



Foto © Richard Heskamp

Verkehrswacht e.V.

Unfallgefahr mit E-Bikes (Pedelec)

Seite 4-6



Gertrud Schütte erhält den Engagement-Preis 2020
Seite 10

- 2 „Wussten Sie schon, dass...“; Veranstaltungshinweis
- 3 Vorwort und Steckbrief Verkehrswacht Lingen e.V.
- 4–6 Senioren aktuell – Die Verkehrswacht Lingen e.V. informiert: Unfallgefahr mit E-Bikes
- 7 Senioren aktuell – Vortrag „Betrug erkennen & vermeiden“; Eine halbe Million Klicks auf der Internetseite der Seniorenvertretung Lingen
- 8 Senioren aktuell – Auswertung der Lesenumfrage; Gewinner der Lesenumfrage
- 9 Senioren aktuell – Termine Senioren-campus 2020
- 10 Senioren aktuell – Neujahrsempfang der Seniorenvertretung
- 11 Senioren aktuell – DRK Hörzeitung
- 12–14 Veranstaltungen in Lingen
- 15 Unterhaltung – Rätsel und Sonstiges
- 16 Senioren aktiv – Kurs Ran an den Computer
- 17 Senioren aktiv – Franz-IT: Computerkurs
- 18 Senioren aktiv – Verein Altenwerk e.V. besteht seit 50 Jahren
- 19 Senioren aktiv – Übergabe Tätigkeitsbericht
- 20 Senioren aktiv – Jubiläum Kreissenioresbeirat
- 21 Senioren aktiv – 10 Gebote für Nichtbehinderte
- 22 Senioren aktiv – Informationsbesuche in den Alten- und Pflegeeinrichtungen in Lingen
- 23 Kolumne – „Opa Lingen“

In den nächsten Ausgaben werden weitere redaktionelle Beiträge der Lingener Seniorenverbände vorgestellt. Die nächste Ausgabe erscheint im Juli 2020.

Wir freuen uns auf Ihre Mitarbeit!

IMPRESSUM

Herausgeber/V.I.S.D.P.	Seniorenvertretung der Stadt Lingen (Ems) Ingrid Hermes (1. Vorsitzende) senioren.hermes@web.de
Redaktionsleitung:	Johannes Ripperda senioren.drehscheibe@web.de
Konzept/Gestaltung/Satz	© MEDIENWERKSTATT GmbH & Co. KG Neue Straße 2, 49808 Lingen (Ems)
Geschäftsführung Kommunikation	Thorben Koop T +49 (0) 591 61075-30 F +49 (0) 591 61075-32 info@medienwerkstatt-lingen.de
Erscheinungsgebiet	Lingen
Erscheinungsdatum	April 2020 – 23. Ausgabe
Vertrieb	Kostenlos an verschiedene Auslagestellen
Quellennachweis:	Fotos Titelseite © Richard Heskamp

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...*

... die Stadt Lingen im Jahre 1975 1.000 Jahre alt wurde und der damalige Bundespräsident Walter Scheel zum Fest kam? Jetzt ist Lingen also 1.045 Jahre alt.

... 1975 der alte Schlachthof zum Jugendzentrum umgebaut wurde?

.... 1980 das 1. Altstadtfest gefeiert wurde unter dem Motto: „Lingens gute Stube“?

.... 1990 der 1. Kreisverkehr gebaut wurde – Burgstraße/Bernd-Rosemeyer-Straße/Wilhelmstraße?

... 1995 die Fachhochschule eröffnet wurde mit den Studienfächern „Techn. Betriebswirt“ und „Kommunikation“?

Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems)

VERANSTALTUNGSHINWEIS

Die Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems) bietet in Kooperation mit der Verkehrswacht Lingen e.V. einen Kurs „Fit im Auto“ am 06. Mai 2020 in der Zeit von 08:15 bis 13:30 Uhr auf dem Verkehrsübungsplatz, Schüttorfer Straße, Lingen-Darme, an. Eigenes Auto mitbringen!

Teilnehmerzahl: 12 Pers. / Kosten: 30,- € pro Pers. Die Landesverkehrswacht Niedersachsen e.V. bietet das Programm „Fit im Auto“ an, das gemeinsam mit dem Niedersächsischen Fahrlehrerverband, dem Niedersächsischen Verkehrs- und Innenministerium sowie der Polizei Niedersachsen entwickelt wurde.

Ziel ist es, auch im Alter das Bedürfnis nach Mobilität mit dem Wunsch nach Sicherheit und dem Erkennen der eigenen Grenzen in Einklang zu bringen. Daher vermittelt das Programm nicht nur Theorie, sondern lädt zum selbst Erleben ein: „FIT im Auto“ bietet allen Senioren die Möglichkeit, das eigene Können hinterm Steuer praktisch zu testen und gemeinsam mit Experten zu hinterfragen.

06. Mai 2020 | 08:15 – 13:30 Uhr | Verkehrsübungsplatz der Verkehrswacht

Weitere Informationen sowie Anmeldungen unter www.seniorenvertretung-lingen.de auf dem Anmeldeportal, per Mail über post@seniorenvertretung-lingen.de sowie telefonisch unter 0591 4609.

Liebe Leserinnen und Leser,

wenn Sie diese Zeitschrift in Ihren Händen halten, ist der Frühling gekommen und der Sommer steht vor der Tür. Zeit für tolle Fahrradtouren rund um Lingen und im schönen Emsland. Und auch der Umwelt zu Liebe ist es ratsam, kurze Wege mit dem Fahrrad zurück zu legen. Bewegung – ob zu Fuß oder mit dem Fahrrad – ist, wenn man älter wird, für den Erhalt der Mobilität und der Gesundheit erforderlich und ratsam. Vor einigen Monaten war in der örtlichen Zeitung folgende Schlagzeile zu lesen:

„Soviele Unfälle mit E-Bikes (Pedelecs) in Deutschland wie noch nie.“

So eine Schlagzeile ist zuerst ein Schock. Im Artikel auf den Seiten 4–6 „Senioren aktuell“ soll auf die Gefahren im Straßenverkehr, die auf Radfahrer und insbesondere auf E-Bike Fahrer lauern, aufmerksam gemacht werden.

Es waren noch nie so viele Menschen mit einem E-Bike auf deutschen Straßen unterwegs. Nach Aussage des Unfallforschers der Versicherer – Herrn Brockmann – ist das E-Bike nicht gefährlicher als ein gewöhnliches



Fahrrad bei rücksichtsvollem Fahren und bei Beachtung der im Artikel aufgelisteten Tipps.

Also liebe Leserinnen und Leser, genießen Sie den Frühling, die Natur und fahren Sie Rad. Das heißt aber nicht, dass die eigene Sicherheit und die der anderen Verkehrsteilnehmer vernachlässigt werden sollte.

Es werden immer mehr E-Bikes gekauft und insbesondere steigen durch die Elektrounterstützung wieder mehr ältere Menschen auf Fahrrad. Die Verkehrswacht ermutigt Seniorinnen und Senioren möglichst bis ins hohe Alter Fahrrad zu fahren und – sei es mit oder ohne elektrischer Unterstützung – die Natur zu genießen.

Wir wünschen eine angenehme Lektüre der Drehscheibe und tolle Radtouren bei schönem Wetter.

Verkehrswacht Lingen e.V.

Verkehrswacht Lingen e.V.

STECKBRIEF

Gegründet wurde der Verein am 13.01.1956 als Kreisverkehrswacht Lingen. Nach der Zusammenlegung der Kreise Aschendorf-Hümmling, Meppen und Lingen zum Landkreis Emsland änderte sich der Name zu **Verkehrswacht Lingen e.V.**

Unser Bestreben: Die Verkehrswacht Lingen e.V. hat die Sicherheit aller Verkehrsteilnehmer im Blick. Ob Kinder, Jugendliche, Erwachsene oder Ältere – für jeden bietet die Verkehrswacht interessante und wichtige Informationen und Angebote und versucht

so zu einem sicheren Miteinander im Straßenverkehr beizutragen

Zuständigkeitsbereich: Stadt Lingen, Samtgemeinde + Stadt Freren, Samtgemeinde Lengerich, Samtgemeinde Spelle und die Gemeinden Salzbergen und Emsbüren.

Der derzeitige Vorstand ist: 1. Vorsitzender Hans-Heino Beimesche, 2. Vorsitzender Martin Voss, Geschäftsführer Helmut Hodde, Schatzmeister Franz Kleene

Verkehrsübungsplatz: Telefon 0591 831111

Internet: www.verkehrswacht-lingen.de



Frühlingsnacht

*Über 'n Garten durch die Lüfte
hört ich Wandervögel zieh 'n,
das bedeutet Frühlingsdüfte,
unten fängt 's schon an zu blüh 'n.
Jauchzen möchte ich, möchte weinen,
ist mir 's doch, als könnt 's nicht sein!
Alte Wunder wieder scheinen
Mit dem Mondesglanz herein.
Und der Mond, die Sterne sagen 's,
und in Träumen rauscht 's der Hain,
und die Nachtigallen schlagen 's:
Sie ist Deine, sie ist dein! Joseph von Eichendorff*

Die Verkehrswacht Lingen e. V. informiert: UNFALLGEFAHR MIT E-BIKES

Bevor mit dem eigentlichen Thema – Unfallgefahr mit E-Bikes – begonnen wird, ist der Begriff E-Bike zu erläutern und zu definieren, auf den im Artikel eingegangen werden soll: E-Bike bzw. Elektrofahrrad ist ein Begriff, der für verschiedene Zweiräder zutrifft, die mit einem Elektromotor ausgerüstet sind: E-Bike 25 oder Pedelec (Pedal Electric Cycle), E-Bike 45 oder S-Pedelec, E-Bike Zweirad mit Elektroantrieb auf Knopfdruck.

Das bekannteste per Elektromotor unterstützte Fahrrad ist das **Pedelec 25**: Es unterstützt den/die Fahrer/in beim Treten mit einem Elektromotor bis 25 km/h. Sie ermöglichen so insbesondere älteren Menschen, länger mobil zu sein. Auch unter jungen Radlern werden die Fahrräder mit Hilfsantrieb immer beliebter. Sie werden rechtlich wie Fahrräder behandelt. Man benötigt keinen Führerschein, kein Nummernschild und auch keine Pflichtversicherung.

Für Pedelec 25-Fahrer gelten die gleichen Verkehrsregeln wie für Nutzer/innen von normalen Fahrrädern. Eine Helmpflicht gibt es leider nicht.

Die anderen E-Bikes sind

dagegen rechtlich gesehen gar keine Fahrräder im Straßenverkehrsrecht. Sie zählen zu den **Kraftfahrzeugen**.

