

Ausgabe 02-2018

# SENIOREN

Sommer 2018

# FORUM

Gratis  
Magazin  
des KSR

**40**  
JAHRE

Herzlich Willkommen in Bad Krozingen  
am 12. Juli zum 40-jährigen Jubiläum des  
Kreissenioresrates Breisgau-Hochschwarzwald



**THEMA**  
**Vita Classica**  
(Seite 4-6)

**THEMA**  
**Seniorenpatenschaften**  
(Seite 12-13)

**GEWINNSPIEL**  
**mit tollen Preisen**  
(Seite 18)



## Das DRK zum Drücken nah - DRK-HausNotruf / Mobilruf

- Sicherheit auf Knopfdruck
- Schnelle Hilfe rund um die Uhr
- Kompetente Ansprechpartner



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

## Häuslicher Pflegedienst

- Grund- und Behandlungspflege
- Information, Beratung und Schulung
- Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- Zugelassen für alle Kassen



Info: DRK-Kreisverband Freiburg e.V.  
Tel.: 07 61/8 85 08-6 82 Mail: [info@drk-freiburg.de](mailto:info@drk-freiburg.de)

oder DRK-Kreisverband Müllheim e.V.  
Tel.: 0 76 31/18 05-35 Mail: [info@kv-muellheim.drk.de](mailto:info@kv-muellheim.drk.de)

[www.drk-freiburg.de](http://www.drk-freiburg.de)

[www.kv-muellheim.drk.de](http://www.kv-muellheim.drk.de)



**GEVITA**

... macht's möglich

## Gönnen Sie sich eine Auszeit von der Pflege

Die Tagesbetreuung ‚Mühlen-Stühle‘ der GEVITA macht's möglich.

- ▶ Zeit für stressfreie Einkäufe, Arztbesuche oder eine gute Tasse Kaffee
- ▶ Die Senioren/Innen sind ausgeglichener und zufriedener nach einem erlebnisreichen Tag unter Menschen
- ▶ Auf Wunsch 1 bis 5 Tage pro Woche (mit Hol- und Bringdienst)

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einem kostenlosen Probetag im ‚Mühlen-Stühle‘.

## Impressum

Das **SENIORENFORUM** ist eine Informationszeitschrift für die Generation 60+. Der Kreisseniorinnenrat tritt für die Interessen älterer Menschen im Kreisgebiet (über 40.000) ein und versteht sich als Organ der Meinungsbildung und des Erfahrungsaustausches auf sozialem, wirtschaftlichem, kulturellem und politischem Gebiet. Es erscheint saisonal mit einer Auflage von 5.000 Exemplaren und liegt gratis in sozialen Einrichtungen, Apotheken, Arztpraxen, Gemeindeverwaltungen und an zahlreichen weiteren öffentlichen Stellen zum Mitnehmen aus und wird Altenwerken und Seniorenkreisen im Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald zugestellt. Gestaltung und Inhalt unterliegen dem Copyright. Nachdruck, auch in Auszügen, ist nicht gestattet. Leserzuschriften sind willkommen. Für unverlangte eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Gewähr übernommen. Trotz sorgfältiger Recherche sind Fehler nicht auszuschließen. Für alle Angaben keine Gewähr. Fotoquellen: Medienservice Breisach, Privat und laut Angabe. Textbeiträge: Autoren laut Angabe

### Herausgeber/Redaktion:

Kreisseniorinnenrat des  
Landkreises  
Breisgau-Hochschwarzwald  
(V.i.S.d.P.) Vors. Michael Maluck  
Schwarzwaldstr. 19  
79206 Breisach  
E-Mail: ksr-bhs@outlook.de  
Tel. 07667/6649

### Redaktionsteam:

Monika Eitel, Rolf Molitor,  
Christoph Kreuz & Roland Bergner

### Satz/Layout:

TS-Verlag & Werbung  
Thomas Georg Senf  
Breisacher Str. 12  
79395 Neuenburg am Rhein  
Telefon: 0 76 31 / 73 766  
E-Mail: info@ts-verlag.de

### Druck:

Druckerei Ott GmbH  
79395 Neuenburg am Rhein

### Bild im Titelbild:

© Kur und Bäder GmbH  
Bad Krozingen

# Liebe Leserinnen, liebe Leser,

die Deutschen werden immer älter. Zurzeit liegt die durchschnittliche Lebenserwartung deutscher Männer bei 75, die der Frauen bei 81 Jahren. Und viele von uns haben Angst vor dem neuen Lebensabschnitt, in dem „man nicht mehr so kann, wie man will“. Dass das aber nicht so sein muss, beweist die Jubiläumsveranstaltung „Älter werden im ländlichen Raum“ des Kreisseniorinnenrates Breisgau-Hochschwarzwald am 12. Juli hier in Bad Krozingen. Den älteren Menschen, ihren Angehörigen und allen Interessierten zeigt diese Veranstaltung eine Vielzahl von Aspekten des Alters und des Älterwerdens auf: Möglichkeiten der medizinischen und pflegerischen Versorgung, Tipps zum seniorengerechten Wohnen sowie individuell abgestimmte Beratungs- und Hilfsangebote und vieles mehr.

In diesem Zusammenhang möchte ich auch auf die interessanten Angebote, die unsere Stadt (insbesondere auch unser neues Senioren-Büro) hinweisen. Diese tragen den veränderten Ansprüchen und Bedürfnissen der älteren Menschen hier in Bad Krozingen Rechnung und fördern durch verbesserte An-



sätze zur Integration des Miteinanders der Generationen und der Kulturen.

Ich möchte Sie, liebe Leserinnen und Leser, ermutigen, die Jubiläumsveranstaltung am 12. Juli in Bad Krozingen zu nutzen und sich über das Thema „Älter werden im ländlichen Raum“ zu informieren. Denn ein aktives Altern fördert die Gesundheit sowie die Selbst- und Eigenständigkeit, gibt Ihrem Leben Sinn und steigert die Lebensqualität.

Mit freundlichen Grüßen

**Volker Kieber**  
Bürgermeister  
der Stadt Bad Krozingen





© Kur und Bäder GmbH, Bad Krozingen

## „Vita Classica“ im Kurpark Bad Krozingen Super Angebot auch für alle Tagesgäste



**D**as Heilbad Bad Krozingen ist mit dem Auf-  
finden der Thermalquellen 1911 gegrün-  
det worden. Viele Patienten der Reha-Klini-  
ken und Kurgäste, die eine „offene Badekur“ bei  
uns durchführen, sind schon etwas älter und z. T.  
auch körperlich beeinträchtigt. Trotzdem gibt es  
immer noch den Rechtsanspruch auf eine „offe-  
ne Badekur“: Arzt- und Therapiekosten werden  
nahezu vollständig von der gesetzlichen Kran-  
kenkasse übernommen, für Übernachtungen in  
der Kurpension oder in der Ferienwohnung gibt  
es einen Tageszuschuss. Antragstellung erfolgt

über den Arzt. Die Kur und Bäder GmbH kann ger-  
ne eine persönliche oder telefonische Beratung  
durchführen (Frau Ina Fuchs, Telefon 07633/4008-  
123).

