and the Ants“ (1934, auch auf Youtube), eine ähnliche Moral. Seine Ameisen sind ein Ameisenstaat wie bei Brecht, doch tanzen einzelne Ameisen mit dem Grashüpfer aus der Reihe, bis die Königin sie zur Raison ruft. Als der Heuschreck im Winter halbverhun-



Illustration: Pixabay

gert und erfroren anpocht und die Ameisen ihn versorgen, gibt sich die Königin kühl. Einen schwarzen Moment lang sieht es aus, als schicke sie ihn fort. Wer im Bau ist, muss arbeiten, sagt sie – und drückt ihm seine Fidel in die Hand: Spiel! Alles löst sich in Wohlgefallen auf.

Ohne kollektivistisches Getue kommt der Kinderbuchklassiker Janosch in „Die Fiedelgrille und der Maulwurf“ aus (ISBN 9783407762337), zu der es auch den Kurzfilm „Die Grille und der Maulwurf“ gibt. Auch seine damenhafte Grille vertändelt den Sommer, bis sie im Winter nichts zu fressen hat und friert. Ein Winterquartier muss her. Hirschkäfer und Maus weisen sie höhnisch ab. Erst der blinde Maulwurf erinnert sich, wie ihm ihr Spiel unterirdisch die Tage versüßte, gewährt Obdach, teilt sich die Hausarbeit und liebt die Hausmusik. „Und die Grille fiedelte und geigte und der Ofen bollerte. Im Topf roch die Suppe und so verging ihnen der Winter wie ein Tag. Es war

ein schöner Winter für die beiden, wohl der schönste ihres Lebens.“

Und wo lässt uns das? Im Frost oder am Ofen? Mit dem Rat für andere ist es so eine Sache, wie der Literaturwissenschaftler Helmut Arntzen es in der Fabel „Grille und Ameise“ umriss: „Was Singen und Arbeiten betrifft, so habe ich schon deiner Mutter gute Ratschläge gegeben, sagte die Ameise zur Grille im Oktober. Ich weiß, zirpte die, aber Ratschläge für Ameisen.“

Hilfe in Frankfurt

Auch in Frankfurt gibt es hilfsbereite Ämter, an die man sich wenden kann. Auskunft nebst Antragsaufnahme zur Sozialversicherung (Ren-

ten-, Unfall-, Kranken-, Pflegeversicherung) bietet das Versicherungsamt der Stadt Frankfurt, Sandgasse 6, Tel. 069/212 44077, E-Mail: versicherungsamt@stadt-frankfurt.de. Für eine erste Kontaktaufnahme wird eine telefonische Anfrage empfohlen! Alle Leistungsberechtigten, die in Frankfurt am Main leben oder arbeiten, können dieses Unterstützungsangebot kostenfrei in Anspruch nehmen.

Für eine detailliertere Beratung in Rentenangelegenheiten kann es zudem sinnvoll sein, sich an Deutsche Rentenversicherung zu wenden (www.deutsche-rentenversicherung.de), denn sie ist Ansprechpartnerin rund um die Leistungen der gesetzlichen Rentenversicherung. Die Hotline in Hessen ist erreichbar unter: 0800/ 100048012. Hier geben ehrenamtliche Berater:innen kostenlos Auskünfte und Tipps zu allen Fragen der gesetzlichen Rentenversicherung und helfen auch bei der Antragsstellung.



Teller statt Tonne oder Leben(smittel) retten

Beinahe elf Millionen Tonnen Lebensmittel landen derzeit pro Jahr in Deutschland auf dem Müll. Diese Menge an Abfällen betrifft die gesamte Versorgungskette auf dem Weg vom Agrarbetrieb bis zum Teller. Was kann daher jeder Einzelne dafür tun, damit weniger weggeworfen wird?

Dem Kampf gegen Lebensmittelverschwendung gilt inzwischen sogar ein internationaler Aktionstag – jährlich am 29. September. Er wurde von den Vereinten Nationen ins Leben gerufen, um auf die weltweite Problematik von Lebensmittelverlusten und -verschwendung aufmerksam zu machen und zum Handeln aufzurufen. Das ist auch hierzulande dringend nötig, denn einer Erhebung des Umweltbundesamtes im Jahr 2022 zufolge wirft in Deutschland jede:r Verbraucher:in im Schnitt rund 75 Kilogramm Lebensmittel jährlich weg. An den insgesamt 10,8 Millionen Tonnen Lebensmittelabfällen aus allen Bereichen der Versorgungskette – inklusive Primärproduktion (2 Prozent), Verarbeitung (15 Prozent), Handel (7 Prozent) und Außer-Haus-Verpflegung (18 Prozent) – haben die privaten Haushalte mit 58 Prozent den größten Anteil. In Frankfurt sind das etwa 61 000 Tonnen pro Jahr.

Diese Mengen haben weitreichende ethische, ökologische und ökonomische Folgen. Immerhin werden sowohl für die Erzeugung als auch für die Vernichtung von Lebensmitteln wiederum wertvolle Ressourcen wie Energie und Wasser verschwendet – mit schädlicher Auswirkung auf das Klima. Laut Schätzungen der Umweltschutzorganisation WWF ist Lebensmittelverschwendung für zehn Prozent der globalen Treibhausgasemissionen verantwortlich. Dringend müssen Maßnahmen zur Reduzierung von Lebensmittelabfällen ergriffen werden, und jede:r Einzelne kann – und muss – dazu beitragen.

Nachhaltig verhalten

In Privathaushalten werden vor allem Obst und Gemüse, Speisereste, Brot und Backwaren weggeworfen. Häufig reicht es aber schon, drei einfache Dinge zu beachten: Einkäufe nicht spontan tätigen, sondern – nach einem Blick in Kühl- und Vorratsschrank – bedarfsgerecht planen. Außerdem verlängert die richtige Lagerung – ob kühl, dunkel, trocken oder getrennt voneinander – die Haltbarkeit mancher Lebensmittel entscheidend. Nicht zuletzt kann Überschüssiges durch Einfrieren oder Einkochen konserviert werden, und Essensreste lassen sich kreativ verwerten. So gibt beispielsweise das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) in seiner App „Zu gut für die Tonne!“ Rezepttipps.

Wichtig auch, dass das „Mindesthaltbarkeitsdatum“ (MHD) nur eine Herstellerempfehlung, aber kein „Verfallsdatum“ ist. Es besagt lediglich, bis zu welchem Zeitpunkt ein ungeöffnetes Lebensmittel bei sachgerechter Lagerung seine spezifischen Eigenschaften wie Geschmack, Geruch, Farbe und Nährwerte behält. Nach Ablauf des MHDs müssen gerade Milchprodukte wie Joghurt oder Quark nicht automatisch entsorgt werden. Man sollte sich auf die eigenen Sinne verlassen: Was noch gut aussieht, riecht und schmeckt, ist meist auch noch genießbar.

Frankfurt war im Februar 2022 der Initiative „Städte gegen Food Waste“ beigetreten, um die Lebensmittelrettung voranzutreiben, einen Beitrag für mehr Nachhaltigkeit vor

Ort zu leisten und Erfahrungen im Netzwerk auszutauschen. Im Mittelpunkt des Engagements, das als Baustein der städtischen Kampagne zur Abfallvermeidung galt, stand, überschüssige Lebensmittel im Handel und bei der Außer-Haus-Verpflegung auf lokaler Ebene stärker umzuverteilen sowie innerhalb der Bevölkerung besser darüber aufzuklären. Zwar wurde die bundesweite – von dem Social Impact-Unternehmen „Too Good To Go“ gegründete – Initiative 2023 wieder eingestellt, doch die Stadt Frankfurt steht weiterhin zu den damals formulierten Nachhaltigkeitszielen und setzt – gemeinsam mit anderen lokalen Lebensmittelretter:innen – konkrete Maßnahmen um. So wird in der Öffentlichkeit besser über das Thema Lebensmittelverschwendung aufgeklärt, der Ernährungsrat engagiert sich für ein klimaschonendes und faires System zur Versorgung der städtischen Bevölkerung, und mit „Klimagourmet“ gibt es eine Plattform für nachhaltigen Genuss und Klimaschutz in Frankfurt/Rhein-Main.

Lebensmittel fair teilen

Die App von „Too good to go“ ist ein Marktplatz für überschüssige Lebensmittel, die in Gastronomie und Handel anfallen. Nutzende sehen online, welche Betriebe in ihrer Nähe übrig gebliebene Ware – häufig in Form von „Überraschungstüten“ – zu einem vergünstigten Preis anbieten, und können diese direkt bezahlen und vor Ort abholen. Auch in Frankfurt gibt es zahlreiche teilnehmende Betriebe. Seit vorigem Mai gibt es in allen Filialen von Kaufland sogenannte „Rettertüten“, die auf „Ich bin noch gut“-Ständern prominent platziert werden. Diese sind mit bis zu fünf Kilo Obst und Gemüse, das am Vortag übriggeblieben oder





Die Ehrenamtlichen der Frankfurter Tafel erreichen aktuell rund 30 000 bedürftige Personen – Tendenz steigend.



Der Verein foodsharing e.V. engagiert sich in Frankfurt bereits seit dem Jahr 2014.

dessen Verpackung beschädigt ist, gefüllt und für jeweils drei Euro erhältlich.

Im Stadtgebiet Frankfurts gibt es etwa 28 „Fairteiler“-Standorte, die öffentlich zugänglich sind und an denen Lebensmittel geteilt werden können. Jeder kann Lebensmittel, die man selbst noch essen würde, in den Fairteiler legen, und umgekehrt auch kostenlos welche herausnehmen. Der Großteil der Ware wird allerdings durch „Foodsaver“ bereitgestellt, die ehrenamtlich regelmäßig überschüssige Lebensmittel bei über 500 Betrieben einsammeln und an Nachbar:innen und Interessierte weitergeben. Standorte für die Fairteiler finden sich häufig bei Kirchengemeinden; so beispielsweise in Höchst am Dietrich-Bonhoeffer-Haus. Aber auch Gruppen, die Foodsaver in Messenger-Diensten wie WhatsApp anlegen und dort ihre Verteilaktionen kommunizieren, spielen eine große Rolle. Wer in einer dieser Gruppen aufgenommen werden will, erkundigt sich am besten direkt beim foodsharing Frankfurt am Main e.V., welche in seiner Nähe existieren. Der Verein freut sich immer auch über weitere Unterstützung von freiwilligen Lebensmittelretter:innen. Betriebe, die regelmäßig überschüssige

Waren haben, die zu schade zum Wegwerfen sind, sind ebenfalls eingeladen, ihr Interesse an einer Kooperation kundzutun.

„Jeder gibt, was er kann“

Die Foodsaver werden allerdings nicht müde, zu betonen, dass es ihnen vor allem darum geht, dass nichts weggeworfen wird, aber sie nur das einsammeln, was die „Frankfurter Tafel“ schon nicht mehr nehmen konnte oder haben wollte. Denn bei dieser geht es ja darum, Menschen zu unterstützen, die sich manches nicht leisten können. So sammeln die ehrenamtlichen Helfer:innen der „Tafel“ bei 75 Betrieben wie Supermärkte und Bäckereien überschüssige Ware ein und verteilen diese regelmäßig an zwölf Ausgabestellen in verschiedenen Stadtteilen an Bürger:innen, die einen Frankfurt-Pass haben oder einen Einkommensnachweis vorlegen können. Jeder darf dann alle zwei Wochen kommen, es gibt eine Einlasskontrolle, und der „Einkauf“ kostet die Kunden einen symbolischen Euro.

Auf diese Weise werden pro Monat etwa 270 Tonnen Lebensmittel umverteilt, die zwar im Wirtschaftsprozess nicht mehr benötigt werden, aber noch von hoher Qualität sind.

Dazu gehören Brötchen, Brot und Kuchen vom Vortag, Milch und Milchprodukte kurz vor dem Ablaufdatum sowie Obst mit kleinen Schönheitsfehlern oder Fehlabbildungen.

Der gemeinnützige Verein der „Frankfurter Tafel“ besteht seit mittlerweile 30 Jahren; aktuell werden über die Lebensmittelausgabestellen etwa 30 000 bedürftige Personen – rund ein Drittel davon sind Senior:innen, Tendenz steigend – und zusätzlich rund 72 soziale Einrichtungen, die Mahlzeiten für Bedürftige zubereiten, versorgt. Unternehmen können die Tafel durch Lebensmittel-, Sach- oder Geldspenden sowie Dienstleistungen unterstützen. Der Leitspruch „Jeder gibt, was er kann“ gilt daher sowohl für Bäckereien, Marktstände und Supermarktketten als auch für Kfz-Werkstätten, Grafiker:innen, Automobilhersteller und Beratungsunternehmen.

Sowieso tragen viele Menschen ihren Teil zum Gelingen des Projekts bei, indem sie ihre Zeit spenden. Ohne das regelmäßige Engagement vieler freiwilliger und zuverlässiger Helfenden ginge es nicht, und so können Interessierte gerne donnerstags von 9 bis 15.30 Uhr unter 069/498 0825 im Organisationsbüro der Frankfurter Tafel anrufen. *Stephanie Kreuzer*

Luxus, das sei etwas, das über das „übliche Maß“ hinausgehe – sagt Wikipedia. Klar, große Autos, teurer Schmuck, Handtaschen für über 15 000 Euro oder die 274,8 Quadratmeter auf der 47. Etage des Frankfurter Grand Tower für 8 411 200 Euro erfüllen natürlich locker dieses Kriterium. Aber was tun die, für die Luxus ohnehin schon das „übliche Maß“ darstellt? Ist für sie Luxus, was sie gerade wegen all des Reichtums nicht auch noch haben können? Ein Leben, das nicht mit Sicherheitschlossern, Alarmsystemen und Nummernkonten und Steuertricks vor Begehrlichkeiten geschützt werden muss? Oder Gesundheit, die man ja bekanntlich nicht kaufen kann. Ebenso wie Moral oder Grips. Auch nicht mit den 7,3 Milliarden Dollar Vermögen, die Donald Trump angeblich vor allem während seiner Amtszeit angehäuft hat. Dann ist Luxus entgegen der Behauptung, er sei ungewein exklusiv auch entsetzlich gewöhnlich. Und nicht nur wegen des grauenhaften Gold-Kitsches, in denen der US-Präsident und seine Frau das Weiße Haus in einen Albtraum von „Schöner Wohnen für Diktatoren“ verwandelt. Immerhin erhofft sich auch hierzulande über Bettlaken, Schokolade bis hin zum Nasen-

Luxus ist für Ulrich Schug vor allem die Freiheit zu haben, sich all seinen Interessen widmen zu können. Zudem schätzt er materielle Unabhängigkeit.



Fotos: Christof Jakob

Luxus – höchst persönlich!

Er gilt zuverlässig als ein „Zuviel des Guten“. Aber gibt es das überhaupt? Und ist die Verschwendung nicht sowieso immer relativ? Luxus wirft Fragen auf. Wir haben Frankfurter Senior:innen um Antworten gebeten.

haartrimmer praktisch jedes Produkt, sich mit dem Etikett auch preislich aufwerten zu können. Ja, Luxus ist relativ. Vor allem aber ist er sehr persönlich. Es hängt von Vorlieben, von Einkommen, aber vor allem auch von unseren Erfahrungen, von unserer Haltung und ganz privaten Sehnsüchten ab, was wir für uns als das Besondere definieren.

Luxus ist veränderlich

Jeder und jede hat eine andere Vorstellung von und eine andere Erfahrung mit diesem Bonus-Track des Lebens. Etwas, das sich wie das Gold aus dem Schlamm des Klondike aus der ganz besonderen Geschichte jedes Menschen herauskristallisiert. Und dann verändert sich unsere Vorstellung von Luxus auch mit den Jahren und den Lebensumständen.

Das erzählt auch die Frankfurterin *Gundi Mohr*. „Als ich jung war, war es ein Luxus für mich, ein Auto

zu haben und fahren zu können, wohin ich wollte und die Musik im Radio dabei voll aufzudrehen. Einmal hatte ich den Auspuff verloren. Mein Vater sagte: ‚Das musst du doch gehört haben?‘ Hatte ich aber nicht.“ Heute, so die 70-Jährige, sei es ihr größter Luxus, Gastgeberin zu sein, an ihrem großen Esstisch daheim, Freundschaften zu knüpfen und zu pflegen. Vor elf Jahren verstarb ihr Mann an ALS. Besonders vermisse sie bis heute die gemeinsamen Essen mit ihm. „Er hatte den Nachnamen Schlemmer, und das war auch wirklich Programm. Ich koche sehr gern, und er hat sehr gerne gegessen. Wir haben unsere Mahlzeiten richtig zelebriert.“ Auch deshalb lade sie so gern ein, genieße es, mit anderen am Tisch zu sitzen. Die ehemalige Finanzbeamtin hat vor kurzem noch einmal ein Regelstudium der Kunstgeschichte und Politik begonnen. Sie sagt, dass auch das eine Art von Lu-

Rudolf Dederer ist sehr dankbar für alles, was er hat. Deshalb wüsste er auch nicht, was er mit einer geschenkten Million anfangen sollte.



Fotos: Christof Jakob

VERSCHWENDUNG



xus sei. Die Kontakte mit jüngeren Menschen. Ebenso wie „all die Optionen der Teilhabe, die man hier in Frankfurt hat.“ An Kultur wie an demokratischen Entscheidungsprozessen. Gerade hat sie den Ideenwettbewerb Paulskirche Haus der Demokratie begleitet und ist begeistert von den Möglichkeiten der Partizipation in der Mainmetropole. „Das alles nutzen zu können, ist auch eine Art Reichtum.“

Auch der Frankfurter *Rudolf Dederer*, Jahrgang 1938, empfindet es als ein Privileg, „in dieser Zeit und in diesem Land zu leben, wo es alles gibt, was ich brauche und meine Lebensbedürfnisse unmittelbar befriedigt werden. Das ist eine wunderbare Situation.“ Der ehemalige Jurist hat es in seiner Kindheit und Jugend im Frankfurter Westend in der Kriegs- und Nachkriegszeit noch anders erlebt. Auch vor diesem Hintergrund sei das eigene Einfamilienhaus, in dem er mit seiner Frau lebt, ein Luxus. „Zumal im Hinblick auf die Kosten, die die Instandhaltung aufwirft.“ Und natürlich, dass er sich trotz seines Alters noch wohl fühlt und seinen Leidenschaften nachgehen kann. Dazu zählen unter anderem das Klarinettespielen ebenso wie sein Engagement für die Stadt.

Inge Vogels höchster Luxus ist es, sich Wissen anzueignen, dieses zu vermitteln und darüber mit anderen Menschen im Austausch zu sein – eine „Wertschöpfung im Inneren“.



Als Stadtteilhistoriker mit Ehrenamts-Stipendium der Stiftung Polytechnische Gesellschaft hat *Rudolf Dederer* der wohl berühmtesten Patientin der Medizingeschichte Auguste D. nachgeforscht und mit dafür gesorgt, dass für die erste Alzheimerpatientin ein Denkmal an Auguste des Künstlers Bruno Feger auf dem Campus Westend errichtet wurde. Welchen Luxus er sich leisten würde, wenn man ihm eine Million Euro schenken würde? „Ich wüsste gar nicht, was ich damit anfangen sollte. Weil alles so gut ist, wie es ist.“

Luxus ist Einstellungssache

Natürlich braucht man einen gewissen materiellen Wohlstand, um zu wissen, dass der nicht alles ist, und zu erfahren: Luxus ist auch Erfüllung, ein Geschenk, ein Erleben, das man nicht kaufen kann. Eine Einstellungssache, die in Deutschland durchaus mehrheitsfähig ist. Laut einer Erhebung des infas-Instituts richtet ein Großteil der Bevölkerung beim Thema Luxus zunehmend eher den Blick auf Immaterielles. Wie Gesundheit, Zeit für sich zu haben, tolle Erlebnisse. So wie *Ulrich Schug*. Für

den 65-jährigen Controller in Rente ist vor allem Zeitsouveränität ein Luxus. Nicht, dass der Witwer und Vater zweier Töchter sehr viel weniger zu tun hätte als während seines Arbeitslebens: Er studiert an der Universität des 3. Lebensalters, pflegt hingebungsvoll zahlreiche Freund- und Bekanntschaften, nimmt Gesangsunterricht, tritt ab und zu als Solist mit einem Klassik-Repertoire auf, ist – nach einem Herzinfarkt vor drei Jahren – in einer Herzsportgruppe, macht Qigong, ist intensiver Nutzer der Kulturangebote im Rhein-Main-Gebiet und hegt außerdem eine Leidenschaft fürs Heimwerken „so weit es die kulturellen Aktivitäten zeitlich zulassen“. Ja, das klingt nach einem straffen Programm. Aber es ist selbstgewählt. „Ich kann tun, wonach mir ist. Und wenn ich mich nur aufs Sofa setze, um mich tagsüber auszuruhen oder ein Buch zu lesen.“ Das Materielle an sich sei ihm noch nie so wichtig gewesen, eher die materielle Unabhängigkeit. Mit Ausnahme einer „teuren HiFi-Anlage, die ich mir mit 25 gekauft habe. Eigentlich nicht nötig. Aber ich besitze sie immer noch und freue mich daran.“ Ein Luxus außerdem: Pläne zu haben. „Ich habe mir am Anfang meines Rentnerdaseins eine Excel-Tabelle

Früher war ein Auto der größte Luxus für Gundi Mohr. Heute genießt sie es, ein aktives Mitglied der Stadtgesellschaft und vor allem auch Gastgeberin zu sein.



mit den Kulturstätten im Umkreis erstellt und das für mich so richtig organisiert.“ Er genieße die Freiheit, „mir jeden Tag zu überlegen, wonach mir ist und das dann auch auszuprobieren“.

Entgegen dem Gerücht, dass Luxus vor allem trennt – die Armen von den Reichen, die Pizzeria- und Apfelweinkneipenbesucher:innen von den Sterne-Restaurant-Gästen, die Luxuskreuzfahrt-Urlaubenden von den Pauschalreisenden, die Privatversicherten von den Kassenpatient:innen, gibt es auch einen Luxus, der verbindet: Die Menschen in ihrer Sehnsucht nach Wachstum, nach etwas, das Sinn macht, das erfüllt, das nachhaltig ist und gemeinschaftsstiftend.

So sieht es auch *Inge Vogl*, die sich in ihrem 75. Lebensjahr befindet. Ihr

Luxus: „Mir Wissen anzueignen“, einer, der sie – wie sie sagt – „schon mein ganzes Leben lang begleitet“.

Luxus ist (geistige) Freiheit

Die „Lust eines denkenden Menschen“ meint für sie nicht nur die steile Horizonsweiterung, sondern auch Folgeerscheinungen wie „geistige Freiheit“, den Diskurs mit anderen und die Freundschaften, die dadurch entstehen. Die Dozentin für Pflegeberufe, die lange in Südamerika gelebt und gearbeitet hat, erzählt von einem kleinen Forschungs-Projekt, das sie mit anderen an der U3L durchgeführt hat und das auf ideale Weise für sie zeigt, was ihren Luxus charakterisiert: „Ein gemeinsames Thema zu haben. Zusammen mit anderen zu agieren, zu denken, sich Wissen anzueignen und dieses Wis-

sen auch anzuwenden und zu vermitteln.“ Ebenso wie die Wahlverwandtschaften, die sich daraus ergeben. Eine Wertschöpfung im Inneren.

Ist der wahre Luxus also, was man für sich dazu macht? In jedem Fall ist er auch eine Unabhängigkeitserklärung von all den Klischees, die ihn begleiten und die ihn so gern immer mit dem Konsum zwangsverheiraten wollen. Gerade dann unbezahlbar, weil er so billig bloß für Geld nicht zu haben ist und es schon eine gewisse Reife braucht. Eine, die versteht, dass wir alle sterben werden – und nicht mal goldene Wasserhähne oder ein eigenes Flugzeug davor bewahren werden. Und dass es deshalb am Ende darauf ankommt, ein Leben zu führen, das noch andere Ziele kennt. *Constanze Kleis*

Es werde Nacht ...

Warum Licht nicht immer erhellend ist und es sich lohnt, die Dunkelheit neu zu entdecken

Wie viel Sternlein am Himmelszelt stehen, vermochte früher niemand zu zählen. Als Wilhelm Hey 1837 sein bekanntes Volkslied dichtete, übersäten sie noch das nächtliche Firmament. Heute ist vor allem in den Städten das Gegenteil der Fall. Durch Leuchtreklamen, Straßenlampen und viele weiteren Lichtquellen sind dort mitunter gar keine Sterne mehr zu erkennen. Die künstlich erhellten Nächte machen selbst der historischen Sternwarte Frankfurt zu schaffen. Trotz des hervorragenden Teleskops setzt die Licht- und Luftverschmutzung den Himmelsbeobachtungen zunehmend Grenzen. Der Physikalische Verein hat sich daher längst einen Ausweichort im Taunus eingerichtet.

Den können sich nachtaktive Tiere oder Pflanzen nicht besorgen. Die Folgen sind gravierend und brachten die neue wissenschaftliche Disziplin Scotobiologie – Dunkelheitsbiologie – hervor. Über deren Forschungser-



gebnisse informiert auch die gemeinnützige Organisation „Paten der Nacht“. Auf deren Website erfährt man unter anderem, dass in Deutschland „während eines Sommers rund 100 Milliarden Insekten allein den Straßenlaternen zum Opfer fallen“. Vom Licht magisch angezogen, hören sie nicht auf, es zu umkreisen, sterben an Erschöpfung, verbrennen oder fallen angelockten Fressfeinden zum Opfer.

Der drastische Rückgang von Insekten ist umso fataler, als Käfer, Fliegen, Wildbienen und Schmetterlinge eine wichtige Nahrungsquelle für Tiere sowie unverzichtbar zur Bestäubung von Pflanzen sind. Die Lichtverschmutzung setzt auch Frösche, Fledermäusen, Glühwürmchen, Feldhamstern oder Zugvögeln zu. Bei Letzteren beeinträchtigt sie etwa das Navigationsvermögen, weshalb die Vögel nicht selten in erleuchtete Fensterscheiben fliegen – „Towerkill-Phänomen“ genannt. In der Pflanzenwelt stört mangelnde Dunkelheit den Wachstumszyklus. So blühen zum Beispiel Bäume früher und verlieren später das Laub, was oft zu Frostschäden führt.

Risiken des Lichts

Für Menschen hat die Lichtverschmutzung neben kollabierenden Ökosystemen und Ernteeinbußen auch gesundheitliche Konsequenzen. Sie beeinträchtigt den Schlaf und Biorhythmus, wodurch sich das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Übergewicht erhöht, schwächt das Immunsystem und fördert Depressionen. Für Manuel Philipp, Mitbegründer und Geschäftsführer des Vereins „Paten der Nacht“, liegen solche Auswirkungen nahe. Die „Nacht ist eine Reparaturphase für den Körper“, die bei mangelnder Dunkelheit ausgehebelt werde.

Durch die übermäßige Präsenz von Licht hätten die Menschen zudem vergessen, was sie im Dunkeln noch alles zu sehen vermögen. Es sei weitaus mehr, als viele glauben. Die „Bevölkerung dafür zu sensibilisie-

ren, dass weniger Beleuchtung kein Komfortverzicht bedeutet“, sieht der Physiker als „große Aufgabe“ an. „Die Angst vor Dunkelheit muss natürlich ernst genommen werden, aber so viel Licht wie heute ist nicht nötig“, stellt Manuel Philipp im Podcast Art'n'Vielfalt klar. Anlässlich der aktuellen Ausstellung „Nachtleben“ im Museum Sinclair-Haus in Bad Homburg tauscht er sich hier mit der das nächtliche Leben erforschenden Biologin Sophia Kimmig aus.

Bis Mitte Februar lädt das Museum noch dazu ein, „die zu einer bedrohten Sinneslandschaft gewordene Dunkelheit neu zu entdecken“. Die Arbeiten international renommierter Künstler:innen entführen in eine überaus facettenreiche Welt und erschließen den Besuchenden unbekannte Sphären. Der Gang durch die Ausstellung macht zum einen deutlich, was uns durch die nächtliche

Erhellung alles entgeht. Zum anderen rückt sie die Folgen des unmäßigen Lichtgebrauchs ins Bewusstsein und ermutigt, die vornehmlich mit Unheil und Schrecken assoziierte Dunkelheit schätzen und schützen zu lernen.

Dass „der natürlich dunkle Nachthimmel zu einem schützenswerten Kulturgut“ geworden ist, stellte der Bundestag bereits vor zehn Jahren fest. Die Vereinten Nationen hatten 2015 zum internationalen Jahr des Lichts und der lichtbasierten Technologien erklärt, und damals auch den unerlässlichen Schutz der Dunkelheit in den Fokus gerückt. Vor diesem Hintergrund verfassten die Bundestagsabgeordneten eine Erklärung und forderten dazu auf, „Maßnahmen zur Reduzierung der Lichtverschmutzung und einen effizienten Umgang mit künstlichem Licht“ zu entwickeln. →

Info

Ausstellung „Nachtleben“

Die Kunstwerke der Ausstellung führen auf die Spuren von nachtaktiven Tieren und streifen auch das vielfältige Nachtleben des Menschen. „Nachtleben“ sensibilisiert für den Zauber der Dunkelheit und für die Folgen, die aus der menschlichen Sehnsucht nach Licht erwachsen.

Die Ausstellung ist bis zum 15. Februar im Museum Sinclair-Haus, Löwengasse 15, Bad Homburg, zu sehen.
Infos: 06172/ 5950 500,
www.kunst-und-natur.de

Art'n'Vielfalt –

Podcast für Kunst und Natur

In dem die Ausstellung begleitenden Podcast „Gespräche über die Dunkelheit“ heben die Biologin Sophia Kimmig und der Physiker Manuel Philipp den Wert und die Schönheit von Dunkelheit hervor, spüren dem Nachtleben von Tieren und Menschen nach und erläutern, warum es sich lohnt, das Licht manchmal zu dimmen oder gar auszuschalten.

Nachzuhören unter:

www.kunst-und-natur.de/museum-sinclair-haus/programm/podcast/nachtleben-im-podcast-artnvielfalt

Paten der Nacht

Die 2019 gegründete Organisation berät zum Thema Lichtverschmutzung und zeigt Möglichkeiten auf, wie im Sinne des Umwelt- und Artenschutzes verantwortungsvoller und intelligenter mit nächtlichem Kunstlicht umgegangen werden kann. Die notwendige Fachkompetenz zum Thema Lichtverschmutzung mit allen ihren Facetten steuert ein breit gefächertes Expert:innennetzwerk bei. Seit 2020 rufen „Paten der Nacht“ mit der Aktion EARTH NIGHT dazu auf, an demjenigen Freitag im September, der am nächsten zu Neumond liegt, eine Nacht lang das Licht auszuschalten.
www.paten-der-nacht.de

Nektar-Bar

Im Frankfurter Palmengarten haben die Biologin und Leiterin des Büros „AnLand“ für angewandte Landschaftsökologie, Monika Peukert, und der Geschäftsführer des Landschaftspflegeverbandes Main-Taunus, Christoph Schuch, im insektenfreundlich umgestalteten Goethe-Garten eine Nektar-Bar für Nachtschwärmer angelegt. Das Hochbeet mit heimischen, nachtfalterfreundlichen Wildpflanzen gehörte 2023 zu den Preisträgern des 1. Frankfurter Wettbewerbs für Biodiversität.
www.nektar-bar.de

Weitere Infos zur Lichtverschmutzung auch unter:

www.lichtverschmutzung.de
www.lichtverschmutzung-hessen.de
www.sternenstadt-fulda.de *stick*



In dieser Hinsicht wurde und wird in Frankfurt einiges getan. „Das Thema Lichtverschmutzung hat für die Stadt einen hohen Stellenwert“, betont die Leiterin des Amts für Straßenbau und Erschließung, Michaela C. Kraft. Um „Verkehrssicherheit, Orientierung und das subjektive Sicherheitsempfinden“ zu gewährleisten, sei es zwar unumgänglich, Straßen zu beleuchten. Alle neu installierten Lampen würden inzwischen aber mit „gerichteter Lichtführung, speziellen Optiken und Endblendungen“ ausgestattet. Zudem habe man die Beleuchtungsstärke auf ein vertretbares Minimum beschränkt und schalte in einigen Bereichen die Lampen nachts ab.

Als Beispiel nennt die Amtsleiterin „Areale in Landschaftsschutzgebieten“. Sofern hier überhaupt Beleuchtung vorhanden sei, bleibe es zum Schutz von Flora und Fauna dort ab 22 Uhr dunkel. Darüber hinaus ersetze das Amt sukzessive konventionelle Elektroleuchten durch energieeffiziente LED-Technik. Deren Anteil liege derzeit bei rund 30 Prozent und steige jährlich um weitere fünf Prozent. Wie Michaela C. Kraft ergänzt, tragen diese Maßnahmen nicht zuletzt zur Energie- und CO₂-Einsparung bei.

Wenngleich Kommunen wie auch manche Unternehmen die nächtliche Beleuchtung zunehmend reduzieren, ist die Lichtverschmutzung nach wie vor ein weitgehend unterschätztes Problem. Um die Folgen zu mindern, kann nach dem Motto „Kleinvieh macht auch Mist“ letztlich jede und jeder einen Beitrag leisten. So dienen etwa Lichterketten auf Balkonen, die nächtliche Beleuchtung von Bäumen, Naturflächen und Teichen in Gärten oder Flutlichtbestrahlung von Hauswänden rein dekorativen Zwecken. Sie bringen keinerlei Nutzen, sondern schädigen Fauna und Flora und setzen der Gesundheit der Menschen zu.

Doris Stickler

Gebrauchte Geräte – ein Segen für viele

Zu alt zum Behalten, zu schade zum Wegwerfen? In Frankfurt gibt es viele Möglichkeiten, um abgelegten Handys und Co. ein zweites Leben zu schenken



Foto: Erik Solheim, unsplash

Wer hat sie nicht? Schublade(n), in denen Gegenstände aufbewahrt werden, die im Alltag nicht mehr genutzt werden, aber noch gut sind und damit viel zu schade zum Wegwerfen. Zwischen all den nützlichen Dingen finden sich häufig auch technische Geräte wie Smartphones, Tablets und Laptops. In einer technisch schnelllebigen Zeit steigt die Zahl dieser Geräte an. Untersuchungen zufolge sollen in deutschen Schubladen mehr als 200 Millionen ungenutzte Handys schlummern! Die Besitzenden haben sich an ihnen satt gesehen, oder es war Zeit für etwas Neues. Daher lohnt es sich, einmal selbst nachzusehen: Welche Geräte sind noch fit für eine zweite Runde und bei welchen könnten die wertvollen Rohstoffe recycelt werden?

Wir zeigen Ihnen hier verschiedene Möglichkeiten, wie andere Menschen von Ihren abgelegten Geräten

profitieren können. Außerdem erfahren Sie, wie wichtig Updates und aktuelle Betriebssysteme für das zweite Leben sind und wie kaputte Geräte in den Kreislauf der Weiterverwertung sinnstiftend und umweltschützend eingesetzt werden können.

Weitergeben statt entsorgen

Das Herschenken von funktionsfähigen Geräten innerhalb von Familie sowie Freund:innen- und Bekanntenkreis ist häufig die naheliegendste Form der Weitergabe. Sie hat schon so mancher Person die Tür in die digitale Welt geöffnet: Ein Impuls war gesetzt und die Neugier geweckt. Insbesondere für Menschen, die noch nicht genau wissen, was sie mit den mobilen Geräten eigentlich anfangen sollen und können, wird so ein niedrigschwelliger und kostenneutraler Zugang ermöglicht. Die Anschaffung von Smartphone oder Tablet ist nämlich nicht gerade günstig. Hinzu

kommen die laufenden Kosten. Liegt der Nutzen nicht auf der Hand oder ist die finanzielle Lage angespannt, wird die Anschaffung eines (neuen) Geräts oft aufgeschoben.

