

# »Demokratie hat keinen Schaukelstuhl«

Demografie: Franz Müntefering ruft im Bürgerzentrum Elsenfeld Senioren dazu auf, sich zu engagieren und soziale Kontakte zu pflegen

Von unserem Mitarbeiter  
**HEINZ LINDUSCHKA**

**ELSENFELD.** »Mitwirken statt Zuschauen – für mich, für andere« hieß die Veranstaltung am Dienstag im Elsenfelder Bürgerzentrum mit dem prominenten Gastredner Franz Müntefering. Im Zentrum standen die Belange der Senioren.

Veranstalter waren die Beratungsstelle für Senioren und pflegende Angehörige, die katholische Altenheimseelsorge Untermain

und das Katholische Senioren-Forum der Diözese Würzburg. Mit Infoständen und Erfahrungsberichten warben sie dafür, sich nach Kräften in der Gesellschaft zu engagieren und damit zugleich selbst einen erfüllten Lebensabend im Ruhestand zu erleben. Volkmar Franz vom Katholischen Seniorenforum moderierte die vierstündige Veranstaltung, zu der rund 150 Zuhörer den Weg gefunden

hatten. Mit Spannung erwartet: der Vortrag von Franz Müntefering, der mit seinen 76 Jahren als Musterbeispiel für die jung gebliebenen, aktiven Senioren auftrat und mit seinen lockeren und kenntnisreichen Ausführungen ohne jeden missionarischen Gestus schnell die Sympathie des Publikums gewann.

### »Bewegt älter werden«

Sein Beispiel »Aktion auf Rädern zum Essen«, die Mitte Oktober deutschlandweit anlaufen soll, passte zu seiner Kernthese: »Wir müssten bewegt älter werden!« Ohnehin hielt er ein engagiertes Plädoyer für regelmäßige Bewegung sowie für die Pflege sozialer Kontakte im Alter. Kurz und bündig:

»Demokratie hat keinen Schaukelstuhl!« Sein humorvoller Rat an Senioren: »Besser du gehst mit komischen Leuten spazieren, als allein zu sein.«

Für ihn zentral: »Organisierte Solidarität ist effizienter« – Auch das eine Warnung davor, auf Einzelkämpfertum zu setzen und einsam zu werden. Einsamkeit sei in Deutschland vor allem bei alten Menschen die schlimmste Volkskrankheit. Ein wirksames Mittel dagegen: Sich einmischen, sich engagieren – eine echte Win-Win-Situation für die, die helfen, und für die, denen geholfen wird.

Dass es dabei keine Patentlösungen gibt, sondern punktgenaue Lösungssätze vor Ort gefunden werden müssen, traf im Saal auf

viel Zustimmung, genau wie Münteferings Bild von »Kleingartenkolonie Deutschland«, in dem er die Vielfalt der Lebensverhältnisse bündelte. Immer wieder fand Müntefering klare Worte: »Wir brauchen gute Volksvertreter viel mehr als Leute, die sich nur das Maul zerreißen«. Beifall gab es auch, als er optimistisch nichts von einem »Krieg der Generationen« wissen wollte: »Ich glaube an die Zusammenarbeit der Vernünftigen aller Generationen – sonst hätten ja Bekloppte das Sagen!«

### Beispielhaftes Ehrenamt

Wie Sich-Einmischen und ehrenamtliche Arbeit laufen können und wie wichtig sie ist, zeigten im zweiten Teil konkrete Beispiele vor Ort: Mitglieder des Seniorentreffs Elsenfeld und des Seniorenkreises Eichelsbach servierten in der Pause Kaffee und Kuchen.

Renate Kemmann, Dekanatsvorsitzende aus Miltenberg, und Annemarie Löscher, die Seniorenbeauftragte in der Marktgemeinde Elsenfeld, stellten anschaulich ihre Arbeit vor. Christa Buchschmid zeigte an ihrer Biografie auf, dass ehrenamtliche Arbeit im Idealfall in eine erfüllende Berufstätigkeit münden kann. Und Gabi Spahn-Sauer von der Katholischen Altenheimseelsorge Untermain gab den Besuchern den Impuls mit auf den Heimweg: »Jedem das Seine geben – sich selbst und andere glücklich machen.«



Frisch gekelterten Apfelmost gibt es am Wochenende in Eschau. Archiv-Foto: privat

## Kelterfest auf dem Eschauer Marktplatz

**ESCHAU.** Der Radsportverein Spessartperle veranstaltet am Samstag, 24. September, ein Kelterfest auf dem Marktplatz in Eschau und begleitet damit den Keltertag der Lohnkellerei Wissel aus Königshofen (Terminreservierung unter Tel. 06029/6728). Beginn ist um 8 Uhr. Der Radsportverein bewirbt die Besucher mit frisch gekelterten Apfelmost sowie Apfelmwein und nichtalkoholischen Getränken. Angeboten werden Kaffee, Kuchen und eine deftige Brotzeit. Besucher können Apfelmost in kleinen Mengen erwerben Behälter mitbringen). ana

## Vortrag: Im Alltag Entspannung finden

**SULZBACH.** Ein Vortrag über Entspannungsmethoden beginnt am Dienstag, 27. September, um 19.30 Uhr im Haus der Begegnung in Sulzbach. Die Referentin erläutert die Wirkung von Entspannung auf Körper und Seele und gibt Tipps und Tricks, für kurze Auszeiten am Tag. Der Eintritt ist frei. ana



Franz Müntefering ruft bei seinem Vortrag im Elsenfelder Bürgerzentrum Senioren dazu auf, sich zu engagieren, in Bewegung zu bleiben und soziale Kontakte zu pflegen. Foto: Heinz Linduschka