Rund um die „Vita Classica“ gibt es viele Gesund-  
heitsangebote. Thermalbaden mit Wassergym-  
nastik steht dabei im Mittelpunkt. „AquaFitness“-  
„AquaCycling“- „AquaJogging“-Kurse erfreuen  
sich einer sehr großen Beliebtheit. Analog zum  
Volkshochschul-Konzept werden regelmäßig 11  
Kurstermine angeboten. Ab September bis Weih-  
nachten startet das nächste Kursprogramm. In

der medizinischen Therapieabteilung können auf Rezept alle physiotherapeutischen Behandlungen durchgeführt werden. Seit mehreren Jahren ist Krankengymnastik an Geräten auf Rezept möglich. Ebenfalls sind betreute Kurse an Muskelaufbaugeräten im Angebot. Neben dem Thermalbadbereich gibt es seit vielen Jahren auch eine großzügige Saunalandschaft mit 7 Saunakabinen, einem Dampfbad, einer Salzkristallsauna, Massageräumen, Rasulbad und einem Raum für Seifenbürstenmassage. Im Wellnessbereich des „Wohlfühlhauses“ dominieren die PrivateSpa's wie „Japanisches Bad“, „Indisches Bad“, „Marokkanisches Bad“ und das Hamam. Tagesarrangements runden das Programm ab. Alle Bereiche sind barrierefrei. Es stehen zusätzlich Spezialumkleidekabinen und -duschkabinen für behinderte Menschen bereit. Dusch-Rollstühle sind ebenfalls vorhanden. Gerade im Kurgebiet gibt es Hotels und Pensionen, die auch gerne z. B. für Verwandtschaftsbesuche ihre Zimmer offerieren. Zimmer können auch vorher im Hotel besichtigt werden. Der Kurpark Bad Krozingen ist barrierefrei und sehr ebenerdig ausgebaut. So können auch Gäste mit Rollatoren und Rollstühlen die Blumenpracht und die wunderbaren Bäume besuchen und besichtigen. Aktuell ist ein neues Buch „Bäume – Faszination Kurpark Bad Krozingen“ von der Kur und Bäder GmbH herausgegeben worden. Dieses Buch ist an der Tourist-Information und in allen Buchhandlungen, z. B. Buchhandlung Pfister in Bad Krozingen, zum Preis von 22,- € erhältlich. Auf wunderschönen Bildern werden 35 Bäume botanisch vorgestellt und atmosphärische Aufnahmen bilden ein weiteres Standbein des



&gt;&gt;

© Kur und Bäder GmbH, Bad Krozingen


 Sozialstation  
Südlicher Breisgau e.V.

Wohlfühlen zuhause - mit uns

**Ambulantes Beratungs- und Pflegezentrum**

Wir unterstützen Sie, damit Sie im Alter und bei Krankheit gut zuhause leben können.

Dafür haben wir viele Angebote:

- Unterstützung bei der Körperpflege
- Spezialisierte medizinische Pflege
- Alltagsassistenz zur Betreuung von Menschen mit Demenz
- Hilfsmittelberatung
- Sicheres Leben zu Hause mit dem HausNotruf
- Seminare für Angehörige und
- Vielfältige Möglichkeiten zum Engagement für Bürgerinnen und Bürger

**Sozialstation Südlicher Breisgau e.V.**

 Am Alamannenfeld 14  
79189 Bad Krozingen

07633 12219

info@sozialstation-suedlicher-breisgau.de

[www.sozialstation-suedlicher-breisgau.de](http://www.sozialstation-suedlicher-breisgau.de)
**Ambulante Altenhilfe  
immer in Ihrer Nähe ...**


- Beratung für ältere Menschen und Angehörige
- Vielfältige Kurs- und Fortbildungsangebote für pflegende Angehörige sowie für bürgerschaftlich Engagierte
- Ansprechpartner für Aufbau und Begleitung von Gruppen bürgerschaftlich Engagierter, wie z.B. Pflege- und Familienbegleiter
- Förderung der Interessenvertretung pflegender Angehöriger
- Gerontopsychiatrische Betreuungsgruppen
- Seniorenbetreuung – Gruppenangebote
- Menüservice „Essen auf Rädern“ sowie offene Mittagstische
- Caritas-Pflegedienst Neuenburg Tel. 07631 705471
- Betreutes Seniorenwohnen in Kirchzarten, Merzhausen, Neuenburg und Stegen
- Ambulant betreute Wohngemeinschaften in Merdingen und Schluchsee

**Informieren Sie sich in Ihrer regionalen Caritasstelle!**

<b>Freiburg-Land</b>	<b>Tel. 0761 8965-421</b>
<b>Titisee-Neustadt</b>	<b>Tel. 07651 9118-0</b>
<b>Müllheim</b>	<b>Tel. 07631 748277-0</b>
<b>Breisach</b>	<b>Tel. 07667 299</b>

 Caritasverband für den Landkreis  
Breisgau-Hochschwarzwald e.V.

 Alois-Eckert-Straße 6  
79111 Freiburg

 Caritasverband für den Landkreis  
Breisgau-Hochschwarzwald e.V.

[www.caritas-bh.de](http://www.caritas-bh.de)

**KIRCHLICHE SOZIALSTATION Nördlicher Breisgau e.V.**



**Wir beraten, betreuen, pflegen.  
Da, wo Sie wohnen.**

[www.sozialstation-boetzingen.de](http://www.sozialstation-boetzingen.de)

- HÄUSLICHE PFLEGE.** Pünktlich. Sorgfältig. Umsichtig.
- TAGESPFLEGE.** Morgens zu uns. Abends nach Hause.
- BETREUUNGSGRUPPEN.** Für Menschen mit Demenz.
- PFLEGE IM ANSCHLUSS.** Kliniknachsorge durch PiA.
- WUNDMANAGEMENT.** Und andere ärztliche Verordnungen.
- HAUSNOTRUF.** Hilfe auf Knopfdruck.
- PALLIATIVPFLEGE.** Umsorgt zu Hause sterben.
- SEELSORGE.** Auf Wunsch.



