

SpätSommer

Sonderbeilage für Junggebliebene 01/2016

Wer bitte? Gromke Hörzentrum!



Ein gutes Team: Gabriele Gromke (rechts) mit Tochter Beate.

„Heute ist mein glücklichster Tag“. Diesen Satz konnte Gabriele Gromke am 5. Februar 2016 mit Bestimmtheit sagen. An diesem Tag feiert die Hörakustikmeisterin gemeinsam mit ihrem Team und guten Partnern ihr 25. Firmenjubiläum.

Gromke Hörzentrum ist nicht nur älteren Menschen ein Begriff. Fehlhörigkeit macht sich an keinem Alter fest. Aber man sollte rechtzeitig darauf reagieren, so die Fachfrau, damit eben keine Schwerhörigkeit daraus entsteht.

Gabriele Gromke erläutert mit kurzen, verständlichen Worten was passiert, wenn das Hörvermögen eingeschränkt ist. „Zuerst wird der Fernseher lauter gestellt, dann überhört man die Klingel an der Haustür, zu guter Letzt beteiligt man sich nicht mehr an Gesprächen, zieht sich in eine stille Ecke zurück“, umfasst sie markante Merkmale. Den oftmals gemachten Einwurf „Opa ist alt, hat seine Ruhe verdient“ lässt sie so nicht gelten. „Opa würde schon gern mitreden wollen, wenn er dem Gespräch folgen könnte“, meint sie. Deshalb ihre eindringliche Bitte,

rechtzeitig einen Hörakustiker aufzusuchen und die oftmals vertretene Ansicht, Hörgeräte seien ja viel zu teuer, zu ignorieren. An erster Stelle stehen das eigene Wohlbefinden und die persönlichen Bedürfnisse. Was erwarte ich

„Heute ist mein glücklichster Tag“

noch vom Leben? Diese Frage sollte sich jeder stellen. Im Beratungsgespräch werden dann sowohl persönliche Vorstellungen als auch die eigenen finanziellen Mittel besprochen. „Und wir finden, das kann ich mit Fug und Recht sagen, für jeden das passende Hörgerät“, so Gabriele Gromke.

Apropos Hörgerät. Dieses Wort sei gar nicht mehr zutreffend für den Minicomputer, der heute digital Worte, Musik und andere Geräusche steuern kann. „Sie sehen nicht nur schön aus, es sind einfach fantastische Geräte, die jedem Hörgeschädigten wieder eine neue Erlebniswelt öffnen“, schwärmt die Hörakustikmeisterin. Und sie weiß, wovon sie spricht.

Lesen Sie bitte auf Seite 2 weiter



Liebe Leser,

Spätsommer, mitten im Winter? Das weckt den Gedanken an angenehm warme Tage, denen die Hitze des Sommers fehlt, an goldgelbe, bereits abgeerntete Felder, an rotbäckige Äpfel, Sonnenblumen, an klare Luft und an frühe Abende, die man gern noch im Freien bei einem Glas Wein oder am Lagerfeuer verbringt. Die lärmigen Tage sind vorbei, auf leisen Sohlen bereitet sich die Natur auf Herbst und Winter vor, und sie verzaubert uns mit ihrer ganz besonderen Atmosphäre. Umgangssprachlich heißt das Altweibersommer. Aber wer, bitte schön, möchte heute schon alt sein?!

Fühlen wir uns in fortgeschrittenem Alter nicht ähnlich? Wir müssen nicht mehr die höchsten Gipfel besteigen, uns tagtäglich aufs Neue beweisen, die meisten Fehler haben wir bereits gemacht und bewältigt. Geblieben ist jedoch die Neugier aufs Leben. Sie treibt uns auch mit 60 Plus in Hörsäle, in Sprach- und Computerkurse, lässt uns Sporthallen füllen, in Reisekatalogen stöbern und unsere Erfahrungen weitergeben an Junge, die noch am beruflichen Anfang stehen. Das Leben im Spätsommer macht Spaß, weil kein MUSS, nur ein KANN dahinter steht.

