

Nr. 9/ September/ Oktober 2024

Newsletter

60+

Morgen ist der „Tag der Senioren“



Das Orga-Team: Gyde Lorenzen vom Mehrgenerationentreff sowie die Mitglieder des Seniorenbeirates Antje Damschen, Dr. Hendrik Berndt und Sylvia Nowack (v.li.) Foto: MGT

Unter dem Motto „Frohsinn kennt kein Alter“ laden der Mehrgenerationentreff und der Seniorenbeirat Husum am morgigen Dienstag, 1. Oktober von 14 bis 18 Uhr in den MGT-Treff des Diakonischen Werkes Husum in der Norderstraße 2 ein.

Der „Tag der Senioren“ findet jedes Jahr am 1. Oktober statt. Er wurde 1990 durch die UNO ins Leben gerufen, um die Leistungen der Älteren und den Gewinn, den sie für das gesellschaftliche Zusammenleben beitragen, zu würdigen. Das Orga-Team hat ein

abwechslungsreiches (Mitmach-) Programm erstellt. So gibt es einen Spielenachmittag, einen Büchertauschtisch und eine Zuhörbank. Auch stellt sich das Repair-Café mit seiner Arbeit vor oder man kann am Digitaltisch neue Apps ausprobieren oder Hilfe für sein Smartphone erfragen. Um 14 Uhr wird der „Männer-Gesangsverein Harmonie Hattstedt“ seinen Auftritt haben und um 16 Uhr gibt es kleine Lesungen mit Kurzgeschichten und Gedichten. Bei Kaffee und Kuchen ist auch Zeit für einen kleinen Klönschnack. Der Eintritt ist frei.





„Frohsinn kennt kein Alter“

TAG DER SENIOREN

im Mehrgenerationen-Treff.
Norderstraße 2 in Husum
Eintritt frei.

DIENSTAG, 1.10.2024
14:00 - 18:00 Uhr

In Kooperation mit

 Der Seniorenbeirat
 der Stadt Husum –
 Ihre Stimme zählt.

 **STADT HUSUM**

Spaß und Informationen erwarten Sie!

SINGEN UM 14:00 UHR
mit dem Männer Gesangsverein Harmonie Hattstedt

BÜCHERTAUSCHTISCH

INFOSTÄNDE

LESUNG UM 16:00 UHR
mit Renate Conrad und weiteren Gästen

SPIELNACHMITTAG

DIGITAL-TREFF MIT TIPPS & TRICKS

ZUHÖRBANK

Mehrgenerationen-Treff
des Diakonischen Werkes Husum gGmbH

Norderstraße 2 | 25813 Husum | Telefon: 04841 2153 (Verwaltung)
E-Mail: fbs@dw-husum.de | Internet: www.fbs-husum.de
www.quartier-husum.de | www.dw-husum.de | Facebook

Senioren-Demo in Berlin

Der Seniorenbeirat Stockelsdorf organisiert eine „Senioren-Demo zum Inflationsausgleich“ am 6. November in Berlin. Infos und Anmeldung beim Vorsitzenden der Stockelsdorfer, Jürgen Fischer, Telefon 0171/1775655.

Impressum:
Seniorenbeirat Husum
Carsten Carstensen,
Vorsitzender V.i.S.d.P
Rathaus Husum, Zingel 10,
25813 Husum
seniorenbeirat@husum.de

Der Seniorenbeirat auf
[Facebook](#)

Newsletter

60+

Aktion: „Seid nett zueinander“



Mit diesem Aufkleber wirbt der Seniorenbeirat um ein besseres Miteinander im Alltag. Foto: Seniorenbeirat

„Der raue Ton in den sozialen Medien findet leider mehr und mehr Eingang im realen Leben und im Umgang miteinander“, sagt Petra Blume, stellvertretende Vorsitzende des Seniorenbeirates Husum. In der Tat gibt es kaum einen Tag, wo nicht Polizisten, Rettungskräfte, ehrenamtliche Feuerwehrleute und andere Helfende verbal beleidigt oder sogar tätlich angegangen werden. Doch inzwischen hat dieses unschöne Verhalten in der gesamten Gesellschaft um sich gegriffen. „Manchmal ganz provokant, um zu beleidigen, aber häufig auch aus völliger Unachtsamkeit heraus, ohne sich bewusst zu

sein, wie andere Menschen dadurch emotional verletzt werden. Zeit für uns, ein kleines Zeichen zu setzen“, so Petra Blume weiter.