Sollten alle Menschen in Ihrem sozialen Netzwerk digital bereits gut versorgt sein, können Sie dem abgelegten Gerät ein zweites Leben schenken, indem Sie es beispielsweise bei der Wohnungslosenhilfe der Caritas Frankfurt abgeben. In einer Zeit, in der das Vorhandensein von digitalen Endgeräten in vielen Bereichen des Lebens vorausgesetzt wird, kann die Spende von Geräten zu gesellschaftlicher Teilhabe beitragen. Die Suche nach gebrauchten Smartphones wird von der Caritas Frankfurt mit dem Slogan „damit der Kontakt nicht abreißt“ unterstrichen. So kann die Spende des abgelegten Smartphones etwa dazu beitragen, dass Menschen in manchen Bereichen nicht länger auf die Nutzung öffentlicher Geräte angewiesen sind oder jemanden um Hilfe bitten müssen. Termine – etwa mit dem Jobcenter – können wieder selbständig gebucht und E-Mails abgerufen werden, schildert die Caritas den Mehrwert für Ratsuchende auf ihrer Homepage. Gesammelt werden gut erhaltene und voll funktionsfähige Smartphones und Handys, gern mit Ladegerät und Schutzhülle, die möglichst nicht älter als vier Jahre sein sollten. Die gesammelten Geräte wer-



den von Mitarbeiter:innen auf die Werkseinstellung zurückgesetzt, so dass keine Rückschlüsse zur vorangegangenen Nutzung möglich sind. Sammelstellen sind Einrichtungen der Caritas im gesamten Stadtgebiet. Eine Liste ist zudem online einsehbar unter:

www.caritas-frankfurt.de/spenden/spendenprojekte/sammelaktion-fuer-mobiltelefone

Updates für das zweite Leben

Im zweiten Leben eines Smartphones oder Tablets ist eine der zentralen Fragen das Thema Updates. Gibt es für das Gerät weiterhin technische Unterstützung und werden Sicherheitslücken geschlossen? Wenn dies der Fall ist, steht einer weiteren Nutzung nichts im Wege. Ist dies nicht der Fall, kann das Gerät zum Sicherheitsrisiko werden. Aktuell ist dieses Thema durch die Einstellung der technischen Unterstützung des Betriebssystems Windows 10 bei Computern besonders präsent (siehe auch SFiB Ausgabe 3 2025, S. 37). Auch wenn eine Verlängerung mittlerweile angeboten wird, ist es sinnvoll, sich langfristig Gedanken zu machen, wie es weitergehen soll. Häufig steht dann die Frage im Raum: Kann ich

mein Gerät überhaupt noch nutzen? Die gute Antwort: Wurde der Computer nach dem Jahr 2010 gekauft, gibt es höchstwahrscheinlich keinen Grund, das Gerät zu entsorgen. Der Umstieg auf ein anderes Betriebssystem, etwa Linux, ist eine Lösung. Damit diese gelingt, gibt es konkrete Hilfsangebote in Frankfurt. So wird beispielsweise im Café Anschluss des Frankfurter Verbands im Rathaus für Senioren (Hansaallee 150) die Installation eines Linux-Betriebssystems angeboten. Steven McAvinue, Mitarbeiter im Café Anschluss, berichtet, dass im vergangenen Herbst die Nachfrage zu diesem Angebot hoch war. Ihn freut, dass zahlreiche ältere Computer-Nutzer:innen den Umstieg – und damit auch das Zurechtfinden in einem neuen Betriebssystem – wagen. Auch erhält er viel positives Feedback, dass die Aneignung gut gelingt. Ein weiterer Vorteil von Linux ist, dass Nutzende mehr Kontrolle über ihre Daten behalten. Weitere Informationen finden Sie auch hier: <https://endof10.org/de/>.

Übrigens: Auch ein defektes Handy kann noch zu einem Gewinn für andere werden und trägt zudem aktiv zum Naturschutz bei. Der Frankfurter Zoo bietet dafür zwei einfache Möglichkeiten: das Handysammel-fass im Eingangsbereich des Zoos und die Sammelbox für zu Hause. Der Clou: Zusätzlich zur Wiedergewinnung der Rohstoffe zahlt der Recyclingpartner dem Zoo Frankfurt für die gesammelten Handys Geld. Davon wird ein Naturschutzprojekt unterstützt, das den Lebensraum der Berggorillas in der Demokratischen Republik Kongo schützt. Gut zu wissen: Bei der Handyrücknahme werden hohe Sicherheitsstandards im Datenschutz eingehalten, sodass sich niemand Gedanken um etwaige Daten, die noch auf dem Gerät gespeichert sind, machen braucht.

Rafaela Werny

Weitere Infos:
www.zoo-frankfurt.de/de/unterstuetzen/handy-sammelaktion

Verschwende deine Zeit sinnvoll & nachhaltig

Mit Studierenden austauschen und voneinander lernen

Im Sommersemester wird an der Frankfurt University of Applied Sciences (früher FH) ein intergenerationales Seminar angeboten. Studierende aus dem Bachelor Soziale Arbeit werden gemeinsam mit interessierten Frankfurter:innen 65+ zum Thema „Digitale Teilhabe im Alter in Frankfurt am Main“ arbeiten. Im Fokus des Seminars stehen der Austausch und das Voneinander lernen. Thematisch steht die Teilhabe an Gesellschaft in einer zunehmend digi-

talisierten Gesellschaft im Fokus. Das Seminar wird von April bis Juli 2026 wöchentlich an der Frankfurt UAS (Nibelungenplatz) stattfinden. Voraussetzungen sind Zeit und Freude am Austausch. Die Nutzung von digitalen Geräten oder Anwendungen ist keine Voraussetzung.

Interesse geweckt?
Mehr Infos erwünscht?
Dann melden Sie sich bei
Dr. Rafaela Werny:
rafaela.werny@stadt-frankfurt.de



Foto: FocusOnWagner

„Wer etwas selbst herstellt, dem fällt es schwerer, es wieder wegzuwerfen“

Ausrangierte oder abgenutzte Gebrauchsgegenstände landen bei uns gerne auf dem Müll. Doch damit werden oft Ressourcen unnötig verschwendet: Die Künstlerin Beatrice Anlauff setzt dem etwas entgegen, funktioniert Altes in etwas Neues um, gibt solchen Objekten quasi ein neues Leben. Ihr Wissen gibt sie auch gerne in Workshops weiter.

Eine runde Platte mit bunten Kronkorken ist auf ein „Tischbein“ montiert. Doch bei näherem Betrachten fällt auf: Das Tischbein ist eine hellglänzende Trommel aus einer offenbar ausrangierten Waschmaschine, die die Künstlerin Beatrice Anlauff wieder genutzt und damit einen neuen Sofatisch erschaffen hat. „Es ist schade, so wertvolle Ressourcen und Materialien, in deren Verarbeitung sehr viel Energie investiert wurde, einfach wegzuschmeißen. Die Trommel einer Waschmaschine beispielsweise be-

steht aus hochwertigem rostfreiem Edelstahl. Die lässt sich hervorragend wiederverwerten“, erklärt die 51-Jährige. In ihrem „Atelier für Verwandlungsdesign“ mit dem Namen „Fraktali“ fertigt sie aus vielerlei Dingen, die andere einfach auf den Sperrmüll oder in den Abfall geben würden, neue Objekte. Auch die Tischplatte beispielsweise besteht aus Kronkorken. In Australien, wo die Meisterin im Steinmetz- und Steinbildhauerhandwerk einige Zeit gelebt und Kunst studiert hat, kam sie mit Upcycling in Kontakt. Zuvor hatte sie sich in ihrer Kunst vor allem auf Objekte aus Sandstein fokussiert: Mit Stein zu arbeiten, war ihr von Kindesbeinen vertraut. Schon ihr Opa und ihr Vater waren Steinmetze, sodass sie zunächst sich in dem Beruf ausbilden ließ. Ihre Arbeit mit Sandstein wurde zunehmend künstlerisch. Nach ihrem Studium in Melbourne kehrte sie nach Frankfurt zurück und

begann, bereits mit viel Einsatz von Energie und Rohstoffen hergestellte Produkte, die ausgemustert waren oder nicht mehr gebraucht wurden, in neue Objekte mit einer anderen Funktion umzugestalten. Durch das Upcycling lassen sich Ressourcen wie Energie, Wasser und Rohstoffe sparen und Emissionen verringern. „Vielen fehlt das Wissen und die Wertschätzung für das, was alles in einem Produktionsprozess investiert wird“, betont die 51-Jährige.

Handgefertigte Unikate

So gestaltet sie aus alten Dingen neue Möbel wie Tische, Regale, Betten, Garderoben oder auch Leuchtobjekte. Ihre handgefertigten Unikate präsentierte sie eine Zeit lang in einem Laden in der Rohrbachstraße. Und darüber erreichten sie immer mehr Anfragen, ob sie nicht auch Workshops in Upcycling anbieten könnte. „Warum nicht?“, dachte sich die Künstlerin. In ihrem Atelier, das sie damals in Bornheim hatte, verfügte sie über die passenden Räumlichkeiten und über Werkzeug. So kamen die ersten Do-it-yourself-Workshops



zustande. „Wer etwas selbst herstellt, dem fällt es schwerer, es wieder wegzuzwerfen.“ Viele Teilnehmenden kamen zum Beispiel mit Erbstücken zu ihr, die sie zwar erhalten, aber verändern wollten. Gemeinsam wurde überlegt, „wie man die umgestalten kann. Es geht auch darum, die eigene Kreativität anzukurbeln und einen neuen Blick auf die Dinge werfen. Durch die Umgestaltung, die Arbeit und Energie, die man selbst hineinsteckt, entsteht eine andere Wertigkeit. Auch brauchen die handwerklichen Arbeiten ihre Zeit: Ein Stück Holz zu schleifen kann dauern. Die Teilnehmer sind danach sehr stolz darauf, was sie mit ihren eigenen Händen geschaffen haben“, beschreibt Beatrice Anlauff. Auch gab es einen Handwerker-Workshop mit dem Titel „Bohren für Frauen“: In diesem zeigte sie, wie Bohrmaschinen anzuwenden sind, welcher Dübel sich für was eignet und für welche Art von Wand. Die Teilnehmerinnen waren 18 bis 80 Jahre alt. „Einmal wollte der Vater nicht, dass die Tochter lernt, wie bohren und dübeln geht. Und eine ältere Frau berichtete, dass ihr Mann nicht mehr in der Lage sei, eine Bohrmaschine zu bedienen, sie das nun aber selbst machen wollte. Also habe ich beiden Schritt für Schritt beigebracht, wie das funktioniert“, schildert Anlauff: „Schön war einfach zu sehen, wie stolz sie danach auf sich waren, und wie ihr Selbstbewusstsein gestärkt war. Sie meinten dann: ‚Jetzt kann ich das selbst erledigen und muss niemanden um Hilfe bitten.‘ Toll war auch, wie dieser Workshop Jung und Alt miteinander verbunden hat.“

Für eine Zeitlang musste sie allerdings ihre Workshops reduzieren und sogar pausieren. Denn zu Beginn der Corona-Pandemie wurde ihr das Atelier gekündigt. Allerdings fand sie nichts Geeignetes, was auch bezahlbar war: weder direkt in Frankfurt noch im Speckgürtel. Dann stieß sie auf eine Anzeige für ein altes Fachwerkhaus mit Scheune und ehemaliger Schmiede in der Nähe von Alsfeld.

„Das war schon ein ziemlicher Schritt, von Frankfurt in ein 275-Einwohner-Dorf umzuziehen. Aber es ist ein gewachsenes Dorf mit einem Demeter-Hof und zwei Bio-Bauern, wo ich meine frischen Bio-Eier hole. Das passt. Ich fühle mich hier wohl, und es ist entschleunigend, hier zu leben.“ Seit ihrem Einzug werden das 1735 errichtete Fachwerkhaus, Scheune und Schmiede von ihr wieder auf Vordermann und „in ihren ursprünglichen Zustand gebracht“. Dabei nutzt sie beim Fachwerk auch den Lehm, der seit Jahrhunderten dort verbaut war. „Aus dem kleinen Bad haben wir zwei Tonnen Schutt rausgeholt, Beton und Fliesen demontiert. Das Haus fängt jetzt an zu atmen, und wir holen die alten Balken wieder zum Vorschein. Durch den Lehm haben wir auch kein Problem mit dem Schimmel. Es ist ein anderes Raumklima.“

Aus alt mach neu

Auch bei der Inneneinrichtung hat sie vieles wiederverwertet, was sie im Haus und in den Nebengebäuden vorfand. „So brauchte ich eine neue Stehlampe: Dafür habe ich dann alte Pflanz-Rankstäbe genutzt“, erzählt Anlauff. Aus einem metallenen Industrie-Sieb wurde eine Hängelampe. Ausgemusterte Rollschuhe dienen als Halterung für eine Wandlampe, während ein beschädigtes altes Skateboard als längliche Aufhängung für eine Deckenlampe weiterverwendet wird. Aus alten Skiern fertigte sie Sockelleisten für die Küche. „Durch das Wachsen sind sie sogar feuchtigkeitsresistenter“, erklärt die Künstlerin. Da es während der Pandemie schwierig war, ein dringend benötigtes neues Bett oder auch Holz zu kaufen, konstruierte sie aus alten Wagenrädern die Bettfüße und aus Holzbohlen den Bettrahmen. Alte Regalhalterungen, die von einer Schicht grüner Patina überzogen sind, stehen jetzt als Nachttischlampen neben dem Bett. Und auch ausrangierte Kabeltrommeln, auf denen Glasfaserkabel aufgerollt waren, „kann man super wieder verwenden: Wir



Aus einem alten Rollschuh und einem Metallsieb besteht diese Wandlampe.

haben sie im Dachgeschoss für die Wandverkleidung genutzt. Es ist einfach schade, dass diese Kabeltrommeln meist entsorgt werden. Dabei ist das Holz perfekt, da es meist auch unbehandelt ist“.

Beatrice Anlauff möchte einfach mit ihrer Arbeit zum bewussteren Konsum und Umgang mit Rohstoffen anregen. So hat sie von einer Abhalde Sandsteinreste geborgen. „Es war einfach zu schade, diese Steine wegzuzwerfen. Daraus habe ich Skulpturen gestaltet und in einer Ausstellung im Nebbienschen Gartenhaus gezeigt. Das Material war zum Wegwerfen einfach zu schade. Das Leben, unsere Welt sind zerbrechlich: Wir müssen sensibel und achtsam mit allen Ressourcen, auch den eigenen, umgehen, damit wir auch für andere sorgen können.“

Sonja Thelen

Info

Wer Interesse an einem Do-it-yourself- und Heimwerker-Workshop von Beatrice Anlauff hat, die sie auf Anfrage auch in Frankfurt anbietet, kann sich bei ihr melden: Beatrice Anlauff, Atelier FRAKTALI, Bergstraße 1, 36318 Hopfgarten, Tel.: 0178/148 29 93, E-Mail: mail@fraktali.de, mail@beatriceanlauff.de, www.beatriceanlauff.com

Vor dem Greenwashing kommt das Greenwishing

Interview mit dem Physik-Professor Werner Lorke (71). Er lehrte bis 2019 an der HfG Offenbach unter anderem in Wertstofftheorie und wie schon beim Produktdesign darauf zu achten ist, Verschwendung von Wertstoffen zu vermeiden.

Herr Prof. Lorke, alle sprechen von Müllreduzierung. Als Physik-Professor an der Hochschule für Gestaltung in Offenbach haben Sie unter anderem zu Wertstofftheorie gelehrt. Wie kann aus Ihrer Sicht eine ressourcenschonende und ökologische Herstellung von Produkten gelingen?

Ressourcenschonende Herstellung ist selbstverständlich möglich und ist von jeher gängige Praxis, insbesondere wenn es sich um die Ressourcen des Produzenten handelt. In Gebieten und Zeiten, in denen kein Überfluss herrschte, war und ist das selbstverständlich. Immer dann, wenn die Quellen unerschöpflich scheinen beziehungsweise die Kosten dafür von der Allgemeinheit getragen werden, wird natürlich gerne zugegriffen. Falls Sie mit „ökologischer Herstellung“ eine Produktion ohne Rohstoff-Entnahme und dadurch (Zer)Störung biologisch-geologischer Systeme meinen, sehe ich das viel kritischer. „Ökologisch“ ist heute ein stark moralisch aufgeladenes Adjektiv und hat deshalb oft mehr mit persönlichen Befindlichkeiten zu tun als mit naturwissenschaftlichen Zusammenhängen. Gerade in westlichen wohlstandsgewohnten und -verwöhnten Gesellschaften führen Alltag und „Lifestyle“ und dessen verschwenderischer Umgang mit Ressourcen, je nach Selbstwahrnehmung, zu mehr oder weniger ausgeprägten kognitiven Zielkonflikten. Die gilt es auszuhalten und zu entschärfen. In diesem Sinne kommt eben vor dem *Greenwashing* seitens der Hersteller das *Greenwishing* der Konsumenten.

Aber man kann bei der Produkt-Her-

stellung doch ressourcenschonender vorgehen. Wo sollte das aus Ihrer Sicht ansetzen?

Naheliegender Weise sollte ein Produkt so konzipiert sein, dass die dafür benötigten Werkstoffe umweltschonend gewonnen, hergestellt und verarbeitet wurden. Sodann sollten diese Werkstoffe auch dann noch werthaltig genug sein, damit sich deren Rückgewinnung auch dann noch ökonomisch lohnt, wenn das primäre Produkt nicht mehr reparabel funktioniert beziehungsweise modisch und technisch dysfunktional geworden ist. Somit sind bei der Gestaltung von Produkten konstruktive Vorkehrungen zu treffen, um die verschiedenen Materialien, aus denen sie bestehen, einfach und möglichst sortenrein trennen zu können. Die technisch- und fertigungsbedingte Komplexität vieler Industrieprodukte steht diesem Ziel allerdings in der Regel entgegen. In diesem Sinne zeigt sich der „wahre“ (Rest)-Wert einer verbrauchten Sache immer nur in der Transaktion, im letztlich monetarisierten Tauschgeschäft zwischen Nutzern.

Kann eine ressourcenschonendere Herstellung und das Wiederverwenden von Materialien ökonomisch von Vorteil sein?

Kann nicht unbedingt und oftmals leider nicht. Um einen wieder einsetzbaren Werkstoff zu erhalten, muss das Produkt a) zerlegt, b) eventuelle Schadstoffe entfernt und ordnungsgemäß entsorgt sowie c) die separierten Wertstoffe so aufbereitet werden, dass sich daraus wieder etwas Neues herstellen lässt. Diese Prozesse summieren sich oft zu Kos-

ten, die höher sind als die Preise, die für aus primären Rohstoffen gewonnenen Materialien verlangt werden. Das betrifft auch einen weiteren Punkt, nämlich die Qualität und Quantität des wieder aufbereiteten Wertstoffs: Wer das „sekundäre“ Material einkauft und nutzen möchte, muss sicher sein, dass diese in der benötigten Menge und Qualität für die neue Verwendung verfügbar sind. Denn wer ein Produkt auf geregelten Märkten anbietet, ist als so genannter Inverkehrbringer für dessen Qualität voll haftbar.

Also, ich muss garantieren, dass die Qualität eines neu hergestellten Produkts aus wiederverwendeten Wertstoffen den gesetzlichen Vorgaben entspricht?

Exakt! Daher werde ich als Hersteller/Inverkehrbringer einen Teufel tun und fragwürdige Sekundär-Stoffe einsetzen, von denen ich nicht sicher sein kann, wie sie rückgewonnen wurden. Ich bekomme zum Beispiel klassiertes, recyceltes PET zurück, bei dem ich aber nicht weiß, was es enthält und ob es kontaminiert ist. Ich muss also das Material bei jeder Charge qualitativ kontrollieren. Farbloses Flaschen-PET ist in der Wirtschaft sehr gefragt, da es zertifiziert ist. Wenn Sie einen zertifizierten Recycling-Prozess haben, kommt in der Regel keine Verunreinigung rein. Indes kann keiner kontrollieren, was ich als Konsument in meine PET-Flasche gefüllt habe und diese später bei meinem Supermarkt zurückgebe. Da wird ein Auge zuge-drückt, da die Mischmengen so groß sind und entsprechende Waschvorgänge des Granulats obligatorisch sind. Bei anderen Produkten ist das anders, etwa bei Medizin-Produkten: Da denken alle an Sepsis, Eiter, Viren, Sekret. Werden zum Beispiel Steril-Verpackungen von Medizin-Produkten zur Wiederverwertung angeboten, werden die abgelehnt, da sie kontaminiert sein könnten. Da bleibt nur die Verbrennung. Das habe ich erlebt. Dabei kann jemand auch in eine PET-Flasche irgendwas abge-

füllt oder reingepinkelt haben. Das spielt dann keine Rolle.

Aktuell betreuen Sie als Experte für historische Werkstoffe für heutige Verwendung ein besonderes Projekt im Schwarzwald, wo sie Jahrhunderte alte Baustoffe wiederverwenden. Können Sie hierzu Näheres berichten?

Im Gegensatz zu der vorher beschriebenen Konsumware sind Häuser langwerthaltige Produkte oder Objekte. Das Haus stammt aus dem Jahr 1719. Es handelt sich um ein so genanntes Hotzenhaus: Das ist ein traditionelles Schwarzwaldhaus, in dem Menschen und Tiere zusammen unter einem Dach lebten. Das war intern auch so organisiert: Zum Beispiel waren die Knechtkammern über dem Stall, denn der war warm, weil die Kammern nicht geheizt waren. Das Hotzenhaus – als Superbeispiel für ein stark ressourcenlimitiertes Umfeld – war per se sehr ressourcenschonend konzipiert: etwa mit der Heizung oder dem Wetterschutz durch das sehr tiefgezogene Dach. Wir bauen in das Hotzenhaus nun sechs Mietwohnungen ein, die selbstverständlich den aktuellen Bauvorschriften sowie Anforderungen der späteren Mieter entsprechen müssen. Da es ein Denkmal ist, können wir erfreulicherweise etwas flexibler sein. Aktuell ressourcenschonend ist, dass die gesamte Handwerkerschaft, die am und im Haus tätig ist, aus der nahen Umgebung stammt sowie die historischen Baustoffe ebenfalls aus regionalen Quellen stammen. Langfristig ressourcenschonend wirken sich der Berufsethos und insbesondere die gesellschaftliche Ortsbindung der beteiligten Personen aus. Flapsig formuliert: „Wenn Du Mist baust, dann spricht sich das schnell rum.“

Das schafft Verantwortlichkeit und Identifikation.

Ja, genau. Das ist ein gutes Stichwort. Es gibt zum Beispiel vor Ort einen historischen Baustoffhändler, der alte Materialien sammelt. Und wenn ich den Handwerkern nahelege, solche zu verwenden, bezie-



Werner Lorke interessiert besonders, wie sich historische Werkstoffe erhalten und ressourcenschonend bei Bauprojekten einsetzen lassen.

hungsweise ihnen zur Verfügung stelle und sage „Ich möchte das so haben“, kommt ein weiteres identifikationsverstärkendes Element hinzu, da sie das einfach gut finden. Zum Beispiel brachte ich einem Tischler eine alte Tür, damit er eine Zarge einfügt. Er fing an zu schwärmen, wie diese Tür aufgebaut ist und stellte sich dieser Aufgabe viel verbundener. Aber natürlich müssen wir auch moderne Auflagen wie Wärme- oder Einbruchschutz oder Belüftung berücksichtigen, auch bei dieser Tür, und sie entsprechend erüchtigen. Hier fließt dann neues Werkstoffwissen ein: Der alte Werkstoff wird möglichst schonend „manipuliert“ und authentisches Material genutzt, auch zum Teil altes Material. So kann diese 200 Jahre alte Tür weitere 100 Jahre genutzt werden, wenn wir sorgfältig damit umgehen. Das ist ein entscheidender Punkt.

Also, wie ich ein Produkt möglichst lange erhalte?

Richtig. Das bedeutet auch, es muss für mich erhaltenswert sein. Es muss sorgsam, werthaltend und ressourcenschonend damit umgegangen werden. Es gibt also zwei Seiten: einmal den Nutzer und auf der anderen Seite denjenigen, der es herstellt. Das muss passen. Dann ist das Maximum erreicht. An der HfG hatten wir mal das Projekt „Erbstücke“: Das waren vor allem Möbel, die von Generation zu Generation weitergegeben wurden. Da gab es ebenfalls eine Eingangstür von einem Bauernhof in Bayern. Der Verkäufer, den ich über Kleinanzeigen kontaktierte, war ein alter Mann, der die Tür einer anderen Bäuerin abgekauft hatte, und sie bei sich einbaute. Eine 200 Jahre alte Eichentür. Als er seinen Hof an ein junges Paar verkaufen wollte, wollten diese aber nicht die Tür. Aber weil die Tür für ihn so erhaltenswert war, hat er sie annonciert und mich als Käufer gefunden

Überhaupt Umbau oder bauliche Transformation statt Abriss: In Sachsenhausen wird aktuell ein früheres Bürohaus in ein Wohnhaus unter der Federführung von Aldi Süd um-



gebaut. Ähnliche Projekte hat der Lebensmittelkonzern etwa in Heddernheim und Bockenheim geplant. Was halten Sie davon?

Dass man auf die Idee kommt, ein solches Objekt zu erhalten, ist das Ergebnis einer positiven Diskussion über Ökologie, Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung, sonst würde Aldi das nicht machen. Im Juristischen gibt es auch mittlerweile Prozesse, die einen solchen Erhalt und Bauschutttrennung zwingend vorschreiben. Es gibt aber auch hier eine zweite Seite: die späteren Nutzer des umgebauten Hauses. Als Bauherr müssen sie unterstellen, dass die künftigen Bewohner diesen zusätzlichen Aufwand, den Zusatzwert durch den Erhalt, der sich vermutlich in einer höheren Miete oder anderen Kosten abbildet, bereit sind, ökonomisch zu tragen. Auch bei meinem Schwarzwaldhaus wird das der Fall sein. Grundsätzlich finde ich das ein gelungenes Beispiel, dass die Gesellschaft diese teilweise diffuse Diskussion, die auch von Zielkonflikten beladen ist oder von moralischer Überbewertung, zu praktischen Überlegungen bis hin zu Gesetzen führt, die im Grunde das Ruder schon in eine andere Richtung gedrückt haben. Und allein, dass es heute immer mehr historische Baustoffhändler gibt, ist auch ein Indikator. Denn niemand handelt aus Sammlergründen mit historischen Baustoffen, sondern weil er damit Geld verdienen möchte.

Das Interview führte Sonja Thelen

Info

Der 1954 in Frankfurt geborene Werner Lorke studierte Soziologie und Volkswirtschaftslehre und dann von 1976 bis 1983 Physik an der Goethe-Universität. Nach seinem Diplom war er zunächst mehrere Jahre in der chemischen Industrie tätig, anschließend Dozent an der HfG Karlsruhe. An der Hochschule für Gestaltung (HfG) Offenbach war er zwei Jahre bis 2004 Gastprofessor für Material & Design, dann bis 2010 Honorarprofessor und schließlich bis zu seiner Emeritierung 2019 Professor für Technologie und Neue Werkstoffe an der HfG Offenbach. *the*



Größer, breiter – schneller?

SUVs sind seit Jahren schwer im Trend. Geräumigkeit und Fahrkomfort werden als Hauptgründe für den Kauf genannt. Doch die Größe wird immer mehr zum Problem – vor allem in Städten, die nicht für derlei Maße ausgelegt sind – wie auch Frankfurt. Was tun?

In Deutschland gibt es immer mehr Autos“, meldete die Frankfurter Allgemeine Zeitung am 22. August 2025. „Zum Jahresbeginn 2025 kamen auf 1000 Einwohner 590 Pkw“, schrieb das Blatt unter Berufung auf Zahlen des Statistischen Bundesamts. Seit 2008 sei die Pkw-Dichte in Deutschland stetig angestiegen. Es verwundert daher nicht, dass der Verkehrssektor laut Umweltbundesamt auch im Jahr 2024 die zulässigen Höchstwerte für den Kohlendioxidausstoß deutlich überschritt. Die höchsten Treibhausgasemissionen entfielen dabei neben der Luftfahrt auf den motorisierten Individualverkehr.

Wer dieser Tage durch Frankfurt spaziert, wird vielerorts mit einem weiteren Aspekt der stetigen Auswei-

tung des Autoverkehrs konfrontiert: Die Personenkraftwagen haben nicht nur in der Anzahl, sondern auch in der Größe deutlich zugenommen. Laut Kraftfahrt-Bundesamt (KBA) kamen im Jahr 2024 über eine Million Geländewagen und „Sports Utility Vehicles“ (SUV) neu auf Deutschlands Straßen – das entspricht einem Anteil von 42 Prozent aller Neuwagen.

Die von vielen Käufer:innen wegen der hohen Sitzposition und des bequemen Einstiegs geschätzten SUV lassen ehemals tonangebende Automodelle wie den VW Golf oder die BMW 3er-Reihe geradezu grazil erscheinen. Die mit zahlreichen Sicherheits- und Assistenzsystemen, Komfortfunktionen sowie mitunter auch mit Elektrobatterien und -moto-

ren ausgestatteten Wagen nehmen auch in der Masse zu. KBA-Zahlen aus dem Jahr 2023 belegen, dass gut 37 Prozent aller in Deutschland angebotenen Pkw-Modellreihen über zwei Tonnen schwer sind.

Unterdessen sind Frankfurts Straßen nicht breiter geworden. Im Gegenteil: Durch die gestiegene Berücksichtigung des Rad- und Fußverkehrs ist die Anzahl von Autofahrspuren in den vergangenen Jahren zurückgegangen. In einigen Quartieren fielen Parkplätze zugunsten von Sitzmöglichkeiten, Lieferzonen- und Radstellplätzen weg, zudem wurden einige Straßen zu Fahrradstraßen umgewidmet. Hinzu kam die erfolgreiche Etablierung elektrischer Leihroller (E-Roller), die rege am Straßenverkehr teilnehmen.

So passiert es täglich, dass Fußgehende auf den vielerorts ohnehin schon schmalen Gehsteigen kaum noch durchkommen. Behindert werden sie etwa von wild abgestellten E-Rollern und voluminösen Kraftfahrzeugen, die, selbst wenn sie regelkonform parken, bisweilen einen großen Teil des Gehwegs einnehmen. Ältere Menschen mit Rollator, Rollstuhlfahrende und Eltern mit Kinderwagen haben in dieser Gemengelage immer öfter das Nachsehen und müssen unter Hinnahme erheblicher Gefahren auf die Fahrbahn ausweichen.

Prekäre Verteilung von Straßenraum

Die zunehmend prekäre Verteilung von Straßenraum beschäftigt die Kommunalpolitik ebenso wie die Stadtgesellschaft. „Zwischen Autoverkehr und Fußverkehr ist in der Tat ein gewisser Antagonismus zu erkennen“, sagt Heiko Nickel, Leiter Strategische Verkehrsplanung im Dezernat für Mobilität. Vor allem in der älteren Generation beobachtet er heftige Diskussionen zwischen „einerseits Menschen, die auf das Auto angewiesen sind und auf ein gewohnheitsmäßiges Parken bestehen – und andererseits denjenigen, die (häufig nicht mehr Auto fahren) und auf freie

Gehwege einen Anspruch erheben“. „Das Dezernat setzt den Fokus auf den Fußverkehr und hebt diesen in den gleichen Rang wie die anderen Verkehrsarten“, erläutert Nickel. Er verweist auf die in Entwicklung begriffene städtische Fußverkehrsstrategie: „Ein stadtweites Netz für Fußwege soll entstehen, das komfortabel und sicher ist. Zudem werden Maßnahmen entwickelt, welche das zu Fuß Gehen verbessern sollen“, heißt es auf dem Stadtportal frankfurt.de zu der unter Einbeziehung von Ideen und Bedürfnissen der Frankfurter Bürger:innen entstehenden Strategie.

Das Mobilitätsdezernat reagiert aber auch mit konkreten Schritten auf die Zunahme großer und schwerer Personenkraftfahrzeuge. „Laufend werden in der ganzen Stadt die Parkstände entsprechend angepasst und neu geordnet“, berichtet Heiko Nickel. Wenn etwa Rettungswagen oder die Müllabfuhr eine Straße wegen zu breiter Autos nicht mehr passieren können, müsse in der Regel das zuvor beidseitig mögliche Parken auf eine Seite beschränkt werden. Sofern die Gehwegbreite 2,20 Meter unterschreite, werde, so Nickel, das Parken ganz auf die Fahrbahn verlagert „und so beide Gehwege von parkenden Autos befreit“. „Auf diese Weise wird aktuell Schritt für Schritt das Gehwegparken beendet und die Gehwege für den Fußverkehr freige-räumt.“

Falschparker per App melden

Auch das verbreitete wilde Parken von E-Rollern auf Gehsteigen möchte das Dezernat eindämmen. „Bis 2029 entsteht stadtweit ein flächendeckendes Netz mit 950 Mobilitätsstationen, welches das ‚wilde‘ Abstellen von Leih-E-Scootern und Leihrädern

in Problemlagen unterbindet und damit in geeignete Abstellflächen ordnet“, kündigt Nickel an. Im Innenstadtbereich habe das Mobilitätsdezernat das willkürliche Abstellen von E-Scootern durch „Geo-Fencing“, die Eingrenzung zugelassener Bereiche, gestoppt: „Dazu wurden über 50 Abstellplätze für E-Scooter eingerichtet. 150 Meter um jeden Abstellplatz kann die Fahrt eines Leih-E-Scooters nicht beendet werden.“ Laut Nickel könne zudem jeder behindernd abgestellte E-Scooter über eine Telefonnummer am Fahrzeug angezeigt oder über die „Falschparker-App“ „Nivel“ <https://de.nivel.no/feilparkering> gemeldet werden.

Die stärkere Fokussierung auf den Fußverkehr unterfüttert Heiko Nickel mit den im vergangenen Frühjahr präsentierten Ergebnissen der Untersuchung „Mobilität in Städten – SrV 2023“: Im 20 Jahre umfassenden Untersuchungszeitraum sei der Anteil des Fußverkehrs in Frankfurt von 32 auf 37 Prozent gestiegen, wohingegen der Autoverkehr von 39 Prozent 2003 auf 23 Prozent im Jahr 2023 abgenommen habe. Ein genauerer Blick auf die Zahlen im Städtevergleich belegt zwar den bundesweit höchsten Anteil von Fußverkehr in Frankfurt. Verglichen zu Berlin und München nutzen aber deutlich weniger Frankfurter:innen den öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV). Und auch der Anteil des Radverkehrs ist in Städten wie München und Karlsruhe bedeutend höher.

Da Frankfurts Straßen und Gehwege auch in absehbarer Zukunft nicht breiter werden können, wird die Diskussion um eine ausgewogene Verteilung des Straßenraums die kommenden Jahre begleiten. Viele Menschen möchten sich möglichst frei in der Stadt fortbewegen, ohne andere zu behindern. Die Frage, ob Frankfurt sich die Verschwendung von knappem Straßenraum durch immer größere und schwerere Autos leisten kann, dürfte daher nicht so schnell von der Tagesordnung verschwinden.

Eugen El



Eine künstlerische Utopie

Dass Nachhaltigkeit nicht unbedingt Verzicht bedeuten muss, zeigt ein außergewöhnliches Kunstprojekt, das vernachlässigte Zimmerpflanzen rettet: botanoadopt.

