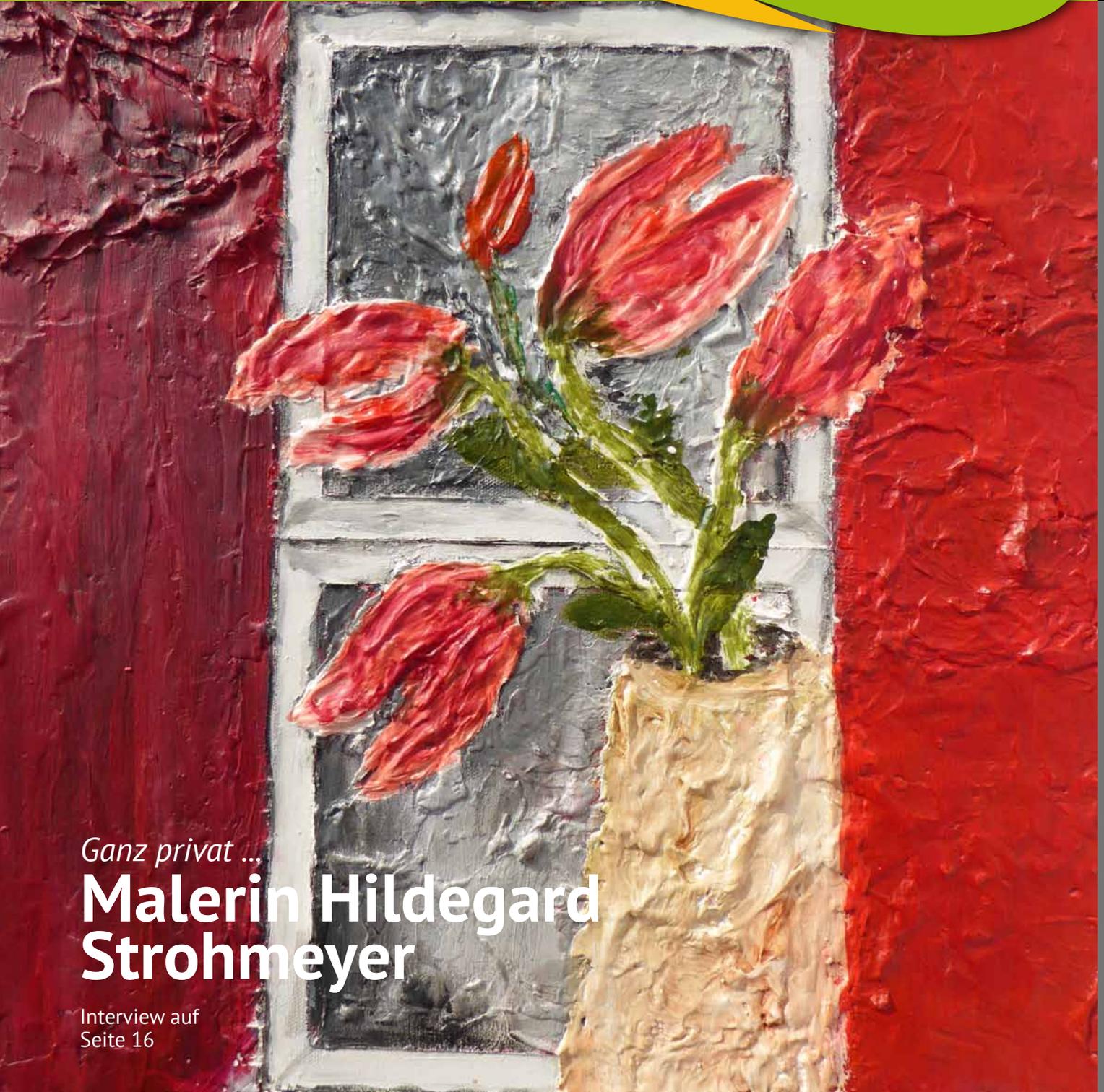


LINGENER SENIORENZEITUNG

DREHSCHLEIBE

MÄRZ-JUNI|2017



Ganz privat ...

Malerin Hildegard Strohmeyer

Interview auf
Seite 16

|Wahl der Seniorenvertretung | Ambulante Pflege | Pferderennbahn in Lingen | LiLi-Bus-Fahrplan |
INFORMATIONEN - VERANSTALTUNGEN - AKTUELLES - UNTERHALTUNG

- 2 „Wussten Sie schon, dass...“; Hinweis auf den Bericht zum Lutherjahr
- 3 Vorwort, Dank an Redaktionsmitglied
- 4 Senioren aktuell – Seniorencampus
- 5 Senioren aktuell – Bürgerempfang
- 6–7 Senioren aktuell – Ambulante Altenhilfe
- 8 Senioren aktuell – PC-Lehrgang für Senioren, Lingener Friedhofswegweiser
- 9 Senioren aktuell – Erben und Vererben
- 10 Senioren aktuell – Seniorenversammlung
- 11 Senioren aktuell – Armut im Alter
- 12–14 Veranstaltungen in Lingen
- 15 Unterhaltung – Rätsel und Sonstiges
- 16 Senioren aktiv – Interview mit der Malerin Hildegard Strohmeyer
- 17 Senioren aktiv – Interview mit Maria Sentker: Die „Alte Pferderennbahn“
- 18 Senioren aktiv – Jungbrunnen Sport
- 19 Senioren aktiv – Lingener Männerquartett, LiLi-Bus-Fahrplan
- 20 Senioren aktiv – Verkehrswacht Lingen: Sicher mobil
- 21 Senioren aktiv – Entspannte Radtouren, Sportabzeichen
- 22 Senioren aktiv – Unterstützung bei der Gartenarbeit
- 23 Senioren aktiv – Brennpunkt Pflege

In den nächsten Ausgaben werden weitere redaktionelle Beiträge der Lingener Seniorenverbände vorgestellt. Die nächste Ausgabe erscheint im Juli 2017. Wir freuen uns auf Ihre Mitarbeit!

IMPRESSUM

Herausgeber/V.i.S.D.P.	Seniorenvertretung der Stadt Lingen T +49 (0) 591 9144–520 seniorenberater@lingen.de www.lingen.de/familie_und_bildung/senioren/
Redaktion	Seniorenvertretung der Stadt Lingen in Kooperation mit der Volkshochschule Lingen gGmbH © MEDIENWERKSTATT LINGEN
Konzept/Gestaltung/Satz	Halle IV, Kaiserstraße 10a, 49809 Lingen (Ems)
Inhaber Kommunikation	Albert Bakker T +49 (0) 591 61075–30 F +49 (0) 591 61075–32 info@medienwerkstatt-lingen.de
Erscheinungsgebiet	Lingen
Erscheinungsdatum	März 2017 – 12. Ausgabe
Vertrieb	Kostenlos an verschiedene Auslagestellen
Quellennachweis:	Bild Titelseite © Hildegard Strohmeyer

Eine Haftung für die Richtigkeit der Bekanntmachung besteht nicht. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers dar. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck von Anzeigen und Wortbeiträgen ist nicht gestattet und benötigt der ausdrücklichen Genehmigung durch den Herausgeber. Zuwiderhandlungen werden als Verstoß gegen das Urheberrecht und das Wettbewerbsgesetz verfolgt. Alle Preise verstehen sich plus gesetzlicher Mehrwertsteuer. Geringe Farbabweichungen berechtigen nicht zu Preisänderungen oder Ersatzansprüchen.

Wussten Sie schon, dass...

... es erst im Jahre 1977 verheirateten Frauen erlaubt war, selbst zu entscheiden, ob sie arbeiten wollten? Bis dato brauchten sie die Zustimmung ihres Mannes.

... im Jahre 1967, also vor 50 Jahren, die evangelische Sozialhilfe e. V. das Stephanus-Haus an der Thüringer Straße errichtete?

... Lings erstes beheiztes Freibad 1972 eröffnet wurde? Es wurde 1996 um das Erlebnisbad Linus erweitert.

...im September 1977 nach jahrzehntelanger Planung endlich das Theater an der Wilhelmshöhe eröffnet wurde?

... im Jahre 1987 in Lingen „der Tag der Niedersachsen“ stattfand?

Hinweis auf den Bericht zum LUTHERJAHR

In der 11. Auflage erschien bereits ein einleitender Artikel zum Lutherjahr. Für die 13. Auflage (Juli 2017) werden wir mit dem Ehrenbürger der Stadt Lingen (Ems), Herrn Altbischof Dr. Martin Kruse, jetzt wohnhaft in Berlin, ein Interview zu diesem Thema führen.

Herr Dr. Kruse wuchs in Lingen auf, sein Vater war Pfarrer der Kreuzkirchengemeinde. Von 1977 bis 1994 bekleidete Herr Dr. Kruse das Amt des Bischofs von Berlin-Brandenburg. Zudem wurde er von 1985 bis 1991 zum Vorsitzenden des Rates der Evangelischen Kirchen Deutschlands berufen.

Das Redaktionsteam freut sich auf diese interessante Begegnung und erhofft sich viele Aussagen zum einen zum Thema Lutherjahr, zum anderen auch zu wichtigen Stationen seines Lebens.

Auf diesem Wege bedanken wir uns bei unserem Oberbürgermeister Dieter Krone für seine Hilfe bei der Herstellung des Kontaktes.

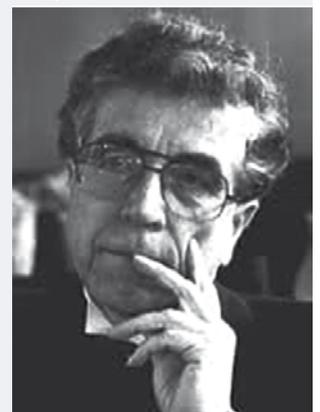


Foto © o. A.

Liebe Leserinnen und Leser!