- Bötzingen und Eichstetten 07663 8969-210
- Gottenheim und Umkirch 07663 8969-220
- March 07663 8969-240
- Gundelfingen und Heuweiler 0761 580218

**Führender Pflegedienst in der Region | Seit 40 Jahren**

**Sozialstation Markgräflerland e.V.**

**Ambulante Pflege mit Erfahrung und Kompetenz**

Mit unseren sozialen Diensten leisten wir individuelle Betreuung und Versorgung täglich durchgängig von 07:00 bis 22:00 Uhr:

- Grund- und Behandlungspflege
- Hauswirtschaftliche Unterstützung
- Familienpflege
- Betreuung von Menschen mit Demenz
- Nachbarschaftshilfe
- Beratungsstelle für ältere Menschen

Hauptstraße 147 • 79379 Müllheim  
Tel. 07631/ 17 77 0 • Fax 07631/ 17 77 20  
[www.sozialstation-mgl.de](http://www.sozialstation-mgl.de)



**Kirchliche SOZIALSTATION KAISERSTUHL-TUNIBERG e.V.**  
**PFLEGE ZU HAUSE**

in Breisach, Ihringen, Merdingen, Vogtsburg und Wasenweiler

- Gesicherte Pflege zu Hause**
- Alltagsunterstützung**
- Essen auf Rädern**
- Hausnotruf**

**Mehr Informationen unter 07667 / 90588-0**

E-Mail: [info@sozialstation-breisach.de](mailto:info@sozialstation-breisach.de)  
[www.sozialstation-breisach.de](http://www.sozialstation-breisach.de)  
Freiburger Straße 6, 79206 Breisach



© Kur und Bäder GmbH, Bad Krozingen

Buches. Besonders empfehlenswert ist auch der Staudengarten im nördlichen Teil des Kurparks. Mit viel Herzblut werden hier Stauden, Kräuter und Gewürze angebaut. Führungen gegen eine kleine Gebühr sind möglich. Telefon 07633/4008-104. Ein umfangreiches Musikprogramm im Kurhaus Bad Krozingen steht auch den Bürgerinnen und Bürgern sowie den Tagesgästen zur Verfügung. Das „Johann-Strauß-Ensemble“ unter der Leitung von Tibor Szüts lädt mehrmals die Woche zu Nachmittagskonzerten ein. Diese sind i. d. R. gratis. Kapellmeister Tibor Szüts feiert in diesem Jahr sein 30jähriges Dienstjubiläum. Sein Motto „Musik ist Medizin“ nehmen sich viele Patienten und Gäste zu Herzen, so dass eine medizinische Behandlung mit Musik ergänzt werden kann. Viele Informationen sind direkt in der „Tourist-Information“ und in der „Vita Classica“ erhältlich oder auch gerne im Internet unter [www.bad-krozingen.info](http://www.bad-krozingen.info) sowie [www.vita-classica.de](http://www.vita-classica.de). Auch der Kurdirektor selbst beantwortet sehr gerne vielfältige Anfragen.

**ROLF RUBSAMEN**  
**Geschäftsführer Kur und Bäder GmbH**

*Kur und Bäder GmbH Bad Krozingen  
Herbert-Hellmann-Allee 12, 79189 Bad Krozingen  
Tel. (07633) 4008-0, [www.vita-classica.de](http://www.vita-classica.de)*



## 40 Jahre Kreissenorenrat Breisgau-Hochschwarzwald mit großer Jubiläumsfeier im Kurhaus Bad Krozingen

- 14.00 Uhr **Musikalische Eröffnung** durch das Markgräfler Seniorenorchester  
Leitung: Hellmut Blaudzun
- 14.15 Uhr **Eröffnung** durch die Schirmherrin Frau Landrätin Dorothea Störr-Ritter
- 14.30 Uhr Bad Krozingen begrüßt die Gäste durch den 1. Bürgermeister-Stellvertreter Peter Lob
- 15.00 Uhr **„Demografischer Wandel im ländlichen Raum“** - Darstellung und Aussicht durch Thaddäus Kunzmann, Demografiebeauftragter der Landesregierung Baden Württemberg
- 15.30 Uhr Markgräfler Seniorenorchester
- 15.45 Uhr **„Seniorenvertretungen vor Ort – wir gestalten mit“**  
Nora Jordan-Weinberg, stellv. Vorsitzende des Landesseniorenrates Baden Württemberg
- 16.15 Uhr Wir bewegen uns mit Marianne Kipf
- 16.30 Uhr **Tanzvorführung** - Tanzgruppe Heitersheim, Leitung Christel Kamann



Durch das Programm führt der stellvertretende Vorsitzende Rolf Molitor. Im Foyer des Kurhauses ist eine Flaniermeile zu verschiedenen Themen rund ums „**Älter werden**“ durch die Mitgliedsorganisationen aufgebaut. Möglichkeiten zum Mittagessen gibt es im Restaurant und auf der Terrasse des Kurhauses.

*Weitere Informationen erhalten Sie beim  
Kreissenorenrat Breisgau-Hochschwarzwald  
Vorsitzender Michael Maluck  
Schwarzwaldstr. 19  
79206 Breisach  
E-Mail: [ksr-bhs@outlook.de](mailto:ksr-bhs@outlook.de)  
Tel. 07667/6649*

## Liebe Jubiläumsgäste des KSR Breisgau-Hochschwarzwald!

Zur Vorbereitung der Veranstaltung benötigen wir so früh wie möglich Ihre Wünsche bezüglich der Barrierefreiheit. Deshalb kreuzen Sie bitte an:

- Ich komme im Rollstuhl
- Ich benötige eine rollstuhlgerechte Übernachtungsmöglichkeit von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_
- Ich benötige einen  Gebärden- /  Schriftdolmetscher /  möchte so platziert werden, dass ich von den Lippen der Referenten lesen kann (Zutreffendes ankreuzen)
- Ich habe ein Hörgerät und benötige eine Induktionsanlage
- Ich benötige Assistenz für \_\_\_\_\_
- Ich bin blind und möchte die schriftlichen Unterlagen vorab online erhalten
- Ich bringe einen Blindenführhund mit
- Ich habe eine Lebensmittelunverträglichkeit (welche \_\_\_\_\_), bin Vegetarier oder Veganer
- Ich komme mit einer Begleitperson

**Anmeldungen bitte bis 15. Juni 2018 an eine der folgenden Adressen:**

- **Alle Anmeldungen, die Wünsche zur Barrierefreiheit enthalten, bitte an**  
Lebensraum für Alle e.V.  
Projektkoordinatorin für Barrierefreiheit bei KSR-Jubiläum  
Gabriele Hartmann / Gernot Wolfgang  
Längenloh 11  
79108 Freiburg  
  
Tel: 0761-56317  
Mail: info@lebensraum-fuer-alle.org
- **Alle anderen Anmeldungen senden Sie bitte direkt an den**  
KSR Breisgau-Hochschwarzwald  
Michael Maluck  
Schwarzwaldstr. 19  
79206 Breisach.  
  