Wenn wir an das Thema Verschwendung denken, dann denken wir auch an die ökologischen, wirtschaftlichen und sozialen Folgen. Und natürlich an das Gegenteil – Nachhaltigkeit. Zwei Themen, die eng miteinander verbunden sind und für die Zukunft unserer Gesellschaft und Umwelt eine große Rolle spielen.

Die Frankfurter Künstler:innen Haike Rausch und Torsten Grosch



nehmen verwaiste und ungeliebte Pflanzen auf und vermitteln sie an Adoptiveltern. Sie sind die Erfinder der partizipativen Skulptur Pflanzenklappe, über die Zimmerpflanzen anonym abgegeben werden können. Sie haben botanoadopt® und die Pflanzenklappe® als Marke registriert und den Pflanzen-Freistaat Botanica ins Leben gerufen. Für jede Pflanze schreiben Haike Rausch und Torsten Grosch eine eigene Biografie, und selbstverständlich haben alle geretteten Zimmerpflanzen einen eigenen Namen. botanoadopt ist ein

künstlerisches Langzeitprojekt. Es wurde vom Nachhaltigkeitsrat der Bundesregierung ausgezeichnet und erhielt den Citoyenne-Preis für Umweltengagement. Doch was wollen die Künstler:innen damit erreichen? Und warum ist das Ganze Kunst?

Mit ihrer künstlerischen Utopie engagieren sich Haike Rausch und Torsten Grosch für einen verantwortungsvollen Umgang mit pflanzlichem Leben. Sie interpretieren Fürsorge oder Care-Arbeit als einen ganzheitlichen Ansatz, der soziale und ökologische Konflikte nicht voneinander trennt und die Erhaltung des gemeinsamen Lebensraums zum Ziel hat. „Mit botanoadopt und der Pflanzenklappe wollen wir in Zeiten des dramatischen Artensterbens unsere Lebensgrundlage, die Pflanzen, wieder als Lebewesen wahrnehmbar machen. Wir setzen uns für die Zukunft unseres Planeten ein und sind davon überzeugt, dass ein respektvoller Umgang mit pflanzlichem Leben möglich ist“, erklärt Haike Rausch im Interview.



Für die Rechte von Pflanzen

Bereits vor 20 Jahren hat das Künstler:innenduo damit begonnen, ungeliebte Zimmerpflanzen aufzunehmen und inzwischen ein bundesweites Adoptionsnetzwerk aufgebaut. Über 2000 Pflanzen konnten bisher gerettet und vermittelt werden. Das Atelier von Haike Rausch und Torsten Grosch im Frankfurter Westen steht voller Pflanzen: Vom zimmerhohen Ficus über stachelige Kakteen bis zu schiefgewachsenen Yucca-Palmen ist alles dabei. Hier werden bedürftige Pflanzen aufgepäppelt, und von hier aus wird ihre Adoption organisiert. Alle Pflanzen sind auf www.botanoadopt.org gelistet und können dort recherchiert werden. Die Adoption kann online oder zu den Öffnungszeiten eines der Adoptionsbüros erfolgen, und über die Website kann auch jederzeit eine Pflanze zur Adoption freigegeben werden. Die gerettete Pflanze verbleibt dann in ihrem alten Zuhause, bis sie von ihren neuen Besitzer:innen dort abgeholt wird. Ungeliebte Zimmerpflanzen hingegen, die anonym über die Pflanzenklappe abgegeben wurden, werden zunächst in einem der temporären Adoptionsbüros aufgenommen. Die wechselnden Standorte, Termine und Öffnungszeiten werden auf der Website veröffentlicht. Letztendlich übernehmen die Adoptiveltern Verantwortung für ihre neuen Schützlinge, indem sie einen Vertrag unterschreiben und botanoadopt jährlich zwei aktuelle Fotos der Pflanze zur Verfügung stellen.

Haike Rausch und Torsten Grosch betreiben botanoadopt mit viel Ernsthaftigkeit. Aus Überzeugung und mit großem Engagement für die

VERSCHWENDUNG

Umwelt und unseren Planeten setzen sie sich für nachhaltiges Handeln und für die Rechte von Pflanzen ein. Dennoch hat das Projekt auch etwas Ironisches. Der etwas eigenwillige Kaktus Seppel Karl, der realisiert hat, dass er trotz Klimawandel nicht auf der Spitze eines Berges überleben würde, oder die Agave Lazlo, die bei einem Sturz fast ihr gesamtes Blattwerk verloren hat, lassen einen durchaus schmunzeln.



Doch das muss keinesfalls ein Widerspruch sein. botanoadopt ist ein niedrigschwelliges Projekt. Eine soziale Skulptur, die darauf basiert, dass Pflanzen Lebewesen mit eigener Wahrnehmung sind und unsere Lebensgrundlage bilden. Die künstlerische Sichtweise verleiht dem Thema eine eigene ästhetische Dimension. Was von herkömmlichen Lesarten abweicht, lässt uns alltägliche Dinge und Verhaltensweisen, die wir meist unbewusst hinnehmen, mit anderen Augen sehen. Vielleicht ist es genau das, was botanoadopt von einem umweltpolitischen Projekt unterscheidet und zu einer künstlerischen Utopie macht.

Künstlerisches Gesamtprojekt

Haike Rausch und Torsten Grosch arbeiten seit vielen Jahren als Künstlerduo 431art zusammen. Ihre Arbeiten – meist ortsbezogene, partizipative und interdisziplinäre Projekte, Performances oder Audiowalks – sind in internationalen Ausstellungen und Sammlungen vertreten. botanoadopt ist ein künstlerisches Gesamtprojekt mit vielen Komponenten, beispielsweise dem Archiv der ungeliebten Pflanzen, einer Fotoserie mit Pflanzenporträts, die anonym abgegeben wurden. Oder den temporären Adoptionsbüros in Ausstellungen und Museen, oft in Verbindung mit performativen und installativen Elementen. Inzwischen ist auch ein Buch erschienen: „Urban Plants – Bio-Biographies“ porträtiert 100 Pflanzen in Text und Bild, die mit Hilfe der Pflanzenklappe gerettet und vermittelt werden konnten.

Zurück zum Thema Verschwendung: Die Kritik an Fast Fashion oder dem Wegwerfen von Lebensmitteln ist inzwischen allgegenwärtig. Aber haben wir schon einmal darüber nachgedacht, was es bedeutet, Zimmerpflanzen zu verschwenden? Viele Pflanzen werden weggeworfen, sobald sie verblüht sind, krank werden oder uns nicht mehr „schön“ erscheinen. Manche landen direkt in der Mülltonne. Andere werden jahrelang in viel zu kleinen Töpfen gehalten,



Für ihr künstlerisches Langzeitprojekt botanoadopt sind Haike Rausch und Torsten Grosch immer auf der Suche nach verwaisten Zimmerpflanzen.

kaum gegossen oder nicht gepflegt. In Monokulturen industriell gezüchtet, werden unsere Zimmerpflanzen zur Ware, zur Dekoration, zu Objekten. Meist werden sie nicht als Lebewesen wahrgenommen und entsprechend achtsam umsorgt.

Für Haike Rausch und Torsten Grosch ist botanoadopt „eine gesellschaftliche Utopie, die Pflanzen als uns gleichberechtigte Lebewesen definiert. Inzwischen haben Länder wie etwa Bolivien die Rechte von Pflanzen in ihrer Verfassung verankert, und die Ethikkommission der Schweiz hat bereits im Jahr 2008 die Würde von Pflanzen untersucht. Wir definieren Pflanzen als Individuen mit eigenständiger Wahrnehmung und verweisen auf die inzwischen zahlreich existierenden wissenschaftlichen Untersuchungen“.

botanoadopt ist ein partizipatives Projekt und wird durchaus auch außerhalb des Kunstkontexts wahrgenommen. Es ist schön, wenn Kunst zu einem verantwortungsvollen und nachhaltigen Umgang mit Natur und Umwelt anregen kann. Ich habe mich bereits online mit einem Kaktus angefreundet, den ich gerne adoptieren möchte. Und Sie? *Sonja Müller*

Verschwendung – nicht mit uns!

Vor fünf Jahren machte sich Frankfurt auf den Weg, „Zero Waste City“ zu werden. Seitdem entstehen ständig Alternativen, um Abfall zu reduzieren sowie Umwelt und Gesundheit zu schonen.

In unserer Welt dominieren Plastik, Chemie und Elektronik den Alltag, deren Produkte dank billiger Massenproduktion und immer neuer Kaufanreize zum bequemen Ex-und-Hopp-Konsum verführen. Für diese Verschwendung hat die Soziologie in den 1950er-Jahren den Begriff „Wegwerfgesellschaft“ geprägt. Wohlgemerkt: Wegwerfgesellschaft, nicht Wegwerfwirtschaft. Denn ohne Verbrauchende würden die kurzen Zyklen zwischen Herstellen, Nutzen und Wegwerfen nicht funktionieren. Längst nutzt der Mensch wider besseres Wissen gewohnheitsmäßig knappe Bodenschätze und zerstört dabei Landschaften und Lebensräume. Er verpestet die Luft, türmt Müllhalden auf und hinterlässt in den Meeren riesige Müllstrudel und in der Gischt an den Ufern Ewigkeitschemikalien.

In der Wegwerffalle?

Doch den Waren ist ihre Verschwendung endlicher Ressourcen nicht immer anzusehen. Und mal keck gefragt: Was kann ich dafür, wenn Ersatz günstiger ist als Reparatur oder Leuchtmittel in Lampen erst gar nicht ausgetauscht werden können? Und wo sind denn die nachhaltigen Produkte und Alternativen zum Neukauf oder die patenten Leute, die reparieren können? Andererseits stehen Aufwand und Ertrag von Altkleidercontainern nicht mehr im Verhältnis, weil immer mehr Beschädigtes, Verdrecktes und Minderwertiges (Fast Fashion) drinsteckt, sogar mutwillig entsorgter Abfall. Fast täglich brennt es in einem Frankfurter Müllwagen oder ei-

ner Entsorgungsanlage, weil sich dort falsch entsorgte Akkus oder Batterien entzündet haben. Und etwa 40 Prozent in den Restmülltonnen sind organische Stoffe, also Bioabfall, aus dem in Frankfurt eigentlich Kompost und Biogas werden sollte.

Mentalitätswandel gefragt

Handlungsbedarf besteht also nicht nur bei Produktion und Handel. Auch zugestopfte Abfallbehälter zeigen, wie sehr sich das bedenkenlose Wegwerfprinzip in unsere Mentalität eingeschrieben hat. Wo vor 50 Jahren Zigarettenkippen achtlos weggeschmissen wurden, sind nicht nur Einmalfeuerzeuge dazugekommen. Flaschen, Einmalkaffeebecher, Pizzakartons und neuerdings Lachgaskartuschen vermüllen den öffentlichen Raum. Und wo jemand seine alte Matratze mal eben wild „entsorgt“, statt sie beim Sperrmüll fürs kostenlose Abholen anzumelden, entsteht schnell ein illegales Sperrmülllager.

Seit die Wissenschaft in den 1980er Jahren die weltweiten Konsequenzen unserer Wirtschaftsweise vor Augen geführt hat, wurden mühsam Kompromisse ausgehandelt, um die Welt enkeltauglich zu halten. Von den Vereinten Nationen (UN) über die Europäische Union (EU), Bund und Länder bis hin zu den Kommunen. Entstanden ist unter anderem ein komplexes Abfallsystem: vor der Haustür sichtbar an den farblich sortierten Plastiktonnen für Restmüll, Bioabfall, Altpapier und Verpackungen. In Frankfurt verwertet die Frankfurter Entsorgungs- und Service GmbH (FES) den getrennt gesammelten Abfall. Aus dem Restmüll



wird im Müllheizkraftwerk umweltschonend Strom und Fernwärme gewonnen.

Ausweg „Zero Waste“

Seit die Stadt sich 2021 per Magistratsbeschluss auf den Weg zu einer „Zero Waste City“ gemacht hat, koordiniert die FES den Wandel für die Stadt und die Zivilgesellschaft mit. „Zero Waste“, übersetzt: kein Abfall, keine Verschwendung, ist das Leitbild einer in den 2000er-Jahren gegründeten Bewegung in Richtung Kreislaufwirtschaft. In Europa hat sie sich zu „Zero Waste Europe“ zusammengeschlossen. Der Grundgedanke: Was so lange wie möglich gebraucht und repariert, gespendet oder getauscht wird, bevor es korrekt entsorgt wird, reduziert Abfall und schont Umwelt und Gesundheit – und die eigene Geldbörse.

„Frankfurt kann abfallfrei“

Auf der Suche nach praktikablen Auswegen aus der Wegwerffalle hat sich 2017 das Netzwerk „Frankfurt



Foto: pixels, Tom Fisk

kann abfallfrei“ gegründet. Es wurde im Zuge der von der FES koordinierten kommunalen Strategie größer. So räumen immer mehr engagierte Menschen, Initiativen und Vereine zusammen mit städtischen Ämtern, Bildungseinrichtungen und Unternehmen immer mehr Hürden für nachhaltigen Konsum ab. Beispiele: Unter www.reparatur-finder.de sind die Profis leicht zu finden; das Klimaschutzbuch Frankfurt enthält nützliche Tipps und Adressen; Ideen und Informationen werden unter www.recyclist-magazin.de verbreitet; und das Mehrwegsystem „Mainbecher“ erspart Einwegbecher und deren Entsorgung.

Michael Eickenboom, der im Umweltamt die Abteilung Abfallwirtschaft und Straßenreinigung leitet, sieht Stadt und Zivilgesellschaft deshalb auf guten nachhaltigen Wegen. Das Antiverschwendungs-Laboratorium „Zero Waste Lab“ bietet im Internet einen einfachen Anknüpfungspunkt. Ein Klick auf den Button

„Ihre Ideen“ auf <https://zerowaste-lab.de/>, und man kann Vorschläge eintragen, wie Abfall vermieden und die Stadt sauberer werden kann. Was sich als realisierbar herausstellt, schafft den Sprung in die Tat, die uns alle weiterbringen kann.

Lauter Alltagshilfen

So zeigte die Wanderausstellung „zusammen:schrauben“, warum es sich auch in Zeiten billiger Massenproduktion lohnt, Dinge selber zu machen und zu reparieren. Die App „Abfalljagd“ fürs Smartphone regt mit Fotowettbewerb und Gewinnspiel zur Sauberkeit in der Stadt an. Ende 2025 kam aus dem Lab die Broschüre „Zero Waste Guide“ auf den Markt. Sie gibt alltagstaugliche Müllreduzierungsstipps, listet nützliche Adressen auf und lockt mit Gutscheinen, Rabatten oder einer Gratisleistung, nachhaltigen Konsum für sich zu testen. Außerdem erreicht die jährliche „Europäische Woche der Abfallvermeidung“ (EWAV) in Frankfurt viele Mitbürger:innen. Im November 2025 kreisten die Aktionen und Veranstaltungen um „Reparieren statt wegwerfen: Elektro- und Elektronikschrott vermeiden“. Und seit Jahren rufen öffentliche Ausräumaktionen ins Bewusstsein, dass achtloses Verhalten Einzelner sich schnell zu Problemen aufsummiert.

Bei der Mülltrennung sieht Eickenboom allerdings „noch Luft nach oben“. Zwar informiert die kostenlose FES-Zeitschrift „Oskar“ alle halbe Jahre darüber. Es gibt eine telefonische Abfallberatung und eine persönliche in der Insel für Klima und Nachhaltigkeit an der Hauptwache, dazu ein Abfall-ABC im Internet. Trotzdem stecken noch recycelbare Wertstoffe in mehr als der Hälfte der Restmülltonnen. Seit Oktober 2025 läuft deshalb eine Zero-Waste-Kam-

pagne. Deren Kern ist ein monatliches Mülltrennungs-Quiz mit Verlosungen.

Mal nachgefragt angesichts von insgesamt mehr organischem Müll, durch Onlinehandel gesteigerten Verpackungsabfall und vielem achtlos weggeworfenem Zeug: Ist Verschwendung nicht auch eine Generationenfrage? Viele Ältere können zumindest saisonal kochen, Resteessen zubereiten, flicken, stopfen und reparieren. Dazu, wie viel einzelne Gruppen zum Müllaufkommen beitragen, hat die Zero-Waste-Geschäftsstellenleiterin Birgit Holm keine Zahlen. Doch sie sieht Senior:innen gut vertreten bei den reYours-Secondhand-Aktivitäten und Reparaturcafés. Und sie verweist auf die hohe Zahl von Älteren unter den Sauberkeitspaten, die sich ehrenamtlich um ein Stückchen Stadt in ihrer Nähe kümmern.

Holm kennt aber den größten Hebel gegen Verschwendung in der Bürger:innenschaft: Kinder. „Damit erreichen wir die Eltern gleich mit.“ Führungen durch den Wertstoffhof, Lernwerkstätten in Schulen, Basteltipps und mehr in dem Kindermagazin „Fessie“ oder „Fessies Spieltonne“ für Kitas und Schulen sind Beispiele, wie Frankfurt nachhaltig die Zukunft als „Zero Waste City“ aufbaut.

Karin Willen

Info

Das Servicecenter Insel für Klima und Nachhaltigkeit an der Hauptwache berät persönlich, Öffnungszeiten unter www.insel-frankfurt.de/insel-fuer-klima-und-nachhaltigkeit. Kostenfreie individuelle FES-Abfallberatung gibt es auch unter der Telefonnummer 0800 200 800 710. Das Abfall-ABC sowie Aktionen und weitere Informationen sind unter www.fes-frankfurt.de zu finden. Der Zero Waste Guide ist unter anderem in der Insel für Klima und Nachhaltigkeit, den Stadtteilbüros und Büchereien erhältlich.

Unter <https://zerowaste-lab.de/> informiert das Lab über alle Projekte vom Vorschlag bis zur Realisierung.

Unter <https://zero.waste-bewerb.de/frankfurt> können Sie Ihr Mülltrennungswissen testen und mit Glück Preise gewinnen. *wil*



Früher oder später kaufen auch Menschen, die sich wenig um Mode scheren, eine neue Bluse oder Hose. Kleidung verschleißt nun mal oder passt nicht mehr. Wer aktuellen Trends folgt, tut dies natürlich häufiger. Doch müssen es, wie hierzulande inzwischen verbreitet, jährlich gleich 60 neue Teile sein? Dieses Kaufverhalten ist vor allem der Fast Fashion-Branche geschuldet, die den Markt mit Billigwaren überflutet. Es sind allesamt Kleidungsstücke von geringer Qualität, die bald wieder weggeworfen werden und durch den überwiegenden Einsatz synthetischer Fasern nicht recycelbar sind. Jedes fünfte wird sogar nie getragen.

Eine maßlose Verschwendung, die gravierende Folgen für Umwelt und Klima nach sich zieht. Dass die Textilindustrie pro Jahr über zwei Milliarden Tonnen CO₂ erzeugt, und damit mehr als alle Flugreisen und Kreuzschiffahrten zusammen, ist vielen kaum bewusst. Neben der gigantischen Emission von Treibhausgasen verseucht namentlich Fast Fashion die Böden, Flüsse und Meere mit großen Mengen an Mikroplastik und giftigen Chemikalien. Hinzu kommt ein enormer Verbrauch an Wasser, Energie und fossilen Ressourcen. Obendrein wird die Billigmode meist unter menschenunwürdigen Arbeitsbedingungen mit extrem niedrigen Löhnen sowie Kinderarbeit hergestellt.

Als 2013 bei einem Fabrikeinsturz in Bangladesch fast 1200 Textilarbeiter:innen ums Leben kamen, riefen Organisationen und Aktivist:innen die Fashion Revolution-Kampagne ins Leben. Wie Fashion Revolution Germany klären seither weltweit die jeweiligen Landesverbände über die Folgen des überbordenden Kleiderkonsums auf und motivieren zu einem umwelt-, klima- und ressourcenschonenden Leben. Zum Programm der jährlich um den Jahrestag des Fabrikeinsturzes am 24. April organisierten Fashion Revolution Week



Gelebte Nachhaltigkeit

Tauschen, spenden, teilen – es muss nicht immer neu sein. In Frankfurt gibt es zahlreiche Möglichkeiten, nicht nur Kleidung Second Hand zu erstehen

gehören stets auch Kleidertauschpartys. Die gibt es inzwischen über das ganze Jahr hinweg.

In Frankfurt bieten unter anderem die Zentralbibliothek, Greenpeace, die Naturfreunde, kirchliche Einrichtungen und die Plattform 55+ Kleidertauschaktionen an. Die Steyler Missionsschwestern laden bereits seit 2016 drei Mal in der Woche zum Tauschen und Plaudern in die Apostelkirche in Sachsenhausen ein. Im vergangenen Sommer brachte die städtische Entsorgungs- und Service GmbH (FES) gemeinsam mit der gemeinnützigen Gesellschaft für Wiederverwertung und Recycling (GWR) erstmals eine Tauschparty auf den Weg. Hier konnten auch alte Elektrogeräte gespendet werden, die die GWR in ihrem Recyclingzentrum aufgearbeitet hat. Aufgrund der großen Resonanz ist die reYOUrs betitelte Aktion auch für dieses Jahr geplant.

Teilen statt wegwerfen

Um den nachhaltigen Umgang mit Ressourcen zu fördern, unterstützt FES von Beginn an das Projekt Tei-

lerei in Niederrad. In dem 2024 eröffneten Umsonstladen können von Elektrokleingeräten über Geschirr bis zu Kleidungsstücken gut erhaltene Gegenstände abgegeben und kostenlos Dinge mitgenommen werden. Für FES-Geschäftsführer Benjamin Scheffler „zeigt die Teilerei, wie gelebte Nachhaltigkeit funktionieren kann. Gemeinsam Dinge zu teilen, statt sie wegzuworfen, ist ein Gewinn für alle – für die Umwelt, für die Menschen und für unsere Stadt“. Um Bürger:innen für einen abfallreduzierten Lebensstil zu sensibilisieren und zu animieren, hat die FES zudem die Plattform Zero Waste Lab sowie den Klamoddekurier initiiert. Der holt aussortierte Kleidung mit dem umweltfreundlichen Lastenrad kostenfrei ab und übergibt sie zur Weiterverarbeitung an eine gemeinnützige Organisation.

In Sachen Nachhaltigkeit und Wiederverwendung hat das Frankfurter Secondhand Warenhaus Neufundland bereits vor 30 Jahren wegweisende Pionierarbeit geleistet. Geegründet, um Arbeitslosen und Ge-



flüchteten eine berufliche Perspektive zu gewähren, richtet sich der Fokus auf den schonenden Umgang mit Gütern und Ressourcen. Dem zur gemeinnützigen GWR gehörenden Warenhaus geht es darum, „ökologische und soziale Verantwortung zu übernehmen“, umreißt Betriebsleiter Peter Heinemann die Intention. So werde zum einen mit dem Verkauf von gebrauchten Möbeln, Kleidungsstücken, Haushaltsutensilien und den im Recycling- und Reparaturzentrum aufbereiteten Elektrogeräten eine nachhaltige Lebensweise gefördert. In Kooperation mit dem Umweltamt hole man mit dem easi-Kurier auch Elektrogeräte, Altkleider und Haushaltsgegenstände kostenfrei zu Hause ab.

Gelebte Verantwortung

Zum anderen biete die GWR mit dem „Frankfurter Weg zum Berufsabschluss“ Menschen bis zum Alter von 25 Jahren, die sich keine Berufsausbildung zutrauen oder keinen Berufsabschluss besitzen, eine Chance, im Arbeitsmarkt Fuß zu fassen. In jeder Hinsicht unterstützt, können sie sich von Informationselektronik über Lagerlogistik bis Büro und Verkauf in unterschiedlichen Bereichen qualifizieren. Zur Freude von Peter Heinemann nahm die GWR mit diesem Angebot „eine bundesweite Vorreiterrolle“ ein. Der Verknüpfung von Nachhaltigkeit und sozialem Engagement hat sich auch die karitative Vereinigung Oxfam verschrieben. Nach dem Motto „Überflüssiges flüssig machen“, unterstützt sie mit den Erlösen aus dem Verkauf gebrauchter Kleidung, Haushaltsutensilien und Bücher lokale Initiativen in armen Ländern, die für Bildung, Gesundheitsversorgung, Trinkwasser und Geschlechtergerechtigkeit sorgen.

Bezüglich ressourcenschonendem Umgang mit Gütern dürften Flohmärkte und privat betriebene Second Hand-Läden heute zu den Veteranen zählen. Wer sich den ökologischen und klimatischen Folgen der

überbordenden Warenproduktion und eines ausufernden Konsumverhaltens entgegenstellen will, findet in Frankfurt mittlerweile ein deutlich breiteres Angebot. Hierzu trägt auch der Stadtverordnetenbeschluss von 2022 bei. Seither wird mit Maßnahmen zur Abfallverminderung und Stärkung des Recyclings das Ziel einer „Zero Waste City“ verfolgt. Das als kommunaler Beitrag zum Ressourcen- und Klimaschutz verstandene Vorhaben ist letztlich nur mit Beteiligung aller Bürger:innen zu erreichen. Möglichkeiten finden sie reichlich.

Doris Stickler

Info

Kleidercafé KleiCa

Das Kleidercafé in der Kirche St. Apostel, Ziegelhüttenweg 149, öffnet mittwochs von 14 bis 16 Uhr, donnerstags von 18 bis 19 Uhr und freitags inklusive Kaffee- und Kuchenangebot von 15 bis 18 Uhr. Ein FairTeiler für Lebensmittel und die Bücherecke sind zu allen Kirchenöffnungszeiten zugänglich.

www.steyler-missionsschwestern.de/standorte/frankfurt-am/kleica

Samt & Sonders

Die Secondhand-Boutique Samt & Sonders der Diakonie Frankfurt und Offenbach, Rohrbachstraße 54, bietet eine große Auswahl an hochwertiger Kleidung. Zur Boutique gehört die „ModeKreativWerkstatt“ in der sich langzeitarbeitslose Frauen wieder an den Berufsalltag gewöhnen. Hier können Kund:innen auch Kleidungsstücke ändern lassen.

Dienstag bis Freitag 10 bis 18 Uhr,
Samstag 11 bis 15 Uhr, samtundsonders@diakonie-frankfurt-offenbach.de

Samt und Sonders XXL

Das Secondhand-Kaufhaus Samt und Sonders XXL, Röntgenstraße 10, Bergen-Enkheim Hessencenter, bietet Bekleidung, Heimtextilien, Haushaltsartikel und Möbel zu günstigen Preisen. Menschen mit Frankfurt-Pass und Studierende erhalten besondere Rabatte, für obdachlose Menschen mit Berechtigungsschein ist die Kleidung kostenlos.

Das Secondhand-Kaufhaus beschäftigt langzeitarbeitslose Menschen und Geflüchtete in der Logistik, in der Spendenannahme und beim Sortieren der Waren. Zudem bietet es professionelle und kostengünstige Haushaltsauflösungen und Entrümpelungen an.

Dienstag bis Freitag 11 bis 18 Uhr,
Samstag 10 bis 14 Uhr,
www.samtundsondersxxl.de

Neufundland

Auf rund 900 Quadratmetern Fläche bietet das Second Hand Warenhaus, Lärchenstraße 13, Griesheim, Möbel, Kleidung, Haushaltsgegenstände und aufbereitete Elektroaltgeräte aus privaten Spenden und Haushaltsauflösungen an. In der hauseigenen Nähwerkstatt werden Kleidungsstücke und Stoffe weiterverarbeitet, die sich für den Verkauf nicht eignen.

Montag bis Freitag von 10 bis 18 Uhr,
Samstag von 10 bis 16 Uhr,
www.neufundland-frankfurt.de

Klamoddekurier

Der Klamoddekurier der FES holt mit einem umweltschonenden Lastenrad Kleidung kostenfrei an der Haustür ab.

Online buchbar unter:
www.klamoddekurier.fes-frankfurt.de

easi-Kurier

Der easi-Kurier der GWR holt defekte wie funktionsfähige Elektrogeräte kostenfrei aus der Wohnung oder dem Keller ab.

Online buchbar unter:
www.easi-frankfurt.de

Zeusch für euch

Im Bibliothekszentrum Sachsenhausen können alle Bibliotheksausweisinhaber:innen ab 18 Jahren Küchengeräte, Werkzeug, Technik, Outdoor-Artikel und Musikinstrumente für die Dauer von vier Wochen kostenlos ausleihen.

Mo 13 bis 17 Uhr, Di 13 bis 19 Uhr,
Mi 11 bis 17 Uhr, Do 13 bis 19 Uhr,
Fr 11 bis 17 Uhr, Sa 11 bis 14 Uhr

Repair Cafés

In Kooperation mit dem Klimareferat der Stadt unterstützen inzwischen 13 Repair Cafés die Müllvermeidung und fördern die Nachbarschaftshilfe. Nach dem Motto „miteinander werkeln, voneinander lernen oder einfach nur zuschauen“ werden defekte Geräte repariert statt weggeworfen.

Adressen und Öffnungszeiten unter:
<https://frankfurt.de/themen/klima-und-energie/klimaschutz/konsum-und-ernaehrung/repair-cafe>

sti

Im Pausenraum der Möglichkeiten

Durchschnittlich 374 Tage ihres Lebens verbringen die Bewohnenden Frankfurts mit Warten. An Ampeln, an Bushaltestellen, in Praxen, auf die große Liebe und Enkelkinder. Dieser Leerlauf ist nicht bloße Zeitverschwendung, sondern erfüllt auch eine wichtige Aufgabe.

Heute in der Postfiliale an der Frankfurter Hauptwache. Wie so oft ist nicht mal die Hälfte der Schalter besetzt. Die Stimmung unter den Wartenden ist also ohnehin nicht die Beste. Aber sie hat noch Fallhöhe. Das zeigt sich, als ein älterer Mensch an einem von ohnehin bloß drei Schaltern offenbar ein größeres und vor allem langwieriges Problem mit seinem Postbankkonto zu besprechen hat. „Der ist doch längst Rentner, muss der ausgerechnet im dicksten Publikumsverkehr hier alles blockieren und andere von der Arbeit abhalten?“, meckert eine jüngere Frau entnervt. „Würde es etwas ändern, wenn er zu Hause geblieben wäre?“, frage ich zurück und sage, das Grundproblem läge doch vielmehr in dem aufreizend niedrigen Personalschlüssel, mit dem das Unternehmen seine Kundschaft vermutlich komplett ins Internet drängen will.

Ungeduld, Ärger, Stress, Frust – das Warten bringt nicht gerade das Beste im Menschen hervor, scheint es. Schließlich handelt es sich meistens um eine erzwungene Pause im Ablauf. Und die zieht sich. Durchschnittlich 374 Tage unseres Lebens – so rechnete es die Wochenzeitung „Die Zeit“ einmal vor – verbringen wir mit Warten. Spitzenkräfte im pausenproduzierenden Gewerbe sind dabei nicht nur notorisch unterbesetzte Postschalter. Wir warten auf die große Liebe, auf die Rentenzeit, auf das neue iPhone, an der Supermarktkasse, auf die Geburt eines Enkelkinds, auf bessere Zeiten und darauf, dass die S-Bahn kommt.

Nicht selten vergebens. Schließlich führen im ersten Halbjahr 2025 überhaupt nur 89 Prozent der Züge in Frankfurt. Der Rest fiel aus. Natürlich könnte man aufs Auto umsteigen. Um dann doch wieder nur durchschnittlich stattliche 38 Stunden pro Jahr im Stau zu stehen. Und nicht nur auf der Autobahn. Eine aktuelle Studie belegt, dass Autofahrende in der Mainmetropole auf durchschnittlich 23 Kilometer pro Stunde ausgebremst werden und also auch hier ein wenig warten müssen, bis sie von A nach B kommen. Das gilt für Kleinwagenfahrende ebenso wie Sportwagen-Besitzende. Wer jetzt allerdings glaubt, das Warten sei der große Gleichmacher, der irrt. Natürlich kann sich, wer Geld hat, damit auch eine Menge Zeit sparen. Beispiel bei der Wartezeit auf einen Facharzttermin. Knapp zwei Monate dauert es laut einer Studie der Süddeutschen Zeitung, bis Kassenpatient:innen eine:n Gynäkolog:in, Hautärzt:in oder Augenärzt:in zu Gesicht bekommen. Dagegen müssen privat Versicherte nur halb so lang warten. Und wer zum Beispiel First Class fliegt, der oder die wird noch vor allen anderen direkt vom Frankfurter First Class Terminal mit einer Limousine zum Flieger gebracht. Natürlich trifft eine Verspätung alle. Aber es wartet sich dann doch deutlich angenehmer „mit Relax Chairs,

Ruheräumen mit Daybeds, großzügigen Duschbädern, erlesenem Wining & Dining mit Sterneküche, Cigar Lounge und einer Bar, die unter anderem über 130 verschiedene Whiskeysorten offeriert“, so die Eigenwerbung.

Die Vorteile des Wartens

Warten muss allerdings doch auch ein paar Vorteile haben. Warum sonst sollte es gerade dort künstlich eingebaut sein, wo man sich gewöhnlich mit Geld Zeit spart: beim Kauf einer Birkin Bag zum Beispiel. Wer jetzt denkt, dass Menschen, die bereit sind, ab 8000 Euro aufwärts für eine Tasche zu bezahlen, bei Hermès in der Goethe-Straße mit Champagner, Kaviar, Feuerwerk und Fußmassagen empfangen werden, irrt. Man muss sie bestellen und ein paar Monate auf das Modell warten. Kommt es dann etwa in der falschen Farbe, wirft sich das Personal nicht etwa in den Staub, sondern erklärt der verdutzten Kundin, dass sie ja allenfalls einen Wunsch geäußert habe und es nun an ihr liegt, ob sie noch einmal ein paar Monate dranhängen will, bloß weil ihr die Farbe nicht genehm ist. Liegt also dem Prozedere dasselbe psychologische Motiv zu Grunde, das den Spitzenmanager zur Domina führt? Die inszenierte Demütigung? Die Hingabe an eine höhere Autorität? Die Warte-Forschung lässt eher vermuten, dass die Wartezeit auch immer den Wert einer Sache erhöht. Oder wie es der Volksmund formuliert: „Gut Ding will Weile haben.“ Was man unschwer da erkennt, wo nicht mehr gewartet werden braucht. Wenn die Adventskalender der Kinder schon so geschenkeschwer sind, dass der Überdross am Überfluss das ganze schöne auf die Bescherung Hinfiebern erdrückt. Wenn Streamingdienste die freudige Erwartung auf eine neue LP, einen neuen Kinofilm obsolet machen und der neue Roman der Lieblingsautorin schon vor seinem Erscheinen als Download zu haben ist. Man könnte auch sagen, die Abschaffung des Wartens ist





hat. Zumal uns das Warten auch die Chance bietet, Dinge zu tun, zu denen wir in unserem ansonsten so pausenlosen Dasein sonst gar nicht mehr kämen: lesen, Musik hören, in den Himmel schauen und sich ausmalen, was man dem Call-Center-Mitarbeitenden sagt, wenn man nach 45 Minuten Warteschleife endlich dran ist (Vorschlag: „Oh, wie ich mich freue, Ihre Stimme zu hören. Ich dachte schon, alle wären tot!“).