Jede Drehscheibe zeigt z. B. im Veranstaltungskalender, den Vereinsvorstellungen und den abwechslungsreichen Artikeln, welche vielfältige Angebote den Senioren/innen unserer Stadt zur Verfügung stehen. Auch in dieser Ausgabe finden Sie sicher wieder die eine oder andere Anregung, einen hilfreichen Tipp, eine unterhaltsame Lektüre und/oder einen attraktiven Highlight-Termin.

Besonders hinweisen möchte ich an dieser Stelle auf die zweite Erlebnismesse „Mittendrin“, die am 20. und 21. Mai 2017 in der Halle IV stattfindet. Die Medienwerkstatt Lingen, die uns auch bei der Erstellung der Drehscheibe immer zur Seite steht, hat als Veranstalter viele unserer Vorschläge und Anregungen aus dem letzten Jahr bei der Planung der neuen Messe berücksichtigt. Wir können also gespannt sein, welche Neuerungen die „Mittendrin 2017“ für uns bereithält!

Ich wünsche Ihnen viel Spaß und gute Unterhaltung bei der Lektüre der neuen Drehscheibe und beim Besuch der zweiten Lingener Erlebnismesse.

Ihr Erwin Heinen,
Seniorenberater der Stadt Lingen (Ems)

Heute schon an Morgen denken...



Mittendrin
IN LINGEN

Erlebnismesse
Impulse für die **Generation 50+**

20./21. Mai 2017
Samstag 12⁰⁰–18⁰⁰ Uhr • Sonntag 10⁰⁰–18⁰⁰ Uhr

- Ideen
- Aktionen
- Informationen
- Beratungen
- Vorträge
- Hilfen
- Präsentationen

- Gesundheit & Wellness
- Wohnen & Hilfen zum Leben
- Freizeit, Bildung & Kultur
- Recht, Soziales & Finanzen

Mitten im Leben
– *Mitten in Lingen*

Eintritt: 2,- €

Halle IV, Kaiserstr. 10a, 49809 Lingen

© Veranstalter: Medienwerkstatt Lingen, Kaiserstraße 10a, 49809 Lingen, Tel. 0591 6107530, info@medienwerkstatt-lingen.de

Dorothea Wetzstein verlässt das Redaktionsteam der Drehscheibe

DANK AN REDAKTIONSMITGLIED

Aus beruflichen Gründen hat Dorothea Wetzstein nun das Redaktionsteam der „Drehscheibe“ verlassen. In der letzten Sitzung wurde sie von den Mitgliedern mit einem Blumenstrauß verabschiedet.

Dorothea Wetzstein war von 2013 bis 2016 als Mitarbeiterin der Volkshochschule Lingen gGmbH in dieses

I IN EIGENER SACHE

Gremium eingestiegen. Mit ihren Ideen konnte sie die Seniorenzeitung zu einem attraktiven Medium für die Lingener Seniorinnen und Senioren mitentwickeln. Das Redaktionsteam bedankt sich für die geleistete Arbeit bei Dorothea Wetzstein und wünscht ihr für ihr berufliches und privates Leben weiterhin alles Gute!



Das Foto zeigt Heinz-Gerd Roters, Franz Kleene, Dorothea Wetzstein, Walter Ahlrichs, Hajo Wiedorn, Ursula Ramelow, Erwin Heinen

Neue Termine

SENIORENCAMPUS

Wichtig ist, dass man nicht aufhört zu fragen. *(Albert Einstein)*

Und so sagten wir uns, wir haben das Glück, eine Hochschule in unserer Stadt zu haben – fragen wir doch einmal nach, ob neben der Bildung von Studierenden auch für die älterer Generation etwas angeboten werden kann?

Gesagt, getan und die Hochschule sagte ja. Danke an alle, namentlich dem damaligen Dekan Prof. Frank Blümel und dem heutigen Dekan Prof. Thomas Steinkamp und natürlich allen Professoren, die bisher und weiterhin interessante Vorlesungen anbieten. Danke ebenfalls unseren Sponsoren, so können die Vorlesungen kostenlos angeboten werden: Sparkasse Emsland, Volksbank Lingen, Stadtwerke Lingen und Stadt Lingen.

Im Oktober 2014 begannen wir mit der ersten Vorlesung, die zweite folgte im November. 2015 und 2016 wurden jeweils vier Vorlesungen angeboten. Das Interesse war groß, zwischen 100 und 150 Hörerinnen und Hörer folgten den Themen und lernten Neues kennen und vervollständigten ihr Wissen und wagten sich an unbekannte Themen.

Vorlesungen für das Jahr 2017:

Mittwoch, 15.03.2017, 16:30 Uhr, KD0202

Brexit – Offene Kritik an der EU? – Prof. Dr. habil. Hermann Witte i. R., Prof. für allgemeine Betriebswirtschaftslehre

Mittwoch, 24.05.2017, 16:30 Uhr, KD0202

Bionik: Technische Inspiration aus der Natur – Prof. Dr. Ing. Dirk Sauer, Prof. für Produktions- und Fertigungstechnik

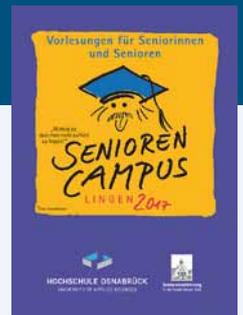
Mittwoch, 13.09.2017, 16:30 Uhr, KD0202

Klimaschutz und Energiewandel – Prof. Dr. Ing. Anne Schierenbeck, Professorin für Energiemanagement

Mittwoch, 22.11.2017, 16:30 Uhr, KD0202

Chancen und Grenzen der Palliativversorgung – Markus Münch LfBa in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Gerhard Pott vom Ethik-Seminar Kloster Frenswegen

Anmeldungen für die Vorlesungen nimmt der Seniorenberater der Stadt Lingen, Erwin Heinen, entgegen. Tel. 9144-520 oder E-Mail: e.heinen@lingen.de



Oberbürgermeister Dieter Krone begrüßte rund 1.000 Gäste in der Halle IV BÜRGEREMPfang STADT LINGEN

Rund 1.000 Gäste aus Politik, Vereinen sowie Unternehmen konnte Oberbürgermeister Dieter Krone zum Bürgerempfang 2017 in der Halle IV in Lingen begrüßen. Ganz im Zeichen des Kivelingsfestes hatten die unverheirateten Bürgersöhne die Veranstaltung mit einem Wachaufzug eröffnet. Den musikalischen Rahmen gestaltete die Lingener Band „Die Klampflinge“. Den Mittelpunkt bildete die Rede von Oberbürgermeister Dieter Krone, der das vergangene Jahr Revue passieren ließ und Ausblicke für das Jahr 2017 bot. Die sehr gute Entwicklung des Wirtschaftsstandortes Lingen, der Umbau des Bahnhofsgebäudes, die geplanten Baumaßnahmen am Alten Hafen und der zunehmende Erfolg der EmslandArena sind nur eine Auswahl der Themen, die er präsentierte.



„Der Wirtschaftsstandort Lingen kann mit äußerst positiven Nachrichten aufwarten“, sagte Dieter Krone. Als großen Erfolg nannte er den geplanten Bau eines Forschungs- und Entwicklungszentrums der Krone-Gruppe im IndustriePark Lingen. „Mit dem Bau dieses Forschungs- und Entwicklungszentrums ist uns die erste echte Neuansiedlung seit 21 Jahren gelungen“, so der Oberbürgermeister. Die größte Investition in diesem und im nächsten Jahr werde die BP-Raffinerie am Standort tätigen. Sie investiere über 250 Millionen Euro in Labor- und Verwaltungsgebäude, Werkstätten und einem Feuerwehrgebäude auf der bereits gerodeten sechs Hektar großen Fläche des Altenlingener Forstes. Die wirtschaftliche Entwicklung im Ochsenbruch an der Ulanenstraße sei ein weiterer Schwerpunkt. 2017 soll dort ein Logistikzentrum für Arzneimittel und Medicalprodukte für die Krankenhausversorgung entstehen. Dank der verkehrstechnisch günstigen



Lage soll das Logistikzentrum elf Krankenhäuser in der Region versorgen.

Einen weiteren Schwerpunkt setzte Krone im Bereich Bildung. „Der Campus Lingen nimmt eine zunehmend überregionale, wirtschaftliche und wissenschaftliche Schlüsselposition ein“, so der Oberbürgermeister. Den geplanten Bau eines Laborgebäudes gegenüber der Mensa sieht Krone als „Meilenstein in der zukünftigen Forschungsausrichtung der Hochschule“.

Ein weiteres Bauvorhaben sei die Sanierung des Bahnhofs. Im Herbst hatte die Stadt Lingen das Gebäude von der Deutschen Bahn erworben. Das Bahnhofsgebäude solle wieder zu einem „würdigen Entree für Besucher werden“, so Dieter Krone. Am Alten Hafen gehe es mit der Altlastensanierung voran, die im Frühjahr beginnen soll. „Im Herbst können die privaten Baumaßnahmen beginnen, die die Errichtung von rund 100 Stadtwohnungen am Wasser, zwei Restaurants und eine attraktive Marina für Schiffe umfassen“, berichtet Dieter Krone. „Einen echten medialen Paukenschlag konnten wir mit der Ankündigung des Konzertes von Bob Dylan auslösen“, so der Oberbürgermeister. Im Sommer hatte bereits Peter Maffay die EmslandArena vier Wochen lang für die Proben für sein Musical „Tabaluga“ genutzt. Jetzt sei es gelungen einen Weltstar nach Lingen zu locken: Bob Dylan. Neben Lingen spiele der Literaturnobelpreisträger deutschlandweit nur drei weitere Konzerte in Hamburg, Düsseldorf und Frankfurt. „Kein Wunder, dass das Konzert in Lingen innerhalb von 24 Stunden ausverkauft gewesen ist“, so Dieter Krone. Lingen habe sich so zum bedeutendsten Messe- und Eventzentrum Norddeutschlands entwickelt.