Da mehr als 95 % aller heute verkauften Elektrofahrräder so genannte „Pedelec 25“ sind, wird hier auf die Gefahren bei der Benutzung dieser **Pedelec** eingegangen. Gefahren werden leider oft unterschätzt. Die Unfallentwicklung mit Pedelecs ist in den letzten Jahren anders als die bei gewöhnlichen Fahrrädern. Bei den getöteten Radfahrern gibt es für das Jahr 2016 einen Rückgang um fünf Prozent gegenüber dem Jahr 2015. Bei den Pedelec-Fahrern sieht das anders aus: 2015 wurden 36 von ihnen im

Straßenverkehr tödlich verletzt, 2016 waren es 61. Eine Steigerung um 69 Prozent. Bei den Schwerverletzten bietet sich ein ähnliches Bild (Zahlen und Erkenntnisse der Unfallforschung der Versicherer UDV). Es gibt mehrere Gründe. Gegenüber dem Jahr 2015 sind im Jahr 2016 eine große Menge Pedelecs gekauft und benutzt worden. Der Anteil der Nutzergruppe von Pedelecs, die immer noch überwiegend aus Senioren besteht, wird auf etwa 80 % geschätzt. Das hat mehrere Konsequenzen. Wenn ein 20-Jähriger einen Unfall erleidet, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass er aufsteht und weiterfährt. Ein 80-Jähriger wäre bei einem ähnlichen Unfall dagegen eher schwer verletzt oder getötet worden. Senioren haben eben eine sehr viel höhere Verletzlichkeit. Meist sind Arme und Beine in Mitleidenschaft gezogen, bei schwereren Unfällen sind überwiegend Brustkorb oder Kopf betroffen. Außerdem reagieren ältere Menschen langsamer. Sie haben durch Pedelecs plötzlich die Möglichkeit, wieder mobil zu sein, obwohl sie auf einem normalen Fahrrad möglicherweise gar nicht hätten fahren können, weil sie dafür nicht fit genug sind. Viele Senioren sind der Geschwindigkeit aber nicht mehr gewachsen. Pedelec Fahrer sind in jeder Altersgruppe schneller unterwegs als Fahrradfahrer. Das Fahrrad setzt muskuläre Grenzen, beim Pedelec ist eher die Frage, wie viel ich mir zutraue. Die 25 km/h Spitzengeschwindigkeit kann wirklich jeder auf gerader Strecke erreichen, ohne dass er besonders viel Muskelkraft braucht. Aber je größer die Geschwindigkeit, desto höher die Wahrscheinlichkeit eines schweren Unfalls. Im Vergleich zum Unfallgeschehen mit normalen Fahrrädern kommt es mit Pedelecs zu viel mehr sogenannten Alleinunfällen, bei denen außer dem Fahrer niemand beteiligt ist. Dazu kommen noch deutlich mehr Fahrnfälle und ein deutlich erhöhter Anteil von Stürzen bei Stei-



geren. Pedelec Fahrer sind in jeder Altersgruppe schneller unterwegs als Fahrradfahrer. Das Fahrrad setzt muskuläre Grenzen, beim Pedelec ist eher die Frage, wie viel ich mir zutraue. Die 25 km/h Spitzengeschwindigkeit kann wirklich jeder auf gerader Strecke erreichen, ohne dass er besonders viel Muskelkraft braucht. Aber je größer die Geschwindigkeit, desto höher die Wahrscheinlichkeit eines schweren Unfalls. Im Vergleich zum Unfallgeschehen mit normalen Fahrrädern kommt es mit Pedelecs zu viel mehr sogenannten Alleinunfällen, bei denen außer dem Fahrer niemand beteiligt ist. Dazu kommen noch deutlich mehr Fahrnfälle und ein deutlich erhöhter Anteil von Stürzen bei Stei-



gung, Gefälle und Kurven. Das bedeutet meist: Der Nutzer hatte ein Problem damit, das Fahrrad zu bedienen. Entweder hat der Fahrer das Fahrrad unter- oder sich selbst überschätzt.

Sie sollten sich – oder noch besser: andere – zunächst kritisch fragen: Kann ich ein Zweirad noch sicher bedienen? Für die Gruppe hochbetagter Senioren sind die 25 km/h Höchstgeschwindigkeit der Pedelecs in vielen Fällen zu schnell. Man muss ja nicht unbedingt so schnell fahren, wie es das Rad zulässt. Der Vorteil eines Pedelecs bleibt ja erhalten, auch wenn ich langsamer fahre: Man kann trotzdem längere Strecken fahren, ohne müde zu werden, und Steigungen bewältigen, ohne absteigen und schieben zu müssen. **25 km/h sind dafür nicht nötig.**

Je schneller das Rad, desto länger der Bremsweg. Aber nicht der reine Bremsweg ist das Entscheidende, sondern vielmehr die Reaktionszeit. Also der Weg, den ich zurücklege, ohne irgendwas zu tun. Der ist von der Geschwindigkeit abhängig und bei Senioren oft länger, weil sie die Situation später erfassen als Jüngere. Zwischen 15 und 25 km/h liegen dabei Welten. Auch ein Helm ist gerade bei Senioren wichtig. Sie tragen leider statistisch nicht öfter einen Helm als jüngere Fahrer. Sollten sie aber. Sie unterschätzen die Fallhöhe auf den Asphalt, die auch bei geringer Geschwindigkeit beträchtlich ist. Ein Fahrrad ist natürlich auch eine Gefahr für Fußgänger. Die Gefahr nimmt dann zu, wenn es relativ schnell unterwegs ist. Es wird berichtet, dass vor allem jüngere Fahrer ihre Pedelecs tunen. Sie sind oft mit den 25 km/h nicht zufrieden. Würden sie sich ein schnelleres sogenanntes Speed-Pedelec kaufen, bräuchten sie eine Versicherung, müssten einen Helm tragen und dürften Fahrradwege nicht mehr benutzen. Das wollen viele nicht und gehen dann

Fortsetzung auf der nächsten Seite

DIREKT IN LINGEN



ANDREAS HOPPE
ORTHOPÄDIE - SCHUHTECHNIK



ORTHOPÄDISCHE SCHUHE

- DIABETIKER- UND RHEUMATIKER- VERSORGUNG
- SCHUTZSCHUHE
- STABILSCHUHE



ORTHOPÄDISCHE EINLAGEN

- EINLAGEN FÜR DIABETIKER UND RHEUMATIKER
- VERBANDSCHUHE
- BANDAGEN, ORTHESEN



SCHUHZURICHTUNGEN SCHUHREPARATUREN

- VERKÜRZUNGS AUSGLEICHE
- ABROLLUNGEN
- ABSATZ- UND SCHUHVERBREITERUNGEN



GROßE STR. 23 · 49808 LINGEN

TEL: (0591) 14 20 72 10

FAX: (0591) 14 20 72 09

WWW.HOPPE-SCHUHTECHNIK.DE

den illegalen verbotenen und gefährlichen Weg des Tunings. Die Fahrer sind sich leider nicht der damit verbundenen Risiken bewusst. Man gewöhnt sich relativ schnell an Geschwindigkeit. Das weiß jeder, der mit dem Auto schon einmal auf der Autobahn unterwegs war. Wenn man eine Zeitlang 150 km/h fährt, nimmt man nicht mehr wahr, wie schnell das eigentlich ist. Erst wenn man in die Ausfahrt fährt, ohne vorher auf den Tacho geschaut zu haben, bemerkt man die Geschwindigkeit. Beim Pedelec ist das ähnlich.

Es gibt in Deutschland leider keine Helmpflicht für Radfahrende. **Die Verkehrswacht empfiehlt aber dringend, immer einen Fahrradhelm zu tragen.**

Für Pedelec gelten hinsichtlich der Beleuchtungseinrichtungen (Scheinwerfer, Rückleuchten und Reflektor) die gleichen StVZO-Regelungen wie für Fahrräder.

Der Scheinwerfer und die Rückleuchte müssen sauber und voll funktionsfähig sein. Es ist auf eine **blendfreie** Einstellung zu achten. Die Lichtanlage darf auch aus dem Antriebsakku mit Strom versorgt werden.

Vorgeschrieben sind für Fahrräder und Pedelec weiße Rückstrahler vorne, zwei rote am Heck sowie gelbe Reflektoren an den Pedalen; an den Rädern müssen entweder gelbe Speichenrückstrahler, rückstrahlende Streifen an den Reifen oder röhrenförmige Speichensticks angebracht sein.

Bei Dunkelheit und bei schlechter Sicht sollte zur eigenen Sicherheit zusätzlich zur Beleuchtung eine auffällige Kleidung getragen werden. Die Verkehrswacht empfiehlt das Tragen einer Warnweste und/oder eines auffälligen Schutzhelms.

Klein neben Groß

Radfahrende sollten zu großen Fahrzeugen wie LKW und Bussen **grundsätzlich** genügend Abstand halten. Radfahrende dürfen zwar an einer Ampel wartende Autos vorsichtig am rechten Fahrbahnrand überholen, wenn genügend Platz ist. Sie dürfen sich an Kreuzungen auch vor Kraftfahrzeugen platzieren, wenn eine entsprechende Aufstellfläche markiert ist. Bei Lastwagen und Bussen ist dies allerdings **nicht** zu empfehlen, da die Radfahrenden aufgrund des toten Winkels häufig nicht gesehen werden können. Wegen der erhöhten Sitzposition des LKW-Fahrenden sind Radfahrende, die vor einem LKW stehen, ebenfalls kaum sichtbar.

Besonders gefährlich wird es beim Rechtsabbiegen: Bus oder Lastwagen ordnen sich dabei meist am



linken Rand ihrer Fahrbahn ein, um mit dem Heck des Fahrzeugs sicher um die Kurve fahren zu können. Die so entstehende freie Gasse lädt scheinbar zum Vorbeifahren ein. Sie zieht sich während des Abbiegens dann aber immer mehr zu. Dies ist fatal für den Radfahrenden, dem dann kein Platz mehr zum Ausweichen bleibt. Radfahrende sollten aus Sicherheitsgründen daher immer hinter Bussen oder LKW bleiben und auf deren Blinker achten. Eine Bitte: Fahren Sie vorausschauend, nehmen Sie Rücksicht und verzichten Sie bei Gefahr auf Ihr Vorfahrtsrecht. Es ist für Sie kein Gewinn wenn auf dem Grabstein steht: **Sie/Er hatte Vorfahrt!**

Noch ein paar Tipps für den Kauf eines Pedelec:

- vor dem Kauf immer eine Probefahrt
- Reichweite des Pedelec beachten (wie stark ist der Akku)
- Zuladung des Pedelec (eigenes Gewicht plus event. Gepäck)
- Gewicht des Pedelec (kann der Akku entnommen werden)
- soll ein Kindersitz oder Anhänger montiert werden?
- immer auf stabilen Rahmen und hochwertige Bremsen achten
- richtige Sattel- und Lenkereinstellung

Die Verkehrswacht e.V. Lingen bietet auf dem Verkehrsübungsplatz an der Schüttorfer Straße in Lingen für Pedelec Fahrer/innen Sicherheitskurse an. Sollten Sie Interesse an einem Sicherheitstraining für Pedelec Fahrer haben, bitte melden. Telefon 01717517970 oder per Mail: franz.kleene@web.de

Infoveranstaltung der Seniorenvertretung in der Halle IV BETRUG ERKENNEN & VERMEIDEN

Die Seniorenvertretung hatte zu einer Infoveranstaltung in der gut besuchten Halle IV zum Thema „Betrug erkennen und vermeiden“ eingeladen. Polizeihauptkommissar Peter Siebert gab wertvolle Tipps wie man sich verhalten sollte um nicht in eine Betrugsmasche zu tappen.