Am Ende ist es mit dem Warten ja auch so: Wir können oft einfach nicht ändern, dass wir warten müssen. Wir stehen allein sechs Stunden pro Jahr vor der Supermarktkasse, verbringen 45 Stunden in Warteschleifen, und darüber, wie viel Lebenszeit an unterbesetzten Postschaltern in Frankfurt draufgeht, möchte ich lieber gar nicht erst nachdenken. Es gibt eben einfach Dinge, die wir nicht beeinflussen können. Und das ändert sich auch nicht, wenn wir Leute beschimpfen, die etwas länger brauchen. Aber das heißt ja nicht, dass wir vollkommen machtlos sind. Es liegt an uns, wie wir den Pausenraum gestalten, der uns mehr oder weniger unfreiwillig in den Schoß fällt. Ob wir zum Smartphone greifen und uns durch Social Media datteln, ob wir ein Buch lesen, einfach unsere Gedanken schweifen lassen – oder mit den Mitwartenden ins Gespräch kommen. So wie ich mit der Frau in der Postfiliale an der Hauptwache. Als wir es nach 30 Minuten beenden, weil wir endlich bis zum Schalter vorgedrungen sind, hat sie von mir ein Grüne Soße-Rezept und einen Tipp für einen guten Friseur und ich von ihr eine Adresse für ein Yoga-Studio und eine günstige Ferienunterkunft in der Normandie. Am Ende lohnt sich das Warten – vielleicht nicht immer –, aber sehr viel häufiger als gedacht. (Trotzdem habe ich natürlich „auf keinen Fall!“ gesagt, als mir die Schalterbeamtin ein Postbankkonto andiente. So viel Zeit bleibt mir dann auch nicht mehr).

Constanze Kleis

der Lockstoff und das Geschäftsmodell von Amazon. Oder die enorm verkürzten Supermarktkassen beim Discounter, die aus uns Kund:innen alle Teilnehmende für die Weltmeisterschaft im Einpacken machen wollen. So aber sorgt die Beschleunigung nur dafür, dass für manche Menschen auch noch das einzige bisschen Gespräch, das sie am Tag haben, wegfällt. Weil keine Zeit mehr dafür ist. Weil wir nicht mehr warten sollen, wollen, können. Weil wir es für pure Zeitverschwendung halten. Was für ein Irrtum!

Vorfreude ist die schönste Freude!?

„Pass auf, was du dir wünschst, es könnte in Erfüllung gehen!“, lautet ein Sprichwort. Man könnte es auch mit dem Schriftsteller Somerset Maugham sagen: „Der Mensch hat das Warten verlernt, darin liegt das Grundübel unserer Zeit.“ Mit dem Warten verschwindet ja auch etwas enorm Kostbares: die Vorfreude und also die Zeit der „Belohnungserwartung“. Das vielleicht größte Glück überhaupt. Ein größeres jedenfalls noch als die Erfüllung. Das sagt die Hirnforschung. Mithilfe moderner bildgebender Verfahren hat sie nachweisen können, dass beim Warten und Ausmalen eines erfreulichen Ereignisses genau die gleiche Hirnregion aktiv ist, wie wenn wir es erle-

ben. Nicht ganz so stark, wie beim tatsächlichen Genuss. Aber dafür haben wir länger etwas davon, weil man sich etwa beim Warten auf den Urlaub ja wochenlang vorstellt, wie schön der wird. Während die 14 Tage, in denen man unterwegs ist, ja erfahrungsgemäß ratzfatz vorbeigehen und dann von Starkregen oder Kofferverlust oder hässlichen Zimmern getrübt werden. Alles Dinge, die in unserer Fantasie so nicht vorkamen. Ähnliches weiß man auch von der Erwartung auf den oder die Traumpartner:in oder die Rente. Auch da – so Forschende – stellt sich nach einer so genannten „Honeymoon-Phase“ oft Ernüchterung ein. Weil der Mann dann eben doch schmutzt – aber nicht putzt – und es eben dann doch nicht abendfüllend ist, einfach nur viel Zeit zu haben. Jedenfalls nicht so, wie man sich das jahrzehntelang „erwartet“ hatte.

Warten schult außerdem unsere Geduld. Das merkt man unschwer daran, wo sie uns zunehmend fehlt. Wer sich noch erinnern kann, wie enorm lange es einmal gedauert hat, ins Internet zu kommen, damals, als Boris Becker sich 1999 noch wunderte „Ich bin drin!“, wird sich fragen müssen, warum er oder sie eigentlich jetzt nicht mal mehr ein paar Sekunden Nachsicht aufbringt, wenn der Router mal einen schlechten Moment

Weiterarbeiten statt Rente

Der Arbeitskräftemangel erfordert ein Umdenken in vielen Bereichen. Gleichzeitig macht er es Älteren leichter, beschäftigt zu bleiben oder einen neuen Job zu finden. Wer will, der kann. Doch niemand sollte müssen.

Dass mehr Beschäftigte in Rente gehen als junge Menschen ins Erwerbsleben einsteigen, führt zunehmend zu erheblichen Problemen auf dem Arbeitsmarkt und ist eine Entwicklung, die gerade Städte wie Frankfurt mit einem hohen Bedarf an Fach- und Arbeitskräften betrifft. So rechnet das Institut für Wirtschaft, Arbeit und Kultur (IWAK) der Goethe-Universität damit, dass in Hessen bis zum Jahr 2030 240 000 Fach- und Arbeitskräfte fehlen, um offene Stellen zu besetzen, die vor allem aufgrund des Ausscheidens der Babyboomer entstehen. Das ergaben Prognosen zur Fach- und Arbeitskräftelage bis 2030, die das Institut für das Hessische Ministerium für Arbeit, Integration, Jugend und Soziales erstellt und Ende 2024 veröffentlicht hat. „Wir haben in Deutschland nicht nur einen Fachkräftemangel – wir haben einen generellen Arbeitskräftemangel“, konstatiert ebenso die Frankfurter Sozialdezernentin Elke Voitl. Sie verweist auf „die Zehntausende von Menschen, die in Deutschland arbeiten wollen, aber es nicht dürfen. Unsere städtischen Unterkünfte sind gefüllt mit Menschen, die in Deutschland legal beschäftigt sein und in unsere Sozialsysteme einzahlen wollen – es aber nicht dürfen. Wir haben Rentner:innen mit einem enormen Wissens- und Erfahrungsschatz, die sich weiter für die Gesellschaft und unser Land einsetzen wollen – es aber nicht immer dürfen“.

Wie dem Fachkräftemangel begegnen?

Doch wie kann dem Fachkräftemangel begegnet werden? Sozialdezernentin Elke Voitl fordert „dringend ein Umdenken. Denn die Zeiten, in

denen man glaubte, Geflüchtete oder Rentner:innen nähmen allen anderen die Arbeit weg, sind vorbei. Es ist mehr als genug Arbeit für alle da. Deutschland verschwendet hier Ressourcen in riesigem Ausmaß. Überlassen wir doch dem Individuum seine Entscheidung!“. Sie plädiert dafür, dass Menschen, die noch weiterhin arbeiten und aktiv am Berufsleben partizipieren wollen, das tun dürfen: „Menschen, für die der Beruf mehr ist als Broterwerb, die ihre sozialen Kontakte am Arbeits-

platz schätzen oder denen die Arbeit Halt und Struktur im Leben gibt. Menschen, die daran Freude haben, ihren Erfahrungsschatz weiterzugeben. Selbst wenn es nur zwei Stunden in der Woche sind.“

Auch Christina Funedda, Pressesprecherin der Agentur für Arbeit Frankfurt am Main, begrüßt das vor dem Hintergrund des Fachkräftemangels, „der sich in allen Branchen und Wirtschaftszweigen widerspiegelt“, und sagt: „Personen, die noch über das Erreichen des Rentenalters hinaus arbeiten möchten, verfügen über wertvolles Wissen, reichlich Berufserfahrung und wichtige soft Skills. Arbeitgeber sollten sich solche Beschäftigte warmhalten.“ Ältere seien aus ihrer Sicht eine für den Arbeitsmarkt „wichtige und bereichernde“ Gruppe.

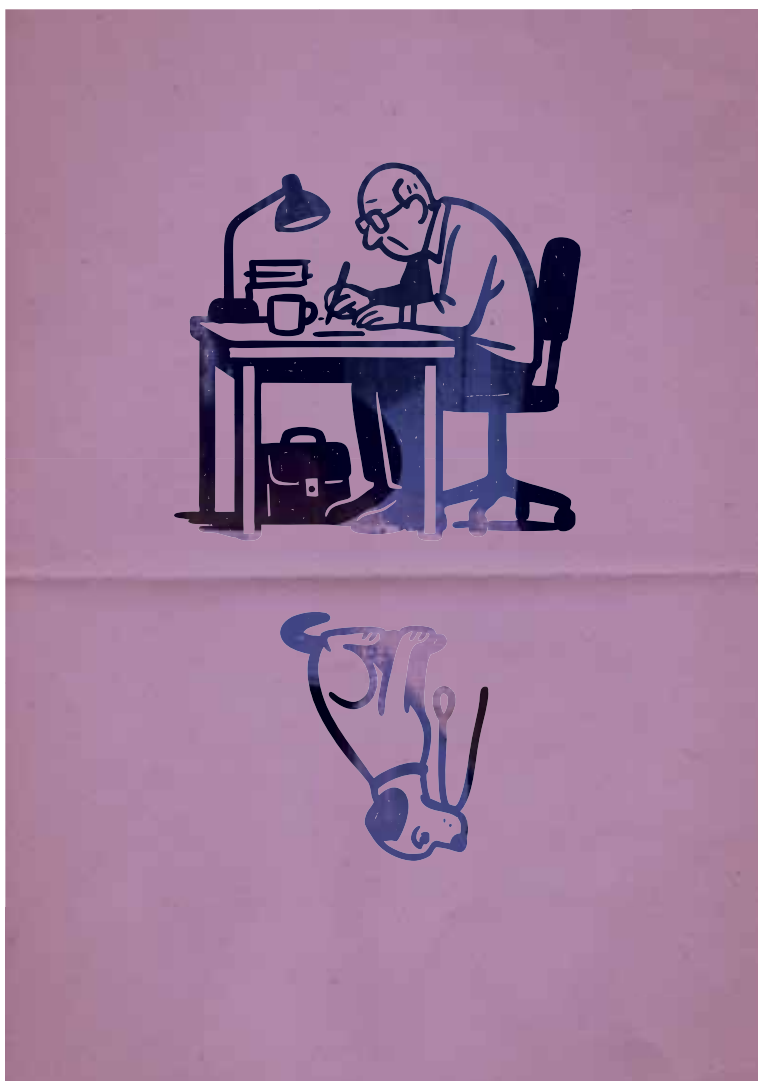


Illustration: Opak

Mit Rente weiterarbeiten

Eine Überlegung, die zunehmend in den Fokus rückt und unter anderem aktuell durch die von der Bundesregierung Mitte Oktober beschlossene „Aktivrente“ stark beworben wird, ist, über die Regelaltersgrenze hinaus im Berufsleben aktiv zu sein. „Die Möglichkeit, über die Regelaltersgrenze hinaus zu arbeiten, ist schon immer gegeben. Derjenige, der das möchte, stellt einfach keinen Rentenanspruch. Denn so oder so ist die Rente aktiv zu beantragen“, erläutert Andrea Handke von der Deutschen Rentenversicherung Hessen aus der Abteilung „Kundenservice“. Wer 1964 geboren ist, erreicht die Regelaltersgrenze mit 67 Jahren. Bis 2031 wird sie schrittweise auf dieses Alter angehoben. Wenn der Arbeitsvertrag es zulässt und nicht mit Erreichen der Regelaltersgrenze automatisch endet oder jemand einfach eine neue Stelle findet, kann bereits heute zeitgleich seine Rente beziehen und weiterhin einer beruflichen Tätigkeit nachgehen. Ob selbstständig, freiberuflich oder angestellt: „Dann sind zwar keine Beiträge mehr an die Renten- und Arbeitslosenversicherung zu zahlen, trotzdem ist bei der Krankenkasse und beim Finanzamt zu klären, was zu beachten wäre – ebenso im Falle von Betriebsrenten“, erklärt Handke. Wer seine Rente in Anspruch nimmt und als Angestellter weiterarbeitet, kann diese noch weiter erhöhen. „Dafür muss ich dem Arbeitgeber gegenüber eine Erklärung abgeben, dass ich noch Rentenbeiträge zahlen möchte. Aus diesen Beiträgen, die vom Arbeitgeber und



vom Arbeitnehmer getragen werden, erhöht sich die Rente dann einmal im Jahr. Der Zuschlag beträgt 0,5 Prozent pro Monat beziehungsweise sechs Prozent pro Jahr“, beschreibt Andrea Handke.

Aufstocken und Aktivrente

Und natürlich gebe es auch die Beschäftigten, die zwar die Regelaltersgrenze erreicht haben, aber einfach weiterarbeiten und keinen Antrag stellen. Wer seinen Rentenbeginn zum Beispiel um ein Jahr verschiebt, erhöht den gesamten Rentenbetrag um sechs Prozent. Aus ihrem Beratungsalltag kennt Andrea Handke vielfältige Gründe, später in Rente zu gehen: Zuzug aus dem Ausland, später Berufseinstieg, lange Teilzeitarbeit, Selbstständigkeit ohne Beitragszahlung, Familienpausen, Spaß an der Tätigkeit, körperliche und geistige Fitness, Kontakt zu Kolleg:innen und mit anderen Menschen nach dem Motto „Ich möchte nicht allein zu Hause sitzen“. All dies können Gründe sein, „die dazu führen können, dass der Wunsch besteht, über die Regelaltersgrenze hinaus zu arbeiten und so die – eventuell geringe – Rente insgesamt zu steigern“, sagt Handke.

Die Aktivrente indes ist für Expertin Andrea Handke „keine Rente der Rentenversicherung, sondern ein Steuermodell“. Die Bundesregierung möchte mit der „Aktivrente“ finanzi-

elle Anreize für mehr Erwerbstätigkeit im Alter bieten. In Anspruch nehmen können diese nur sozialversicherungspflichtig Beschäftigte für maximal ein Arbeitsverhältnis. Von der Steuerfreiheit der „Aktivrente“ können somit keine Freiberufler:innen und Selbstständige profitieren. Sollte das Gesetz Bundestag und Bundesrat passieren, gilt es erst für Personen, die nach dem Erreichen der Regelaltersgrenze arbeiten. Für den Jahrgang 1964 wäre dies also mit 67 Jahren möglich. Wer im Juli 1959 geboren ist, hat dies jetzt Ende 2025 erreicht. Sofern die Aktivrente Gesetz wird, können auch Bestandsrentner:innen die Aktivrente nutzen, „sobald das Regelalter für ihren Jahrgang erreicht ist“. Die Aktivrente sieht eine Steuerfreiheit bis 2000 Euro monatlich vor. „Ein Einkommen darüber hinaus ist zu versteuern. Zudem fallen Krankenversicherungsbeträge an. Wer Betriebsrente bezieht, sollte individuell klären, was zu beachten ist.“

Doch die Freiwilligkeit hat auch eine andere Seite. „Niemand darf jedoch gezwungen werden, über das eigentliche Rentenalter hinaus weiterzuarbeiten. Wir müssen eingreifen, wenn von Freiwilligkeit keine Rede mehr ist. Wenn die Rente nicht reicht. Wenn Altersarmut droht“, sagt Sozialdezernentin Elke Voitl und ergänzt: „In solchen Fällen muss und wird die Stadt Frankfurt selbstverständlich verlässlich dafür sorgen, dass niemand zurückbleibt. Die Sozialpolitik dieser Stadt hat diese Menschen im Blick. Niemand darf im Alter verarmen. Niemand darf gesellschaftlich ausgeschlossen werden – nur weil ihm das Geld fehlt.“ Für Christina Funedda gibt es „viele körperlich anstrengende Berufe zum Beispiel in der Pflege oder im Handwerk: Es wäre traurig, wenn die Menschen gezwungen wären, weiterarbeiten zu müssen“. Hier sollten sich Betroffene beraten lassen, inwiefern sie auch Anspruch auf Grundsicherung im Alter haben – ergänzend zu ihrer Altersrente. *Sonja Thelen*

Info

Kontakt, Infos und Beratung bei der Deutschen Rentenversicherung Hessen:

Tel: 0800 1000 480 12 (Mo–Do 7.30–18 Uhr, Fr 7.30–15 Uhr).

https://www.deutsche-rentenversicherung.de/Hessen/DE/Beratung-und-Kontakt/beratung-und-kontakt_node.html

<https://www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Rente/In-der-Rente/Hinzuverdienst-und-Einkommensanrechnung/hinzuverdienst-und-einkommensanrechnung>

Infos und Konditionen zum Frankfurt-Pass: <https://frankfurt.de/leistungen/Familien-Kinder-und-Jugend-8958408/Finanzielle-und-sonstige-Hilfen-8958417/Frankfurt-Pass>

Zu Grundsicherung im Alter bei der Stadt Frankfurt:

<https://frankfurt.de/Leistungen/Ruhestand-8958544/Finanzielle-und-sonstige-Hilfen-8958553/Grundsicherung-im-Alter-und-bei-Erwerbsminderung>

Klimafreundlich heizen?!

Praktische Tipps und Tricks, wie man nicht nur den eigenen Geldbeutel, sondern auch die Umwelt schont

Mehr als zwei Drittel des gesamten Verbrauchs aus primären Energieträgern wie Braun- oder Steinkohle, Erdöl, Erdgas, Wasser oder Wind wurden im Jahr 2023 verwendet, um Räume zu heizen, rechnet das Umweltbundesamt vor. In Frankfurt sieht es ähnlich aus, wie Zahlen aus der Kommunalen Energie- und Treibhausgasbilanz des Jahres 2022 belegen. Der Verbrauch für Wärme beträgt dort 42 Prozent, wobei die dominierenden Energieträger Fernwärme und Erdgas sind. Der Stromverbrauch und der Sektor Verkehr folgen mit je etwas weniger als einem Drittel. In den 42 Prozent sind allerdings auch der Verbrauch im Gewerbe, Handel, in der Industrie und in der Kommune enthalten. Das Heizen von Wohnungen macht davon wiederum gut ein Drittel aus und liegt damit an der Spitze, die Industrie folgt knapp dahinter.

Es lohnt sich also sowohl fürs eigene Portemonnaie als auch für die Umwelt, möglichst sparsam zu heizen. Ein Grad Celsius weniger Raumtemperatur macht schon eine Ersparnis von sechs Prozent aus, rechnet der städtische Energiedienstleister Mainova vor. Gerade wenn man die Wohnung verlässt, genüge es, die Heizung auf niedriger Stufe weiterlaufen zu lassen. Regelmäßiges Entlüften der Heizung könne im Jahr bis zu 1,5 Prozent weitere Kosten sparen. Und wer nicht jedes Mal die Ventile per Hand runterdrehen möchte, dem empfiehlt der Versorger programmierbare Thermostatventile, die vollautomatisch die Heizungen regeln.

Ein paar leicht umsetzbare Tipps wie, die Heizung immer zu entstauben und nicht mit Vorhängen oder Sofas zu verdecken, sondern mindestens 20 Zentimeter Abstand dazu zu

halten, gibt die Mainova ebenfalls. Zudem sollte man die Fenster und Türen abdichten und beim Heimkommen das Ventil nicht voll aufdrehen, sondern nur auf die gewünschte Temperatur, um nicht unnötige Energie fürs Einpendeln zu verschwenden.

Sind die Heizkosten dennoch sehr hoch oder drohen hohe Nachzahlungsforderungen, können Menschen mit kleinen Einkommen oder Renten in dem entsprechenden Monat Unterstützung erhalten. Selbst wenn sie aufgrund ihres Einkommens sonst keinen Anspruch auf Sozialleistungen haben, kann es Hilfe geben. Die Ansprechpersonen finden sich für Erwerbstätige im örtlichen Jobcenter, bei Rentner:innen im Sozialamt. Der Antrag muss allerdings umgehend gestellt werden.

Die Stadt will klimafreundlicher heizen

Insgesamt verbraucht Frankfurt im Jahr knapp 11 000 Gigawattstunden an vom Energieträger bereitgestellter Wärmeenergie. Zwischen 1990 und 2022 ist der Verbrauch minimal gesunken. Vor dem Hintergrund, dass die Bevölkerung zwischen 2005 und 2022 gleichzeitig deutlich gewachsen sei, nämlich um 22 Prozent, sei diese Entwicklung bemerkenswert, heißt es in der Energie- und Treibhausbilanz der Stadt weiter. „Dies bedeutet, dass im Neubau energieeffizient gebaut wurde und der Bestand entsprechend saniert wurde.“

Die Stadt Frankfurt treibt derzeit gemeinsam mit der Mainova die Wärmewende für ihre eigenen Liegenschaften weiter voran. Beide haben kürzlich ihre Kooperation zum Anschluss von insgesamt rund 60, bisher zumeist mit Erdgas versorgten städtischen Gebäuden an das Fernwärmenetz vorgestellt. Die Umset-



zung ist schrittweise bis 2030 geplant. In einem ersten Schritt werden zunächst 22 Schulen und Kitas sowie Nebengebäude in Baugebieten wie der Fritz-Tarnow-Straße in Eschersheim, der Schwalbacher Straße im Gallusviertel, der Hamburger Allee in Bockenheim oder der Willemer Straße in Sachsenhausen angeschlossen. „Die nachhaltige und effiziente Energieversorgung unserer teilweise bereits in die Jahre gekommenen Liegenschaften ist eine große Herausforderung für die Stadt. Dabei eignet sich die umweltschonende Fernwärme aufgrund ihrer hohen Vorlauftemperaturen besonders gut für Bestandsgebäude. Deswegen ist sie für uns erste Wahl“, sagt Sylvia Weber, Dezernentin für Bildung, Immobilien und Neues Bauen.

„Mit dem Ausbau der Fernwärme leisten wir einen zentralen Beitrag zur Erreichung unserer Klimaschutzziele in Frankfurt“, ergänzt die Dezernentin für Klima, Umwelt und Frauen, Tina Zapf-Rodríguez. Um Kohlendioxid (CO₂) wirksam einzusparen, müsse die Fernwärme allerdings klimafreundlich erzeugt werden. „Neben dem bisherigen Einsatz der CO₂-freien Wärme aus dem Müllheizkraftwerk wird die Fernwärme künftig durch den Anschluss des Biomassekraftwerks Fechenheim, Solarthermie, Geothermie sowie Abwärme aus Rechenzentren, Abwasser und Industrieanlagen schrittweise klimaneutral.“ Der Energieversorger Mainova will das Fernwärmenetz bis 2040 zudem auf mehr als das Doppelte ausbauen.



Foto: unsplash

wonnen. Fernwärme macht 20 Prozent aus. „Insgesamt gibt es in Frankfurt 138 810 Gaskessel, rund 9000 Ölkessel und 8136 Übergabestationen für Nah- und Fernwärme. Dazu arbeiten 1231 Wärmeerzeuger mit Strom – im Wesentlichen sind das Wärmepumpen“, erläutert Marc Gasper, Abteilungsleiter Konzeption im Klimareferat der Stadt.

Denn auch wenn Wärmepumpen in der Öffentlichkeit häufig kritisch gesehen werden, in Frankfurt werden sie durchaus eingesetzt. Allerdings produzieren sie derzeit erst 0,5 Prozent der gesamten Wärmemenge. „Vor allem in Stadtteilen mit jüngeren Baugebieten oder in Bereichen, die aufgrund der Bausubstanz einen geringeren Wärmebedarf aufweisen, ist ein höherer Anteil an Wärmepumpen erkennbar“, sagt Gasper und geht davon aus, dass im Zuge von Sanierungsmaßnahmen der Anteil wei-

ter zunehmen wird. Eine Wärmequelle, die in Frankfurt als vielversprechend angesehen wird, ist die Erdwärme. „Geothermie spielt im Rahmen der Kommunalen Wärmeplanung auf jeden Fall eine Rolle“, stellt Gasper fest. Eine Probebohrung am Rebstock habe bereits gezeigt, dass die Nutzung von Tiefengeothermie vielversprechend sei. „Weitere Studien und Erkundungen laufen zurzeit.“ Ein Gutachten habe 13 Cluster im Stadtgebiet mit ausreichend großen möglichen Produktionsstandorten ausgemacht. Die Expert:innen unterscheiden die Tiefen- und eine oberflächennahe Geothermie, also Erdwärme durch Sonden. Und auch, wenn es viele Wege gibt, umweltfreundlicher zu heizen, die beste Methode ist immer noch, auf jede Kilowattstunde selbst zu achten, die man verbraucht.

Sabine Borchers

Geothermie hat Potenzial

Während Hausbesitzende sich damit auseinandersetzen müssen, welchen Energieträger sie nutzen, macht man sich als Mieter:innen darüber meist weniger Gedanken – so lange die Heizung läuft. Wie aber wird die Energie erzeugt, die überall in der Stadt für warme Wohnungen sorgt? In Frankfurt wird fast die Hälfte der benötigten Heizenergie aus Gas ge-

Spart Wasser!

Die Stadt der Zukunft verschwendet kein Wasser. Wie sieht das in Frankfurt aus?

Der Klimawandel sorgt dafür, dass die Stadt Frankfurt sich immer stärker für die Sicherung der Wasserversorgung und den Schutz von Wasserressourcen einsetzen muss. Als größte Kommune in Hessen hat Frankfurt den höchsten Trinkwasserbedarf im Rhein-Main-Gebiet. Im Durchschnitt werden 125 000 Kubikmeter davon pro Tag verbraucht. An heißen Tagen steigt der Wasserverbrauch auf bis zu 170 000 Kubikmeter täglich, informiert die Mainova. Ein großer Teil davon kommt aus dem Umland, vor allem aus dem hessischen Ried und dem Vogelsberg. Dortige Interessenverbände, etwa die Interessengemeinschaft zum Schutz des Wasserhaushalts im Vogelsberg, forderten unlängst angesichts von Klimawandel und Bevölkerungswachstum eine Erhöhung der Wasserförderung auf dem Frankfurter Stadtgebiet und

eine Reduzierung der Wasserlieferungen dorthin.

„Frankfurt ist sich seiner Rolle als größter Wasserverbraucher des Rhein-Main-Gebiets bewusst und hat sich im Wasserkonzept selbst das Ziel gesetzt, dass zukünftige Erhöhungen des Wasserbedarfs nicht mit einer erhöhten Fördermenge aus dem Umland gedeckt werden sollen“, betont die Dezernentin für Klima, Umwelt und Frauen, Tina Zapf-Rodríguez. Das bereits im Jahr 2022 vom Umweltamt in Zusam-



Foto: unsplash, Marco Palumbo

menarbeit mit dem Versorger Hessenwasser und der Mainova erstellte Wasserkonzept gibt Auskunft über den Wasserverbrauch und stellt eine Prognose für das Jahr 2030. Es war vor drei Jahren hessenweit einmalig.

Geplant sei, dass im Jahr 2030 rund 30 Prozent des Trinkwasserbedarfs der Stadt aus angereichertem Grundwasser gedeckt werden, betont die Dezernentin. Aktuell liege dieser Wert bei 20 bis 25 Prozent. Ein wichtiges Element zur Umsetzung dieser Pläne ist der Ausbau der Anlagen zur Anreicherung des Grundwassers im Stadtwald, die der Wasserversorger Hessenwasser betreibt. Dort wird Mainwasser aufbereitet und gezielt versickert, um mehr Trinkwasser gewinnen zu können.

Regen- statt Trinkwasser

Zugleich verfolgt die Stadt etliche Maßnahmen, um Trinkwasser zu sparen. So nutzt das Grünflächenamt gemeinsam mit dem Palmengarten bereits an vielen Stellen Regen- und

Mainwasser zur Bewässerung von Grünflächen und Bäumen. „Diese ressourcenschonende Praxis soll in den kommenden Jahren weiter ausgebaut werden. Unser langfristiges Ziel ist es, für die Bewässerung ausschließlich Betriebs- bzw. Brauchwasser einzusetzen oder andere Möglichkeiten einer trinkwassersparenden Bewässerung zu nutzen – also (möglichst) kein Trinkwasser mehr zu verwenden“, sagt die Dezerntin. Im Palmengarten etwa gibt es bereits unter dem Betriebshof, dem Palmenhaus, dem Tropicarium und dem Haus Leonhardsbrunn Zisternen, um Regenwasser aufzufangen. Der Bau weiterer Zisternen sei gerade in der Platensiedlung umgesetzt worden, in der konkreten Planung seien sie in der Taunusanlage. Zusätzlich dazu fördert die Stadt in ihrem Programm „Klimabonus“ seit 2023 auch den Einbau von Zisternen bei privaten Bauprojekten.

Noch effektiver ist es, genauer festzustellen, wie viel Wasser Bäume und Grün überhaupt brauchen, wenn durch häufigere Trockenperioden immer mehr gegossen werden muss. Dafür wird derzeit intelligente Messtechnik eingesetzt, um etwa den Wassergehalt des Bodens zu ermitteln. In einem Pilotprojekt, mit 1,3 Millionen Euro vom Hessischen Ministerium für Digitalisierung und Innovation gefördert, wurden seit April 2023 insgesamt 200 Messstellen im Stadtraum und im Palmengarten angebracht. Sie bieten schon jetzt eine Grundlage für eine bedarfsorientierte Bewässerung. Digitale Bodensensoren finden sich beispielsweise auch auf dem frisch umgestalteten Goetheplatz. Je nach Messwert startet dort die automatische Bewässerung. Das Grünflächenamt kann sich aber auch die Nutzung weiterer alternativer Wasserquellen vorstellen, etwa aufbereitetes Schwimmbadwasser.

Die Schwammstadt

Gerade bei verstärkt auftretenden Regenfällen, wie sie der Klimawandel ebenfalls mit sich bringt, ist es



Foto: Stadt Frankfurt/Dezernat für Klima, Umwelt und Frauen

Das in der Zisterne in der Platenstraße gesammelte Wasser soll zukünftig unter anderem zur Bewässerung der hiesigen Grünanlagen genutzt werden.

nicht nur wichtig, das Regenwasser zu nutzen. Ein kontrolliertes Abfließen und Speichern des Wassers verhindert auch Überschwemmungen. Das Zukunftsmodell der „Schwammstadt“ ist daher ebenfalls relevant für die Frankfurter Stadtplanung. Im Gegensatz zu einer Stadt aus Beton, Stahl und Glas mit vielen versiegelten und wasserundurchlässigen Flächen sollen in einer „Schwammstadt“ die Niederschläge aufgenommen und gespeichert werden. Wie bei einem Schwamm wird das Wasser aufgesaugt und gesammelt, um es dann später bei Bedarf wieder abzugeben. Seit den 2000er-Jahren werde für alle Bebauungspläne ein Regenwasserbewirtschaftungskonzept erarbeitet, bestätigt das Dezernat für Klima, Umwelt und Frauen. Ziel sei es immer, das Niederschlagswasser soweit wie möglich in naturnahen Anlagen vor Ort zu bewirtschaften. Meist werden dafür Mulden, also flache mit Gras bewachsene Gräben eingesetzt, in denen das Regenwasser langsam versickern kann, manchmal kombiniert mit unterirdischen Auffangbecken als Wasserzweischenspeicher.

Eines der ältesten Projekte dazu wurde bereits am Riedberg umgesetzt, aber auch im Wohngebiet Lindenviertel in Höchst sowie dem Gewerbegebiet am Martinszehnten in Kalbach. Der Kätcheslachpark am Riedberg gilt als Projekt mit Modellcharakter, weil er über mehrere kleine Regenwasserrückhaltebecken und ein weitläufiges Grabensystem verfügt, über die das gesammelte Wasser in ein Klärbecken geleitet wird. Dort wird es aufbereitet, gereinigt und

fließt danach in den künstlich angelegten Kätcheslachweiher. Aktuell werden die Mulden-Systeme auch bei Bauprojekten wie dem Schönhofviertel (Bockenheim), dem Hilgenfeld (Frankfurter Berg), Am Riedsteg (Nieder-Erlenbach) oder An der Sandelmühle (Heddernheim) umgesetzt. Ein schönes Anschauungsobjekt für das System der Schwammstadt ist der Gewerbebau des Ökohauses am Westbahnhof, der mit seinen begrünten Dächern, Fassaden und kleinen Teichen das Regenwasser auffängt und damit sogar rund drei Viertel des ansonsten anfallenden Trinkwassers im Jahr ersetzt.

Die Stadt der Zukunft verschwendet kein Wasser. Es muss das Ziel sein, jegliche Art von Wasser in der Stadt zu behalten und so effizient wie möglich zu nutzen, sagen Fachleute. Änderungen in der Infrastruktur, etwa bei den Trinkwassernetzen, ließen sich aber nur langfristig umsetzen, betont das Dezernat für Klima, Umwelt und Frauen. Die Fortschreibung des Wasserkonzeptes sei in Arbeit.

Die Stadt setzt zugleich darauf, die Bevölkerung für einen sparsameren Umgang mit Trinkwasser zu sensibilisieren. In der aktuellen Kampagne „Frankfurt spart Wasser!“ werden die Bürger:innen über Möglichkeiten zum Wassersparen informiert. „Die Schaffung eines Bewusstseins für den Wert der Ressource Wasser und die Motivation der Bürger:innen ist unabdingbar“, betont die Dezerntin Tina Zapf-Rodríguez. Dafür sind künftig auch Informationsveranstaltungen geplant. Denn wenn jede:r ein bisschen spart, macht das zusammen ganz viel. *Sabine Borchers*

Neue Energie durch Abfall

Exklusive Führung am 13. März durch das Müllheizkraftwerk in Heddernheim für 26 Lesende von *Stadt Frankfurt im Blick*

Erleben Sie im MHKW Müllheizkraftwerk Nordweststadt, wie aus Abfall neue Energie entsteht: Die Führung macht den Prozess von der Müllverbrennung bis zur Erzeugung von Strom und Wärme erlebbar.

Mit Entsorgen des Müllbeutels in die graue Tonne hat sich das Thema Müll für viele an diesem Punkt erledigt. Dabei wird es danach erst richtig spannend: Denn bei der thermischen Verwertung von Abfall wird Strom und Wärme erzeugt, die den Menschen in Frankfurt, etwa in der Nordweststadt und am Riedberg, zugutekommt. Wie das funktioniert, zeigen die Führung durch das Müllheizkraftwerk.

Zunächst erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes zur Rauchgasreinigung und zum Circoclean-Reaktor am Modell. Dann besuchen sie die Leitwarte, wo alle Prozesse gesteuert wer-

den. Anschließend geht es in die Abladehalle. Von der Krankanzel kann man einen Blick in den Müllbunker werden. Was aber vor allem nicht fehlen darf: ein Blick auf den brennenden Müll im Müllkessel, natürlich durch eine feuerfeste Glasscheibe.

Wichtig: Bei der Führung sind Treppen zu steigen und es geht über Lichtgitterroste in größerer Höhe. Die Teilnehmenden sollten schwindelfrei sein und ca. eine Stunde stehen/laufen können. Bei der Wahl der Kleidung und des Schuhwerks soll beachtet werden, dass man eine Industrieanlage besucht (feste geschlossene Schuhe, lange Hosen, keine wallenden Röcke/Kleider). Personen, die einen Herzschrittmacher tragen, sollen bitte dem Guide Bescheid geben, es gibt hierfür keine Warnschilder vor Ort.



Foto: FES Frankfurt

Verlosung

So können Sie dabei sein: Wenn Sie an der Führung teilnehmen möchten, schicken Sie bitte bis zum 23. Februar eine Postkarte mit dem Stichwort „Müll“, Ihrem Namen, Ihrer Adresse und Telefonnummer an die Redaktion von *Stadt Frankfurt im Blick*, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, oder eine E-Mail mit den gleichen Angaben an: gewinnspiele-sfib@stadt-frankfurt.de

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner:innen werden benachrichtigt, die Namen aus Datenschutzgründen jedoch nicht veröffentlicht.

Solastalgie

Exklusive Führung am 11. Februar durch die Ausstellung im Museum Giersch der Goethe-Universität für 20 Lesende von *Stadt Frankfurt im Blick*

Solastalgie ist nicht nur der Name der aktuellen Ausstellung im Museum Giersch der Goethe-Universität, sondern der Begriff bezeichnet ein belastendes Gefühl des Verlustes, das entsteht, wenn jemand die Veränderung oder Zerstörung der eigenen Heimat bzw. des eigenen Lebensraums direkt miterlebt. Solastalgie impliziert Trauer und Wehmut über den unumkehrbaren Verlust ebenso wie Trost und Zuwendung. Geprägt wurde er von dem australischen Philosophen Glenn Albrecht.