Tel.: 07667-6649  
Mail: ksr-bhs@outlook.de





# Fahrradsicherheitstraining mit dem ADAC

wir haben es für Sie getestet



„Die Sicherheit beim Fahrradfahren fängt stets bei der Kleidung an. Je auffälliger die Kleidung, z.B. reflektierende Radbekleidung, im Straßenverkehr ist, desto schneller werden andere Verkehrsteilnehmer im Straßenverkehr auf den Fahrradfahrer aufmerksam und nehmen ihn im laufenden Straßenverkehr schneller wahr. Dabei darf der Fahrradhelm nie fehlen.“ ... wie mir eine nette Polizistin am Stand der Verkehrswacht auf der Messe in Freiburg er-

zählte. „Fahradhelme können Leben retten!“ ... und SIE muss es wissen! Mittlerweile übersteigt die Zahl der Pedelec\*-Fahrer die 5-Millionen Grenze. Leider macht sich dies auch bei der gestiegenen Unfallbilanz der letzten Jahre bemerkbar. Fazit: Die Unfallzahlen nehmen eindeutig zu. Fahrradunfälle sind mit dem Boom zum Pedelec gerade bei der Gruppe der ‚mobilen Senioren‘ in den letzten Jahren angestiegen. >>



RegioPflegedienst  
Klaus Klee

Ihr Pflegedienst  
im Markgräflerland

#### Unser Angebot:

- Sicherheit und Lebensqualität zu Hause
- Pflege auch schwerstpflegebedürftiger Menschen
- Intensivpflege wie: Infusionstherapie, Wundversorgung, Tracheostomapflege, etc.
- Palliativpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Unterstützung und Schulungen pflegender Angehöriger durch Pflegeberater
- 24 h Rufbereitschaft
- Hausnotruf
- Betreuungsdienste

Wir sind Mitglied im Pflegeverbund des Universitätsklinikums Freiburg und Vertragspartner aller Pflege – und Krankenkassen.



Im Falkenstein 11, 79219 Staufen  
Tel.: 07633 / 101313

Hauptstraße 14, 79379 Müllheim  
Tel.: 07631 / 13939

Mobil  
0170 - 55 64 445

E-Mail: [info@pflagedienst-klee.de](mailto:info@pflagedienst-klee.de)  
Internet: [www.regiopflege.de](http://www.regiopflege.de)

HEIMATTAGE

Baden-Württemberg  
WALDKIRCH 2018LANDESENIOREN-RAT  
BADEN-WÜRTTEMBERG e. V.**33. Landesseniorentag 2018****„Wir mischen mit!“***Ältere in der Kommune***Mittwoch, 4. Juli 2018**

10.00 Uhr - 17.00 Uhr

**Waldkirch  
Stadthalle**Baden-Württemberg  
DER DEMOGRAFIEBEAUFTRAGTE DES LANDES

Waldkirch

**Veranstalter:****Landesseniorenrat Baden-Württemberg e.V.**

Kriegerstraße 3

70191 Stuttgart

Tel. 0711/613824

Fax 0711/617965

landesseniorenrat@lsr-bw.de

Gestaltung: Raphael Hild

Fotos: Udo Wenzl

**Hinweis zum Datenschutz:**

Wir weisen darauf hin, dass im Rahmen der Veranstaltung Foto/Ton- und Filmaufnahmen für die Berichterstattung in der Vereinszeitschrift, auf der Vereinshomepage sowie für Fernseh- und Rundfunksendungen gemacht werden.



Baden-Württemberg



Dabei wird oft die zu erreichende Geschwindigkeit der mit einem Elektromotor ausgestatteten Räder vom Fahrradfahrer selbst, wie aber auch von anderen Verkehrsteilnehmern unterschätzt.

In vielen Fällen sieht der Autofahrer den schnell radelnden e-Biker zu spät und es kommt zu einem Zusammenstoß oder der Fahrradfahrer überschätzt sich selbst mit seiner leicht zu erreichenden Geschwindigkeit und kann aufgrund des hohen Tempos dem anderen Verkehrsteilnehmer nicht rechtzeitig ausweichen. Wohl dem, der dabei einen Fahrradhelm trägt.

Diesem Problem hat sich der ADAC-Südbaden/Freiburg gestellt und bietet seit letztem Jahr gezielt für seine Mitglieder, wie aber auch für interessierte Seniorinnen und Senioren, speziell ausgerichtete Schulungskurse für Pedelec-Radlerinnen und -Radler an. Im Mittelpunkt der Trainingskurse stehen der sichere Umgang mit Pedelecs, zum Beispiel Anfahren und Bremsen, sowie theoretische Grundkenntnisse über die verschiedenen, auf dem Markt angebotenen Antriebs- und Bremssysteme.

Ende März war es dann soweit. Der ADAC Südbaden veranstaltete auf dem ADAC Verkehrsübungsplatz in Breisach seinen Einführungskurs für Elektrofahrräder. Das Interesse war groß. Neben den vielen Teilnehmerinnen und Teilnehmern, waren Radio, Fernsehen wie auch die örtliche Presse vertreten. Die Begrüßung durch den Kursleiter des ADAC und seinem Team, Herrn Axel Simons, war herzlich. Die fachliche Einführung wurde durch die Firma Schönstein, Rheinhausen kompetent übernommen. Peter Schönstein, der auch die vielen unterschiedlich ausgestatteten Pedelecs für den Schulungskurs zur Verfügung stellte, beriet jede/n einzelne/n Teilnehmer/In, stellte die Räder auf die erforderliche und gewünschte Körpergröße ein und wusste zu jeder Frage eine fachkundige Antwort. Dabei kann er auf über 20 Jahre Berufserfahrung im Zweiradgeschäft zurückgreifen. Den Boom mit den Elektrofahrrädern begleitet er von Anfang an und kennt sich bestens aus. Wer einmal ein Pedelec Probe fahren und Fahrräder unterschiedlicher Marken testen möchte, ist herzlich eingeladen.

Alle Räder, mit unterschiedlichen Motorenmarken, verschiedenen Rahmen und mit unterschiedlichen Bremsen (Scheiben-/Hydraulik-



bremse) konnten auf dem weitläufigen ADAC-Gelände ungestört getestet werden.