„Wir haben daher den Aufkleber mit dem Motto ‚Seid nett zueinander‘ entwickelt und möchten mit diesem sensibilisieren, mehr Verständnis, Respekt und manchmal Geduld für andere aufzubringen. Sei es im Straßenverkehr, bei Diskussionen, in Notsituationen oder bei ganz normalen Handlungen im Alltag. Manchmal hilft ein tiefes Durchatmen mehr als eine beleidigende Äußerung, ein Lächeln mehr als ein herablassender Blick“,

sagt auch der Vorsitzende Carsten Carstensen zu der Idee, das lachende Herz mit dem Slogan als Geschenk des Seniorenbeirates unter die Leute zu bringen.

„Wir werden die Welt nicht ändern können, aber wenn wir damit ein paar Menschen ein Lächeln ins Gesicht zaubern und sie dieses an ihre Mitmenschen weitergeben können, haben wir schon etwas erreicht und wir hoffen auf viele lächelnde Multiplikatoren“, so Petra Blume abschließend.

Der Aufkleber ist auf jeden Fall für jede und jeden bei den Seniorensprechstunden im Rathaus kostenfrei erhältlich. Firmen und Institutionen können den Aufkleber über seniorenbeirat@husum.de anfordern.

Der Weg der KZ-Häftlinge

Der Seniorenbeirat beteiligt sich am **Sonnabend, 12. Oktober**, an der Aktion „13 Wochen“. Hier soll den KZ-Häftlingen gedacht werden, die täglich sieben Kilometer zur Arbeit von Schwesing nach Husum marschieren mussten und wieder zurück. Der Start ist um 10.30 Uhr an der Gedenkstätte in Schwesing/ Engelsburg und endet an der Kleikuhle in Husum. Wer nur eine Teilstrecke mitgehen möchte, kann sich um etwa 12 Uhr am Mahnmal beim Ostfriedhof Husum, Eingang Flensburger Chaussee, einfinden. Wer den Seniorenbeirat und die Aktion unterstützen möchte, melde sich bitte bis zum 10. Oktober über seniorenbeirat@husum.de an, damit der Rücktransport nach Schwesing organisiert werden kann.

Seminar: „Sicher mobil“

Der Seniorenbeirat bietet in Kooperation mit dem ADAC Schleswig-Holstein das kostenfreie Theorie-Seminar „Sicher mobil“ am Dienstag, 15. Oktober, 14 bis etwa 17 Uhr, Keglerstuben, Schleswiger Chaussee 23, an. Angesprochen werden alle älteren Menschen bis ins hohe Alter hinein, um ihre Mobilität und Lebensqualität im Straßenverkehr zu erhalten. Moderiert

wird die Veranstaltung von Jens-Peter Pfeiffer, ADAC S-H. Für die Beleuchtung aus medizinischer Sicht konnte Dr. med. Ludolf Matthiesen gewonnen werden. Anmeldungen bitte bis zum 13. Oktober an seniorenbeirat@husum.de. Wer den öffentlichen Nahverkehr nutzen möchte: Die Keglerstuben sind mit der Buslinie 7, Haltestelle Schleswiger Chaussee, zu erreichen.

Newsletter

60+

Und ab geht die Party



Die Veranstalter erwarten wieder volles Haus. Foto: P. Blume

Die nächste Ü55- 1/2-Disco wird von ihren Fans bereits sehnsüchtig erwartet, so der Vorstand des Seniorenbeirates Husum. Am **Sonntag, 19. Oktober**, ist es wieder soweit.

Der Seniorenbeirat lädt in Kooperation mit dem Speicher in der Hafenstraße wieder zur Party auf der Tanzfläche ein. Einlass ist um 19.30 Uhr. Der Eintritt kostet fünf Euro und Karten gibt es ausschließlich

an der Abendkasse. Wer die Kulturkarte Husum hat und diese zusammen mit dem Personalausweis vorzeigt, erhält freien Eintritt. Die Disc-Jockeys Axel Ruge, Karl Hansen und Uwe Schmitz werden in der nun sechsten Auflage der Ü55- 1/2-Disco wieder ein buntes Kaleidoskop aus den Bereichen Pop, Rock und Soul aus den 60er, 70er und 80er Jahren anbieten.