Fast jeder von uns hat schon mal Anrufe von angeblichen Verwandten, Behörden, Polizei, Lottogemeinschaften oder Internet Providern erhalten. Mit ausgeklügelter Methode versuchen diese Personen Geld oder Wertgegenstände von Ihnen zu ergaunern.

Wie muß ich mich verhalten wenn ich unsicher bin, ob der Anrufer wirklich die Person ist, für die sie sich ausgibt? Geben Sie keine persönlichen Informationen von Ihnen bekannt. Seien Sie misstrauisch und trauen sie nicht der Telefonnummer auf dem Display. Telefonnummern werden manipuliert. Legen Sie auf und rufen die Polizei nicht auf der angezeigten Nummer zurück. Aber auch im Internet kann man schnell betrogen werden. Insbesondere wenn man Vorauszahlung leisten soll. Über diese Betrugsmaschen und Fallstricke im Internet und am Telefon informierte Polizeihauptkommissar Peter Siebert mit gezeigten und realistischen Beispielen: Er spielte ein mitgeschnittenes Telefonat ab, in dem eine Rentnerin von einem angeblichen Polizisten informiert wird, dass in der Nachbarschaft ein Einbrecher mit einer Liste



Polizeihauptkommissar Peter Siebert –
Prävention Neue Medien

festgenommen wurde, auf dem ihr Name stände und ihre Wertsachen aus Sicherheitsgründen von der Polizei gesichert werden müssten. Auch das Bankkonto sollte aufgelöst werden. Eine Horrorgeschichte: Das geplünderte Konto. Mitunter sind nicht nur gesicherte Existenzen bedroht, sondern die Gutgläubigkeit kann auch Menschen traumatisieren.

Hier noch einige Hinweise:

Die Polizei ruft niemals mit der Nummer 110 an!
Die Polizei fordert niemals Bargeld oder Wertsachen.

Wichtige Infos:

SIM-Karte sperren: 116 116 kostenlos;

IMEI-Nummer: * # 0 6 # (15-stellige Nummer)

Anzeige aufgeben unter:

Google-Suche: ONLINE-WACHE

Weitere Informationen unter:

peter.siebert@polizei.niedersachsen.de

Die Veranstaltung war sehr interessant und informativ.

Text und Foto: Walter Ahlrichs

Eine halbe Million Klicks auf der Internetseite der Seniorenvertretung Lingen HOMEPAGE

Mitte Dezember 2019 verzeichnete der Internetauftritt www.seniorenvertretung-lingen.de, der seit Ende Januar 2018 online ist, den 500.000 Seitenaufruf. Auf den Internetseiten gibt es speziell für die Seniorinnen und Senioren aus Lingen Nachrichten und Aktuelles sowie Termine einzusehen. Das Menü sowie die Angebote sind strukturell einfach zu bedienen. Weiterhin ist das Angebot auf Smartphone sowie Tablet abgestimmt und kann auch dort eingesehen werden.

Auf der Startseite finden die Nutzer die aktuellste Meldung sowie interaktive Verbindungen. So kann sich hier jeder mit einem Klick über die Terminangebote informieren. Eine E-Mail Nachricht

ist schnellstens an die Seniorenvertretung geschrieben. Weiterhin kann man sich für die Veranstaltungen der Seniorenvertretung per Internet anmelden. Es werden Umfragen zu Themen gemacht, zu denen der Besucher seine Meinung per Mausklick abgeben kann. Um weitere Informationen zur Seniorenarbeit zu erhalten, gibt es eine Verbindung zur Internetseite der Stadt Lingen (Ems), des Landkreises Emsland und des Landes-seniorenrates Niedersachsen.

Unter weiteren Menüpunkten finden die Interessierten Informationen zur Seniorenvertretung, Termine mit Hintergrundinformationen und der Option, die Einladung herunterzuladen. Presseberichte, die Seniorenzeitung Drehscheibe sowie der jährliche Tätigkeitsbericht runden das Angebot ab.

Text: Johannes Ripperda

Leserumfrage in der Ausgabe 04/2019

IHRE MEINUNG IST UNS WICHTIG

Die Lingener Seniorenzeitung „Drehscheibe“ wird seit 2013 vom Redaktionsteam der Seniorenvertretung in der Stadt Lingen erstellt. Nun, nach sieben Jahren, stellt sich das Redaktionsteam die Frage: Wie kommt unsere Zeitung bei den Leserinnen und Lesern an?

In der 4. Ausgabe der Drehscheibe 2019 haben wir Sie deshalb um kritische Beurteilung unserer Lingener Seniorenzeitung „Drehscheibe“ gebeten. Bei der Gestaltung der Zeitung möchten wir gerne Ihre Wünsche und Anregungen berücksichtigen. Dafür benötigten wir Ihre Meinung und Verbesserungsvorschläge.

Der Fragebogen enthielt 12 Fragen. Die Bewertung unserer Arbeit, die Themenauswahl und die Gestaltung sollte nach dem Schulnotenprinzip erfolgen: 1 (sehr gut) bis 6 (ungenügend).

46 Leser haben den Fragebogen mit Benotung und Anmerkungen an uns zurückgeschickt. Das sind bei einer Zeitungsauflage von 2500 Stück 1,84%. Gerne hätten wir für eine repräsentativere Aussage eine größere Anzahl von Rückmeldungen erhalten. Wir danken allen Lesern, die sich an unserer Umfrage beteiligt haben, für Ihre Beurteilungen, Anmerkungen und Anregungen.

Nach Auswertung der von Ihnen an uns zurückgeschickten Fragebögen kommen wir auf einen Benotungsdurchschnitt von 1,6. Wir erkennen daraus, dass die „Drehscheibe“ grundsätzlich Ihren Vorstellungen und Wünschen entspricht, was nicht heißen soll, dass alles so bleibt wie es war und ist. Wir werden weiterhin bemüht sein aktuell, interessant und seniorenbezogen zu berichten.

Ganz besonders liegen uns Ihre Anregungen und Wünsche am Herzen.

Das sind im Besonderen: weniger Text, mehr Bilder, größere Schrift, alte Rezepte, Vorstellung von Seniorenheimen, Gesundheit und Sport im Alter, alte Berufe, Rätsel und Gehirnjogging, schöne Geschichten usw.

Wir werden uns damit beschäftigen, und so weit wie möglich in unseren nächsten Ausgaben berücksichtigen.

Das Ergebnis der Leserumfrage mit der Benotung zu den einzelnen Fragen sowie die Benennung der Auslege- und Verteilerstellen finden Sie im Internet unter: www.seniorenvertretung-lingen.de. Liebe Leserinnen und Leser der „Drehscheibe“, wir, das Redaktionsteam, bedanken uns für Ihre Mitarbeit und Unterstützung.

Wir freuen uns auch weiterhin über Ihre guten Vorschläge und Anregungen.

Text: Heinz-Gerd Roters

Leserumfrage in der Ausgabe 04/2019

GEWINNER ERMITTELT

In der Redaktionssitzung vom 21. Januar 2019, wurden aus dem Pool der eingegangenen Rückläufe vier Teilnehmer durch das Redaktionsmitglied Hajo Wiedorn gezogen.

Die gezogenen Teilnehmer/innen sollen für ihre Mitarbeit an der Leserumfrage belohnt werden. Als Belohnung erhält jede/r Gewinner/in einen Einkaufsgutschein in Höhe von 30,- Euro.

Zu unserer Redaktionssitzung am 18. Februar 2020 haben wir die glücklichen Gewinner/innen eingeladen und die Gutscheine übergeben.

Die Gewinner/innen sind: Marie-Luise Kappen, Marzella Kramer, Karl-Heinz Meiners und Volker Plesse (siehe Foto).

Das Redaktionsteam der „Drehscheibe“ bedankt sich nochmals bei allen Teilnehmern an unserer Leserumfrage und gratuliert den Gewinner/innen zu ihrem Gewinn.



Die Gewinner im Kreis der Redaktionsmitglieder. (v.l.n.r.) Volker Plesse (Gewinner), Johannes Ripperda, Walter Ahlrichs, Marzella Kramer (Gewinnerin), Heinz-Gerd Roters, Brigitte Brüggmann, Marie-Luise Kappen (Gewinnerin), Karl-Heinz Meiners (Gewinner), Ingrid Hermes, Hans-Joachim Wiedorn

Das Redaktionsteam wird sich bemühen Ihre Anregungen soweit möglich umzusetzen, und freut sich darauf, auch in Zukunft interessante Anregungen und Verbesserungsvorschläge von Ihnen zu erhalten.

Text: Heinz-Gerd Roters, Foto: SVL

Vorlesungen für Seniorinnen und Senioren SENIORENCAMPUS 2020

Liebe Seniorinnen und Senioren,
„man lernt nicht für die Schule, sondern fürs Leben“
– den Spruch haben wir vermutlich alle schon einmal gehört. Experten sind sich jetzt aber sicher: Wir sollten vor allem niemals mit dem Lernen aufhören, denn das trainiert unser Gehirn viel besser, als bislang vermutet. Lernen fördert den Prozess der Weiterentwicklung, egal in welchem Alter.

Mit der Fakultät Management, Kultur und Technik (MKT) der Hochschule Osnabrück auf dem Campus Lingen bieten wir gemeinsam dieses Angebot der Vorlesungen nicht nur für Ältere an.

Für die Kooperation danken wir dem Dekan der Fakultät MKT, Herrn Professor Ingmar Ickerott und dem Oberbürgermeister Herrn Dieter Krone für die Schirmherrschaft.

Gleichfalls gilt unser Dank den Sponsoren für ihre freundliche Unterstützung. Wir laden Sie recht herzlich zu den Vorlesungen ein.

Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems)

Vorlesungen 2020:

Donnerstag, 07. Mai 2020 um 16:30 Uhr

Dr. Rainer Kemper

Autonomie am Lebensende – Rechtsfragen um Sterbehilfe, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

2020



Freitag, 11. September 2020 um 15:00 Uhr

Prof. Dr. Achim Baum

Jeder hat das Recht ... – ist die Meinungsfreiheit bedroht?

Donnerstag, 19. November 2020 um 16:30 Uhr

Prof. Dr. Karsten Günther

Herstellung und Eigenschaften moderner Werkstoffe

Alle Vorlesungen finden auf dem Campus Lingen in der Kaiserstraße 10c, 49809 Lingen, im Hörsaal KD 0202 statt. Die Vorlesungen dauern ca. eine Stunde.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Interesse, Informationslust und viel Neugierde sind gefragt. **Eintritt frei!**

Anmeldungen in der Geschäftsstelle der Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems), Tel.: 0591 4609, E-Mail: post@seniorenvertretung-lingen.de oder über das Anmeldeportal auf der Internetseite www.seniorenvertretung-lingen.de.

Text: Johannes Ripperda

– Anzeige –



Foto © pixabay.com

Herzlich willkommen in der Alloheim Senioren-Residenz „Emsauenpark Lingen“



**Alloheim Senioren-Residenz
„Emsauenpark Lingen“**

Scharnhorststraße 30 · 49808 Lingen-Ems
Telefon +49 591-966450 · www.alloheim.de

Aktiv leben in der Residenz:

Unsere Bewohner können vielfältige
Betreuungsangebote nutzen.

