Geselliger Ausklang

Sachsenhausen (red) – Das Deutsche Filmmuseum, Schaumainkai 41, bietet am Mittwoch, 13. Mai, zum letzten Mal einen Tagesausklang in geselliger Feierabend-Runde mit Führung und Wein in der auslaufenden Sonderausstellung „Filmtheater. Kinofotografien von Yves Marchand und Romain Meffre“ an. Mitarbeiter erläutern die Ausstellung, bevor die Anwesenden bei Wein ins Gespräch kommen können. Die Teilnahme ist im Eintritt enthalten.

Geschwister im Glauben

Sachsenhausen (red) – Das Bibelhaus Erlebnis Museum, Metzlerstraße 19, bietet am „Internationalen Museumstag“, Sonntag, 17. Mai, eine Kinder- und Familienführung zum Thema „Wir sind Geschwister – Juden, Christen und Muslime“ an. Die Stichworte an diesem Tag heißen: „Gesellschaft. Museum. Zukunft.“ Die Führung ist kostenfrei, es ist lediglich der Eintritt zu bezahlen.

Äthiopischer Kochkurs

Bornheim (red) – Die Presence Kulturlounge. Wittelsbacher Allee 72, organisiert für Sonntag, 17. Mai, 16 Uhr, einen äthiopischen Kochkurs. Darin spielen nicht nur Geschmack, sondern auch Duft, Farbe und Komposition der Zutaten eine Rolle. Die Teilnahme kostet 15 Euro. Anmeldungen nehmen die Verantalter noch per E-Mail an info@presence-kulturlounge.de an.

Kleiner Kosmos, große Wirkung – 125 Jahre Volksbildung

Volkshochschule bietet umfangreiches Kursangebot für Senioren

Frischer Wind statt alten Eisens

Ostend (skk) – Die Gedanken an den Ruhestand konnten Renate nie wirklich aus der Fassung bringen. Als die 65-Jährige vor zwei Monaten das Arbeitsleben hinter sich ließ, fühlte sie sich gut vorbereitet: mit ihrem Partner hatte sie sich für einen neuen Tanzkurs angemeldet, war in einen Chor eingetreten und hatte auch ansonsten große Pläne. Ihre ehemaligen Kollegen beeindruckte das. Sie grauten sich vor dem Ruhestand und was danach kommen möge. So keimte in Renate die Idee, andere an ihren Erfahrungen teilhaben zu lassen. Genau aus diesem Grund saß sie kürzlich zusammen mit sechs anderen Frauen in einem der Computerräume der Volkshochschule (Vhs). Auf dem Programm stand der Kurs „Bloggen im Internet“ – speziell für Senioren.

Teilnehmerinnen erstellen im Computerraum eigene Blogs. Foto: skk

Unter der Überschrift „Aktiv im Alter“ bietet die Vhs hunderte Veranstaltungen pro Jahr an, die speziell auf die Interessen und Bedürfnisse älterer Bürger zugeschnitten sind. Mit ihnen möchte die Einrichtung das Altern positiv gestalten und einen Beitrag zum Dialog der Generationen leisten. Die Kurse reichen von Gymnastik und Entspannung über Fremdsprachen, Gedächtnistraining, und Lebensplanung bis hin zu Kunst, Kultur und dem Umgang mit neuen Medien.

Kursteilnehmerin Renate hatte sich beispielsweise vorab bereits über Blogs informiert – eine Art Journal, das jeder Interessierte online führen kann. Egal ob nur für sich, für bestimmte Personengruppen oder für die Öffentlichkeit.

„Im Internet kann man viel zu dem Thema finden, aber wenn jemand einem direkt erklärt, wie man einen Blog erstellt und führt, ist es einfacher“, sagt die aufgeweckte Rentnerin. „Außerdem ist die Volkshochschule die einzige Einrichtung, die solche Kurse für so wenig Geld anbietet.“ 60 Euro zahlt Renate für die fast zehnstündige Einführung an drei Tagen.