### Hintergrund: Franz Müntefering und die BAGSO

**Franz Müntefering.** 1940 geboren, absolvierte nach der Volksschule eine Ausbildung zum Industriekaufmann und arbeitete bis 1975 in der metallverarbeitenden Industrie. 1966 trat er in die SPD ein, war **22 Jahre Mitglied des Deutschen Bundestags**, unter Kanzler Schröder **Bundesminister für Verkehr, Bau und Wohnungswesen**, unter Kanzlerin Merkel **Vizekanzler und Bundesminister für Arbeit und Soziales**. Vier Jahre lang war er Vorsitzender der SPD-Bundestagsfraktion, knapp drei Jahre Bundestagsvizepräsident der Partei. 2013 trat er nicht mehr zur Bundestagswahl an. Im April 2013 übernahm er ehrenamtlich das Amt des **Präsidenten des Arbeiter-Samariter-Bundes Deutschland**, am 25. No-

vember 2015 wurde er zum Vorsitzenden der **Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO)** gewählt. Unter diesem Dachverband haben sich mehr als 100 Verbände zusammengeschlossen, die gut 13 Millionen Senioren vertreten. **Zentrale Ziele:** realistisches Altersbild in der Gesellschaft; selbstbestimmtes Leben im Alter; gesellschaftliche Teilhabe; solidarisches Miteinander der Generationen; gesundes Altern und hochwertige gesundheitliche und pflegerische Versorgung; Einsatz für die Interessen älterer Verbraucherinnen und Verbraucher. (hlin)

Informationen im Internet: [www.bagso.de](http://www.bagso.de)

Infos im Internet unter [www.seniorenberatung-mil.de](http://www.seniorenberatung-mil.de)

KW 38 Gültig bis 24.09.2016

## REWE DEIN MARKT

BEI UNS HAT FRISCHE  
IMMER SAISON

**Original Wagner Flammkuchen, Pizzas oder Piccolinis**  
versch. Sorten, tiefgefroren,  
(1 kg = 5.53-7.08)  
**250-320-g-Packung**

**11% gespart**  
**1,77**

**SENSATIONS-  
PREIS**

**Mars Riegel Multipacks oder M&M's**  
versch. Sorten,  
(1 kg = 3.97-8.18)  
**6 x 45-7 x 50/170-220-g-Beutel/Packung**

**24% gespart**  
**1,39**

**Rama Buttermilch**  
**Rama Brotaufstrich**  
versch. Sorten,  
(1 kg = 1.98)  
**500-g-Becher**

**37% gespart**  
**0,99**

**Westland Old Amsterdam**  
holl. Hartkäse,  
48% Fett i.Tr.  
**100 g**

**27% gespart**  
**1,29**

**PAYBACK**

**PUNKTE-HIGHLIGHTS  
DER WOCHE**

**30FACH PUNKTE** beim Kauf von **MIRACEL WHIP & BULL'S-EYE** PRODUKTEN im Gesamtwert von über 2 €\*

**essreif**

**2-Stück-Schale**  
**Aktionspreis**  
**1,49**

Brasilien/Israel/  
Puerto Rico:  
**Mango**  
Sorte: siehe Etikett, Kl. I,  
**2-Stück-Schale**

**Deutschland:**  
**Blumenkohl**  
Kl. I  
**Stück**

**Aktionspreis**  
**0,79**

**WILHELM BRANDENBURG**

**Hackfleisch gemischt**  
vom Rind und Schwein,  
(100 g = 0.40)  
**250-g-Packung**

**Aktionspreis**  
**0,99**

**WILHELM BRANDENBURG**

**Kasseler Lachs**  
am Stück,  
(1 kg = 6.24)  
**800-g-Packung**

**Aktionspreis**  
**4,99**

**REWE Beste Wahl**

Niederlande:  
**Mini Cherry Rispentomaten**  
»Dulcitak«, Kl. I,  
(100 g = 1.00)  
**200-g-Schale**

**Aktionspreis**  
**1,99**

**Landliebe Frische Landmilch**  
3,8% Fett,  
(1 l = 0.74)  
**1,5-l-Packung**

**25% gespart**  
**1,11**

**JACOBS Krönung**  
gemahlener oder löslicher Bohnenkaffee,  
versch. Sorten,  
(1 kg = 7.76-38.80)  
**100/500-g-Glas/Packung**

**22% gespart**  
**3,88**

**Stenger's Apfelwein oder Apfelsaft\*\***  
Direktsaft, versch. Sorten,  
(1 l = 0.88)  
**6 x 1-l-Fl.-Kasten**  
zzgl. 2.40 Pfand

**18% gespart**  
**5,29**

**Coca-Cola**  
versch. Sorten,  
teilw. koffeinhaltig,  
(1 l = 0.63)  
**4 x 1,5-l-PET-Fl.-Packung**  
zzgl. 1.00 Pfand

**13% gespart**  
**3,77**

**Henkell Sekt trocken**,  
(1 l = 5.32)  
**0,75-l-Fl.**

**20% gespart**  
**3,99**

\*Die Punktegutschrift kann erst ab einem Mindestumsatz von 2 € (ohne Pfand) in der angebotenen Kategorie geltend gemacht werden. Angebote sind bis zum 24.09.2016 gültig. PAYBACK Karte an der Kasse vorzeigen. Alle Abbildungen beispielhaft.

Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Aktionspreise sind zeitlich begrenzt. Verkauf nur solange der Vorrat reicht. \*\*Nur in teilnehmenden Märkten erhältlich.