Ausgangspunkt für die Ausstellung am Museumsufer sind historische Landschaftsgemälde des 18. bis frühen 20. Jahrhunderts aus der Sammlung Giersch, bereichert durch universitäre Forschungsansätze. Darüber hinaus treten die historischen Malereien in Kontakt mit zeitgenössi-



Foto: MUGG/ Jens Gerber

Marcus Maeder: Spreepark Multispezies Bau 2023/2024, Installation

chen künstlerischen Positionen, die sich der gefährdeten Landschaft aus unterschiedlichen Perspektiven widmen. Diese verhandeln etwa die Nutzung urbaner Brachflächen, die Umweltverschmutzung durch den Abbau Seltener Erden, aber auch die individuelle Begegnung, das Sich-in-Bezug-Setzen zu Landschaft. Die Schau selbst ist als Spaziergang kon-

zipiert, der die Besuchenden dazu einlädt, sich eigenständig einen Weg durch das Museum auszusuchen und dabei zeitgenössische und historische Ausblicke auf die Landschaft ebenso wie die Aussicht aus den Fenstern auf Main, Stadt und Garten wahrzunehmen. Übrigens: Mit Solastalgie feiert das Museum sein 25-jähriges Bestehen ebenso wie die 10-jährige Zugehörigkeit zur Universität.

Verlosung

So können Sie dabei sein Wenn Sie an der Führung teilnehmen möchten, schicken Sie bitte bis zum 23. Januar eine Postkarte mit dem Stichwort „Solastalgie“, Ihrem Namen, Ihrer Adresse und Telefonnummer an die Redaktion von *Stadt Frankfurt im Blick*, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, oder eine E-Mail mit den gleichen Angaben an: gewinnspiele-sfib@stadt-frankfurt.de

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner:innen werden benachrichtigt, die Namen aus Datenschutzgründen jedoch nicht veröffentlicht.

Wohnraumverlust, Barrierefreiheit, Mobilität

Bericht über die Sitzung des Seniorenbeirats im Dezember 2025

Gerade im Alter fürchten viele um den Verlust ihrer Mietwohnung. Wie lässt sich das vermeiden? Wer hilft im Notfall? An wen kann ich mich wenden, wenn Bekannten eine Zwangsräumung droht? Antworten auf diese und weitere Fragen zu „Hilfen zur Wohnungssicherung“ (HzW) lieferten Teamleiter Karl-Friedrich Klein und seine Stellvertreterin Burçak Gendreau vom HzW-Bereich in der Dezember-Sitzung des Seniorenbeirats. Zentral für ganz Frankfurt ist diese Anlaufstelle im Sozialrathaus Gallus (Rebstöcker Straße 8, Kontakt über Bürgertelefon: 069/212-38189) angesiedelt. Die beiden Sozialpädagogen leiten das 31-köpfige Team, das bei Fällen drohender Wohnungs- und Obdachlosigkeit aktiv wird. Nach einem tragischen Vorfall bei einer Zwangsräumung 2012 wurden die bis dahin dezentralen Hilfen an einem Standort zusammengefasst, so Klein. Dass das eine richtige Entscheidung war, untermauern die Zahlen. Durch die frühzeitige Einbindung der HzW-Teams, wenn Zwangsräumungen drohen, über die Gerichtsvollzieher:innen die HzW mindestens drei Wochen vorher informieren, Einzelfallprüfung und Unterstützung der Betroffenen konnten die terminierten Zwangsräumungen deutlich reduziert werden: „Von 1469 im Jahr 2012 auf 668 im Jahr 2024“, berichtete Klein. Das A und O, um Wohnungsverlust oder Zwangsräumungen zu vermeiden, seien die frühzeitige Kontaktaufnahme durch die Betroffenen zu den HzW und ihre Kooperationsbereitschaft. „Jede Wohnung zu erhalten, ist günstiger als jemand in Unterkünften unterzubringen“, betonte Klein.

Kooperationspartner der HzW sind vor allem die Wohnungsbaugesellschaften, sozialpsychiatrischer Dienst, Frankfurter Verein für sozia-

le Heimstätten, Gerichte, Jobcenter und viele mehr. Rege fragten die Seniorenbeiräte nach, erkundigten sich nach Ursachen und möglichen Lösungen, die die HzW bieten. Auslöser für Kündigungen sind meist Mietrückstände, mietwidriges Verhalten oder Eigenbedarf. Die HzW-Teams beraten Betroffene mit dem Ziel, die Wohnung zu sichern. Sie verhandeln mit Vermietern, übernehmen Mietrückstände in Form von Darlehen, vermitteln weiterführende Hilfen etwa zur Schuldner- oder Suchtberatung oder bei psychologischen und psychiatrischen Erkrankungen. Sie sind vor Ort bei Zwangsräumungen, bringen die Menschen in Notunterkünften unter. „Stellen Sie sich mal vor, Sie sind in Ihrer Wohnung. Draußen steht der Gerichtsvollzieher. Es klingelt. Sie machen nicht auf und hören das durchdringende Aufbohren des Türschlosses. Das traumatisiert die Menschen“, veranschaulichte Klein. Er befürchtet eine Zunahme der Fälle. Auch seien immer mehr Ältere betroffen. 2024 drohte in 267 Fällen Über-65-Jährigen der Verlust von Wohnraum. Ein Plus von zwölf Prozent: „Tendenz steigend.“ Um mit Betroffenen einen Erstkontakt zu knüpfen, habe sich das „Clearing“ als „qualifizierte Erstberatung“ der HzW an den Infotagen im Sozialrathaus Gallus bewährt.

Facetten der Teilhabe

Zudem verabschiedete der Seniorenbeirat einen Antrag, der den Magistrat auffordert, mit den städtischen Wohnungsbaugesellschaften eine Regelung zu erarbeiten, die die Rückbauverpflichtung im geförderten Wohnraum auflöst. Aktuell ist es so, dass zum Beispiel von Kranken- oder Pflegekassen (mit)finanzierte notwendige barrierefreie Umbauten in einer Wohnung bei Auszug wieder zurückzubauen sind. Ebenso einmü-

tig sprach sich das Gremium dafür aus, die Ein- und Ausstiegsmöglichkeiten an Bushaltestellen auf der Wilhelmshöher Straße in Seckbach vor allem im Bereich Hufeland-Haus und Budge-Heim für Ältere und Mobilitätseingeschränkte zu verbessern. Trotz jahrelanger Bauarbeiten an der Straße sei das Ein- und Aussteigen weiterhin schwierig. Das Verkehrsdezernat wird gebeten, „tragbare Lösungen zu entwickeln“, betont Seniorenbeiratsvorsitzende Dr. Renate Sterzel, die den Antrag eingebracht hatte.

Daneben berichtete Renate Sterzel über verschiedene Veranstaltungen, an denen der Vorstand des Seniorenbeirats teilgenommen hatte. Wie das gelungene Treffen zum „Digitalpakt Alter“ der „Bagso“ (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen) in Frankfurt. „Dort konnten wir unsere Plattform 55+ vorstellen und mit ihr punkten“, so Sterzel. Indes herrschen „katastrophale Zustände“ bei der Landesessenorenvertretung, so Renate Sterzel. Die LSV sei aus personellen und finanziellen Gründen nicht handlungsfähig. Daneben informierte Sterzel über die Ergebnisse einer Befragung zu den Begegnungsstätten für Senior:innen. Demnach seien die Besuchenden mit dem Angebot zufrieden: „Die Ergebnisse waren nicht so überraschend, haben aber die Arbeit bestätigt.“ Melanie Spöhl (Jugend- und Sozialamt) ergänzte, dass die Befragung auch aufzeige, welche Bedarfe nicht gedeckt werden und wo eventuell Angebote, etwa im digitalen Bereich, fehlen.

Der Seniorenbeirat tagt wieder am Mittwoch, 18. Februar, um 9.30 Uhr im Jugend- und Sozialamt, Eschersheimer Landstraße 241–249.

Sonja Thelen

Veranstaltungs- und Begegnungsprogramm Frühjahr 2026

Mit vielfältigen innerstädtischen Veranstaltungen möchten wir im Frühjahr 2026 Möglichkeiten für Neuentdeckungen und Begegnungen schaffen. Das Team von Kultur, Freizeit und Begegnung freut sich über Ihre Anmeldung zur Verlosung für eine Teilnahme.

Wer kann teilnehmen?

Bürger:innen ab 65 Jahren mit Wohnsitz in Frankfurt am Main. Bei Paaren kann ein:e Partner:in auch jünger sein (aber mindestens 60 Jahre).

- ▶ Die Teilnahme von Alleinstehenden wird herzlich begrüßt.
- ▶ Schwerbehinderte mit dem Merkmal „B“: Anspruch auf 1 kostenfreie Karte für eine volljährige Begleitperson zur aktiven Unterstützung und Hilfe.
- ▶ Es gibt keine Einkommensgrenzen.

Wann und wie kann ich mich zur Teilnahme an der Verlosung anmelden?

Per Post: Coupon auf Seite 40 ausfüllen, (Datum d. Poststempels) an die Leitstelle Älterwerden, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt senden oder durch Einwurf in den Briefkasten Rathaus für Senioren.

E-Mail: Sie können sich per Mail anmelden an senioren-veranstaltungen@stadt-frankfurt.de

Wir benötigen alle Daten, die im Coupon ersichtlich sind – oder einfach ein Foto vom Coupon.

Anmeldeschluss: Freitag, 30. Januar

Sie können bis zu 2 Veranstaltungen aus dem Programm auswählen, jeweils 1 oder 2 Karten pro Termin.

Ermäßigungen:

Wer einen Frankfurt-Pass hat oder im Bezug von Grundsicherung oder Wohngeld steht, kann 2 Karten für das Programm kostenfrei erhalten. Bitte als Nachweis zur Veranstaltung mitbringen.

Wie und wann erfahre ich, ob ich teilnehmen kann?

Bis spätestens 1. März erhalten die gelosten Personen ein Schreiben mit Angaben zum weiteren Ablauf.

Wie bezahle ich? Wie bekomme ich die Karten?

Wenn Sie sich auf dem Coupon für die Option Überweisung entschieden haben, erhalten Sie Ihre Kar-

ten nach Zahlungseingang per Post.

Wenn Sie sich auf dem Coupon für die Option Abholung entschieden haben, informieren wir Sie, wann Sie Ihre Karten im Rathaus für Senioren bezahlen und abholen können (keine Kartenzahlung).

Eine Rückgabe der Karten nach dem Kauf ist ausgeschlossen.

Programm vom 23. März bis 30. April

VN = Veranstaltungsnummer

Mainbad Bornheim

3 Stunden Eintritt mit Sauna
Montag, 23. März, 11–14 Uhr (VN 1)
Mittwoch, 25. März, 10–14 Uhr (VN 2)



Mainbad – Dachterrasse mit Sauna

Hessischer Rundfunk

inkl. Führung, Kosten: 5 Euro pro Person
Dienstag, 24. März, 10–12 Uhr (VN 3)
Donnerstag, 2. April, 10–12 Uhr (VN 4)

Museen

Inkl. Eintritt und Führung
Kosten jeweils 2 Euro pro Person

Dialogmuseum

Führung „Dialog im Dunkeln“
Donnerstag, 26. März, 10–11 Uhr (VN 5)
Dienstag, 31. März, 10–11 Uhr (VN 6)



Claude Monet, Etretat, mer agitée, 1883

Städel Museum

Führung „Monets Küste“
Mittwoch, 1. April, 10.45–11.45 Uhr
(VN 7)

Führung im Goethehaus

(inkl. Eintritt Romantikmuseum)
Donnerstag, 23. April, 10.30–11.30 Uhr
(VN 8)





Fotografie aus dem Besitz der Museumsstiftung Post und Telekommunikation

Autogrammkarte

Museum für Kommunikation

Führung „Nachrichten“

Mittwoch, 29. April, 10.45–11.45 Uhr
(VN 9)

Stadtführungen

Kosten jeweils 2 Euro pro Person

Altes Polizeipräsidium – Verlassene Orte



Foto: Gerlach

Donnerstag, 9. April, 10.30–12.30 Uhr
(VN 10)

Diese Führung ist nicht barrierefrei!

Finanzplatz Frankfurt

Dienstag, 14. April, 10.30–12 Uhr (VN 11)

Frankfurter Krimtour

Montag, 20. April, 10.30–12 Uhr (VN 12)

Karmeliterkloster

Dienstag, 21. April, 11–12 Uhr (VN 13)

Dichtung oder Wahrheit?

Donnerstag, 30. April, 10–11.30 Uhr
(VN 14)

Theatervorstellungen

Eintritt pro Person 10 Euro

Komödie Frankfurt



Foto: Veranstalter

„Weiße Turnschuhe“ mit Jochen Busse
Mittwoch, 8. April, 14–16 Uhr (VN 15)

Stalburg Theater

„Hilde aus Bornheim – 20 Jahre
Jubiläumsshow“
Donnerstag, 16. April, 14–16 Uhr (VN 16)

**Bitte beachten Sie, dass aufgrund
unvorhersehbarer Umstände Ände-
rungen möglich sind.**

Anmeldung zur Verlosung – Frühjahrs-Programm 2026

Bitte in Druckschrift ausfüllen und bis zum 30.01.2026 (Datum Poststempel) an die untenstehende Adresse senden

Name: Vorname: Geburtsjahr:

Straße: PLZ Frankfurt am Main

Telefon:

Ich bringe eine Mobilitätshilfe mit: Rollator Rollstuhl

Ich beziehe bzw. habe: Grundsicherung Wohngeld Frankfurt-Pass

Nachweis bitte zur Veranstaltung mitbringen.

Kartenwünsche:

Veranstaltung VN Kartenanzahl: 1 2 Veranstaltung VN Kartenanzahl: 1 2

Zahlungsweise:

Abholung im Rathaus für Senioren (Barzahlung) Überweisung - Karten kommen per Post

Datum: Unterschrift:

Per Post: Rathaus für Senioren – Kultur, Freizeit und Begegnung, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main
oder

per E-Mail: senioren-veranstaltungen@stadt-frankfurt.de – Senden Sie uns gerne ein Foto vom Coupon!



Dom zu Speyer

Tagesfahrten mit dem Bus nach Speyer vom 11. Mai bis 28. August

Von Mitte Mai bis Ende August können rund 3000 ältere Frankfurter Bürger:innen einen Tagesausflug nach Speyer in der Pfalz unternehmen. Organisiert werden die Busfahrten auch in diesem Jahr durch die Stadt Frankfurt am Main, Leitstelle Älterwerden im Rathaus für Senioren. Die Fahrten werden wie gewohnt von medizinisch geschultem Personal begleitet und stehen unter dem Motto: **Gemeinsam in netter Gesellschaft Neues entdecken.**

Teilnahmebedingungen

Die Teilnahme an den Ausflügen ist an keine Einkommensgrenze gebunden.

Mitfahren können ausschließlich Frankfurter Bürger:innen ab 65 Jahren. Bei gemeinsam teilnehmenden Ehepaaren bzw. Lebenspartner:innen kann auch ein:e Partner:in jünger (mindestens 60 Jahre) sein. Die Teilnahme von Alleinstehenden ist ausdrücklich erwünscht.

Wer über einen Schwerbehindertenausweis mit dem Merkmal „B“ verfügt, kann für eine erwachsene Begleitperson eine kostenfreie Teilnahmekarte erhalten. Begleitpersonen dienen der Unterstützung und sollten körperlich in der Lage sein, Teilnehmende mit eingeschränkter Mobilität behilflich zu sein.

Menschen mit Einschränkungen in ihrer Orientierung können nur mit Begleitperson teilnehmen.

Bitte beachten Sie, dass Begleitpersonen eine eigene Teilnehmer:innenkarte benötigen.

Personen, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind, können uneingeschränkt an den Tagesfahrten teilnehmen. Wichtig ist, dass die Mitnahme eines Rollstuhls, vor allem eines elektrisch betriebenen Rollstuhls, direkt bei der Anmeldung angegeben wird. Nach Bestätigung der Anmeldung sprechen wir die Transportbedingungen individuell mit Ihnen ab.

Kosten

Der Eigenanteil für die Teilnahme an der Tagesfahrt beträgt 17 Euro pro Person.

Im Preis sind die Busfahrt, eine Stadtführung, ein Mittagessen sowie ein Kaffeegedeck am Nachmittag enthalten. Getränke und zusätzliche Speisen sind nicht inbegriffen.

Frankfurt-Pass-Inhaber:innen sowie Bezieher:innen von Wohngeld oder Grundsicherung haben die Möglichkeit, kostenfrei an der Tagesfahrt teilzunehmen.

Hierzu ist die Vorlage des Frankfurt-Passes oder eines gültigen Bescheides bei Anmeldung unbedingt erforderlich. Nachträglich eingereichte Nachweise können nicht berücksichtigt werden!

Kartenverkauf

Der Kartenverkauf erfolgt über die Sozialbezirksvorsteher:innen (SBV) in Ihrem Stadtbezirk. Diese können Sie telefonisch oder per E-Mail kontaktieren (Kontaktdaten siehe Seite 42ff.).

Ihr:e zuständige:r SBV teilt Ihnen den festgelegten Abfahrtermin für Ihren Stadtteil mit und nimmt bei Verfügbarkeit Ihre verbindliche Anmeldung entgegen.

Der Annahmeschluss für die Anmeldung ist der 20. Februar.

Ablauf der Tagesfahrten nach Speyer

Der Reisebus startet um 8.15 Uhr von der vereinbarten Abfahrtsstelle im jeweiligen Frankfurter Stadtteil. Nach rund 100 Minuten Fahrtzeit ist die Stadt Speyer in der Pfalz erreicht.

Um 10.45 Uhr ist eine etwa 60-minütige senior:innengerechte Stadtführung geplant. Die Führung eignet sich auch für mobilitätseingeschränkte Personen, da Speyer eben liegt und über einen breiten Rollator- bzw. Gehweg in der Fußgängerzone verfügt.

Die Führung endet gegen 11.45 Uhr vor der Gaststätte „Wirtshaus am Dom“, wo die Gruppe zum Mittagessen erwartet wird.

Das „Wirtshaus am Dom“ liegt direkt in der Innenstadt am Beginn der

Maximilianstraße mit Blick auf den Dom und das Rathaus. Die klimatisierten Räumlichkeiten sind barrierefrei zugänglich.



Im Anschluss an das Mittagessen besteht Zeit zur freien Verfügung, in der die charmante Altstadt auf eigene Faust erkundet oder durch die Einkaufsläden in der Maximilianstraße gebummelt werden kann. Die ehemalige Prachtstraße der alten Kaiserstadt eignet sich auch gut für einen entspannten Spaziergang.

Ab 15.30 Uhr ist die Reisegruppe wieder im „Wirtshaus am Dom“ zu Kaffee und Kuchen angekündigt. Im Anschluss erfolgt die Rückreise nach Frankfurt. Die Ankunft ist gegen 18.30 Uhr vorgesehen.



Ab 7. Januar werden die Stadtteile, Haltestellen und Abfahrtszeiten für die Tagesfahrt nach Speyer auf unserer Homepage: www.stadt-frankfurt-im-blick.de veröffentlicht.

Die aktuellen Sozialbezirksvorsteher:innen

Für viele Leser:innen längst ein Begriff: der „Ehrenamtliche Dienst“ – eine etablierte Einrichtung im Jugend- und Sozialamt der Stadt Frankfurt am Main.

Es sind sozial und gesellschaftlich engagierte Menschen, die als vereidigte Ehrenbeamt:innen Frankfurter Bürger:innen beraten und unterstützen.

Sie kennen die vielfältigen Angebote weiterführender Hilfen in der Stadt, helfen bei Anträgen und erleichtern so den Zugang zu Ämtern und Institutionen.

In jedem der 65 Frankfurter Sozialbezirke finden Bürger:innen eine/n Sozialbezirksvorsteher:in (SBV) als Ansprechperson für ihre Belange.

Unterstützt werden die SBV durch vereidigte ehrenamtliche Sozialpfleger:innen. Gespräche sind nach telefonischer Vereinbarung oder während fester Termine möglich. Bei Bedarf erfolgen auch Hausbesuche.

Der Ehrenamtliche Dienst ist direkt in der Nachbarschaft präsent!

Mit Hilfe der Sozialbezirksvorsteher:innen sind daher auch Karten für die Tagesfahrten der Leitstelle Älter-

werden für Frankfurter Senior:innen direkt im Wohnumfeld der Frankfurter Bürger:innen zu erwerben.

Die Ehrenbeamt:innen werden für die Dauer der jeweiligen Legislaturperiode der Stadtverordnetenversammlung ernannt. Mitunter kommt es in Abständen zu personellen Veränderungen.

Die nachfolgende Liste zeigt die aktuellen Ansprechpersonen. Für nähere Informationen geben Sie in Ihrem Internetbrowser den Kurzlink frankfurt.de/ehrenamtlicherdienst ein.

Altstadt, Innenstadt (010, 040–080)

Katharina Wilhelm 069/28 02 12
wilhelmk16@gmx.de

Bahnhofsviertel, Gutleutviertel (090, 151)

Yvonne Geelhaar 069/25 39 35
yvonne.geelhaar@gmx.de

Bergen-Enkheim (680)

Barbara Schwarz 06109/333 68
barbara.schwarz ffm@gmail.com

Berkersheim (500)

Eva Eckert 0179/234 77 93
eckertelse@aol.com

Bockenheim (163, 342, 344)

Carolin Arens 069/56 99 31 54,

Bockenheim (341, 350)

Catharina Blass 0177/140 77 91

Bockenheim (361, 362)

Dorothee Färber 069/77 79 34

Bockenheim/Hausen (343, 410)

Mohamed Seddadi 069/789 12 11

Bonames (491)

Claudia Sobbe 0176/43 68 09 14
c.e.so@gmx.de

Bornheim (272, 290)

Brigitte Born 069/48 00 07 88
sbv.britteborn@yahoo.com

Bornheim (281, 282)

Richard Hackenberg 069/496 02 10
sbv.hackenberg@web.de

Bornheim (240, 271)

Jürgen Oslislok 069/45 46 19
juergen.oslislok@t-online.de

Dornbusch (462, 463)

Timo List 069/37 00 20 46

Dornbusch/Ginnheim (441, 442)

Eduard Dobler 069/24 18 20 89
eduard_dobler@freenet.de

Eckenheim (461)

Jörn Siemers 069/42 89 47 22
sozialbezirksvorsteher@joern-siemers.de

Eschersheim (451, 452)

Petra Schillkowski 0152/55 72 09 24
schillkowski@gmail.com

Fechenheim-Nord (510)

Christel Ebisch 069/42 69 71 66
ChristelEbisch@web.de

Fechenheim-Süd (520)

Fabienne Jung 069/66 36 85 49
fabienne.jung@gmx.net

Frankfurter Berg (492)

Bettina Schubert-Hadeler 069/53 05 97 02
B.Schubert-Hadeler@alice.de

Gallus (152, 153, 161)

Adi Eickhoff 0151/73 04 87 44

Gallus (162)

Sybille Roemer 069/75 06 86 62
sybille.roemer@hab8.de

Gallus (154, 164, 165)

Cihad Taskin 0176/70 52 72 27
Info@cihad-Taskin.de

Goldstein (532)

Helmut Frank 069/666 51 09
maerchenoase@gmail.com

Griesheim (541, 542, 551, 552)

Irene Kolbe 069/51 05 61

Harheim (660)

Joachim Hüllen 06101/417 07
huellen-velden@gmx.de

Heddernheim-Ost (431)

Frauke Reinhardt 069/57 73 48
ferereinhardt@t-online.de

Heddernheim-West/Praunheim-Nord (426, 432)

Helga Dörhöfer 069/58 42 83
hel1doerhoefer@aol.com

Höchst (570, 580, 591, 592)

Hans-Günter Neidel 069/31 24 95
hans-guenter-neidel@outlook.de

Kalbach (650)

Klaus-Jürgen Hawer 069/50 22 92
klaus.hawer@web.de

Nied (561, 562)

Astrid Joeckle 069/38 99 90 96
Sozialbezirk-Nied@t-online.de

Nieder-Erlenbach (640)

Claudia Müller 0152/28 94 48 75
c.mueller.55@web.de

Nieder-Eschbach (670)

Beate Lamb 069/507 47 69
Beate.Lamb@gmx.de

Niederrad (373)

Florian Möller 0160/415 16 47

Niederrad (371, 372)

Stefanie Then 0176/63 37 85 94
sbv_niederrad@stefanie-then.de

Niederursel-Ost (481, 483, 484)

Ingrid Damian 0160/446 31 33
damian.sozialbezirk@aol.com

Niederursel-West (482)

Marianne Boldt 069/50 69 79 92
marianne.boldt@gmx.de

Nordend (120)

Ankin Akyüz 0163/907 60 96
a.akyuez@t-online.de

Nordend (221, 222)

Gudrun Korte 069/44 05 06
g-korte@t-online.de

Nordend (230)

Rainer Krug 0172/671 59 44
ra.krug@outlook.de

Nordend (201–203)

Ingo Pommerening 069/49 81 64
ingo.pommerening@gmx.de

Nordend (211–213)

Manuel Rudolph 069/959 56 75 01
sozialbezirksvorsteher.rudolph@gmail.com

Oberrad (380)

Ursula Becker 069/69 76 96 53
sozialbezirk-oberrad@hotmail.com

Ostend (251, 252)

Felicitas Herdt 069/21 08 61 06
herdt.sb@web.de

Ostend (140, 261)

Gerhard Sieber 0171/298 87 16
gerhard.sieber56@gmail.com

Praunheim (424, 425)

Christine Lehmann-Wernig 0173/9375280
lehmann.wernig.sbv@gmail.com

Praunheim, Westhausen (422, 423)

Margarete Keller 0176/43 80 31 04
margaretekeller66@gmail.com

Preungesheim (470)

Wera Eiselt 0174/347 03 75
SBV.Wera@Eiselt.de

Riedberg (651)

Sabrina Geller 0151/27 08 83 39
sabinageller911@web.de

Riederwald (262)

Ingeborg Wendel 069/41 55 60

Rödelheim-Ost (401)

Renate Radtke 0176/54686327
ren.radtke@icloud.com

Rödelheim-West (402)

Klaus Winger 0160/968 485 43
k-winger@t-online.de

Sachsenhausen (325–329)

Gabriele Gressert 069/63 71 58

Sachsenhausen (323)

Rathaus für Senioren: Mail:
senioren-veranstaltungen@stadt-frankfurt.de

Sachsenhausen (332)

Ann-Kristin Schäfer 0176/802 293 53
Ann-Kristin.Schaefer@t-online.de

Sachsenhausen-Nord (300, 331)

Johanna Binger 069/95 09 19 17
johanna.binger@outlook.de

Sachsenhausen-Nord (321, 322, 324)

Margit Grohmann 069/59 77 66 95,
mgrohmann@freenet.de

Schwanheim (531)

Jürgen Frank 0176/31 45 86 41
juergenfrank-amtlich@gmx.de

Seckbach (390)

Dr. Annette Kühnel 069/47 88 43 67
kuehnel@magenta.de.

Sindlingen (601, 602)

Gisela Lünzer 069/37 14 53
SBV-Sindlingen@t-online.de

Sossenheim (631, 632)

Karin Reichwein 069/34 38 79

Unterliederbach (621–623)

Oliver Göbel 069/31 46 60

Westend Süd (100, 170)

Margret Heym-Schmitt 069/90 55 58 48
heymschmitt@web.de

Westend-Nord/Westend-Süd (110, 180, 191, 192)

Margret Heym-Schmitt 069/90 55 58 48
heymschmitt@web.de

Zeilsheim (604, 611, 612)

Maria Berk 069/36 29 40
maria.berk@drkfrankfurt.de

Das Frankfurter Programm

Das Frankfurter Programm „Würde im Alter“ (FPWiA) besteht seit dem Jahr 2001 und hat zum Ziel, ältere Menschen in schwierigen Lebenslagen zu begleiten. Aktuell werden im Bereich der stationären Pflegeeinrichtungen 24 Projekte gefördert, im Bereich zugehende Beratung und Begleitung sind es 15 Projekte.

Agaplesion Haus Saalburg

Fußläufig zur lebendigen Berger Straße gelegen, bietet das Agaplesion Haus Saalburg eine Vielzahl sozialer und kultureller Angebote, die es den Bewohnenden der modernen und zugleich familiären Einrichtung leicht machen, sich hier zuhause zu fühlen. Dazu gehört unter anderem ein Projekt, das im Rahmen des Frankfurter Programms „Würde im Alter“ gefördert wird. Hier kommen die Bewohner:innen gemeinsam mit dem Diplom-Oecotrophologen Hans-Joachim Jäger zusammen, der als Referent für Gesundheit und Ernährung die Einrichtung berät. Ziel ist es, ein gemeinsames Kochbuch mit etwa 40 bis 60 Rezepten zu gestalten. „Einerseits geht es natürlich darum, Rezepte zu bewahren. Andererseits ist es uns ein zentrales Anliegen, die Bewohnerinnen und Bewohner für eine gesunde und ausgewogene Ernährung zu sensibilisieren“, so Jäger.

Genuss kennt kein Alter

„Für viele unserer Bewohnenden ist Essen ein zentrales Thema. Und so kamen wir auf die Idee, das Thema ganzheitlicher anzugehen“, beschreibt Pflegedienstleiter Patrick de Paoli den Ansatz. Bei den regelmäßigen Treffen tauschen sich die Teilnehmenden aber nicht nur über Rezepte aus, sondern sie kommen insgesamt miteinander ins Gespräch, teilen Erinnerungen, sind aktiv – etwa, wenn sie Zutaten für die Rezepte verarbeiten und dabei nebenbei die Feinmotorik trainieren. Und natürlich wird immer wieder auch Neues ausprobiert: „Wir begeben uns regelmäßig auf einen Geschmackpar-



Fotos: Agaplesion, Markus Diakonie gGmbH

cours, bei dem die unterschiedlichen Sinne angesprochen werden“, erläutert Hans-Joachim Jäger. Doch es werden auch aktuelle gesellschaftliche Themen wie Umweltschutz und Klimawandel besprochen: „Schließlich hat die Ernährung nicht nur Auswirkungen auf den eigenen Körper und die Gesundheit, sondern auf den gesamten Planeten.“

Bald erscheint ein Kochbuch

Selbstverständlich wird auch viel verkostet – man solle bloß nicht glauben, dass die Bewohnenden nicht offen für Neues seien, berichtet Hans-Joachim Jäger. Und so finden sich einige der hier getesteten Dippys, Smoothies oder Fleischalternativen im bald erscheinenden Kochbuch, für dessen Gestaltung und Bildauswahl ebenfalls die Bewohnenden verantwortlich sind. Übrigens: Das ein oder andere Rezept wird sogar bereits im Speiseplan des Haus Saalburg berücksichtigt, schließlich ist das Kü-

chenteam stets darauf bedacht, allen Bewohnenden abwechslungsreiche, gesunde und leckere Speisen zu servieren. Genuss kennt schließlich kein Alter. „Die Welt gehört dem, der sie genießt“, steht auf einem Kissen, das auf einem Sofa in der Lobby liegt. Treffsicherer lässt es sich wohl nicht formulieren.



Agaplesion Haus Saalburg
Saalburgallee 9
60385 Frankfurt
Telefon: 069/204 57 60

„Würde im Alter“

Fortsetzung der Serie, die einer oft übersehenen Gruppe älterer Menschen mehr Sichtbarkeit geben und gleichzeitig die wichtige Arbeit der Projekte bekannter machen möchte

Malteser Hilfsdienst e.V.

Das Motto des Malteser Hilfsdienstes lautet „... weil Nähe zählt“. Und so bietet die Organisation eine Vielzahl verschiedener Angebote, um ältere, oft mobilitäts eingeschränkte Menschen aus der Einsamkeit zu holen – etwa einen seit Jahrzehnten erprobten Besuchsdienst, einen Telefonbesuchsdienst, Rikscharfahrten, die Kulturbegleiter oder, noch recht frisch, den Besuchsdienst mit Hund. „Wir sind stolz, dass der Besuchsdienst mit Hund so gut angenommen wird und wir damit Menschen nachhaltig erreichen können“, berichtet Denise Hufnagel. Sie leitet die Seniorendienste und verantwortet das jüngste Angebot: „Hunde haben keine Vorurteile, sie gehen vollkommen unvoreingenommen auf Menschen zu. Das macht sie zu wahren Türöffnern, wenn es darum geht, vereinsamte Menschen zu erreichen.“

Türöffner zur Außenwelt

Man merkt ihr sofort an, mit wie viel Herzblut sie bei der Sache ist, wenn sie von dem Projekt berichtet. Derzeit gibt es 13 Tandems, also Mensch-Tier-Paare, sieben weitere sind in Ausbildung. Gut vier Monate dauert diese, am Ende steht ein Zertifikat. Denn „einfach so“ ist dieses Ehrenamt nicht ausübbar – weder für die Hundehalter:innen, noch für die Hunde. „Wir schauen uns sowohl die Menschen als auch die Tiere sehr genau an, denn nicht alle sind geeignet. Was motiviert die Menschen? Wie verhalten sich die Hunde?“, beschreibt Denise Hufnagel das intensive Auswahlverfahren. So brauchen die Vierbeiner ein ruhiges und geduldiges Wesen. Bei den Menschen zählen Empathie



Foto: Malteser

und eine gewisse psychische Stabilität zu den Grundvoraussetzungen. Sind diese erfüllt, geht's ab in die Hundeschule, und die Ausbildung beginnt. „Für die Hunde sind die Besuche herausfordernd und kosten sie viel Energie“, weiß Denise Hufnagel. Für die besuchten Menschen sind die meist wöchentlichen, kostenfreien Visiten ein großes Geschenk. „Die Nachfrage ist enorm, und wir hoffen sehr, dass die Projektförderung vonseiten der Stadt Frankfurt weiterläuft“, wünscht sich Denise Hufnagel mit Blick auf die Zukunft. „Denn durch unsere Arbeit sehen wir, wie bereichernd unsere Besuche für die Menschen sind.“ Der Bedarf wachse, denn die Zahl der Alleinlebenden steige an, ebenso wie die Häufigkeit psychischer Erkrankungen zunehme. „Da kann unser Angebot ein erster Schritt sein, wieder die Tür zur Außenwelt zu öffnen, um so Kontakt zu anderen Hilfsangeboten aufzunehmen“, zeigt sich die Leiterin der Seniorendienste

überzeugt. Und dann hat sie noch einen persönlichen Wunsch: Weil ihre Arbeit nicht weniger wird, könnte sie gut eine ehrenamtliche Unterstützung in der Leitungsstelle gebrauchen. „Vielleicht fühlt sich ja eine Leserin oder ein Leser angesprochen?“ Anfragen gern direkt über die unten stehenden Kontaktdaten. Auch Spenden für den Malteser Besuchsdienst mit Hund werden gern entgegengenommen:

Spendenkonto
Empfänger: Malteser Hilfsdienst e.V.
Pax-Bank für Kirche und Caritas eG
IBAN: DE63 3706 0193 4004 4000 33
BIC: GENODED1PAX



Malteser
...weil Nähe zählt.

Malteser Hilfsdienst e.V.
Stadtgeschäftsstelle Frankfurt
Schmidtstr. 67
60326 Frankfurt
E-Mail: Denise.Hufnagel@malteser.org
www.malteser-frankfurt.de



Der DemokratieWagen ist für eine vielfältige und streitbare Demokratie unterwegs. Er kommt direkt zu den Frankfurter:innen in die verschiedenen Stadtteile.



in die Frankfurter Stadtgesellschaft einzubinden.

