Mit den besten Grüßen | Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg

Info-Post

für Senioren · 13. Ausgabe

Info-Post für Senioren

Vorwort

>>Der Frühling ist zwar schön;
doch wenn der Herbst nicht wär',
wär' zwar das Auge satt,
der Magen aber leer.>>

Friedrich von Logau (1605 - 1655)

Liebe Seniorinnen und Senioren,

die Sonnenstrahlen werden langsam kühler, ein Zeichen dafür, dass allmählich der Herbst beginnt. Zu keiner anderen Jahreszeit wird die Natur in ein so schönes, goldenes Licht getaucht wie im Herbst. Die Blätter der Bäume färben sich bunt und viele Früchte sind jetzt reif. Für diejenigen, die eigenes Obst und Gemüse anbauen, ist jetzt endlich der große Moment gekommen. Die Ernte bedeutet Freude über das gelungene Werk und ist Belohnung für die regelmäßige Pflege während der letzten Monate.

Jetzt können wir auch am Abend entspannt die Augen schließen, ohne lästiges Summen der bekannten „Plagegeister". Vorbei ist die Zeit des Fensterschließens sobald es draußen dunkel wird und auch die Fliegenklatsche kann von nun an für einige Zeit verräumt werden.

Dafür kommt jetzt die kuschelige Wolldecke wieder auf dem Sofa zum Einsatz. Man kann es sich mit einem guten Buch so richtig gemütlich machen oder ganz entspannt dem Wind und den Regentropfen lauschen, die an die Fensterscheiben trommeln. An regnerischen und düsteren Herbsttagen darf man ganz ohne schlechtes Gewissen auch einfach mal zu Hause bleiben oder, nachdem man mit geröteten Wangen und kalter Nase von draußen ins Warme kommt, eine Tasse lecker duftenden, warmen Tee genießen.

Jetzt wünschen wir Ihnen viel Freude beim Durchblättern und Schmökern in der neuesten Ausgabe unserer Info-Post für Senioren.

Herzliche Grüße und bleiben Sie gesund,

Ihre Abteilung Senioren

☞ *Die Redaktion weist darauf hin, dass der Inhalt der Beiträge die Ansicht der Einsender wiedergibt, die mit der Meinung der Redaktion nicht unbedingt übereinstimmt.*

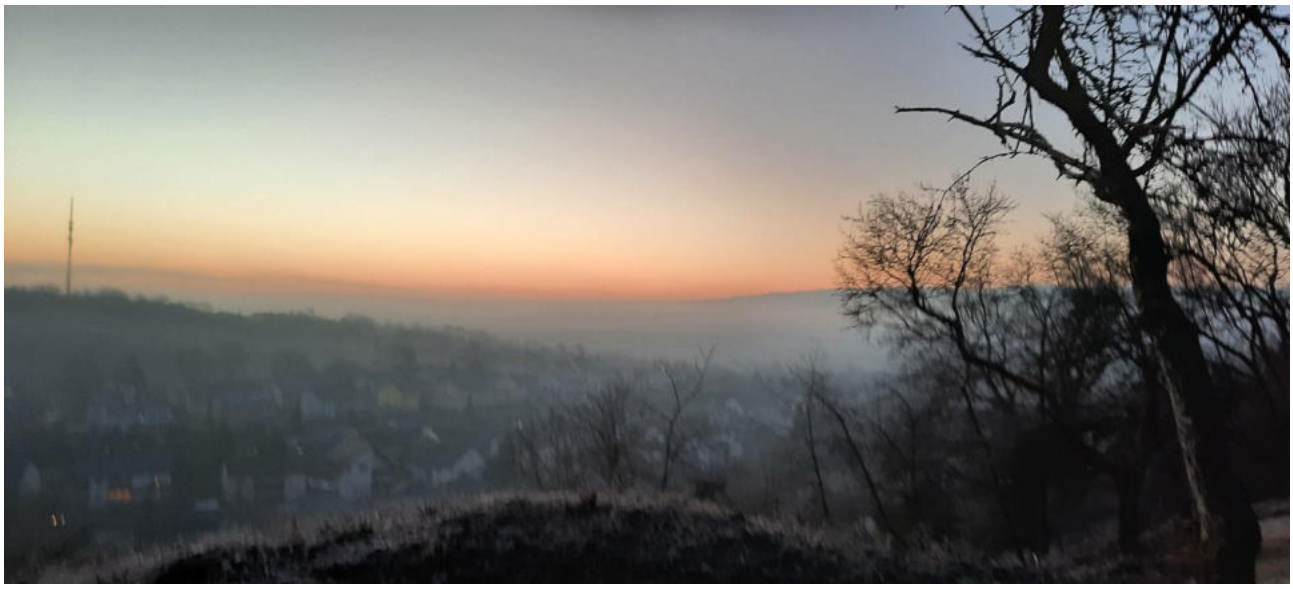
Wie gefällt Ihnen die Info-Post für Senioren?

Haben Sie Verbesserungsvorschläge, Anregungen oder möchten etwas zu unseren letzten Artikeln ergänzen? Gerne veröffentlichen wir auch Ihre Beiträge.

Jahreszeitenwechsel

Es geht dahin das Jahr so schnell,
der Tag ist bald nicht mehr so hell,
nach diesem Sommer, der keiner war,
so hoffen wir und das ist klar,
dass uns strahlt ein bunter Herbst entgegen,
mit Blättern, die wir von der Straße fegen,
von Sonnenstrahlen, die erleuchten den Tag,
und uns befreien von Sorgen und Plag,
was wird er bringen, der Herbst und der Winter,
die Sorge geht um und die Angst ist nicht minder,
was macht das Virus mit uns in den Wochen,
lässt es auf etwas Normalität nun hoffen,
oder versetzt es wieder in Angst und Schrecken,
und neue Varianten entdecken?
Ich hoffe und wünsche uns allen von Herzen,
einen farbenfrohen Herbst, nichts soll uns schmerzen,
einen Blick für all das, was uns gegeben,
was wir dürfen einfach so erleben,
Zufriedenheit und Rücksicht auf das was uns befohlen,
Dankbarkeit und Respekt, das ist geboten.

© M. Höpp (Landkreisbürgerin), im Herbst 2021



Der November – Der traurige Monat

So nannte sie diesen Monat als Kind. Damals waren sich alle der „Feiertage“ in diesem Monat noch bewusst.
Allerheiligen – Allerseelen – Buß- und Bettag – Volkstrauertag – Totensonntag.
Wenn dann noch ganz persönliche Sterbetage in diesem Monat lagen, dann war alles sehr bedrückend. Es waren ja keine frohen Feiertage, es waren eigentlich Gedenktage. Auch ein Denken daran, dass ja unser Leben nur begrenzt ist auf dieser schönen Welt. All die schönen Erinnerungen rücken plötzlich in den Hintergrund und das „Endgültige“ wurde so sehr bewusst gemacht.

Es gab aber auch etwas „Helles“ in dieser Zeit, nämlich „Kerzen-Lichter“.
Es wurden viele, viele Lichter entzündet.

„Allerheiligen-Allerseelen“, das waren die Tage, an denen sich die Familien (es gab ja damals noch Großfamilien auf dem Dorf) an den Gräbern trafen.
Da brannten die Kerzen. Der ganze Friedhof war ein Lichtermeer und sie dachte: Das sieht man bestimmt auch im Himmel, wo ja alle sind, an die wir jetzt denken.
Es tat sehr gut damals so denken zu können.

Noch etwas ereignete sich in diesem Monat. Die Hausfrauen mussten an das Christstollen Backen denken. Der Termin beim Bäcker musste früh genug abgeklärt werden und dann begann die Arbeit. Es war ein Aufwand, wie in einer Bäckerei.
Es wurde nur noch in „Kilo“ gedacht und nicht mehr in „Gramm“. Ja und alles wurde ja von Hand erledigt. Sehr fein musste es geschnippelt werden.
Auf den Dörfern und Bauernhöfen wird es sicherlich heute noch so sein, vielleicht ein klein bisschen leichter, weil nicht mehr alles von Hand erledigt wird. Auch da haben Maschinen einiges verändert.
Tradition ist etwas wunderbar Tröstendes.