„SpätSommer“ – mit dieser kleinen Sonderbeilage wollen wir Ihnen Tipps und Anregungen für die Tage im Ruhestand geben, die ja längst nicht mehr so ruhig sind.

Auch für mich ist „SpätSommer“ ein Neustart, ein Versuch, mit Ihnen als Junggebliebene Themen aufzugreifen, die uns jung halten. Wenn es uns gemeinsam gelingt, aus der Sonderbeilage ein eigenständiges SpätSommer-Magazin zu machen, würde mich das freuen

Ihre Elke Rath

Bitte schreiben Sie uns Ihre Meinung:



erapress-medien-agentur
Telefon: 0341 – 30 692 310
erapress@ortsblatt-leipzig.de

Kulturtipps

BACH-MUSEUM. Das Bach-Museum am Thomaskirchhof lädt für den 1. März zum Publikumstag. Dann ist der Eintritt ins Museum frei.

GEWANDHAUS. Im Gewandhaus gibt es am 5. März um 16 Uhr ein Familienkonzert. Dann spielt das Gewandhausorchester die Uraufführung des Werkes „Die Tiere des Jadekaisers“ von Tristan Schulze. Das Märchen wird von Malte Arkona nur im Familienkonzert zwischen den Musikstücken erzählt.

SCHAUSPIELHAUS. Das Märchen „Der Zauberer der Smaragdenstadt“ erwartet am 29. Februar, 9-11 Uhr, Klein und Groß.

Auf Probe wohnen

(djd). Wie sieht die eigene Vorstellung vom Ruhestand aus? Weiter im eigenen Haus oder der Wohnung leben oder die Vorteile einer Seniorenwohnanlage nutzen?

Viele sind sich unsicher und wollen ihre Privatsphäre nicht aufgeben. Wer für sich das Passende finden möchte, sollte die Möglichkeit des Probewohnens versuchen. Dabei können die Senioren über mehrere Wochen alle Freizeitangebote kennen lernen, Geselligkeit erfahren – und sich in aller Ruhe entscheiden. Elf Standorte von Nord bis Süd stehen zur Auswahl.

Infos: www.rosenhof.de



Seniorenresidenzen bieten Geselligkeit.

Foto: Rosenhof Seniorenwohnanlagen

Wohnen & Soziales

Dienstag, 9-12 Uhr:

- Beratungsstelle Wohnen und Soziales, Ort: Prager Straße 118-136, Zi. A.O.25

Dienstag, 10-18 Uhr:

- Soziale Beratung, Ambulant Betreutes Wohnen, Beratung „Persönliches Budget“, Mobiler Behindertendienst

Ort: Angerstraße 40-42

Telefon: 0341/6091042

Seniorentelefon der Stadt

0341/123 - 4616

Montag-Freitag von 8.30-12 Uhr

Dienstag zusätzlich von 14-18 Uhr

Fortsetzung von Seite 1

Wer bitte? Gromke Hörzentrum!

20 Jahre hat Gabriele Gromke zu DDR-Zeiten als Audiologie-Phoniatrie-Assistentin in einer Poliklinik gearbeitet. Mit dieser Berufserfahrung hätte sie zur Wendezeit eine Ausnahmegenehmigung erhalten, um in dieser Branche weiterzuarbeiten. Gabriele Gromke wollte mehr und absolvierte ein Meisterstudium in Lübeck, der einzigen Ausbildungsstätte für Hörakustiker.

„Mit 40 Jahren hielt ich stolz meinen Meisterbrief in der Hand“, erzählt sie und sie fühlte sich jung genug, um ein eigenes Unternehmen zu gründen. Übrigens nur rund 100 Meter entfernt vom jetzigen Firmensitz in der damaligen Straße der Befreiung 84 (Dresdner Straße).