Günter: Ich kümmere mich hauptsächlich um den DemokratieWagen. Wir versuchen, ihn möglichst oft auf die Straße zu bekommen, und entwickeln Formate dafür.

Warum seid Ihr bei „mehr als wählen“ aktiv?

Nelly: Es ist mir wichtig, mich für eine belebte Demokratie an meinem Wohnort einzusetzen. Der Demokratiekonvent schafft Austausch zwischen Menschen, die sich im Alltag nicht begegnen würden. Aus den verschiedenen Perspektiven entwickeln sich auf dem Demokratiekonvent gemeinsame Projektideen, die das Leben der Frankfurter:innen bereichern. Das ist für mich gelebte Demokratie.

Günter: Demokratie ist nicht selbstverständlich, auch wenn das viele meinen. Nur durch mehr Beteiligung kann sie funktionieren. Dafür wollen wir mit dem Verein beitragen.

Was findet Ihr am spannendsten an Eurem Einsatz für mehr Beteiligung?

Nelly: Am spannendsten finde ich die Momente, in denen Personen wirklich versuchen, die Position des Gegenübers nachzuvollziehen. Dabei geht es nicht darum, der gleichen Meinung zu sein oder die andere Person zu überzeugen, sondern es geht darum, zu verstehen, wie die andere Person zu ihrer Meinung gekommen ist, und das auszuhalten.

Günter: Es ist immer wieder toll, Demokratie erlebbar zu machen, mit Menschen ins Gespräch zu kommen. Vor allem macht es Spaß, im engagierten Team mitzuarbeiten.

Weitere Infos unter:
www.mehralswaehlen.de
 oder per E-Mail:
vorstand@mehralswaehlen.de

Engagement für mehr Demokratie

Demokratische Beteiligung ist mehr als wählen“ – so formulierte eine studentische Initiative ihren Anspruch, der 2017 in der Gründung des Vereins „mehr als wählen“ gipfelte. Sie setzten sich zum Ziel, innovative Möglichkeiten zu entwickeln, um in Frankfurt ganz konkret alle Bürger:innen in Dialog und mehr Mitbestimmung zu bringen.

Der Verein hat einige Erfolge vorzuweisen: Die Aktiven haben bisher in Frankfurt drei Demokratiekonvente konzipiert, organisiert und umgesetzt. Dabei wurde ein für die Stadtgesellschaft wichtiges Thema an zwei Wochenenden diskutiert und Projekte dazu entwickelt. Die jeweils 60 Teilnehmenden setzten sich aus einer Zufallsauswahl und im demokratischen Prozess unterrepräsentierten Gruppen zusammen.

Der erste Demokratiekonvent 2019 regte die Einrichtung der Stabsstelle Bürger:innenbeteiligung bei der Stadt Frankfurt an, die das Thema mehr Demokratie und Beteiligung direkt in der Stadtverwaltung verankert hat.

Zudem hat der Verein ein großes aus den Konventen hervorgegangenes Projekt selbst in die Hand genommen: den DemokratieWagen. Dabei handelt es sich um einen umgebauten Linienbus, der als mobiles

Wohnzimmer für Demokratie dient und für Veranstaltungen und Workshops in Frankfurt und Umgebung im Einsatz ist. 2026 wird der Bus erstmals mit einem für weiterführende Schulen konzipierten Plan spiel an Frankfurter Schulen unterwegs sein.

Im Verein sind mittlerweile Frankfurter:innen aller Altersgruppen aktiv. Für den nächsten Demokratiekonvent und den Einsatz des DemokratieWagens werden neue Ehrenamtliche gesucht, die Lust haben, sich für mehr Demokratie einzubringen.

Worauf es dabei ankommt, berichten zwei Aktive im Kurzinterview: Nelly Gramich ist 28 Jahre alt, im Vorstand des Vereins und leitet den Demokratiekonvent, Günter Horn ist 65 Jahre, ebenfalls im Vorstand und leitet den DemokratieWagen.

Was genau macht Ihr für den Verein?

Nelly: Ich engagiere mich bei „mehr als wählen“ für den Demokratiekonvent. Aktuell planen wir in einem vielfältigen Team den nächsten Konvent. Dabei gestalten wir das Thema möglichst verständlich und spannend für alle und stehen in Austausch mit Vertreter:innen der Stadt, der Wissenschaft und Zivilgesellschaft, um den Demokratiekonvent

Jung und vergesslich

Herausforderungen und Perspektiven für jungbetroffene Menschen mit Demenz und ihre An- und Zugehörigen – ein Projekt im Bürgerinstitut sucht Teilnehmende

Eine Demenz-Diagnose ist immer ein einschneidendes Ereignis. Ist man selbst oder ein nahestehender Mensch in vergleichsweise jungen Jahren mit der Erkrankung konfrontiert, entstehen besonders vielfältige Herausforderungen. Immer wieder wenden sich Menschen an das Bürgerinstitut, die vor dem 65. Lebensjahr an einer Demenz erkrankt sind. Aktuell gibt es in Frankfurt kein spezielles Angebot für diese Gruppe, sodass sich viele Betroffene mit ihren Belastungen und Fragen allein gelassen fühlen.

Das Projekt „Jung und vergesslich“ hat zum Ziel, die Beratung und Begleitung für junge Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zu fördern und einen Raum des Austauschs unterein-

ander zu schaffen. Dies soll Betroffene darin unterstützen, mit der Diagnose und den damit verbundenen Veränderungen im Leben besser umgehen und weiterhin ein selbstbestimmtes Leben führen zu können.

Demenz ist eine Erkrankung, die vor allem ältere Menschen betrifft. Allerdings gibt es auch immer mehr Fälle von Menschen unter 65 Jahren, die mit der Krankheit konfrontiert sind. Nach Angaben der Deutschen Alzheimer Gesellschaft sind aktuell etwa sechs Prozent der Betroffenen in Deutschland – rund 106 000 Menschen – jünger als 65 Jahre.

Im Rahmen des zweijährigen Projekts werden gemeinsam mit anderen Akteur:innen Beratungsangebote, Gruppentreffen und Workshops ange-



Foto: Bürgerinstitut

boten. Ein weiteres Element ist die Gewinnung ehrenamtlicher Demenzbegleiter:innen zur Unterstützung betroffener Familien. In das Projekt fließen sowohl eigene Erfahrungen als auch Erkenntnisse aus weiteren bundesweiten Leuchtturmprojekten ein.

Weitere Informationen:
 Bürgerinstitut e.V.
 Oberlindau 20, 60323 Frankfurt
 Dr. Ann-Katrin Adams
 Telefon: 069/97 29 17 41
 E-Mail: demenz@buergerinstitut.de

Bestellcoupon + Geschenkcoupon

Lassen Sie sich *Stadt Frankfurt im Blick* für 14 Euro im Jahr bequem nach Hause schicken oder erfreuen Sie einen interessierten Menschen damit.

Sie bezahlen nur die Versand- und Bearbeitungskosten für vier Ausgaben im Jahr. Dafür erhalten Sie von uns eine Rechnung, die Sie bitte per Banküberweisung begleichen. Die Bestellung verlängert sich automatisch um ein Jahr, wenn Sie nicht bis spätestens 15. November schriftlich kündigen. Wenn Sie mitten im Jahr einsteigen, zahlen Sie für das erste Jahr nur anteilig.

Ja, ich bestelle *Stadt Frankfurt im Blick* für 14 Euro im Jahr ab der Ausgabe:

- 1 (Januar bis März) 2 (April bis Juni) 3 (Juli bis September) 4 (Oktober bis Dezember)

Rechnungsadresse:

Vorname Name

Straße/Hausnr.

PLZ/Ort Telefon

Datum Unterschrift

Lieferadresse (nur ausfüllen, wenn Rechnungs- und Lieferadresse nicht identisch sind)

Vorname Name

Straße/Hausnr.

PLZ/Ort Telefon

Ausgefüllten Coupon per Fax an 069/212 30741 oder per Post an:
 Redaktion SFiB, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main

Die Daten werden gemäß DSGVO, der geltenden Datenschutzrichtlinien der Stadt Frankfurt am Main erhoben, gespeichert und verarbeitet.



Die aktuelle Ausgabe mit Vorlesefunktion:

www.stadt-frankfurt-im-blick.de

Queeres Altern

Acht biographische Erzählungen gewähren Einblicke in geschlechtliche Vielfalt, gesellschaftlichen Wandel und den allgemeinen Wunsch nach Anerkennung

Der Begriff „queer“ wird zu meist mit jungen Menschen in Verbindung gebracht und auch von diesen verwendet. Für ältere LSBTIQ*-Personen (Lesbisch, Schwul, Bi, Trans*, Inter, Queer*) hingegen stelle er oftmals kein „Identifikationsmerkmal dar und werde sogar abgelehnt, schreiben Miranda Leontowitsch, Ralf Lottmann, Christina Dülfer und Smilla Henning in der Einleitung ihres Buchs „Queeres Al-

ter“, zu versuchen.

Anerkennung und Sichtbarkeit

Entstanden ist ein bemerkenswertes Werk, das wissenschaftliche Fragestellungen mit empirischen Befunden und Fallgeschichten sowie Bezüge aus der Praxis miteinander verbindet. Denn bislang sei über die Gruppe älterer LSBTIQ*-Personen in

acht Porträts deutlich. Gleichzeitig werden sie historisch und gesellschaftspolitisch verortet, sodass neben identitätsbezogenen Erfahrungen auch soziale Strukturen, das Gesundheitssystem oder auch Zugehörigkeit in den Fokus rücken und hinterfragt werden.

Anhand der biographischen Erzählungen geben die Autor:innen einerseits Einblicke in die Lebensgeschichten von acht LSBTIQ*-Personen im Alter zwischen 59 und 92 Jahren – allerdings fehlt die bisexuell orientierte Perspektive. „Angesichts der aktuellen Studienlage zu Bisexualität und Alter(n) ist das sehr schade und zugleich wenig verwunderlich“, räumt Christina Dülfer ein.

Die in „Queeres Altern“ Interviewten bezeichnen sich als „schwul“, „lesbisch“, als „irgendwo dazwischen“ oder als „Transfrau“ und kommen aus verschiedenen gesellschaftlichen Milieus. Sie heißen im Buch Eike, Charlotte, Sofia, Friedl, Christoph, Emil, Dorothea und Anton und haben im Laufe ihres bisherigen Lebens die unterschiedlichsten Erfahrungen in Bezug auf ihre sexuelle Orientierung gemacht. Teilweise waren sie gezwungen, ihre geschlechtliche Identität zu verbergen oder zu verleugnen – sie wurden „unsichtbar“ – etwa aus Angst vor Repressionen und haben zuvor ein heterosexuelles Leben geführt. Teilweise lebten sie ihre sexuellen Vorlieben aber auch offen aus. Doch egal, wie unterschiedlich die Lebenswege im Einzelnen auch verlaufen sein mögen, ob sie in Groß- oder Kleinstädten in den alten oder neuen Bundesländern lebten oder leben – mit zunehmendem Alter eint die Porträtierten der Wunsch nach Anerkennung und Sichtbarkeit, nach Teilhabe und nach einer respektvollen Behandlung. „Die aufgezeichneten

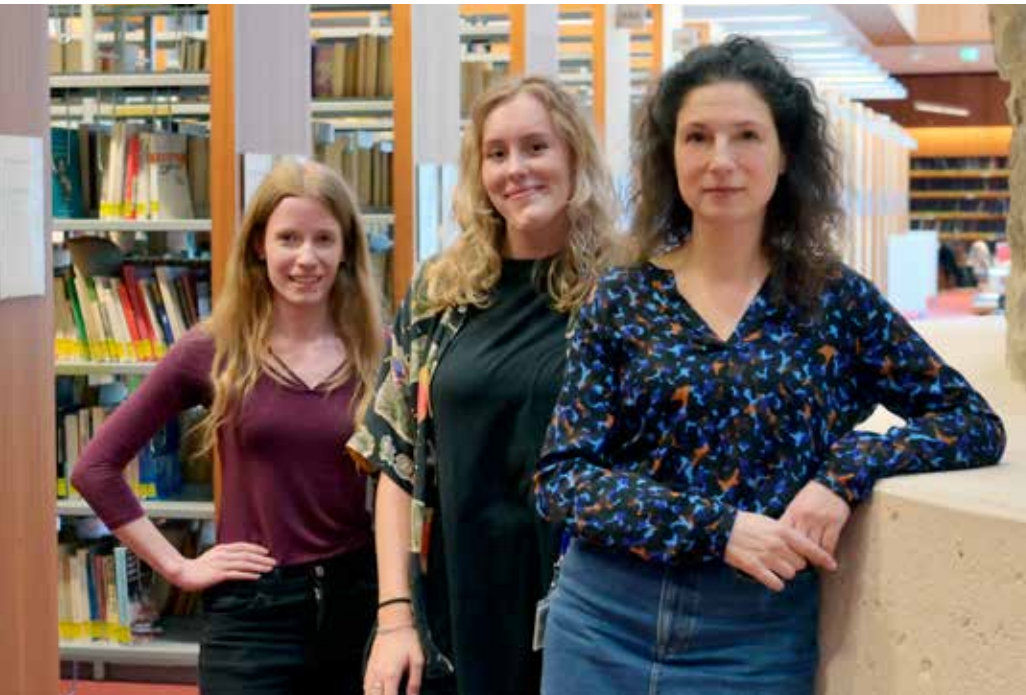


Foto: Klaus Ditte

Für queere Menschen hat das Älterwerden ganz besondere Herausforderungen. Das zeigen Christina Dülfer, Smilla Hennig und Miranda Leontowitsch (v. l. n. r.) in ihrem gerade erschienen Buch „Queeres Altern“.

tern: Biographische Erzählungen“ (erschienen im transcript Verlag). Dennoch haben sich die Autor:innen um Miranda Leontowitsch, die die Leitstelle Älterwerden im Jugend- und Sozialamt der Stadt Frankfurt leitet, ganz bewusst für dessen Verwendung entschieden, um so einen „(...) Brückenschlag zwischen den Erfahrungen älterer Menschen, die diese Begriffe für sich selbst nicht nutzen, und den nachfolgenden Geburts-

den Sozialwissenschaften wenig datenbasiertes Wissen vorhanden.

„Uns ging es weniger darum, einzelne Lebensgeschichten aufzuschreiben. Vielmehr ist hier ein Portfolio an Lebenserfahrungen entstanden, das seinen Leserinnen und Lesern die Möglichkeit bietet, sich in Lebensentwürfe jenseits der Heteronormativität zu vertiefen“, sagt Smilla Henning. Und wie vielfältig diese sein können, machen allein diese



Foto: Unsplash/Ole Kloth

ten Lebensgeschichten machen zudem deutlich, wie nötig es für eine Gesellschaft ist, Lebensentwürfe zu finden, die sich nicht an traditionellen Vorstellungen von Partnerschaft, Familie und Erwerbsarbeit orientieren“, betont Smilla Henning.

Die Autor:innen von „Queeres Altern“ bemühen sich, so nah wie möglich an der ursprünglichen Wortwahl der Interviewten zu bleiben, und behalten dabei auch sprachliche und regionale Eigenheiten bei. Dadurch wirken die Lebensgeschichten noch authentischer. Aussagen werden nicht interpretiert, sondern bewusst offengehalten. Auf diese Weise gewinnen die Lesenden tiefgehende, sehr persönliche und berührende Einblicke in die Lebensrealitäten von Eike, Charlotte, Sofia, Friedl, Christoph, Emil, Dorothea und Anton.

Alter hat viele Facetten

Bei allen acht Porträtierten kristallisieren sich Selbstbestimmung im Alter, Coming-out teilweise auch im späteren Leben, familiäre und freundschaftliche Bezüge, Teilhabe, Barrierefreiheit in der Pflege, gesundheitliche Versorgung, rechtliche Rahmen-

bedingungen sowie das Erinnern als zentrale Lebensthemen heraus.

Infolge führt dies bei den Lesenden einerseits zu einem grundsätzlichen Infragestellen bestehender Altersbilder und Normkategorien. Andererseits wird durch die geschilderten Erfahrungen mehr als offensichtlich (institutionelle) Strukturen zu verändern und Bedürfnisse queerer Menschen sichtbar zu machen, um Teilhabe zu ermöglichen.

Die Lebensgeschichten zeigen, dass sich die teils frühen Erfahrungen von Ausgrenzung und Diskriminierung bis ins Alter fortsetzen können – auch dadurch, dass etwa viele Institutionen von traditionellen Familienkonzepten ausgehen und andere Lebensentwürfe kaum berücksichtigt werden. „Obwohl hier nur acht Personen porträtiert werden, wirken die Berichte total perspektiverweiternd“, sagt Christina Dülfer.

Durch die Schilderung teils drastischer persönlicher Erfahrungen – auch im Pflegekontext – wird deutlich, wie relevant und dringlich gerade auch queersensible Schulungen für das Pflegepersonal sind, um für

Sicherheit zu sorgen und Barrieren abzubauen.

Ganz grundsätzlich wären mehr niedrigschwellige (queere) Begegnungsräume wünschenswert, „auch unabhängig vom Alter oder generationsübergreifend“, so Smilla Henning, denn so ließe sich Stereotypen und Ängsten schon frühzeitig begegnen, „auch innerhalb der Communities, wo Altersdiskriminierung mitunter eine Rolle spielen kann“.

„Wir hoffen, dass das Buch dabei hilft, die Gruppe der älteren queeren Menschen stärker ins Bewusstsein zu rücken und anzuerkennen, dass das Alter viele Facetten hat“, sagt Christina Dülfer. Eine kritisch-reflektierte Auseinandersetzung mit Normen und mehr Kooperation zwischen Betroffenen, Einrichtungen und Politik wäre ebenfalls wünschenswert, ergänzt Smilla Henning. Dass hier noch „Luft nach oben“ sei, zeige auch der 9. Altersbericht der Bundesregierung. Zumindest ein Anfang ist aber gemacht.

Am 25. Februar findet um 15 Uhr die Buchvorstellung im Café Anschluss (Hansaallee 150/Eingang: Ecke Pfadfinderweg, 60320 Frankfurt) statt. Die Veranstaltung ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Julia Söhngen



Verlosung

Wir verlosen zwei Exemplare von „Queeres Altern“. Wenn Sie gewinnen möchten, schicken Sie bitte bis 20. März eine Postkarte mit dem Stichwort „Queeres Altern“, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die Redaktion von *Stadt Frankfurt im Blick*, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, oder eine E-Mail mit den gleichen Angaben an: gewinnspiele-sfib@stadt-frankfurt.de. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner:innen werden benachrichtigt, die Namen aus Datenschutzgründen jedoch nicht veröffentlicht.

Stadt bietet bei Kälte Obdachlosen auch tagsüber Hilfe

Mitarbeitende von Caritas und Diakonie verteilen Isomatten und Schlafsäcke

Sozial- und Gesundheitsdezernentin Elke Voitl ruft dazu auf, in der bevorstehenden kalten Jahreszeit verstärkt auch tagsüber auf obdachlose Menschen zu achten. „Wer sich am Tag bei Kälte und Regen unfreiwillig im Freien aufhält, riskiert Gesundheit und Leben“, warnt die Stadträtin. „Deshalb sind in diesem Winter tagsüber wieder Helfer:innen und Sozialarbeiter:innen mit Lastenrädern unterwegs und versorgen hilfebedürftige Menschen mit dem Nötigsten. Denn nachts ist der Kältebus unterwegs.“

Dieser ist unter der Nummer 069/43 14 14 erreichbar. Man kann aber auch die Notrufnummer 112 wählen oder die städtische Hotline 069/212-700 70 für soziale Notlagen, die rund um die Uhr besetzt ist.

Von den Mitarbeitenden der aufsuchenden Sozialarbeit des Caritasverbands Frankfurt und der Diakonie Frankfurt und Offenbach erhalten Obdachlose Isomatten und Schlafsäcke, Snacks und warme Getränke – und immer ein gutes Wort. „So können obdachlose Menschen in der kalten Jahreszeit nicht nur überleben, sondern auch etwas Wärme und Menschlichkeit erfahren“, sagt Henning Funk, Leiter der Diakoniestation Weser 5. „Gerade in den Wintermonaten kommt es bei wohnungslosen Menschen häufiger zu Erkrankungen. Hier steht das Team der Elisabeth-Straßenambulanz wie gewohnt zur Verfügung“, ergänzt Ralf Rußmann, Abteilungsleiter des Tagesaufenthalts Bärenstraße der Caritas.

Insgesamt gibt es in Frankfurt 13 Tagesaufenthalte für hilfebedürftige Menschen. Betrieben werden sie von sozialen Trägern im Auftrag der Stadt. „Trotz der angespannten Finanzlage ist es gelungen, das Angebot für Obdachlose im vergangenen Jahr weiter zu verbessern. Allein in diesem Jahr gibt die Stadt fast 3,4 Millionen Euro für Winterhilfe aus – Geld, das gut angelegt ist, weil in die soziale Balance der Stadt investiert, sagt Sozialdezernentin Voitl.

Schätzungen zufolge leben in Hessens größter Stadt knapp 300 obdachlose Menschen. In Notübernachtungsstätten wie dem Eschenheimer Tor, dem Ostpark oder der Diakoniekirche stehen insgesamt rund 600 Notschlafplätze zur Verfügung.

Der nächste Sommer kommt bestimmt

Jetzt einen Klimalotsen-Vortrag buchen und wissen, wie man bei Hitze gesund bleibt



Schon vor den ersten heißen Tagen des kommenden Sommers wissen, mit welchen Tricks man seine Gesundheit bei hohen Temperaturen oder Extremwetter-Ereignissen schützen kann, geht ganz leicht: Man bucht bereits jetzt einen Vortrag einer Klimalotsin oder eines Klimalotsen des Frankfurter Gesundheitsamts.

Seit Juli 2025 informieren sie über das Thema Klimawandel und Gesundheit. Sie wissen, was zu tun ist, wenn es im Sommer so heiß wird, dass der Körper an seine Grenzen kommt. Wie man sich klimafreund-

lich ernährt. Wie man sich vor lästigen Stechmücken schützen kann. Wie man sich bei Starkregen richtig verhält. Und wie man sich klimaschonend fortbewegt. Dieses Wissen geben die Lots:innen an die Frankfurter:innen weiter: In Stadtteil- und Kulturzentren, Vereinen, Begegnungsstätten, Kirchengemeinden oder genau dort, wo sie gebucht werden.

Fachleute aus dem Gesundheitsamt und externe Expert:innen haben die Klimalots:innen fit gemacht in Sachen Klima und Gesundheit und sie in Schulungen auf ihre künftigen Einsätze vorbereitet. „Als Multiplikatoren helfen uns die Klimalots:innen und -lotsen, die Gesundheitskompetenz der Menschen in der Stadt im Bereich Klima zu stärken. Damit leisten sie einen wertvollen Beitrag zum Schutz der Bevölkerung vor den gesundheitlichen Auswirkungen des Klimawandels, insbesondere für sensible Gruppen wie Kinder, Ältere

oder Vorerkrankte, die von den Folgen der Klimakrise oftmals besonders betroffen sind“, sagt der Leiter des Gesundheitsamts Frankfurt am Main, Dr. Peter Tinnemann.

Das Projekt Klimalotsen richtet sich an alle Menschen, legt jedoch besonderen Fokus auf diejenigen, die bisher wenig Zugang zu entsprechenden Informationen haben. Es ist unter dem Dach der Kommunalen Gesundheitsinitiativen interkulturell (KoGi) des Frankfurter Gesundheitsamts verortet und wird gemeinsam mit dem Projektpartner Kinder im Zentrum Gallus e.V. – Mehrgenerationenhaus Frankfurt umgesetzt. Das Projekt wird über drei Jahre mit 240 000 Euro vom GKV-Bündnis für Gesundheit gefördert.

Wer einen Klimalotsen-Vortrag buchen möchte, kann sich per E-Mail an gbe@stadt-frankfurt.de oder an kogi@kiz-gallus.org wenden.

Anja Prechl

Warum sich Wasserverschwendung manchmal lohnt



Foto: Jacek Dylag/Unsplash



Foto: Pixabay

Wasser ist ein kostbares Gut – aus hygienischen Gründen sollte man jedoch manchmal etwas verschwenderischer sein.

Wasserhahn aufdrehen, Glas füllen – so einfach kann man in Frankfurt am Main seinen Durst stillen, denn das Leitungswasser ist von hoher Qualität. Natürlich geht man mit einem kostbaren Gut wie Trinkwasser am besten sparsam um. Gleichzeitig lohnt es sich, manchmal ein wenig verschwenderischer damit zu sein. Zum Beispiel, wenn man nach einer Reise zurückkehrt und länger nicht zu Hause war.

„Wer direkt morgens nach dem Aufstehen ein Glas Wasser aus dem Hahn trinken möchte, sollte nicht gleich das erste Wasser in sein Glas füllen“, sagt Kerstin Voigt aus der Abteilung Hygiene und Umwelt des Gesundheitsamts Frankfurt am Main, das das Frankfurter Trinkwasser regelmäßig kontrolliert. In Trinkwasser, das länger in der Leitung steht, können sich zum Beispiel Mikroorganismen vermehren oder auch Schwermetalle anreichern. Daher gilt: Trinkwasser, das man verzehren, also trinken oder zum Kochen nutzen möchte, nach längerer Stagnation erst mal ablaufen lassen.

„Stand es über Nacht in der Leitung, sollte man die ersten zwei, drei Liter ablaufen lassen. Wenn man ein paar Tage nicht zu Hause war, sollte man das Kaltwasser so bis zur Temperaturkonstanz laufen lassen, also bis es gleichbleibend kühl aus dem Hahn kommt. Das kann je nach Gebäude und Stockwerk unterschiedlich lang

dauern“, empfiehlt Kerstin Voigt. Ihr Tipp: Wasser in einer Gießkanne oder in einem Eimer auffangen, dann kann man es später zum Blumengießen oder zum Putzen nutzen.

Nach längerer Abwesenheit erstmal laufen lassen gilt auch für das Heißwasser, da sich im stagnierenden Trinkwasser Legionellen vermehren können. Legionellen sind Krankheitserreger, die insbesondere für Menschen mit geschwächtem Immunsystem gefährlich werden kön-

nen. Sie verbreiten sich über zerstäubtes Wasser in der Luft und können somit in die Atemwege gelangen und zu einer sogenannten Legionellose (Lungenentzündung) führen. Wichtig hierbei: Die Leitung richtig heiß durchspülen.

„Die ersten Liter Kalt- und Heißwasser ablaufen zu lassen, ist auch eine gute Idee, wenn man am Urlaubsort im Hotel oder in einer Ferienwohnung ankommt“, rät Kerstin Voigt. „Man weiß ja nicht, wann der vorherige Gast zum letzten Mal Wasser gezapft hat.“

Wer zu Hause in Frankfurt eine Verunreinigung seines Trinkwassers befürchtet, weil er etwa Veränderungen wie einen ungewöhnlichen Geruch oder eine Verfärbung feststellt, kann sich per E-Mail an: info.hygiene@stadt-frankfurt.de an die Mitarbeitenden der Abteilung Hygiene und Umwelt des Frankfurter Gesundheitsamts wenden.

Anja Prechl

Pflege in Hessen besser verstehen

Umfrage des Hessischen Ministeriums für Gesundheit, Pflege und Familien

Das Thema Pflege ist komplex und emotional. Und es kann jede und jeden ganz plötzlich betreffen, in jedem Alter und in jeder Lebensphase – kurz: Pflege geht uns alle an. Dann ist es wichtig, dass die Menschen die nötige Unterstützung und Hilfe dann auch erhalten.

Hessen führt seine pflegepolitischen Initiativen in einer gemeinsamen strategischen Linie zusammen: Pflegemonitor, Landespflegekonzept mit der Denkfabrik Pflege, die Umfrage: „Hessen hört zu: Pflege – Was sagen Sie?“ und der Dialog mit den Partnern greifen künftig systematisch ineinander.

In der Umfrage zählen Ihre Erfahrungen und Ihre Meinungen zum Thema Pflege. Dieses Stimmungsbild von Bürger:innen, Pflegekräften, Men-

schen mit Pflegebedarf, pflegenden Angehörigen und auch von all jenen, die bislang noch gar keine Berührungspunkte mit Pflege hatten, soll in die Arbeit an einem Landespflegekonzept fließen, um so die pflegerische Versorgung noch besser zu machen.

Die Online-Befragung läuft bis zum 17. Januar. Die Teilnahme dauert etwa 10 Minuten.

Über den folgenden Link gelangen Sie direkt zur Umfrage: <https://beteiligungsportal.hessen.de/portal/HMFG/beteiligung/themen/1007061> Oder per QR-Code:





Tabletten in den Restmüll? Die sind doch noch gut!

Warum man Medikamente nicht weitergeben soll und wie man damit sorgsam umgeht

Endlich! Die Schmerzen sind weg. Jetzt kommt der Packungsrest in den Arzneischrank im Schlafzimmer. Da bin ich auf der sicheren Seite. Schmerzen treten ja immer mal wieder auf, und die Tabletten sind hygienisch einzeln im Blister verpackt. Die andere, nicht angebrochene Packung könnte ich aber eigentlich für Bedürftige spenden. Das wäre doch Verschwendung, wenn das Verfallsdatum abliefe und ich die Tabletten entsorgen müsste! Doch warum will keine angefragte soziale Einrichtung die Tabletten annehmen?

Das erläutert der Frankfurter Apotheker und Vorsitzende des Hessischen Apothekerverbandes e.V., Holger Seyfarth. Selbst ungeöffnete Restpackungen „zu spenden“, sei in der Praxis nicht zielführend – so sympathisch der Gedanke auf den ersten Blick auch erscheine. Denn es gebe Vieles zu bedenken, allen voran: „Außerhalb der Apotheke werden Arzneien oft unkontrolliert gelagert. Hitze, Feuchtigkeit und Temperaturschwankungen können den Wirkstoffgehalt vermindern; zudem können Abbauprodukte entstehen, die nicht untersucht sind und unerwünschte Nebenwirkungen auslösen können.“ Über allgemeine Sicher-

heitsbedenken hinaus können selbst rezeptfreie Medikamente gewichts- oder altersabhängig falsch dosiert werden und bei einigen Krankheitsbildern schaden.

Arzneimittelsicherheit geht vor

Übriggebliebene und abgelaufene Arzneimittel sollten in Frankfurt über den Restmüll vernichtet werden, sofern der Beipackzettel wie etwa bei Krebsmedikamenten keine spezielle Entsorgung vorsieht. „Gut verschlossen und kindersicher verpackt“, fügt Seyfarth hinzu, „und am besten die persönlichen Daten auf dem Etikett schwärzen“. Bis zum Inkrafttreten der Verpackungsverordnung 2009 oblag es den Apotheken, nicht mehr benötigte oder abgelaufene Medikamente zu vernichten. Seitdem kümmern sich die Kommunen um fachgerechte Entsorgung. Die Frankfurter Entsorgungs- und Service GmbH (FES) bestätigt, dass haushaltsübliche Mengen in Frankfurt in die Restmülltonne gehören. Das Müllheizkraftwerk Hedderheim mache die Wirkstoffe durch Verbrennen unschädlich und produziere dabei noch Energie bei minimaler Umweltbelastung. Das mag zwar in puncto Arzneimittelverschwendung für den Hausverstand ein schwacher Trost sein. Aber bei der Gesundheit gehen Sicherheit und geprüfte, verlässliche Wirksamkeit vor.

Zahlreiche Alternativen

Wer Arzneimittel, hinter denen immerhin teure Forschung, Entwicklung und Überwachung stehen, nicht verschwenden will, findet Alternati-

ven. Das Umweltbundesamt führt aktive Krankheitsvorbeugung mit Sport, gesunder Ernährung inklusive Check-ups und Impfungen auf, erwähnt für Bagatellerkrankungen Hausmittel, Wärme- oder Kälteanwendung, Bewegungs- oder Physiotherapie, empfiehlt kleine Packungsgrößen zu wählen. Und es weist darauf hin, dass korrekte Entsorgung Extrakosten und Umweltschäden vermeidet. Dazu gehöre auch, nach dem Salben der Haut die Hände vor dem Waschen erst mit einem Papiertaschentuch zu säubern, das in den Restmüll gehört.

„Wichtig ist vor allem, dass Medikamente nicht über die Küchenspüle, das Waschbecken oder die Toilette entsorgt werden“, sagt die Leiterin der Abteilung Abwasserbehandlung in der Stadtentwässerung, Dr. Susanne Schmid. „Die in Tabletten, Säften oder Tropfen enthaltenen Stoffe können in der Kläranlage häufig nicht vollständig abgebaut werden.“ Selbst die energie- und kostenintensive vierte Reinigungsstufe, die in Frankfurt kommen wird, kann nicht alle Stoffe entfernen. Bisher sind laut Umweltbundesamt in Deutschland 400 Arzneistoffe und deren Abbauprodukte in Flüssen, Gewässern und Böden nachgewiesen. Überwacht werden etwa 222. Von den mehr als 2300 eingesetzten Medikamentenwirkstoffen gelten aber mehr als 1000 der eingetragenen Stoffe als potenziell umweltwirksam. Deren Konzentration hat nach aktuellem Kenntnisstand keine Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit, wohl aber auf ande-



Fotos: Pixabay

re Organismen. Zu den bekannten Folgen zählen die Verringerung des Fischbestands durch künstliche weibliche Hormone und die Schädigung von Kiemen und Nieren von Fischen durch Diclofenac, das in vielen Schmerz- und Rheumamitteln enthalten ist. Und Antibiotika beeinträchtigen die biologische Klärungsstufe der Wasserwerke, fördern die Resistenzbildung von Bakterien und schädigen andere Mikroorganismen.

„Spül's nicht runter!“

Jährlich werden rund 30 000 Tonnen Medikamente in Deutschland eingenommen, Tendenz steigend. Die Aufklärungskampagne „Spül's nicht runter!“ des Bundesumweltministeriums weist darauf hin, dass Arzneimittel und ihre Abbauprodukte schon allein über die Ausscheidungen oder durch Waschen von Haut und Kleidung nach aufgetragenen Gelen und Salben in den Wasserkreislauf gelangen. Der bestimmungsmäßige Medikamentengebrauch und nicht die Industrie verursache in Deutschland den größten Arzneimitteleintrag in die Umwelt.

Den aktuellen Stand der untersuchten Stoffe der beiden Frankfurter Kläranlagen, die am häufigsten in die Umwelt gelangen, hat Schmid: Blutzuckerspiegelsenker führen die Liste an, gefolgt von Süßstoffen, die heutzutage in vielen Lebensmitteln zu finden sind. An dritter Position stehen Betablocker, die den Blutdruck senken. Es folgen Mittel gegen Epilepsien und neuropathischen Schmerzen, Venlafaxine gegen Depressionen, das Schmerzmittel Diclofenac und das antibiotisch wirkende Sulfamehoxazol. „Hormone gehören derzeit nicht zum Monitoring.“

Mülltrennung vermeidet Verschwendung

Wie entsorge ich aber korrekt? Dazu gibt FES über mehrere Wege Auskunft. Umkartons und Packungsbeilagen kommen ins Altpapier. Was davon oder darin aus Plastik und Aluminium ist, gehört wie entleerte

Blister, Tiegel und ausgedrückte Tuben in die gelbe Tonne. Flüssige Reste sollten stets in den Fläschchen verbleiben, fest verschlossen und auslaufsicher am besten in der Originalverpackung mit leeren Spraydosen, auch Asthma-Dosieraerosolen, und Tabletten in den Restmüll. Nur restlos entleerte Arzneifläschchen dürfen in den Glascontainer. Medikamente, die gegen Krebs oder auf gelben Rezepten verschrieben werden, sowie nicht völlig entleerte Spraydosen müssen in die Schad-

stoffsammlung; also entweder zum sogenannten Kofferraumservice der FES-Wertstoffhöfe Nord und West oder in die mobile Schadstoffsammlung, die zu festen Zeiten in die Stadtteile kommen. Das funktioniert inzwischen gut, heißt es bei FES: Wenn die Bürger:innen ihre Schadstoffe zu den Wertstoffhöfen Nord und West oder zum Schadstoffmobil bringen, haben immer mehr auch ein Beutelchen oder Glas mit Medikamenten dabei.