Das Kerzenanzünden, oftmals zuhause, hat sich erhalten.
Es ist das Kerzenlicht, das uns träumen lässt.
Das uns sagt, alles vergeht und kommt doch wieder.
Es gibt leuchtende Tage und dunkle Tage.
Hätten wir das eine nicht, würden wir ja das andere auch nicht kennen.

© R. Sch. (Landkreisbürgerin)

Das Licht ist ein Symbol
des Lebens und der Freude.
Honoré de Balzac

© Martina Schreiter (Landkreisbürgerin)

Bauernregeln

15. September
Sankt Ludmilla, das fromme Kind, bringt gern Regen und viel Wind.

25. September
Nebelt's an Sankt Kleopas, wird der ganze Winter nass.

14. Oktober
Sankt Burkhardi Sonnenschein, schüttet Zucker in den Wein.

23. Oktober
Wenn's Sankt Severin gefällt, bringt er mit die erste Kält'.

1. November
Allerheiligen feucht, wird der Schnee nicht leicht.

27. November
Friert es auf Virgilius, im Märzen Kälte kommen muss.

Neue Online-Version des Seniorenwegweisers

Eine Homepage für schnelle Hilfe im Bedarfsfall für den Landkreis Würzburg

Mit der ersten Auflage des Seniorenwegweisers im Jahr 2015 wollte das Kommunalunternehmen eine Übersicht über die vielfältigen Angebote, Unterstützungsmöglichkeiten und Dienstleistungen geben, die im Landkreis Würzburg bereits zur Verfügung standen. Auch nach mittlerweile fünf Auflagen erscheint ein solches Angebot wichtig. Denn im gesamten Landkreis gibt es ein unglaublich vielfältiges Angebot, von klassischen Pflegediensten über Nachbarschaftshilfen und Seniorensport, bis hin zu Seniorenkreisen und offenen Treffpunkten. „Uns war es bei der Erstellung des Wegweisers wichtig, dass dieser von einer neutralen Stelle, von der Abteilung Senioren selbst, erstellt wird und sich rein auf die Vermittlung von Kontaktadressen beschränkt.“, so Tobias Konrad, der Leiter der Abteilung Senioren im Kommunalunternehmen.

An der steigenden Anzahl der Kategorien lässt sich die Entwicklung der speziellen Angebote für die ältere Generation im Landkreis Würzburg gut nachverfolgen. In den letzten sieben Jahren hat sich der Seniorenwegweiser um rund 40 Seiten erweitert. Bisher wurden die Neuauflagen nach zwei Jahren gedruckt und die Bürgerinnen und Bürger konnten auf der Homepage des KU die jeweils aktuelle Version als PDF abrufen.

Die Informationen, die die Initiatoren Tobias Konrad und Melanie Ziegler in den Seniorenwegweiser packen, sind sonst nirgendwo so kompakt und nachvollziehbar aufbereitet. Dennoch verliert eine gedruckte Version relativ schnell ihre Aktualität. Daher steht Ihnen der Seniorenwegweiser ab sofort als interaktive Landkarte zur Verfügung. Der Vorteil auf der neu gestalteten Internetseite liegt darin, dass dort alle Änderungen und neu hinzugekommenen Angebote erfasst werden. Die Nutzenden können sich entweder regional oder thematisch orientieren und so schnell das passende Angebot finden. Eine Suchfunktion ermöglicht, gezielt nach Angeboten einer Kategorie oder nach Angeboten in einer bestimmten Gemeinde zu filtern.

Probieren Sie es gleich aus unter: *www.kommunalunternehmen.de/seniorenwegweiser*.
Gerne dürfen Sie uns Ihre Erfahrungen zurückmelden.

Busfahren ist gar nicht so teuer, wie Sie denken

Sie fahren gelegentlich in die Stadt, um Besorgungen zu erledigen, einen Kaffee mit der besten Freundin zu trinken oder das nächste Restaurant auszuprobieren? Parkplätze sind in Würzburg aber oft Mangelware, deshalb fahren Sie doch einfach mal mit dem Bus – es ist gar nicht so teuer, wie Sie denken!

Mit der 6er-Karte sind Sie schon ab 1,80 Euro pro Fahrt nach Würzburg mobil. Mit der Fahrkarte können Sie 6 Fahrten durchführen, dabei umsteigen und auch Fahrtunterbrechungen einlegen. Für Rückfahrten müssen Sie dann ein neues Feld abstempeln. Die 6er-Karte kann aber auch von bis zu 6 Personen gleichzeitig genutzt werden. Für jede Person ist dann ein Feld zu entwerten. Also beginnen Sie Ihr Treffen doch einfach mal im Bus.

6er-Karten sind im Bus, am Automaten und in der APG in der Juliuspromenade 40 - 44 in Würzburg erhältlich. Sollten Sie Rückfragen haben, können Sie sich jederzeit bei der APG beraten lassen – gerne auch telefonisch unter 0931 45280-0.

© APG (Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg)

Ausflug in Marktheidenfeld

Ach ist das wunderschön,
dass Werner und Christiane
heute mal ins Städtchen gehn.
Da kann man nette Leute sehn,
in der Hand ein Eis mit Sahne
und im Herzen Flötentön.

© Eveline Klose, www.heilen-in-eisingen.de

Kinder und Jugendliche als pflegende Angehörige – Young Carers

Spricht man von pflegenden Angehörigen, so richtet sich der Fokus meist auf erwachsene Frauen und Männer, die ein pflege- bzw. hilfsbedürftiges Familienmitglied unterstützen und umsorgen. Doch nicht nur Erwachsene sind in die Pflege und Betreuung von Familienangehörigen eingebunden. Pflegebedürftigkeit kann durch einen Unfall, eine Erkrankung oder Behinderung in jedem Alter auftreten und Menschen in jedem Lebensabschnitt betreffen.

Erkrankt beispielweise eine Mutter oder ein Vater, so bringt dies viele Veränderungen für eine Familie mit sich. Kinder und Jugendliche kommen mit Themen in Kontakt, die ihnen bis dato fremd und unbekannt waren. Sie müssen sich womöglich vermehrt um den Haushalt kümmern, Botengänge erledigen, einkaufen gehen oder sind in die direkte Pflege ihrer Mutter, ihres Vaters, von Großeltern oder Geschwisterkindern eingebunden.

Übernehmen Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren solche Aufgaben, spricht man von sogenannten Young Carers (Englisch). Sie kümmern sich regelmäßig um die Pflege und/oder Betreuung eines längerfristig physisch oder psychisch erkrankten, von einer Behinderung betroffenen oder an einer Sucht erkrankten Angehörigen. Dadurch entlasten und unterstützen sie die Familie in großem Maße.

Auch in Stadt und Landkreis Würzburg leben ca. 1.600 Young Carers (Quelle: Young Carer Hilfe gemeinnützige UG), wobei die Dunkelziffer weitaus höher sein dürfte. Sie werden von der Öffentlichkeit oft nicht wahrgenommen und erleben wenig Unterstützung.

Wir, das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg, möchten daran etwas ändern und haben in den vergangenen Monaten zwei Vernetzungstreffen initiiert. Das letzte Treffen fand am 29. Juni 2022 im Veranstaltungssaal der Main-Klinik Ochsenfurt statt. Unserer Einladung folgten neben wichtigen Akteurinnen und Akteuren aus Stadt und Landkreis Würzburg auch Katharina und Lana Rebhan aus Bad Königshofen. Lana Rebhan ist selbst Young Carer und hat bereits im Alter von acht Jahren Verantwortung für ihren nierenkranken Vater und somit für die ganze Familie übernommen. Unser Ziel ist es, dass wir die Region Würzburg für dieses wichtige Thema sensibilisieren und Informationsmaterial für pflegende Kinder und Jugendliche bereitstellen, damit diese wissen, wohin sie sich mit ihren Anliegen und Sorgen auf regionaler Ebene wenden können.