Auch die verschiedenen Abstufungen in den Gangarten waren beeindruckend. Alle Pedelecs konnten von den Testern gegen den Wind mühelos, mit wenig Kraftaufwand, auf 25 km/h und darüber beschleunigt und das Tempo ohne Mühe gehalten werden. „Gewöhnungsbedürftig sind die neuartigen giftigen Bremsen!“, wie eine Teilnehmerin sagte, „... im Besonderen die e-Bikes mit Scheibenbremsen. Sie bringen das Rad fast zum sofortigen stehen und es erfordert ein hohes Maß an Konzentration nicht über den Lenker abzusteigen.“ Deshalb war auch eine der wichtigsten Erkenntnisse des Tages: Bremsen will gelernt sein!

Nicht ohne Grund wurde speziell eine entsprechende Übung des ADAC-Kurses in den Ablauf eingeplant. „Wie bremse ich mit meinem e-Bike richtig!“

Trotz durchwachsenem Wetters mit Regen, viel Wind und ab und zu Sonne, eine gelungene Veranstaltung, die der ADAC-Südbaden ausrichtete. Der Kreissenorenrat kann diesen gelungenen Schulungskurs nur Jedem weiterempfehlen. Weitere Kursangebote sind in diesem Jahr für August und September geplant.

\*Derzeit werden nach der Richtlinie 2002/24/EG zwei Arten von Pedelecs unterschieden. In der normalen Klasse wird die Motorunterstützung bei 25 km/h abgeriegelt. Sie werden vom Gesetzgeber als normale Fahrräder eingestuft. Die schnellere Pedelec-Klasse (auch S-Pedelec) bietet Tretunterstützung bis 45 km/h und gilt als Kleinkraftrad. Für diese Klasse ist zum Beispiel ein Versicherungskennzeichen und ein Helm Pflicht.

**ROLF MOLITOR**

*Der nächste Kurs findet am 30. August 2018  
in Zusammenarbeit mit dem KSR statt.*

*Infos und Anmeldung  
bei der Verkehrsabteilung des  
ADAC Südbaden in Freiburg  
Tel. 0761/3688231 oder e-mail  
kerstin.morath@sba.adac.de*

www.alemannenenergie.de

**Entspannt  
Vertrauen  
gewinnen!**

Kontaktieren Sie Ihre persönliche Ansprechpartnerin, **Frau Carmen Kraemer** und vereinbaren einen Termin.

**Kundenbüro Müllheim**  
Marktstraße 1-3 · Telefon 07631 / 936 08-44

 **stadtwerke**  
müllheimstaufen

 **FLYER**

**C-Serie**  
Für maximalen Komfort und höchste Stabilität auf Ausfahrten und im Alltag.



**FLYER GARANTIE**  
10 JAHRE AUF RAHMEN | 5 JAHRE AUF FLYER TECHNIK\*

**HILD RADWELT**  
Engesserstr. 9  
79108 Freiburg  
Tel. 0761 / 282950  
Fax 0761 / 2829530  
info@hild-radwelt.de  
www.hild-radwelt.de

Testen Sie die neuen FLYER Modelle.

\*Ausgenommen sind FLYER E-Bikes des Segments Mountain (3 Jahre).  
Die genauen Gewährleistungsansprüche finden Sie unter: www.flyer-bikes.com/flyer\_e-bikes\_garantie

# „Das offene Ohr“ - Mit Patenschaften gegen



## Der Seniorenrat Neuenburg am Rhein vermittelt Ehrenamtliche an interessierte ältere Menschen

Der Seniorenrat in Neuenburg am Rhein geht im Jahr 2018 neue Wege, um älteren Menschen den Weg aus der Isolation zu ebnet und sie wieder am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu lassen: Die Seniorenpatenschaften. Ziel der Aktion rund um die Vorsitzende Waltraud Petrillo ist es, den Senioren durch das Angebot wieder Mut zu machen und sie zu unterstützen, aus ihrer Einsamkeit herauszufinden.

Ein Aufruf in der Stadtzeitung Neuenburg am Rhein vom 7. Februar 2018 trägt bereits erste Früchte. Gemeinsam mit dem Seniorenrat, Vertretern der Stadtverwaltung sowie des Fridolinhauses und des Seniorenzentrums St. Georg traf man sich am 28. März zu einem ersten Kennenlernen bei Kaffee und Gugelhupf - ein Austausch, der in regelmäßigen Abständen wiederholt werden soll, um das zukünftige Vorgehen auszuloten

und vertieft zu koordinieren. Zehn Frauen haben sich seit dem gemeldet und Interesse bekundet, eine ehrenamtliche Patenschaft für vereinsamte Seniorinnen und Senioren zu übernehmen. Seitdem sind einige Verbindungen geknüpft, andere stehen kurz vor dem Start.

Waltraud Petrillo ist überrascht von dem Anklang, den der Aufruf gefunden hat und bedankt sich bei den Patinnen für ihr Interesse an der Initiative. „Die Gestaltung der Patenschaft kann nur den beteiligten Personen selbst überlassen werden, darf nicht überfordern und muss Spaß machen“, so die Vorsitzende. Es handele sich weder um eine pflegerische Tätigkeit noch um eine Einkaufshilfe und in keinem Fall um einen Ersatz für eine Betreuung. Wichtig ist der menschliche Aspekt und Zuspruch für Menschen, die sich durch harte Einschnitte in ihrem Leben - wie Krankheit oder Tod - in die Isolation zurückgezogen haben. Erwünscht sei eine gewisse Regelmäßigkeit der Besuche bzw. der gemeinsamen Akti-



# Isolation & Einsamkeit

vitäten. Die Vermittlung kann aber auch den umgekehrten Weg nehmen:



Interessierte ältere Menschen melden sich beim Seniorenrat, der dann die passende Patin oder den passenden Paten sucht. Explizit werden auch Herren aufgefordert, als Pate tätig zu werden. Und auch Menschen mit Migrationshintergrund und Flüchtlinge könnten durch ehrenamtliche Arbeit Anteil an der Zivilgesellschaft nehmen.

Die Neuenburger Pflegeeinrichtungen Fridolinhaus und St. Georg sehen durchaus Bedarf an dem „Patenschaftsmodell“ und sind gern bereit, als Vermittler unterstützend tätig zu werden und mit dem nötigen Feingefühl Ehrenamtliche und Senioren sowie ihre Angehörigen zusammenzubringen. Und auch die Stadt Neuenburg am Rhein unterstützt die Initiative und stärkt dem Seniorenrat den Rücken.

Weiterhin gesucht werden Mitbürgerinnen und Mitbürger aller Altersgruppen sowohl im Kernort Neuenburg am Rhein als auch in den Ortsteilen Zienken, Grißheim und Steinenstadt, die als ehrenamtliche Seniorenpaten unter dem Motto „Das offene Ohr“ und der Schirmherrschaft des Seniorenrates, Kontakte zu den älteren Menschen pflegen möchten.