Heute, 25 Jahre später, ist sie Chefin von neun Filialen und 42 Mitarbeitern, die „ihre Schule“ absolviert haben. Ich arbeite gern mit jungen Leuten zusammen, versichert sie. Eigenen Firmennachwuchs auszubilden, der von der Pike auf das Handwerk erlernt und versteht, wie wichtig Qualität und Service sind, gehört zur Firmenphilosophie. „Technik“, so Gabriele Gromke, „hat jeder. Punkten kann man heute nur durch Service und beste fachliche Beratung.“

Von ihrem Anspruch und ihrer Begeisterung für den Beruf konnte sie letztendlich auch ihre Tochter überzeugen. „Ich bin stolz auf meine Tochter“, meint die Hörakustikmeisterin. Es mache sie froh zu wissen, dass das Unternehmen auch künftig in guten Händen liegt. Gegenwärtig bilden Gabriele und Beate Gromke eine so genannte Doppelspitze. Vorteile bringt es für beide. Beate Gromke profitiert von den Erfahrungen und Kompetenzen der Mutter, diese wiederum hat mehr Zeit fürs Ehrenamt.

„Heute ist mein glücklichster Tag.“ Diesen Satz konnte Gabriele Gromke schon mehrfach sagen. Zum Beispiel, als sie den „Heribert-Späh-



Gabriele Gromke erhält die Ehrennadel in Gold von Claus Gröhn, Präsident der Handwerkskammer zu Leipzig. Fotos: privat

Preis“ als höchste Auszeichnung für die Ausbildung junger Leute bekam. Oder als sie von der Handwerkskammer zu Leipzig die „Ehrennadel in Gold“ für ihre ehrenamtliche Arbeit erhielt. Auch der „Silberne Meisterbrief“, die jüngste Auszeichnung, macht sie glücklich. Und dass das Gromke Hörzentrum nicht nur ein Familienunternehmen privater Natur ist, macht der „Familienpreis“ der Stadt Leipzig deutlich. Zwar sei es eine logistische Herausforderung, Elternzeiten für weibliche wie männliche Mitarbeiter zu koordinieren, aber schließlich muss man junge Familien fördern und fordern. Das macht ein Unternehmen aus, das eben seit 25 Jahren seinen Standort in Leipzig und Umgebung sichert. „Ich liebe Leipzig, und möchte der Stadt auch etwas geben“, so Gabriele Gromke.

Über diesen Satz müssten wir Leipziger eigentlich glücklich sein!

Elke Rath



Gromke Hörzentrum
Telefon: 0341/6490110
www.gromke.de

Stufe für Stufe, dann klappt's auch mit dem Nachwuchs



Ralph Kolbe ist Treppenhauer. Gegründet wurde das Unternehmen als Zimmerei und Bautischlerei 1931 von Paul Kolbe, seinem Vater. Nach dem Krieg baute man alles, was gebraucht wurde – auch Schlafzimmer und Küchen. Mehr und mehr spezialisierte sich das Unternehmen auf den Treppenaufbau. Dabei kümmert sich Ralph Kolbe vorwiegend um Aufmaße, Angebote und Verträge. Außerdem ist der 68-Jährige ein Scalologe, das sind Fachleute, die sich wissenschaftlich mit Treppenkunde befassen. Seine Kenntnisse sind gefragt, wenn es um die Restaurierung alter Treppen geht. Der 46-jähri-

ge Sohn Steffen könnte die Firma übernehmen, über den notwendigen Meisterbrief verfügt er. Solange es dem Senior allerdings noch in den Fingern kribbelt, arbeiten eben mehrere Generationen nebeneinander. Damit das noch lange währt, treibt der 68er auch Sport. Schon als Jugendlicher habe er beim Speerwerfen geglänzt. „Das prägt“, erklärt der Treppenhauer sein Top-Leistungsvermögen.

Dass es wie in anderen Handwerksbetrieben Höhen und Tiefen gab, lässt er nur anklingen. Manch zahlungsunwilliger Kunde hatte dem Meister schon schlaflose Nächte bereitet. Aber das ist vorbei. Nun kümmert sich Kolbe um den Nachwuchs; jahrelang war er Vorsitzender der Prüfungskommission für Lehrlinge.