Abschließend wendete sich der OB mit einem Appell an die Lingener Bürger: „Bringen Sie sich aktiv ein, seien Sie kritisch, aber konstruktiv, gestalten Sie gemeinsam unsere Stadt, machen Sie sie zu dem, was sie ist: Unsere Großstadt im Kleinen, unsere lebens- und liebenswerte Heimatstadt Lingen!“

Pflegestärkungsgesetz III seit dem 01.01.2017 DIE AMBULANTE ALTENHILFE

Unter dem Begriff „ambulante Altenhilfe“ werden alle ambulanten Angebote für ältere Menschen zusammengefasst. Also alle Unterstützungen, die zu Hause möglich sind.

So war es früher einmal, heute muss es erstmal historisch gesehen werden, da die Gemeindegeschwester noch aus dem religiösen Hintergrund der Nonnentätigkeit hervor ging. Bereits seit einigen Jahren wird die Familienkrankenschwester diskutiert, die bestimmt als Ansatz der präventiven Pflegearbeit zu sehen ist, leider gibt es keine konkreten Konzepte einer Finanzierung. Pflegedienste leisten sehr viel Beratungsarbeit, die keine finanzielle Anerkennung findet.

Mobile Dienste

Hierzu kann man Pflegeeinrichtungen zählen, die die Häuslichkeit der zu Pflegenden aufsuchen, um hauswirtschaftliche und pflegerische Arbeiten zu verrichten, aber auch Essen auf Räder, Hausnotruf oder Fahrdienste sind darunter zu verstehen. So ist es klar, dass für die beispielhaft erwähnten Dienstleistungen entsprechend ausgebildetes Personal benötigt wird. Für die Gesundheits- und Krankenpflege sind Pflegefachkräfte gesuchte Arbeitskräfte. Am Beispiel einer ambulanten Pflege in Lingen soll dieses vielfältige Angebot der ambulanten Hilfen für ältere Menschen, die noch zu Hause leben, deutlich gemacht werden.

In diesem Zusammenhang ist anzumerken, dass es allein in Lingen eine Vielzahl von Pflegediensten gibt. Hier hilft u. a. auch das Internet, um sich zu informieren oder aber auch der Seniorenwegweiser der Stadt Lingen (Ems). Zu erhalten beim Seniorenberater Erwin Heinen, Tel.: 0591-9144520 oder per Mail: e.heinen@lingen.de.

Der Leistungskatalog für eine mögliche Unterstützung orientiert sich an unterschiedlichen Kostenträgern:

Leistungen der Krankenkasse (§ 37 SGB V)

Unter dem gesamten Spektrum der Behandlungspflege werden diagnostische und pflegerische Leistungen verstanden, die durch einen Arzt verordnet und durch die Krankenkasse genehmigt werden müssen.

Selbstverständlich werden diese behandlungspflegerischen Leistungen ausdrücklich durch

NEUE LEISTUNGEN IM DETAIL (in Euro)					
	Pflegegrad	Pflegegeld	Pflege-sachleistung	Teilzeit-pflege	Stationär-pflege
Häufelfall	5	901	1995	1995	2005
3 mit e.A.	4	728	1612	1612	1775
2 mit e.A.	3	545	1298	1298	1262
1 mit e.A.	2	316	689	689	770
0+1 PFLEGESTUFE WIRD ZU	1	125*	0	0	125
BISHER KEINE PFLEGESTUFE					
		Ambulant		(Teil-)stationär	

e.A. = eingeschränkte Alltagskompetenz (z. B. auf Grund Demenz)

* Als Geldbetrag, der für Erstattung der Betreuungs- und Entlastungsleistungen zur Verfügung steht.

qualifiziertes Fachpersonal, welches regelmäßig geschult wird, durchgeführt.

Voraussetzung hierfür ist das Vorliegen einer Verordnung durch den behandelnden Arzt und die Genehmigung durch die Krankenkasse.

Zu den Leistungen zählen z. B.:

- Das Verabreichen einer Insulininjektion
- Medikamentvergabe
- Blutzucker- und/oder Blutdruckmessen
- Wechseln von Wundverbänden
- Patientenversorgung

Leistungen der Pflegekasse (SGB XI)

Pflegeleistungen

Wenn Sie Unterstützung bei der Pflege benötigen und in einem der neuen fünf Pflegegrade eingestuft sind, übernimmt die Pflegekasse diese Leistungen. Hierunter versteht man eine nichtmedizinische pflegerische Versorgung und Unterstützung bei Selbstpflegedefiziten zur Bewältigung des Alltags wie z. B. bei der Ernährung, der Mobilität und der Körperpflege.

Diese Leistungen werden aus Mitteln der Pflegeversicherung je nach Pflegegrad bezuschusst oder vollständig übernommen.

Verhinderungspflege

Ist die Versorgung des Pflegebedürftigen durch die tätige Pflegeperson wegen Urlaub oder Krankheit nicht gewährleistet, ist kurzfristig eine Ersatz- oder Verhinderungspflege möglich. Die mögliche Pflegevertretung umfasst max. sechs Wochen im Jahr. Sie kann wochen-, tage- oder stundenweise erfolgen. Die Pflegekasse zahlt bis zu 1612 Euro im Jahr. Für die Verhinderungspflege können auch 50% der Kurzzeitpflege angerechnet werden, sofern für diesen Betrag im laufenden Kalenderjahr noch keine Kurzzeitpflege in Anspruch genommen wurde. Der Betrag für die Verhinderungspflege würde sich dann auf bis zu 2418 Euro erhöhen.

Beratungseinsatz nach § 37 Abs. 3 SGB XI

„Pflegeeinsätze“ oder „Qualitätssicherungsbesuche“ dienen zur Sicherung und Verbesserung der Versorgung pflegebedürftiger Menschen.

Pflegebedürftige, die Pflegegeld beziehen, werden zweimal im Jahr (bei Pflegestufe III in jedem Quartal) von einem Pflegedienst besucht. Hierbei werden Fragen der Leistungsangebote für Angehörige dargelegt. Auch werden Ratschläge und Hilfestellungen für den Pflegealltag wie z. B. die Hilfsmittelbeschaffung und die Wohnumfeldverbesserung gegeben und erläutert.

Tages- und ambulante Pflege – Ein Beispiel

Herr St. (87) ist aus verschiedenen Gründen auf Pflege angewiesen. Hier wird der Tagesablauf des alten Herrn dargestellt.

Am Morgen kommt zunächst der Pflegedienst ins Haus, der bei der Morgentoilette und beim Ankleiden behilflich ist. Bereits gegen 8:00 Uhr wird Herr St. an vier Tagen im Auftrag der Tagespflegeeinrichtung von einem Taxiunternehmen abgeholt.

Der immer benötigte Rollstuhl wird natürlich mitgenommen.

In der Tagespflege gibt es zunächst ein gemeinsames Frühstück. Anschließend wird ein vielfältiges Unterhaltungsprogramm angeboten. Großer Beliebtheit erfreut sich dabei das Bingo-Spielen. Nach dem Mittagessen ist zunächst eine Ruhepause angesagt. Herr St. betont, dass ihm das Essen immer sehr gut schmeckt. Nachmittags werden je nach Beweglichkeit der Teilnehmer Spaziergänge unternommen. So konnte im Dezember letzten Jahres auch der Lingener Weihnachtsmarkt besucht werden. Und selbstverständlich trifft man sich auch zu einem Nachmittagskaffee mit anschließendem Unterhaltungsprogramm bis zwischen 17:30 Uhr und 19:00 Uhr die Rückfahrt – wieder mit Taxi – in die private Wohnung erfolgt.

Hier wird Herr St. von seiner ebenfalls schon hochbetagten Ehefrau (88) betreut, die auch das Abendessen für ihn zubereitet. Der Rest des Abends wird meist vor dem Fernseher zugebracht, bevor Frau St. ihren Mann ins Bett bringt.

An drei Tagen betreut Frau St. ihren Mann, mit Ausnahme der Morgentoilette, selbst. Dabei gehen ihr auch Schwieger- und Enkeltochter zur Hand. Trotzdem sind das für Frau St. immer sehr anstrengende Tage.

Text: Hajo Wiedorn

Stadt Lingen in Kooperation mit der Sparkasse und der Gesamtschule Emsland PC-LEHRGANG FÜR SENIOREN

Großen Zuspruch haben jedes Jahr die PC-Kurse der Seniorenvertretung der Stadt Lingen in Kooperation mit der Aktion „N21“ der Sparkasse und der Gesamtschule Emsland.

Unter dem Motto „Schüler unterrichten Senioren“ wird den älteren Interessierten an den neuen Medien der Umgang mit dem Laptop, I-Pad, Tablet oder I-Phone erklärt. Die neuen Kommunikationsmöglichkeiten wie Internet, E-Mail, Facebook, WhatsApp usw. sind auch in der Welt der älteren Bürgerinnen und Bürger nicht mehr wegzudenken. Der Lehrgang startet am 21.3.2017 und umfasst acht Übungstage (Termine: 21. März, 28. März, 04. April, 25. April, 02. Mai, 09. Mai, 16. Mai und 23. Mai, jeweils von 11:45 Uhr bis 13:15 Uhr).

Für diese Termine sind leider schon alle Plätze belegt. Aufgrund der sehr großen Resonanz wird im Herbst eine neuer Kurs angeboten.

Die Termine werden in der nächsten Drehscheibe veröffentlicht.

Text: Walter Ahlrichs



Lingener Friedhofswegweiser



Lingener Friedhofswegweiser erschienen UMFANGREICHER RATGEBER

Die Friedhofsverwaltungen auf dem Gebiet der Stadt Lingen haben in einer Gemeinschaftsarbeit einen „Lingener Friedhofswegweiser“ erstellt.

Gemeinsam mit den Mitarbeitern einer Werbeagentur wurde das Projekt nun erfolgreich beendet. Für die Geduld und die Ideengabe dankt die Friedhofs-kommission Lingen sehr!