Natürlich können sich auch ältere Menschen, die an einen Paten vermittelt werden möchten, beim Seniorenrat melden.



*Erstkontakt und Informationen*  
**Waltraud Petrillo, Tel. 07631/72681**  
**Walter Salathe, Tel. 07631/72862**  
**Monika Lösle, Tel. 07635/636**

**BEIDEK**  
 BUCHTIPP



von Antonia  
 Schulze Hackenesch



## Sibylle Knauss: Das Liebesgedächtnis

Geb. 192 S., Klöpfer & Meyer  
 20,00 €

Für die Heldin des Romans, Beate, kommt die große Liebe erstmals im Rentenalter. Sie ist verheiratet mit einem ungeliebten, durch einen Schlaganfall gelähmten Mann. Der Zufall führt sie mit dem einige Jahre Älteren zusammen und sie beginnen ein Verhältnis. Aber bald lassen sich bei Beate die Anzeichen einer beginnenden Demenz nicht mehr übersehen. Sie spürt selber, dass das Gedächtnis immer mehr nachlässt und so vertraut die ehemals erfolgreiche Schriftstellerin ihrem Laptop alles an. Sie will ihre Liebeserlebnisse festhalten für später, wenn die Krankheit die Erinnerung ausgelöscht hat. Am Ende kommt ihre Enkelin Emma in den Besitz dieser Aufzeichnungen, die dieser eine Leitlinie für ihre eigene Liebe sein werden.

Mit Stil und Witz erzählt Sibylle Knaus über die Kunst des Liebens. Ein Mut machender Roman. Raffiniert und sehr lesenswert.

Hier ein kleiner Textauszug: "Als ich mehr als ein Jahr später zum ersten Mal mit dir frühstücke, fragst du mich: Was möchtest du? Möchtest du Leberwurst? Leberwurst. Warum nicht? Kurz darauf sehe ich, wie du eine Brotschneide mit Leberwurst bestreichst. Du verwendest dazu ein Taschenklappmesser. Ist das für mich?, frage ich. Ja, sagst du. Es ist ein Moment, so wunderschön wie banal. Ich möchte ihn nicht vergessen. Deine Wohnküche. Die Unordnung auf dem Tisch. Bücher. Zeitschriften. Papiere. Der Duft von Kaffee. Das Taschenklappmesser in deiner Hand. Der unscheinbarste der Momente, in denen etwas von dir mich berührt. Die bescheidenste aller Liebeshandlungen, die du an mir vornimmst. Bis zu diesem Augenblick habe ich ja nicht geahnt, wie sehr mir das gefehlt hat, ein Mann, der ein Leberwurstbrot für mich schmiert ..."

**BEIDEK** Werderstrasse 23  
 79379 Müllheim  
 BÜCHER BEI BEIDEK Tel. 0 76 31 - 43 36

Mo. - Fr. 9.00-18.30, Sa. 9.00-16.00 Uhr, 24 h: [www.beidek.de](http://www.beidek.de)

**KREISSENIORENRAT**  
 Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald



# „Im Alter unterwegs“



„Lust auf Neues?“ Wir möchten Sie mitnehmen zu unserem **Jahresmotto „Im Alter unterwegs“**. Hierzu veröffentlichen wir seit Anfang 2018 den „Tipp des Monats“ mit einfachen Ideen/Anregungen, die sich gut in Ihren Alltag einbauen lassen. Unterwegs sein bedeutet eingetretene Pfade zu verlassen, neue Impulse aufzunehmen und dadurch neue Erfahrungen zu sammeln. Auf jeden Fall hält es körperlich und geistig fit. Machen Sie mit!

## Tipp 1- JANUAR

### Einkaufsliste aufschreiben und merken

Gehirntraining lässt sich ganz einfach in den Alltag integrieren. Wie wäre es die wöchentliche Einkaufsliste zu schreiben, sich zu merken und einfach zu versuchen den Einkauf auch ohne Einkaufsliste zu tätigen? Zur Vorsicht können Sie am Schluss den Einkauf im Wagen nochmals mit der geschriebenen Einkaufsliste abgleichen. Viel Spaß beim Ausprobieren!

## Tipp 2- FEBRUAR

### Praxistipps für den Umgang mit Ihrem Rollator

- Die Griffe sollten so eingestellt sein, dass die Arme leicht angewinkelt sind. Wenn Sie die Schultern hochziehen müssen, sollten Sie die GriffEinstellung ändern.
- Schieben Sie den Rollator nicht wie einen Schubkarren oder Einkaufswagen vor sich her. Ihre Position sollte aufrecht und immer nah am Rollator sein. So verhindern Sie, dass Sie wegrutschen oder sogar stürzen.



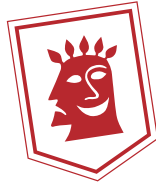
- Wenn Sie mit Ihrem Rollator in der Dämmerung oder Dunkelheit unterwegs sind, sollten Sie gut gesehen werden. Dabei helfen Reflektoren am Rollator und an der Kleidung. Auch helle Kleidung, zumindest ein heller Schal tun viel dafür, dass man Sie als Verkehrsteilnehmer gut wahrnehmen kann.
- Der Bremse kommt beim Rollator eine wichtige Rolle zu: Wenn Sie z.B. eine Bordsteinkante überwinden müssen, sollten Sie zunächst bremsen, dann den Rollator leicht anheben, erst die Bremse wieder lösen und den Rollator über die Bordsteinkante schieben.
- Denken Sie bei Ihrem Einkauf daran, dass Sie den Korb am Rollator nicht zu schwer beladen. Das Höchstgewicht beträgt in der Regel 5kg.
- Wichtiger Hinweis! Handtasche mit allen wichtigen Dingen wie Schlüssel und Geldbörse gehören nicht in den Korb und nicht an den Rollator gehängt. Am sichersten ist es, eine Schultertasche quer über den Körper zu tragen.

## Tipp 3 - MÄRZ

### Perspektiven wechseln

Das Frühjahr steht vor der Tür. Ein guter Zeitpunkt etwas Neues auszuprobieren:

- Wenn Sie das nächste Mal Besorgungen machen, nehmen Sie eine andere Wegstrecke. So bekommen Sie von Ihrer Umgebung vielleicht ganz neue Eindrücke.
  - Das kennt Jeder: Am Esstisch hat man seinen Stammpplatz. Seien Sie neugierig und probieren Sie einen anderen Sitzplatz aus. Vielleicht erhalten Sie so eine ganz neue Perspektive?