Text/Foto: Thomas Biskupek

Fröhlich-Singers – SINGT MIT!

Freitag, 26. Februar, 18 bis 20 Uhr:

Katja Bauer lädt zum gemeinsamen, fröhlichen Singen in der Mühlstraße 14 e. V. ein. Bekannte Hits, Schlager und Volkslieder werden gesungen und kleine Rhythmus- und Lockerungsübungen geben der ungeübten Stimme eine kurze Verschnaufpause. Liedtexte werden per Beamer projiziert, Vorkenntnisse sind nicht nötig. Jeder, der will, kann gerne dazu kommen und mitsingen, summen und klatschen – einfach alles, was Freude macht.

Mit Voranmeldung: 6 EUR, Abendkasse 8 EUR.



Ansprechpartner: Katja Bauer
Funk: 0177 1593378
www.froehlich-singers.com

Druckworkshop „Ostern“

Sonntag, 13. März, 12 bis 16 Uhr:

Vor der Osterzeit lädt das Museum für Druckkunst in seine Werkstätten ein. Zusammen mit Leipziger Künstlern können Sie die Technik der Radierung sowie den historischen Bleisatz für individuelle Grafiken und originelle Texte ausprobieren. Kosten: 12 Euro, erm. 9 Euro, 25 Euro für Familien. Voranmeldung erwünscht.



Nonnenstraße 38, 04229 Leipzig
Telefon: 0341|231620
E-Mail: info@druckkunst-museum.de

Spätsommer

Sonderbeilage Ortsblatt-Leipzig
www.ortsblatt-leipzig.de

Redaktion: Elke Rath

erapress-medien-agentur
Brandvorwerkstraße 52-54
04275 Leipzig

E-Mail: erapress@ortsblatt-leipzig.de

Die nächste Ausgabe erscheint im April 2016.

Unsere Themen:

- Barrierefrei Wohnen
- Bewegung hält fit
- Ich bin dann mal weg ...
- Zu alt für neuen Job?
- Haushaltshilfen & Service
- Veranstaltungen
- Gutes Sehen & Hören

Anzeigenschluss: 24. März 2016

Mediadaten und Anzeigenschaltung:
erapress@ortsblatt-leipzig.de
www.ortsblatt-leipzig.de



In der VHS Leipzig lernen Seniorinnen und Senioren auf vielfältige Weise, aber immer mit Spaß, Englisch. Hier üben sie mit Dozentin Dana Gläber an der digitalen Tafel Vokabeln.

Foto: VHS Leipzig, Hensel

Junggebliebene mischen überall mit

Im Schnitt besuchen pro Jahr 46.000 Lernende jeden Alters die Volkshochschule Leipzig, darunter rund 1400 Junggebliebene ab 65.

„Auffallend stark sind in dieser Gruppe die Frauen vertreten, die fast zwei Drittel ausmachen“, sagt Ilona Hensel, verantwortlich für Öffentlichkeitsarbeit. Ende Februar startet das Frühjahrssemester der VHS Leipzig mit sagenhaften 1715 Bildungsangeboten. Allein in mehr als 350 Kursen können Interessierte über 20 Sprachen erlernen, von Arabisch und Dänisch bis zu Thai und Türkisch. Speziell an Senioren wenden sich Angebote, die mit Smartphone und Tablet vertraut machen. Bei dem selbstständigen IT-Fachmann Thomas Kay Danker sind nicht nur Einsteiger bestens aufgehoben. Danker, der

mitten im Berufsleben steckt, gehört zu den über 750 Kursleitern. Einige sind selbst Junggebliebene, die ihr Wissen gern weitergeben. Zu ihnen gehört Traudl Schneehagen (Foto), die ihren Kurs bildnerisches Gestalten für Senioren in den 1990er Jahren selbst ins Leben rief und bis heute am Leben erhält. „Ich wollte längst aufhören, aber die Teilnehmer protestieren“, gibt die 79-Jährige zu Protokoll.“

Junggebliebene im Rentenalter fühlen sich wohl bei uns“, sagt Ilona Hensel, die das Lernfieber tagtäglich erlebt. Und sie betont, dass „in unserer Bildungseinrichtung alle Themen offen angesprochen werden“, vor allem im Gesundheitsbereich. In dem Bereich finden gut nachgefragte kostenlose Foren statt, zu Themen wie Depressionen im Alter, Partnerschaft und Sexualität im Alter, Verengung der Halsschlagader, chronischer Knieschmerz.

In den VHS-Kursen können sich alle offen austauschen. Allein 414 Gesundheitsangebote einschließlich 113 Ernährungs- und Kochkurse stehen zur Auswahl. Dabei werde nicht im eigenen Saft gerührt. „Wir arbeiten eng mit dem Gesundheitsamt der Stadt Leipzig zusammen, außerdem mit dem Gehörzentrum Gromke und neuerdings mit dem Pilateszentrum“, so Hensel.

Text/Fotos (2): Marianne H.-Stars



Telefon: 0341/123-6000/42
E-Mail: vhs@leipzig.de
www.vhs-leipzig.de

Am Sonnenpark

Seniorenbüro Südost mit
Begegnungsstätte „Kregeline“

„Tischlein deck Dich“

Mo., 7. und 21. März, 16.30–20 Uhr
Lust und Freude am Kochen,
auf Neues und nette Leute.
UKB: 5 Euro mit Anmeldung

Buchlesung zum Frauentag

Di., 08. März, 15.30 Uhr Uhr:
Café & Bistro „Am Sonnenpark“
mit der Autorin Sabine Wolf

Tanzen im Sitzen

Mi., 09. und 23. März, 9–10 Uhr:
Trainieren Sie in geselliger Runde
Körper und Geist. UKB: 4,50 Euro

Vortrag Patientenverfügung

Hospizverein Leipzig
Do., 10. März, 14.30–16 Uhr

Gesundheitsberatung und Ernährung

Fr., 11. März, 10–12 Uhr: Thema:
Fibromyalgie – wenn Bewegung
schmerzt. UKB 2 Euro

Tanz für Junggebliebene

Di., 15./22./29. März, 16.30–18
Uhr: Tanz ist die beste Medizin und
macht dabei noch Spaß – machen
Sie mit. UKB: 2 Euro

Indische Singegruppe „Boggians“

Zum Zuhören und Mitsingen
Mi., 16. März, 15.30–16.30 Uhr:
Das Singen von „Bhajans“ kann Herz
und Seele berühren. Wir freuen uns,
wenn Sie bei diesem Konzert davon
etwas mitnehmen können.

„Osterinseln“ – Reiseberichte von

Weltenbummler Jörg Hertel
Di., 22. März, 15.30 Uhr, ab 14.30
Uhr ist Kaffeezeit.

UKB: 4 Euro VVK/5 Euro AK

i Mattheuerbogen 6
Telefon: 0341| 869769-0
www.asb-leipzig.de

Marianne Sägebrecth liest im Leipziger Westbad – jetzt Tickets sichern!

Am 12. März können sich Fans
der Schauspielerin Marianne Sä-
gebrecth freuen: Im Leipziger
Westbad wird sie gleich in zwei
Lesungen zu erleben sein.

Ab 15 Uhr (Einlass: 14 Uhr) liest
sie aus den berühmten Mumin-
Büchern der finnlandschwedischen
Schriftstellerin Tove Jansson. Die
nilpferdartigen ungefähr 50 Zen-
timeter großen Trollwesen haben
seit ihren ersten Abenteuern, die
1945 veröffentlicht worden sind,
Fans und Freunde in über 30 Län-
dern gefunden.

Ebenso fantasievoll sind die Werke
der Leipziger Buchkinder. Ein aus-
gewähltes Buch wird die Schau-
spielerin ebenfalls vorstellen. Im
Buchkinder Leipzig e. V. – einer
Buch- und Schreibwerkstatt für
Kinder und Jugendliche im Alter
von 3–18 Jahren – entwickeln Jun-
gen und Mädchen ihre Geschichten
zu eigenen Büchern. In der traditi-
onsreichen Buch- und Verlagsstadt
Leipzig arbeiten aktuell fast 200
Kinder an ihren Buchprojekten. Die
Lesung findet mit musikalischer
Begleitung statt

**Ermäßigte Tickets für Kinder ab
7 Jahren unter: [www.culton.de/
marianne-sagebrecht-liest-fur-
kinder-leipzig.html](http://www.culton.de/marianne-sagebrecht-liest-fur-kinder-leipzig.html)**

Mariannes Zauberkessel

Autobiografisches und geheime
Rezepte aus Mariannes Zauberkes-
sel gibt es in der zweiten Lesung
ab 20 Uhr, wenn Marianne Säge-
brecht ihr neuestes Buch „Auf dem
Weg nach Surinam“ vorstellt. Essen
und Getränke nach Rezepten von
Marianne Sägebrecth werden für



„Auf dem Weg nach Surinam“ – er-
schienen im Nymphenburger Verlag.

das Publikum speziell zubereitet. Das
Leben der beliebten Schauspielerin
und Autorin Marianne Sägebrecth
ist auf besondere Weise mit dem der
Malerin und Naturforscherin Ma-
ria Sibylla Merian (1647–1717) ver-
knüpft. In ihrem neuen Buch „Auf
dem Weg nach Surinam“ wagt sich
Marianne Sägebrecth zusammen mit
Maria Sibylla Merian auf ganz au-
ßergewöhnliche Erinnerungspfade
ihrer eigenen Geschichte. Sie lässt
die Leser an geheimnisvoll verwobe-
nen Berührungspunkten ihrer beiden
Biografien und der ihres Sehnsuchts-
landes Surinam teilnehmen. Dabei
verzaubert sie mit Philosophischem,
mit Erkenntnissen aus der Urwald-
medizin und wohltuenden Rezepten
aus ihrem bayerisch-surinamischen
Zauberkessel.



12. März, ab 20 Uhr: Lesung mit Marianne Sägebrecth
Achtung! Essen und Rezepte nach „Mariannes Zauberkessel“
Leipziger Westbad öffnet Küche und Kasse bereits ab 18 Uhr!

1. März, 16 Uhr:

„Vorsorgevollmacht/
Betreuungsverfü-
gung“

15. März, 16 Uhr:

„Patientenverfü-
gung“, Pflegenetz-
werk Leipzig Rosa-
Luxemburg-Straße
27 (Listhaus).

Kostenfreier Eintritt,
um Anmeldung wird
gebeten. Telefon:

0341 5832411
Kursstart: „Pflege in
der Häuslichkeit“ am
7. März, 16 Uhr, An-
meldung www.pflegenetzwerk-leipzig.de.

MIT GEFÜHL

Lösungsorientierte Beratung
Reiki • Entspannung

Katrin Reinsberger
Breslauer Str. 12 • 04299 Leipzig
Termine nach telefonischer
Vereinbarung: ☎ 0341/64 02 81 81
kontakt@mit-gefuehl-leipzig.de
www.mit-gefuehl-leipzig.de

Praxis für Ergotherapie



Mario Diecke
Staatlich anerkannter Ergotherapeut

im Ärztehaus Stötteritz

· alle Kassen und privat ·

Holzhäuser Str. 81
04299 Leipzig

Tel.: 0341/8 63 20 14

Fax: 0341/8 63 20 57

Mobil: 0162/4 14 32 34

Anzeigen

Podologische Praxis


Med. Fußpflege

Prager Straße 173 (Nebengebäude)
04299 Leipzig, Tel.: 0176 - 10353518

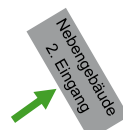
- Podologische Gesamtleistungen
auf Rezept und Privat

- Maniküre

- nach Vereinbarung und auch als
Hausbesuch

Sie finden uns:

Prager Straße 173
(Villa)



Prager Straße