Karin Willen

Gewusst wie: Diabetesutensilien entsorgen

Moderne Diabetestechnologien und Hilfsmittel verbessern zwar die Therapie und erleichtern das Leben mit der Stoffwechselerkrankung. Doch Insulinpumpen, Pens, Sensoren und Co. hinterlassen in Deutschland mehr als eine Milliarde Abfallteile. Das rechnete eine Studie aus Gießen in Zusammenarbeit mit einer diabetologischen Praxis in Wetzlar hoch.

PD Dr. Sebastian Petry, Oberarzt und Leiter der Klinischen Forschungseinheit am Universitätsklinikum Gießen, mahnte, die Therapie nachhaltiger zu gestalten und Lösungen für die Verkleinerung des großen „Müllbergs“ zu suchen. Etwa

durch mehrfach verwendbare Insulinpens. Jeder einzelne Mensch mit Diabetes könne jetzt schon die Umwelt schonen, so der Mitautor der Studie. Pen-Nadeln, Lanzetten und Spritzen solle man in einer stichfesten Abwurfbox sammeln und verschlossen im Hausmüll entsorgen. Auch Leere Fertig-Pens und Ampullen seien Restmüll, wenn es vor Ort keine Recyclingprogramme gebe. Glukosesensoren und Patchpumpen sollten als Elektroschrott auf Wertstoffhöfe gebracht werden. Und bei den Verpackungen ziehe man das Papier vom Kunststoff ab und entsorge das eine in der Papier- und das andere in der Gelben Tonne. wil



Vorsorge – ohne Scham

Der Direktor der Urologie an der Frankfurter Uniklinik, Professor Felix Chun, hat mit Mitstreitenden ein Mutmacher-Buch zum Leben mit Prostatakrebs veröffentlicht. Mit prominenter Unterstützung von Eintracht-Ehrenpräsident Peter Fischer und Publizist Michel Friedman wirbt er für die Krebsvorsorge und für eine Enttabuisierung des Themas bei Männern.

Für Uwe Jansen ist das eine Selbstverständlichkeit: „Frauen gehen zur Vorsorge zum Frauenarzt, und ich gehe regelmäßig meine Prostata checken. Das ist eine Vorsorgeuntersuchung. Also mache ich das.“ Und das seit er Mitte 40 ist. Doch so selbstverständlich wie für den 61-jährigen Frankfurter ist das für viele seiner Geschlechtsgenossen nicht. Dabei ist Prostatakrebs eine der häufigsten Krebsarten bei Männern in Deutschland, hat aber bei frühzeitig gestellter Diagnose eine sehr hohe Heilungschance. Zudem übernimmt die gesetzliche Krankenversicherung ab dem 45. Lebensjahr die Kosten für die einmal jährliche rektale Tastuntersuchung. Trotzdem verspüren viele Männer Scham oder einen inneren Widerwillen vor dieser für sie scheinbar unangenehmen Prozedur. 2019 hatten zwölf Prozent der Männer diese Vorsorge in Anspruch genommen, während sich 40 Prozent der Frauen auf Brust- und Gebärmutterhalskrebs untersuchen ließen. Das berichtet die Deutsche Prostata Hilfe und bezieht sich dabei auf Zahlen aus dem Barmer Arzt-Report 2021.

Erhält ein Mann dann doch die Diagnose Prostatakrebs, ist das für ihn, seine Angehörigen ein Schock, begleitet von Hilflosigkeit und Angst. Doch dank moderner Medizin sind die Heilungschancen hoch. Das betont Professor Felix Chun, Direktor der Klinik für Urologie an der Frankfurter Universitätsklinik. Gemeinsam mit Professorin Derya Tilki (Hamburg) und Professor Christian Gratzke (Freiburg) hat er im vergangenen Frühling das Buch „FRÜH GENUG! JA! zum Leben mit Prostatakrebs“ veröffentlicht. In diesem er-



(von links) Michel Friedman, Peter Fischer, Moderator Tobi Kämmerer, Peter Feierabend (Verleger) und Felix Chun

zählen 33 Männer von ihrem ganz persönlichen Heilungsweg und wie sie mit Mut, Kraft und Selbstfürsorge zurück ins Leben gefunden haben.

Bei dem „Mutmacher-Buch“ hatte der Frankfurter Uro-Onkologe zwei Dinge im Sinn: „Zum einen soll damit gezeigt werden, dass der Weg zum Urologen für die Früherkennung ein leichter sein sollte. Und es soll an die Männer appellieren, die Möglichkei-

ten der Früherkennung wahrzunehmen.“ Zum anderen möchten er und seine Mitstreitenden den Personen, die von einer Prostatakrebskrankung betroffen sind, mit dem Buch einen „Kompass“ für ihren Weg durch die schwierige Zeit der Behandlung und danach geben, da das Buch medizinisches Fachwissen mit persönlichen Mutmacher-Geschichten von Betroffenen verbindet. Neben bekann-

Copyright: Universitätsmedizin Frankfurt

ten Persönlichkeiten wie CDU-Politiker Wolfgang Bosbach, Kommunarde Rainer Langhans, Richter Alexander Hold und den ehemaligen Handballprofis Michael und Uli Roth berichten im Buch auch weniger prominente, aber ebenso mutige Männer von ihren Erfahrungen. Aussagen wie „Heulen hilft“, „Es gibt schlimmere Krebsarten“ oder „Das Leben ist so, wie es ist“ verdeutlichen, dass Prostatakrebs viele Gesichter hat, aber auch viele Wege, damit umzugehen.

Vorsorge kann Leben retten

Dennoch fürchten viele Prostata-Patienten, nach dem Eingriff unter Impotenz und Inkontinenz zu leiden. Die Gefahr bestünde, sei aber heute viel geringer als früher, erklärt Mediziner Chun. Entscheidend sei zudem, je früher der Krebs behandelt werde, desto geringer und weniger einschneidend seien mögliche Folgen. „Ist der Befund noch kleiner“, so Chung, seien die „Sexualnerven, die auf der Rückseite der Prostata“ hosenträgerartig dem Organ anliegen, besser zu bewahren – auch in ihrer Funktion. Inkontinenz betreffe nur noch jeden zehnten Patienten. Und Fälle „schwerer Inkontinenz“ gebe es ihm zufolge heute gar nicht mehr.

Anlässlich der Veröffentlichung des Buches gab es prominente Unterstützung, die selbst nicht im Buch vertreten sind, sich aber für mehr Offenheit bei Männergesundheit einsetzen: Publizist Michel Friedman und Peter Fischer, Ehrenpräsident von Eintracht Frankfurt. Bei dem Anlass machte Peter Fischer öffentlich, dass er drei Monate zuvor an der Prostata operiert worden war und alles gut verlaufen sei: „Am Ende des Tages war es haarscharf. Sonst würde ich heute hier nicht mehr stehen.“ Ohne die regelmäßige „Vorsorge und Früherkennung“ wäre er tot, sagte der 69-Jährige und empfahl, die Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch zu nehmen, und appellierte, mit dem Thema ohne Scham und Tabu umzugehen. Auch Michel Friedman warb bei der Gelegenheit für

die Vorsorge. Ihm sei bewusst, dass viele diese Untersuchungen meiden, da sie sich vor einer Krebsdiagnose fürchteten. Doch das sei allemal besser, als eventuell Jahre später von den Mediziner:innen eine deutlich schlechtere und lebensverkürzende Prognose zu erhalten. Dann würde er sich eher den Vorwurf machen „Wärs Du doch nur zur Vorsorge gegangen“, so Friedman.

Auch der Leiter des Frankfurter Gesundheitsamtes, Dr. Peter Tinnemann, macht sich stark für die präventiven Untersuchungen: „Vorsorge kann Leben retten oder Leben verlängern. Wir vom Gesundheitsamt Frankfurt am

Main machen uns für Vorsorge stark, wollen die Menschen in der Stadt aufklären und darauf hinweisen, wie wichtig es ist, dass sie ihre Vorsorgetermine wahrnehmen. Im Rahmen unseres KoGi-Projekts informieren wir zum Beispiel über das Thema Männergesundheit.“
Sonja Thelen

Info

FRÜH GENUG! JA! zum Leben mit Prostatakrebs, Verlag Berg & Feierabend, 304 Seiten, 29,99 Euro, ISBN 978-3-948272-29-6

Als Zeichen der Solidarität mit allen, die mit Prostatakrebs konfrontiert sind, wird das Buch kostenlos an diagnostizierte Patienten und deren Angehörige abgegeben.

Darmkrebs: Früherkennung rettet Leben

Immer weniger Menschen sterben in Deutschland an Darmkrebs. Das registrierte das Statistische Bundesamt mit Daten von 2003 bis 2023. In diesem Zeitraum sank die Zahl der Todesfälle bei Frauen um rund 25 Prozent, bei Männern allerdings nur um acht Prozent. Als Grund für den Rückgang vermuten die Zahlenfachleute neben einer verbesserten Therapie auch das nach und nach ausgebaute Früherkennungsprogramm in Deutschland. Dennoch bleibt Darmkrebs die zweithäufigste krebsbedingte Todesursache nach Lungen- und Bronchialkrebs.

Dank der gesetzlichen Krebsfrüherkennung kann Darmkrebs in frühen Stadien entdeckt und meist schonender und erfolgreicher behandelt werden. Seit 2025 haben gesetzlich Versicherte ab 50 Jahren zweimal im Abstand von zehn Jahren das Recht auf eine Darmspiegelung (Koloskopie). Der Vorteil dieser Methode: Entdeckte Polypen, also mögliche Vorstufen von Krebs, werden sofort entfernt. Alternativ kann man alle zwei Jahre einen Stuhltest machen. Er weist unsichtbare (okkulte) Blutspuren nach, die von Krebs oder Polypen, stammen können. Für die Therapie-

verbesserung sorgt in Frankfurt die eng verzahnte interdisziplinäre Behandlung in onkologischen Spitzenzentren des Universitären Centrums für Tumorerkrankungen (UCT) Frankfurt-Marburg, an dem auch das Krankenhaus Nordwest beteiligt ist.

Wie bei den meisten Krebserkrankungen sind vor allem ältere Menschen von Darmkrebs betroffen. Warum, ist bis ins Letzte noch nicht verstanden. Doch immer mehr Studien zeigen, dass die Zellteilung im Alter fehlerhafter wird, was sowohl Krebsentstehung als auch Metastasenbildung wahrscheinlicher macht. Denn Zellen mit Erbgutschäden können zu Zellwachstum führen, bei dem Tumoren entstehen können. Gleichzeitig ist das alternde Immunsystem infolge entzündlicher Prozesse weniger in der Lage, entartete Zellen unschädlich zu machen.

Die Deutsche Krebshilfe weist darauf hin, dass körperlich aktive Menschen nachweislich seltener an Dickdarmkrebs erkranken und ballaststoffreiche Lebensmittel das Darmkrebsrisiko senken, während häufiger Verzehr von rotem und verarbeitetem Fleisch das Darmkrebsrisiko erhöhen kann. *wil*

Wenn das stille Klärwerk des Körpers schwächelt

Nierenschäden entstehen oft schleichend – und bleiben lange unbemerkt. Davon sind etwa die Hälfte der über 70-Jährigen betroffen

Dass das Leben altern bedeutet, zeigt sich bei vielen Menschen um die 40 durch erste Fältchen und die ersten grauen Haare. Mit der Zeit stellen sich nachlassende Kräfte und Verschleißerscheinungen ein; manche Arthrose macht sich mit Schmerzen bemerkbar. So weit, so normal! Altern ist zwar keine Krankheit, geht aber mit höheren Risiken einher, sogenannte altersbedingte Erkrankungen zu entwickeln. Allen voran Herz-Kreislaufkrankungen und Diabetes, aber auch Osteoporose, Demenz, Parkinson und Krebs. Gesundheitsbewusste haben diese Risiken auf dem Schirm. Sie essen gesund, rauchen nicht und mäßigen sich beim Alkohol; sie sind körperlich und geistig aktiv – und gehen regelmäßig zum Check-up und zur Vorsorge. Doch ausgerechnet bei der Früherkennung bleibt eine ebenso häufige Erkrankung unter dem Radar: die Chronische Nierenkrankheit (CKD). Das müsse sich ändern, fordern die Fachleute für Nierenheilkunde in der Deutschen Gesellschaft für Nephrologie (DGfN).

Thimoteus Speer hat die CKD im Visier. Er nennt sie die „stille Volkskrankheit“. Warum sie lange verborgen bleibt, erklärt der Direktor der Klinik für Nephrologie am Universitätsklinikum Frankfurt und einer der beiden Vorsitzenden der DGfN-Kommission Herz und Niere so: „Eine Niere meldet sich nicht, wenn sie leidet. Ihre Schwäche entwickelt sich schleichend.“ Viele merkten nicht, dass ihr bohnenförmiges Doppelorgan beiderseits der Wirbelsäule die schädlichen Stoffe, die sie aufnehmen oder im Stoffwechsel bilden, nicht mehr gut entsorgt und andere wichtige Körperfunktionen – etwa die Bildung roter Blutkörperchen – nicht

mehr ausreichend steuern kann. Schlecht arbeitende Nieren können lange unerkannt bleiben und so den Organismus weitreichend schädigen. Manchmal können diffuse Anzeichen wie Übelkeit oder Erschöpfung auf ein Nierenproblem hinweisen. Symptome wie geschwollene Beine durch Wassereinlagerungen (Ödeme), häufigeres Wasserlassen, plötzlicher massiver Blutdruckanstieg, Juckreiz und Erschöpfung zeigen sich aber oft erst, wenn die Nieren schon viel von ihrer Entgiftungsfunktion eingebüßt haben.

Nieren sind im Alter anfälliger

In einem gesunden Nierenpaar sind rund zwei Millionen Filtereinheiten, Nephrone, pausenlos beschäftigt, das Blut zu reinigen, Wasser, Nährstoffe und Mineralien über den Blutkreislauf für den Körper bereitzustellen und die schädlichen Rückstände im Urin auszuscheiden. Diese lebenswichtige Funktion lässt ebenfalls ab dem Alter von etwa 40 allmählich nach. Doch ob und wann der normale Alterungsprozess der Nieren krankhaft wird, die Nephrone also nach und nach immer weniger Giftstoffe filtern und das lädierte Gewebe sich entzündet, wird wegen ausbleibender oder unklarer Symptome nicht offenkundig. Doch unentdeckt, werden Störungen des Wasserhaushaltes, des Säure-Basen- und des Elektrolythaushaltes sowie anderer Organsysteme immer gravierender. Herzinfarkt, Schlaganfall und Bluthochdruck können die Folgen einer CKD sein. Die CKD kann aber ihrerseits auch eine Folge der klassischen Zivilisationserkrankungen sein. Im fortgeschrittenen Stadium können jedoch nur noch Dialyse oder Transplantation vor einem vorzeitigen Tod bewahren.

Schon leichte Schäden des stillen „Klärwerks unseres Körpers“, die täglich 1700 Liter Blut reinigen und dabei etwa 1,5 Liter Urin in die Blase leiten, können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Schlecht funktionierende Nieren wirken sich nicht nur negativ auf das Herz-Kreislauf-System, die Infektanfälligkeit, die Knochengesundheit oder die Gehirnfunktion aus: „Sie beeinflussen auch das Wohlbefinden, die Leistungsfähigkeit – und die Geschwindigkeit des Alterns“, sagt Julia Weimann-Menke, Direktorin der Klinik für Nephrologie, Rheumatologie und Nierentransplantation am Universitätsklinikum Mainz und Pressesprecherin der DGfN.

Frühzeitige Entdeckung entscheidend

Nicht nur deshalb ist eine frühzeitige Entdeckung entscheidend: „Einmal geschädigtes Nierengewebe lässt sich nicht reparieren“, so Speer. Dann können geeignete Therapien und Medikamente nur noch das Fortschreiten und Schädigen anderer Organe und Funktionen verhindern. Speer selbst forscht derzeit an Substanzen, die Entzündungen der Nieren bekämpfen, etwa Antikörper gegen den Botenstoff Interleukin-1B.

Etwa zehn Prozent der Bevölkerung seien von einer CKD betroffen, aber nur weniger als vier Prozent hätten überhaupt eine Diagnose. Rund die Hälfte der über 70-Jährigen hätten eine eingeschränkte Nierenfunktion. Je früher die Diagnose, desto besser lasse sich das Fortschreiten der Erkrankung bremsen. Mit gezielten einfachen Tests – eGFR im Blut, UACR im Urin – könnten Hausärzt:innen sich Gewissheit verschaffen, ob die Funktionsein-



Letzte Rettung Nierentransplantation: Damit es so weit nicht kommt, sollten Ältere jedes Jahr ihre Nierenfunktion überprüfen lassen

schränkungen noch altersentsprechend sind. „Deshalb ist es entscheidend, regelmäßig im Rahmen eines hausärztlichen Check-up die Nierenfunktion zu überprüfen“, sagt Speer. „Hierzu gehört die Bestimmung der eGFR sowie die Quantifizierung der Eiweißausscheidung im Urin.“ Weil Erkrankungen wie Bluthochdruck,

Arteriosklerose (Gefäßverkalkung) und Diabetes nachlassende Nierenfunktionen erheblich beschleunigen, sollten Risikogruppen ihre Nierenwerte durch Blut- und Urintests jährlich kontrollieren lassen.

INFO

www.gesundheitsinformation.de/wie-funktionieren-die-nieren.html
www.nierenstiftung.de/fuer-betroffene/information/erklaervideos/



Nierenspezialist Professor Thimoteus Speer vom Universitätsklinikum Frankfurt warnt vor der „stillen Volkskrankheit“ CKD: „Eine Niere meldet sich nicht, wenn sie leidet.“

Doch: „Gleiches gilt auch für Ältere“, so der Nierenspezialist. Besonders im Alter können wiederholte Infekte und anhaltender Flüssigkeitsmangel – vor allem bei Hitze – die Nieren schädigen und zu einer CKD führen. Gesunde Menschen sollten neben einem aktiven Lebensstil, gesunder Ernährung und Blutdruckkontrolle beachten, dass einige rezeptfreie Schmerzmittel (nichtsteroidale Antirheumatika wie Ibuprofen und Diclofenac) bei übermäßiger Anwendung die Nieren beeinträchtigen. Das gilt auch für die Einnahme einer Vielzahl von Medikamenten oder eine zu hohe Dosierung. Damit das „Klärwerk unseres Körpers“ weiter im Verborgenen 24/7 die Lebensqualität sichern kann.

Karin Willen

Rätselauflösung von Seite 65 und 66

7 Fehler

Ein schöner Tag im Garten unter einer Palme, die auf einer Seite etwas weitergewachsen ist (1). Der Stuhl, auf dem der Mann sitzt, hat ein Bein mehr bekommen (2), dafür fehlt dem Tisch ein Bein (3). Auf dem Tisch steht anstelle des Akkuschraubers nun ein Bembel (4). Das Fenster hinter der Palme hat Sprossen bekommen (5). Auf dem Deckel des Laptops klebt das Eintracht-Logo (6) und auf dem Notenständer liegt die aktuelle Ausgabe von *Stadt Frankfurt im Blick* (7).

