



In dieser Ausgabe:

|  |    |
|--|----|
| Grußwort Bürgermeister zur Wahl des Seniorenbeirats.....     | 2  |
| Seniorenversammlung mit Wahl des Seniorenbeirats .....       | 3  |
| Gesellschaft und Staat .....                                 | 8  |
| Angebote im Seniorentreff Weiterstadt im Bürgerzentrum ..... | 9  |
| Spielekreis für Senioren im Seniorentreff Weiterstadt.....   | 10 |
| Medieninformation LSVH.....                                  | 13 |
| Digitaltreff .....   | 15 |
| Ein Hinweis zum E-Rezept .....                               | 16 |
| Kommunales Kino Weiterstadt .....                            | 17 |
| Was geschah vor 50 Jahren? .....                             | 18 |

---

## Grußwort Bürgermeister zur Wahl des Seniorenbeirats

Liebe Seniorinnen und Senioren,

am 26. März 2025 ist es wieder soweit – die Wahl des Seniorenbeirats steht an! Diese Wahl bietet Ihnen die Möglichkeit, aktiv an der Gestaltung unseres Zusammenlebens teilzuhaben und sich für die Belange unserer älteren Generation stark zu machen. Der Seniorenbeirat ist eine wichtige Stimme in unserer Stadt, die sich für die Interessen und Wünsche der Bürgerinnen und Bürger über 55 Jahre einsetzt.



Ich lade Sie herzlich dazu ein, von Ihrem Wahlrecht Gebrauch zu machen und Ihre Stimme für einen Beirat zu vergeben, der Ihre Anliegen vertritt. Ihre Wahl ist entscheidend, um die richtigen Menschen an die Spitze des Beirats zu bringen und sicherzustellen, dass Sie gehört werden.

Darüber hinaus möchte ich auch alle interessierten und engagierten Bürgerinnen und Bürger einladen, sich zur Wahl aufstellen zu lassen. Wenn Sie Erfahrung, Ideen und Leidenschaft für das Wohl älterer Menschen mitbringen, dann nutzen Sie diese Gelegenheit, um sich aktiv einzubringen. Werden Sie Teil des Seniorenbeirats und gestalten Sie die Zukunft unserer Stadt mit!

Die Wahl findet im Rahmen der Seniorenversammlung am 26. März 2025 im Bürgerzentrum statt. Ich freue mich auf eine rege Teilnahme.

Mit besten Grüßen,

Ralf Möller  
Bürgermeister

---

Seniorenversammlung mit Wahl des Seniorenbeirats

# Das Leitbild des Seniorenbeirates

Wir, der Seniorenbeirat  
Weiterstadt, wollen

**Selbstbestimmt,**  
**Gemeinsam und**  
**Aktiv**

mit unseren älteren Mitbürgern,  
Ehrenamtlichen, Vereinen und  
der Stadt, Angebote,  
Unterstützung und Information  
für Seniorinnen und Senioren in  
Weiterstadt gestalten.

# Seniorenversammlung Weiterstadt 2025



**„Seniorinnen und Senioren  
aller Stadtteile Weiterstadts  
versammelt Euch“**

---

**Bitte diesen Termin in Ihren Kalender eintragen**

## **Einladung zur Seniorenversammlung 2025**

alle Mitbürger ab 55 Jahren sind herzlich  
eingeladen

**Wann: Mittwoch**  
**26.März**  
**2025**

**Wo: Bürgerzentrum Weiterstadt**  
**großer Saal**

**Uhrzeit: Saalöffnung: 14:30 Uhr**  
**Start: 15:30 Uhr**

### **Tagesordnung:**

**Rückblick 2024**  
**Neuwahl des Seniorenbeirates**  
**Informationsprogramm**  
**(verfolgen Sie dazu bitte unsere**  
**Pressemitteilungen vor der Veranstaltung)**  
**Ausblick 2025**

**Sie benötigen Fahrservice, oder weitere Informationen? Sie erreichen das Seniorenbüro**  
**in der Zeit** Montag: 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr  
Mittwoch: 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr  
Freitag: 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

**Telefon: 06150 400-1015, seniorenbüro@weiterstadt.de**  
**Buchungsmöglichkeit Fahrservice bis 21.03.2025**

# Wahlwerbung

In den nächsten Wochen steht der Wahlkampf zur Bundestagswahl an. Unsere Wahlwerbung würde untergehen und deshalb starten wir auf diesem Weg.

**Im Rahmen der Seniorenversammlung der Stadt Weiterstadt, am 26. März 2025, wählt die Versammlung den neuen Seniorenbeirat.**

Hier die Vorstellung der Kandidaten, welche schon zum Redaktionsschluss feststanden.

Es können bis zu 10 Mitglieder in den Seniorenbeirat gewählt werden.