#### Tipp 4 - APRIL

### Soziale Kontakte pflegen

Für jeden von uns sind soziale Kontakte wichtig! Sie bringen Freude und Anregung in den Alltag und beugen einer Vereinsamung vor. Wie wär's damit:

- Wann haben Sie zuletzt Ihre nette Nachbarin zum Kaffeetrinken eingeladen? Oder machen Sie einen gemeinsamen Spaziergang.
- Schreiben Sie mal wieder eine Postkarte! Wer erhält nicht gerne liebe Post.
- Ergreifen Sie die Initiative! Rufen Sie liebe Freunde und Bekannte an.
- Vielleicht ist auch ein Haustier das Richtige für Sie?

#### Tipp 5 - MAI

### Mit Humor geht alles besser

Es ist kein Scherz: Wer viel lacht, lebt meist zufriedener! Schon ein kleines Lächeln ist Balsam für die Seele. Sie haben nichts zu lachen? Das ändern wir!

*Treffen sich zwei Freundinnen.  
Sagt die eine zur anderen: "Dein Mann sieht in dem neuen Anzug ja richtig gut aus."  
Antwortet die andere: "Das ist kein neuer Anzug meine Liebe, das ist ein neuer Mann!"*

Fortsetzung folgt ... - Ihre Mitarbeiterinnen vom Pflegestützpunkt Südlicher Breisgau

**PFLEGE STÜTZPUNKT**  
BADEN-WÜRTTEMBERG  
LANDKREIS BREISGAU-HOCHSCHWARZWALD  
STANDORT BAD KROZINGEN/SÜDLICHER BREISGAU

Am Alamannenfeld 14, 79189 Bad Krozingen  
Tel. 07633 8090856, [www.pflegestuuetzpunkt-breisgau-hochschwarzwald.de](http://www.pflegestuuetzpunkt-breisgau-hochschwarzwald.de)

# Rapp & Seifert

Sanitätshaus und Orthopädietechnik GmbH

Am Alamannenfeld 2 • 79189 Bad Krozingen

Telefon: (0 76 33) 20 20

Internet: [www.rapp-und-seifert.de](http://www.rapp-und-seifert.de)



## Druckerei Ott GmbH

Druckerei Ott GmbH  
Industriegebiet  
Karl-Friedrich-Benz-Str. 4  
79395 Neuenburg am Rhein

Telefon: 0 76 31 / 7 21 77  
Telefax: 0 76 31 / 76 39  
E-Mail: [info@druckerei-ott.de](mailto:info@druckerei-ott.de)  
Web: [www.druckerei-ott.de](http://www.druckerei-ott.de)

**GASTSTÄTTE und WC sind BARRIEREFREI!**



**KLÄSLES**  
**GASTRONOMIE**  
BREISACH AM RHEIN

*Entspannt genießen mit Blick auf den Rhein.  
Wir haben durchgehend für Sie geöffnet  
und freuen uns auf Ihren Besuch.*

Hafenstraße 11 • 79206 Breisach • Tel. 07667/1023  
[www.klaesles-gastronomie.de](http://www.klaesles-gastronomie.de)



### Vertrauen Schenken – Lebensqualität erhalten



Gemeinsam mit dem REGIO Assistenzdienst bieten wir Ihnen ein umfassendes „Pflege und Assistenz“-Konzept. Bei uns kommen professionelle Pflege und persönliche Assistenz aus einer Hand – für eine Rundum-Betreuung, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten ist.

### REGIO Assistenz-Dienst



REGIO Pflegedienst Breisgau GmbH | Hofackerstr. 92 | 79110 Freiburg  
Telefon 0761 / 59 29 00 | [www.regio-pflegedienst-breisgau.de](http://www.regio-pflegedienst-breisgau.de)

## Ehrenamtliche Wohnraumberatung von Lebensraum für Alle e.V.



### Veranstaltungen barrierefrei planen

Menschen mit motorischen Behinderungen, mit Seh-, Sprech-, Hör- oder Lerneinschränkungen haben ein Recht auf Teilhabe in einer barrierefreien Umwelt. So steht es in der UN-Behindertenrechtskonvention.

Trotzdem können sie viele Veranstaltungen nicht besuchen. Es fehlt an Barrierefreiheit. Schon vorab im Bereich der Information über die Veranstaltung müssen sowohl die gedruckten als auch die digitalen Ankündigungen lesbar und verständlich sein. Der Veranstaltungsort muss auf seine Zugänglichkeit hin überprüft werden: Anreisemöglichkeiten, Parkplätze, ebenerdiger Zugang, Ausschilderung, Bestuhlung, Podium, Toiletten – alles muss stimmen. Was die Technik anbelangt, gibt es heutzutage für jede Behinderungsart ein reiches Angebot an Assistenz- und Hilfsmitteln.

Die größte Herausforderung für den Veranstalter ist, alles frühzeitig zu planen, damit er rechtzeitig weiß, auf welche Behinderungsarten er sich einzustellen hat. Auch die vollen Terminkalender der Gebärdendolmetscher erfordern eine frühe Anfrage. Blinde Teilnehmer/innen sollten die Skripte der Referenten vorab online bekommen, damit sie sie auf Ihren Lesegeräten bereits vor sich haben, wenn der Vortrag beginnt. Das zwingt auch die Referenten zu großer Disziplin.

Während der Veranstaltung sollte geschultes Personal bereitstehen um aufmerksam und freundlich, mögliche Hürden aus dem Weg zu räumen. Pausen sind großzügig einzuplanen und beim Büffet darf es nicht nur Stehtische geben – so dass sich alle auf Augenhöhe begegnen können!

Dies alles ist wichtig, um Veranstaltungen für alle Menschen, unabhängig von Einschränkungen oder Behinderung, in gleicher Weise erlebbar zu machen. Der gemeinnützige Verein Lebensraum für Alle – bekannt durch seine jahrzehntelange Wohnberatung im Landkreis – bietet mit Unterstützung des Sozial- und Integrationsministeriums Baden-Württemberg kostenlose Beratung für barrierefreie Veranstaltungen an. Der Verein berät den KSR deshalb auch im Hinblick auf die 40jährige Jubiläumsfeier am 12. Juli 2018 in Bad Krozingen.

Weiterhin berät Gernot Wolfgang, der Vereinsvorsitzende von Lebensraum für Alle, Menschen die aus Alters- oder Krankheitsgründen umbauen müssen

und gibt Tipps zur Wohnungsanpassung. Neben Schulungen für ehrenamtliche Wohnraumberater/innen führt der Verein jetzt auch erstmalig Seminare für drei Klassen von Altenpflegeschüler/innen in Emmendingen durch.