- + Gedächtnstraining
- + Spirituelle Angebote
- + Sing- und Gesprächskreise
- + Sitzgymnastik
- + jahreszeitliche Feste und Feiern
- + aktivierende Einzelbetreuung

Wir bieten den uns anvertrauten Senioren:

- vollstationäre Pflege und Betreuung
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Pflege dementiell erkrankter Menschen

**GERNE BERATEN WIR SIE IN EINEM
PERSÖNLICHEN GESPRÄCH!**

Seniorenvertretung in der Stadt Lingen: Gertrud Schütte erhält den Engagement-Preis 2020 NEUJAHRSEMPFANG

Am 23. Januar fand der Neujahrsempfang im Waldhotel in Schepsdorf statt. Frau Ramelow begrüßte stellvertretend für die erkrankte Vorsitzende Ingrid Hermes die Gäste. Unter den Gästen befand sich die Dezernentin des Landkreises Emsland, Frau Kraujuttis, Frau Tholen von der Volksbank Lingen, Erwin Heinen als Seniorenbeauftragter der Stadt Lingen, Vertreter aus den Internetkursen für die Senioren des Franziskusgymnasiums und der Gesamtschule Emsland, die beiden Ehrenamts-träger aus dem letzten Jahr, Frau Schwegmann und Frau Dust und Mitglieder aus dem Vorstand der Seniorenvertretung.

Frau Ramelow hatte als Motto für 2020 ein Zitat von Franz Müntefering, dem Vorsitzenden der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) gewählt. 3 L sollte jeder für sein Leben wählen: L = Lernen, ein Leben lang, offen für neue Medien sein – L = Laufen, Bewegung, runter vom Sofa und – L = Lachen, das bringt Kontakte und gibt eine positive Lebenseinstellung.

Herr Heinen entschuldigte Herrn OB Dieter Krone und Dezernenten, da zeitgleich eine Ratssitzung stattfand. Er zeigte Statistiken, wieviel Senioren in der Stadt Lingen leben, wieviel Senioren ihren Lebensabend in Heimen verbringen und wie viele Senioren in den eigenen vier Wänden alt werden. Frau Kraujuttis dankte unter anderem den vielen Ehrenamtlichen, die sich im Alter ehrenamtlich betätigen und dazu beitragen, dass das Miteinander funktioniert und der Vereinsamung im Alter entgegenwirkt. Allerdings sei auch jeder selbst



Zu den ersten Gratulanten von Frau Gertrud Schütte (2.v.l.) gehörten Dr. Sigrid Kraujuttis, Erwin Heinen, Ursula Ramelow und Johannes Ripperda (v.l.n.r.)

gefordert, sich einzubringen. Sie stellte die unterschiedlichen Seniorenvertretungen vor, wies auf Vernetzungen hin und Kooperationen. So gibt es u. a. ein Demenz-Servicezentrum, den Zukunftsraum Emsland, die Aktion „Fit im Auto“, Nachbarschaftsinitiativen wie die Mittagstische, der „Mobile Einkaufswagen“ usw. Diese helfen alle dabei, die Lebenssituation zu verbessern. Unter [www. Emsland.de/Leben](http://www.Emsland.de/Leben) und Freizeit kann man dieses im Internet nachlesen.

Frau Ramelow ließ in einer PowerPoint-Präsentation die Arbeit des letzten Jahres Revue passieren. Herr Ripperda gab als Geschäftsführer der Lingerer Seniorenvertretung einen Ausblick auf das Jahr 2020.

Ein Höhepunkt des Empfanges war die Ehrung von Frau Schütte aus Bramsche mit dem Engagement-Preis 2020 für Seniorinnen und Senioren. Frau Schütte war 20 Jahre Vorsitzende der Bramscher Senioren und hat den dortigen Mittagstisch ins Leben gerufen. Außerdem war sie noch auf vielen anderen Gebieten aktiv. Sie rief auch auf zum Engagement in der Gesellschaft, denn

das sei der Motor, der alles zusammenhält. Freiwilliges Engagement beuge außerdem der Vereinsamung vor. Damit die Senioren an diesem Nachmittag auch etwas zum Schmunzeln hätten, trug sie das Gedicht „An uns Senioren kommt keiner vorbei“ vor.

Für das leibliche Wohl war mit Kaffee und Neujahrshörnchen gesorgt. Nach dem offiziellen Teil war dann noch Zeit für einen privaten Plausch.

Text: Brigitte Brüggmann u. Joh. Ripperda,
Fotos: Richard Heskamp



Ein voll besetzter Saal im Waldhotel Neerschulte in Lingen-Schepsdorf

Lokalnachrichten direkt ins Ohr

DRK HÖRZEITUNG

Nachrichten aus den kleineren Ortschaften im Emsland schaffen es nur sehr selten ins Radio und Fernsehen: Die Tageszeitungen informieren uns darüber, was in Schapen, Lünne oder auch Bawinkel passiert. Neuigkeiten aus den Vereinen, von Eröffnungen und Einweihungen sowie bevorstehende Termine können wir so in der Zeitung und auch online lesen.

Damit auch Menschen, die wegen einer Sehbehinderung nicht oder nicht mehr lesen können, diese Lokalnachrichten erhalten, engagieren sich etwa 15 Ehrenamtliche beim DRK-Kreisverband Emsland e.V. in Lingen bei der Hörzeitung.

Hier nehmen sie sich beim Vorlesen auf, kopieren die Dateien mit einfachster Technik auf USB Sticks und geben sie in die Post.

Für dieses Ehrenamt nehmen sich die Engagierten etwa alle drei Wochen einen Vormittag Zeit und sind nach etwa zwei Stunden fertig mit ihrer Aufgabe. Mit jedem Arbeitseinsatz erreichen sie dabei



rund 30 Personen, die sich die DRK-Hörzeitung im Einzugsgebiet der Lingener Tagespost anhören.

Aktuell sucht die Hörzeitung in Lingen Verstärkung. Interessierte Leser und Leserinnen können sich per Email an mascha.abeln@drk-emsland.de oder telefonisch unter 0591 80033-1009 melden.

Weitere Informationen über den Bezug der Hörzeitung selbst gibt es unter der Nummer 0591/80033-0 bei der DRK-Zentrale in Lingen.

Presseinformation DRK Kreisverband Emsland e.V.

– Anzeige –



Rufen Sie noch heute an!
0591 610 98 12



& Projektentwicklung GmbH & Co. KG

Ihr Haus oder Ihre Wohnung ist zu groß für Sie? Sie planen den Umzug in eine Senioreneinrichtung oder möchten sich verkleinern?

Wir finden den Käufer oder Mieter für Ihre Immobilie!



Unsere Leistungen für private und gewerbliche Kunden



Kai Adam,
Immobilienkaufmann &
Sachverständiger

Spezielles Angebot für Senioren:

Mit diesem Angebot, welches eigens auf die besonderen Bedürfnisse für Senioren abgestimmt ist, sprechen wir auch Angehörige und Betreuer an.

Die Lebensumstände können sich von heute auf morgen, auf dramatische Weise, durch Krankheit, Unfall oder auch durch Alterserscheinungen ändern. Für all das finden wir gemeinsam mit Ihnen die passende Lösung.

Ob Vermietung, Verkauf, Verwaltung, Umzug oder Haushaltsauflösung:

Wir lassen Sie in der Ausnahmesituation nicht alleine und beraten Sie mit Herz, Verstand und Kompetenz.

- » Verkauf/Beratung
- » Vermietung/Beratung
- » Wertermittlung/Gutachtenerstellung
- » Übergabe/Übernahme von Objekten
- » Vermietung/Erstellung von Mietverträgen
- » Erstellung und Überprüfung von Betriebskosten oder Nebenkostenabrechnungen
- » Verwaltung
- » Umzugsorganisation/ Haushaltsauflösung
- » Spezielle Betreuung durch gerontopsychiatrische Fachkraft
- » Schlüsselfertiges Bauen
- » Finanzierung

Adam Immobilien
& Projektentwicklung GmbH & Co. KG
Fiskediek 7
49809 Lingen (Ems)

T 05 91 610 98 12
F 05 91 610 98 13
info@adam-immobilie.de



VERANSTALTUNGEN IN LINGEN

APRIL 2020

- 15.04. **Hatha-Yoga** 09:00 Uhr | VHS
Bewegung, Kurs-Nr. 95730, 8 Termine

- 15.04. **Hatha-Yoga** 10:45 Uhr | VHS
Bewegung, Kurs-Nr. 95740, 8 Termine

- 15.04. **Yoga am Stuhl – Yoga 55plus** 16:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95700, 8 Termine

- 16.04. **Übergänge im Alter und wie man sie bewältigen kann**, Referentinnen B. Hueske u. E. Geyer-Köhler, Mitarb. der Psych. Beratungsstelle für Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung in Lingen, Informationsveranstaltung der Seniorenvertretung in der Stadt Lingen im Curanum Seniorenstift Lingen, Jochem-Hamann-Str. 2, 49809 Lingen 15:00 Uhr | Curanum

- 20.04. **Microsoft Office 60plus** 18:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 54200, 3 Termine

- 20.04. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“

- 21.04. **Hatha-Yoga – Achtsam & konzentriert**, Kurs-Nr. 95375, 8 Termine 08:30 Uhr | VHS

- 21.04. **Progressive Muskelrelaxation** 18:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95160, 6 Termine

- 23.04. **Schiffahrt mit dem Vechtezomp auf der Vechte**, von Gramsbergen nach Laar mit dem Plattbodenschiff (2 Std.), inkl. Abendessen 15:00 Uhr | GELingen e.V.

25.04. **Wohlfühltag mit Klangschalen** 10:00 Uhr | VHS und **Monochord**, Der Seele etwas Gutes tun, Kurs-Nr. 95240, 6 Termine

MAI 2020

- 04.05. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“

- 06.05. **„Fit im Auto“ auf dem Verkehrsübungsplatz**, Schüttofer Straße, Lingen-Darme. Eigenes Auto mitbringen! Teilnehmerzahl: 12 Pers., Kosten 30,- Euro pro Person, Infoveranstaltung der Seniorenvertretung in Lingen in Koop. mit der Verkehrswacht Lingen e.V. 08:15 Uhr

- 06.05.+ 08.05. **Die Stunde Null – Lingen in der Besatzungszeit** Emslandmuseum: Vortrag im Heimathaus Laxten, Stahljans Hof 8, jeweils 11:00/16:00/19:30 Uhr

- 07.05. **Autonomie am Lebensende – Rechtsfragen und Sterbehilfe, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht**, Doktor Rainer Kemper, Hörsaal KD0202 16:30 Uhr | Seniorencampus

- 07.05. **Klangmeditationen** 20:15 Uhr | VHS
Auszeit für Körper, Geist und Seele, Kurs-Nr. 95260, 4 Termine

- 12.05. **Preis-Doppelkopfturnier** 19:00 Uhr für Jedermann im Gasthof Klaas-Schaper, Infos unter Tel. 0591 9778615

- 14.05. **Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e.V.
Der Titel wird in der örtl. Presse bekannt gegeben!



Krone Radschlag erhält Zertifizierung

Als eine der ersten Werkstätten in der Region ist die Werkstatt von Krone Radschlag durch den TÜV NORD zertifiziert worden. Mit der Zertifizierung kann Krone Radschlag nachweisen, dass dort nicht nur die technische Leistung bei Reparatur und Inspektionen ein sehr hohes Niveau erreicht, sondern auch der Kundenservice einer modernen Kfz-Werkstatt in nichts nachsteht.