(v.l.n.r.): Claudia Vollmar (leitende Schulamtsdirektorin), Evelyn Bordon-Dörr (Leitung Allgemeiner Sozialdienst Lkr.), Tanja Roß (Leitung Allgemeiner Sozialdienst Stadt), Katharina Rebhan & Lana Rebhan (Young Carer Hilfe gemeinnützige UG), Prof. Dr. Alexander Schraml (Vorstand KU), Linda Vierheilig (KU/Abteilung Senioren), Andreas Schrappe (Diplompsychologe, Leiter Evang. Beratungszentrum der Diakonie Würzburg), Dr. Verena Delle Donne (Leitung der Erziehungs- und Familienberatung im Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Würzburg); Foto: Tobias Konrad (KU)

Pflegeberatung vor Ort

Kostenfreie Beratung zu Pflege, Demenz und Wohnen im Alter

Nur nach Termin-vereinbarung

Unabhängige Beratung für Pflegebedürftige und Angehörige

Beratung zum selbstständigen Wohnen im Alter oder mit Behinderung

Beratung und Hilfe in besonders belastenden Lebenssituationen

Wo: **Dorfzentrum Eisingen**
Hauptstraße 50

Wann: **14 - 17 Uhr**
14. September
12. Oktober
09. November

Wo: **Rathaus Kirchheim**
Rathausstraße 2

Wann: **14 - 17 Uhr**
28. September
26. Oktober
23. November

Kontaktieren Sie uns gerne für einen persönlichen Beratungstermin unter:

0800 / 0001027

Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg

KU

Denksport-Aufgabe

Finden Sie das für beide Begriffe passende Wort in der Mitte.

Holz		Substanz
Alpen		Meile
Meeres		Messer
Flug		Pegel
Knaben		Singen
Fertig		Stelle
Probe		Preis
Gardinen		Schleuder
Verkehrs		Ende
Fluss		Vorlage
Heil		Zulauf
Fenster		Hirsch

Alles Denken hat bisher Resultate ergeben.

Walther Rathenau

© R. G. (Landkreisbürgerin)

Silbenrätsel zum Herbst

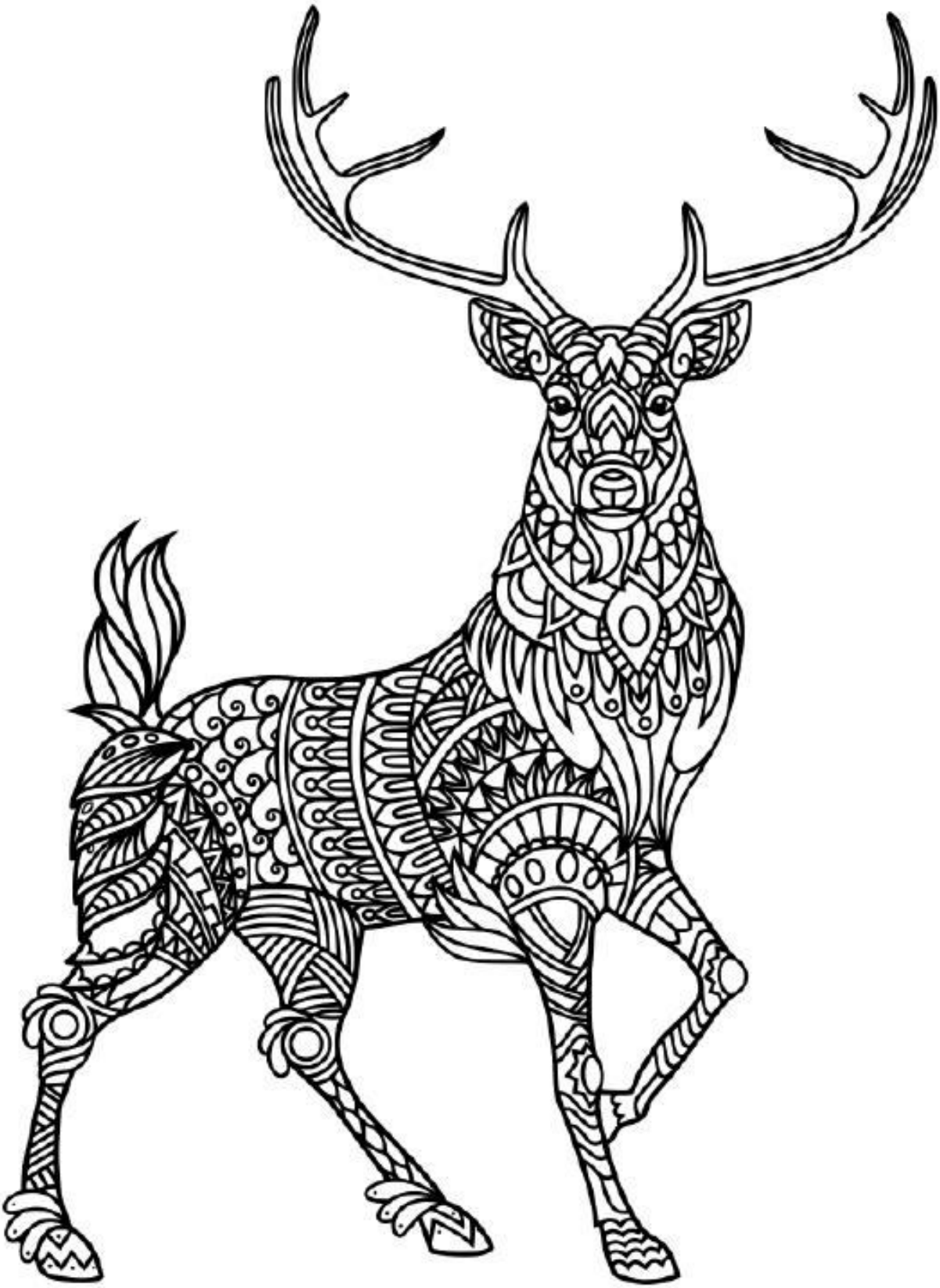
bis – dank – en – ern – fen – gel – gen – ha – kas – kür – nen – ni – nüs – re – se – se – sel – ta – tan – te – ter – vo – wet – zap – zier – zug

1.	Holzige Blütenstände												
2.	Schirmzeit												
3.	Vitaminlieferant												
4.	Saisonale Pendelbewegung												
5.	Farbenfrohe Herbstdekoration												
6.	Bastelspaß mit …												
7.	Kulturelles Ritual												

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.

☞ *Die Lösungen finden Sie auf S. 27.*

Zeit für Kreativität



Neue Pflegeschule in Ochsenfurt

Baubeginn für Zukunftsprojekt

Ein Baustellenfest war der offizielle Auftakt der Bauarbeiten für den Neubau der Pflegeschule am Standort Main-Klinik Ochsenfurt. In dem zweigeschossigen Gebäude werden moderne Klassenzimmer für insgesamt rund 80 Auszubildende entstehen. Der Neubau wird 4,25 Millionen Euro kosten und in Höhe von 2,16 Millionen Euro bezuschusst. Geplant ist eine Bauzeit von 15 Monaten.

„Wir wollen mit unserer neuen Ochsenfurter Pflegeschule junge Menschen für die Pflegeausbildung begeistern und gleichzeitig dem drohenden Fachkräftemangel entgegenwirken“, so Main-Klinik-Geschäftsführer Christian Schell beim Baustellenfest. „Das Gebäude der Pflegeschule soll aber auch das Thema Pflege in Gänze stärken“, so Landrat Thomas Eberth weiter. „Denn neben dem Thema Pflegestützpunkt im südlichen Landkreis Würzburg, Ausbildung von pflegenden Angehörigen und ehrenamtlichen Hilfskräften, können dort auch Seminare oder Selbsthilfegruppen angeboten werden“, freut sich der Landrat über das spätere vielfältige Angebot der Seniorenarbeit, das am Ochsenfurter Greinberg gebaut und etabliert werden soll.

Förderung vom Freistaat

Vor wenigen Wochen – im Mai 2022 – hat die Regierung von Unterfranken den Neubau fachlich gebilligt und rund 2,16 Millionen Euro Fördergelder in Aussicht gestellt. Der Träger der Schule wird die Main-Klinik Ochsenfurt sein, die ebenso wie die Senioreneinrichtungen des Landkreises Würzburg zum Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg gehört. Aber nicht nur die eigenen, sondern auch andere Einrichtungen in der Region Ochsenfurt und darüber hinaus sollen von der neuen Pflegeschule profitieren. „Wir bauen keine Pflegeschule für das Kommunalunternehmen, sondern für den südlichen Landkreis Würzburg“, so Schell.