Der komplette bisherige Seniorenbeirat, hat sich zur Wiederwahl gestellt.



v.l.n.r.: Moter, Erna (Parkbankplaudereien) Benz, Werner (Protokollführer/Seniorenbüro) Pennisi-Maniaci, Rosa (Plaudergruppe Italienisch) Rohrbach, Peter (Wohnen im Alter / Seniorenbusfahrer) Veith, Dieter (1. Vorsitzender) Giardi, Donato (Ausländerbeirat) Glaser, Werner (2. Vorsitzender) Graeff, Christina (Stricklieseln)

## Weitere Kandidaten:

Thöny, Rainer (Digital Gruppe Donnerstag)

[Sie haben Interesse mitzuarbeiten, oder möchten kandidieren? Melden Sie sich im Seniorenbüro!](#)

## Mitgestalterinnen & Mitgestalter gesucht

### Sie haben Interesse und Zeit?

Die vielfältigen Aufgaben und Gruppen des Seniorenbeirates benötigen verlässliche Unterstützung.

Mögliche Einsatzfelder sind u.a.:

|                                 |                  |
|---------------------------------|------------------|
| Presseartikel schreiben         | bei Bedarf       |
| Terminkalender einpflegen       | 2 x im Monat     |
| die Küchencrew unterstützen     | 1 x im Monat     |
| 2 Stunden Bürodienst übernehmen | 1 x in der Woche |
| Flyer entwerfen                 | 3 x im Jahr      |
| Kuchen backen                   | bei Bedarf       |

Sie mögen den Umgang mit Menschen, können Dinge vermitteln, haben Geduld, wenn es Mal etwas länger braucht, wollen Freizeit spenden und dabei Spaß haben?

Melden Sie sich im Seniorenbüro (persönlich, telefonisch, oder per Mail). Dort vermittelt man Ihnen einen Kontakt zum Vorsitzenden des Seniorenbeirates.

Seniorenbüro im Bürgerzentrum

Carl-Ulrich-Straße 9-11, 64331 Weiterstadt

|               |           |     |          |           |
|---------------|-----------|-----|----------|-----------|
| Sprechstunden | montags   | und | freitags |           |
|               | 10:00     |     | bis      | 12:00 Uhr |
|               | mittwochs |     |          |           |
|               | 14:00     |     | bis      | 16:00 Uhr |

Telefon: 06150 / 400-1015 Mail: [seniorenbuero@weiterstadt.de](mailto:seniorenbuero@weiterstadt.de)

## Gesellschaft und Staat

### Was erwarten wir? Was geben wir? (ein Beitrag von Gerhard Götz)

„Wir sind das Volk“ wurde vor der Wiedervereinigung (und manchmal auch noch heute) gerufen. Das macht deutlich, wir als Bevölkerung eines Landes bilden in der Gesamtheit den Staat, was aber nach meiner Auffassung heute oft nicht so gesehen wird, sondern nur die Politik und damit die Politiker werden als Staat gesehen.



Wir alle haben Erwartungen. Aber wer soll sie erfüllen, wenn alle bei der Erwartungshaltung bleiben und niemand bereit ist, einen Beitrag zu leisten, um die Erwartungen zu erfüllen.

Z.B. bei Katastrophen der letzten Zeit haben wir gesehen, wie groß in den ersten Tagen die selbstlose Hilfsbereitschaft ist. Diese ebbt aber dann in der Folge bei vielen wieder ab und die Rufe nach dem Staat und die Suche von Schuldigen nehmen zu.

Es gibt viele Menschen, die sich engagieren. Teils ehrenamtlich, teils hauptamtlich und sicher aus unterschiedlichen Beweggründen.

Wie uneigennützig ist aber dieses Engagement? Wenn es nur um Macht, Einfluss oder Geld geht und zur Erreichung dieser Ziele Erzählungen benutzt werden, die Falschaussagen oder Schuldzuweisungen an die anderen enthalten, nur um sich Zustimmung zu sichern. Dann ist das sicher ein Beitrag, der nur die eigenen Erwartungen erfüllen will, aber seine Anhänger für dumm verkauft.

Uneigennützig ist das Engagement dann, wenn es aus einer Selbstverantwortung erwächst, die erkennt, dass ich für meine Erwartungen auch was geben muss. Und das tun viele unserer Mitmenschen. Ob im Verein, in der Familie und unter Freunden, in sozialen Diensten, in Betrieben und auch in der Politik.

Wenn wir in nicht so guten Zeiten bereit sind unseren Anteil beizutragen, damit es wieder besser wird, indem wir auch vorübergehende Einschränkungen in Kauf nehmen, anderen unsere Hilfe anbieten u.v.m., dann haben wir auf die richtigen Erzählungen gehört. Jeder von uns hat Talente. Wenn wir diese für unsere Gesellschaft – von der Familie bis zur Politik – einsetzen, dann werden wir nicht nur geben, sondern auch empfangen.



