

## ■ Ein Steinbach-Mobil namens Ännchen ...

Anfang Dezember 2008 erhielt im DRK Seniorenhaus Steinbach in Bad Godesberg ein neuer, weißer Opel Zafira den Namen Ännchen – dank eines Beschlusses der Hausbewohner, die diesen Namen allerdings nicht auf die Godesberger Studenten-Wirtin, sondern auf Johanna Steinbach zurückzuführen, die verstorbene Ehefrau des Namensträgers dieser DRK-Einrichtung.



Ännchen entstammt zu einem großen Teil der GlücksSpirale, denn diese Soziallotterie spendete das Fahrzeug mit dem bequemen Einstieg, damit alte Menschen, die sonst selten oder gar nicht mehr aus dem Haus kommen, gelegentlich mal eine Ausfahrt genießen können. „Das ist einmalig in Bonn“, freute sich Heimgeschäftsführer Matthias Walbröl. „Jetzt suchen wir freundliche Bonner, die ehrenamtlich den Flitzer mit unseren Alten steuern!“ An Gründen, fahrend etwas Gutes zu tun, fehlt es wahrhaftig nicht.

## ■ Bad Godesberger AWO hilft beim Abnehmen

Wer fit sein möchte, auch im Alter, muss sich richtig ernähren. Daher wird in der Küche der AWO-Wohnanlage in der Wichterichstraße in Bad Godesberg-Schweinheim nach neuesten ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen gearbeitet; hinzu kommen Wellness- und Bewegungsangebote für die Bewohner. Die AWO-Heimleitung möchte die in diesen Bereichen gesammelten Erfahrungen nun auch der Allgemeinheit zugänglich machen und wirkt daher seit einiger Zeit mit der Siegburger Rückenschule zusammen, die Ernährungsberatung anbietet und Fitnessangebote unterbreitet.



*Vom Wort zur Tat: Roland Haase (Siegburger Rückenschule) und Ralf Niesen M.A. (Heimleitung Hubert-Peter-Haus) verkörpern die Zusammenarbeit bei einer Jogging-Runde um das AWO-Heim in Godesberg*

Ab März 2009, gleichsam zur Fastenzeit, gibt es in den Räumlichkeiten der AWO einen Abnehm-Kursus der Siegburger Rückenschule. Er ist für Menschen jeden Alters offen, die verantwortungsbewusst und ernährungswissenschaftlich sinnvoll etwas gegen ihr Übergewicht tun möchten. Ihm folgt ein Fitness-Kursus, der für Menschen gedacht ist, die sich lange Zeit nicht mehr sportlich betätigten und künftig etwas für ihre Gesundheit unternehmen wollen. Die Kurse können wunschgemäß zusammen oder auch einzeln gebucht werden. Einen Zuschuss ihrer gesetzlichen Krankenkasse können Versicherte beantragen. Der Abnehm-Kursus beginnt am 10. März, der Fitness-Kursus am 14. März, jeweils um 18.30 Uhr in der Wichterichstraße in Bad Godesberg. Roland Haase von

der Siegburger Rückenschule ist unter der Telefonnummer 02241 – 590871 zu allen Auskünften bereit; Formalitäten erledigt ebenfalls die Rückenschule. Für Rückfragen an das Hubert-Peter-Haus der AWO gibt es die Telefonnummer 0228-9319113.

## ■ LebensWandel – regionale Angebote für die zweite Lebenshälfte

„Ich möchte auf jeden Fall zuhause wohnen bleiben!“ „Meine Unabhängigkeit ist mir besonders wichtig!“ „Ich möchte gerne die gewonnene Freizeit sinnvoll nutzen und das Leben genießen!“ So – oder so ähnlich – würden wohl die meisten Menschen ihre Wünsche für ein zufriedenes und ausgefülltes Leben in der zweiten Lebenshälfte formulieren. Für viele kommt der Umzug im Alter kaum noch in Frage. Gesucht wird nach Möglichkeiten, in der vertrauten Umgebung zu bleiben – entsprechend der individuellen Bedürfnisse.

Mit LebensWandel wird das möglich. Denn hier haben sich Unternehmen der Region Bonn/Rhein-Sieg zusammengeschlossen, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, die besonderen Wünsche von Menschen in der zweiten Lebenshälfte ihren Anforderungen entsprechend zu verwirklichen. Sie bieten passgenaue Lösungen für ein unabhängiges und zufriedenes Leben in den eigenen vier Wänden. Und das ist noch nicht alles! Ein wichtiger Bestandteil von LebensWandel sind die Qualitätsstandards, zu denen sich die dort angeschlossenen Unternehmen verpflichtet haben und die laufend weiter entwickelt werden. So werden z.B. barrierefreie Zugänge zu Ladenlokalen garantiert und der Kundenschriftverkehr in gut leserlicher Schriftgröße abgewickelt. Aktuell finden sich bei LebensWandel Fachleute zu Barrierefreiheit und Sicherheit in Haus und Garten, Finanz-, Versicherungs- und Rechtsfragen sowie Profis, die im Haushalt unterstützen oder Pflegeleistungen übernehmen. Außerdem bietet LebensWandel Kompetenz in der Beratung für die Erwerbstätigkeit vor und in der Rente, einen individuellen Bekleidungs- und Beratungsservice sowie Computerschule und Büroservice.

Weitere Informationen über LebensWandel bei: Jutta Bassfeld Tel. 0228-30796965, Internet [info@lebenswandel.biz](mailto:info@lebenswandel.biz) [www.lebenswandel.biz](http://www.lebenswandel.biz)

## ■ Malteser-Hausnotruf weiter auf Erfolgskurs

Im vergangenen Jahr konnten die Malteser die Zahl ihrer NRW-Kunden beim Haus-Notrufdienst um über 11 Prozent auf jetzt 13 843 (2007: 12 411) steigern. „Mit diesem Hausnotruf helfen wir seit inzwischen 20 Jahren allein lebenden, chronisch kranken oder behinderten Menschen, möglichst lange in ihrer gewohnten Umgebung sicher und unabhängig zu leben“, so Landesgeschäftsführer Oliver Mirring. Die meisten Anrufe in der Haus-Notruf-Zentrale sind so genannte soziale Notrufe, wie bei den Maltesern zu erfahren ist. Gerade während der Weihnachtsfeiertage erreichten wieder viele Anrufe von einsamen Menschen die Zentrale, 60 Prozent mehr als an normalen Wochenenden. Für freundliche, aufmunternde Worte hat das Notruf-Personal der Malteser jedoch immer Zeit.

Bundesweit waren zu Jahresbeginn 2009 rund 60.000 Menschen an das Malteser-Hausnotrufsystem angeschlossen; es erhielt bei einem Test der Stiftung Warentest gute Benotungen. Die Teilnehmerzahl dürfte im laufenden Jahr wegen der im sozialen Bereich bislang einmaligen Zusammenarbeit mit der Kaffee-Handelskette Tchibo zunehmen. Die Präsentation des Malteser-Hausnotrufdienstes in den Filialen von Tchibo Anfang 2009 war bereits vielversprechend.