Die neue Pflegeschule an der Main-Klinik Ochsenfurt soll zum Ausbildungsjahr 2023 bezugsfertig sein. Allerdings wird die Schule bereits ab dem kommenden Schuljahr – also ab September 2022 – ihren Betrieb aufnehmen. Dies jedoch übergangsweise in den Räumlichkeiten der Ochsenfurter Berufsschule. Nach aktuellen Planungen starten ab September 20 Auszubildende in ihr erstes Ausbildungsjahr; elf davon von der Main-Klinik. Letztendlich sollen drei Ausbildungsjahrgänge mit jeweils 26 Azubis ihren Blockunterricht an der Ochsenfurter Pflegeschule absolvieren. Insgesamt werden am Standort also rund 80 angehende Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner ausgebildet.

MAIN-KLINIK OCHSENFURT

Skills Lab entsteht

„Wir bauen eine moderne Pflegeschule, um den Pflegeberuf noch attraktiver zu machen“, betonte Schell beim Baustellenfest. In dem Neubau werden auf zwei Etagen Unterrichtsräume und ein Pausenraum mit Terrasse sowie ein „grünes Klassenzimmer“ im Außenbereich entstehen. Die Unterrichtsräume werden allesamt über WLAN verfügen und mit interaktiven Schultafeln ausgestattet. Auch ein sogenanntes „Skills Lab“, ein Beobachtungs- und Regieraum, wird eingerichtet. Dort können Situationen aus dem Pflegealltag simuliert werden, in denen die Auszubildenden ihr theoretisch erworbenes Wissen praktisch anwenden. Eine Kamera ermöglicht, die Aktionen der Auszubildenden aufzunehmen und anschließend mit den Lehrkräften zu bewerten. Auch klimatechnisch wird das Gebäude gut ausgestattet: Es wird mit einer Pelletheizung geheizt.

Freuen sich über den Baubeginn der neuen Pflegeschule an der Main-Klinik Ochsenfurt (von links):

Juliane Selsam (Personalleiterin Kommunalunternehmen), Michael Wink (Schulleiter), Prof. Dr. Alexander Schraml (Vorstand-Kommunalunternehmen und Main-Klinik-Geschäftsführer), Landrat Thomas Eberth, Architektin Birgit Braunschmidt, Eva von Vietinghoff-Scheel (Vorstand-Kommunalunternehmen und Main-Klinik-Geschäftsführerin), Christian Schell (Main-Klinik-Geschäftsführer) und Bürgermeister Peter Juks.

Quelle: Main-Klinik Ochsenfurt

Übungen zur allgemeinen Kräftigung – Teil 2

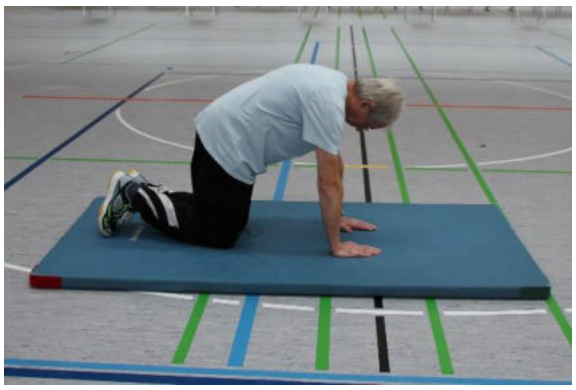
Teil 1 finden Sie in der 12. Ausgabe

Die folgenden Übungen bitte langsam und bewusst ausführen, immer zu beiden Seiten und ungefähr acht mal.

Sind sie noch etwas ungeübt, dann machen sie einfach anfangs weniger Ausführungen und vielleicht nicht alle Übungen hintereinander.

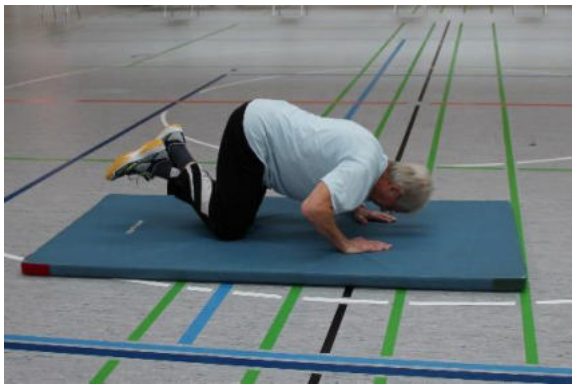
Was noch wichtig ist, niemals den Atem anhalten bei der Ausführung, immer schön gleichmäßig atmen!

5. Ausgangsstellung wie bei der vorigen Übung, Knie unter der Hüfte, Hände unter den Schultern. Zum Ausatmen machen wir einen Katzenbuckel, den Kopf leicht nach unten nehmen und den Bauch leicht einziehen. Beim Einatmen heben wir den Kopf nach oben und lassen den Rücken leicht durchhängen. Diese Übung schön harmonisch fließend ausführen, niemals ruckartig.



6. Wir knien weiterhin, die Unterarme liegen ebenfalls auf der Matte. Nun ein Bein strecken, auch die Fußspitze wird gestreckt, dann das Bein nach oben führen und wieder runter, aber den Fuß möglichst nicht absetzen. Sondern gleich wieder anheben. Sollte dies zu schwierig sein, dann darf der Fuß natürlich jedes Mal abgesetzt werden.

7. Bei dieser Übung legen wir die Füße beim Knien übereinander und machen nun vereinfachte Liegestützen, indem wir die Arme beugen, mit dem Oberkörper also runtergehen und dann wieder strecken und den Oberkörper anheben.



Zum Abschluss legen wir uns einfach auf den Rücken, die Arme längs neben dem Körper und entspannen bei gleichmäßigem Atmen.

Einmal Bauchatmung, das heißt wir atmen bewusst zum Bauch hin, dann wieder Brustatmung.

Nun noch viel Spaß bei den Übungen und denken Sie daran, bei gänzlich unbekannten und dadurch schwierigen Übungen anfangs einfach weniger Ausführungen zu machen.

© Bernhard Roth, Übungsleiter aus Rottendorf. Die Bilder sind wieder von meiner Kollegin Regina Scharff.

Verschdändichungsschwierichkeide

Mir schdrolche durch Münche uf Besichdichungsdur,
un ganz blötzli schdelld si mei Maache uf schdur,
un knurrd un lamendierd ununnerbroche,
er had an der Ecke a Bäckerei geroche.
Scho bin i drin, ward` un such mer was aus,
doch mei Wünsch` rudsche efach uf fränggisch mir raus.
Bloß Kissinger un Weckli kenne die Ald-Bayern ja nid,
langsam deud un verlang i: „Gem Se mer da zwee Brödli mid!“
Verschdändnisvoll wer i glei als Ausländer daxierd.
„**Das** Semmel“, had mir die dürkisch` Verkäuferin schdolz erklärd.

© Doris Alberth (Landkreisbürgerin)

Tipps zur Vorbereitung auf die Pflegebegutachtung

Sie merken allmählich, dass mit zunehmendem Alter viele der alltäglichen Verrichtungen immer beschwerlicher werden? Das Duschen oder Baden klappt nicht mehr so recht? Wäre da nicht Ihre Tochter oder Ihr Sohn, die Sie unterstützen würden, wäre vieles noch mühsamer?

Falls Sie oder eine angehörige Person sich gerade in dieser Situation befinden, gilt es zu überlegen, ob Sie einen Antrag auf Pflegegrad bei Ihrer zuständigen Pflegekasse stellen. Seit 2017 erfolgt die Eingruppierung in einen der fünf Pflegegrade, zuvor waren es drei Pflegestufen. Im Folgenden möchten wir Ihnen die Schritte von der Antragstellung eines Pflegegrades bis hin zur Begutachtung durch den medizinischen Dienst erläutern und einige Tipps zur Vorbereitung auf die Pflegebegutachtung geben.