---

## Angebote im Seniorentreff Weiterstadt im Bürgerzentrum

Carl-Ulrich-Straße 9-11, Weiterstadt, Eingang rechts vom Kommunalen Kino

**Montag 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr Plauderstunde englisch.**

Teilnehmer treffen sich, um Konversation in englischer Sprache zu pflegen

**Dienstag 10:30 Uhr Parkbankplaudern in Weiterstadt.**

Im Sommer auf den Bänken am Spielplatz Arheilger Straße

Im Winterhalbjahr in den Räumen des Jugendzentrums (Juze), ganz in der Nähe

**Dienstag 11:00 Uhr bis 12:30 Uhr Plauderstunde spanisch.**

Spanische Sprachkenntnisse pflegen und vertiefen

**Dienstag 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr Plauderstunde italienisch.**

Italienische Sprachkenntnisse pflegen und vertiefen

**Dienstag 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr Handarbeitstreff (14tägig)**

„die Stricklieseln“ treffen sich zum Stricken und Erfahrungsaustausch.

**Mittwoch 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr Singkreis.**

Zwangloses Singen unter fachkundiger Anleitung - Leitung Ruth Wille

**Donnerstag 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr Plauderstunde französisch.**

Konversation in französischer Sprache

**Donnerstag 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr Spielekreis**

Spielen macht Spaß und hält jung

**Donnerstag 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr Digitaltreff I**

Hilfe zu Computer, Tablet oder Smartphone – einfach vorbei kommen

## Vorweihnachtliche Überraschung

Seit geraumer Zeit gibt es eine freundschaftliche Verbindung zur Gruppe „Luftschlangenboyz“ des Karnevalvereins Weiterstadt und dem Seniorenbeirat der Stadt Weiterstadt.

Der Vorsitzende des Seniorenbeirates erhielt eine Information, dass die Gruppe eine Überraschung planen würde. Wollen sie ein Konzert geben?

Die „Luftschlangenboyz“ sind eine Gesangsgruppe, welche auch beim MitMachMarkt in diesem Jahr auf der Bühne stand.

Zwei Wochen vor Weihnachten besuchte der Vorsitzende Dieter Veith die Plaudergruppe „Spanisch“ und traf dort verwunderte Teilnehmer an, denn das Gartenzimmer war weihnachtlich geschmückt. Die „Luftschlangenboyz“ hatten am Vorabend den Raum mit reichlich weihnachtlichem Dekorationsmaterial, Süßigkeiten und Plätzchen ausgestattet. Die Süßigkeiten und Plätzchen wurden zum Verzehr freigegeben und alle Gruppen hatten Freude an dieser netten Idee.

Vielen Dank an die „Luftschlangenboyz“ für diese tolle Überraschung. Wir wünschen ein gutes neues Jahr und eine erfolgreiche Kampagne 2025.

## Spielekreis für Senioren im Seniorentreff Weiterstadt

Jeden Donnerstag ab 14 Uhr verwandelt sich der Seniorentreff Weiterstadt in einen Ort der Begegnung und des Spiels. Der Spielekreis für Seniorinnen und Senioren, der sich hier trifft, ist ein beliebter Treffpunkt für ältere Menschen, die Freude am Spielen und an sozialen Kontakten haben.



### Rummikub – das Lieblingsspiel

Besonders beliebt ist das Spiel Rummikub, das regelmäßig auf den Tischen zu finden ist. Die Teilnehmerinnen, (zurzeit ausnahmslos Seniorinnen), genießen die strategischen Herausforderungen, die dieses Spiel bietet. Doch auch andere Spiele sind willkommen. Wer möchte, kann eigene Spiele mitbringen und so für Abwechslung sorgen.

### Offen für alle

Der Spielekreis ist offen für alle, die Lust auf Spielen haben und neue Kontakte knüpfen möchten. Ganz gleich, ob man allein kommt oder in Begleitung, jeder ist herzlich willkommen. Die Atmosphäre ist freundlich und einladend, und neue Gesichter werden gerne in die Gemeinschaft aufgenommen.

### Soziale Kontakte pflegen

Neben dem Spielen steht auch der soziale Aspekt im Vordergrund. Der Spielekreis bietet eine wunderbare Gelegenheit, neue Freundschaften zu schließen und bestehende Kontakte zu pflegen. In einer entspannten Atmosphäre können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim gemeinsamen Spiel ein paar schöne Stunden verbringen.

### Ein fester Termin im Wochenplan

Für die meisten im Spielekreis ist der Termin ein fester Bestandteil ihres Wochenplans. Die regelmäßigen Treffen bieten Struktur und Vorfriede auf den gemeinsamen Nachmittag. Es ist ein Ort, an dem man einfach eine gute Zeit haben kann.

Kommen Sie einfach einmal vorbei und erleben Sie selbst, wie viel Freude man beim gemeinsamen Spiel erfahren kann. Die Leiterin des Spielekreises, Christel Engel, heißt jeden herzlich willkommen - donnerstags ab 14 Uhr im Seniorentreff Weiterstadt.

## Veranstaltung „Der Digitale Nachlass“ am 16. Oktober 2024 im Bürgerhaus Braunshardt.

In Kooperation mit der CBM Christoffel Blindenmission/Bensheim wurde das Thema „Digitaler Nachlass“ von allen Seiten beleuchtet. Volljurist und Rechtsexperte Alexander Laube vom CBM Legate Team hielt einen interessanten Vortrag, wie man auch diesen Nachlass am besten regelt.