Die Friedhofskommission Lingen (Ems) ist als Herausgeber sehr stolz darauf, dass alle Friedhöfe sich an diesem Projekt beteiligt und eingebracht haben. Durch die lokalen an Bestattungen beteiligten Unternehmen konnte ein umfangreicher Ratgeberteil neben der Vorstellung der Bestattungsmöglichkeiten auf den einzelnen Friedhöfen entstehen. Interessierten soll dieser Wegweiser als Information über Möglichkeiten der Bestattung oder die Friedhöfe dienen. Hinterbliebenen soll hiermit eine „Erste Hilfe“ an die Hand gegeben werden, um erste Schritte einleiten zu können. Der „Lingener Friedhofswegweiser“ ist ab sofort im Rathaus der Stadt Lingen, in den Orts- und Friedhofsverwaltungen, den Pfarr- und Gemeindebüros sowie bei den Lingener Bestattungsunternehmen kostenlos erhältlich.

Kontaktdaten der Friedhofskommission:

Friedhofskommission Lingen, Am Neuen Friedhof 24, 49808 Lingen, Tel.: 0591 63880, Fax: 0591 63584, www.friedhofskommission-lingen.de, Mail: info@friedhofskommission-lingen.de

Erste Seniorenversammlung im neuen Jahr AKTUELLEN THEMEN



Johannes Manemann begrüßte zu Beginn des neuen Jahres die Vertreter der Lingener Vereine und Verbände und Institutionen zur ersten Seniorenver-

sammlung. Im Rahmen eines Neujahrsempfanges wurden die aktuellen Themen vorgestellt. Neben dem Seniorencampus, den PC-Kursen in Kooperation mit der Gesamtschule Emsland, der Notfallkarte und weiteren Veranstaltungen wurde das breite Angebot der Seniorenvertretung aus der Vergangenheit aber auch als zukünftige Projekte vorgestellt. Diese Beispiele wurden von Manemann skizziert: „Die Seniorinnen und Senioren sind in der heutigen Zeit wesentlich aktiver als es noch vor zwanzig oder dreißig Jahren der Fall war. Die Seniorenvertretung sucht auch hier die politische Ebene,

um das Angebot für Seniorinnen und Senioren in der Stadt Lingen (Ems) zu optimieren!“ Den Engagementpreis für Seniorinnen und Senioren erhielt Hubert Herbers vom Pensionärs- und Rentnerwerk Lingen für seine jahrzehntelange ehrenamtliche Arbeit. Er war dort der Ansprechpartner für viele tägliche Sorgen der Rentnerinnen und Rentner sowie der Pensionäre, die ihnen am Herzen lagen. Ein weiteres wichtiges Thema war die neue Satzung und das damit zusammenhängende neue Wahlsystem. „Wir wollen die Seniorenvertretung zukünftig für alle Seniorinnen und Senioren der Stadt Lingen (Ems) ab 60 Jahre öffnen. Auch sollen alle Vereine und Verbände, die Gruppenaktivitäten anbieten, Zugang zur Seniorenvertretung erhalten!“, so Manemann in seinen Ausführungen. Zum ersten Mal wird im März nach der neuen Satzung der Vorstand gewählt. Alle Vereine und Verbände erhalten jetzt die Möglichkeit, der Seniorenvertretung beizutreten. Die Zugehörigkeit ist kostenlos. Es ist lediglich in dem Aufnahmeantrag das Angebot für die Seniorinnen und Senioren zu beschreiben. Für Vereine, Verbände und Institutionen, die bisher bereits Mitglied der Seniorenvertretung waren, ist diese Meldung nicht mehr erforderlich. Die Vereine etc. haben die Möglichkeit, die Satzung online beim Seniorenberater anzufordern.

Die Wahl zur Seniorenvertretung für die Wahlperiode bis 2021: Wahlberechtigt sind alle Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahre, die in Lingen wohnen. Dieser Personenkreis ist auch wählbar, kann also auch für eine Aufgabe im Vorstand kandidieren. Voraussetzung hierfür ist, dass sich Interessierte bis zum 25. Februar 2017 bei Erwin Heinen, Seniorenberater der Stadt Lingen (Ems), Tel. 0591 9144-520, Mail: e.heinen@lingen.de oder auch während der Öffnungszeiten im Rathaus für eine Kandidatur anmelden.

Am 08.03.2017 findet dann die Wahl zum Vorstand der Seniorenvertretung statt. Einzelheiten, insbesondere die Uhrzeit und der Versammlungsort werden zeitnah in der Lingener Tagespost veröffentlicht, außerdem auch auf der Homepage der Stadt Lingen (Ems) unter www.lingen.de. Diese Einladung richtet sich dann an alle Seniorinnen und Senioren, die wählbar sind und in Lingen wohnen.

An dem Wahltag wird jedem Anwesenden wie bei anderen Wahlen ein Stimmzettel mit den Kandidaten ausgehändigt. Der zu wählende Vorstand besteht aus insgesamt elf Mitgliedern. Jeder Wähler hat elf Stimmen, die er einem oder mehreren Kandidaten geben kann.

Foto: Walter Ahlrichs

Altersarmut – Armut im Alter

DIE RENTE SINKT

Auf die Frage: „Fürchten Sie, im Rentenalter oder – sofern Sie bereits Rentner sind – in den nächsten Jahren Ihren Lebensstandard nicht mehr halten zu können?“ antworteten 72 % der Befragten mit „Ja“ (Quelle: Verein Für soziales Leben e. V.). Aktuell sind in Deutschland drei Millionen Rentner und Rentnerinnen von Altersarmut betroffen. Die Definitionen von „Alter“ und „Armut“ rücken damit immer näher zusammen.

Altersarmut betrifft per Definition diejenigen, die aus ihren Einkünften im Alter nicht mehr selbstständig für ihren Lebensunterhalt sorgen können und die zusätzlich zu ihrer Rente auf die Lebenshilfe sozialer Einrichtungen angewiesen sind.

Auf der anderen Seite hat sich eine ganze Industrie mit ihrem Angebot auf die sogenannten Silver-Surfer oder Best-Ager konzentriert, auf konsumfreudige Alte, die es in der Regel aber perspektivisch gar nicht mehr in messbaren Größen geben wird.

Das, was Politiker die „Grundsicherung“ nennen, die Sicherstellung des Lebensunterhaltes durch Sozialleistungen, bedeutet in der Wirklichkeit des Alltags für viele Menschen vor allem Verzicht – auf die Erfüllung eigener Wünsche, auf Luxusgüter, auf Reisen und Unternehmungen. Stattdessen stehen Besuche bei der Essensausgabe an.

Gründe für die Altersarmut in Deutschland

Altersarmut wird bei vielen älteren Menschen durch vorausgegangene Schicksalsschläge ausgelöst, die keine Seltenheit sind. Wenn beispielsweise in den letzten Arbeitsjahren vor der Rente eine Arbeitslosigkeit eintritt, drohen Rentnern hohe Abzüge. Im höheren Alter ist es schwer, eine neue berufliche Perspektive zu finden. Altersarmut bei Frauen wird oft verursacht durch Fehlzeiten aufgrund der Kindererziehung. Auch die Politik hat

durch die Absenkung des Rentenniveaus im Rahmen von Reformen für eine Verschärfung der Alters-



armut gesorgt. Viele Geringverdiener, die trotz Vollzeitstellen Niedriglöhne beziehen, werden die Zahlen der Altersarmut perspektivisch weiter nach oben treiben.

Aktuelle Prognosen, die in den Medien kursieren, geben wenig Grund zur Beruhigung. So wird Arbeitnehmern, die einen Bruttolohn von 2500,- € beziehen, schon heute Altersarmut und ein maximales Einkommen in Höhe der Grundsicherung (688,- €) vorausgesagt.

(Quelle: Gesundheitsnetz-Deutschland.de)

Die private Altersvorsorge ist der einzige Schutz vor Altersarmut. Perspektivisch wird jeder heutige Arbeitnehmer noch stärker persönlich gefragt sein, eine private Altersvorsorge als Schutz gegen Altersarmut aufzubauen. Das passende Modell für sich zu finden, wird die Herausforderung sein.



Bilder © pixabay.com

MÄRZ 2017

- 01.03. **Fahrt zum Bunting-Besucherszentrum** in Nortmoor | GELingen e. V.
- 02.03. **Vortrag: Ungebetene Gäste (Einbruchschutz)** 15:00 Uhr | GELingen e. V. von Herrn Rothlübbers (Polizeiinspektion Lingen) mit Kaffee u. Kuchen
- 09.03. **Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e. V. „La La Land“
- 09.03. **Computereinstieg 50+** 16:00 Uhr | VHS Kurs-Nr. 2017F54150
- 13.03. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub9 „Herz Bube“
- 15.03. **Brexit – Offene Kritik an der EU?** 16:30 Uhr | Seniorencampus Prof. Dr. habil. H. Witte, Raum KD0202, Anmeldung unter 0591 9144-520
- 21.03. **Frühstück im Kolpinghaus** 09:00 Uhr | DHB mit Vortrag von Herrn Dr. Eiyk
- 25.03. **Großtauschtag** im 10:00 Uhr | Lingener Gasthof Klaas-Schaper Briefmarkenfreunde
- 25.03. **Boßeln mit anschließendem Grünkohlessen,** Anmeldung bis zum 16.03.2017 | GELingen e. V.
- 27.03. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
- 28.03. **Besuch des Klosters Loccum** 08:00 Uhr | DHB mit Besichtigung im Heringsfängermuseum in Heimsen, Treffpunkt Bahnhof/Emslandhallen, Anmeldung erforderlich
- 28.03. **Seniorenmagazin** 18:30 Uhr | ev1.tv