Mysery mit Rabatt

Die Kooperation zwischen dem Experimenttheater und dem Seniorenbeirat Husum geht weiter. Ab sofort können alle Ü60er wieder das Ermäßigungsschreiben anfordern und erhalten damit einen vergünstigten Eintrittspreis von zehn Euro. Bitte Mail an seniorenbeirat@husum.de mit dem Betreff „Mysery“. Die Ermäßigung gilt ausschließ-

lich an der Abendkasse und nicht an der Vorverkaufskasse. Wer die Kulturkarte Husum besitzt, zeigt sie an der Kasse vor und erhält ebenfalls diesen Rabatt. Die Aufführungstermine sind: Freitag, 4. Oktober, Sonntag, 5. Oktober, Freitag, 1. November sowie Sonntag, 2. November, Beginn jeweils 20 Uhr im NCC, Husum.

Termine:

Die **Seniorensprechstunde** findet dieses Mal am **10. Oktober, von 11 bis 12 Uhr**, im Rathaus, Zingel 10, Raum 025. Mit dabei Bürgervorsteher Robert Koch.

Jeden **ersten Samstag im Monat, 14-17 Uhr**, **Repair Cafe** im Amalie-Sieveking-Haus, Am Schulwald 11, Husum.

Jeden **Dienstag, 11 bis 13 Uhr**, **Sprechstunde „Kulturkarte Husum“** für Berechtigte im Untergeschoss des Nissenhauses, Herzog-Adolf-Straße.

Was können wir besser machen?

Schreibt uns einfach, was ihr vermisst.

seniorenbeirat@husum.de

Gut zu wissen

Polizeinotruf Tel. 110

Polizeirevier Husum, Poggenburgstraße, Tel. 04841-8300

Feuerwehr und Rettungsdienst Notruf Tel. 112

Ärztlicher Notdienst der KVSH: Tel. 116 117

Apothekennotdienst Husum

Hausnotruf DRK
Tel. 0800 3650 24 000

Klinikum Nordfriesland Tel. 04841-6600

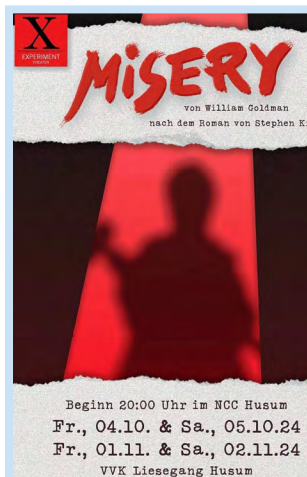
Treffpunkt Mensch (Lebenshilfe) Tel. 04841-983980

Mehrgenerationen-Treff, Norderstr.2, Husum, Tel. 04841-2153

Sozialverband Deutschland, OV Husum, Industriestraße 33, Husum, Tel. 04841-772850

Arbeiterwohlfahrt OV Husum e.V., Kurt-Pohle-Weg 9, Husum
Tel. 04841-72875

Tafel Husum
Friedenskirche Schobüller Straße



Newsletter

60+

Gefahr erkannt, Gefahr gebannt

In der kürzlich stattgefundenen Seniorenbeiratssitzung berichtete das Mitglied Heike Fröhlich über ihren Einsatz, gemeinsam mit der Verwaltung der Stadt Husum eine Gefahrenminderung am Dockkoog zu erreichen. Sie selbst ist begeisterte Dockkoog-Besucherin und Schwimmerin und sie kennt sich mit den örtlichen Begebenheiten aus.

Anders ist es aber mit Gästen und selbst für Einheimische birgt der Dockkoog einige Gefahren. Hauptsächlich ging es dabei um die Steinmole im rechten Bereich des Badegebietes, die bei Flut nicht zu sehen ist und so leicht zu Verletzungen an Beinen und Bauch bei Schwimmenden führen können. Die rutschigen Treppen, aber auch der asphaltierte und steinbefahene Uferweg und die Ausspülungen (Auskolkungen) in der Grasnarbe bergen ebenfalls Verletzungs- und Unfallrisiken.