### **Digitaler Nachlass: Vorsorge und wichtige Aspekte für Erben**

In der heutigen digitalen Welt hinterlassen wir nicht nur physische Besitztümer, sondern auch eine Vielzahl digitaler Spuren. Diese digitalen Vermächtnisse, auch als „digitales Erbe“ bekannt, umfassen alles von sozialen Medienkonten bis hin zu Online-Banking-Informationen. Hier sind einige wichtige Punkte, die man beachten sollte, um den digitalen Nachlass zu regeln und die Erben zu entlasten.

#### **Was gehört zum digitalen Nachlass?**

Zum digitalen Erbe zählen alle digitalen Daten und Konten, die eine Person hinterlässt. Dazu gehören:

- Soziale Medien: Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn und andere Plattformen.
- E-Mail-Konten: Zugang zu persönlichen und beruflichen E-Mails.
- Online-Banking und Finanzkonten: Zugang zu Bankkonten, PayPal, Kryptowährungen und anderen Finanzdiensten.
- Abonnements und Mitgliedschaften: Streaming-Dienste, Online-Zeitungen, Cloud-Speicher und andere Abonnements.
- Digitale Käufe: E-Books, Musik, Filme und Softwarelizenzen.
- Persönliche Dateien: Fotos, Videos, Dokumente und andere Dateien, die in der Cloud oder auf lokalen Geräten gespeichert sind.

---

## Wie sollte man vorsorgen?

Bestandsaufnahme machen: Erstellen Sie eine Liste aller Ihrer digitalen Konten und Zugänge. Notieren Sie Benutzernamen, Passwörter und Sicherheitsfragen. Am besten getrennt und nicht alle Daten in einer Liste.

1. Vollmacht erteilen: Benennen Sie eine vertrauenswürdige Person, die nach Ihrem Tod Zugang zu Ihren digitalen Konten hat. Eine Vollmacht, die über den Tod hinaus gilt, ist hierbei hilfreich<sup>1</sup>.
2. Anweisungen hinterlassen: Legen Sie fest, was mit Ihren digitalen Konten geschehen soll. Soll ein Facebook-Profil in den Gedenkzustand versetzt oder gelöscht werden? Sollen E-Mail-Konten geschlossen oder weitergeführt werden?
3. Passwort-Manager nutzen: Ein Passwort-Manager kann helfen, alle Zugangsdaten sicher zu speichern und einer vertrauenswürdigen Person den Zugang zu ermöglichen<sup>2</sup>.
4. Regelmäßige Aktualisierung: Halten Sie Ihre Liste und Anweisungen aktuell, um sicherzustellen, dass alle Informationen korrekt sind.

## Was müssen Erben beachten?

1. Rechtliche Aspekte: Erben sollten sich über die rechtlichen Rahmenbedingungen informieren. In Deutschland hat der Bundesgerichtshof entschieden, dass digitale Daten wie physische Gegenstände vererbt werden können<sup>3</sup>.
2. Kontaktaufnahme mit Anbietern: Erben müssen oft den Tod des Kontoinhabers nachweisen, um Zugang zu den Konten zu erhalten. Dies kann durch Vorlage einer Sterbeurkunde oder eines Erbscheins geschehen<sup>1</sup>. Da dies oft Wochen oder Monate dauern kann, ist es überlegenswert, insbesondere bei Bankkonten, noch zu Lebzeiten einer vertrauenswürdigen Person diese Kontenvollmacht zu erteilen.
3. Kosten und Verpflichtungen: Erben sollten sich bewusst sein, dass laufende Abonnements und Verträge weiterlaufen können und Kosten verursachen, wenn sie nicht rechtzeitig gekündigt werden<sup>1</sup>.

## Fazit

Die Regelung des digitalen Nachlasses ist ein wichtiger Schritt, um sicherzustellen, dass Ihre digitalen Spuren nach Ihrem Tod in geordnete Bahnen gelenkt werden. Durch frühzeitige Vorsorge und klare Anweisungen können Sie Ihre Erben erheblich entlasten und sicherstellen, dass Ihre digitalen Vermächnisse in Ihrem Sinne verwaltet werden.

Wer mehr darüber erfahren möchte oder Fragen hat, kann sich gerne direkt an das CBM Legate Team wenden. [www.cbm.de/](http://www.cbm.de/) Broschüren über Vorsorge und Verfügungen können dort kostenlos bestellt werden. Und für persönliche Fragen gibt es eine kostenlose Hotline: (0800) 1015022 oder Email: [alexander.lauber@cbm.org](mailto:alexander.lauber@cbm.org)

Weitere Quellen:

<sup>1</sup>: [ZDF](#) <sup>2</sup>: [Verbraucherzentrale](#) <sup>3</sup>: [Datenschutz.org](#)

---

## Medieninformation LSVH

### Pflegenotstand in Hessen entgegenwirken

#### Forderung nach mehr Gestaltungsmöglichkeiten vor Ort und finanziellen Ressourcen

Auf Einladung der **Landesseniorenvertretung Hessen (LSVH)** und des **Seniorenrates Witzenhausen** trafen sich rund 60 Vertreter regionaler Seniorenbeiräte, sowie politisch Verantwortlicher aus Hessen in Witzenhausen zu einer Fachtagung unter dem Titel „**Versorgungsstrukturen und Personalsituation in der Pflege in Hessen**“.