Moderne Servicequalität zeigt sich in einer professionellen Dialogannahme mit Erst-Diagnose, einer sehr genauen Kostenschätzung sowie hoher Termintreue und speziell geschultem Personal. Der Kunde soll von Anfang an das Gefühl haben, dass sein Fahrrad in der Werkstatt richtig aufgehoben ist. Für ein einwandfreies Fahren im Straßenverkehr ist ein Sicherheitscheck bei jedem Werkstattbesuch obligatorisch. Insbesondere bei E-Bikes ist der regelmäßige Check wichtig, da deutlich höhere Geschwindigkeiten erzielt werden als bei herkömmlichen Fahrrädern. Transparenz, Kompetenz, Vertrauen und Verantwortung sind die Leitbilder, zu der sich Krone Radschlag verpflichtet hat und dessen Einhaltung nun vom TÜV NORD CERT GmbH bestätigt wurde.

„Die Kunden erwarten bei technisch anspruchsvollen Produkten einfach die beste Qualität – sowohl in technischer Hinsicht als auch im Service!“

IHR FAHRRADPROFI IM EMSLAND

- TOP Markenräder und E-Bikes**
- 0% Finanzierung**
- Kompetente Fachberatung**
- Ihr Partner für Dienstrad-Leasing**
- TÜV-Zertifizierte Werkstatt**



- 18.05. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
 25.05. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
 28.05. **Fahrt zum Ijsselmeer – Enkhuizen – Stavoren**, inkl. Fährüberfahrt und Abendessen 09:00 Uhr | GELingen e.V.

JUNI 2020

- 04.06. **Jeder hat das Recht ... – ist die Meinungsfreiheit bedroht?**, Professor Dr. Achim Baum, Hörsaal KD 0202 16:30 Uhr | Seniorencampus
 03.06.+ 05.06. **Lingen in der Nachkriegszeit 1945–1950**
 Emslandmuseum: Vortrag im Heimathaus Laxten, Stahljans Hof 8, jeweils 11:00/16:00/19:30 Uhr
 05.06.– 07.06. **3-tägige Reise nach Hamburg** | GELingen e.V.
 Stadtrundfahrt, Hafenrundfahrt, Möglichkeit zum Musical Besuch, Fischmarkt und Zeit für eigene Unternehmungen, Unterbringung: Hotel Courtyard by Marriott Hamburg City
 09.06. **Preis-Doppelkopfturnier** 19:00 Uhr für Jedermann im Gasthof Klaas-Schaper, Infos unter Tel. 0591 9778615
 11.06. **Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e.V.
Der Titel wird in der örtl. Presse bekannt gegeben!
 15.06. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
 25.06. **Kräutermanufaktur im Sommer**, Kurs-Nr. 92040 18:30 Uhr | VHS
 29.06. **Übungsabend** 18:45 Uhr | Skatclub „Herz Bube“

JULI 2020

- 14.07. **Preis-Doppelkopfturnier** 19:00 Uhr für Jedermann im Gasthof Klaas-Schaper, Infos unter Tel. 0591 9778615

Regelmäßige Termine

adfc | Ortsgruppe Lingen

Radlertreff im Kolpinghaus Lingen, Burgstraße 25: 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

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Demenzkranken: jeden 2. Samstag im Monat 14:00–16:00 Uhr, die Er-

krankten können mit ihren Angehörigen an den Treffen teilnehmen. Anmeldung und Kontakt über Gertrud Ber- ning, Tel. 0157 866 870 72.

Kostenlose Beratung im Sozialrecht in den Räumen der Lingener Tafel, Langschmidtsweg 17a: Termine nach Vereinbarung unter Telefon: 05931 3111.

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

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

Gemeinsames Mittagessen: Jeden Mittwoch 12:00 Uhr im „Haus der Vereine“, Goethestraße 22, 49811 Lingen-Damaschke. Anmeldung montags von 08:00–10:30 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 – Wasser-

gymnastik 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 Bäume- rstraße; 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

DRK-Kleiderladen „Stoffwechsel“, Clara-Eylert-Straße 6, 49809 Lingen: Jeden Montag 14:00–18:00 Uhr, jeden Mittwoch und Freitag 10:00–14:00 Uhr

GELingen e. V.

Bürozeiten: montags 10:00–12:00 Uhr und donnerstags 09:00–10:00 Uhr

Offener Treff: täglich ab 09:00 Uhr

Offener Treff mit Programm (wöchentlich): montags 12:30 Uhr – Englisch für Fortgeschrittene, 13:45 Uhr – Englisch für Anfänger; dienstags, mittwochs und donnerstags ab 11:30 Uhr – Mittagstisch; dienstags 16:30 Uhr – „Knackige Knochen“ (Sturzprävention); mittwochs 14:30 Uhr – „Kartenkloppen“; donnerstags 10:00 Uhr – Gedächtnistraining; freitags 15:00 Uhr – PC und Smartphone Hilfe; samstags 09:00 Uhr – Frühstücksbuffet
Veranstaltungen im Monat: Jeden 2. und 4. Samstag 14:30 Uhr – Bingo für alle

Heimatverein Darne

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

VERANSTALTUNGEN IN LINGEN

Integrative Medizin Emsland e. V.

Kostenlose Gesundheitsberatung an jedem Mittwoch von 15:00–17:00 Uhr (Termine nach telefonischer Vereinbarung 0157 39018857) im Mehrgenerationenhaus, Mühltentorstraße 6

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

Pinke Panther e. V. – Offener Seniorentreff

Öffnungszeiten: dienstags von 14:30 bis 17:00 Uhr, mittwochs von 09:30 bis 18:00 Uhr, samstags von 09:30 bis 18:00 Uhr in den Räumen in der Großen Str. 20 in Lingen

Gedächtnistraining: dienstags ab 14:30 bis 15:30 Uhr

Offener Seniorentreff: dienstags von 15:30 bis 17:00 Uhr

Mittagstisch: mittwochs und samstags ab 12:00 Uhr mit anschließendem **Spielesachmittag** mit Kaffee und Kuchen

Fahrt ins Blaue: Jeden 3. Donnerstag im Monat mit Kaffee und Kuchen (außer Januar und Februar), Auskunft zu den Öffnungszeiten oder unter Tel. 0591 12079470

Seniorentreff der Stadtverwaltung Lingen

Jeden 3. Donnerstag im Monat ab 15:30 Uhr im Waldhotel Neerschulte, Lingen-Schepsdorf

Skatclub „Herz Bube“

Übungsbände bei Klaas-Schaper: Gastspieler herzlich willkommen

St. Bonifatius Lingen

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

St. Gertrudis Bramsche

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

Seniengruppe: Treffen s. Programmheft oder auf Anfrage

Herz-Jesu-Freitage: jeden 1. Freitag im Monat Begegnung beim Frühstück mit geistlicher Begleitung

St. Marien Brögbern

Seniorenmesse: jeden 1. Dienstag im Monat um 15:00 Uhr mit anschl. Kaffeetrinken im Pfarrheim

Spielesachmittag: jeden 3. Dienstag im Monat um 15:00 Uhr im Pfarrheim

Förderkreis Wohnpark Gauerbach e. V.

Mittagstisch für Junioren & Senioren: Jeden Dienstag 12:00 Uhr im Bürgerzentrum Gauerbach, Jägerplatz 9, 49811 Lingen. Anmeldung freitags von 09:00–11:30 Uhr unter Tel. 0151 2600 1535

Zukunftsbüro WABE Holthausen-Biene

Mittagstisch für Senioren: Von montags bis donnerstags ab 12:00 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Biene, Am Gemeinschaftshaus 1, 49808 Lingen. Anmeldung

montags von 09:00–10:00 Uhr unter im Büro WABE, Biener Str. 65, 49808 Lingen, Telefon 0591 9662786, oder per E-Mail mittagessenwabe@gmx.de

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 | Seniorengemeinschaft | Tel. 0591 51465

DRK-Kreisverband Emsland e. V. | Jahnstr. 2–4 | Tel. 0591 80033-0

DRK-Kleiderladen „Stoffwechsel“ | Clara-Eylert-Straße 6

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 Darne | Tel. 0591 1606

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 | Mühltentorstraße 6 | Tel. 0591 9101880

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

Pinke Panther e. V. | Große Straße 20 | Tel. 0591 12079470

PH | Professorenhaus | Universitätsplatz 5–6 | Tel. 0591 91663-0

Seniencampus | Kaiserstraße 10c | Anmeldungen in der Geschäftsstelle der Seniorenvertretung Lingen | Tel. 0591 4609 | Email: post@seniorenvertretung-lingen.de

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

Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems) | Geschäftsstelle | Tel. 0591 4609 | Email: post@seniorenvertretung-lingen.de | www.seniorenvertretung-lingen.de

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

SkF | Sozialdienst katholischer Frauen e. V. | Burgstraße 30 | Tel. 0591 80062-0 | www.skf-lingen.de

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

St. Gertrudis Lingen-Bramsche | Seniorengemeinschaft | Tel. 0176 23982606

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**

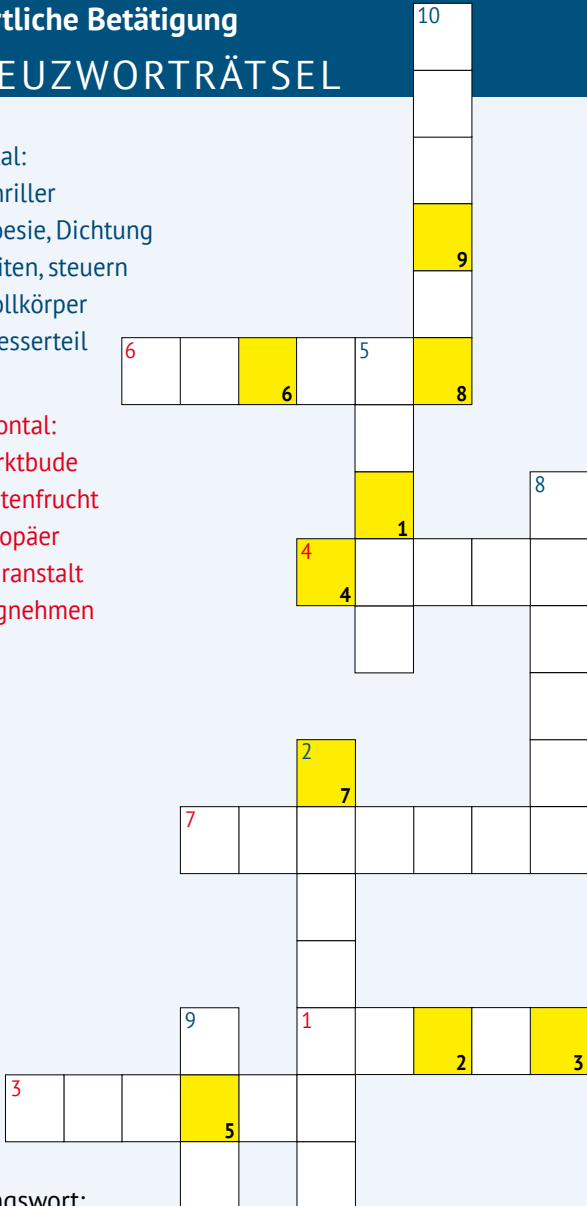
Sportliche Betätigung KREUZWORTRÄTSEL

Vertikal:

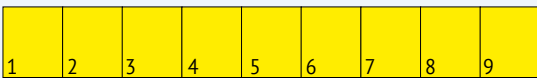
- 2. Thriller
- 5. Poesie, Dichtung
- 8. leiten, steuern
- 9. Rollkörper
- 10. Messerteil

Horizontal:

- 1. Marktbude
- 3. Gartenfrucht
- 4. Europäer
- 6. Lehranstalt
- 7. wegnehmen



Lösungswort:



Die Lösung können Sie mit dem Betreff: „Seniorenzeitung-Rätsel“ an die Geschäftsstelle der Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems), Emdener Straße 7, 49809 Lingen oder per E-Mail an senioren.drehscheibe@web.de. Betreff: „Seniorenzeitung-Rätsel“ senden. Zu gewinnen gibt es zweimal zwei Mittagessen-Gutscheine, gesponsert von Pinke-Panther e.V., Lingen.