APRIL 2017

- 06.04. **Vortrag: Sicher Leben – Schutz vor Kriminalität** 15:00 Uhr | GELingen e. V. von Herrn Rothlübbers (Polizeiinspektion Lingen) mit Kaffee u. Kuchen
- 10.04. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
- 13.04. **Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e. V. *Der Titel wird noch bekannt gegeben!*
- 18.04. **Frühstück im Kolpinghaus** 09:00 Uhr | DHB mit Vortrag der Polizei Lingen zum Thema „Offene Fragen zum Straßenverkehr ... ?“
- 20.04. **Ausflugsfahrt zum Natura-Gart Park** in Ibbenbüren | GELingen e. V.
- 20.04. **Vortrag: Wenn jede Bewegung schmerzt – naturheilkundliche Behandlung der Arthrose** 19:00 Uhr | GELingen e. V. von Frau Bülow-Sartori (Naturheilpraktikerin)
- 22.04. **Fahrt nach Holland zum Blumenpark Keukenhof,** Treffpunkt Bahnhof/Emslandhallen, Anmeldung erforderlich 07:30 Uhr | DHB
- 24.04. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
- 25.04. **Seniorenmagazin** 18:30 Uhr | ev1.tv
- 26.04. **Aquagymnastik für Senioren** 08:00 Uhr | VHS Kurs-Nr. 2017F96061

- 26.04. **Aquagymnastik für Senioren** 08:45 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 2017F96065
- 30.04. **Tanz in den Mai** mit | GELingen e. V.
Grillen/Bratwurst, Anmeldung bis 21.04.2017

MAI 2017

- 08.05. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
- 16.05. **Frühstück im Kolpinghaus** 09:00 Uhr | DHB
mit Vortrag von Herrn Rudolf „Wie die Pflegezeit finanziell gemeistert wird – Neues zur Pflegeversicherung“
- 17.05. **Neue Wege in der Hüftprothetik** 19:00 Uhr
Vortrag von Dr. Holger Alex, Vortragsraum im Bonifatius Hospital, Wilhelmstr. 13
- 20.05. **Lingener Männerquartett –** 17:00 Uhr | KF
musikalisch unterwegs in Europa, Jahreskonzert
- 22.05. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
- 23.05. **Fahrt nach Dötlingen i.O.** 08:00 Uhr | DHB
Besichtigung u.a. eines Dorfgartens, Treffpunkt Bahnhof/Emslandhallen, Anmeldung erforderl.
- 23.05. **Seniorenmagazin** 18:30 Uhr | ev1.tv
- 24.05. **Bionik: Technische** 16:30 Uhr | Seniorencampus
Inspiration aus der Natur, Prof. Dr.-Ing. D. Sauer, Raum KDO202, Anmeldung unter 0591 9144-520
- 28.05.– | GELingen e. V.
01.06. Anmeldeschluss ist der 15. April
- 29.05. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“

JUNI 2017

- 13.02. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
- 19.06. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
- 20.06. **Frühstück im Kolpinghaus** 09:00 Uhr | DHB
mit Vortrag (nähere Infos in der Tagespresse)
- 20.06. **Seniorenmagazin** 18:30 Uhr | ev1.tv
- 29.06. **Fahrt zur Hansestadt** 07:00 Uhr | DHB
Buxtehude mit anschließendem Kirschenpflücken und Naschen auf einem Obst-Hof in Jork, Treffpunkt Bahnhof/Emslandhallen, Anmeldung erforderlich



Foto © pixabay.com

Regelmäßige Termine

adfc | Ortsgruppe Lingen
Radlertreff im Kolpinghaus Lingen, Burgstraße 25: Klönabend – jeden 1. Mittwoch im Monat ab 20:00 Uhr; verkehrspolitischer Dialog – jeden 3. Mittwoch im Monat um 20:00 Uhr

März–April: Samstagstouren – jeden Samstag um 14:00 Uhr Radtour in mittlerem Tempo in die nähere Umgebung, Treffpunkt: Bahnhof Lingen

März–Oktober: Jeden zweiten Sonntag im Monat um 14:00 Uhr gemütliche Nachmittagsfahrten für Jedermann; jeden Montag um 14:00 Uhr gemütliche Radtour – jew. Treffpunkt: Bahnhof Lingen

Aphasie Regional-Selbsthilfegruppe Lingen e. V.

Treffen: jeden Freitag im Monat um 15:00 Uhr in den Jugendräumen der Johanneskirche Lingen

AWO

Seniorenclub: jeden Mittwoch um 13:00 bis 16:00 Uhr im Falkenheim, Ludwigstr. 42, Lingen

Kostenlose Beratung im Sozialrecht: Jeden 2. Dienstag im Monat um 14:30 Uhr in den Räumen der Lingener Tafel, Langschmidtsweg 17a

Christ König Darne

Seniorenmesse: Einmal im Monat, Do. 08:30 Uhr

Rosenkranzgebet: Jeden Montag 15:30 Uhr

Senioren-gemeinschaft: Zusammenkünfte im Pfarrheim: i. d. R. an jedem 2. Dienstag im Monat

DHB – Deutscher Hausfrauenbund | OV Lingen

Wander-/Fahrradgruppe: Jeden ersten Dienstag im Monat um 14:00 Uhr ab Bahnhof bzw. den Treffpunkt aus der örtlichen Tageszeitung entnehmen

Gymnastikgruppe: Jeden Mittwoch um 08:45 Uhr in der Tanzhalle Overberg-Schule

Klönnachmittag: Jeden ersten Donnerstag im Monat ab 15:00 Uhr im Café Professorenhaus

DMfS Lingen e.V. (Damaschker Mittagstisch für Senioren und Alleinstehende)

Gemeinsames Mittagessen: Jeden Mittwoch 12:00 Uhr im „Haus der Vereine“, Göthestraße 22, 49811 Lingen-Damaschke. Anmeldung montags von 8:00–10:30 Uhr unter Tel. 0172 2809433

Don Bosco Damaschke

Senioren-gottesdienst: jeden 2. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr mit anschl. Kaffee und Unterhaltung

Gymnastikgruppe: Jeden 1. und 3. Montag von 15:00 bis 16:00 Uhr im Don Bosco Haus

DRK-Kreisverband Emsland e. V.

Freizeitgestaltung: Jeden Montag 15:00 Uhr im DRK-Heim – Gemütliches Beisammensein

Bewegungsprogramme – Training für Körper, Geist und Seele: Jeden Montag 09:00 Uhr und 09:45 Uhr – Wassergymnastik im Linus-Bad; jeden Mittwoch 09:30 Uhr – Tanzen in der Turnhalle Lengericher Str., Lingen-Laxten; jeden Dienstag 14:45 Uhr und 15:45 Uhr – Gymnastik, Bodengymnastik in der Turnhalle Bäumeerstraße; jeden Mittwoch 09:00 Uhr, 10:15 Uhr sowie 11:00 Uhr – Sitzgymnastik im DRK-Heim; jeden Donnerstag 14:30 Uhr – Sitzgymnastik, St. Josef Kirchengemeinde, Lingen-Laxten

Fortsetzung auf der nächsten Seite

GELingen e. V.

Bürozeiten: täglich 10:00–12:00 Uhr

Offener Treff (täglich – außer montags): 09:00 Uhr

Offener Treff mit Programm (wöchentlich): dienstags und donnerstags 12:00 Uhr – Mittagstisch; dienstags 15:00 Uhr – Kreative Runde, 16:30 Uhr – „Knackige Knochen“ (Sturzprävention); mittwochs 14:30 Uhr – „Kartenkloppen“; donnerstags 10:00 Uhr – Gedächtnistraining; freitags 15:00 Uhr – Internet-Café; samstags 9:00 Uhr – Brunch

Veranstaltungen im Monat: Jeden 3. Montag 14:30 Uhr – Quilten, Stricken, Handarbeiten mit Marianne; jeden 2. Donnerstag 13:30 Uhr – Seniorenkino im Filmpalast Cine-world; jeden 1. und 4. Samstag 14:30 Uhr – Bingo

Heimatverein Darne

Seniorentanz „Sachte an“: Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat im Saal des Pfarrheims

Kneipp Verein Lingen e. V.

Frauengymnastikgruppe 50 plus: Jeden Donnerstag 19:00–20:00 Uhr in der Sporthalle Georgianum

Lingener Briefmarkensammler e. V.

Briefmarkentausch: Jeden 2. Sonntagvormittag im Monat 10:00–12:00 Uhr im Saal „Klaas-Schaper“ (außer März + September)

Lingener Hospiz e. V.