Im Mittelpunkt der Veranstaltung stand eine ausführliche Analyse und ein Vortrag von **Dr. Oliver Lauxen vom IWAK** Institut für Wirtschaft, Arbeit und Kultur der Goethe-Universität Frankfurt am Main.

**Dr. Oliver Lauxen** stellte Ergebnisse aus dem „Hessischen Pflegebericht 2023“ und aus dem Hessischen Pflegemonitor vor. Beides wurde vom Hessischen Ministerium für Familie, Senioren, Sport, Gesundheit und Pflege in Auftrag gegeben.

Der Pflegebericht nimmt die Versorgungsstrukturen und die Versorgungsbedarfe in den Regionen Hessens in den Blick. Der Pflegemonitor untersucht alle zwei Jahre die Entwicklungen auf dem Pflegearbeitsmarkt.

Laut **Dr. Lauxen** ergeben Analysen, dass die Zahl der Pflegebedürftigen in Hessen zwischen 2019 und 2030 um knapp 12 Prozent steigen dürfte.

Daher müssten die derzeitigen Versorgungsstrukturen dementsprechend ausgebaut werden. Gleiches gelte auch für die vollstationäre Pflege.

Positiv hervorzuheben ist, dass die häusliche Pflege in Hessen auf stabilem Niveau angesiedelt sei, **so Dr. Lauxen**. Es gibt derzeit keinen verstärkten Trend in Richtung einer Versorgung im Pflegeheim.

Zu bemängeln sei, dass niedrigschwellige Angebote zur Unterstützung im Alltag in den meisten Regionen Hessens nicht ausreichend vorhanden sind, obwohl diese helfen können, den Verbleib in der eigenen Häuslichkeit zu befördern. Es fehlt insbesondere an hauswirtschaftlicher Unterstützung.

Zudem seien Alternative Versorgungsangebote, wie Betreutes Wohnen oder ambulant betreute Wohngemeinschaften nicht flächendeckend in Hessen vorhanden, **so Dr. Lauxen** weiter.

Ein Ausbau der Versorgungsstrukturen im notwendigen Maße erscheint allerdings angesichts des aktuellen Personalmangels in der Pflege und aufgrund der wirtschaftlichen Schwierigkeiten der Pflegeeinrichtungen kaum vorstellbar. Im Jahr 2022 fehlten laut Hessischem Pflegemonitor mehr als 4.800 Pflegefachkräfte.

Derzeit tragen das Land Hessen, die Kommunen, die Pflegekassen und die Pflegeeinrichtungen gemeinsam die Verantwortung für die Sicherung der pflegerischen Infrastruktur. **Dr. Lauxen**

betonte daher, dass es sinnvoll wäre, den Kreisen und kreisfreien Städten mehr Gestaltungsmöglichkeiten zu geben. Das Land müsste dazu den rechtlichen Rahmen gestalten und finanzielle Ressourcen zur Verfügung stellen.

Derzeit gibt es keinen verbindlichen rechtlichen Rahmen. Auch die Entscheidung, die Fachkräftesicherung in der Pflege auf regionaler Ebene zu unterstützen, ist abhängig von der Prioritätensetzung in den Kommunen.

Der Vorsitzende der **Landessenorenvertretung Hessen Klaus Reifert** und der Vorsitzende des **Seniorenrates Witzenhausen Gerhard Kulle** betonten, wie wichtig es ist sich in den Kommunen und Landkreisen mit dem Thema der Daseinsfürsorge in einer immer älter werdenden Gesellschaft zu beschäftigen. Dies beinhaltet eine intensivere Unterstützung bei der Umgestaltung Wohnraum hin zu altersgerechtem Wohnraum, einem ausreichenden Angebot an Nachbarschaftshilfen und häuslicher Pflege sowie Investitionen in stationäre Einrichtungen.

Ohne verstärkte Bemühungen in diesem Umfeld, komme es zu einem Supergau in der Versorgung älterer Menschen, **so Reifert und Kulle** zum Abschluss der Veranstaltung.