Der Gewinn wird Ihnen zugestellt!
Einsendeschluss ist der 05. Juni 2020.

Lösung des letzten Rätsels (Zahlenrätsel):

Die gesuchte Zahl lautete „100“.

Die Gewinnerin ist Frau Luise Serapins aus Lingen. Sie hat zwei Eintrittskarten für das Theater Lingen, gesponsert vom Fachbereich Kultur der Stadt Lingen (Ems) gewonnen. Herzlichen Glückwunsch!

– Anzeige –



Sofortrente.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Genießen Sie Ihr Erspartes ab sofort ein Leben lang.

Rufen Sie uns einfach an:
Telefon: 0591 9135-0

Volksbank Lingen eG

– Anzeige –

„Wir möchten, dass Sie gesund werden!“

Das kennen Sie?

Wiederkehrende Rücken- und Nackenschmerzen, Ischiasschmerzen oder Hexenschuss, Kopfschmerzen, Migräne, Schmerzen im Arm, Steiß, Knie, Fuß, Schulterblatt oder anderswo?



Bärbel Schlauf,
Heilpraktikerin

Unser Angebot für Sie:

- Atlasterapie/Vitalogie
- Therapie nach Dorn
- Vitamine-Mineralien-Therapie
- Homöopathie
- Irisdiagnose
- Kinesiologische Testung
- Akupunktur



Andrea Egbers-Gebken,
Heilpraktikerin



Bärbel Schlauf

Praxis für Naturheilverfahren und Vitalogie

Helgolandstraße 17
49809 Lingen
Telefon 0591 4309

www.naturheilpraxis-schlauss.de

Schüler schulen Senioren

KURS RAN AN DEN COMPUTER

Von November 2019 bis Januar 2020 hieß es in den Räumlichkeiten der Gesamtschule Emsland (mit Schulleiter Martin Weber) wieder „Ran an den Computer – Schüler schulen Senioren“. In Kooperation mit der Seniorenvertretung Lingen und ihrem Ansprechpartner Walter Ahlrichs unterstützten Schülerinnen und Schüler der derzeitigen Stammgruppe 9.3 mit ihrem Lehrer, Dr. Alvin Brian Lange, Senioren im Umgang mit Tablets, iPads, Smartphones, Laptops und PCs.

Wer glaubt, mit dem Alter hört das Interesse an neuen Technologien auf, der täuscht sich gewaltig. Die digitale Welt macht vor keiner Generation halt. Seit Jahren wird dieser Kurs erfolgreich angeboten und sowohl von den Senioren der Stadt Lingen als auch ihrer Umgebung positiv angenommen.

Die Schülerinnen und Schüler versuchten gezielt und individuell auf

die Fragen und Schwierigkeiten im Umgang mit den Geräten einzugehen: „Wie werden Apps installiert?“, „Wie schreibe und verschicke ich eine WhatsApp-Nachricht“, „Wie funktioniert Google Übersetzer?“

Unterstützt wurde die an sich schon entspannte Atmosphäre mit Kaffee und Gebäck – gesponsert durch die Sparkasse Emsland – denn ein leerer Magen (ob jung oder alt) studiert bekanntlich nicht gern.

Text: A. Lange, Gesamtschule Emsland



Generationenübergreifend und gemeinsam an die neue Technologie.

Bild © Robert Kneschke/fotolia

– Anzeige –

MEHR ABWEHR-
KRAFT!

DEUTSCHES INSTITUT
FÜR SERVICE-QUALITÄT
GmbH & Co. KG

1. PLATZ
INJOY
Testsieger
Fitness-Studios
TEST Jan. 2020
10 überregional
Fitness-Club-Anbieter
Testsieger seit 2010

www.disq.de
Privatwirtschaftliches Institut



Gib Viren keine Chance und stärke dein Immunsystem.
Fitnessstraining schützt. Wissenschaftlich bewiesen.

Starttermin: 0591 - 800 380

Fühl Dich **NEU**

INJOY

INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS

DER Fitnessclub in Lingen
Fit4Lingen GmbH · Schillerstr. 2
Telefon 0591/800 380
www.injoy-lingen.de

Kooperation mit Schülergenossenschaft FRANZ-IT: COMPUTERKURS

Seit die Seniorenvertretung Lingen vor über einhalb Jahren eine Kooperation mit der Schülergenossenschaft Franz-IT vom Franziskusgymnasium Lingen geschlossen hat, haben schon zahlreiche Computer- sowie Handykurse stattgefunden.

In den letzten Wochen haben sich wieder zweimal in der Woche an insgesamt zehn Terminen Schüler und Senioren zusammengefunden, um gemeinsam einen solcher Kurse zu verwirklichen.

In Zweierteams haben sich jeweils ein Schüler und ein Senior zusammengefunden und in vielen lehrreichen Stunden die Welt der Computer

erkundet. Dabei konnten die Schüler mal in die Rolle der Lehrer schlüpfen und den Kursteilnehmern ihr Wissen vermitteln.

Neben den vielen neuen Kenntnissen, die die Teilnehmer aus dem Kurs mitnehmen konnten, hat er allen auch sehr viel Spaß gebracht.

Text: Ina Pollmann, Foto: Johannes Ripperda



Die Kursteilnehmer mit Schülerinnen und Schülern bei der Übergabe der Zertifikate.

MITTAGSTISCHE IN LINGEN

DMfS Damascher Mittagstisch für Senioren und Alleinstehende, Goethestraße 22, jeweils mittwochs um 12:00 Uhr
3,80 € inkl. Dessert

Anmeldung montags vormittags unter 0172 2809433 oder Info unter 0591 9739515

Verein Wabe e.V., Holthausen-Biene wöchentlich montags, dienstags, mittwochs und donnerstags um 12:00 Uhr
3,50 € inkl. Nachtisch und Getränke

Anmeldung jeden Montag von 09:00–10:00 Uhr unter 0591 9662786 oder mittagessenwabe@gmx.de, www.wabe-holthausen-biene.de

Seniorenzentrum Gelingen e.V., Lookenstraße 10, wöchentlich dienstags, mittwochs und donnerstags um 11:30 Uhr (siehe Programmflyer unter www.ge-lingen.eu)

Pinke Panther e.V., Große Straße 20, mittwochs und samstags Mittagstisch www.pinkepanther-lingen.de

Darmer Mittagstisch, Pfarrheim Darne, jeden 3. Mittwoch im Monat um 12:00 Uhr
Anmeldung montags vorm festgesetzten Termin
6,00 € inkl. Nachtisch

www.pfarreien-gemeinschaft-lingen-süd.de

St. Gertrudis Bramsche, Pfarrheim Bramsche, jeden 3. Mittwoch im Monat, 12:00 Uhr
5,00 € inkl. Nachtisch
www.pfarreiengemeinschaft-lingen-süd.de

Förderkreis Wohnpark Gauerbach e.V., Bürgerzentrum Gauerbach, Jägerplatz 9, jeden Dienstag um 12:00 Uhr
Anmeldung freitags von 09:00–11:30 Uhr unter 0175 5985743, www.gauerbach.de

Alte Backstube – Diakonie Emsland, Baccumer Straße 4, jeden Dienstag ab 12:00 Uhr
3,00 Euro pro Mahlzeit
Anmeldung unter 0591 4666 bis Montags um 12:00 Uhr (erreichbar von 9:00 bis 18:00 Uhr)

Verein besteht seit 50 Jahren

ALTENWERK E.V.

Am 29. Juli 1969 wurde der gemeinnützige Verein „Altenwerk Lingen e.V.“ gegründet. Absicht war es damals, ein Altenheim mit 85 Plätzen und dazu 18 Altenwohnungen als Mietwohnungen zu errichten. Damit sollten die Aufgaben des „Antonie-Gasthaus“ wieder belebt werden. Diese Idee scheiterte allerdings am Standpunkt der zuständigen Landesbehörden, die der Meinung waren, in Lingen gäbe es keinen Bedarf eines solchen Altenheimes.

Vom Land Niedersachsen wurden allerdings Mittel zum Bau von 18 Altenwohnungen zur Verfügung gestellt. Diese wurden an der Kardinal-von-Galen-Straße auf einem von der Stadt Lingen zur Verfügung gestellten Grundstück errichtet. Diese Wohnanlage fiel im Jahr 2009 einem Feuer zum Opfer, konnte aber innerhalb von 6 Monaten wieder aufgebaut und im Oktober 2009 wieder bezogen werden.



Kardinal-von-Galen-Straße 11, 13, 15

Eine weitere Wohnanlage konnte in den Jahren 1977/78 an der Baccumer Straße, also im Herzen der Stadt, errichtet werden. Sie umfasst 12 Zweizimmer- und 3 Einzelzimmerwohnungen. Das in unmittelbarer Nachbarschaft gelegene Institut für Theaterpädagogik der Hochschule Osnabrück, Standort Lingen, errichtete im rückwärtigen Bereich des Grundstückes einen Mehrgenerationengarten mit Spielräumen für Open-Air-Veranstaltungen.



Baccumer Straße 11, 13, 13a



Kivelingstraße 12, 14

Anfang 1986 konnten erneut 21 Altenwohnungen im Bereich der Kivelingstraße bezogen werden. Beide Häuser sind mit Aufzugsanlagen ausgestattet. 12 der Wohnungen sind so ausgelegt, dass sie auch als Pflegestation genutzt werden können. Allerdings sind im Haus keine Therapieeinrichtungen vorhanden.

Mit Hilfe der Stadt Lingen gelang es, an der Synagogenstraße ein zentral gelegenes Grundstück für weitere Altenwohnungen zu finden. 1992 wurde dort eine Altenwohnanlage mit 13 Wohnungen, einer Servicestation und einem Verwaltungsraum errichtet.



Synagogenstraße 12

Alle 67 Wohnungen des Altenwerks sind mit Hausnotrufen ausgestattet. Diese sind direkt an die Rettungsleitstelle des Landkreises Emsland angeschlossen. Im Notfall kann somit schnell Hilfe herbei gerufen werden.