Sie selbst nahm Kontakt mit der Stadt Husum auf und der Seniorenbeirat unterstützte sie in ihrem Anliegen in einem Gespräch mit Bürgermeister Martin Kindl. Das alles geschah zu Beginn der Badesaison und zeigte schnelle Wirkung. Sie konnte berichten, dass sich die Stadt sehr aufgeschlossen zeigte

und - was in ihrer Macht und Entscheidungsgewalt stand - auch umgesetzt hat. Dazu gehört nun ein aufklärendes, beidseitiges auch von der Wasserseite erkennbares Hinweisschild an der Mole sowie rote Bojen, die auf die gefährliche Steinmole hinweisen. Auch die Treppen werden regelmäßig durch den Kommunalen Servicebetrieb Husum (KSH) mit einem Hochdruckreiniger gereinigt, damit sich Algen nicht so schnell festsetzen können. Einige Ausspülungen, Fachbegriff Auskolkungen, wurden ebenfalls bereits unterfüttert. „Da gibt es jedoch noch weiteren Bedarf“, so Heike Fröhlich. Auf Nachfrage bei der Stadt Husum wird die asphaltierte „Uferpromenade“ erst mit der geplanten Neugestaltung der Dockkoogspitze erneuert. Heike Fröhlich versteht das, weist aber darauf hin, dass die spitzen Steine, die durch Abnutzung und Erosion der Asphaltdecke hervorstechen, für Barfußlaufende gefährlich werden können. Aber sie habe eine Vereinbarung mit der Tiefbauabteilung der Stadt, dass sie im Frühjahr wieder die aktuelle Lage besprechen werden. „Vielleicht ist es auch möglich, noch weitere Bojen an der Mole anzubringen. Das würde ich mir wünschen. Ich



Seniorenbeiratsmitglied Heike Fröhlich konnte am Dockkoog einiges für die Sicherheit der Badegäste erreichen. Foto: P. Blume

bin jedenfalls sehr froh, wie kooperativ die Stadt mich in meinem Anliegen unterstützt

hat. Ich denke, das sind wir auch unseren Husumgästen schuldig.“

Newsletter

60+

Der Kreis der Berechtigten soll wachsen

Die Mitglieder des Seniorenbeirates beschlossen auf ihrer letzten Sitzung, dass der Kreis der Berechtigten für die Kulturkarte Husum wachsen soll. Auf Initiative des Beirates wurde diese im Juni ins Leben gerufen. Erste Erfahrungen zeigen, dass die bislang berechtigten Leistungsempfängenden nach SGB XII über das Sozialzentrum Husum nur zu einem kleinen Teil das Angebot angenommen haben. „Außerdem haben wir uns nach dem ‚soft opening‘ bereits recht gut eingearbeitet und können so unsere Arbeit intensivieren“, so der Vorsitzende Carsten Carstensen. Ab sofort können alle Husumer Bürgerinnen und Bürger, die staatliche Leistungen erhalten wie etwa Asyl- oder Wohngeld, BaföG sowie jene, die von amtlicher Seite eine Aufstockung zur Rente erhalten, die Kulturkarte Husum bekommen. Die Ausgabe erfolgt immer zu den Sprechstunden der Kulturkarte Husum im Nordfriesischen Museum, Husumer Nissenhaus, dienstags von 11 bis 13 Uhr, im Untergeschoss

beim „Café“ des Museums. Mitzubringen sind der entsprechende Bescheid sowie der Personalausweis. Die Kulturkarte Husum wird dann namentlich vor Ort ausgestellt und gilt immer für das entsprechend aufgedruckte Kalenderjahr. Mit dieser Karte können in Husum lebende Berechtigte in den Genuss kultureller Veranstaltungen in der Stormstadt kommen, entweder kostenfrei oder zu ermäßigten Preisen je nach Verfügbarkeit der Plätze. Einen Rechtsanspruch gibt es jedoch nicht.

„Wir möchten mit dieser erweiterten Maßnahme die Teilhabe am kulturellen Leben derjenigen Menschen, für die sonst Kultur kaum erschwinglich ist, verbessern helfen“, so Carstensen weiter.

Da die Kulturkarte Husum auch zukünftig Bestand haben soll, wurde von den Mitgliedern beschlossen, diesen Bereich langfristig vom Seniorenbeirat zu lösen, der alle vier Jahre neu gewählt wird, und hierfür einen eigenen Verein zu gründen.

Morgen ist KKH-Sprechstunde

Die erste Möglichkeit für die erweiterte Gruppe der Berechtigten, sich die Kulturkarte Husum zu sichern, ist

morgen, Dienstag, 1. Oktober, 11 bis 13 Uhr, im Untergeschoss des Nissenhauses, beim Café.