Witzenhausen, den 9. Oktober 2024

Zur Person Dr. Oliver Lauxen:

- Ausbildung zum Altenpfleger
- Berufliche Tätigkeit in der ambulanten und stationären Pflege
- Studium der Pflege- und Gesundheitswissenschaft an der Evangelischen Hochschule Darmstadt
- Promotion zum Dr. rer. medic. an der Privaten Universität Witten/Herdecke
- Seit 2010 wissenschaftlicher Mitarbeiter am IWAK
- seit 2015 stellvertretender Leiter des IWAK

Ansprechpartner LSVH:

Klaus Reifert, Vorsitzender, Tel. +49 1711481949, E-Mail: [lsvh.reifert@t-online.de](mailto:lsvh.reifert@t-online.de)

**oder** Volker Weber, Pressesprecher, Tel. +49 15111347059, E-Mail: [VWvolkerweber@outlook.de](mailto:VWvolkerweber@outlook.de)

Hintergrundinformation:

Die Landessenorenvertretung Hessen e.V. (LSVH) ist die Vertretung der kommunalen Seniorenvertretungen in Hessen. Der LSVH unterstützt und vertritt die Arbeit von ca. 150 Seniorenvertretungen, Seniorenräte und Seniorenbeauftragte auf Landesebene. Hierdurch wird gewährleistet, dass die Interessen und Wünsche der über 60-jährigen gehört werden. Es werden ca. 1,8 Millionen Mitbürgerinnen und Mitbürger über 60 Jahre in Hessen durch den LSVH vertreten

---

## Digitaltreff

Es gibt gute Gründe sein **Smartphone regelmäßig komplett auszuschalten** bzw. neu zu starten. Dabei wird das Betriebssystem komplett heruntergefahren. Was manchmal damit verwechselt wird, ist das Ausschalten des Bildschirms. Der Bildschirm ist zwar dunkel, aber Smartphone Prozesse laufen trotzdem im Hintergrund weiter. Nachfolgend ein paar Gründe, warum man das Smartphone regelmäßig komplett ausschalten sollte:

1. **Verbesserte Leistung und längere Lebensdauer:** Durch das regelmäßige Ausschalten des Smartphones wird das Betriebssystem entlastet und der Speicher bereinigt. Dies kann dazu beitragen, dass das Gerät länger leistungsfähig bleibt und weniger häufig abstürzt.
2. **Sicherheitsaspekte:** Das Ausschalten des Smartphones kann es Hackern erschweren, auf Ihre Daten zuzugreifen. Laut Sicherheitsexperten der NSA kann ein wöchentlicher Neustart dazu beitragen, das Risiko von Hacking-Angriffen zu minimieren.
3. **Technische Stabilität:** Regelmäßige Neustarts können dazu beitragen, dass wichtige Updates korrekt installiert werden und das Gerät reibungslos funktioniert. Dies ist besonders wichtig, um Sicherheitslücken zu schließen und die allgemeine Stabilität des Systems zu gewährleisten (Quelle: Informationszentrum Mobilfunk)



Aber Vorsicht: Wer sein Gerät komplett ausschaltet, muss beim Einschalten folgendes beachten: Das Gerät verlangt dann die SIM PIN, damit es wieder als Telefon benutzt werden kann. Die SIM PIN ist meist eine vierstellige Zahl, die vom Mobilfunkanbieter den Kunden per Post zugestellt wurde. Neben der SIM PIN enthält das Schreiben des Mobilfunkanbieters auch eine sogenannte PUK-Nummer. Gibt man dreimal die falsche SIM PIN ein, dann kann man das Telefon nur noch mit der PUK entsperren. Sofern man einen Sperrbildschirm eingerichtet hat, muss man nach der SIM PIN noch die Ziffern für den Sperrbildschirm eingeben, um das Smartphone wieder benutzen zu können.

Kann man sich die SIM PIN schlecht merken, so lässt sie sich in den Einstellungen des Smartphones in eine geläufigere Zahlenfolge ändern, die man sich besser merken kann. Wie das geht, zeigen wir Ihnen gerne.

Einfach donnerstags im Digitaltreff vorbeikommen.

## Ein Hinweis zum E-Rezept

Die Werbung, „ich halt doch nur die Gesundheitskarte an mein Smartphone“ o.ä. der Online-Apotheken versucht, mit der dargestellten Einfachheit der Abwicklung massiv Kunden zu gewinnen.

Diese Werbung unterschlägt, dass vor dem Dranhalten noch die sichere Anmeldung bei der Online-Apotheke erfolgen muss und das bei Auslösung der Bestellung noch ein Bezahlvorgang folgt. Und der erfordert besondere Aufmerksamkeit. Mit dem Herunterladen einer App ist es also nicht getan. Und ohne Registrierung ist die App gar nicht nutzbar.



Aber nicht nur die dargestellte Einfachheit der Abwicklung ist zu bemängeln. Viele sind vielleicht der Meinung, dass die Medikamente in der Online-Apotheke billiger seien, weil man das ja von Online-Käufen erwartet. Das trifft für verschreibungspflichtige Medikamente aber nicht zu.

Die Preise sind gesetzlich geregelt und kosten in jeder Apotheke gleich viel, auch in Online-Apotheken. Und das betrifft dann natürlich auch den Anteil der Zuzahlung.

Schließlich schadet diese Werbung auch Ihrer Stammapotheke vor Ort.

Fragen Sie am besten einmal in Ihrer Stammapotheke nach der von ihr genutzten App (z.B. gesund.de).

