



06/2025

Rollatortraining

Männer über Schönheit

Buchempfehlung: Greta Silver

Schwerpunkt: Schönheit im Alter

Tanz in den Mai in unseren Häusern

Trump wird zur Lachnummer

Inhalt im Juni

Editorial

03 Auf ein Wort

Nachrichten und Berichte

- 04 Rollatorentaining
- 05 Tanz in den Mai in der Hummelsterstraße
- 06 Tag der Pflege in unseren Häusern
- 07 Tanznachmittag in der Stadthalle
- 08 Wenn Trump zur Lachnummer wird
- 10 Gedenkfeier für Verstorbene
- 11 Die Geschichte der Flussteste
- 12 Muttertag in der Hummelsterstraße
- 14 Tanz in den Mai im Erikaweg

Schwerpunktthema: Schönheit im Alter

- 16 Schönheit liegt im Auge des Betrachters
- 18 Gedicht: Federleichter Körper
- 19 Zu jung fürs Alter: Greta Silver
- 20 Buchempfehlung: Greta Silver
- 22 Beautyangebot in unseren Häusern
- 24 Männergedanken über Schönheit

Menschen

- 28 Meine Frau bleibt immer schön
- 30 Geburtstage

Unvergessen

- 31 Nachrufe

Buntes

- 32 Termine für Ehrenamtliche
- 33 Demenzsprechstunde
- 34 Rätsel: Der Siebenschläfertag

Service

- 31 Kontakte

IMPRESSUM

Herausgeber: Seniorendienste Stadt Hilden gGmbH,
Erikaweg 9, 40723 Hilden, Telefon: 02103 / 8902-0

Der KURIER ist politisch unabhängig und dient zur Information der Bewohner*innen, Angehörigen, Besucher*innen, Nachbar*innen, Freund*innen, Förder*innen und Partner der Einrichtungen am Erikaweg, Fliederweg und in der Hummelsterstraße.

Chefredaktion: Beate Linz-Eber (Leitung, v.i.S.d.P.),
Erikaweg 9, 40723 Hilden
Anzeigenverkauf: Bernd Düster,
b.duester@seniorendienste-hilden.de, 02103 / 8902-27

Auflage: ca. 2.000 Exemplare
Erscheinungsweise: monatlich
Für eingesandte Manuskripte wird keine Haftung übernommen. Für die namentlich gekennzeichneten Beiträge übernimmt die Redaktion lediglich die presserechtliche Verantwortung. Eine Haftung für die Richtigkeit der Veröffentlichungen kann trotz sorgfältiger Prüfung durch die Redaktion vom Herausgeber nicht übernommen werden. Die Haftung für mittelbare Schäden oder entgangenen Gewinn ist ausgeschlossen. Alle verwendeten Bilder sind Eigentum der Seniorendienste Stadt Hilden gGmbH oder wurden legal erworben. Alle Urheber-, Nutzungs- und Verlagsrechte sind vorbehalten.

Auf ein Wort



Liebe Leserinnen und Leser,

herzlich willkommen zu unserer neuesten Ausgabe, die ganz im Zeichen der Schönheit im Alter steht. In einer Welt, die oft von Jugend und Vergänglichkeit geprägt ist, möchten wir Ihnen zeigen, dass wahre Schönheit keine Frage des Alters ist, sondern vielmehr eine Frage der Einstellung und des Lebensstils. Das Älterwerden bringt viele Veränderungen mit sich, doch es ist auch eine Zeit voller Weisheit, Erfahrung und innerer Stärke. Im Alter erkennen wir immer mehr, dass Schönheit in den kleinen Dingen des Lebens zu finden ist – sei es in einem Lächeln, in der Freude an einem Hobby oder in der Liebe zu Familie und Freunden.

In dieser Ausgabe erzählen wir Ihnen, welche Möglichkeiten wir in unseren Bewohnerinnen und Bewohnern bieten, um ihrem Bedürfnis, sich schön zu machen, nachkommen zu können. Ein paar unserer männlichen Bewohner erzählen, was Sie unter Schönheit verstehen und welche Bedeutung Schönheit für sie heute hat. Sie erfahren etwas über den Wandel des Schönheitsideals im Lauf der Jahrhunderte. Und Sie finden ein Portrait einer sehr agilen Seniorin, die sich aktiv für ein anderes Schönheitsverständnis einsetzt und aufzeigt, wie man sich auch im Alter noch schön finden kann.

Lassen Sie uns die Vielfalt und die Einzigartigkeit des Alters feiern. Schönheit ist nicht nur das, was wir sehen, sondern auch das, was wir fühlen. Lassen Sie uns diese positive Einstellung in unserem Alltag leben und uns gegenseitig inspirieren. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und Entdecken! Ihre

Beate Lutz-Gepel

Sicher unterwegs: Rollatorentaining

An einem Donnerstag im Mai verwandelte sich der Vorplatz unseres Seniorenzentrums Hummelsterstraße in einen Trainingsparcours. Unsere Betreuungskraft Silvia Heß kam auf diese tolle Idee: Unter dem Motto „Mobil bleiben – sicher fahren“ fand ein umfassendes Rollator- und Rollstuhltraining statt, das von vielen Bewohnerinnen und Bewohnern mit großem Interesse angenommen wurde.

wie das richtige Verhalten im Straßenverkehr, Verkehrsschilder und Quizfragen besprochen wurden.

Der Rollator-Führerschein – mit Stolz bestanden!

Zum Abschluss des Trainings erhielten alle Teilnehmenden ihren ganz persönlichen „Rollator- bzw. Rollstuhl-Führerschein“ – eine Urkunde mit Augenzwinkern, aber auch mit echtem Lerneffekt. Die Freude über das Erreichte war bei allen deutlich spürbar.

Ein herzliches Dankeschön!

Ein besonderer Dank gilt unseren fleißigen Ehrenamtlichen, die bei der Begleitung durch die Stationen tatkräftig geholfen haben. Ohne ihre Unterstützung wäre dieser gelungene Vormittag in dieser Form nicht möglich gewesen. Wir freuen uns schon auf das nächste Training – denn sicher mobil zu bleiben, heißt auch, selbstbestimmt am Leben teilzunehmen.

■ Vanessa Mergel



Fünf Stationen – ein Ziel: mehr Sicherheit im Alltag

Das Training bestand aus fünf Stationen, die gezielt auf typische Herausforderungen im Alltag abgestimmt waren. Mit viel Freude und Neugier nahmen die Teilnehmenden die Herausforderungen an. Der Parcours war nicht nur praxisnah gestaltet, sondern machte auch sichtlich Spaß.

Besonders informativ war die theoretische Station, bei der wichtige Themen



Tanz in den Mai in der Hummelsterstraße

Am 30. April wurde im Café Hummel der Frühling auf besonders fröhliche Weise begrüßt: Bei der Nachmittagsfeier unter dem Motto „Tanz in den Mai“ kamen zahlreiche Bewohnerinnen und Bewohner zusammen, um gemeinsam zu feiern, zu plaudern – und zu tanzen. Bereits beim Eintreffen wurden die Gäste mit einem Glas Sekt, einem kühlen Bier oder erfrischenden Softdrinks empfangen. Auch für das leibliche Wohl war gesorgt: Knabberien standen auf allen Tischen bereit und luden zum gemütlichen Naschen ein.

Musikalisch begleitet wurde der Nachmittag von Peter Weisheit, der mit bekannten deutschen Liedern für beste Stimmung sorgte. Ob Schlager, Volkslied oder Evergreens – seine Musik traf den Geschmack des Publikums und weckte viele schöne Erinnerungen.

Musik lädt zum Tanzen ein

Die heitere Atmosphäre ließ nicht lange auf sich warten: Bald wippten die ersten Füße im Takt, und schließlich wagten sich einige mutige Tänzerinnen und Tänzer sogar aufs Parkett. Die Freude am Tanzen war spürbar, und das Lächeln in den Gesichtern der Gäste sprach Bände.

Es war ein rundum gelungener Nachmittag. Der „Tanz in den Mai“ im Café Hummel hat gezeigt: Musik, Gemeinschaft und ein wenig Bewegung sind das beste Rezept für gute Laune – ganz gleich in welchem Alter.

Eiswagen und Maibowle sorgen für das leibliche Wohl

Und auch der 1. Mai wurde genussvoll gefeiert: Bei sonnigem Wetter ließen sich

die Bewohnerinnen und Bewohner ein Eis vom hauseigenen Eiswagen schmecken – begleitet von einem Glas erfrischender Maibowle. So kann der Frühling oder gleich der Sommer kommen!

■ Vanessa Mergel



Tag der Pflege in unseren Häusern

Am 12. Mai 2025 wurde in beiden Häusern der internationale Tag der Pflege gefeiert. Dieser Tag ist jedes Jahr eine schöne Gelegenheit innezuhalten und allen unseren Mitarbeitenden in den verschiedenen Abteilungen Danke zu sagen für ihren Einsatz, ihre professionelle Arbeit, ihre Herzlichkeit, ihr Engagement, ihre Teamfähigkeit und für vieles mehr.