Dozent Stefan Seibert erklärt seinen Teilnehmern dafür alles, was sie über das Thema wissen müssen. Wie sie einen eigenen Blog anlegen und wie sie sich Hintergrundbilder und Schriftarten aussuchen, wie sie dort eigene Artikel veröffentlichen, Kommentare verwalten und natürlich auch dafür sorgen, dass ihr Blog von anderen Internetnutzern gefunden werden kann. Und ganz wichtig: welche rechtlichen Vorgaben es gibt. „Wenn ich etwas Provokantes auf meinem Blog veröffentliche und meine Leser dazu 1000 Kommentare schreiben, bin ich für jeden davon verantwortlich“, warnt der Dozent. „Ich bin beispielsweise verpflichtet, Beleidigungen sofort zu löschen.“

Diskussionen mit Lesern

Renate fühlt sich nach dem Kurs gut für das Bloggen gewappnet. „Ich freue mich auf meinen Blog und darauf, meine Erfahrungen weiterzugeben – was von meinen Ruhestandsvorbereitungen geklappt hat, wo es hakt und was man vielleicht hätte besser machen können. Wenn daraus Diskussionen mit meinen Lesern über ihre Erfahrungen entstehen, wäre das natürlich ideal. Aber wenn nicht, bin ich auch nicht böse“, sagt Renate.

Derartige Anregungen wird es aber nicht nur auf Renates Blog geben. Auch „Aktiv im Alter“ widmet sich diesem Thema. Am 17. September startet der Kurs „Kein Ruhestand? Der Übergang zum Rentenalter“ in der Sonnemannstraße 13. Der Gesprächskreis mit der Kursnummer 7104-50 soll die Teilnehmer begleiten und ihnen neue Impulse geben.

Nähere Informationen zu den Kursangeboten „Aktiv im Alter“ sind unter www.vhs.frankfurt.de abrufbar. Weitere Auskünfte erteilt auch Julia Shirtliff unter ☎ 069 21237963 und unter j.shirtliff.vhs@stadt-frankfurt.de.

Im Gemeindezentrum St. Josef

Faires Frühstück mit Live-Musik

Bornheim (red) – Unter dem Motto „Fair in den Tag. Frühstück nach deinem Geschmack!“ lädt der Verein Fair-ein für Samstag, 16. Mai, von 10.30 bis 13 Uhr in das Gemeindezentrum St. Josef, Berger Straße 135, ein. Der Kostenbeitrag beläuft sich auf 7,50 Euro pro Person.

Das große bio-regio-faire Frühstücksbuffet mit verschiedenen Brötchensorten, Brot, süßen und herzhaften Aufstrichen, Marmeladen, Honig, Wurst, Käse, heißen und kalten Frühstücksgetränken hält auch die eine oder andere Überraschung zum Genießen bereit.

Zur Unterhaltung präsentiert beispielsweise Facko Traoré dazu Lieder und Musik mit Trommeln und afrikanischen Instrumenten zum Zuhören und Mitmachen. Zudem stellen sich Initiativen vor.

Dank Stiftungs-Förderung

Hospizgruppe erweitert Angebot

Nordend (red) – Die Hospizgruppe und der Palliativberatungsdienst des Bürgerinstituts erweitern ihr Angebot um feste Telefonsprechzeiten und eine neue Emailberatung. Möglich macht dies eine Förderung durch die Familie Schambach-Stiftung für die Jahre 2015 und 2016. Außerdem gibt es künftig eine engere Verzahnung mit den Palliativ Care Teams durch mehr gemeinsame Teamsitzungen. Die neue telefonische Sprechzeit der Hospizgruppe und des Palliativberatungsdienstes ist montags von 15 bis 17 Uhr und donnerstags von 11 bis 13 Uhr. Das Telefon ist ab sofort unter ☎ 069 97201724 und ☎ 069 97201735 immer mit einer Fachkraft besetzt. Die Emailberatung ist jetzt erreichbar unter palliativberatung@buergerinstitut.de.

Die anderen Seiten

Ein Experiment namens Amerika

Seit kurzem ist klar: Hillary Rodham Clinton will die erste Präsidentin der Vereinigten Staaten werden. Das Weiße Haus kennt sie schon, schließlich lebte sie von 1993 bis 2001 als First Lady an der Seite von Präsident Bill Clinton dort. Über ihr Leben in Washington, ihre Arbeit als Rechtsanwältin und den Beginn ihrer Karriere als Senatorin von New York erzählt sie in „Gelebte Geschichte“.

Ihren eigenen Worten zufolge ist ihr Buch die Geschichte einer amerikanischen Frau, die in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts aufwächst. Dabei geht es auf über 650 Seiten neben ihrer persönlichen Geschichte auch um die Geschichte der Vereinigten Staaten. Die junge Hillary Rodham war anfangs ein republikanisches Goldwater Girl. Doch sie wächst in bewegten Zeiten auf, deren Ereignisse ihre politischen Ansichten ändern: Die Ermordung Kennedys, die Rassenunruhen und der Vietnamkrieg sind einige der Gründe, warum sie bald ins Lager der Demokraten wechselt.