Die App „gesund.de“ bietet Patienten eine Vielzahl von Vorteilen:

- Patienten können sehen, welche Medikamente ihnen von ihrem Arzt oder ihrer Ärztin verschrieben wurden.
- Überblick über E-Rezepte: Die App zeigt an, wann ein E-Rezept eingelöst werden kann.
- Patienten erhalten Push-Nachrichten auf ihr Smartphone, wenn ihre Medikamente in der Apotheke abholbereit sind.
- Die Vor-Ort-Apotheke ist rund um die Uhr über die App erreichbar.
- Stammapothen-Funktion: Diese Funktion spart Klicks und erleichtert den Zugang zu bevorzugten Apotheken.
- Einnahmeerinnerungen: Mit Hilfe des Medikationsplans der App erhalten Patienten Erinnerungen zur Einnahme ihrer Medikamente.
- PAYBACK-Punkte: Patienten können PAYBACK-Punkte sammeln, wenn sie ihre Gesundheitskarte erfolgreich mit der App verbinden.

Diese Funktionen machen die Verwaltung von Gesundheitsinformationen und Medikamenten einfacher und bequemer.



---

## Kommunales Kino Weiterstadt

Programm und Tickets online:

[www.kino-weiterstadt.de](http://www.kino-weiterstadt.de)

Carl-Ulrich-Straße 9, 64331 Weiterstadt Telefon: 06150 12185

Fr. 10.01.2025 20:00 Uhr: **The Outrun**  
Sa. 11.01.2025 14:30 Uhr: **Dragonkeeper – Das Mädchen und der Drache**  
(Kinderkino)  
Sa. 11.01.2025 18:00 Uhr: **The Outrun**  
Sa. 11.01.2025 20:30 Uhr: **Anora**  
So. 12.01.2025 14:30 Uhr: **Dragonkeeper – Das Mädchen und der Drache**  
(Kinderkino)  
So. 12.01.2025 18:00 Uhr: **Anora**  
So. 12.01.2025 20:30 Uhr: **The Outrun** (OmU)  
Mo. 13.01.2025 20:00 Uhr: **Anora**  
Di. 14.01.2025 20:00 Uhr: **The Outrun**  
Mi. 15.01.2025 10:00 Uhr: **Mein Onkel** (51 Jahre KoKi) Matinée  
Do. 16.01.2025 20:00 Uhr: **Neuigkeiten aus Lappland** (OmU)  
Fr. 17.01.2025 20:00 Uhr: **Shambhala** (OmU)  
Sa. 18.01.2025 17:00 Uhr: **Shambhala** (OmU)  
Sa. 18.01.2025 20:30 Uhr: **Neuigkeiten aus Lappland**  
So. 19.01.2025 11:00 Uhr: **I Dance, But My Heart Is Crying - Ich tanz,  
aber mein Herz weint** (OmU)  
So. 19.01.2025 18:00 Uhr: **Neuigkeiten aus Lappland**  
So. 19.01.2025 20:30 Uhr: **No other Land**  
Mo. 20.01.2025 20:00 Uhr: **Neuigkeiten aus Lappland**  
Di. 21.01.2025 20:00 Uhr: **Shambhala** (OmU)  
Mi. 22.01.2025 10:00 Uhr: **Neuigkeiten aus Lappland** (Matinée)  
Mi. 22.01.2025 20:00 Uhr: **I Dance, But My Heart Is Crying - Ich tanz,  
aber mein Herz weint** (OmU)  
Do. 23.01.2025 20:00 Uhr: **Toni und Helene**  
Fr. 24.01.2025 20:00 Uhr: **Is Anybody There?**  
Sa. 25.01.2025 14:30 Uhr: **Tony, Shelly und das magische Licht** (Kinderkino)  
Sa. 25.01.2025 18:00 Uhr: **Is Anybody There?**  
Sa. 25.01.2025 20:30 Uhr: **Toni und Helene**  
So. 26.01.2025 14:30 Uhr: **Tony, Shelly und das magische Licht** (Kinderkino)  
So. 26.01.2025 18:00 Uhr: **Toni und Helene**  
So. 26.01.2025 20:30 Uhr: **Is Anybody There?** (OmU)  
Mo. 27.01.2025 20:00 Uhr: **Toni und Helene**  
Di. 28.01.2025 20:00 Uhr: **Is Anybody There?**  
Mi. 29.01.2025 10:00 Uhr: **Toni und Helene** (Matinée)  
Mi. 29.01.2025 20:00 Uhr: **Mein Onkel** (51 Jahre KoKi)  
Do. 30.01.2025 20:00 Uhr: **Münter & Kandinsky**  
Fr. 31.01.2025 20:00 Uhr: **On the go** (Queer-Filmnacht) OmU

**KOMMUNALES  
KINO WEITERSTADT**  
Im Bürgerzentrum Weiterstadt

## Was geschah vor 50 Jahren?

### **01.01.1975**

Das Volljährigkeitsalter in der Bundesrepublik wurde von 21 Jahren auf 18 Jahre gesenkt.