Zu den Gründungsmitgliedern des Vereins gehörten der damalige Kreisdirektor Karl-Heinz Brümmer, der Rechtsanwalt Hans Deters und die Hausfrau Elisabeth Felthaus. Geschäftsführer des Vereins waren Josef Henrichs (1969–1988), Karl Fischer (1988–2002) und Johannes Manemann (2002–2018). Aktuell arbeitet Monika Hoff als Geschäftsführerin, Vorsitzender ist der frühere Oberstadtdirektor Karl-Heinz Vehring.

Text: Hajo Wiedorn, Fotos: Altenwerk e.V.

OB Krone: Dank an die Seniorenvertretung für vorbildliches ehrenamtliches Engagement ÜBERGABE TÄTIGKEITSBERICHT

Die Seniorenvertretung in der Stadt Lingen hat ihren Tätigkeitsbericht für das Jahr 2019 veröf-

fentlicht. Ein druckfrisches Exemplar des Berichtes über ihre vielfältigen Aktivitäten überreichten die stellvertretende Vorsitzende der Seniorenvertretung, Ursula Ramelow, und Geschäftsführer Johannes Ripperda an Oberbürgermeister Dieter Krone und den Ersten Stadtrat Stefan Altmeyen.

„Sie sind ein wichtiges Sprachrohr für ältere Menschen in unserer Stadt und rücken deren Belange in die Öffentlichkeit. Ihr ehrenamtliches Engagement ist vorbildlich“, dankte Krone der Seniorenvertretung für die geleistete Arbeit. Ramelow und Ripperda stellten einige Beispiele ihrer Aktivitäten vor. So seien senioren-

relevante Themen wie Altersdiskriminierung oder die ärztliche Versorgung bei Informationsveranstaltungen rege diskutiert worden. In Kooperation mit der Schülerfirma des Franziskus-Gymnasiums sowie der Gesamtschule Emsland in Lingen seien erneut Computer-Kurse angeboten worden. „Auch der Senioren Campus mit vier Vorlesungen auf dem Campus Lingen war wieder sehr gut besucht“, freute sich Ursula Ramelow.

Die Mitglieder der neugegründete AG „Demographische Aufgaben“ widmen sich unter anderem der Pflegesituation in den Alten- und Pflegeheimen in Lingen. Besuche seien schon in fünf Einrichtungen erfolgt, sagte Ramelow. Darüber hinaus war die Seniorenvertretung beim Lingener Freiwilligentag vertreten und hat sich am Welt-seniorentag beteiligt. „Mit unserem Seniorenmagazin ‚Drehscheibe‘ halten wir zudem Interessierte regelmäßig auf dem Laufenden“, erklärte Ripperda. Erfreulich seien auch die Zugriffszahlen auf die Internetseite der Seniorenvertretung. „Die Seite ist seit Anfang 2018 online und im Dezember 2019 wurde der 500000. Seitenaufruf verzeichnet“, so Ripperda.

Auf der Internetseite www.seniorenvertretung-lingen.de ist auch der aktuelle Tätigkeitsbericht online abrufbar.

Text u. Foto: Stadt Lingen (Ems)



Johannes Ripperda und Ursula Ramelow (2. und 3. von links) überreichten den Tätigkeitsbericht an Oberbürgermeister Dieter Krone (rechts) und den 1. Stadtrat Stefan Altmeyen (links)

– Anzeige –

Unsere Angebote für Senioren in Lingen

Hausnotruf

- | erweiterbar z.B. Rauchmelder, Fallsensor, Sensormatte
- | Hintergrunddienst mit Schlüssel hinterlegung

Fahrdienste

- | Krankenfahrten, Dialysefahrten, Ausflugsfahrten, ...
- | für Rollstuhlfahrer, Fußgänger und im Tragestuhl

Menüservice

- | „Essen auf Rädern“ täglich, auch Sonn- und Feiertage
- | Auf Porzellangeschirr heiß auf den Tisch

Ausbildung

- | Erste Hilfe - für Senioren und Enkel

Besuchs- und Begleitungsdienst

- | ehrenamtlich in Lingen und Umgebung

Mobiler Einkaufswagen

- | immer donnerstags ab 14:30 Uhr
- | wir holen Sie kostenlos ab und begleiten Sie beim Einkauf



Malteser Hilfsdienst

Lengericher Straße 39

49809 Lingen

Tel.: 0591/610 590

www.malteser-lingen.de

info.lingen@malteser.org



Malteser

...weil Nähe zählt.

25 Jahre Beirat für Seniorinnen und Senioren im Landkreis Emsland – Franz Müntefering Festredner JUBILÄUM KREISSENIORENBEIRAT

Anlässlich des Jubiläums des Kreissenorenbeirates begrüßte deren Vorsitzender Theo Weggert die zahlreich erschienen Gäste. Darunter Franz Müntefering, Vorsitzender der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V., Frau Ilka Dirnberger, Vorsitzende des Landessenorenrates Niedersachsen e.V., Landrat Marc-André Burgdorf sowie Sozialdezernentin Sigrid Kraujuttis. Seitens der Seniorenvertretung Lingen nahmen Ursula Ramelow, Johannes Thelen, Meta Scharf und Johannes Ripperda an der Jubiläumsveranstaltung teil.

Der Kreissenorenbeirat ist ein wichtiger Ratgeber des Kreistages, dessen Lebenserfahrung und Engagement den Bürgern im Emsland zugutekommt, führte Landrat Marc-André Burgdorf aus. Auf Initiative von Frau Gerda Tandecki aus Haren sei 1994 der Beirat gegründet worden.

Für ihn sei es eine enorm wichtige gesellschaftliche Aufgabe, dass Senioren so lange wie möglich ein eigenständiges Leben führen können, forderte Müntefering. Er sprach über die drei „L’s“ (Laufen und Bewegen):

- Lernen, ein Leben lang, da bleibst du aufgeschlossen für Neues, wie neue Medien, neue Sprache, neue Entdeckungen...
- Laufen, das heißt Bewegung, wie ist egal, ob radfahren, schwimmen oder wandern, nur runter vom Sofa.
- Lachen: Lachen bringt dich in andere Stimmung, entfaltet das Gesicht und – das Lachen miteinander bringt Kontakte.

Eine große Bevölkerungsgruppe muss eine gute Vertretung haben. Deshalb spielen die Seniorenvertretungen vor Ort eine wichtige Rolle. Die Dinge ändern sich und daher müssen wir alles tun, das wir Europa erhalten für Frieden und Freiheit. Und dass durch Zusammenhalten von jungen und alten vernünftigen Menschen nicht die Bekloppten das Sagen bei uns kriegen, führte Müntefering unter stürmischem Beifall aus. Er wünschte allen im Bereich der Seniorenarbeit Tätigen weiterhin viel Erfolg unter dem Motto „Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.“

In einer Diskussionsrunde ging es darum, dass Änderungen auch neue Ziele erfordern. Das Ehrenamt im Emsland sei sehr stark laut Berlinstudie. Frau Dirnberger sprach sich für eine gute Zusammenarbeit zwischen den ehrenamtlichen und den hauptamtlichen Akteuren der Seniorenarbeit aus. Seniorenbeiräte haben besseren Zugang zu den Senioren. Zum Schluss fügte sie an „Wir haben keine Nachwuchssorgen!“

Text: Johannes Ripperda, Foto: Landkreis Emsland



Die Jubiläumsgäste: Richard Peters, Hans Beckering (Gründungsmitglied), Gerda Tandecki (Gründungsmitglied), Theo Weggert, Hermann Bröring (ehemaliger Landrat), Franz Müntefering, Marc-André Burgdorf und Waltraud Grotjohann (Seniorenbegleitung)

– Anzeige –



Wasserverband Lingener Land



Am Darmer Wasserwerk 1
49809 Lingen (Ems)
Tel.: 0591 / 6104-0
info@wvll.de

Ihr kompetenter Partner
für die Wasserversorgung
und die Abwasserentsorgung

www.wvll.de

Das geht uns alle an:

10 GEBOTE FÜR NICHTBEHINDERTE

1. Du sollst mich nicht wie ein kleines Kind behandeln, auch wenn ich mich wie ein Kind über kleine Dinge freuen kann.
2. Du sollst mich bei meinem richtigen Namen nennen, hinter Kosenamen versteckst du nur deine vermeintliche Überlegenheit.
3. Du sollst mich nicht bemitleiden, erst recht aber nicht deine billigen Späße mit mir treiben, obwohl dich mein Verhalten oft zum Lachen treibt.
4. Du sollst mich nicht übertrieben bemuttern. Es bedrückt mich ohnehin schon, ständig auf andere Hilfe angewiesen zu sein.
5. Du sollst mir nicht das Recht absprechen, die gleichen Wünsche zu haben wie du selbst.
6. Du sollst mich frei entscheiden lassen, solange ich deine Rechte nicht beschneide oder mir selbst schade.
7. Du sollst mich ernst nehmen, auch wenn ich nicht in allem mit dir Schritt halten kann.
8. Du sollst nicht gleich sagen, ich sei unausstehlich, bloß weil ich meine Gefühle nicht hinter einer Maske zu verstecken weiß.
9. Du sollst nicht meinen, ich würde deine wahre Einstellung zu mir nicht erfassen, bloß weil ich mich nicht so gut ausdrücken kann.
10. Du sollst mir echter Partner sein und mich auch als Partner anerkennen.

Seid ihr nicht behindert – ist es nicht euer Verdienst.

Seid ihr behindert – ist es nicht eure Schuld.

Text: von behinderten Menschen verfasst



Foto © pixabay.com

– Anzeige –

DRK-Kreisverband
Emsland e.V.



DRK-Sozialstation

Mehr als nur ein Pflegedienst

Wir haben wieder Kapazitäten frei!

Unsere Leistungen:

- Mithilfe und Begleitung bei der Pflegeeinstufung und Höherstufung
- Ambulante Pflege nach SGB XI (z. B. Körperpflege, Mobilität, Ernährung)
- Verhinderungspflege und Betreuung nach SGB XI
- Behandlungspflege nach SGB V (z. B. Kompressionsstrümpfe an- und ausziehen, Blutzuckermessung, Injektionen [z. B. Insulin])

Unser vielfältiges Angebot:

- Integrierte DRK-Tagespflege
- Wohnpark Meppen und Sögel
- HausNotruf
- Fahrdienst
- Betreutes Wohnen
- Freizeit- und Bewegungsprogramme
- Nachrichtenlesedienst
- und vieles mehr

Neu ab 2021: DRK-Wohnpark in Haselünne



©Zelck / DRK

Kontakt

DRK-Kreisverband Emsland e.V. • Herrenkamp 5 • 49808 Lingen
Tel. 0591 80033-1022 • www.drk-emsland.de

LiLi – DIE LINIE FÜR LINGEN

www.lili-bus.de



Noch ein kurzer Hinweis:

Jede einzelne Fahrt kostet **1,50 Euro**. Die Fahrpläne sind u. a. in der Geschäftsstelle der VGE, in der Tourist-Info und im Rathaus erhältlich.