Als Jurastudentin in Yale lernt sie Anfang der 70er-Jahre Bill Clinton kennen. Während dieser Zeit engagiert sie sich bereits für die Stärkung von Kinder- und Frauenrechten. Sie arbeitete zudem beim Amtsenthebungsverfahren gegen Präsident Richard Nixon nach der Watergate-Affäre mit. Mit Bill Clinton, den sie 1975 heiratete, geht sie nach Arkansas, wo er Gouverneur wird. Dort steht Hillary Rodham Clinton erstmals im Fokus der Öffentlichkeit, wo nicht nur die Tatsache, dass sie ihren Mädchennamen weiter führt, auf Unverständnis stößt. Auch ihre lebenslange Suche nach der richtigen Frisur beginnt in diesen ersten Jahren im Fokus der Öffentlichkeit.

Als Bill Clinton schließlich Präsident wird, übernimmt die First Lady – mal wieder – eine ganz andere Rolle, als erwartet. Sie kümmert sich zum Beispiel an vorderster Front um die Gesundheitsreform. Hillary Rodham Clinton bereist die Welt und setzt sich im In- und Ausland für die Rechte der Frau und die Verbesserung der Lebensbedingungen von Kindern ein.

Auch die Lewinsky-Affäre und das Amtsenthebungsverfahren sind Thema in „Gelebte Geschichte“. Hillary Rodham Clinton gibt Einblick in ihr Gefühlsleben in dieser Zeit und macht keinen Hehl aus der Wut auf ihren Mann und dem Leidensdruck, den die permanente Berichterstattung auslöst. Dennoch entscheidet sie sich, bei ihm zu bleiben – und schließlich, am Ende seiner Präsidentschaft, eine eigene politische Karriere zu starten. 2001 wird sie Senatorin von New York.

„Gelebte Geschichte“ handelt von Hillary Rodhams Clinton Karriere und Leben bis 2004. Einer der letzten Sätze darin lautet: „Ich habe das Glück, an diesem außergewöhnlichen menschlichen Experiment namens Amerika teilzuhaben.“ Ein Glück, dem nun also noch mindestens vier weitere Jahre im Weißen Haus folgen sollen. **ema**

Hillary Rodham Clinton: Gelebte Geschichte. Ullstein Verlag, 669 Seiten. ISBN: 978-3430118620.

www.hessen-shop.com*

Hessen Shop
Kult und Kultur von daheim!

Ladengeschäfte:
Leipziger Straße 49
60487 Ffm.-Bockenheim
Mo-Fr 10 -19 Uhr
Sa 10 -18 Uhr
Tel. 069 / 91 31 81 49

Diesterwegstraße 22
60594 Ffm.-Sachsenhausen
Mo-Fr 10 -19 Uhr
Sa 10 -16 Uhr
Tel. 069 / 96 23 31 10

An der Kleinmarkthalle
60311 Ffm.-City
Mo-Do 10 -18 Uhr
Fr 9 -18 Uhr
Sa 9 -16 Uhr
Tel. 069 / 21 93 79 50

Berger Straße 148
60385 Frankfurt-Bornheim
Mit Eintracht-Stubb
Mo-Fr 10 -19 Uhr
Sa 10 -18 Uhr
Tel.: 069 / 480 053 55

www.facebook.com/HessenShop

*Bei Versand von Waren erheben wir eine einmalige Versandkostenpauschale, die min. 3,90 € bis max. 7,90 € betragen kann. Die Höhe der Pauschale ist abhängig von Bestellmenge und -wert.
Ein Angebot der:
HSV Hessen Shop Vertriebs GmbH, Markgrafenstr. 12, 60487 Frankfurt

Zeit für Grüne Soße

Grüne Soße Teller und Schüssel
Die 7 Kräuter der Grünen Soße zieren stilvoll Keramikschüssel und -teller. Beides ist spülmaschinenfest. Schüssel, Durchmesser 23 cm, für **29,90 €** und Teller 27 cm, für **15,90 €**

Grüne Soße Servietten,
20 Stck für **4,50 €**

Grüne Soße Saatgut zum Aussäen
Die 7 Kräutersamen der Grünen Soße, einzeln verpackt in einer hübschen Nostalgie Schachtel inkl. Rezept. Aussaat im Freibeet von April bis Mitte Juni, Ernetzeit von Mai bis Oktober. **6,50 €**

Notfall Paket Grüne Soße
Das Rettungspaket für Exilhessen. Grüne Soße Nudeln und Bio DelikatHessen 7 Kräuter Mischung zum Würzen, Grüne Soße Kräuter zum Aussäen und Grüne Soße Servietten. (Alle Artikel auch einzeln) Hübsch verpackt im Gartentäschchen, **29,90 €**