Trauercafé: Jeden 1. Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr in den Räumen des Hospizvereins, Universitätsplatz 1

Gruppe „Seniorenfreizeit“

Offener Treff: Jeden 1. Samstag im Monat von 10:00 bis 15:00 Uhr im Mehrgenerationenhaus

Fahrt ins Blaue: Jeden 3. Dienstag im Monat mit Kaffee und Kuchen, Anmeldung ab 18:00 Uhr bei Fr. Janßen, Tel. 0591 73283

Skatclub „Herz Bube“

Übungsabende bei Klaas-Schaper: Gastspieler herzlich willkommen

St. Alexander Schepsdorf

Seniorengruppe: Jeden 3. Mittwoch um 15:00 Uhr

St. Bonifatius Lingen

Seniorengruppe: Jeden Mittwoch von 15:00 bis 17:30 Uhr

St. Gertrudis Bramsche

Mittagstisch: jeden 1. Dienstag im Monat um 12:00 Uhr im Pfarrheim

Seniorengruppe: Treffen s. Programmheft oder auf Anfrage
Herz-Jesu-Freitage: jeden 1. Freitag im Monat Begegnung beim Frühstück mit geistlicher Begleitung

St. Marien Brögbern

Gymnastikgruppe: Jeden 2. und 4. Dienstag von 15:00 bis 16:00 Uhr im Pfarrheim

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen unter:

adfc | Ortsgruppe Lingen | www.adfc-emsland.de

Aphasie Regional-Selbsthilfegruppe Lingen e. V. | Ansprechpartner: Gerda Siebert | Tel. 05907 659

AWO | im Falkenheim | Ludwigstr. 42 | Tel. 05907 370

Christ König Darne | Kath. Pfarrgemeinde | Tel. 0591 51465

DRK-Kreisverband Emsland e. V. | Jahnstr. 2–4 | Tel. 0591 800033-10

DHB – Deutscher Hausfrauenbund | OV Lingen | Tel. 0591 4054

DMfS Lingen e. V. | Friedrich-Ebert-Straße 113 | Hubert Schwerdt | Tel. 0591 9739515

EA | EmslandArena | Lindenstraße | Tel. 0591 91295-0

EH | Emslandhallen | Lindenstr. 24a | Tel. 0591 91295-0

GELingen e. V. | Lookenstr. 10 | Tel. 0591 97787194

HV Darne | Heimatverein | Tel. 0591 47688

H IV | Halle IV | Kaiserstr. 10a | Tel. 0591 91512-90

Joh.-Kirche | Johanneskirche | Ev. luth. Gemeinde Lingen | Loosstraße 37 | Tel. 0591 91506-13

KF | Kulturforum St. Michael | Langschmidtsweg 66a | Tel. 0591 9140–111

Kneipp Verein Lingen e. V. | Pölkerskamp 20 | Vorsitzende: Christiane Mensing | Tel. 0591 1420094 o. 0591 67908

Lingener Briefmarkensammler e. V. | Vereinslokal „Klaas-Schaper“ | Frerener Str. 37 | Tel. 0591 53555 | www.lingener-briefmarkensammler.de

Lingener Hospiz e. V. | Universitätsplatz 1 | Tel. 0591 831647 | Mobil: 0160 6864303 | www.lingener-hospiz.de

LWT | LWT GmbH | Neue Straße 3a | Tel. 0591 9144-142

MGH Lingen | Mehrgenerationenhaus | Mühlentorstraße 6 | Tel. 0591 9101880

MHD | Malteser Hilfsdienst | Lengericher Straße 39 | Tel. 0591 610590

Seniorenampus | Kaiserstraße 10c | Anm. bei Erwin Heinen, Seniorenberater der Stadt Lingen (Ems) | Tel. 0591 9144-520

Seniorenkino | Filmpalast Cine-World | Willy-Brandt-Ring 40 | Tel. 0591 9661600

Skatclub „Herz Bube“ | Vereinslokal „Klaas-Schaper“ | Frerener Str. 37 | Tel. 0591 9778615 | www.herzbube-lingen.de

Stadt Lingen | Elisabethstraße 14–16 | FD Soziales | Tel. 0591 9144-520

St. Gertrudis Lingen-Bramsche | Seniorengemeinschaft | Tel. 05906 436

TW | Theater an der Wilhelmshöhe | Willy-Brandt-Ring 44 | Tel. 0591 64554

VHS | Volkshochschule Lingen gGmbH | Am Pulverturm 3 | Tel. 0591 91202-0 | Anmeldung bei der VHS, **Uhrzeiten etc. entnehmen Sie bitte dem aktuellen Programmheft**

Es wird Frühling

*Der Frühling beginnt im Monat März.
Es freuen sich die Seele und das Herz.*

*Wenn wir die ersten Krokusse blühen sehen,
dann ist es um den Winter bald geschehen.*

*Die Knospen beginnen schon zu sprießen.
Die ersten Sonnenstrahlen können wir genießen.*

*Die Vögel kehren aus dem Süden heim.
Mit ihrem Gesang sie unser Herz erfreuen.*

*Die Sonne jeden Tag an Kraft gewinnt.
Wir spüren, dass der Frühling jetzt beginnt.*

*Den Wintermantel hängen wir nun in den Schrank.
Der Frühling zeigt sein blaues Band.*

(Heinz-Gerd Roters)

Schlagen Sie eine BRÜCKE

Finden Sie eine sinnvolle Wortbrücke zwischen den zwei vorgegebenen Wörtern, so dass das eingefügte Wort sowohl das linke Wort ergänzt als auch dem rechten Wort vorangestellt wird. Beispiel: HAND - *Brückenwort* - BAUM > Das gesuchte Brückenwort wäre *Schlag* (Handschlag - Schlagbaum). Die Buchstaben in den gelben Feldern ergeben dann von oben nach unten gelesen das Lösungswort.



Foto © pixabay.com

W	U	R	S	T						K	O	R	B		
A	U	T	O									H	O	F	
K	O	P	F									U	H	R	
E	D	E	L									W	U	R	F
S	I	T	Z									R	A	U	B
A	P	F	E	L								H	A	U	S
S	A	N	D									F	E	L	D

Das Lösungswort lautet:



Die Lösung können Sie an Herrn Erwin Heinen, Seniorenberater der Stadt Lingen, Elisabethstr. 14-16, 49808 Lingen, oder per E-Mail an: e.heinen@lingen.de, Tel.: 0591 9144-520, mit dem Betreff: „Seniorenzeitung-Rätsel“ senden. Zu gewinnen gibt es einen Buchgutschein gestiftet von der Buchhandlung Holzberg aus Lingen.

Einsendeschluss ist der 15.05.2017.

Lösung des letzten Rätsels (Fehlende Zeichen):

- A) $4 + 4 - 3 + 2 = 7$
- B) $3 + 8 - 4 - 2 = 5$
- C) $7 - 2 + 4 - 5 = 4$
- D) $8 - 1 + 4 - 3 = 8$ oder $8 + 1 - 4 + 3 = 8$

Die Gewinnerin ist **Frau Anni Hüer aus Lingen (Ems)**. Sie hat einen „Lingener Einkaufsgutschein“ im Wert von 20 Euro gewonnen, gestiftet von der Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems). Herzlichen Glückwunsch!

Interview mit der Malerin – ganz privat

HILDEGARD STROHMEYER

Schon sehr oft hatte ich mir Bilder von Hildegard Strohmeyer in verschiedenen Ausstellungen bewundernd angesehen. Zu gerne wollte ich mehr über die Künstlerin erfahren und sie mal zu Hause besuchen. An einem sonnigen Tag habe ich es wahr gemacht und an ihrer Tür geklingelt. Ich wurde herzlich willkommen geheißen und überraschte



die Künstlerin bei ihrer Maltätigkeit. Und viele prachtvolle Bilder an den Wänden ließen meinen Besuch zu einem Erlebnis werden.

Hunderte von Fragen lagen mir auf der Seele, die alle zur gleichen Zeit herausprudeln wollten. Ich hatte Glück, Frau Strohmeyer zeigte und

erklärte mir gerne ihre Bilder und Skulpturen und schilderte mir ihren Werdegang.

Vor zehn Jahren fing alles an. Frau Strohmeyer besuchte Kurse der Kunstschule und VHS in Lingen. Dort ließ sie sich dazu inspirieren, ihre Erlebnisse und Eindrücke aus dem Urlaub und der Fantasie zu malen.

„Ich nutze auch gerne das Sonnenlicht draußen. Die Farben (Acryl oder Öl) haben da eine

andere Intensität. Ein entscheidender Faktor ist das natürliche Licht, welches im Freien die »Tonart« vorgibt. Manchmal stelle ich ein Bild fertig und stelle fest, dass es nicht so aussieht, wie ich es mir vorgestellt habe. Zum Beispiel ist das ganze Bild farblich zu kalt, zu stumpf oder die Farben passen



Bild: „Gelassenheit“,
80 x 60 cm, Acryl auf Leinwand



Bild: „Augenblick“,
50 x 70 cm,
Mischtechnik auf Leinwand



Hildegard Strohmeyer mit ihrem Bild: „Festival“, 50 x 70 cm, Mischtechnik Materialmix aus Mamormehl – Sand – Acryl – Strukturpaste

in sich nicht zueinander. Das kann ich dann oft durch eine dünne Lasur transparenter Farbe über das gesamte Bild oder einen Teilbereich ausgleichen. Das vereinheitlicht nicht nur das Gemälde als Ganzes sondern kann auch das Bild aufhellen oder abdunkeln.

Eindrücke und Stimmungen, Erinnerungen und Gedanken haben keine Formen, keine Farben, keinen Klang und doch gelingt es, die Emotionen in Formen und Farbe darzustellen. Es ist der Akt des Malens selbst, der den Reiz der Kunst ausmacht“, so Hildegard Strohmeyer.

Im Laufe der Jahre lässt uns die vielseitig begabte



Bild: „Kunterbunt“
50 x 70 cm,
Acryl auf Leinwand

Künstlerin mit herrlichen Bildern an ihren Reiseerlebnissen entlang des Jacobweges, an der Ems, durch Gefühlswelten und Jahreszeiten teilhaben.

Davon können sich Kunstinteressierte zurzeit in einer Ausstellung im Café Heilemann, Am Markt, Lingen, selbst ein Bild machen!

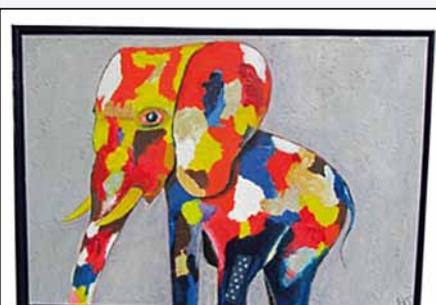


Bild: „Ele – der kleine Elefant“,
100 x 70 cm, Mischtechnik Acryl –
Strukturpaste Holz – Zeitung – Stoff

Bericht und Fotos:
Walter Ahlrichs und Hildegard Strohmeyer

Interview mit Maria Sentker

DIE „ALTE PFERDERENNBAHN“

Am 10. Dezember haben Hajo Wiedorn und Heinz-Gerd Roters Maria Sentker besucht und mit ihr über die „Alte Pferderennbahn“ in Lingen gesprochen.