LiLi-Busfahrplan

Lili-Linienplan zum herunterladen:

<https://www.lili-bus.de/images/fahrplaene/pdfs/netzfahrplan.pdf>

 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

Seniorenvertretung besuchte Alten- und Pflegeeinrichtungen in Lingen INFORMATIONSBESUCHE

Pflegenotstand, fehlendes Personal, negative Berichte über Pflege. Wie sieht es in unserer Stadt aus? Die Seniorenvertretung in der Stadt Lingen wollte sich über die Situation in den Einrichtungen informieren. Die acht Linger Pflegeeinrichtungen wurden angeschrieben und von Kursana Domizil, Seniorenresidenz Curanum, Seniorenzentrum Haus Georg, Seniorenwohnheim Stephanus Haus und der Seniorenresidenz Emsauenpark (Alloheim) erhielten wir eine Einladung zum Gespräch.

Im Vorfeld des Besuches erhielten die Hausleitungen einen von der Seniorenvertretung erarbeiteten Fragenkatalog, der als Grundlage für unsere Gespräche diente. In allen Häusern wurden wir herzlich empfangen. Alle genannten Themenbereiche wurden sehr offen und vertrauensvoll miteinander besprochen, erörtert und erläutert.

Bei unseren Besuchen erhielten wir detaillierte Einblicke und Informationen zur Einrichtung (Träger, Ausstattung, Verweildauer, Personal in den verschiedenen Bereichen, usw.), zur Koordination



Die Mitglieder der Seniorenvertretung Lingen in der Seniorenresidenz Emsauenpark mit Sabrina Schröder, Pflegedienstleitung, Bernd Woithek, Heimleitung und Katrin Feldmann, Qualitätsmanagement (5., 7. und 9. von links)

(Ansprechpartner für Bewohner, Angehörige und Mitarbeiter), zur Kooperation (Kirchen, Schulen, Vereine, ehrenamtliche...), zu den Veranstaltungen intern und extern und zur wertschätzenden und gesundheitsstärkenden Fürsorge für das haupt- und ehrenamtliche Personal.

Die größte Sorge übergreifend ist das fehlende Personal an allen Ecken und Kanten. So kann nur mit enormem Aufwand und viel persönlichem Einsatz von engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die Qualität sichergestellt werden. Fehlendes Personal zwingt aber auch bereits zu Schließungen von Kapazitäten.

Wie Mitarbeitende erzählten, ist es nicht nur eine Frage der Bezahlung. Vielmehr ist es die fehlende Anerkennung und Wertschätzung der pflegenden Berufe und die wechselnden nicht gerade familienfreundlichen Arbeitsschichten in der gesamten Woche, einschließlich Wochenende. Es wird immer wieder versucht, die einzelnen persönlichen Einsatzmöglichkeiten zu berücksichtigen, doch Pflege endet eben nicht am Freitagnachmittag. Natürlich hörten wir auch die Klagen unisono über die ausufernde Dokumentation. Die Zeit fehlt für Pflege und Zuwendung.

Nach diesen Gesprächen haben wir einen tiefen Einblick in die Arbeit in den Pflegeheimen gewonnen und gesehen, wie schwer es ist, allen Bewohnerinnen und Bewohnern und deren Angehörige individuell zu begegnen. Wir versprachen, ihre Anliegen weiterzutragen in die gesellschaftlichen, politischen und medialen Bereiche.

Was haften bleibt ist der tiefe Respekt vor der Arbeit aller in diesen Einrichtungen. Vielleicht ein Anstoß, sich ehrenamtlich zu engagieren.

Text: Seniorenvertretung Lingen, Foto: Johannes Ripperda

– Anzeige –

HÖRAKUSTIK VEHR

Persönlich. Ehrlich. Ihr Hörerlebnis.



Ob Hörverbesserung mit modernster Hörgerätetechnik, Zubehör zum Fernsehen oder andere individuelle Hörlösungen – **bei Vehr haben wir all das, was für Sie persönlich wichtig ist.**



Edeltraud Vehr und Jannik Vehr
(Hörakustikermeister/in)

Die Hör-Experten für besseres Hören – und das seit 30 Jahren.

Als inhabergeführtes Familienunternehmen bieten wir rund um's Ohr die individuell für Sie passende Hörlösung.

Mühlentorstraße 1 – 49808 Lingen – Tel. 0591 53316

LINGEN – MEPPEN – SPELLE – SALZBERGEN – RHEINE

OPA LINGEN

Radfahren nur noch mit Rückenwind

Wohl jeder Radfahrer hat sich irgendwann in seinem Leben auf der einen oder anderen Strecke Rückenwind statt Gegenwind gewünscht. Das ging mir nicht anders. Doch das ist vorbei, denn ich habe ab sofort nur noch Rückenwind. Möglich macht es mein neues City Elektro-Bike. Oh, da sehe ich schon die ersten Leser die Augen nach oben rollen und die Mundwinkel verächtlich nach unten ziehen. Weshalb eigentlich?

Das Elektro-Bike hatte es schwer, sich zu etablieren.

Seine ersten Anhänger fand es bereits vor Jahren unter den Menschen, die aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr auf einem normalen Fahrrad fahren konnten, das Radfahren aber nicht aufgeben wollten. Ihnen hat es ein Stück Freiheit erhalten, das kann keine schlechte Eigenschaft sein.

Die anfänglichen Kinderkrankheiten der Elektro-Bikes hat man heute im Griff und immer mehr Menschen entscheiden sich für so ein Fahrrad, das sie dort unterstützt, wo sie Unterstützung brauchen. Das Elektro-Bike erfüllt also genau den Wunsch, den fast jeder Radfahrer schon irgendwann in seinem Leben mehr oder weniger laut geäußert hat. Gerade wer viele und lange Strecken fährt, ist mit einem E-Bike sehr gut beraten.

Wieder mal die sturen Emsländer?

Die Frage muss ich jetzt einfach mal wieder stellen. Ich war bis vor kurzem auch noch mit meinem guten alten Fahrrad unterwegs. Dann aber hatte es ausgedient und ein neues musste her. Da ich früher beruflich hier in Lingen die Möglichkeit hatte, unterschiedliche Elektro-Bikes und Elektro-Roller zu testen, die mich überzeugt haben, fiel mir die Entscheidung, jetzt beim Radkauf genau dar-



Text + Bildrechte Opa Lingen © agkues

auf umzusteigen, nicht schwer. Und was bekomme ich zu hören? Ich sei eine faule Socke. Und noch weitere Kommentare, die ich hier lieber nicht ausspreche, denn sie zeigen leider wieder einmal deutlich, wie schwer sich viele Emsländer damit tun, sich einfach mal auf etwas Neues einzulassen. Einfach mal neugierig zu sein, sich mit etwas Neuem auseinanderzusetzen, es auszuprobieren und sich dann erst ein fundiertes Urteil zu bilden. Nein, im Emsland wird fast alles abgeblockt, was nicht so ist, wie es immer war.

Stattdessen wurde mein Elektro-Bike voreingenommen unter die Lupe genommen und ausschließlich nach irgendwelchen technischen Tücken gesucht. Ärgerlich, dass keine zu finden waren ... Noch nicht einmal laut ist mein Fahrrad!

Dabei kann ich wirklich nur Positives über dieses Fahrrad sagen. Ein Werbespruch, der mir in Erinnerung ist, lautete: „**Elektro-Fahrradfahren ist Radfahren mit Rückenwind**“.

Und genauso ist es! Es ist nämlich überhaupt kein Problem mehr auch im Herbst und Frühjahr, bei stürmischem Wetter seine Radtour zu machen. Oder denken wir mal an die Frauen, die ihre Einkäufe mit dem Fahrrad machen. Leicht ist das sicher nicht immer, wenn das Fahrrad voll behangen mit Taschen ist und sie sich gegen den Wind nach Hause kämpfen müssen.

Weshalb sollte man sich diese Erleichterung nicht gönnen?

Die KulturAbonnements der Stadt Lingen (Ems) im Überblick



Abonnement [A]: Schauspielring

Mi.	28.10.2020	Gott Schauspiel von Ferdinand von Schirach
Mo.	21.12.2020	Richard III. Schauspiel nach William Shakespeare
Mi.	20.01.2021	Extrawurst Dramödie mit Gerd Silberbauer
Do.	25.03.2021	Zweifel Schauspiel von Patrick Shanley
Fr.	07.05.2021	Meeresrand Schauspiel mit Gilla Cremer



Abonnement [B]: Der besondere Abend

Di.	06.10.2020	Ekel Alfred - Ein Herz und eine Seele Schauspiel von Wolfgang Menge
Di.	10.11.2020	Monsieur Pierre geht online Komödie nach dem Film von Stéphane Robelin
Di.	16.02.2021	„Tschüssikowski!“ Die abgefahrene Urlaubsrevue
Di.	09.03.2021	Tyll Schauspiel nach dem Roman von Daniel Kehlmann
So.	11.04.2021	Passagier 23 Thriller von Sebastian Fitzek



Abonnement [C]: Theater aktuell

Mo.	02.11.2020	Nein zum Geld Komödie mit Boris Aljinovic
So.	06.12.2020	Grimms sämtliche Werke leicht gekürzt Schauspiel mit Musik
Di.	23.02.2021	Der Tatortreiniger Komödie von Mizzi Meyer
So.	07.03.2021	Zweikampfphasen Eine fulminante Beziehungskomödie
Sa.	17.04.2021	Udo Jürgens Hommage Mit Christian Mädler und Gudrun Schade



Abonnement [D]: Die bunte Vielfalt

Di.	03.11.2020	Oskar Schindlers Liste Schauspiel nach einer wahren Geschichte
Di.	15.12.2020	Der Sittich Komödie von Audrey Schebat
Fr.	29.01.2021	Power Percussion „Welcome to the Journey“ Crossover
Do.	11.03.2021	Die Streiche des Scapin Komödie von Molière
So.	18.04.2021	Romeo und Julia Today Odyssey Dance Theatre



Abonnement [E]: Musiktheater

Mi.	16.09.2020	Die Zauberflöte reloaded Moderne Crossover-Oper
Mo.	16.11.2020	Bernstein Celebration Jon Lehrer Dance Company
Di.	16.03.2021	Sterne der Oper Große Operngala
Fr.	30.04.2021	Land des Lächelns Operette von Franz Lehár



Konzert-Wahl-Abonnement: Der gute Ton

Sa.	26.09.2020	Messe Solennelle + 3. Orgelsymphonie 150. Geburtstag von Louis Vierne
So.	27.09.2020	Jahreskonzert des Lingener Kammerorchesters
So.	04.10.2020	30 Jahre Deutsche Einheit A. Charpentier + W. A. Mozart
Sa.	14.11.2020	ONAIR A-Cappella-Konzert
Sa.	28.11.2020	Adventskonzert des Leipziger Bachorchesters Klassikkonzert
Mi.	16.12.2020	Quadro Nuevo Das Weihnachtskonzert
So.	31.01.2021	Junge Virtuosen in der Kunsthalle Marsyas Baroque
So.	24.01.2021	Neujahrskonzert des Lingener Kammerorchesters
Fr.	12.03.2021	Radio Europa „Together in Music“ Weltmusik
Fr.	09.04.2021	8 Jahreszeiten (Piazzolla + Vivaldi) Deutsches Kammerorchester und Liv Migdal
So.	02.05.2021	CONCERTO SCHERZetto Comedy trifft Klassik



Weitere Informationen: Telefon 05 91.91 44-411

Mit freundlicher Unterstützung von

RWE