Mehr Infos zu barrierefreier Veranstaltungsplanung und Wohnraumberatung erhalten Sie bei folgenden Kontakten:

**ifa** lebensraum für alle  
Wohnraumberatung

**Lebensraum für alle e.V.**  
Wohnraumberatung  
Längenloh 11  
79108 Freiburg  
Tel.: 0761 – 56317

[info@lebensraum-fuer-alle.org](mailto:info@lebensraum-fuer-alle.org)  
[www.lebensraum-fuer-alle.org](http://www.lebensraum-fuer-alle.org)

**KREISSENIORENRAT**   
Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald

**Kreisseniorenrat**  
Breisgau-Hochschwarzwald  
Michael Maluck  
Schwarzwaldstr. 19  
79206 Breisach  
Tel.: 07667 – 6649  
E-Mail: [michaelmaluck@gmx.de](mailto:michaelmaluck@gmx.de)

### Der neue Seniorenwegweiser ist da!



Erhältlich ist der Seniorenwegweiser

- bei den örtliche Gemeinden
- bei den Beratungsstellen
- bei den Sozialstationen
- beim Kreisseniorenrat  
(Adresse siehe Impressum)



# Weil Klimaschutz zu Hause anfängt!



**W**er an der richtigen Stelle spart, muss dabei noch nicht einmal verzichten. Beispielsweise bei der Energie. Viele Haushalte beziehen Strom immer noch im teuren Standardtarif (Grundversorgung) und könnten schon durch einen einfachen und problemlosen Wechsel in einen günstigeren Tarif der Stadtwerke bei der Stromrechnung pro Jahr bis zu 150 Euro einsparen. Wir möchten insbesondere Seniorinnen und Senioren ermuntern, unsere Beratungsangebote in Anspruch zu nehmen. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beraten nicht nur in den Kundenbüros in Müllheim und in Staufen, sondern kommen auf Wunsch auch direkt zu Ihnen nach Hause. Dabei garantieren wir, dass sie mit unserem zu 100 Prozent regenerativ erzeugten AlemannenStrom gegenüber dem Grundversorger-Tarif nicht nur Geld sparen

sondern vielmehr „Ihr Stadtwerk und Ihre Stadt“ unterstützen. Und nicht zuletzt hilft der Wechsel, dass die Wertschöpfung zuhause gestärkt wird – durch den lokalen Umwelt- und Klimaschutz, durch die Förderung von sozialen Projekten, durch die Vereinsarbeit und durch die Schaffung von Arbeitsplätzen vor Ort. Kontaktieren Sie einfach Ihre persönliche Ansprechpartnerin, Frau **Carmen Kraemer** und vereinbaren einen unverbindlichen Termin mit ihr.

## STADTWERKE MÜLLHEIMSTAUFEN

*Stadtwerke MüllheimStaufen  
Kundenberaterin, Carmen Kraemer  
Marktstraße 1-3, 79379 Müllheim  
Telefon: 07631 / 93608-44*

# GEWINNSPIEL



Bilder © Breisacher Festspiele e.V. (Elke Bürgin / Carsten Döntjer)



**Premiere: 9. Juni 2018**  
 Juni 16. (ausverkauft) / 23. / 30.  
 Juli 1. / 7. / 8. / 14. / 15. / 21. / 22.  
 August 11. / 12. / 18. / 19. / 25. / 26.  
 September 1. / 2. / 8.

Aufführungen jeweils um 20.00 Uhr



**Premiere: 31. Juni 2018**  
 Juni 24.  
 Juli 1. / 8. / 15. / 22.  
 August 19. / 26. / 31. (um 19.00 Uhr)  
 September 2. / 9.

Aufführungen jeweils um 15.00 Uhr  
 ausser am 31. August.

**Weitere Informationen unter [www.festspiele-breisach.de](http://www.festspiele-breisach.de)**

Machen Sie mit bei unserem großen Gewinnspiel zum Start der Freilichtbühnen-Saison der **Festspiele Breisach e.V.** und gewinnen Sie **3x zwei Karten** für eine Aufführung in Breisach auf dem Schloßberg.

Suchen Sie in dieser Ausgabe nach diesem Symbol und schreiben die Anzahl (dieses mitgezählt) auf eine Postkarte und schicken diese mit Name, Anschrift und Telefonnummer oder E-Mail-Adresse bis spätestens **29. Juni 2018** (es gilt der Poststempel) an:



**Michael Maluck, Kreissenorenrat Breisgau-Hochschwarzwald, Schwarzwaldstraße 19, 79206 Breisach**

Die Gewinner werden benachrichtigt und in der nächsten Ausgabe des SeniorenForum sowie unter [www.ksr-breisgau-hochschwarzwald.de](http://www.ksr-breisgau-hochschwarzwald.de) veröffentlicht.

**Vordenker - Fürsprecher - Vorkämpfer - Fürstreiter!**

Das Seniorenzentrum St. Raphael dankt dem Kreissenioerenrat  
Breisgau-Hochschwarzwald für 40 Jahre engagiertes Tun!

Herzlichen Glückwunsch!



**Seniorenzentrum St. Raphael** · Schottenbühlstraße 70 · 79822 Titisee-Neustadt  
Tel. 07651 / 499-0 · E-Mail [info@st-raphael.de](mailto:info@st-raphael.de) · [www.st-raphael.de](http://www.st-raphael.de)



## Geborgenheit im Alter

Die Angebote für Senioren der Evangelischen Stadtmission Freiburg

Bad Krozingen, Breisach, Bötzingen, Freiburg

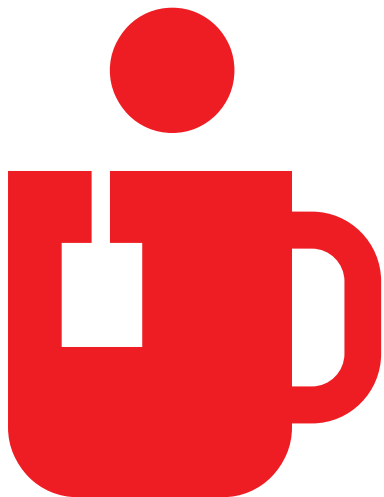


Evangelische  
Stadtmission  
Freiburg e.V.

[www.stadtmission-freiburg.de/senioren](http://www.stadtmission-freiburg.de/senioren)



# Gelassen ist einfach.



[sparkasse-freiburg.de](https://www.sparkasse-freiburg.de)  
[sparkasse-markgraeflerland.de](https://www.sparkasse-markgraeflerland.de)  
[sparkasse-staufen-breisach.de](https://www.sparkasse-staufen-breisach.de)  
[spk-hsw.de](https://www.spk-hsw.de)

**Wenn man Finanzgeschäfte  
jederzeit und überall  
erledigen kann.**

**Mit Online-Banking.**

Wenn's um Geld geht 