Schwedenrätsel

```

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

Sudoku 1

7	3	2	4	8	6	9	1	5
5	9	6	7	1	2	4	8	3
1	4	8	9	3	5	7	6	2
4	6	1	5	9	3	2	7	8
9	2	5	8	7	4	1	3	6
3	8	7	2	6	1	5	9	4
2	7	3	1	5	8	6	4	9
8	5	9	6	4	7	3	2	1
6	1	4	3	2	9	8	5	7

Sudoku 2

2	4	9	5	3	7	8	1	6
8	1	6	4	9	2	7	3	5
7	3	5	6	1	8	4	2	9
5	2	8	9	4	1	3	6	7
9	7	1	2	6	3	5	8	4
3	6	4	8	7	5	1	9	2
4	5	2	1	8	9	6	7	3
1	9	7	3	5	6	2	4	8
6	8	3	7	2	4	9	5	1

Im Dienste der Könige und Kaiser für Frankfurt

Von Rittern und ihren Höfen in Sachsenhausen

Ritterfamilien prägten das mittelalterliche Sachsenhausen. Vieles ist über sie überliefert, doch wie ihre Wohnsitze, ihre Höfe, aussahen, wissen wir nicht. Schon als Konrad Faber 1552 und Matthäus Merian 1628 Frankfurt darstellten, waren die Höfe baulich stark verändert oder gar verschwunden, sodass wir sie auf den Plänen nur erahnen können. Aber Frankensteiner Hof und Deutschordenshaus reichen in die Ritterzeit zurück, und Große und Kleine Rittergasse, auch Paradiesgasse und Paradieshof erinnern an sie.

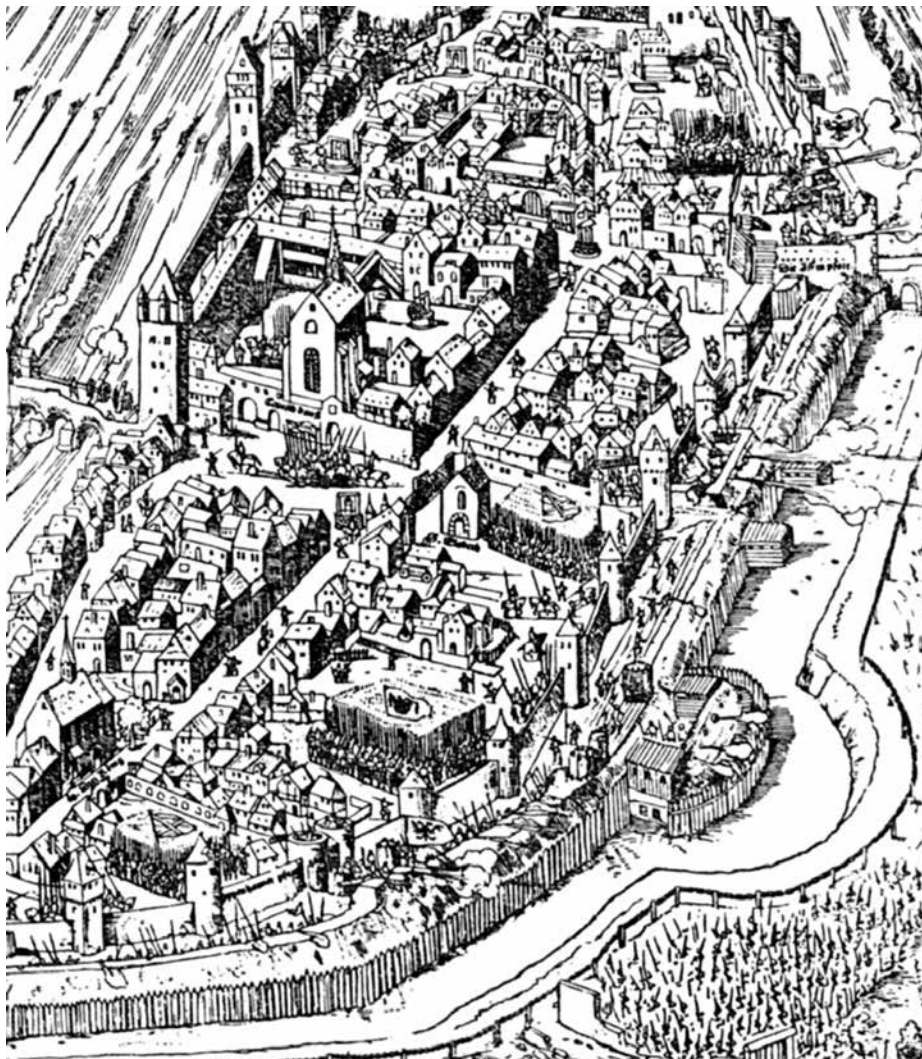
Ritter waren berittene Kämpfer im Dienste eines Herrn. Im Hoch- und Spätmittelalter übten sie auch und vor allem Gerichts- und Verwaltungsaufgaben aus. Vielleicht stammt sogar der Name Sachsenhausen vom Adelshof des fränkischen Gefolgsmannes Saxo. Urkundlich erwähnt wird Sachsenhausen erstmals 1193 im Zusammenhang mit dem bei der Brücke gelegenen, zu einem Spital gestifteten Hof des Reichsministerialen und Inhabers von Hofämtern Kuno von Münzenberg. Kunos Sohn Ulrich übergab das Spital dem Deutschorden. Im Jahr 1194, ein Jahr

nach der Ersterwähnung Sachsenhausens, wird urkundlich ein Ritter von Sachsenhausen namens Harmud als Besitzer des königlichen Gerichts in Frankfurt genannt. Sein Hof, ein königlicher Lehnshof, lag unmittelbar neben dem von Kuno von Münzenberg gegründeten Spital. Die Sachsenhäuser Ritter waren Beamte der königlichen, damals zur Zeit der Staufer, sich zur Stadt entwickelnden Pfalz Frankfurt und des umliegenden Reichsguts. Sie gehörten dem Reichsgericht an und leisteten Hofdienste. Die Nähe des Reichsforsts Dreieich mag die Ansiedlung der Ritter in Sachsenhausen erklären.

Streitigkeiten mit dem Kaiser

Auch Harmuds Sohn Ripert und Enkel Conrad waren Schultheißen. 1276 bis 1291 ging der Hof auf den angesehenen und reichen Ritter Heinrich II. von Praunheim über, der sich fortan von Praunheim-Sachsenhausen nannte. Sein Sohn Rudolf pflegte gute Beziehungen zu König Günther von Schwarzburg, aber auch zu Kaiser Karl IV., der ihn erblich mit der Brückenmühle belehnte. Rudolf starb 1371, er wurde in der Bartholomäuskirche, dem Dom, beigesetzt. Als 1426 diese Linie ausstarb, versuchte Kaiser Sigmund den Hof einzuziehen. Nach langem Streit bestätigt Kaiser Friedrich III. ihn als Erblehen, sodass der Hof an die Erben fiel und deren Namen annahm – zunächst an die von Cleen und 1527 an die Herren von Frankenstein. Diese errichteten um 1616 einen repräsentativen Renaissancebau mit einem charakteristischen Treppenturm. 1831 verkauften die Erben den Hof an die

Teilansicht von Sachsenhausen, Ausschnitt aus Konrad Fabers Belagerungsplan von 1552



Stadt. Nach der Zerstörung im Zweiten Weltkrieg errichtete 1950 die Stadt dort ein Verwaltungsgebäude, das nach 2002 für soziale Einrichtungen, Künstler:innenateliers und Wohnungen umgebaut und ergänzt wurde.

Wir kehren ins 13. Jahrhundert zurück. Wir begegnen einer 1226 überlieferten Gruppe von namentlich nicht bekannten Rittern wohl in Diensten der Münzenberger und Hanauer. Es gab eine auf den 1232 bezeugten Markwart zurückgehende Linie der Ritter von Sachsenhausen. Bekannt war auch die mit den Rittern von Sachsenhausen verwandte Familie von Urberg, die einen Hof an der Mauer bei der Mühlpforte im östlichen Sachsenhausen besaß. An der Dreikönigsstraße hatte Ritter Volrad von Seligenstadt, von 1276 bis 1322 mehrmals Schultheiß in Frankfurt, einen Hof, der bis zu einem Turm an der Stadtmauer reichte, den sein Enkel gleichen Namens bewachte und der Volradsturm hieß. Gegenüber in der Dreikönigsstraße, wo später das Gasthaus Zur Blume viele Gäste anzog, lag das Anwesen der Familie von L(a)urenburg.

Der Name Rittergasse taucht erstmals 1456 für den östlichen Teil der Maingasse auf. Dort, bei der Neuen Pforte am Main, hatte das hanauische Rittergeschlecht von Stockheim (Lehnsbesitzer von Oberrad) einen 1387 nachgewiesenen Hof. In der spä-



Foto: Schemps

Rudolf von Sachsenhausen, Darstellung auf der Grabplatte im Frankfurter Dom

teren Kleinen Rittergasse besaß um 1300 Gipel von Offenbach, genannt Schnorr, einen Hof. Er stammte aus einer vornehmen Schöffenfamilie und war Lehnsträger des Wasserhofs.

Frankfurt, freie Reichsstadt

In der Paradiesgasse gegenüber dem Frankensteiner Hof lag der nach einem Nachkommen Heinrichs von

Praunheim benannte Gottschalkshof. Mutmaßlich ging der Hof Mitte des 14. Jahrhunderts an den Reichschultheißen Siegfried von Marburg über, der sich zum Paradies nannte – nach seinem Haus am Liebfrauenberg. Als er – vorübergehend – in Ungnade fiel, erwarb Frankfurt 1372 das Schultheißenamt und den Stadtwald und war fortan freie Reichsstadt. Die hohe Zeit der Ritterklang aus. Auch der Paradieshof, der später ein Gast- und Brauhaus war und danach Arbeiter und Tagelöhner beherbergte, wurde im Zweiten Weltkrieg zerstört. Die spätere Neugestaltung harret heute einer würdigen Nutzung.

Ebenfalls in der Paradiesgasse besaßen die Schenken von Schweinsberg ein Anwesen, das wohl durch Heirat der Tochter des Ritters Wolfram d.Ä. von Sachsenhausen (gestorben 1317/1320) mit Ritter Ruprecht Schenk von Schweinsberg an diese Familie gekommen war. Im 15. Jahrhundert hieß es Heusenstammer Hof nach der Familie, an die der Hof übergegangen war. Zu diesem Hof könnte das unter Denkmalschutz stehende Fragment eines gotischen Wohnturms hinter den Häusern der Paradiesgasse gehört haben. Es wäre wohl der einzige steinerne Zeuge der Ritterhöfe.

Hans-Otto Schembs

Innenhof des Frankensteiner Hofes
Fotografie von Gottfried Vömel. 1904



Foto: Institut für Stadtgeschichte Frankfurt am Main

Paradiesgasse, Ostseite, im Hintergrund rechts
Fragment eines gotischen Wohnturms



Foto: Schemps

Musik



Foto: Andreas J. Eiter

Staatstheater Mainz

Der Chronoplan

Mainz, Staatstheater
24. Januar (Uraufführung)

Tolle Geschichte. Albert Einstein führt Richard Strauss, Max Liebermann und Shaw seine neue Zeitmaschine vor. Man reist in die Romantik, zu Lord Byron. Komponiert hat diese Oper, hochdramatisch, Julia Kerr ab 1930, das Libretto stammt von ihrem Mann, dem Theaterkritiker Alfred Kerr. 1933 flüchtete die Familie ins Exil. So wurde die Partitur zur Zeitkapsel, die jetzt geöffnet wird. Tochter Judith Kerr wurde Schriftstellerin und schrieb in „Als Hitler das rosa Kaninchen stahl“ ihre Kindersicht zu all dem nieder.

Italienische Nachtmusik

Wiesbaden, Kurhaus
12. Februar, 20 Uhr

Mehrere Konzerte unternahmen im Februar einen Streifzug durch das nächtliche Florenz. An diesem Abend kommt mit G.B. Plattis Cellokonzert in Bearbeitung für Fagott, Vivaldis Fagottkonzert, Hugo Wolfs „Italienischer Serenade“, Puccinis Trauermusik „Crisantemi“, schließlich Vivaldi und Tschaikowskys „Souvenir de Florence“ Musik ganz unterschiedlicher Couleur zu Gehör, doch stets im Zeichen der Stadt, die einmal „la Fiorenza“, die Blühende, hieß. Mit Fagottistin Amy Harman ist eine sehr gefragte Solistin mit dabei.

Alice by heart

Wiesbaden, Staatstheater
14. Februar, 19.30 Uhr (Premiere)

Es ist 1941 und Krieg in London. Bombenangriffe treiben die Menschen hinab in die U-Bahn-Schächte. In Duncan Sheiks und Steven Saters Geschichte, produziert vom Jungen Staatstheater, sucht dort auch die jugendliche Alice mit ihrem Freund Alfred Schutz und hat natürlich ihr Lieblingsbuch dabei: Lewis Carolls „Alice im Wunderland“. Sie kennt sie auswendig, daher der Titel, und ist mit den Figuren und ihren Abenteuern so vertraut, dass sie in ihrer Angst die Fäden weiterspinnet. Traumhaft.

LaBrassBanda

Frankfurt, Nachtleben
28. Februar, 19 Uhr



Foto: David Koenigsmann

Mit neuem Album und fulminanter Tour melden sich die bayerischen Brass-Rebellen von „LaBrassBanda“ zurück. Ihre Mischung aus Blechbläsererei mit Pop, Techno und Ska sowie bayerischem Charme und diesem anarchistischen Punk-Habitus macht Polka erst cool. Die Erfolgsgeschichte der Band um Frontmann Stefan Dettl begann legendär im Kuhstall, hält bald 20 Jahre an und hat Hits wie „Habediehere“, „Übersee“ und „Europa“ hervorgebracht. Lebendiger geht's nimmer, würde man unten am Chiemsee wohl sagen.

Written on Skin

Oper Frankfurt
1. März, 18 Uhr (Premiere)



Foto: Unsplash/Alexandra Azev

Guillem de Cabestanh

Inspiriert von der okzitanischen Erzählung „Le cœur mangé“, erzählt George Benjamins sinnlich tiefe Oper von 2012 von einem Reichen, der alles hat und sich in einer Buchmalerei verewigen lässt, wobei sich seine Frau aber in den Maler verliebt. Abgründe tun sich auf, da der Betrogene den Maler tötet und Agnès zwingt, sein Herz zu essen. Der Figur des Malers lag ein historischer Troubadour, Guillem de Cabestanh, zugrunde. Tatjana Gürbaca inszeniert, Erik Nielsen dirigiert.

Zucchini Sistaz

Darmstadt, Centralstation
14. März, 20 Uhr

Hört man sie im Interview, stellt sich das Trio Tina Werzinger, Jule Balandat und Sinje Schnittker wie Münsteraner Hausfrauen dar, die ihren Namen direkt aus der Küche haben. Nur nicht täuschen lassen. Sie machen und singen klasse Swingmusik von 1920 bis in die 1950er, so auch im neuen Programm. Mit ihren Kostümen inszenieren sich die



Foto: Harald Hoffmann

frechen Damen stilecht, kokettieren mit der U-Musikgeschichte und bieten Unterhaltung voller Verve, Passion und Komik.

Eros Ramazzotti

Festhalle Frankfurt
20. März, 20 Uhr

Mit dem Titel seiner aktuellen Welttour erinnert sich der römische Popmusiker an einen seiner Songs auf dem ersten Studioalbum von 1985, „Cuori agitati“, um die Verbindung zwischen ihm und seinem Publikum anzudeuten. Ein Jahr später kam mit „Adesso tu“ bereits der musikalische Durchbruch. Frankfurt ist die vorletzte von sechs deutschen Stationen der Tournee, die ihn sonst in Stadien führt. Eine kleine Hütte ist die Festhalle allerdings auch nicht.



Foto: Pixabay

J. S. Bach: h-Moll-Messe

Alte Oper Frankfurt
27. März, 20 Uhr

Schon im Januar war ein Konzert der Alten Oper „Protestantisch und katholisch“ betitelt. Nun die große katholische Messe h-Moll BWV 232 des Protestantens Johann Sebastian Bach, der damit ein rätselhaftes Vermächtnis hinterließ. Interpretiert von der Gaechinger Cantorey unter Hans-Christoph Rademann, ist dies eine Komposition solch großer stilistischer Bandbreite und heterogener Einzelteile, dass man verblüfft ist über das große Ganze, das sie bildet.

Bühne

Nikita Miller

Frankfurt, Batschkapp
21. Januar, 20 Uhr



Foto: Batschkapp

Was passiert, wenn ein Comedian sein Bühnenprogramm als Ersatz für eine Psychoanalyse nutzt? Kein: „Alter, ich zahl hier 120 Euro die Stunde, und du fragst mich nach meiner Kindheit?“ Sondern: Schuld, Gewissen, Leid, Erlösung und am Ende – nicht Kirche, nicht Yoga-Retreat, nicht Sühne, nur: Bühne. Lebensgeschichte als Trauerspiel, als Comedy zum Mitlachen. Ja, er hat seine Mutter beerdigt. Den Vater gehasst. Omas Whatsapp ignoriert. Sich durchs Leben geprügelt. Aber er macht was draus: Comedy.

Tschechow:

Der Kirschgarten

Staatstheater Darmstadt
6. Februar, 19.30 Uhr (Premiere)

Zur Wiedereröffnung des renovierten Kleinen Hauses inszeniert Künstler-Regisseur Philipp Preuss einen Klassiker Anton Tschechows. Der wunderschöne Kirschgarten war immer da, ein Inbegriff des alten Russland. Menschen hängen von ihm ab. Weil sich die Zeiten aber geändert haben und die Gutsbesitzerin im süßen Frankreich Geld verprasst hat, steht die Notversteigerung und Abholzung bevor. Die Verdrängung der Wirklichkeit wird zum kollektiven Prinzip ...

Wagner/Loriot:

Der Ring an einem Abend

Alte Oper Frankfurt (Großer Saal)
10. Februar, 20 Uhr

Wenn man sich schon Wagner und den 16-stündigen „Ring“ antut, dann doch am besten so: von Vicco von Bülow alias Loriot kurzweilig eingedampft, vom Schauspieler Jan Josef Liefers in seiner Tatort-Münster-Rolle als Rechtsmediziner präsentiert, dargeboten von der Staatskapelle Weimar unter Heiko Förster und prächtigen Solist:innen. Wagners „Ring“ in gut drei Stunden – kann das gut gehen? Ja, es kann!



Buchcover: Loriot's kleiner Opernführer, © Diogenes Verlag

Die Affäre auf der Straße nach Monaco

Schauspiel Frankfurt (Kammerspiel), 27. Februar (Premiere)

Dreimal hat das Duo Nele Stuhler – Jan Koslowski am Schauspiel zugeschlagen, nun folgt der Frankfurter Essens-Trilogie eine vierte Arbeit, Thema: Frankfurt von der Antike bis heute und im Zentrum der Windrose. Führen alle Wege nach Rom, dann führen sie stets durch Frankfurt. Denn das Glück liegt auf der Straße, und dem Guide widerspricht man nicht. Also sucht eine Gruppe Gefähr:innen Spuren und Geschichte(n) Frankfurts auf: zwischen europäischem Handelsweg und Stadtgassen, quer durch Zeit und Raum.



Buchcover: © Nick-Hem Books

Churchill in Moscow

Frankfurt, English Theatre
13. März bis 26. April

Ein Jahr, nachdem Hitler mit Stalin gebrochen hatte, 1942, stellt sich der Engländer Howard Brenton ein Treffen zwischen Churchill und Stalin vor. Statt eines späten Jalta ein früheres und streng geheimes im Kreml, mit einem Duo Dolmetschen anbei. Brentons Studie über Macht, Paranoia und Realpolitik läuft erstmals auf dem Kontinent, Regie: Tom Littler, Rosie Tricks. Finden der Titan und das Monster einen Weg? Ein Stück über Misstrauen, Wahrheit und Kompromiss, das auch noch komisch sein soll.

Byways. Neue Werke

Frankfurt, Bockenheimer Depot
19. März, 20 Uhr (Premiere)

Der Doppelabend der Dresden Frankfurt Dance Company (DFDC) umfasst eine Arbeit ihres Leiters Ioannis Mandafounis und eine von Rosalind Crisp. Mandafounis ist der Moderne verbunden, war und ist aber auch Balletttänzer. Sein Duo taucht in die Tanzgeschichte ein und kontrastiert klassische Technik, Improvisation und seinen Stil. Crisp, Australierin, ist berühmt für ihre Konventionsbrüche. Wie sie Bewegungen „vergisst“ und so befreit, dass sie sich immer neu bilden, führt zur Frage: Wie entsteht überhaupt Bewegung?

Das achte Leben (Für Brilka)

Staatstheater Mainz
28. März, 19.30 Uhr (Premiere)



Foto: Facebookseite Haratischwilli

Während ihre Heimat Georgien unter Russlands Knute im Chaos versinkt, liest sich Nino Haratischwilli die Aufbereitung einer (ihrer) Familiengeschichte in diesem höchst epischen, wundervollen Roman wie ein Wurf Orakelknochen. Sechs Generationen der Jaschis waren bei allem dabei, vom Aufstieg bis zum Fall des Kommunismus, im Bürgerkrieg und Putins Stellvertreterregime. Alexander Nerlich inszeniert.

Burlesque Variété

Frankfurt, Volksbühne im Großen Hirschgraben, 2. April, 19.30 Uhr

Kleine Vorwarnung: „burlesque“ heißt auch nacktsch und Travestie. Da die von Dragqueen Sheila Wolf produzierte, moderierte Vaudeville Variety-Revue in der Volksbühne gastiert, wird's aber nicht so arg werden. Von der aktuellen Ausgabe der seit 2014 erfolgreichen Show erhoffe man sich eine Mixtur aus Akrobatik, Magie, Travestie, Comedy und Gesang. Viel Glamour und Glitzer, Freude und Vielfalt im Stil der 1920er.



Foto: Website Sheila Wolf

Ausstellungen



© Museum für Kommunikation Berlin

Nachrichten – News

Frankfurt, Museum für Kommunikation, bis 6. September

Die heutige Zeitungslandschaft kriselt massiv. Im Nachrichtensektor schlägt der Wandel hin zum Internet massiv auf die Qualität durch. Höchste Zeit für diese angeblich erste umfassende Ausstellung über Nachrichten im Lande, die deren historische Entwicklung ebenso nachzeichnet wie unser Verhältnis dazu, und die besonders auf Nachrichtenagenturen blickt. Sie lädt dazu ein, Gewohnheiten, Bedürfnisse und Kenntnisse kritisch zu überprüfen.

Tiere sind auch nur Menschen

Frankfurt, Liebieghaus bis 3. Mai



Foto: Städtische Museen Hanau/Uwe Dettmar

Zwei sitzende junge Bären 1903/04

August Gaul (1869–1921) zählte zu Deutschlands ersten modernen Bildhauern. Seine Tierdarstellungen wandten sich von allem nur Dekorativen ab. Statt Tiere wie Symbole zu sehen, zeigt er sie als autonome Wesen und bedient sich einer Formensprache von starker Präsenz. Die Ausstellung zeigt rund 100 Arbeiten. Unter den Höhepunkten

sind der überlebensgroße Adler im Garten für ein Kaiserdenkmal und der Orang-Utan „Jumbo“, den die Schau mit dem Philosophenkaiser Marc Aurel konfrontiert.

Shalom am Rhein – 1000 Jahre Judentum in Rheinland-Pfalz

Landesmuseum Mainz ab 15. Januar



©SCHUM Städte e.V.

Synagoge Worms

1000 Jahre trennen die sogenannten SchUM-Gemeinden aschkenasischer Juden in Speyer, Worms und Mainz vom Heute. Sie waren Zentren jüdischen Wissens und Glaubens, aber auch Zeugen von Ausgrenzung und Vernichtung. Die ausgestellten Objekte und Lebensspuren rekonstruieren das Miteinander von Jüd:innen und Nichtjüd:innen am Oberrhein.

Thomas Bayrle: Fröhlich sein!

Frankfurt, Schirn (Dondorf Druckerei, Bockenheim) 12. Februar bis 10. Mai

Mit 88 Jahren und vielen internationalen Ausstellungen hat sich der Frankfurter Künstler Thomas Bayrle auch diese große Soloschau verdient. Im Zentrum: jüngere und Arbeiten der 1960/70er-Jahre. Geboren 1937 in Berlin, gelangte Bayrle 1953 nach Frankfurt, stieg in die Textilindustrie ein, eignete sich druckgrafische und andere Techniken an und machte sich einen Namen

als Künstlerbuchverleger, Illustrator und mit Objekten zwischen Kunst und Werbung. Beachtlich auch seine Laufbahn als Kunstdozent.

Biennale am Main – Der persönliche Blick

Kunsthau Taunusstein, Kunstforum Mainturm Flörsheim ab März

Genauerer zur „biennaleam-main.de“ lag zu Redaktionsschluss noch nicht vor. Doch ist für März eine Auftaktveranstaltung aller beteiligten Orte und Kunstforen (auch Offenbach und Seligenstadt) vorgesehen. Präsentiert wird zeitgenössische Kunst, verbunden mit Lesungen, Konzerten, Vorträgen, Führungen, Workshops, frei nach dem Motto: Ist das Kunst oder kann das weg?

Monets Küste

Frankfurt, Städel 19. März bis 5. Juli



© Williamstown, Sterling and Francine Clark Art Institute

Claude Monet, Étretat, l'aiguille et la Porte d'Aval, 1885

Wie wird ein Fischerdorf zum Mythos? Étretat in der Normandie zog seit 1850 Künstler:innen an. Monet war von den Steilklippen fasziniert, malte erste Motivreihen und näherte sich dem Impressionismus. Courbet malte hier seine Wellenbilder, Maupassant erhob es zum Sehnsuchtsort, Offenbach baute eine Villa. Étretat wurde Seebad und Treffpunkt. Gemälde, Zeichnungen, Dokumente diverser Museen und Sammlungen bezeugen die Faszination

des Orts, den heute Menschenmassen, die Erosion und der Klimawandel bedrohen.

Gift

Landesmuseum Wiesbaden ab 20. März



Foto: Greg Lasfey

Baumsteigerfrosch

Gifte in der Natur, womit wir nicht das süße Gift der Liebe meinen, faszinieren: Sie töten beim Beutefang, schützen (vor Fressfeinden), heilen und warnen. Menschen morden und heilen mit demselben Mittel in anderer Dosierung, wie schon Paracelsus wusste. Ob Baumsteigerfrösche, so bunt wie giftig, oder Fingerhut, der gegen Herzinsuffizienz hilft: Gifte sind ebenso vielfältig wie interessant und gefährlich.

Europäisches Raumflugkontrollzentrum

Darmstadt, Europaviertel mehrmals pro Woche

Ausstellungen macht es zwar nicht, das Raumflugkontrollzentrum in Darmstadt (ESOC), das der Europäischen Weltraumorganisation (ESA) als primäres Operationszentrum dient. Aber man kann es besuchen, auch den Hauptkontrollraum. Bis zu 20 Besuchende können montags, mittwochs und freitags zu drei Zeiten für 14 Euro, ermäßigt elf, an Touren teilnehmen und sich alles zeigen lassen: ab zehn Jahren und wahlweise in fünf Sprachen. Kontakt über Tel. 06151/13 45 11 oder per E-Mail: da-service@darmstadt.de

Veranstaltungen

32. Africa Alive Festival

Deutsches Filmmuseum Frankfurt,
Filmforum Höchst u.a.
Januar und Februar



Das Programm war zu Redaktionsschluss noch nicht terminiert. Im Zentrum steht immer das Filmschaffen des afrikanischen Kontinents, ergänzt um ein Begleit- und Kinderprogramm: Konzerte, Lesungen, Ausstellungen und politische Podien. Das AAF bietet seit 1995 Kunstschaffenden afrikanischer Länder ein Forum, um sich und ihre Werke zu präsentieren.

Frankfurt/Rhein-Main: World Design Capital 2026
F, OF, DA, WI, Rhein-Main – 2026
Design-Hauptstadt der Welt ist Frankfurt für 365 Tage, auch wenn das detaillierte Programm bei Redaktionsschluss noch ausstand. Der „WDC-Summer“ im August wird Festivalcharakter haben, auch gibt es Festival-Module in den genannten Städten. Unter den Höhepunkten sollen Konzerte von Metallica und Helene Fischer und ein Gemeinschaftskonzert sein, zudem die Eröffnung des Kulturcampus Bockenheim.

Florian Illies: Wenn die Sonne untergeht

Darmstadt, Centralstation
22. Januar, 19.30 Uhr

Veranstaltet vom Literaturhaus Darmstadt, liest der mehrfach ausgezeichnete Autor und Journalist aus seinem neuen Buch über die

Familie Mann und wie sie im Sommer 1933, nach abenteuerlichen Fluchten, im Hafentätchen Sanary am Mittelmeer landet. Ein Ort, eine Familie, ein Abgrund, eine Zeit aus den Fugen: drei Monate bei 30 Grad, in Trauer um den Verlust der Heimat und des Besitzes, voller Angst vor Plünderungen der Nazis, in aller Wehmut, Trotz und Leidenschaft.

roh und zart. Chinesische Literatur im Spiel der Macht

Frankfurt, Holzhausenschlösschen
21. Januar, 19.30 Uhr



Eva Schestag

Zu Gast ist die Übersetzerin Eva Schestag im Rahmen der Monika-Schoeller-Dozentur für literarisches Übersetzen. In Lesung und Gespräch geht es um Lesen und Schreiben im alten China, das einer kleinen Elite vorbehalten war, bis die Literatur im 20. Jahrhundert demokratisiert werden sollte. Schestag wurde vielfach ausgezeichnet und publizierte eine vierbändige „Sammlung Chinesischer Klassiker“, den klassischen Roman „Die Drei Reiche“ und moderne Werke von Ai Weiwei und Can Xue. Eintritt frei.

Michel Friedman: Mensch! Über die Verteidigung der Demokratie

Schauspiel Frankfurt
23. Januar, 19.30 Uhr

Welchen Gast genau Michel Friedman zum Thema ins



Foto: Nicci Kuhn

Gespräch zieht, war noch offen. In seinem Buch „Mensch! Liebeserklärung eines verzweiferten Demokraten“ streitet der Autor, Publizist, Jurist und Philosoph für eine Gegenwart, die sich ihres Herkommens aus der Aufklärung bewusster sein soll. Demokratie sei nie statisch und lebe durch die Menschen.

Cresc... Biennale für aktuelle Musik

Frankfurt, verschiedene Locations
5. bis 15. Februar

Wichtige Kulturinstitutionen bündeln in der Biennale „Cresc...“ seit 2011 ihre Kräfte: das Ensemble Modern und seine Akademie, das hr-Sinfonieorchester, die hr-Bigband. Ihr Anspruch lautet, der Metropolregion exzel-



lente Musik der Zeit vorzustellen. Das Programm berücksichtigt neue Musikströmungen, Schlüsselwerke seit 1900 und Uraufführungen junger Komponist:innen. Andere Formate, Genres und Diskurse kommen hinzu. Die Website www.cresc-biennale.de spiegelt den Stand des Programms.

Andrea Sawatzki: „Biarritz“

Alte Oper Frankfurt (Mozart Saal)
10. Februar, 20 Uhr

Seit Jahren lebt Emmi im Altersheim, kommuniziert aber nur noch mit Marianne, einer Mitbewohnerin.

Tochter Hanna nimmt sie hingegen kaum wahr, sei es zur Strafe für mangelnde Zuwendung oder wegen alter Verstrickungen. Also nimmt Hanna beide alten Damen auf einen letzten Ausflug mit. So der Erzählfaden im neuen Roman von Schauspielerin und Spiegel-Bestsellerautorin Sawatzki, die in „Biarritz“ mit Wärme und Ironie eine bewegende Mutter-Tochter-Geschichte aufarbeitet.

Reinhold Messner: „Über Leben“

Wiesbaden, Kurhaus
7. März, 20 Uhr



Foto: Veronika

Wer noch aus der Grundschule so ein Raunen im Ohr hat, was für ein „Tier“ dieser Messner doch sei, bekommt ein Leben später die Gelegenheit, das an seinem Vortrag live zu überprüfen. Er skizziert den Weg vom Südtiroler Bergbuam zum Abenteurer und berühmten Alpinisten, der die Grenzen des Möglichen verschob. So ging er auch sein Leben an: als Antarktistwanderer, Politiker, Bergbauer, Museumsgründer, Familienmensch. Wie riecht Heimat? Was braucht ein Kind? Wie wichtig sind Angst, Egoismus, Instinkte? Messner ringt um Begriffe wie Mut und Verantwortung, spricht von Ehrgeiz und Scham, Alpträumen und dem Altern.

Marcus Hladek

Für Sie gelesen



Hinter Nora Kain steckt eine Historikerin, die auch Tourguide im Historischen Museum sein soll. Ist der Keller der Hauptwache für uns einfach B-Ebene hinter Milchglas, dient er in ihrem Thriller „Frevel“ noch als Folterkeller im Jahr 1800. Die Judengasse, ein Waisenhaus am Friedberger Tor – solche Orte leben bei ihr auf. Führt sie mit dem „Aal“ einen Serienmörder ein, zudem eine Leiche im Wein-

fass und ein Opfer, das ans „Schweigen der Lämmer“ erinnert, sind Krimikonventionen im Spiel. Wichtiger ist jedoch ihre Milieu- und Figurenzeichnung: vom judenhasenden Stadtrat über Manon, die präfeministische Tochter des Stadtphysikus, und Johann, Reporter und Sohn des Konvertiten Abel. Ob die zwei künftig zusammenfinden? Überraschend tolles Buch.

Nora Kain: Frevel, dtv, 17 Euro

Wer sich streng wissenschaftlich und prägnant über die „Geschichte des Klimas: Von der Steinzeit bis zur Gegenwart“ belehren möchte, dem bietet das Handbuch des Klimahistorikers Franz Mauelshagen genau das. Die sechs Kapitel auf 128 Seiten lassen noch Platz für unverzichtbare Graphiken, eine übersichtliche Zeit-tafel und ein sehr nachschlagfähiges Register. Unsere noch andauernde Warmzeit heißt Holo-zän, doch was ist eigentlich eine Warmzeit und wie und wann mag sie enden? Was spielte sich in den zwei Jahrtausenden vor der Industrialisierung ab, wie veränderte schon die Landwirtschaft das Klima und wie ist der menschengemachte Klimawandel einzuschätzen? Ein nützlicher Leitfadens.



Franz Mauelshagen: Geschichte des Klimas, C.H. Beck, 12 Euro



Wer wann wo das Rad erfand, ist zu mehr gut als zur abfälligen Charakterisierung eines Menschen, der „nicht gerade das Rad erfunden hat“. Der angesehene Kulturwissenschaftler Harald Haarmann hat in „Die Erfindung des Rades: Als die Weltgeschichte ins Rollen kam“ fleißig zusammengetragen, was es dazu zu sagen gibt. Nicht im Zwei-stromland, nein, in der eurasischen

Steppe und Alteuropa (Donauzivilisation, Trypillja-Region) wurden lange nach der Töpferscheibe (5000 v.Chr.) erst im 4. Jahrtausend Rad und Wagen gebräuchlich und verbreiteten sich weiter nach Indien, Altchina und Ägypten. Nicht Streitwagen orientalischer Großreiche (um 2000 v.Chr.), nein: Nutzkarren standen am Anfang.

Harald Haarmann: Die Erfindung des Rades: Als die Weltgeschichte ins Rollen kam, C.H. Beck, 20 Euro

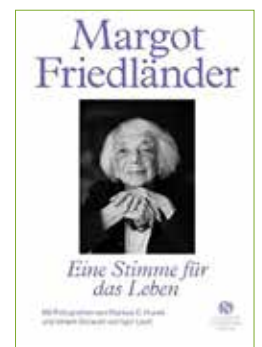


Die Lesereise Algarve von Redaktionsmitglied Rita Henss enthält viele schöne Abschnitte, in denen ihr persönliches und spontanes Erleben zur Geltung kommt. 15 Kapitel widmen sich auf 132 Seiten teils bestimmten Orten, vom „Metropölchen“ Faro über das Lagunenparadies Ria Formosa bis Klein-Lissabon an der Grenze, Sagres und dem Thermenort Monchique. Andere Kapitel sind Sachthemen gewidmet: dem Handwerk der Korkschäler und Kupfer-

schmiede, Fahrten im Küstenzug und alten Pfaden, Wandmalereien, Muscheln und dem Thunfisch, Wanderwegen, den Sardinien als kulinarischem Schlager, antiken Bauten und Weihnachtskrippen. Und wie war das mit den muslimischen Kriegermönchen? Macht Lust aufs Reisen.

Rita Henss: Lesereise Algarve: Lagunen, Salz und Korkwälder, Picus, 16 Euro

Margot Friedländer, Zeitzeugin des Holocaust, wurde 1921 geboren, hatte eine glückliche Kindheit, lebte seit der Deportation ihrer Familie 1943 erst im Untergrund, kam dann nach Theresienstadt, ging 1945 nach New York, ging mit 88 dauerhaft nach Berlin zurück und verstarb, hochgeehrt, im Mai 2025. Das Buch „Eine Stimme für das Leben“ vermischt Gedanken und Fotos Friedländers mit einem Vorwort und Gesprächsauszügen. Dass eine alte Dame nach solchen Erfahrungen zurückkehrt, allen die Hand reicht und sich ohne Bitterkeit verschenkt, macht dankbar. „Versuche, dein Leben zu machen“, hatte die Mutter ihr zuletzt ausrichten lassen. „Ich glaube, ich habe mein Leben gemacht“, sagte die Tochter kurz vor ihrem Tod



Margot Friedländer: Eine Stimme für das Leben, E. Sandmann Verlag, 20 Euro

Margot Friedländer: Eine Stimme für das Leben, E. Sandmann Verlag, 20 Euro

Marcus Hladek



Sondersprechstunden im Rathaus für Senioren

Wenn Sie Beratung wünschen, können Sie unter den untenstehenden Rufnummern zu folgenden Themen einen Termin vereinbaren:

Sprechstunde Gedächtnisverlust im Alter

Die Sprechstunde findet an jedem zweiten Dienstag im Monat von 9 bis 11 Uhr im Raum 014 statt.

Ruth Müller, Alzheimer Gesellschaft Frankfurt
E-Mail: info@frankfurt-alzheimer.de, Telefon 069/67 73 66 33, www.frankfurt-alzheimer.de

Sprechstunde Hörverlust im Alter

Die Sprechstunde findet an jedem ersten Montag im Monat von 9 bis 11 Uhr statt. Rauminfo an der Infostelle.

Horst Buchenauer, Deutscher Schwerhörigenbund
E-Mail: H-Buchenauer@t-online.de, Telefon 0172/76 04 872

Sprechstunde Sehverlust im Alter

Die Sprechstunde findet an jedem dritten Montag im Monat von 10 bis 12 Uhr statt. Rauminfo an der Infostelle.

Cintia Spellmeier, Frankfurter Stiftung für Blinde und Sehbehinderte, E-Mail: spellmeier@sbs-frankfurt.de, Telefon 069/95 51 24-68, www.sbs-frankfurt.de

Rathaus für Senioren, Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Haltestelle Dornbusch

Auf dem rechten Foto stimmt einiges nicht. Finden Sie 7 Fehler!

Auflösung auf Seite 57



Foto: Christof Jakob/Montage: OPAK

Schwedenrätsel – Die Lösungen finden Sie auf Seite 60.

kaltes Getränk	Vorname der Meysel †	Rufname d. Schauspielers Connery	Lobrede			Heilige von Augsburg	englisch: jeder, jedes		japanische Währung		Roman von Jane Austen	König von Polen † 1370	Betrag nach Abzug		Hautkrankheit bei Haustieren
									Wohnungsvermittler						
Kfz-Z. Neuenburg, Schweiz			städtisch						Vorname der Thatcher		Vorname der Nielsen †				
						ein Schiffs-tau		Fluss durch Lüttich					Ball-wieder-holung b. Tennis		
zentral-afrikanischer Staat			Türke			Frauen-kurz-name				Schlitz-ohr					
viel-seitig, erfahren	spa-nisch: Januar	norw. Strom zum Ska-gerrak					Staat in Europa (Abk.)				in etwa			veraltet: Korb	
								Frauen-kurz-name		Teil des Euters					
						erste Frau Jakobs (A.T.)	islam. Bez. für Nicht-muslim						englisch: Ameise		Teil von akadem. Titel (Abk.)
Fremd-wortteil: Wind		Kfz-Z. Amberg		den Mond betref-fend						franz., latei-nisch: und		englisch, fran-zö-sisch: Luft			
Schul-tasche							Service-teil								
griechi-scher Buch-stabe							Komplize								

Sudoku 1

		2	4		6			1	
	9								3
	4	8							
			5		3			7	8
			8		4				
3	8		2		1				
						6		4	
8								2	
	1		3		9	8			

Sudoku 2

	4		5						
8			4			7	3		
						4		9	
5			9	4	1				7
3			8	7	5				2
4		2							
	9	7			6				8
					4		5		

Anschrift und Impressum

Herausgeber

Dezernat für Soziales und Gesundheit der Stadt Frankfurt am Main – Der Magistrat

Anschrift | Redaktion

Julia Söhngen (v.i.S.d.P.), Stadt Frankfurt im Blick (SFIB)
Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main, Telefon: 069/212 334 05, Fax: 069/212 307 41,
E-Mail: redaktion-sfib@stadt-frankfurt.de, Internet: www.stadt-frankfurt-im-blick.de

Abonnement | Leser:innenanfragen und Vertrieb

Petra Reichl, Telefon: 069/212 492 89, E-Mail: vertrieb-sfib@stadt-frankfurt.de

Gesamtherstellung | Gestaltung

Opak Werbeagentur GmbH, Gremstr. 26, 60487 Frankfurt, Telefon: 069/92 31 80-21
www.opakwerbeagentur.de, E-Mail: info@opakwerbeagentur.de

Druck

Dierichs Druck+Media GmbH & Co. KG, Frankfurter Straße 168, D-34121 Kassel, ddm.de

Hörbuchversion Stadt Frankfurt im Blick: Für blinde und sehbehinderte Menschen ist die SFiB kostenfrei als Hör-CD erhältlich. Weitere Informationen und Bezug: Deutsche Blindenstudienanstalt e.V. (blista), Am Schlag 2-12, 35037 Marburg, Telefon: 06421/606-0, Fax: 06421/60 64 76, E-Mail: info@blista.de; außerdem kann *Stadt Frankfurt im Blick* als Daisy-Buch im Internet heruntergeladen werden unter: <https://katalog.blista.de/zeitschriften/stadt-frankfurt-im-blick/>

SFiB erscheint viermal im Jahr und liegt kostenfrei aus oder kann bei der Redaktion gegen einen Unkostenbetrag von 14 Euro/Jahr im Abonnement bestellt werden. Das jeweils neueste Heft ist erhältlich bei den städtischen Dienststellen (etwa im Rathaus für Senioren, in der Bürgerberatung, in den Sozialräthäusern, Stadtbüchereien) oder den Verbänden der freien Wohlfahrtspflege, in Apotheken, Arztpraxen sowie vielen anderen Stellen in Frankfurt.

SFiB darf weder von Parteien noch von Wahlbewerbern während eines Wahlkampfes zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags- und Kommunalwahlen. Missbräuchlich ist auch die Verteilung auf Wahlveranstaltungen und an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken oder Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. SFiB darf nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. SFiB ist sich der laufenden Diskussion um die gendergerechte Sprache ebenso bewusst wie um die Bedeutung des Genderns für viele Menschen.

Unverlangt eingesandte Manuskripte und Bildbeiträge können nicht bestätigt oder zurückgesandt werden. Abdruck nur nach vorheriger Anfrage, bei Quellenangaben und Übersendung von zwei Belegexemplaren möglich. Namentlich gekennzeichnete oder eingesandte Berichte geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Die Daten werden gemäß DSGVO, der geltenden Datenschutzrichtlinien der Stadt Frankfurt am Main erhoben, gespeichert und verarbeitet.

Senior:innenrestaurants

Preis 6,30 Euro

Kontaktieren Sie vor Ihrem Besuch das jeweilige Senior:innenrestaurant telefonisch bzgl. etwaiger Schließzeiten.

Bockenheim

Pflegeheim Bockenheim
Friesengasse 7, 60487 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-619, Fax 069/29 98 07-648

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Bornheim

Restaurant Henricus im Agaplesion Haus Saalburg
Saalburgallee 9, 60385 Frankfurt am Main,
Telefon 069/20 45 76-0,
E-Mail: info.hsb.mdg@agaplesion.de

Öffnungszeiten: So–Fr 12 bis 13.30 Uhr, Sa Ruhetag

Eckenheim

Julie-Roger-Heim
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-218, Fax 069/29 98 07-216

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Gutleutviertel

Johanna-Kirchner-Altenhilfzentrum
Gutleutstraße 319, 60327 Frankfurt am Main,
Telefon 069/271 06-1996

Öffnungszeiten: Mo–Fr und So 12 bis 13.30 Uhr, Sa Ruhetag

Ostend

Nachbarschaftszentrum Ostend
Waldschmidtstraße 39, 60316 Frankfurt am Main,
Telefon 069/43 96 45

Öffnungszeiten: Mo–Fr 12 bis 14 Uhr

(Essensausgabe 12 bis 13 Uhr)

Ostend August-Stunz-Zentrum

Röderbergweg 82, 60314 Frankfurt-Ostend,
Telefon 069/405 04-128

Öffnungszeiten: Mo–So 12.30 bis 13.30 Uhr

(Auch möglich: Fensterverkauf zum Mitnehmen)

Praunheim

Pflegeheim Praunheim
Alt-Praunheim 48, 60488 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/29 98 07-744

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Rödelheim

Sozial- und Reha-Zentrum West
Alexanderstraße 92–96, 60489 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/29 98 07-8198

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Sachsenhausen

Café auf dem Mühlberg im
Agaplesion Oberin Martha Keller Haus
Dielmannstraße 26, 60599 Frankfurt am Main,
Telefon 069/609 06-340
E-Mail: info.omk.mdg@agaplesion.de

Öffnungszeiten: Mi+Fr 14 bis 16 Uhr

(Kaffee und Kuchen)

Sachsenhausen

Bürgermeister-Gräf-Haus
Hühnerweg 22, 60599 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/603 21 05

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Seckbach

Budge-Stiftung
Wilhelmshöher Str. 279, 60389 Frankfurt am Main,
Telefon 069/478 71-920 (um Tischreservierung am Vortag
wird gebeten!)

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13 Uhr

Seckbach

Hufeland-Haus
Wilhelmshöher Straße 34, 60389 Frankfurt am Main,
Telefon 069/47 04-217, Fax 069/47 04-315

Öffnungszeiten: Mo–Fr 7.45 bis 16 Uhr,

Sa geschlossen, So 11.30 bis 16 Uhr

Sossenheim

Victor-Gollancz-Haus
Kurmainzer Straße 91, 65936 Frankfurt am Main,
Telefon 069/29 98 07-0, Fax 069/29 98 07-453

Öffnungszeiten: Mo–So 12 bis 13.30 Uhr

Essen auf Rädern

Preis 6,30 Euro

zuzüglich Anlieferungspauschale von 2,50 Euro

Arbeiter-Samariter-Bund Regionalverband Mittelhessen,
Rhönstraße 12, 63071 Offenbach
Telefon 069/985 44 49 11, Fax 069/985 44 49 15

Deutsches Rotes Kreuz, Bezirksverband Frankfurt e.V.
Stadtgebiet Frankfurt, Seilerstraße 23, 60313 Frankfurt am Main,
Telefon 069/30 05 99 91

Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V.
Stadtgebiet Frankfurt
Gummersbergstraße 24, 60435 Frankfurt am Main,
Telefon 069/30 05 99-92, Fax 069/30 05 99-96

Informationen für Inhaber:innen der Grünen Karte

Für „Essen auf Rädern“ und „Senior:innenrestaurants“ beträgt der Eigenanteil für Inhaber:innen der Grünen Karte 2,80 Euro. Wird ein teureres Essen ausgewählt (mehr als 6,30 Euro im Senior:innenrestaurant beziehungsweise 8,80 Euro bei Essen auf Rädern), so ist der Differenzbetrag zum jeweiligen Maximalpreis ebenfalls durch die Kund:innen selbst zu tragen.

Weitere Informationen gibt es unter Telefon 069/212 357 01.

Polizei	110	Hessisches Landesamt für Gesundheit und Pflege	0611/32 59 10 00
Feuerwehr	112	Hessisches Amt für Versorgung und Soziales	069/15 67-1
Frauennotruf	069/70 94 94	Not sehen und helfen	069/212 700 70
Gasgeruch, Wassernotruf	069/21 38 81 10	Weißer Ring Opfer-Telefon	11 60 06
Giftnotruf	06131/192 40	Fahrgastbegleitservice VGF	069/21 32 31 88
Apothekenotruf (Bandansage)	0800/002 28 33	RMV-Hotline	069/24 24 80 24
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117	Beförderungsdienst für Menschen mit außergewöhnlicher Gehbehinderung	069/212 704 71
Zahnärztlicher Notruf (Bandansage)	01805/60 70 11	Zentrale für Krankentransporte	069/800 60 100
Evangelische Telefonseelsorge	0800/111 01 11	Krisendienst Frankfurt	069/61 13 75
Katholische Telefonseelsorge	0800/111 02 22		
EC-Karten-Sperre in Deutschland	116 116		

Sozialrathäuser / Rathaus für Senioren

Behördennummer Stadtverwaltung, Zentrale und Vermittlung 115

Bürgertelefon/Infostellen der Sozialrathäuser, Sozialdienste für Bürger:innen in den jeweiligen Sozialrathäusern bieten Beratung und Unterstützung bei Fragen und Problemen aller Lebensbereiche Älterer, Intervention, Konfliktberatung und Krisenbewältigung, Vergabe Frankfurt-Pass, Vermittlung und Koordination von Finanzierungsmöglichkeiten an.

Sozialrathaus Bockenheim	069/212 743 04	Betreuungsbehörde	069/212 499 66
Sozialrathaus Dornbusch	069/212 707 35	Leitstelle Älterwerden	069/212 4 50 58
Sozialrathaus Gallus	069/212 381 89	Pflegestützpunkt Frankfurt	0800/589 36 59
Sozialrathaus Höchst	069/212 455 27	Stadt Frankfurt im Blick	069/212 334 05
Sozialrathaus Nord	069/212 322 74	Soziale Hilfen für Heimbewohner	069/212 499 33
Sozialrathaus Ost (Standort Bergen-Enkheim)	069/212 412 11	Tagesfahrten/Theatervorstellungen	069/212 499 44
Sozialrathaus Ost (Standort Bornheim)	069/212 305 47	Wohnen und leben im Alter	069/212 706 76
Sozialrathaus Sachsenhausen	069/212 338 11	Hilfen zur Wohnungssicherung	069/212 381 89
Rathaus für Senioren, Infostelle	069/212 499 11	Zentrale Heimplatzvermittlung	069/212 499 22
		Frankfurt hilft – Engagement für Geflüchtete	069/212 779 39

Wohlfahrtsverbände / Selbsthilfeverbände

ASB (Servicenummer)	069/314 07 20	DRK-Bezirksverband Frankfurt	069/719 19 10
AWO Kreisverband	069/298 90 10	Frankfurter Verband	069/29 98 07-0
Caritas-Verband	069/29 82-0	Malteser	069/94 21 05-0
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Frankfurt	069/95 52 62-0	Selbsthilfe-Kontaktstelle	069/55 94 44
Diakonisches Werk für Frankfurt	069/247 51 49-0	Sozialverband Deutschland	069/31 90 43
Johanniter-Unfall-Hilfe / Regionalverband Rhein-Main	069/366 00 66 00	VdK-Kreisverband Frankfurt	069/436 52 13