Wir wurden von der alten Dame (88) überaus freundlich empfangen, obwohl sie gerade in der Küche damit beschäftigt war, das Mittagessen vorzubereiten. Leider ist ihr Ehemann Franz, der uns auch bestimmt viel Interessantes über die Pferderennbahn hätte erzählen können, vor zwei Jahren verstorben. Aber auch Maria Sentker konnte sich sofort an die Zeit erinnern, als auf der „Alten Rennbahn“ noch Pferderennen stattgefunden haben.

Pferderennen auf dieser Rennbahn fanden in der Zeit vor dem 1. Weltkrieg (ab ca. 1910) bis zum Ausbruch des 2. Weltkrieges statt. Das Gelände liegt im heutigen Stadtteil Damaschke, südlich der Schillerstraße, wo sich heute verschiedene Bau- und Supermärkte befinden. Einmal im Jahr, im Herbst nach der Erntezeit, fanden die Rennen statt.

Das Gelände der damaligen Rennbahn, mit dem dazugehörigen Gebäude, hatte die Familie Bojer von der Stadt Lingen gekauft bzw. gepachtet. Es wurde grundsätzlich als landwirtschaftliche Fläche genutzt. Bis auf wenige Ackerflächen diente es als Weideland zur Viehhaltung.

Nach dem Abernten der Ackerflächen wurde das Gelände zu einem ca. 3.000 Meter langen Rundkurs (Rennbahn) umgestaltet. Vor dem Wohnhaus und dem dazugehörigen Geräteschuppen wurde



Das Foto zeigt eine Reitergruppe vor dem Tribünengebäude. Die großen Tore wurden entfernt und die Zuschauer konnten auf der Tribüne Platz nehmen. Wie Frau Sentker berichtet waren die Tribünen immer voll besetzt. Das Foto stammt aus den 1930er Jahren.

eine Zuschauertribüne (Foto) errichtet. Von hier aus hatten die Zuschauer einen Überblick über den gesamten Parcours.

Diese Pferderennen waren in der damaligen Zeit eine Attraktion und weit über die Grenzen von Lingen bekannt und beliebt. Reiter und Pferde kamen aus dem gesamten Emsland und den angrenzenden Landkreisen.

Den Zuschauern wurde über die Rennen hinaus einiges an Unterhaltung geboten. Es spielten Musikkapellen und an diversen Ständen war für das leibliche Wohl gesorgt. Die Familie Bojer bot Kaffee und Kuchen an, am Verkauf war auch Maria Sentker (geb. Bojer) aktiv beteiligt. Darüber hinaus gab es auch die Möglichkeit mit Geldeinsätzen an Wettspielen zu den Rennverläufen teilzunehmen.

Diese Rennen fanden nur einmal jährlich statt, und wurden vom Reiterverein Emsland und dem damaligen Vorsitzenden Herrn Hoffschroer organisiert.

Mit Beginn des 2. Weltkrieges konnten und durften keine Pferderennen mehr auf der „Alten Pferderennbahn“ stattfinden und auch nach dem 2. Weltkrieg wurde die Tradition, dort Pferderennen in Lingen zu organisieren, nicht mehr realisiert.

Heute ist das ehemalige Gelände der „Alten Pferderennbahn“ durch die städtebauliche Entwicklung in Lingen nicht mehr zu erkennen. Es ist hier ein Wohn- und Gewerbegebiet entstanden.

Alte Fotografien und Luftbildaufnahmen erinnern uns heute noch an die „Alte Pferderennbahn“ in Lingen.

Bericht: Hajo Wiedorn und Heinz-Gerd Roters



Hier gut zu erkennen: Der ca. 3 km lange Rundkurs (Rennbahn)



Die Gymnastikgruppe des SG Gauerbach sind mit Viel Spass dabei!

Aktiv bis ins hohe Alter

JUNGBRUNNEN SPORT

In den vergangenen Jahren hat sich durch den demografischen Wandel unsere Gesellschaft verändert. Nach der Berufstätigkeit fühlen sich Senioren noch fit, möchten noch viel erleben und lange ihre Gesundheit erhalten. In Mitteilungen der Sportverbände oder Beiträgen in Magazinen taucht immer wieder das Schlagwort „Jungbrunnen Sport, aktiv bis ins hohe Alter“ auf. Fitnessstudios und Sportvereine haben diese Marktlücke erkannt und bieten spezielle Gymnastik für Senioren an.

Auf der Suche nach Sportvereinen, die Seniorensport anbieten, bin ich beim MTV Lingen und der SG Gauerbach fündig geworden.

In meiner Nachbarschaft treffen sich jeden Montag von 16:30 Uhr bis 17:30 Uhr Senioren zum Sport in der Turnhalle der SG Gauerbach.

Die lizenzierte Übungsleiterin Sigrid Böttcher lud mich zu einer Übungsstunde ein. Sie erzählte mir, dass sie bereits seit 20 Jahren eine Gymnastikgruppe für Senioren leitet.

Unter dem Motto „Wer rastet, der rostet“ und „Aktive leben länger“ leitet die Übungsleiterin Frau Böttcher mit viel Herzblut die Gymnastikstunden. Gymnastik mit Musik bringt Stimmung auf dem Parkett. Bewegung – egal welcher Art – fördert den Stoffwechsel, bringt Herz und Kreislauf in Schwung und kräftigt den Rücken, so Sigrid Böttcher.

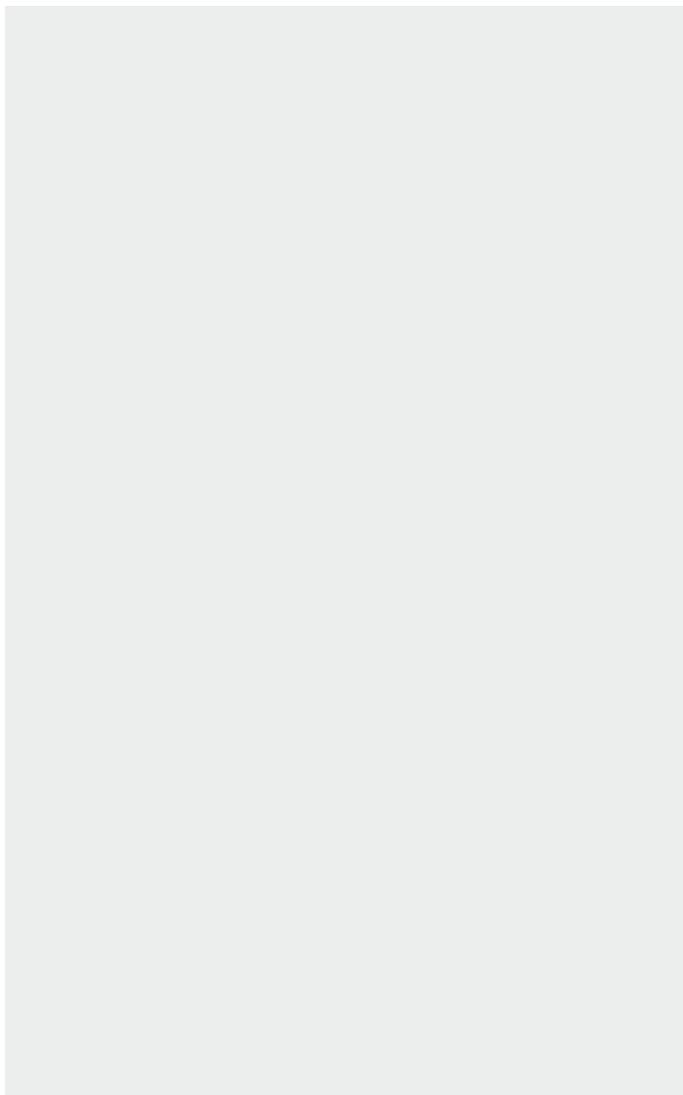
Seit 2007 findet jeden Dienstag von 15:30–17:00 Uhr ebenfalls in der Turnhalle der Grundschule Gauerbach Tanzsport statt. Seniorengymnastik bietet auch der MTV Lingen an: dienstags 16:15–17:15 Uhr im Vereinsheim Jahnstrasse, donnerstags 20:00–21:30 Uhr in der Matthias-Claudius-Schule im Schwalbenweg.

Text und Foto Walter Ahlrichs

Musikalisch unterwegs in Europa

LINGENER MÄNNERQUARTETT

Mit „65“ geht das Lingener Männerquartett noch lange nicht in Rente. Das Jahreskonzert findet am 20. Mai 2017 um 17:00 Uhr im Kulturforum Sankt Michael in Lingen statt: „Lingener Männerquartett – musikalisch unterwegs in Europa“. Im 65. Jahr seines Bestehens tritt das Lingener Männerquartett eine musikalische „Reise“ durch Europa an. In vielen Städten waren die Sänger bereits als Kulturbotschafter der Stadt Lingen, neue Ziele sind anvisiert. Lassen Sie sich begeistern von Melodien aus verschiedenen Regionen – konzertant, bes(ch)wingt und poppig dargeboten von den 33 Sängern des „Quartetts“. Künstlerisch werden die Sänger professionell, einfühlsam wie humorvoll von ihrem Chorleiter Eric Even und ihrem Pianisten Peter Nijland für dieses Konzert vorbereitet. Für das Konzert haben die Herren sich übrigens die „Big Band New Edition“ aus Tubbergen (NL) eingeladen, um gemeinsam zu musizieren. Genießen Sie die neue Mischung, die das Lingener Männerquartett für Sie vorbereitet – dann werden Sie feststellen, dass dieses Ensemble mit 65 noch lange nicht in Rente geht! Für seine künstlerischen Leistungen wurde das Lingener Männerquartett erst unlängst mit dem alle drei Jahre vergebenen „Kulturpreis der Stadt Lingen – 2016“ geehrt ... und wenn Sie Lust haben, gehen Sie doch zu einer der Proben des LMQ zum „Schnuppern“. Sie werden feststellen, dass Singen richtig Spaß macht! Interessantes über das Lingener Männerquartett mit Hörproben, Veranstaltungen, Bildern und vielem mehr finden Sie unter www.lmq-lingen.de. Karten sind im Vorverkauf für 12 € bei Tourist-Info in Lingen erhältlich.