Um Leistungen durch die Pflegekasse zu erhalten, müssen diese im Voraus beantragt werden. Der Antrag wird bei der Pflegekasse der versicherten Person gestellt, die der jeweiligen Krankenkasse angegliedert ist. Um den Antrag zu stellen, gibt es mehrere Wege: Ein Anruf bei der Pflegekasse oder ein kurzes, formloses Schreiben reicht aus. Manche Pflegekassen stellen auf ihrer Internetseite auch die benötigten Formulare bereit. Stellen Sie Ihren Antrag am besten so früh wie möglich, denn die Leistungen aus der Pflegeversicherung werden rückwirkend ab dem Datum der Antragstellung (bei Erstantrag) bewilligt.

Nachdem Sie den Antrag gestellt haben, wird die Pflegekasse tätig und schickt Ihnen die benötigten Antragsformulare zu. Diese werden ausgefüllt und an die Kasse zurückgesendet. Daraufhin beauftragt die Pflegekasse den *Medizinischen Dienst (MD)*, der die Pflegebegutachtung durchführt. Für Privatversicherte ist der Dienst *Medicproof* zuständig. Ihnen wird im Zuge dessen schriftlich mitgeteilt, an welchem Tag und in welchem Zeitfenster die Begutachtung stattfinden wird. Von Vorteil ist es, wenn Ihnen die Pflegeperson oder eine Vertrauensperson bei diesem Gespräch unterstützend zur Seite steht.

Achtung: Anspruch auf Leistungen der Pflegeversicherung haben Personen, die innerhalb der letzten 10 Jahre mindestens 2 Jahre versichert waren (Vorversicherungszeit). Die Pflegebedürftigkeit muss auf Dauer, voraussichtlich für mindestens sechs Monate, bestehen. Der Pflegegrad richtet sich nach der Schwere der Beeinträchtigung der Selbstständigkeit bzw. der Fähigkeiten. Beurteilt werden:

- Mobilität
- Geistige und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung (z. B. bei Körperpflege, Ernährung, Toilettenbenutzung)
- Selbständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
- Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

Um sich auf die Begutachtung vorzubereiten, sind einige Punkte zu beachten:

- Machen Sie sich mit dem Neuen Begutachtungsinstrument vertraut: Um die Pflegebedürftigkeit einzuschätzen, wird in sechs Lebensbereichen - den sogenannten Modulen - der Grad der Selbständigkeit eingeschätzt, also das Ausmaß, in dem die pflegebedürftige Person sich noch selbst *ohne fremde Hilfe oder unter Nutzung von Hilfsmitteln* versorgen kann.
- Idealerweise organisieren Sie vor dem Begutachtungstermin alle aktuellen Arztberichte, Diagnosen und den Medikamentenplan, sodass am Begutachtungstermin alle Unterlagen vollständig vorliegen.
- Stellen Sie sich immer die Frage: Wo benötige ich Hilfe und Unterstützung durch eine andere Person? Welche Ressourcen habe ich, was kann ich alleine?
- Achtung: Haushaltsführung und außerhäusliche Aktivitäten werden bei der Einstufung nicht gewertet.
- Oft kommt es auf Kleinigkeiten an. Stellen Sie sich daher auch folgende Fragen: Kann ich die kleinen Knöpfe meiner Bluse oder des Hemdärmels noch selbstständig zuknöpfen? Kann ich meinen Hinterkopf kämmen und anschließend die Haare aus der Bürste entfernen? Wer reinigt meinen Rasierapparat? Kann ich eine Flasche mit Schraubverschluss öffnen?
- Zu beachten gilt auch die Frage: „Was wäre, wenn?“ Beispiel: Ein Mann hat eine Glatze, d. h. er kämmt sich i. d. R. nicht mehr. Dennoch ist die Frage wichtig, ob er sich rein theoretisch den Hinterkopf kämmen könnte („Was wäre, wenn ich noch Haare hätte?“). Hier werden oft Punkte innerhalb der Begutachtung verschenkt, wenn solche Situationen nicht hinterfragt werden.
- Sollten Sie oder Ihre angehörige Person Schwankungen in der Tagesform erleben (z. B. bei einer Demenz oder Depression), schreiben Sie über den Zeitraum von einigen Wochen auf, an welchen Tagen ein höherer Hilfe- und Unterstützungsbedarf besteht.
- Sollten Sie das Gefühl haben, dass im Gutachten nicht ausreichend auf Ihre Situation eingegangen wurde oder wichtige Punkte außer Acht gelassen wurden, können Sie innerhalb von vier Wochen Widerspruch bei Ihrer Pflegekasse einlegen. Hierfür muss eine Widerspruchbegründung eingereicht werden.

Klingt kompliziert? Möchten Sie sich individuell beraten lassen (z. B. zur Vorbereitung auf die Pflegebegutachtung oder auch zum Thema Widerspruch), können Sie jederzeit einen kostenfreien Beratungstermin bei uns vereinbaren: **0800 0001027**.

Unsere Beratungsstandorte:

Das Kommunalunternehmen des Lkr. Würzburg, Zeppelinstraße 67, 97074 Würzburg
Pflegestützpunkt Würzburg, Bahnhofstraße 11, 97070 Würzburg
Main-Klinik Ochsenfurt, Am Greinberg 25, 97199 Ochsenfurt

☞ *In der nächsten Ausgabe geben wir Ihnen Tipps zum Formulieren eines Widerspruchs.*

„Ich schenk dir ein Lied“ – Musizieren für und mit älteren Menschen

Qualifizierungsangebot des NBMB e.V. in Kooperation mit dem Landratsamt Würzburg

Der Nordbayerische Musikbund e.V. bietet allen Musiker:innen, Dirigent:innen und Ensembleleiter:innen ein weiteres interessantes Qualifizierungsangebot, um Musik in Form interaktiver Konzerte zu unseren älteren Menschen zu bringen.

Die Teilnehmenden erhalten interessante Einblicke in die Grundlagen der Musiktherapie sowie der Elementaren Musikpädagogik, lernen Instrumente vielfältig einzusetzen und bekommen Tipps und Tricks für das Musizieren für und mit hochbetagten Menschen. Ein gemeinsam gesungenes Lied sowie weitere in die Musik eingebundene Aktionen sind beim Mitmachkonzert für alle gleichermaßen ein bewegendes Erlebnis und bereiten einfach Freude.

Inhaltlich bietet „Ich schenk dir ein Lied“ eine unglaubliche Themenvielfalt.

Musik und Demenz, das Alter(n) sowie die perfekte Organisation der interaktiven Konzerte sind weitere spannende Themenbereiche, die während der beiden Praxismodule vorgestellt werden. Wertvolle Moderationstipps und die hier erlernten Methoden lassen die „Ich schenk dir ein Lied-Begegnungen“ ganz sicher zum Erfolg werden und nachhaltig wirken.

Nach einem informativen Online-Workshop wird das professionelle Dozententeam an zwei Präsenztagen eine Vielzahl von Methoden vorstellen, die dazu dienen sollen, Mitmachkonzerte in sozialen Einrichtungen interaktiv und demenzsensibel durchzuführen.

Das Dozententeam setzt sich zusammen aus:

Carina Petrowitz *Musiktherapeutin, Fachhochschule Würzburg/ Schweinfurt*
© Momentschmiede

Prof. Michael Forster *Professor für Elementare Musikpädagogik, Hochschule für Musik Würzburg*
© Nadine Dormann

Julia Erche *Diplom Musikerin/dipl. Musiktherapeutin, Leitung der Musikschule Rottendorf*
© Josephine Rutz

Kerstin Klein *Diplom Sozialpädagogin/Diplom Psychogerontologin, HALMA e.V.*
© Foto-Studio Schwab

Angelika Kraus *Psychotherapeutin/Ethikberaterin/Palliativ-Care-Fachkraft, Fachstelle für pflegende Angehörige im Landkreis Würzburg*
© Jochen Schreiner

<u>Termine:</u>

Fr. 23. September 2022 (19:30-21:00 Uhr) Online-Workshop	Modul 1
Sa. 24. September 2022 (10:00-17:00 Uhr) Hochschule für Musik Würzburg	Modul 2
Sa. 08. Oktober 2022 (10:00-17:00 Uhr) Musikschule Rottendorf	Modul 3

Anmelden lohnt sich: *www.kurs-finder.de*

INSWINGTIEF – Akustischer Swing zwischen Gypsy-Jazz & Weltmusik

Kath. Kirche St. Thomas Morus Geroldshausen

Samstag, 24.09.2022 um 19:00 Uhr - Einlass 18:00 Uhr

Alle Freunde und Nachbarn eingeladen, noch die ein oder andere Flasche vom leckeren Roten aus dem Keller geholt, los geht's - Inswingtief kochen groß auf und bitten zu Tisch. Entspannt und ungezwungen, Thomas Buffy (Violine), Stefan Degner (elektrische Jazz-Gitarre), Sabrina Damiani (Kontrabass) und Felix Leitner (Gypsy-Gitarre) aber wie gewohnt mit höchsten Qualitätsansprüchen bereiten aus ihren Lieblingszutaten ein musikalisches Festmahl und servieren mit hörbar großem Vergnügen, was sie am liebsten mögen.