### **15.01.1975**

Auf der Suche nach palästinensischen Guerillas hatten israelische Soldaten mehrere Gebäude in der libanesischen Stadt Shuba in die Luft gesprengt. Drei Tage später waren die Zivilisten aus der Stadt evakuiert worden.

### **12.02.1975**

Der CSU-Vorsitzende Franz Josef Strauß hatte die Bundesrepublik Deutschland als „Saustall ohnegleichen“ in seiner Aschermittwochsrede bezeichnet.

### **27.02.1975**

Mitglieder der Bewegung „2. Juni“ entführten den Berliner CDU-Vorsitzenden Peter Lorenz. Die Entführer wollten inhaftierte Gesinnungsgenossen freipressen.

### **03.03.1975**

Fünf Strafgefangene wurden in Begleitung von Pastor Heinrich Albertz nach Aden (Jemen) ausgeflogen, um im Austausch den am 27. Februar entführten CDU-Politiker Peter Lorenz freizubekommen.

### **05.03.1975**

Palästinensische Freischärler hatten auf ein Hotel in Tel Aviv einen Überfall verübt, bei dem 18 Menschen ums Leben gekommen waren. Darunter hatten sich sieben Terroristen befunden.

### **13.03.1975**

In Genf (Schweiz) war die Internationale Automobil-Ausstellung (IAA) eröffnet worden. Sie dauerte bis zum 23. März. Vom Wolfsburger Volkswagenwerk war der neue Kleinwagen „Polo“ vorgestellt worden.

### **15.03.1975**

In der BRD wurde ein Verbot für Spikes-Reifen wirksam. Ausnahmen waren Rettungswägen, Feuerwehr- und Polizeifahrzeuge.

### **25.03.1975**

Von der Deutschen Forschungsgesellschaft war eine zehnjährige Analyse über die Folgen des Fluglärms veröffentlicht worden. Darin war dargelegt worden, dass Flugzeuglärm zu einer erheblichen Beeinträchtigung weiter Kreise der Bevölkerung führen kann und Krankheiten hervorruft.

## Nützliches aus dem Internet

### **Informationsbroschüren zur Pflege**

#### **Handbuch Pflege**

<https://www.ratgeber-verbraucherzentrale.de/gesundheit-pflege/handbuch-pflege-46009130>

#### **Lösungen für die häusliche Pflege**

<https://www.deutscher-verein.de/shop/produktdetail/archiv-nr-32024/>

## WO SIND WIR ZU FINDEN?

### Seniorenbüro im Bürgerzentrum

Carl-Ulrich-Straße 9-11, 64331 Weiterstadt

☎ 06150/400-1015

[seniorenbuero@weiterstadt.de](mailto:seniorenbuero@weiterstadt.de)

### Sprechstunden

montags und freitags: 10:00 – 12:00 Uhr

mittwochs: 14:00 – 16:00 Uhr

### Verwaltung Stadt Weiterstadt

Riedbahnstraße 6

☎ 06150/400-4330

[vielfaltsbuero@weiterstadt.de](mailto:vielfaltsbuero@weiterstadt.de)

### Im Internet

<https://www.weiterstadt.de/bildung-familie-gesundheit/senioren/wegweiser-fuer-senioren/index.php>

### Fragen, Anregungen, Kommentare?

Schreiben Sie uns, wenn Sie Fragen an den Seniorenbeirat haben, Anregungen für Verbesserungen oder einen Kommentar abgeben möchten. Wir freuen uns über Ihre Email: [Seniorenbuero@gmx.net](mailto:Seniorenbuero@gmx.net)

### (DES) INTERESSE am Newsletter

Wir freuen uns über neue Interessierte am Newsletter / Rundbrief „Neues vom SBR“: Solche Wünsche nehmen wir über [seniorenbuero@weiterstadt.de](mailto:seniorenbuero@weiterstadt.de) erfreut entgegen. Nur wer diesen Newsletter von [seniorenbuero@weiterstadt.de](mailto:seniorenbuero@weiterstadt.de) geschickt bekommen hat, kann sicher sein, weitere Newsletter zu bekommen. Alle anderen haben es - vielleicht nur einmalig - weitergeleitet bekommen und mögen sich gerne mit einer E-Mail direkt bei uns melden.

Wer diesen Newsletter nicht mehr bekommen möchte, kann ihn unter [seniorenbuero@weiterstadt.de](mailto:seniorenbuero@weiterstadt.de) formlos abbestellen. Das fänden wir schade! Dieser Newsletter kommt vom Seniorenbeirat Weiterstadt, Carl-Ulrich-Straße 9-13, 64331 Weiterstadt.

### Weiterleiten

Wenn Sie jemanden kennen, der sich evtl. für den Newsletter interessieren könnte, so leiten Sie ihn einfach weiter!

Alle Bilder im Newsletter sind lizenziert oder erstellt und freigegeben vom Seniorenbeirat Weiterstadt

Mitglied in der