Horst-Michael Otto und Carsten Carstensen bei der Vorstellung der Kulturkarte. Foto: Seniorenbeirat/ P. Blume

Servicebox leicht gemacht

Der Seniorenbeirat Husum lädt alle Interessierten am **Donnerstag, 24. Oktober, von 16 bis etwa 17.30 Uhr**, zur Vorstellung des Kundenterminals und der Servicebox in die VR Bank Westküste, Norderstraße 18-20, ein. Die Informationsveranstaltung hat das Ziel, die Bedienung der Kundenterminals zu erläutern und zu zeigen. Gerade ältere Menschen tun sich oft schwer mit der richtigen Eingabe von Daten oder haben Schwierigkeiten mit der Lesbarkeit der Displays. Ferner soll gezeigt werden, wie die Service-Box im Terminalraum funktioniert, die an fünf Tagen die Woche von

9 bis 17 Uhr nutzbar ist. Sie wird in Zukunft die Überweisungsterminals ersetzen, die bald wegfallen und zur Zeit tatsächlich nur noch in Husum verfügbar sind. In der Servicebox können Kunden bereits heute ihre Bankangelegenheiten erledigen und haben dort per Video direkten Kontakt zu einer Bankmitarbeiterin oder einem -mitarbeiter. Diese Möglichkeit erleichtert etwa Überweisungen. Wer an dieser Veranstaltung teilnehmen möchte, melde sich bitte unter der Mail seniorenbeirat@husum.de bis zum 20. Oktober an.

Newsletter

60+

Großes Interesse am Programm

IZum zweiten Mal bot der **Husumer Sportverein**, Adolf-Brütt-Straße 2, in Kooperation mit dem Seniorenbeirat Husum den „Seniorensporthag“ an. „Wir sind sehr froh, dass trotz des sehr warmen Wetters sehr viele Interessierte den Weg in die Turnhallen gefunden haben“, so der Vorsitzende des Seniorenbeirates Carsten Carstensen. Das „Schnuppern“ in das vielfältige Angebot war für viele gleich vor Ort der perfekte Einstieg in die Vereinsmitgliedschaft, wie sich herausstellte. Besonders gefragt waren Line Dance, Nordic Walking oder Walking Football. Die Kondition wurde durch Zumba Gold angesprochen, die allgemeine körperliche Konstitution durch Schnupperkurse wie „Rücken und Gelenke“ oder ein Zirkel-

training. Neu im Programm war der Vortrag „Ernährung im Alter“, der große Resonanz erfuhr. Hinterher konnte man sich bei Kaffee und Kuchen über die Erfahrungen austauschen und einfach entspannt klönen. Ebenfalls neu präsentierte sich das vereinseigene Darts-Team und zeigte, wie die kleinen Pfeile am besten auf der Zielscheibe platziert werden können. Das angegliederte Pedelec-Training des ADAC half vor allem Wenigfahrenden ihr Fahrrad besser kennenzulernen und mit Notsituationen umgehen zu können. „Wir können uns sehr gut vorstellen, dass wir sowohl das Pedelec-Training weiter anbieten werden und hoffen auch auf eine neue Runde im Seniorensport im nächsten Jahr“, so Carsten Carstensen abschließend.



Ob Line Dance (o. re.) oder Vortrag (u.li.): Es gab viel Abwechslung beim Seniorensporttag. Fotos: P. Blume



Lange Nacht der DEMOKRATIE ★

11:00 - 17:00 Uhr:
Ausstellung: **Husumerinnen, die Geschichte schrieben: Die ersten Politikerinnen**
Nordfrieslandmuseum, Nissenhaus

15:00 - 16:00 Uhr:
Kinderbuch Lesung: **„Demokratie für Kids“**
Souterrain Nissenhaus

16:00 - 20:00 Uhr:
Führung durch die Ausstellung **„Frei leben. Die Frauen der Bohème“**
Schloss vor Husum

17:30 - 18:00 Uhr:
Gesprächsrunde mit **Undine de Rivière: Ask a Sexworker**
Schloss vor Husum

18:00 - 19:30 Uhr:
Cinekratie: **Publikums-Abstimmung**
Kino-Center

20:00 - 24:00 Uhr:
Speed-Debating, im Anschluss: **Party-zipation**
Speicher Husum

02.10.2024