Foto: Michael Pietschmann

Wie schon auf dem letzten Studioalbum der Band „the next step" finden sich auch im aktuellen Programm „homecookin" neben den Hauptzutaten Swing und Gypsy-Jazz Anleihen aus Weltmusik, Bossa Nova und Blues. Sogar eine Prise Country vermag der aufmerksame Gourmet gelegentlich vernehmen. Erlaubt ist eben, was schmeckt.

Vielseitige Kompositionen, geschmackvolle Arrangements und Soli, schönes Zusammenspiel, viel Liebe zum Detail und höchste Spielfreude - dieses Rezept gelingt Inswingtief spielend und überzeugt auch die Kritik. So wurde die Band 2020 durch das Votum der Hörerinnen und Hörer vom Radiosender BR2 des Bayerischen Rundfunks zur besten musikalischen Entdeckung des Jahres gekürt (*www.inswingtief.de*).

Musik wie ein Teller guter Pasta - macht einfach glücklich!

Karten bei Roland Glaser: VVK 18 € / AK 20 € / ERM 16 €
Mail: Thomas-Morus-Event@t-online.de**, Fon:** 0176 / 522 15 123
Kartenkonto: VR Bank Würzburg - DE13 7909 0000 0001 2120 01
Gekaufte Karten liegen an der Abendkasse bereit.
Anfahrt: Kath. Kirche St. Thomas Morus, Im Grund 1, 97256 Geroldshausen (Wohngebiet!)

Im Wesen der Musik liegt es,
Freude zu bereiten.
Aristoteles

Chlodhild sieht nix mehr

Ich bin Chlodhild, die Fränkin aus dem 8. Jahrhundert. Ja, richtig gelesen.

Es war zu einer Zeit als Deutschland, wie wir es heute kennen, noch nicht existierte. Pippin der Jüngere aus dem Geschlecht der Karolinger herrschte in dem Reich als ich, Chlodhild im Februar des Jahres 767 in einem kleinen Ort am Main geboren wurde. Ich war die älteste Tochter von dem Schiffer Clovis und seinem Weib Ermengard. Meine Haare waren pechschwarz, meine Haut dunkel, die Augen blaugrün. Ich hatte eine laute Stimme und war Vater Clovis ganzer Stolz. Obwohl ich kein Sohn war….

Die Menschen zu dieser Zeit wurden nur 29 Jahre alt, nur ich nicht ….

Bei einem Kampf schwor ich dem heidnischen Gott Wodan, dass ich mich nie zum Christentum bekenne, ansonsten will ich auf ewigen Zeiten im Maintal umherstreifen. Ich bin Christ geworden ….

Heute streife ich mit Gästen durch das Maindreieck und erzähle meine Gschichtli. Und das möchte ich auch jetzt tun. Aber was erzähle ich euch, hmm?

Ich sitze gerade gemütlich an meinem kleinen, alten Schreibtisch am großen Fenster. Mein Blick träumt den Wolken hinterher und ich lehne mich zurück. Dabei schaue ich an meine Wand mit meinen Erinnerungsstücken. Vieles Interessantes hängt bzw. liegt dort. Es sind alles Dinge aus meinem langen Leben. Neben den Schwertern hängt dominant eine Schiffsglocke und sogleich fällt mir wieder diese EINE Geschichte dazu ein.

Es war vor langer Zeit. Meine Familie und ich sowie unsere Arbeiter waren wieder mit Waren auf unserem Hulk unterwegs. Hulk ist eine Art Wohnschiff mit der Möglichkeit des Warentransports. Heute sagt man dazu Binnenschiff. Allerdings hatten wir die moderne Technik von heute noch nicht, kein Radar, kein Funk, kein Motor, nichts außer unsere Pferde, unsere Muskelkraft und unsere lange Erfahrung. Zur damaligen Zeit beobachteten wir viel mehr die Natur und richteten dann unser Handeln danach. Also bei Schlechtwetterfront ans Ufer anlegen, bei Sturm Segel runter und bei wenig Wasser ständig Wassertiefe mit Stangen abmessen.

Eines Tages war aber alles etwas anders!

Wir waren gut beladen und die Fahrt ging nach Würzburg, also mainabwärts. Da es ein paar Tage zuvor heftig geregnet hatte, setzen wir keine Segel, sondern nutzten die Strömung des Mains. Als wir an Sommerhausen vorbei waren und fast in Eibelstadt ankamen, tauchte aus dem Nichts eine Nebelbank auf. Wir waren plötzlich schon mittendrin und konnten nicht mehr ans sichere Ufer gelangen. So eine dicke Suppe hatte ich noch nie erlebt. Jetzt wurde es gefährlich, kommt uns einer entgegen, laufen wir auf? Ob das gut geht? Nützt alles nichts! Die komplette Besatzung verteilte sich an der Bordwand und jeder versuchte in diesem dichten Nebel irgendetwas zu erkennen. Plötzlich hörten wir alle eine Glocke, aber nicht

vom Ufer kommend, sondern direkt von der Mainmitte, so ca. 3 Meter vor uns. Und das Sonderbare, das Läuten wurde nicht leiser und nicht lauter, obwohl wir immer weiter mainabwärts trieben. War ein Schiff vor uns? Auch reagierte das Ruder nicht mehr. Es bewegte sich immer nach dem Klang der Glocke, unheimlich!

Nach gefühlter unendlicher Zeit waren wir endlich aus der Nebelbank draußen. Die Glocke war verstummt und das Ruder ließ sich wieder bewegen. Am Ufer sahen wir ein Schiff liegen. Mein Vater Clovis steuerte zu ihnen und wir bedankten uns bei ihnen für die Orientierungshilfe mit der Glocke. Die Besatzung von dem fremden Schiff schaute uns verdutzt an und fragte: „Welche Glocke?“ Erstaunt erwiderten wir: „Die Glocke, die uns sicher durch die Nebelbank führte.“ Sie verneinten weiterhin, dass sie eine Glocke geläutet hätten, sie hätten auch keine gehört. Wir schnauften tief durch und fuhren weiter nach Würzburg. Gemeinsam gingen wir dort in den Dom, zündeten eine Kerze an und bedankten uns bei unserem Schutzpatron, dem Hl. Nikolaus!

Ihre Chlodhild, die Fränkin aus dem 8. Jahrhundert (Andrea Trumpfheller); www.franken-erlebnis.de

Bild: Manfred Trumpfheller

Wir sitzen alle im selben Boot.
Da bleibt uns nichts anderes übrig,
als fest zusammenzuhalten.
G. K. Chesterton

Höchberg – Eine Zeitreise vom Mittelalter bis in das Jahr 1998

Der Jubiläumsfestzug zur 1250-Jahrfeier der Marktgemeinde

Am 5. Juli 1998 war es soweit. Treffpunkt war um 13:00 Uhr in der Otto-Hahn-Straße, im Bereich der Gärtnerei Hupp. Hier herrschte geschäftiges Treiben, viele Wagen und Fuhrwerke nahmen Aufstellung, Pferde traten auf der Stelle, „Fußvolk“ in bunten, historischen Gewändern eilten zur Sammelstelle. Fahnenträger gesellten sich zu ihren Gruppen und die Musikkapellen formierten sich. Was wie ein heilloses Durcheinander aussah, war aber wohl organisiert. Wird das Wetter wohl halten, fragten bange Blicke der Zugteilnehmer und auch die ca. 20.000 Zuschauer entlang der Zugstrecke. Das Wetter hat gehalten und sogar einige Sonnenstrahlen begleiteten den Festzug.