LiLi – DIE LINIE FÜR LINGEN

www.lili-bus.de



LiLi-Busfahrplan

 Linie 11	ZOB - Damaschke - Brögbern
 Linie 21	ZOB - Stroot - Gauerbach
 Linie 31/131/132	ZOB - Ramsel - Baccum
 Linie 41	ZOB - Darne - Bramsche
 Linie 60	ZOB - Reuschberge - Schepsdorf - Reuschberge - ZOB
 Linie 71/171	ZOB - Altenlingen - Holthausen/Biene
 Linie 74	ZOB - Telgenkamp - Heukampstannen - ZOB
 Linie 101	ZOB - Goosmanns Tannen - Clusorth-Bramhar ZOB = Zentrale

Die Verkehrswacht Lingen e. V. informiert

SICHER MOBIL

In der Lingener Tagespost vom 11. Januar heißt es: „So viele Unfälle mit Pedelecs in Deutschland wie noch nie. Bis September 2016 kamen 46 Menschen ums Leben.“ So eine Schlagzeile ist zuerst ein Schock. Im folgenden Artikel wird dann die Sache etwas relativiert. Es waren auch noch nie so viele mit einem Pedelec auf deutschen Straßen unterwegs.

Nach Aussage des Unfallforschers der Versicherer, Herrn Brockmann, ist das Pedelec nicht gefährlicher als ein gewöhnliches Fahrrad. Also liebe Leser, genießen Sie den Frühling, die Natur und fahren Sie Rad. Das heißt aber nicht, dass die eigene Sicherheit und die Anderer vernachlässigt werden sollte. Nach Aussage von Herrn Brockmann werden immer mehr Pedelecs gekauft und insbesondere würden durch die Elektrounterstützung wieder mehr ältere Menschen Rad fahren. Die Verkehrswacht bietet daher nach wie vor Tagesveranstaltungen für Senioren an, bei der die Sicherheit – Pedelec oder normales Fahrrad – im Vordergrund steht.

sicher mobil
ein Programm für Verkehrsteilnehmer 50 plus



Ein anderes Thema der Verkehrssicherheit tritt ebenfalls immer mehr in den Vordergrund:

Fahrerassistenzsysteme

„Komfort vor Sicherheit“ – mit dieser Einstellung geht ein Großteil der Autofahrenden in Deutschland an den Kauf eines Neuwagens (neu oder gebraucht) heran.

Die Verkehrswacht möchte in Gruppengesprächen die Fragen klären:

1. Welche Assistenzsysteme gibt es?
2. Wie funktioniert das Ding?

Haben wir Ihr Interesse an den oben genannten Themen geweckt und möchten Sie in Ihrer Gruppe eines dieser Themen besprechen?

Wenn ja, würden wir uns über einen Anruf und eine Terminvereinbarung freuen.

Kontakt: Franz Kleene, Tel. 0171 7517970.

Ihre Verkehrswacht Lingen e.V.

Pedelec- und Fahrradanhängerverleih der LWT ENTSPANNTE RADTOUREN

Um den Radius entdeckungs- und radelfreudiger Menschen zu erweitern, bietet die Lingen Wirtschaft + Tourismus GmbH einen besonderen Service an. Wer mehr als die berühmte „Runde ums Viertel“ drehen möchte, kann sich dafür **Pedelecs oder einen Fahrradtransport-Anhänger leihen**. Damit sind der individuellen Tourenplanung keine Grenzen mehr gesetzt – Pedelecs machen eine entspannte Radtour möglich. Mit der hilfreichen Motor-Unterstützung werden lange Strecken mit Pedelecs zu einem Katzensprung. Ob für einen längeren Tagesausflug, ein Wochenende oder eine Mehrtagestour: insgesamt acht Pedelecs stehen in der Lingener Tourist-Info zur Ausleihe bereit. Pro Fahrrad steht eine Gepäcktasche zur Verfügung, weitere Ausrüstung wie Helme o. ä. müssen selbst organisiert werden. Wer zusammen mit Freunden noch ein paar Kilometer mehr zurücklegen möchte, für den ist der Transportanhänger der LWT ideal. Mit ihm können bis zu 14 Fahrräder schonend und verkehrssicher transportiert werden. Gezogen werden kann er von jedem PKW. **Informieren Sie sich unter Tel. 0591 9144-144 oder persönlich in der Lingener Tourist-Info.**

Stichtag 8. Mai 2017, 17:00 Uhr

ACHTUNG SPORTABZEICHEN

Es geht wieder los – auch in diesem Jahr stehen wieder versierte Prüfer im Emslandstadion bereit, allen Interessierten die Bedingungen für das Deutsche Sportabzeichen zu erklären. Es hat einige Änderungen in den Anforderungen gegeben, die aufgrund von Erfahrungswerten angepasst wurden. Sie können sich auch schon vorab zu Hause informieren; haben Sie Internet, schauen Sie nach bei „splink.de“. Geben Sie männlich oder weiblich ein, dazu Ihr Geburtsjahr und schon können Sie unter „Anforderungen“ genau feststellen, welche Leistungen für Sie zutreffend sind. Wenn Sie zum Sportplatz kommen, können Sie natürlich auch im persönlichen Gespräch mit einem Prüfer alles abklären. Dazu gibt es dann Hinweise, welche Disziplinen für Sie individuell besser geeignet sind. Im Vergleich zum Jahr 2015 hat das Jahr 2016 mit der Anzahl der abgelegten Prüfungen ähnlich gut abgeschnitten. Das war jetzt die Theorie – wir würden uns freuen, wenn Sie jetzt die Praxis folgen lassen und uns im Emslandstadion besuchen. Es ist immer wieder ein Erfolgserlebnis, wenn man am Ende des Jahres sagen kann: „Ich habe es mal wieder geschafft!“ *Wilfried Schiffer*

Professionelle Unterstützung bei der Gartenarbeit – mehr Zeit, den Garten zu genießen BES•SER IN SCHUSS

Für viele ist der eigene Garten der wahrscheinlich schönste, zumindest aber der am nächsten gelegene Ort, um ein wenig Natur und frische Luft zu genießen. Und obwohl die Gartenarbeit das ganze Jahr über einen gewissen Aufwand erfordert, empfinden viele Menschen sie in erster Linie als eine angenehme Beschäftigung. Die Gartenpflege kann allerdings auch zu einer Belastung werden.

Viele Arbeiten wie Unkraut jäten, Rasen mähen, Vertikutieren oder Hecken schneiden beanspruchen insbesondere den Rücken und die Knie- und Ellbogengelenke. Hinzu kommt, dass mit zunehmendem Alter auch das Verletzungsrisiko bei einem Sturz bedeutend zunimmt. Nach einem Unfall oder aufgrund einer Krankheit können vermeintliche Kleinigkeiten zu erheblichen Anstrengungen werden und nicht immer können Freunde oder Familienmitglieder einspringen. Häufig fehlt auch schlichtweg die Zeit, um alle Arbeiten allein schaffen zu können.

Professionelle Dienstleister können hier wertvolle Entlastung bieten. Sie übernehmen beispielsweise regelmäßige und besonders anstrengende oder einfach unliebsame Aufgaben. So bleibt mehr Zeit für die angenehmen Arbeiten, für den Partner und die Familie oder einfach für die persönliche Freizeit um die schönen Tage im Garten auch wirklich genießen zu können. Gerade größere Projekte wie Hecken schneiden, Pflasterarbeiten oder Baumfällungen, die sich ohne fremde Hilfe oft nur schwer bewältigen lassen, können von Unternehmen meist schnell und günstig erledigt werden. Und auch auf Friedhöfen bei der Grabstättengestaltung und der dauerhaften und sorgsam Grabpflege kann schon ein wenig Hilfe ein wahrer Segen sein. Häufig werden von Firmen und Freiberuflern neben Gartenarbeit außerdem noch viele weitere Dienste angeboten, wie Reinigungsarbeiten, Entsorgungen und Entrümpelungen, Winterdienst und ganze Gartenneugestaltungen. Sogenannte haushaltsnahe Dienstleistungen – dazu zählen abgesehen von Gartenarbeit zum Beispiel auch Reinigungs- und Haushaltshilfe – lassen sich zudem noch von der Steuer absetzen. Mit der Beauftragung mancher Dienstleister ist überdies noch ein weiterer Nutzen verbunden: BES•SER in Schuss beispielsweise bietet einen pro-



Professionelle Dienstleister wie BES•SER in Schuss (Foto) können diverse Arbeiten rund um Haus und Garten übernehmen und eine enorme Entlastung sein.

fessionellen Service für Garten- und Landschaftspflege, Hausmeisterarbeiten sowie Friedhofspflege und ermöglicht Menschen mit Behinderung die Teilhabe am Arbeitsleben. Denn BES•SER in Schuss ist Teil des Integrationsbetriebes BES•SER besonderer.Service GmbH, wo Menschen mit und ohne Behinderung zusammenarbeiten. Alle Mitarbeiter sind sozialversicherungspflichtig beschäftigt. Für Menschen mit Behinderung bedeutet das, im allgemeinen Arbeitsmarkt angekommen und einem selbstbestimmten Leben einen entscheidenden Schritt näher gekommen zu sein.

Die BES•SER GmbH beschäftigt zu 40 Prozent Menschen mit Behinderung und ist mit seinen drei Betriebszweigen ein Tochterunternehmen des Christophorus-Werkes. Neben BES•SER in Schuss betreibt das Unternehmen den Catering- und Gastronomiebetrieb BES•SER genießen in Sauna und Schwimmbad der Linus Lingen Wasserwelten und die Agentur für Leichte Sprache BES•SER verstehen.