Der Tag der Pflege ist nicht nur ein Tag für die Mitarbeitenden der Pflege, denn eine Pflegeeinrichtung braucht neben guten Pflegekräften auch gute Teams im Sozialen Dienst, der Hauswirtschaft, der Haus-technik, der Küche und der Verwaltung. Durch das gute Miteinander aller dieser Teams haben unsere beiden Häuser einen solch guten Ruf über die Stadtgrenzen hinaus erworben. Die Menschen, die in unseren Häusern arbeiten, machen gute Pflege. Und dafür können wir gar nicht oft genug Danke sagen.

Roter Teppich, Kuchen und gegrillte Burger

In beiden Häusern begannen die Mitarbeitenden an diesem Tag ihren Dienst mit einem Gang über den roten Teppich durch einen schön geschmückten Eingang.

Im Seniorenzentrum Erikaweg haben die Leitungskräfte an diesem Tag für alle Mitarbeitenden Kuchen und Waffeln gebacken, die den ganzen Tag über genossen werden konnten.

Im Seniorenzentrum Hummelsterstraße gab es auf den Wohnbereichen Schokolade für alle und ab mittags wurden für alle Mitarbeitenden bei beste Wetter leckere Burger gegrillt, auch als vegane Burger,

und kühle Getränke gereicht. Es war ein schöner Dienstschluss oder -anfang mit guten Gesprächen und toller Stimmung.

■ Karen Veit-Koschwitz



Tanznachmittag in der Stadthalle

Im Mai unternahmen unsere Bewohner*innen vom Seniorenzentrum Hummelsterstraße einen ganz besonderen Ausflug: Es ging zum beliebten Tanznachmittag in die Stadthalle Hilden. Schon bei der Ankunft lag eine spürbare Vorfreude in der Luft – und diese sollte nicht enttäuscht werden.

Zum Auftakt des Nachmittags wurden alle Gäste mit köstlichem Erdbeer- und Apfelkuchen verwöhnt. Dazu gab es Kaffee, der für eine gemütliche Atmosphäre sorgte und zum Plaudern einlud. Bei Kuchen und Kaffee kamen alle schnell miteinander ins Gespräch, lachten viel und erinnerten sich an vergangene Tanzabende.

Dann übernahm der DJ das Ruder und legte eine bunte Mischung bekannter Melodien auf. Ob Schlager, Evergreens oder schwungvolle Tanzmusik – für jeden Geschmack war etwas dabei. Besonders schön: Die Gäste konnten sich auch Lieder wünschen.

Schon nach den ersten Takten hielt es viele nicht mehr auf den Stühlen: Es wurde ausgelassen getanzt, geschunkelt und geklatscht. Die Stimmung war ausgelassen und heiter, und überall sah man strahlende Gesichter. Auch diejenigen, die nicht mehr selbst das Tanzbein schwingen konnten, genossen die Musik und die fröhliche Atmosphäre sichtlich.

Der Nachmittag verging wie im Flug und war für alle ein voller Erfolg. Unsere Bewohner*innen hatten sichtlich Freude und nahmen viele schöne Erinnerungen mit zurück ins Seniorenzentrum. Ein großes Dankeschön geht an alle, die diesen Ausflug möglich gemacht und begleitet haben!

Wir freuen uns schon auf das nächste gemeinsame Erlebnis!

■ Vanessa Mergel



aveo ^{GbR}

Praxis für Physiotherapie

Nils Gundlach Anke Schallinatus Laura Frieges
Auf dem Sand 10 | 40721 Hilden | T 02103 41 88 140

Wenn Trump zur Lachnummer wird

Also mal ehrlich – wer hätte gedacht, dass die Rheinische Post so unterhaltsam sein kann? Seit ein paar Wochen bin ich in unserer Tagespflege tätig. Genauer gesagt, darf ich stundenweise Stella Jurisa vertreten. Und das bringt eine ganz besondere Aufgabe mit sich: die morgendliche Zeitungsrunde mit unseren Gästen.

Gute Nachrichten – Lokales mit Augenzwinkern

Wir starten traditionell mit den „guten Nachrichten“ im Lokalteil. Die sind zwar manchmal etwas dünn gesät, aber die Stimmung kippt deshalb noch lange nicht. Im Gegenteil: Dann wird eben ausgiebig über die kleinen Geschichten der Stadt diskutiert – über die Hundesteuer, den Stadtpark, die Neustraße, wie sie früher aussah (und was da jetzt „für ein Klotz von einem Haus“ steht), und natürlich über eigene Erlebnisse mit Bello, Dackel Waldi oder Pudeldame Lisa. Aus einem kleinen Artikel wird so ganz schnell eine einstündige Gesprächsrunde, bei der gelacht, sinniert und manchmal auch ein bisschen geschimpft wird – alles mit einem Augenzwinkern, versteht sich.

Unsere Gäste sind wahre Schatztruhen an Erinnerungen und Lokalwissen. Sie wissen, was damals wirklich im Stadtrat los war, kennen „den Sohn von dem einen vom Kiosk“ und haben zu jedem Thema eine Anekdote parat, die man so in keiner Zeitung lesen kann. Für mich – ehrlich gesagt – ist das pures Gold.

Täglich Trump – Kurioses aus Amerika

Und dann ist da natürlich noch unser treuer Quotenlieferant für internationale Kuriositäten: Donald Trump. Ja, Sie haben richtig gelesen. Seit ich die Zeitung regelmäßig vorlese, ist er fast täglich dabei. Ob er nun „goldene Kuppeln“ zur Abwehr von Raketen plant (für schlappe 175 Milliarden Dollar, versteht sich) oder eine Boeing geschenkt bekommt – der Mann sorgt zuverlässig für Gesprächsstoff. Bei uns in der Runde ist er jedenfalls eine Art Stammgast geworden. Fast schon ein



Um zehn Uhr – manchmal auch schon früher, je nach Tagesform und Kaffeedurst – gehe ich die Tagespflege. Und dann geht's los: Zeitung auf, Lesebrille zurecht-rücken, Stimme ölen – und los geht das Vorlesen! Doch beim bloßen Vorlesen bleibt es selten. Denn unsere Gäste – kluge Köpfe und erfahrene Meinungs-geber*innen – haben zu fast jedem Artikel etwas zu sagen. Und das ist gut so!

bisschen wie der schrullige Onkel, der immer für Überraschungen gut ist.

Mehr als Betreuung – eine Gemeinschaft, die das Herz erwärmt

Was mir besonders auffällt: Die Atmosphäre in der Tagespflege ist einfach wunderbar. Das Team ist klein, aber oho – ein eingespielter Haufen mit Herz und Humor. Es wird geholfen, gelacht, unterstützt und mit angepackt. Diese Herzlichkeit überträgt sich direkt auf die Gäste. Man merkt einfach: Hier fühlt man sich wohl, hier darf man sein, wie man ist – und man hat dabei noch eine Menge Spaß.

Ich gebe zu: Ich werde traurig sein, wenn ich Stella Jurisa nicht mehr vertreten darf. Denn diese fröhlichen, klugen, oft auch schlagfertigen Menschen haben mein Herz erobert. Die Zeitung werde ich selbstverständlich weiterlesen – aber sie wird zu Hause wohl nie wieder so leben-



dig werden wie in unserer munteren Morgenrunde.

Also, liebe Leserinnen und Leser: Wenn Sie morgens mal schlechte Laune haben – schnappen Sie sich die Zeitung, lesen Sie laut vor und stellen Sie sich vor, wie in der Tagespflege darüber gelacht und diskutiert wird. Das hilft. Ganz sicher!

■ Daniela Mantegna

Radtke OHG

Lüftung - Klima - Brandschutz

Tel 02103/9772833

www.radtke-klima.de

Herderstr. 41 - 40721 Hilden

Inh. Frenzel & Galicki

Beratung - Montage - Wartung - Reparatur

Gedenkfeier für Verstorbene im Erikaweg

Am 23. Mai fand im Seniorenzentrum Erikaweg unsere erste Gedenkfeier für all jene statt, die uns in den letzten sechs Monaten verlassen haben. Es war ein wichtiger Moment, um innezuhalten und uns gemeinsam an die Menschen zu erinnern, die Teil unserer Gemeinschaft waren. Jeder Abschied hinterlässt eine Lücke, aber auch wertvolle Erinnerungen, die wir in unseren Herzen tragen.



In dieser Stunde wollten wir Raum für das Erinnern, aber auch für Dankbarkeit und die schönen Momente geben, die wir mit unseren Verstorbenen teilen durften. Musikalisch begleitet wurde die Feier von Vanessa Roth, die mit ihren einfühlsamen Klängen eine bewegende Atmosphäre schuf.

Gedenkfeier bietet Raum für den persönlichen Abschied

Der Ablauf der Gedenkfeier war bewusst so gestaltet, dass jeder die Möglichkeit hatte, persönlich Abschied zu nehmen. Nach einer einführenden Ansprache wurden die Namen unserer verstorbenen

Bewohnerinnen und Bewohner verlesen. Für jeden Namen wurde eine Kerze entzündet und ein ganz besonderer Stein abgelegt, der zuvor am Rhein gesammelt worden war. Angehörige und Betreuende waren herzlich eingeladen, die Kerze zu entzünden und den Stein entgegenzunehmen – ein Zeichen der persönlichen Verbundenheit und des Abschieds.

Erinnerungssteine werden an besonderem Ort im Garten platziert

Im Anschluss an die Zeremonie bemalten wir gemeinsam Steine. Diese werden zu einem späteren Zeitpunkt an einem ganz besonderen Ort in unserem Garten platziert, an dem wir einen Bereich der Stille schaffen werden – einen Ort, an dem wir jederzeit innehalten und uns erinnern können.

Zum Abschluss der Feier kamen alle Anwesenden bei Kaffee und Kuchen zusammen, um in Ruhe miteinander ins Gespräch zu kommen und Erinnerungen zu teilen. Dabei wurde eine Geschichte verlesen, die von den Anwesenden sehr geschätzt wurde. Sie finden sie auf der folgenden Seite.

Es war ein Nachmittag voller Verbundenheit, Erinnerung und stiller Wertschätzung.

■ Andrea Köhler



Die **Geschichte** von den Flusststeinen

An einem alten, rauschenden Flusssufer lagen viele Steine. Manche waren groß und rund, von unzähligen Wassern glattgeschliffen. Andere waren klein und kantig, erst kürzlich vom Ufer ins Wasser gefallen. Jeder Stein hatte seine eigene Form, seine eigene Farbe, seine eigene Geschichte.

Einige der Steine lagen schon so lange dort, dass sie sich nicht mehr erinnern konnten, wann sie das erste Mal vom Berg hinab in den Fluss gestürzt waren. Sie hatten viele Hochwasser erlebt, starke Strömungen und ruhige Zeiten. Manchmal wurden sie von den Wassern mitgerissen, stießen an andere Steine und verloren ein kleines Stückchen von sich. Das tat weh, und für einen Moment fürchteten sie, sich aufzulösen.

Doch mit jedem Verlust, mit jeder Ecke, die abgeschliffen wurde, wurden sie runder, glatter und einzigartiger. Ihre Narben waren nicht hässlich, sondern erzählten von ihrer Reise, von ihrer Stärke und ihrer Beständigkeit. Die anderen Steine bewunderten die alten, glatten Steine, denn sie wussten, dass deren Schönheit aus den vielen Erfahrungen und dem Loslassen

von dem, was nicht mehr notwendig war, entstanden war.

Manche Steine wurden schließlich vom Fluss bis zum weiten Meer getragen, wo sie Teil eines noch größeren Ganzen wurden. Andere blieben am Ufer liegen, als stumme Zeugen der Zeit, und wurden von den Menschen gesammelt und in Gärten gelegt, wo sie als Erinnerung an die Kraft und Schönheit des Flusses dienten.

Und so lernten die Steine, dass das Loslassen von einem Teil ihrer selbst oder das Weiterziehen an einen neuen Ort nicht das Ende war. Es war eine Veränderung, die sie formte, sie bereicherte und ihre wahre Schönheit zum Vorschein brachte. Die Essenz jedes Steines, seine unverwechselbare Geschichte, blieb immer erhalten, egal wohin die Reise führt.

So wie die Steine im Fluss geformt werden und ihre Geschichte in sich tragen, so tragen auch wir die Geschichten und die Essenz der Menschen in uns, die wir verloren haben. Jeder von ihnen war einzigartig, ein wertvoller 'Stein' in unserem gemeinsamen Fluss des Lebens.

■ unbekannte*r Autor*in

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

... seit 1912

BLUMEN TRIMBORN

Moderne Blumen- und Kranzbinderei

Lindenstraße / Dagobertstraße 10 40723 Hilden

Telefon 0 21 03 - 6 22 55

Fax 0 21 03 - 28 64 58



Musikalischer Muttertag im **Café Hummel**

Der Muttertag wurde in diesem Jahr im Café Hummel mit viel Herz und Musik gefeiert. Schon am Morgen erwartete jede Bewohnerin eine süße Aufmerksamkeit: Ein liebevoll verpacktes Schokoladenherzchen, das den Tag gleich mit einem Lächeln beginnen ließ.

Am Nachmittag folgte dann das große Highlight: Bei herrlichem Frühlingswetter kamen unsere Bewohner*innen in den Genuss eines stimmungsvollen Nachmittags – mit Musik, guter Gesellschaft und einem Gläschen Sekt.



Musikalische Begleitung sorgt für gute Stimmung

Ein besonderes Erlebnis war der musikalische Auftritt der Familie Schwindt. Die musikalische Familie, bestehend aus dem Vater und seinen drei Kindern, sorgte mit ihrem harmonischen Zusammenspiel für große Begeisterung. Der Vater spielte Klavier, begleitet von seiner Tochter, ebenfalls am Klavier, und dem Sohn, der mit seiner Geige gefühlvolle Akzente



setzte. Alle drei Kinder überzeugten zudem mit ihrem Gesang und schufen eine besonders warme und persönliche Atmosphäre.

Die Musikauswahl reichte von klassischen Stücken bis hin zu bekannten Liedern, die zum Mitsummen und Mitklatschen einluden. Die familiäre Darbietung schuf eine heitere, festliche Stimmung im ganzen Raum.

Anstoßen mit einem Glas Sekt

Zur Feier des Tages wurde allen ein Glas Sekt gereicht – eine kleine, aber feine Geste, die viel Freude bereitete und für strahlende Gesichter sorgte.

Ein herzliches Dankeschön geht an die Familie Schwindt für die musikalische Bereicherung und an alle Helferinnen und Helfer, die diesen Nachmittag so besonders gemacht haben. Es war ein Muttertag voller Herzlichkeit, Musik und Gemeinschaft - genau so, wie er sein sollte.

■ Vanessa Mergel



Ihr Kompetenzteam für Hörgeräte

Hörstudio Schirmer
Meisterbetrieb für Hörgeräte

Aus einer Vielzahl von Hörgeräten finden Sie bei uns durch Vergleichen verschiedener Hörgeräte in Ihrer gewohnten Umgebung die für Sie optimale Hörgeräte-Lösung.

Wir haben immer ein offenes Ohr für Sie – und Sie Ihre Ansprechpartner rund um das „gute Hören“.

Unser Vor-Ort-Service:

Einmal im Monat bieten wir Ihnen in den Seniorenzentren Erikaweg & Hummelsterstraße unseren Hörgeräte-Überprüfungsservice.

Wir reinigen & überprüfen Ihre Hörgeräte bei Ihnen vor Ort.

Ralph Schirmer,
Hörakustikmeister & Inhaber



IN HILDEN AUSGEZEICHNET

**TOP
100
AKUSTIKER
2017/2018**

INHABERGEFÜHRTE MITTELSTÄNDISCHE UNTERNEHMEN, AUSGEZEICHNET FÜR BESONDERE KUNDENORIENTIERUNG VOM BGW INSTITUT FÜR INNOVATIVE MARKTFORSCHUNG, DÜSSELDORF
Mehr Infos: www.top100akustiker.de

Tanz in den Mai im **Erikaweg**

Mit guter Laune und beschwingter Musik wurde im Seniorenzentrum Erikaweg in den Mai getanzt. Das mit Maikranz, Birkenzweigen und bunten Bändern geschmückte Foyer lud zum Feiern ein, und die Bewohner*innen ließen sich nicht lange bitten.

Kulinarisch gab es echte Klassiker: köstlichen Erdbeerkuchen und erfrischende Maibowle. Nachdem sich alle ausgiebig gestärkt hatten, wurde die Tanzfläche gestürmt und das Tanzbein zu alten und neuen Schlagern geschwungen.

Superminis begeistern mit Tanzeinlage

Höhepunkt des Nachmittags war der Auftritt der „Superminis“ des Tus 96 Hilden, unter der Leitung von Maren Forster. Die

Jüngsten der Tanzsportabteilung begeisterten das Publikum und animierten die Gäste zum Mitmachen.

Tanzen bringt Lebensfreude

Gemeinsam verbrachten Bewohnende, Gäste und Mitarbeitende einen Nachmittag voller Lebensfreude und Geselligkeit, der nicht nur die Beine in Bewegung brachte, sondern auch das Herz erwärmte.

Ein besonderer Dank geht an die zahlreichen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer, die mit ihrem tatkräftigen Einsatz dafür sorgten, dass der Tanz in den Mai ein voller Erfolg wurde.

■ *Ulrike Riemann*





Wir bügeln für Sie die Sache wieder hin!

- Unfallreparaturen
- Abschleppservice
- Leihwagenservice
- Industrie- und
- Sonderlackierungen

Fahrzeuglackierung & Werkstattservice Thimm GmbH
Zur Verlach 15 · 40723 Hilden

Tel. 02103 / 64751
Fax 02103 / 64758

Schönheit liegt im Auge des Betrachters

Schönheit liegt im Auge des Betrachters, sagt der Volksmund gerne. Doch wer ist dieser Betrachter, ist es jeder einzelne oder ist es eher das Auge der Gesellschaft, das uns sagt, was Schönheit ist. Was heute als anziehend gilt, war gestern vielleicht verpönt – und wird morgen womöglich vergessen sein.

Schönheitsideale wandeln sich im Laufe der Geschichte

In der Antike waren ein symmetrischer Körperbau und athletische Formen das Idealbild. Im Mittelalter entsprach es dem idealen Bild, wenn man wohl genährt und blass war. Den nur die, die arbeiten mussten, waren der Sonne ausgesetzt und hatten nicht ausreichend zu essen. Und so galt: wer eine gebräunte Haut hat, gehört nicht in eine höhere gesellschaftliche Schicht. Heute ist das eher andersherum.

Dieses Bild war geprägt bis Anfang des 20. Jahrhunderts. Erst in den 1920er Jahren veränderte sich das äußere Erscheinungsbild hin zu einer androgynen Figur. Nach dem 2. Weltkrieg, in der Zeit des Wirtschaftswunders wurde es wieder schicker, runder zu sein, um zu zeigen: die mageren Jahre sind vorbei. Ende der 1960er Jahre wurde ein neues Ideal geboren. Mit dem Modell Twiggy wurde es beliebt, extrem dünn zu sein und auch sonst optisch einem vorgegebenen Typus zu entsprechen.

Schönheit als Ausdruck von Status

Diese Ideale waren stets auch Ausdruck sozialer, politischer und wirtschaftlicher Gegebenheiten. Wer es sich leisten konnte, einem Ideal zu entsprechen, zeigte damit Status. In dieser Hinsicht war



Schönheit nie nur eine ästhetische, sondern immer auch eine soziale Kategorie.

Mit dem Aufkommen von Fotografie, Film und später auch dem Fernsehen veränderte sich das Bild von Schönheit erneut. Ideale wurden nicht mehr nur lokal oder kulturell geprägt, sondern global verbreitet und wurden immer stärker normiert.

Heute prägen soziale Medien das Schönheitsideal

In der heutigen Zeit übernehmen soziale Medien diese Rolle im noch stärkeren Ausmaß. Plattformen wie Instagram, TikTok oder Pinterest erzeugen eine Flut an Bildern, die suggerieren, wie man auszusehen hat, um schön, erfolgreich oder begehrenswert zu sein.

Dabei ist diese Art der Schönheit oft digital bearbeitet, gefiltert, inszeniert und damit entkoppelt von der Realität. Das erzeugt Druck, vor allem bei jungen Menschen. Wer sich selbst im Spiegel nicht so sieht, wie das Ideal auf dem Bildschirm, zweifelt oft an der eigenen Attraktivität – ein Phänomen, das Psycholog*innen längst als „Snapchat-Dysmorphie“ bezeichnen.

Widerstand gegen das klassische Schönheitsideal wächst

Seit neuester Zeit regt sich jedoch Widerstand gegen diese Schönheitsnormen. Begriffe wie „Body-Positivity“ finden den Weg zu uns. Trends wie „Natural Beauty“ setzen bewusst Kontrastpunkte Sie feiern Vielfalt, Imperfektion und Authentizität. Narben, Dehnungsstreifen, Alter, unterschiedliche Körperformen und Hautfarben werden sichtbarer und langsam auch akzeptierter. In der Modewelt und Werbung ist diese Entwicklung zwar noch nicht überall angekommen, doch erste Schritte sind sichtbar. Marken, die auf Diversität setzen, treffen den Nerv einer neuen Generation, die sich weniger verbiegen will.

Wahrnehmung von Schönheit verändert sich mit dem Alter

Der Begriff von Schönheit ist aber auch ebenso eng verknüpft mit unserer eigenen Lebensphase. Ein junger Mensch hat andere Vorstellungen als Menschen im mittleren oder gar höheren Lebensalter. Mit wachsenden Jahren entwickelt sich ein anderes Verständnis von Schönheit: dass sie nicht nur in Äußerlichkeiten liegt, sondern geprägt wird von Ausstrahlung, Ausdruck und Selbstbewusstsein.

Wahre Schönheit liegt in der Selbstakzeptanz

Vielleicht ist wahre Schönheit genau das: die Fähigkeit, sich selbst mit Würde und Wohlwollen zu betrachten, unabhängig davon, was gerade als „in“ gilt.

Gerade die junge Generation ist in dieser Frage verunsichert und es braucht eine



gesellschaftliche Veränderung, die nicht so sehr auf die Perfektionierung des äußeren Erscheinungsbildes setzt, sondern den Mensch als Ganzes in den Mittelpunkt stellt.

Beim Schreiben dieses Artikels bin ich auf das nachfolgende Gedicht gestoßen, das mich sehr nachdenklich gestimmt hat und ich hoffe, dass die oben beschriebenen neuen Trends es allen Menschen möglich machen, nicht danach zu streben, äußerlich perfekt zu sein. Das hoffe ich für meine Generation, aber auch für die jüngeren und nachfolgenden Generationen.

■ Karen Veit-Koschwitz



Gedicht: Federleichter Körper

Ich bin 14
Eine Tomate hat 20 Kalorien und ein
Croissant hat 310
Meine Schulnoten werden schlechter,
aber Kalorien habe ich immer auswendig
gelernt
Tracker Apps, Handyrechner, alles selber
überwacht,
Essen hat mir mehr als Schule Mathe
beigebracht

metik, 250 Euro für Haarentfernung,
Geld kauft Ästhetik.
Und was man für Geld nicht kaufen kann,
dafür gibt es immer noch Filter.
Wie angesehen man ist, sieht man an den
Bildern.

Federleichter Körper, nur das Herz ist
schwer wie Stein.
Oh, die Dinge, die wir tun, nur um schön
zu sein.

Der Blick in den Spiegel bleibt das
härteste Gericht.
Outfit 1000 Euro wert, voll fühlt man sich
nicht.
Auf dem Schulhof entscheidet sich Status:
Kinder tragen Nike,
Kinder haben sie genäht,
andere Kinder geben Likes

Federleichter Körper, nur das Herz ist
schwer wie Stein.
Oh, die Dinge, die wir tun, nur um schön
zu sein.

Jeder kennt die Ideale,
Spalt zwischen den Beinen,
eckige Schulter, Wangenknochen;

Wer schön sein will muss leiden.
Kinn nach unten, Bauch einziehen, Hüfte
nach hinten kippen in Hosen.
Ich habe Selbstliebe nie gelernt,.....

(Clara Loesel)



Federleichter Körper, nur das Herz ist
schwer wie Stein.
Oh, die Dinge, die wir tun, nur um schön
zu sein.
20 Euro für ein Make'up, 50 Euro für Kos-

Zu jung fürs Alter: **Greta Silver**

Kennen Sie Greta Silver? Wenn nicht, sollten Sie sie kennenlernen. Sie ist eine deutsche YouTuberin, Podcasterin, Bestsellerautorin, Keynote-Speakerin, Kolumnistin und Markenbotschafterin.

Greta Silver wurde 1948 geboren, was sie 77 Jahre alt macht (Stand Mai 2025). Sie ist bekannt für ihren YouTube-Kanal "Greta Silver - zu jung fürs Alter", den sie mit 66 Jahren startete. Ihre Botschaft konzentriert sich darauf, das Alter als Chance zu sehen und Lebensfreude sowie Leichtigkeit in jedem Alter zu vermitteln.

Sie hat mehrere Bücher veröffentlicht und spricht regelmäßig in ihrem Podcast "Glücklich sein ist eine Entscheidung". Greta Silver wird auch als "Best-Ager-Model" bezeichnet und setzt sich dafür ein, das Bild vom Altern in der Gesellschaft positiv zu verändern.

Greta Silver strahlt Lebensfreude aus

Greta Silver hat eine sehr erfrischende und positive Sicht auf Schönheit im Alter, die weit über oberflächliche Aspekte hinausgeht. Ihre Hauptbotschaften lassen sich wie folgt zusammenfassen:

Schönheit kommt von innen: Für Greta Silver ist wahre Schönheit untrennbar mit der inneren Einstellung, Lebensfreude und Zufriedenheit verbunden. Sie betont immer wieder, dass ein verbittertes, unzufriedenes Gesicht niemals als schön empfunden wird, egal wie makellos die Haut ist. Ein strahlendes Inneres, Gelassenheit und der liebevolle Blick auf sich selbst und die Welt sind ihrer Meinung nach entscheidender als äußere Perfektion.

Akzeptanz und Versöhnung mit dem eigenen Körper: Sie ermutigt dazu, den eigenen Körper im Alter so zu akzeptieren, wie er ist. Sie spricht davon, dass ihr Körper im Alter ihre Lebensgeschichte erzählt und dass sie gelernt hat, ihn zum Leuchten zu bringen. Es geht nicht darum, gegen das Altern anzukämpfen, sondern sich damit zu versöhnen und das zu feiern, was ist. Altersfalten bezeichnet sie humorvoll als "neues Piercing".

Gedanken als Schlüssel zur Schönheit:

Greta Silver ist überzeugt, dass unsere Gedanken unsere Realität formen. Wenn wir denken, dass das Alter schrecklich ist, wird unser Gehirn uns alles zeigen, was diese Annahme bestätigt. Umgekehrt können positive Gedanken und eine Haltung der Neugier und Offenheit das Gefühl von Jugendlichkeit und Schönheit fördern. Sie fragt oft: "Weißt du eigentlich, wie leicht es ist, sich jung zu fühlen?"

Gelassenheit statt Jugendwahn: Greta Silver plädiert für Gelassenheit im Umgang mit dem Äußeren und rät davon ab, sich von einem ungesunden Jugendwahn verrückt machen zu lassen. Sie selbst nimmt Schönheitsprodukte und -seren an, aber betont, dass es nicht allein die Industrie sein muss und dass man auch mit anderen Mitteln viel erreichen kann. Für sie steht das Wohlbefinden an erster Stelle.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Greta Silver Schönheit im Alter als ein ganzheitliches Konzept betrachtet, das vor allem auf einer positiven inneren Einstellung, Selbstfürsorge und der Freude am Leben basiert.

Buchempfehlung: Greta Silver



Wer nun Lust bekommen hat und noch etwas von Greta lesen möchte, dem kann ich das Buch "Bring dich selbst zum Leuchten" empfehlen. Greta Silvers Buch ist ein leidenschaftliches Plädoyer dafür, das Alter nicht als Last, sondern als Chance zu begreifen und aktiv zu gestalten. Die zentrale Botschaft ist, dass wahre Schönheit und Lebensfreude von innen kommen und jeder Mensch die Fähigkeit besitzt, sich selbst zum Leuchten zu bringen – unabhängig vom biologischen Alter.

Sie argumentiert, dass unsere Gedanken die stärkste Kraft sind, die unsere Realität formen. Wer das Alter als Verfall sieht, wird diesen auch erleben. Wer es als eine

Zeit der Freiheit, Neugier und Selbstverwirklichung begreift, kann eine neue Lebensqualität entdecken. Greta Silver ermutigt dazu, alte, negative Denkmuster über das Altern abzulegen und sich stattdessen auf die ungenutzten Potenziale und die gewonnene Weisheit zu konzentrieren.

Das Buch bietet konkrete Anregungen und Impulse in verschiedenen Bereichen:

Mentale Einstellung: Sie betont die Bedeutung von Optimismus, Dankbarkeit und Humor. Es geht darum, sich nicht von Ängsten oder negativen Selbstgesprächen lähmen zu lassen, sondern eine positive Haltung zum Leben und zum eigenen Körper zu entwickeln.

Körperliches Wohlbefinden: Greta Silver gibt Tipps zu gesunder Ernährung, ausreichender Flüssigkeit und regelmäßiger Bewegung. Sie zeigt, wie kleine, bewusste Veränderungen im Alltag große Auswirkungen auf Energie und Ausstrahlung haben können. Dabei geht es nicht um Perfektion, sondern um Selbstfürsorge.

Soziale Kontakte und Lebensfreude: Das Buch unterstreicht die Wichtigkeit von guten Beziehungen und der Bereitschaft, sich weiterhin mit der Welt zu verbinden. Sie ermutigt, Neues auszuprobieren, Hobbys zu pflegen und sich vom Leben inspirieren zu lassen.

Selbstliebe und Akzeptanz: Ein wichtiger Aspekt ist die Versöhnung mit dem eigenen Äußeren und der Lebensgeschichte. Falten werden als "Landkarten des Lebens" beschrieben und es wird dazu aufgerufen, sich so anzunehmen und zu lieben, wie man ist.



"Bring dich selbst zum Leuchten" ist somit kein Ratgeber für Anti-Aging im herkömmlichen Sinne, sondern eine Inspiration zu einem bewussten, selbstbestimmten und strahlenden Älterwerden, bei dem die innere Einstellung und die Freude am Leben die größte Rolle spielen. Es ist ein Buch, das Mut macht, die eigene Geschichte zu feiern und die besten Jahre noch vor sich zu haben.

■ *Andrea Köhler*

Herausgeber : Rowohlt Taschenbuch
Erscheinungstermin : 22. März 2022
ISBN-10 : 3499008181
ISBN-13 : 978-3499008184
Preis : 18,00 €

Podcast:
Glücklich sein ist eine Entscheidung.

Klemens  **Thater** GmbH
orthopädie | schuh | technik [...das fuß-paradies]

Bequemes
für Ihre Füße....

- individuelle Einlagen
- bequeme Schuhe
- Schuhe f. Einlagen
- orthop. Maßschuhe
- Schuhzurichtungen
- Schuhreparaturen
- Schuhe f. Einlagen
- Fußpflegestudio

Parkplätze direkt vor der Tür - die Busverbindungen zu uns sind:
781 und der O3 Bushaltestelle: Mozartstraße

Auf dem Sand 4a | Hilden | ☎ 02103-242290

Beautyangebote in unseren Häusern

Im Alter verändert sich nicht nur der Körper, sondern oft auch die Wahrnehmung von Schönheit und Selbstpflege sowie das Bedürfnis nach individueller Ausdruckskraft.

Beautyangebote in Seniorenheimen sind weit mehr als reine Kosmetik – sie bieten den Bewohnerinnen und Bewohnern wertvolle Momente der Entspannung, der Selbstbestimmung und der sozialen Interaktion.



Warum Beautyangebote für Seniorinnen und Senioren wichtig sind

Ein Friseurbesuch, eine Maniküre oder eine sanfte Gesichtspflege können für viele ältere Menschen eine große Bedeutung haben. Es geht nicht nur darum, gepflegt auszusehen, sondern auch darum, sich gut zu fühlen und sich selbst Wertschätzung entgegenzubringen. Die Möglichkeit, sich weiterhin um das eigene Äußere zu kümmern, hilft vielen Seniorinnen und Senioren, sich selbstbewusst und attraktiv zu fühlen.

Beautyangebote werden oft in kleinen Gruppen angeboten. Sie schaffen Gelegenheit für Gespräche und gemeinsames Erleben, was Einsamkeit vorbeugen kann.

Was bieten moderne Seniorenheime an?

Viele Pflegeheime wissen, wie wichtig solche Dienstleistungen für das seelische Gleichgewicht ihrer Bewohnerinnen und Bewohner sind. Auch uns sind solche Angebote wichtig. Deshalb gibt es in unseren Seniorenzentren Hummelsterstraße und Erikaweg einen Friseursalon, der wöchentlich geöffnet hat. Die Fußpflege besucht in regelmäßigen Abständen die Bewohnenden, die dies wünschen.

Und auf den Wohnbereichen bieten die Betreuungskräfte regelmäßig Beautyangebote mit Nagelpflege und Handmassage, sowie mit dem individuellen Lackieren der Nägel an.

Individuelle Kleidung und persönlicher Stil sind wertvoll fürs Wohlbefinden

Kleidung ist mehr als nur Funktion – sie vermittelt Persönlichkeit und Identität. Die eigene Kleidung sowie Vorlieben für Schmuck, Tücher oder andere Accessoires sind für Menschen ein Stück ihrer Identität und Individualität. Sie vermittelt Vertrautheit und ermöglicht die Wahrung persönlicher Vorlieben, mit denen oft Erinnerungen einhergehen. Das Tragen vertrauter und gewohnter Kleidungsstücke kann Geborgenheit schaffen.

Da viele Bewohnerinnen und Bewohner nicht mehr mobil genug sind, um selbstständig in ein Bekleidungsgeschäft zu gehen, kommt zweimal im Jahr das Modemobil in unsere Seniorenzentren. Hier haben die Bewohnerinnen und Bewohner die Möglichkeit, alleine oder mit ihren Angehörigen Mode einzukaufen, ein Angebot, das viele zu schätzen wissen, da sie aussuchen können, was ihnen gefällt.



Emotionale Bedeutung

Beautyangebote sind eine Möglichkeit, sich die eigene Individualität zu bewahren. Es erinnert an frühere Routinen und liebgewonnene Gewohnheiten. Ein regelmäßiger Haarschnitt oder die Lieblingscreme, sowie das Tragen u.a. von Halstüchern kann ein Stück Normalität in den Alltag bringen und das Wohlbefinden nachhaltig verbessern.

Ein Seniorenheim ist mehr als ein Wohnort - es ist ein Zuhause. Beautyangebote sind daher nicht nur Luxus, sondern eine Form der ganzheitlichen Pflege und Betreuung, die Körper und Seele gleichermaßen unterstützt sowie das Selbstwertgefühl steigern.

■ *Mirjam Schmela*



HILDEN HAT EIN HERZ FÜR SENIOREN*INNEN

GEMEINSAM MIT DEM
FÖRDERVEREIN (FSHeV) DER
SENIORENDIENSTE STADT HILDEN

Schwerpunktbereiche unserer Förderung

Der FSHeV hat folgende Schwerpunkte:

- Ein würdevolles Leben im Alter
- Unterstützung gesundheitlicher Handicaps
- Linderung von Altersarmut/-depression
- Hilfe bei demenziellen Erkrankungen
- Umgang mit zunehmender Digitalisierung



Werden Sie Mitglied oder unterstützen die Arbeit des FSHeV mit Ihrer Spende/einem Vermächtnis.

Kontaktmöglichkeiten

Homepage: www.fshev.org

E-Mail: info@fshev.org

Spendenkonto

Förderverein der Seniorendienste Stadt Hilden e.V.

IBAN: DE29 3345 0000 0034 3399 03

Was Männer über **Schönheit** denken

Im Seniorenzentrum Erikaweg treffen sich jeden Montagabend zahlreiche männliche Bewohner*innen aus unserem Haus zu einem Männerstammtisch. Wir haben die Gelegenheit genutzt und sie gefragt, ob sie bereit wären, uns zu erzählen, was Sie über das Thema „Schönheit“ denken. Wir waren zwar nicht dabei, aber vermutlich hat diese Anfrage für viel Gesprächsstoff an besagtem Abend geführt.

Drei von ihnen haben uns anschließend einen jeweils sehr schönen Text zu dem Thema eingereicht, die wir im folgenden veröffentlichen.

Verständnis von Schönheit wandelt sich

Mit zunehmendem Alter gewinnen innere Werte an Bedeutung. Wir, die reiferen Männer, schätzen Herzlichkeit, Geduld und liebevolle Beziehungen. Ein ehrliches Lächeln und eine nicht gekünstelte Haltung haben auf uns eine Ausstrahlung, die weit über andere äußere Merkmale hinausreicht.

Auch unsere Wahrnehmung der Natur wandelt sich im Laufe der Jahre: Wo uns in jungen Jahren leuchtende Sonnenuntergänge und majestätische Berge in Staunen versetzten, nehmen wir heute die feinen Unterschiede wahr – das sanfte Rauschen der Blätter, das lebhaftes Zwitschern der Vögel sowie den stetigen Wandel der Jahreszeiten.

Unser Verständnis von Schönheit hat sich grundlegend verändert. Früher stand die äußere Erscheinung im Mittelpunkt, während heute Herzlichkeit, innere Stärke und aufrichtige Unterhaltung einen viel größeren Stellenwert einnehmen. Obwohl charakterliche Qualitäten und gemeinsa-



me Interessen immer wichtiger werden, verlieren wir den Sinn für die Anziehungskraft einer attraktiven Frau keineswegs.

Während junge Männer oft durch impulsives und äußerlich orientiertes Handeln auffallen, bringen wir im Laufe der Jahre mehr Selbstbewusstsein und Gelassenheit mit. So wird Schönheit zu einer vielschichtigen Erfahrung, in der Erinnerungen, Empfindungen und persönliche Werte miteinander verwoben sind.

■ Gerd Schaaf

Schönheit ist für jeden individuell

Allgemeine Definition von Schönheit: Schönheit ist ein Attribut individuellen menschlichen Wohlgefallens, das zum Beispiel in Naturerscheinungen, bei Kunstgegenständen und in Alltagserlebnissen auftritt. Als Bezugsgröße persönlichen Empfindens entzieht sich Schönheit

jedoch einer allseits akzeptierten, verbindlichen Objektivierung und Festlegung. (Nach Wikipedia)

Schönheit ist für jeden Menschen individuell, wie bei Geschmack lässt sich über Schönheit nicht streiten, da es auch für Schönheit keine objektiven rationalen Kriterien gibt. Was man unter Schönheit versteht, unterscheidet sich schon nach Alter und Region, aus der derjenige stammt. Schönheit unterliegt auch Moden ist also zeitabhängig. Beispiel: bestimmte Art von Körperschmuck, wie zum Beispiel Piercings und Tätowierungen, die heute alltäglich sind, wären zu bestimmten Zeiten ein absolutes no go gewesen.

Für mich muss ich auch sagen, dass sich das, was ich schön finde, mit zunehmenden Alter geändert hat. Wenn man Schönheit auf Menschen anwendet, geschieht dies meist in Bezug auf das andere Geschlecht, wobei die sexuelle Komponente eine große Rolle spielt, welche mit zunehmendem Alter wohl abnimmt.



Zwar ändert sich wohl das nicht, was einen früher angesprochen hat und einem gefiel. Der Umgang mit den Menschen und dem anderen Geschlecht ändert sich, wohl auch die Absicht, die man dabei verfolgt. Wie schon gesagt ist das individuell verschieden. Für mich ist eine Frau dann

Sanitär Cremer

Meisterbetrieb für Energie- und Umwelttechnik



- Planung, Einbau und Wartung von Sanitär- und Heizungsanlagen
- Seniorengerechte Badgestaltung für einen barrierefreien Lebensraum
- Kunden- und Notdienstservice

Für weitere Infos
QR-Code scannen



Richrather Straße 215 • 40723 Hilden • Telefon: 0 21 03 - 6 14 07
Fax: 0 21 03 - 2 32 58 • info@sanitaer-cremer.de • www.sanitaer-cremer.de

schön, wenn neben ästhetischen Komponenten alles gut zusammen passt: ihr Wesen, ihre Art zusammen mit ihrer Kleidung irgendwie stimmig ist. Ein Negativbeispiel ist für mich, wenn jemand krampfhaft viel jünger erscheinen will, als er ist. Dann passt es eben nicht. Bei mir hat sich geändert, dass mir die Beurteilung anderer für das, was ich denke und schön finde und was ich mache, immer gleichgültiger wird. Es muss für **mich** passen - sonst für niemanden.

Ein anderes Beispiel für den relativ schnellen Wandel von Geschmäckern sind Automodelle. Ich nehme mal alte Sportwagen raus und beziehe mich nur die Alltagswagen, die sich Otto Normalverbraucher leisten konnte. Sieht man da typische Modelle der 50er Jahre, wirken sie heute sehr komisch- sehr aus der Zeit gefallen.

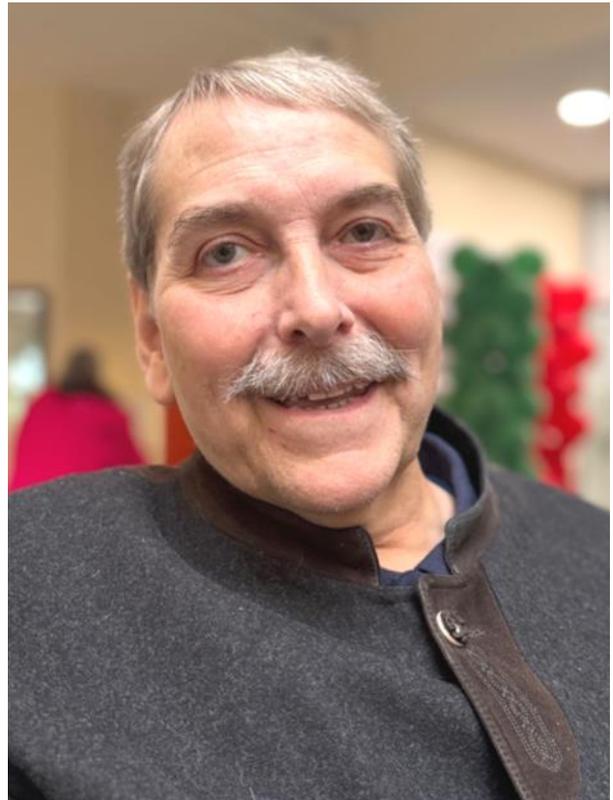
Interessant ist auch das unterschiedliche Frauenideal des Westens heute und zur Zeit Rubens und das im orientalischen Raum.

■ *Norbert Filla*

Die Vielfalt der Schönheit

Man sagt oft „Gefallen macht schön“ oder „Schönheit liegt im Auge des Betrachters“. Dies stimmt, denn des einen sein Uhl ist des anderen seine Nachtigall. Hat man sich früher bei einer Rose für die äußere Schönheit interessiert, so ist es heute die Schönheit des Geistes.

Inzwischen gibt es in Berlin auch ein „Zentrum für Politische Schönheit“, welches sich mit künstlerischen Aktionen für den Schutz von Menschenleben einsetzt.



Schönheit gibt es auch beim Betrachten der Natur, die von Gott geschaffen wurde. Pflanzen und die Tierwelt sind voller wunderbarer Schönheit. Nicht zu vergessen ist die Schönheit, die von Menschenhand geschaffen wurde, zum Beispiel in der Architektur: Geht man mit offenen Augen durch die Straßen, entdeckt man immer etwas "Schönes" in der alten und auch der neuen Architektur. Es sind aber auch oft nur kleine Details, die man vielleicht an einem Stück Fassade entdecken kann oder an einem Treppenaufgang oder an einem Türbeschlag. Man staunt und denkt nur, wieviel Mühe sich der Hersteller gemacht hat.

Bei mir, der sich als Liebhaber der Malerei zugewandt hat und auch eine beträchtliche Gemäldesammlung hat, sieht die Schönheit natürlich dort. Man fragt sich oft, wie hat der Maler gerade diese Art von Schneelandschaft hinbekommen,



mit Schattenwürfen und Farbauftrag. Oder bei einem Blumenstilleben im impressionistischen Stil, wo man bei naher Betrachtung nur viele bunte Farben sieht. Geht man ein paar Schritte nach hinten, sieht man eine wunderschöne Blumenpracht.

Dies sind einige Beispiele, die ich mit meiner elementaren Schulbildung zu

Papier bringen konnte, welche ich mit dem Begriff Schönheit verbinde.

Natürlich gäbe es noch sehr viele Dinge, die mit diesem Begriff zu betiteln wären.

■ Frank Radenberg



hildorado
sport- und freizeitbad
der stadtwerte hilden

Gesund und fit mit Aqua-Sport.

Schonend Muskulatur, Herz und Kreislauf trainieren.
Informieren Sie sich über unser Kursangebot unter
www.hildorado.de oder direkt im Hildorado.

Meine Frau bleibt **immer schön** für mich

Karl Pick ist der Ehemann unserer Bewohnerin Hedwig Pick, die seit knapp zwei Jahren im Seniorenzentrum Hummelsterstraße wohnt. Er kommt sie täglich besuchen.

Veit: Herr Pick, was bedeutet Schönheit für Sie?

Pick: Da habe ich direkt einen Gedanken zu. Ich denke, jeder Mensch ist ein Ästhet und hat seinen ganz eigenen Blick auf den Menschen.



Veit: Was ist Ihrer Meinung nach wichtig, um schön zu sein?

Pick: Ich finde, jeder Mensch sollte sich gut um seinen Körper kümmern und auch

sein Äußeres pflegen, dann ist man auch schön. Man sagt ja auch in der Umgangssprache „Der hat ein gepflegtes Äußeres“.

Veit: Warum war es Ihnen wichtig, dass Ihre Frau weiterhin die Haare gefärbt bekommt?

Pick: Meiner Frau war es immer ein Anliegen, dass ihre Haare gepflegt waren und graue Haare wollte sie nicht haben. Das lag bestimmt auch an ihrem Berufsleben.

Beruf erforderte gepflegtes Auftreten

Veit: Was war Ihre Frau denn von Beruf?

Pick: Meine Frau war Pharmareferentin und viel unterwegs. Sie hatte viel Kundenkontakte. Daher war es ihr wichtig, immer ein gutes gepflegtes Auftreten zu haben.

Veit: Was bedeutet es für Ihre Frau, ein gepflegtes Äußeres zu haben?

Pick: Meine Frau legte wie gesagt immer viel Wert auf ihre Haare, aber auch auf ihre Kleidung. Ebenso ging sie zur Pflege ihrer Haut regelmäßig zur Kosmetikerin.

Rote Haare sorgen für Aufmerksamkeit und Begeisterung

Veit: Als Sie Ihre Frau kennengelernt haben, was ist Ihnen an ihr direkt ins Auge gesprungen?

Pick: Wir haben uns in einer Kneipe kennengelernt und sie ist mir direkt aufgefallen, weil sie so groß und schlank war und vor allem ihre schönen roten Haare. Die roten Haare sind so was wie ihr Markenzeichen.



Veit: Wie lange sind sie denn bereits verheiratet?

Pick: Wir kennen uns seit 40 Jahren und seit 30 Jahren sind wir verheiratet. Wir haben uns ja leider erst später im Leben kennengelernt. Meine Frau war damals knapp über 50 Jahre und ich Ende 30. Für die damalige Zeit etwas Besonderes ein jüngerer Mann und eine ältere Frau, aber für uns war das nie ein Thema.

Veit: Hat ihre Frau Einfluss auf Ihr Äußeres gehabt?

Pick: Ja, das kann man sagen. Meine Frau hatte ein paar Verbesserungsvorschläge für mich, die ich gerne erfüllt habe.

Die Liebe macht auch im Alter schön

Veit: Ihre Frau hatte letzten Sonntag Geburtstag. Wie hat sie sich im Laufe der Jahre verändert?

Pick: Wissen Sie, wir sind jetzt zusammen alt geworden und wir waren immer füreinander da. Natürlich hat sich meine Frau äußerlich verändert, aber das ist nicht wichtig für mich. Meine Frau bleibt immer schön für mich.

Der individuelle Blick auf die Schönheit

Veit: Man sagt ja auch: Schönheit liegt im Auge des Betrachters. Mit welchem Auge betrachten Sie Ihre Frau?

Pick: Immer mit dem Auge der Liebe und Zuneigung.

Veit: Ein schöneres Schlusswort kann es nicht geben. Lieber Herr Pick, ich danke Ihnen für das schöne und interessante Gespräch.

■ Das Gespräch führte Karen Veit-Koschwitz

RSL

RAINER
SCHLOTTMANN
LEGAL

Fachanwaltskanzlei für
Arbeitsrecht
Bank- und
Kapitalmarktrecht

Tätigkeitsschwerpunkt:
Erbrecht

Sie haben Fragen oder Sorgen in rechtlichen Dingen? Sie brauchen Beratung oder einen Anwalt, der Sie beim rechtssicheren Erledigen Ihrer Angelegenheiten unterstützt?

Rufen Sie mich an, ich helfe Ihnen.

Ihr
Rainer Schlottmann



Herzlichen Glückwunsch



Geburtstage am Erikaweg

Edith Kartschewski	*01.06.1944
Gisela Kassin	*01.06.1924
Peter Krei	*02.06.1947
Claudia Aufermann	*07.06.1964
Norbert Filla	*19.06.1953
Maria Mathussek	*21.06.1935
Traute Robotta	*23.06.1930
Christa Terhorst	*25.06.1944
Hedwig Steffens	*27.06.1934
Ingeborg Greiff	*28.06.1929



Geburtstage in der Hummelsterstraße

Jürgen Schallinatus	*06.06.1946
Otto Steins	*16.06.1935
Ilse Käthe Keller	*30.06.1935

Die Gewinner des Mai-Preisrätsels

Seniorenzentrum Erikaweg

Krosnik, Hilden

I. Methner, Hilden

Theegarten, im Haus

Herzlichen Glückwunsch!

Seniorenzentrum Hummelsterstraße

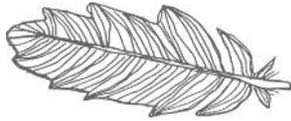
B. Döllermann, Hilden

Liebrand, im Haus

Dimmers, Hilden

Lösungen: 1. Australien, 2. Finnland, 3. Ägypten,
4. Kanada, 5. Island, 6. Bulgarien und 7. Japan.

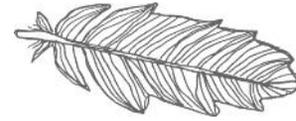
Unvergessen - Nachrufe



Therese Dorrenbach

Therese Dorrenbach lebte seit November 2023 in unserem Haus. Offen, bescheiden und tierlieb, so durften wir Therese Dorrenbach kennenlernen. Sie war sehr dankbar und begeisterte sich über jede Aufmerksamkeit und über jede Kleinigkeit. Für Therese Dorrenbach waren schon kleine Gesten viel wert. Gerne unterhielt sie sich mit ihren Mitbewohner*innen und den Mitarbeitenden. Unser Mitgefühl gilt ihrer Familie und ihren Lieben.

***24.09.1932 † 14.05.2025**



Ingeborg Schell

Ingeborg Schell war eine selbstbewusste, ausdrucksstarke und gesellige Frau, die stets großen Wert auf ihre Etikette legte. Ingeborg Schell lebte seit Mai 2021 in unserem Haus. Sie liebte Gesangs- und Musikveranstaltungen und war immer eine gern gesehene Bewohnerin bei unseren Veranstaltungen im Haus. Tanzen war ihre Leidenschaft. Dies machte sie mit Freude und hatte immer ein strahlendes Lächeln dabei. Unser herzliches Beileid gilt ihrer Familie.

*** 25.11.1937 † 25.05.2025**



Dr. Sigrid Hothorn

Sigrid Hothorn war eine selbstbewusste und humorvolle Frau. Ihre Welt war die Wissenschaft, doch sie blieb stets offen und neugierig für andere Themen und Ansichten. Sie liebte klassische Musik und sang selbst gerne Volkslieder im Rahmen der Gesangsangebote im Haus. Eine wichtige Rolle spielten ihre Nichte und deren Ehemann für Sigrid Hothorn. Die regelmäßigen Besuche und liebevolle Begleitung schenkten ihr Freude und Zuversicht. Ihnen möchten wir unser aufrichtiges Mitgefühl aussprechen.

***29.11.1927 †02.05.2025**

Termine für Ehrenamtliche

Seniorenzentrum Hummelsterstraße

Für die folgenden Termine suchen wir noch Ehrenamtliche, die uns bei der Durchführung tatkräftig unterstützen. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei unseren Mitarbeitenden des Sozialen Dienstes unter 02103-96069-14 oder -66 oder betreuung-hummelster@seniorendienste-hilden.de

Termine im Juni

03.06.25 ab 10.30 Uhr
Infomobil Polizei Mettmann

07.06.25 ab 16.00 Uhr
Tag der Erdbeere

14.06.25 ab 15.00 Uhr
Blumenfest

23.06.25 ab 15.30 Uhr
Alpakabesuch

27.06.25 ab 10.30 Uhr
Vortrag: Alles über Bienen

Ausschau in den Juli

06.07.25 ab 16.00 Uhr
Gospelchor

10.07.25 ab 16.00 Uhr
Konzert Fragile Matt

31.07.25 ab 15.30 Uhr
Ponybesuch

Seniorenzentrum Erikaweg

Für die folgenden Termine freuen wir uns noch über ehrenamtliche Unterstützung. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Ulrike Riemann unter 02103-890231 oder u.riemann@senioren-dienste-hilden.de

Termine im Juni

05.06.25 um 15:00 Uhr
Infomobil der Polizei NRW

12.06., 15:45 Uhr
Harmonika-Orchester,
Frühjahrskonzert

Ausschau in den Juli

04.07.25 um 18:30 Uhr
Vernissage „Naturbegegnungen“
von Kirsten Bialas-Treis

10.07.25 um 15:45 Uhr
Konzert mit Duo-Second-Life

24.07.25 um 15:45 Uhr
Konzert mit Mr. Trumpet



Demenzberatung in der Hummelsterstraße

Demenzberatung jeden 2. Donnerstag 11.00 -12.00 Uhr

An jedem 2. Donnerstag im Monat zwischen 11.00 -12.00 Uhr findet im Seniorenzentrum Hummelsterstraße in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Stadt Hilden eine Beratungssprechstunde zum Thema Demenz statt.

Hier bekommen Sie erste Informationen und Anlaufmöglichkeiten rund um das Thema Demenz. Die Beratung richtet sich an Betroffene, Angehörige und andere Interessierte und ist kostenfrei!

Termine für 2025

12. Juni 2025
10. Juli 2025
14. August 2025
11. September 2025
9. Oktober 2025
13. November 2025
11. Dezember 2025

KREUER
BESTATTUNGEN SEIT 1873

Für alle
Bestattungsangelegenheiten
und **Vorsorgeberatungen**



Walder Straße 6 (An der Gabelung)
40724 Hilden
Telefon: 0 21 03 - 2 01 90
info@kreuer-bestattungen.de
www.kreuer-bestattungen.de

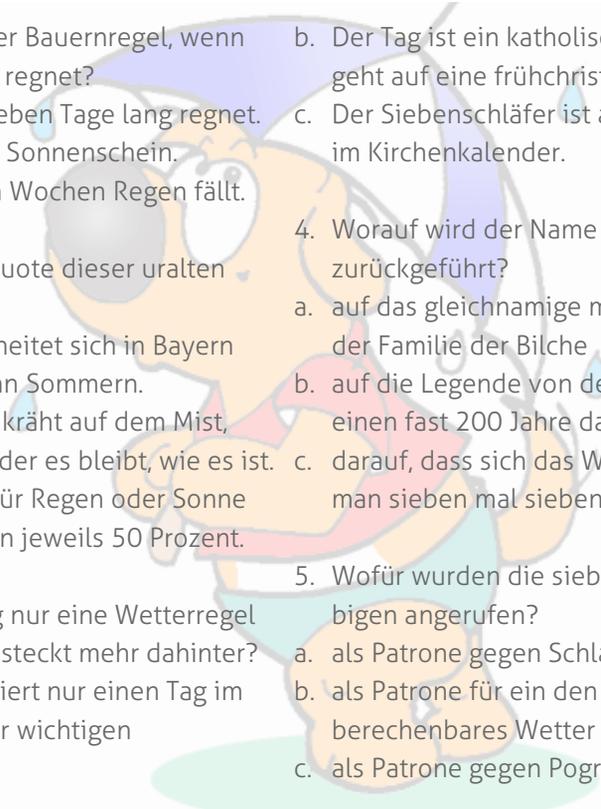
Rätsel: Der Siebenschläfertag

Der 27. Juni ist ein wichtiges Datum im Kalender jedes Bauern. Nicht ohne Grund nehmen eine Vielzahl von Bauernregeln Bezug auf den sogenannten Siebenschläfertag. Anders als viele vermuten, hat der Siebenschläfertag nichts mit dem gleichnamigen Nagetier zu tun. Stattdessen geht der Name dieses Tages auf eine Heiligenlegende zurück, die sowohl im Christentum, als auch im Islam von Bedeutung ist. Testen Sie ihr Wissen rund um den Siebenschläfertag. Werfen Sie den Abschnitt bitte in die Lostrommel vor unseren Cafés oder geben Sie sie am Empfang ab.

Viel Spaß wünscht Ihnen Ihr

Bernd Düster

Zu gewinnen gibt es 3 x eine Schachtel Pralinen (pro Haus), die für die Gewinner in unseren Cafés vier Wochen zur Abholung bereit liegen.

- 
1. Was bedeutet es nach der Bauernregel, wenn es am Siebenschläfertag regnet?
 - a. Das bedeutet, dass es sieben Tage lang regnet.
 - b. Es bedeutet sieben Tage Sonnenschein.
 - c. Es bedeutet, dass sieben Wochen Regen fällt.
 2. Wie hoch ist die Trefferquote dieser uralten Bauernregel in Bayern?
 - a. Die Wetterregel bewahrheitet sich in Bayern in sechs bis acht von zehn Sommern.
 - b. Besser: „Wenn der Hahn kräht auf dem Mist, ändert sich das Wetter oder es bleibt, wie es ist.“
 - c. Die Wahrscheinlichkeit für Regen oder Sonne beträgt in sieben Wochen jeweils 50 Prozent.
 3. Ist der Siebenschläfertag nur eine Wetterregel im Bauernkalender oder steckt mehr dahinter?
 - a. Der Siebenschläfer markiert nur einen Tag im Bauernkalender mit einer wichtigen Wetterregel.
 - b. Der Tag ist ein katholischer Gedenktag und geht auf eine frühchristliche Legende zurück.
 - c. Der Siebenschläfer ist auch ein wichtiger Tag im Kirchenkalender.
 4. Worauf wird der Name Siebenschläfertag zurückgeführt?
 - a. auf das gleichnamige mausähnliche Nagetier aus der Familie der Bilche
 - b. auf die Legende von den sieben Brüdern, die in einen fast 200 Jahre dauernden Schlaf fallen
 - c. darauf, dass sich das Wetter nicht ändert, bis man sieben mal sieben Nächte geschlafen hat
 5. Wofür wurden die sieben Heiligen von den Gläubigen angerufen?
 - a. als Patrone gegen Schlaflosigkeit und Fieber
 - b. als Patrone für ein den Bauern nützliches, weil berechenbares Wetter
 - c. als Patrone gegen Pogrom und Verfolgung

Lösungen:

1.	2.	3.	4.	5.
----	----	----	----	----

Name: _____ **Telefon:** _____

Adresse: _____

Eingeworfen in die Los-Box im: Seniorenzentrum Erikaweg Seniorenzentrum Hummelsterstraße

Mit der Abgabe des Lösungszettels erkläre ich mich gemäß DSGVO mit der Veröffentlichung als Gewinner im Kurier einverstanden.

Die Löschung ihrer personenbezogenen Daten erfolgt nach der Auslosung. Einsendeschluss ist der 25. Juni 2025

Kontakte

STATIONÄRE PFLEGE

Nadine Taube nimmt Ihre Anmeldung für die stationäre Pflege an und berät rund um das Einzugsmanagement.

02103 / 8902-20

n.taube@seniorenendienste-hilden.de

KURZZEITPFLEGE

Sie suchen einen Kurzzeitpflegeplatz für sich oder Ihre Angehörigen?

Renata Wilbert steht Ihnen gerne zur Verfügung und berät Sie zur Finanzierung.

02103 / 8902-29

r.wilbert@seniorenendienste-hilden.de

AMBULANTE PFLEGE

Sie wohnen in der Nähe des Erikaweges und benötigen ambulante Pflegeleistungen?

Heike Strinnholm besucht Sie gerne und berät Sie, wie unser ambulanter Pflegedienst Sie unterstützen kann.

02103 / 8902-66

h.strinnholm@seniorenendienste-hilden.de

SENIORENWOHNUNGEN

Renata Wilbert berät Sie zu den Seniorenwohnungen und dem Betreuten Wohnen, erläutert die Unterschiede, vereinbart Besichtigungstermine und nimmt Ihre vorsorgliche Anmeldung entgegen.

02103 / 8902-29

r.wilbert@seniorenendienste-hilden.de

EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT

Sie wollen sich ehrenamtlich engagieren? Wir beraten gerne mit Ihnen, welche Tätigkeit zu Ihnen passt.

Für unser Haus Hummelsterstraße:

Elke Pommer **02103 / 96069-14**

Für das Haus Erikaweg:

Ulrike Riemann **02103 / 8902-31**

LEITUNG TAGESPFLEGE

Stella Jurisa beantwortet gerne alle Fragen zur Tagespflege (z.B. Anmeldeverfahren, Finanzierung, Belegung, Fahrdienst)

02103 / 8902-18 (täglich von 8–16 Uhr)

s.jurisa@seniorenendienste-hilden.de

LEITUNG HAUS ERIKAWEG

Beate Linz-Eßer steht gerne für alle Fragen an die Geschäftsführung oder Einrichtungsleitung des Seniorenzentrums Erikaweg zur Verfügung.

02103 / 8902-10

b.linz@seniorenendienste-hilden.de

Andrea Köhler, Stellvertretung

02103 / 8902-54

a.koehler@seniorenendienste-hilden.de

LEITUNG HAUS HUMMELSTERSTRASSE

Karen Veit-Koschwitz steht Ihnen für alle Fragen an die Einrichtungsleitung des Seniorenzentrums Hummelsterstraße zur Verfügung.

02103 / 96069-10

k.veit@seniorenendienste-hilden.de





Sanitätshaus | Orthopädie

Gesundheitszentrum medwerk GmbH
Kleinhülsen 44
40721 Hilden

FON | FAX

+49 (0)2103 29 79 20
+49 (0)2103 29 79 46

im PRADUS Medical Center
Elisabethstraße 39-41
40217 Düsseldorf

FON | FAX

+49 (0)211 17 12 95 65
+49 (0)211 17 12 95 66

www.med-werk.de | info@med-werk.de



Apotheke am Strauch

Ihre Gesundheit ist für uns die Hauptsache



Apotheke am Strauch

An den Linden 43
40723 Hilden
Tel. 02103 – 87 576
Fax 02103-24 61 22



Inge Funke
Apothekerin für
Offizinpharmazie,
Ernährungsberatung,
Pflegeversorgung,
Geriatrische Pharmazie

Heinz H. Funke
Apotheker für
Offizinpharmazie



Wir beraten Sie gerne.
Ihre LINDA-Apotheke
www.linda.de



Über die Linda App bequem
vorbestellen & abholen

apotheke-am-strauch@t-online.de

www.apotheke-am-strauch.de