Punkt 13:30 Uhr verkündeten Böllerschüsse der Salutschützen den Start und der große historische Festzug bewegte sich in Richtung Heidelbergerstraße, durch die Hauptstraße, den Wallweg hinauf bis zur Fasanenstraße und schließlich der Martin-Wilhelm-Straße entlang, an deren Ende sich der Kreis dann schloss.

Im historischen Gewand eines Dorfschulzen des 16. Jahrhunderts eröffnete der 1. Bürgermeister Peter Stichler den Reigen in einer Kutsche, in seinem Gefolge Bundesminister Dr. Wolfgang Bötsch, Regierungspräsident Dr. Jürgen Vogt und Landrat Waldemar Zorn, Stiftsamtmann und Ratsherren schlossen sich an. Im Anschluss folgte die Kutsche mit den Ehrenbürgern Pfarrer Martin Fleckenstein, Pfarrer Georg Schmitt, Altbürgermeister Werner Hillecke und Walter Clement, die jubelnd vom Publikum begrüßt wurden.

Die thüringisch-fränkischen Herzöge mit der Herzogstochter Immina führten die Zuschauer zurück in das achte Jahrhundert, als Höchberg durch wechselnde Gebietsansprüche und Gütertausch zwischen den Herzögen in den Besitz des Bischofs und somit in das von ihm gegründete Andreaskloster kam. Der Wagen mit Bischof Burkard und den begleitenden Mönchen erinnerten in ausdrucksvoller Weise an die Wurzeln der Höchberger Geschichte.

Jahrhunderte später war Höchberg ein weithin bekannter Wallfahrtsort geworden. Fürstbischof Johann Gottfried von Guttenberg, der letzte große Förderer dieser Wallfahrt und seine Domherren, legen zusammen mit dem mitgeführten Kirchenmodell von „Mariä Geburt“ Zeugnis von jener Zeit ab. Dass es inzwischen auch einen beachtlichen jüdischen Bevölkerungsanteil in Höchberg gab, dokumentiert ein originalgetreues, nachgebautes Modell der ehemaligen Synagoge, der heutigen evangelischen Kirche „St. Matthäus“.

Der Festzug bewegte sich, immer wieder begleitet von den Musikkapellen aus Höchberg und näherer Umgebung, durch die Straßen, durch immer dichter werdende Zuschauerreihen. Die Stimmung auf beiden Seiten war fröhlich und ausgelassen, während der Festzug über Lautsprecheranlagen ausführlich von Doris Breu und Ernst Härtel dokumentiert wurde.

An der Ehrentribüne vor dem Rathaus kommentierte Stephanie Nomayo die Zugfolge und das bunte Treiben auf den Straßen Höchbergs. Sie hatte fast zwei Jahre die Verantwortung der Vorbereitung und Umsetzung zu diesem historischen Event. Nach dem Blick auf die kirchliche Entwicklung Höchbergs ging es mit der Darstellung des Gemeindelebens weiter.

Die Feldgeschworenen erinnerten an den langen Wegen der ersten Marktbeschreibung aus dem Jahre 779 bis zu den aktuellen Gemarkungsgrenzen. Thema ist auch die Wasserleitung von Höchberg zur Würzburger Festung aus dem 14. Jahrhundert.

Durch die Moritat vom „Ohrenabschneider“ und das höfische und bürgerliche Volk jener Zeit wurde auch an den Beginn des 16. Jahrhunderts erinnert. Strauchritter, Wegelagerer und vor allem Florian Geyer aus Giebelstadt, lassen die Jahre des Bauernkrieges und der Streitwagen aus Höchberg erinnerten an die Bedrohung des Fürstbistums Würzburg.

Medicus, Chirurgus, sowie Kräuterfrauen, Alchimisten und Wahrsager bereicherten den historischen Festzug. Zu Hexenwahn, Hexenverfolgungen usw. stellte eine Zuggruppe mit Wagen das Schicksal der Unterzeller Maria-Renata Singer dar. Fürstbischof, Juristen, Theologen, Propst und Mönche aus Oberzell, Nonnen aus Unterzell und viel schaulustiges Volk scharten sich um den Wagen mit Scheiterhaufen, „Hexe“ und Henker. Sie erinnerten an die letzte Hexenverbrennung in Höchberg am heutigen Ortsteil Hexenbruch.

Landwirtschaft, Bauernleben und Handwerk im Wandel der Zeit, historische Trachten, die Feuerwehr um die Jahrhundertwende, die ersten Fahrräder und die Anfänge der Turngemeinde brachten die Zuschauer näher in die Gegenwart. Zum Abschluss kamen die Höchberger auf dem Fabrikerweg, ein Ausflug der Kinderbewahranstalt, die Schleicher und das JUZ von 1978.

Aus der neueren Zeit waren die Faschingsgilde mit ihrem Prinzenpaar Wolfgang I. + Heidi II. (Knorr), standesgemäß in historischer Kleidung, der Kindergarten, die Volksschule, DLRG und Fußballabteilung dabei. Außerdem grüßten noch die Teilnehmer vom reichgeschmückten Wagen aus unserer Nachbargemeinde Waldbüttelbrunn. Unsere Partnergemeinden Luz-Saint-Sauveur, vertreten durch die dortige Feuerwehr und Bastia Umbra in prächtigen historischen Gewändern aus dem 16. Jahrhundert, ließen es sich nicht nehmen, an diesem historischen Jubiläumsfestzug teilzunehmen.

Die Zeitreise durch Höchbergs Geschichte hatte nun vorerst ein Ende genommen und mit ihr ein großartiges Erlebnis für unseren Ort. Nun schreiben wir bald das Jahr 2023 und das nächste Ortsjubiläum steht vor der Tür. Denn Höchberg feiert im nächsten Jahr sein 1275-jähriges Ortsjubiläum und die Vorbereitungen laufen bereits auf Hochtouren.

Zusammengestellt von Wolfgang Knorr/Vorsitzender Seniorenbeirat Höchberg
Quellen: Auszug aus dem Bericht von Luise Wiesheu im Höchberger Lesebuch
Bilder: Wolfgang Knorr

Orte, die Freude machen:

53 Lieblingsplätze entstanden zum 50-jährigen Landkreis-Jubiläum

Orte der Freude und Erholung, die Mensch und Tier zum Verweilen einladen, sollen es werden: Zur Feier seines 50-jährigen Bestehens schenkte der Landkreis Würzburg gemeinsam mit der Sparkasse Mainfranken Würzburg jeder Kreisgemeinde einen „Lieblingsplatz“ als dauerhafte Erinnerung an das Landkreis-Jubiläum.

Die Lieblingsplätze bestehen aus einer Sitzbank, einer Winterlinde, trockenresistenten Blühstauden und einem Insektenhotel; die passende Beschilderung gibt es obendrein. Die Gemeinden haben jeweils ein lauschiges Eckchen ausgesucht, um einen nachhaltigen Mehr- und Erinnerungswert ans Landkreis-Jubiläum zu gestalten. Die Standorte der Lieblingsplätze sind so unterschiedlich wie die Landschaft im Landkreis: Hoch oben mit Blick auf den Main und die Weinberge, nahe einer Schlossmauer wie in Aub, mitten im Ort wie in Thüngersheim, um ein Plätzchen zum Plauschen und Verweilen zu haben, oder am Ortsrand mit weitem Blick auf Wald und Flur wie in Veitshöchheim.

Landrat Thomas Eberth ließ es sich nicht nehmen, die Lieblingsplätze mit den Bürgermeisterinnen und Bürgermeistern persönlich einzuweihen. Der Landrat erklärt: „Gerade in unserer schnelllebigen Zeit tut es gut, innezuhalten, den Augenblick wahrzunehmen und die Natur zu genießen. Deshalb freue ich mich, dass alle 52 Gemeinden unser Angebot aufgegriffen haben, einen Lieblingsplatz zu gestalten, der auch in einigen Jahren noch an unser Landkreis-Jubiläum erinnert.“

Über die neue Aufenthaltsmöglichkeit in Estenfeld freuen sich Landrat Thomas Eberth und Bürgermeisterin Rosi Schraud
Foto: Matthias Demel

Nun können die Menschen von Aub bis Bergtheim, von Neubrunn bis Winterhausen, in jeder Gemeinde des Landkreises einen Lieblingsplatz erkunden und genießen. Darüber hinaus bietet das Insektenhotel vor allem Wildbienen, die wertvoll für die Bestäubung sind, Schutz und Nistmöglichkeiten.

Bereits im Mai konnte Landrat Thomas Eberth auch den 53. Lieblingsplatz, diesmal im Herzen Würzburgs, in Augenschein nehmen. Er lädt auf dem Gelände des Landratsamtes Kundinnen und Kunden sowie Mitarbeitende in ihrer Pause zum Verweilen in der Sonne ein.

Am Ende des Jahres sollen alle 53 Lieblingsplätze in einer interaktiven Karte zu finden sein auf www.landkreis-wuerzburg.de. Auch www.wuerzburg-wiki.de listet die Lieblingsplätze, denn jeder davon ist einen Ausflug wert.

MEIN LIEBLINGSPLATZ IM LANDKREIS WÜRZBURG

Liebe Besucherin, lieber Besucher,

herzlich willkommen an einem der 53 „Lieblingsplätze im Landkreis Würzburg", die im Jahr 2022 anlässlich des 50-jährigen Jubiläums des Landkreises Würzburg in jeder der 52 Gemeinden und am Landratsamt Würzburg entstanden sind. Diese besonderen „Lieblingsplätze" sollen den Menschen, die sich hier niederlassen, Erholung bieten, Freude bereiten und zugleich mit einer blühfreudigen Bepflanzung Insekten, Vögeln und anderen Kleintieren einen Lebensraum bieten.

Die **Winterlinde** (Tilia cordata) spendet im Sommer wohltuenden Schatten. Gleichzeitig verspricht der Baum Unterschlupfmöglichkeiten für zahlreiche Vögel, Fledermäuse und andere Säugetiere und ist Nahrungsquelle für Biene & Co. Die Staudenfläche folgt dem Motto „Hier wird durchgeblüht!" und die hauptsächlich verwendeten **Präriestauden** zeichnen sich durch gute Trockenheitstoleranz und lange Blütezeiten im vollsonnigen Beet aus.

Das **Insektenhotel** soll als Nisthilfe für Mauerbienen das lustige Treiben verschiedenster Wildbienenarten unterstützen. Die angelegten Niströhren können in einem Schaukasten in der unteren Ablage betrachtet werden.

Genießen Sie diesen Lieblingsplatz!

Mehr zum Thema Naturschutz, Gartenkultur und Landespflege sowie der Öko-Modellregion im Landkreis Würzburg finden Sie unter **www.landkreis-wuerzburg.de**

Planung: Landratsamt Würzburg, Jessica Tokarek, Kreisfachberaterin für Gartenkultur und Landespflege
Finanzierung: Sparkassenstiftung
Realisierung: Bauhof der Gemeinde

Sparkasse Mainfranken Würzburg

50 JAHRE LANDKREIS WÜRZBURG

Quelle: Pressemitteilung Landratsamt Würzburg, Eva Schorno

Termine

Vortragsreihe des Pflegestützpunktes Würzburg:

13.09.2022, 14:00 - 15:30 Uhr: Hospiz- und Palliativbegleitung
Referentin: Melanie Ziegler, Abteilung Senioren Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg **Ort: Pflegestützpunkt Würzburg, Bahnhofstraße 11, 97070 Würzburg**
11.10.2022, 14:00 - 15:30 Uhr: Pflegebedürftig – was nun?
Referenten: Fachdienst Pflege, Bezirk Unterfranken **Ort: Pflegestützpunkt Würzburg, Bahnhofstraße 11, 97070 Würzburg**
08.11.2022, 14:00 - 15:30 Uhr: Leistungen der Pflegeversicherung
Referentin: Edith Mai, Pflegeberatung AOK Bayern Direktion Würzburg **Ort: Pflegestützpunkt Würzburg, Bahnhofstraße 11, 97070 Würzburg**
13.12.2022, 14:00 - 15:30 Uhr: Servicetelefon Pflege d. Medizinischen Dienstes Bayern
Referentin: Gabriele Hetz, Medizinischer Dienst Bayern **Ort: Pflegestützpunkt Würzburg, Bahnhofstraße 11, 97070 Würzburg**

Eine Anmeldung ist erforderlich unter *0931 207814-14* oder über *kontakt@pflegestuetzpunkt-wuerzburg.info*. Anmeldeschluss: jew. 1 Woche vor Veranstaltung.

Pflegestützpunkt Würzburg
Pflegeberatung und -koordination

Kulturbrücken im Landkreis Würzburg

Es erwartet Sie ein vergnüglicher Nachmittag mit Märchen, Geschichten und Tänzen, dargeboten vom ***Duo Binnaz***. Die Erzählerin Gesine Kleinwächter und Moona (Tänzerin und Choreografin) entführen Sie in eine Fantasiewelt voll zauberhafter Landschaften, fabelhafter Wesen, geheimnisvoller Figuren und spaßiger Begebenheiten!

Sonntag, 25.09.2022: 15:00 – 16:30 Uhr
Haus Franziskus, Veranstaltungssaal:
Uffenheimer Straße 16, 97199 Ochsenfurt

Der Eintritt ist frei! Eine Anmeldung ist erforderlich unter: 0931 80442-58 oder 0931 80442-21, oder per Mail an *tobias.konrad@kommunalunternehmen.de* oder *carmen.mayr@kommunalunternehmen.de*.

Foto: Gesine Kleinwächter

Unser Pflege-Info-Café:

Bei Kaffee und Kuchen nehmen wir uns gerne Zeit für Ihre ganz persönlichen Fragen zu Themen wie Pflege, Wohnen, Alter und Demenz.

Mittwoch, 07. September 2022, 14:00 Uhr
Musikheim, Oberhofer Straße 1, 97255 Sonderhofen

Mittwoch, 28. September 2022, 15:00 Uhr
Pfarrzentrum, Kirchberg 8, 97273 Kürnach

Weitere Infos bekommen Sie unter *0931 80442-18*
oder schreiben Sie eine Mail an *melanie.ziegler@kommunalunternehmen.de*.

Lösungen

Holz	Bau	Substanz
Alpen	See	Meile
Meeres	Tiefen	Messer
Flug	Lärm	Pegel
Knaben	Chor	Singen
Fertig	Bau	Stelle
Probe	Stück	Preis
Gardinen	Wäsche	Schleuder
Verkehrs	Stau	Ende
Fluss	Bett	Vorlage
Heil	Wasser	Zulauf
Fenster	Platz	Hirsch

1.	holzige Blütenstände	T	A	N	N	E	N	Z	A	P	F	E	N
2.	Schirmzeit	R	E	G	E	N	W	E	T	T	E	R	
3.	Vitaminlieferant	H	A	S	E	L	N	Ü	S	S	E		
4.	Saisonale Pendelbewegung	V	O	G	E	L	Z	U	G				
5.	Farbenfrohe Herbstdekoration	Z	I	E	R	K	Ü	R	B	I	S	S	E
6.	Bastelspaß mit …	K	A	S	T	A	N	I	E	N			
7.	Kulturelles Ritual	E	R	N	T	E	D	A	N	K			

Lösungswort	T	R	A	U	B	E	N

UNSER SOZIALES BAYERN

Wir helfen zusammen!

Impressum

Alle Inhalte wurden mit größter Sorgfalt zusammengestellt. Für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Informationen sowie für zwischenzeitliche Änderungen übernehmen wir allerdings keine Gewähr.

Redaktion/Layout:
Katrin Müller, Linda Vierheilig, Melanie Ziegler
Kontakt: melanie.ziegler@kommunalunternehmen.de, 0931 80442-18
Texte: Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg, Abteilung Senioren

Herausgeber:
Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg
Prof. Dr. Alexander Schraml, Eva von Vietinghoff-Scheel
Zeppelinstraße 67, 97074 Würzburg

Fotos und Abbildungen:
Katrin Müller, Melanie Ziegler

Druck:
Druckerei Hügelschäffer GmbH

Idee und Konzept:
Melanie Ziegler

Auflage:
6.000 Stück

13. Ausgabe, Stand: 05.08.2022

Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg