

In unregelmäßigen Abständen informiert der Seniorenbeirat in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro über Aktuelles, Interessantes und Wissenswertes rund um den aktiven Ruhestand. Es wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Alle Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

### Adventsfeier der Senioren im Stadthaus Bruchköbel

**A**uch in diesem Jahr lädt der Seniorenbeirat alle Bürgerinnen und Bürger ab 70 Jahren herzlich zu einem besinnlichen Adventsnachmittag ein. Die Feier findet am **Sonntag, den 7. Dezember 2025, ab 14 Uhr** im festlich geschmückten großen Saal des **Stadthauses Bruchköbel** statt – in Kooperation mit dem **Seniorenreferat**.

Freuen Sie sich auf einen stimmungsvollen Nachmittag voller Gemeinschaft, Musik und vorweihnachtlicher Atmosphäre. Die **Kapelle der Freiwilligen Feuerwehr** eröffnet das Programm mit musikalischen Highlights. Anschließend sorgt der beliebte **Alleinunterhalter Holger Metschan** mit seinem vielseitigen Repertoire für beste Unterhaltung und heitere Stimmung. Für das leibliche Wohl wird gesorgt, auch ein Gläschen Wein wird dabei nicht fehlen.



Ein besonderes Erlebnis wird der Auftritt einer **Märchenerzählerin** sein, die mit einer liebevoll ausgewählten Geschichte die Gäste in die Welt der Adventszeit entführt. Der Chor „**Happy Voices**“ bringt mit weihnachtlichen Liedern festliche Klänge in den Saal, bevor zum Abschluss gemeinsam traditionelle Weihnachtslieder gesungen werden – ein Moment der Besinnlichkeit und des Miteinanders.

Die Adventsfeier bietet eine wunderbare Gelegenheit, alte Bekannte wiederzusehen, neue Kontakte zu knüpfen und in gemütlicher Runde die Vorweihnachtszeit zu genießen. **Alle Seniorinnen und Senioren sind herzlich eingeladen. Die Teilnahme ist kostenlos.** Wir bitten unsere

Gäste, zur Schonung der Umwelt ihr eigenes Kaffeegedeck (Tasse, Teller, Kaffeelöffel und Kuchengabel) mitzubringen – und damit auch eine persönliche Note zur Feier beizutragen.

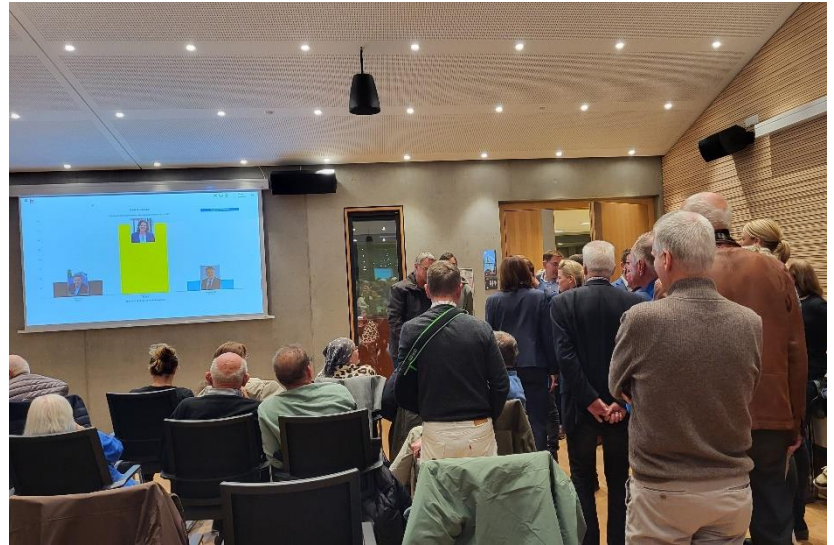
Für weitere Informationen und Rückfragen steht das Seniorenreferat per E-Mail unter [seniorereferat@bruchkoebel.de](mailto:seniorereferat@bruchkoebel.de) oder telefonisch unter 06181-975 815 gerne zur Verfügung.

### NEUES AUS DEM STADTHAUS

**L**iebe BOB-Leserinnen und Leser, zuallererst möchte ich mich bei allen Wählerinnen und Wählern bedanken, die ihre Stimmen bei der Bürgermeisterwahl abgegeben haben. Die Wahlbeteiligung von 54 Prozent ist gut, aber kann natürlich noch besser werden.

**Ich bedanke mich auch für das große Vertrauen, das mir bei dieser Wahl geschenkt worden ist.** Das eindeutige Wahlergebnis ist eine Bestätigung meines Einsatzes der letzten sechs Jahre und wie vor sechs Jahren **verspreche ich allen Bruchköbelerinnen und Bruchköbelern wieder, mich weiter immer zu 100 Prozent für unsere Stadt einzusetzen.** Dabei setze ich weiterhin auf eine **gute Zusammenarbeit mit dem Magistrat und der Stadtverordnetenversammlung sowie allen Fraktionen.**

Ich bedanke mich auch bei den vielen Wahlhelferinnen und -helfern, die den reibungslosen Ablauf in den Wahllokalen und bei der Auszählung der Briefwahlstimmen im Stadthaus ermöglicht haben. Auch den Einsatz der Kolleginnen und Kollegen im Wahlamt, allen voran Christel Barth, möchte ich nicht unerwähnt lassen. Eine Wahl bedeutet immer auch monatelange Vorbereitungen und so ist dieses Mal nach der Wahl eigentlich wieder vor der Wahl. Denn **am 15. März 2026 ist Kommunalwahl in ganz Hessen** – dann wird im Stadthaus im großen Saal wieder fleißig gezählt und im Stavo-Saal auf die Ergebnisse gewartet (siehe Foto).



Doch vorher können wir uns noch auf die Adventszeit und Weihnachten freuen. Wie immer ist der **Bruchköbeler Weihnachtsmarkt traditionell am 1. Adventswochenende** für uns natürlich ein Höhepunkt. Vom 28. Bis 30. November verwandelt sich die **Hauptstraße zwischen dem Freien Platz und dem Stadthaus** wieder in eine weihnachtliche Meile. **Im Stadthaus gibt es den beliebten Kunsthandwerkermarkt, dieses Mal sogar mit noch mehr Ständen.**

Ich wünsche Ihnen einen entspannten November.

Herzliche Grüße aus dem Stadthaus

Ihre Sylvia Braun



Bürgermeisterin

### BRUCHKÖBEL AKTUELL

#### Der Seniorenbeirat besucht die Ausstellung „Belle Wi“ in Wiesbaden

**D**er **Besuch der Ausstellung „Belle Wi** – besser barrierefrei wohnen und leben“ war für den Seniorenbeirat ein echter Augenöffner – und ein inspirierendes Erlebnis. Die **Dauer**ausstellung wird vom Amt für Soziale Arbeit betrieben und befindet sich **im Stadtteil Wiesbaden-Dotzheim**. Die Mitglieder des Beirats konnten bei ihrem Besuch hautnah erleben, wie **durchdachte Wohnkonzepte und technische Hilfsmittel** den Alltag älterer Menschen erleichtern und ihre Selbstständigkeit fördern können.



Schon beim Betreten der Musterwohnung war die Begeisterung spürbar. **Die Räume sind nicht nur funktional, sondern auch wohnlich und einladend gestaltet.**

Vom barrierefreien Eingangsbereich über die Küche bis hin zum Badezimmer – **überall finden sich praktische Lösungen, die Sicherheit und Komfort miteinander verbinden.** Besonders beeindruckt zeigten sich die Mitglieder vom höhenverstellbaren Waschtisch, den rutschfesten Bodenbelägen und den intelligenten Lichtsystemen, die sich automatisch anpassen und für gute Orientierung sorgen.



Die Möglichkeit, **viele der gezeigten Produkte direkt auszuprobieren**, wurde als sehr hilfreich empfunden. Ob Hausnotrufsysteme, elektronische Türöffner oder Alltagshilfen wie Greifzangen und Tabletenspender – **die Ausstellung zeigt, wie vielfältig und alltagstauglich Barrierefreiheit sein kann.** „Man merkt sofort: Hier wurde mitgedacht – nicht nur technisch, sondern auch menschlich“, fasste Vorsitzender Dr. Matthias Herget seine Eindrücke zusammen.

Neben den technischen Aspekten wurde auch deutlich, wie wichtig die individuelle Beratung ist. **Die Ehrenamtlichen vor Ort nahmen sich Zeit für Fragen** und erklärten anschaulich, wie sich viele der gezeigten Lösungen auch in bestehenden Wohnungen nachrüsten lassen – oft sogar mit geringem Aufwand.

Die Ausstellung hat gezeigt, wie viel möglich ist – und **wie wichtig es ist, Barrierefreiheit nicht als Sonderfall, sondern als selbstverständlichen Teil des Wohnens zu begreifen.** Der Seniorenbeirat geht mit frischem Elan und vielen Ideen aus Wiesbaden zurück und freut sich darauf, diese Impulse in der eigenen Gemeinde umzusetzen.

### BRUCHKÖBEL AKTUELL

#### Musikalischer Abschluss der Innenhofkonzerte im AWO-Sozialzentrum

Seit dem Muttertag fanden im AWO Sozialzentrum Bruchköbel auch in diesem Jahr an jedem zweiten Sonntag ab 15:30 Uhr stimmungsvolle Innenhofkonzerte statt, die vom Seniorenbeirat der Stadt Bruchköbel unterstützt wurden. Am Sonntag, den 5.10.2025 erlebte die beliebte Konzertreihe ihren gelungenen Abschluss mit einem Auftritt der Kapelle der Freiwilligen Feuerwehr Bruchköbel.



**Karl-Heinz Gloede, Mitglied des Seniorenbeirats** der Stadt Bruchköbel, war zu diesem Anlass **vor Ort**, überbrachte den

Gruß der Stadt Bruchköbel. Auch **Einrichtungsleiterin Carmen Bube** begrüßte die Musikerinnen und Musiker sowie Herrn Gloede herzlich und **bedankte sich im Namen des Hauses für die schöne Zusammenarbeit und die musikalische Bereicherung in den vergangenen Monaten.**



Gleich zu Beginn des Konzerts gab es einen **besonderen Moment: Ein Bewohner des Hauses feierte an diesem Tag seinen 91. Geburtstag** und wurde von der Kapelle mit einem musikalischen Geburtstagsständchen überrascht. Der Jubilar freute sich sichtlich über diese liebevolle Geste und bedankte sich herzlich bei den Musikerinnen und Musikern. Im weiteren Verlauf **begeisterte das abwechslungsreiche Repertoire der Feuerwehrkapelle**, von bekannten Klassikern bis zu schwungvollen modernen Stücken alle Zuhörerinnen und Zuhörer. **Eine Bewohnerin brachte es am Ende treffend auf den Punkt: „Das könnte jetzt so weitergehen!“**

**Bei Sekt, Orangensaft und kleinen Knabberereien genossen alle Anwesenden das Konzert und die fröhliche Atmosphäre.** Das AWO Sozialzentrum Bruchköbel zieht ein rundum positives Fazit. **Die Konzertreihe war ein voller Erfolg** und sorgte über den Sommer hinweg immer wieder für musikalische Freude und wertvolle Begegnungen, für die Bewohner, die Angehörigen, die Mitarbeiter und auch für Gäste.

### LETZER BINGO-NACHMITTAG IM NOVEMBER

**An jedem letzten Montag im Monat lädt die AWO Bruchköbel um 16 Uhr zu einem vernünftigen Bingo-Nachmittag ein.** Zahlreiche Gäste nehmen regelmäßig teil und genießen die heitere Atmosphäre, in der gemeinsam gelacht, gejubelt und mitgefiebert wird.

**Die letzte Gelegenheit, in diesem Jahr mitzuspielen, bietet sich am 24. November – im Dezember pausiert das Bingo**, bevor es im Januar mit frischer Energie weitergeht. Dann erwarten die Teilnehmenden erneut spannende Spielrunden mit tollen Preisen. Jeder Interessierte ist herzlich willkommen! Die Teilnahmegebühr beträgt 0,50 Euro pro Bingokarte, gespielt werden etwa drei bis vier Runden. **Wir freuen uns schon jetzt auf viele Gäste und weitere fröhliche Bingo-Nachmittage im neuen Jahr.**

### BRUCHKÖBEL AKTUELL

## Mitten im Leben – Der Seniorenbeirat auf der Vitalmesse Bruchköbel

Mit großer Freude und viel Engagement war der **Seniorenbeirat** Ende September mit einem eigenen **Informationsstand auf der Vitalmesse in Bruchköbel vertreten**. Die Messe mit rund 30 Ständen, deren **Angebote sich rund um Gesundheit, Wohlbefinden und aktives Älterwerden** drehten, bot eine ideale Plattform, um mit Bürgerinnen und Bürgern ins Gespräch zu kommen und neue Impulse für die Seniorenarbeit in Bruchköbel zu gewinnen. Infovorträge der Anbieter in den Seminarräumen rundeten das breite Angebot ab, das nicht nur Senioren, sondern alle Generationen im Blick hatte.



Schon kurz nach Messebeginn füllte sich der große Saal im Stadthaus, und **auch an dem Stand des Seniorenbeirates herrschte reger Betrieb**. Viele Besucherinnen und Besucher – darunter nicht nur Seniorinnen und Senioren, sondern auch Angehörige und **Interessierte** aus allen Altersgruppen – **nutzten die Gelegenheit, sich über die vielfältigen Aufgaben und Angebote des Seniorenbeirates zu informieren**. Besonders gefragt waren Informationen zu unseren regelmäßigen Veranstaltungen wie dem Café Digital oder dem Seniorentanz.

**Das persönliche Gespräch stand den ganzen Tag im Mittelpunkt**. Viele Gäste schilderten ihre eigenen Erfahrungen, äußerten Wünsche und Anregungen oder **erkundigten sich nach konkreten Angeboten, vor allem im digitalen Bereich**. Hierzu haben viele über ihre Erfahrungen mit Schockanrufe berichtet. Diese Offenheit zeigt, wie wichtig die Arbeit des Gremiums für die Menschen in Bruchköbel ist und wie groß der Bedarf an Austausch, Information und Mitgestaltung ist. **Der Tag auf der Vitalmesse war für den Beirat nicht nur eine Gelegenheit zur Präsentation, sondern vor allem ein wertvoller Austausch**. Die **vielen positiven Rückmeldungen**, das ehrliche Interesse und **die konstruktiven Gespräche** haben gezeigt: Seniorenarbeit in Bruchköbel wird gesehen, geschätzt – und sie ist wichtiger denn je.



Für die Zukunft nimmt der Beirat viele Anregungen mit: den Wunsch nach mehr Informationsveranstaltungen, nach niedrigschwelligen digitalen Angeboten und nach Treffpunkten, die Begegnung und Austausch fördern. **Das Gremium wird diese Impulse aufgreifen und sich weiterhin für ein aktives, selbstbestimmtes und gut vernetztes Älterwerden in Bruchköbel einsetzen**.

### BRUCHKÖBEL AKTUELL

#### Neue Tagespflegeeinrichtung „Haus Bruchköbel“ ab Frühjahr 2026

Im Rahmen der **letzten Sitzung des Seniorenbeirats** stellte sich der **Pflegedienst Kremer** vor und präsentierte seine Pläne für **eine neue Tagespflegeeinrichtung in Bruchköbel**. Das familiengeführte Unternehmen erweitert **ab Frühjahr 2026** sein Angebot für Seniorinnen und Senioren um das „Haus Bruchköbel“ im Inneren Ring/Alte Post. Die neue Einrichtung **wird Platz für 31 Gäste** bieten und ergänzt das bewährte Konzept des Pflegedienstes um einen weiteren Standort im Main-Kinzig-Kreis.



**Der Seniorenbeirat begrüßt die geplante Erweiterung ausdrücklich.** In Bruchköbel besteht bereits ein etabliertes Angebot durch **die Sozialen Dienste der Stadt, die seit Jahren mit großem Engagement eine Tagespflege betreiben.** Die neue Einrichtung versteht sich als **sinnvolle Erweiterung** der Kapazitäten in einer wachsenden Versorgungslandschaft. **Der Bedarf an wohnortnaher Tagespflege steigt kontinuierlich** – sowohl durch demografische Entwicklungen als auch durch den Wunsch vieler Familien nach flexibler Unterstützung im Alltag. **Der Beirat sieht in der zusätzlichen Einrichtung eine Möglichkeit, das Angebot für ältere Menschen in Bruchköbel weiter zu stärken und individuelle Betreuungslösungen zu ermöglichen.** Die Betreiber von Einrichtungen der Tagespflege eint das gemeinsame Ziel, die Lebensqualität älterer Menschen zu fördern, das möglichst lange Wohnen in den eigenen vier Wänden zu ermöglichen und dabei ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu sichern.

#### C@FÉ DIGITAL macht Winterpause – Wiedersehen im Januar

Das Team C@fé Digital dankt allen Teilnehmerinnen und Teilnehmer herzlich für Ihr Interesse und Ihre Begeisterung für den gemeinsamen Austausch über digitale Themen. Die monatlichen Treffen sind immer eine wertvolle Gelegenheit, voneinander zu lernen und neue Impulse zu gewinnen.

Ein besonderer Dank gilt den ehrenamtlichen Unterstützerinnen und Unterstützern, die mit ihrer fachkundigen Beratung jedes Treffen bereichern und maßgeblich zum Erfolg unserer Veranstaltungen beitragen.

**Im Dezember pausiert das Café Digital** aufgrund einer spannenden Ausstellung im Artrium. Umso mehr freuen wir uns darauf, Sie im neuen Jahr – **am 14. Januar 2026** – wieder zahlreich begrüßen zu dürfen. Wie gewohnt treffen wir uns **von 14:30 bis 16:00 Uhr im Artrium**, wo wir mit frischen Themen und neuen Angeboten für Sie da sein werden.

#### BLICK PUNKTE

FOTOAUSSTELLUNG  
VERNISSAGE:  
Fr., 28.11.2025 19:00 Uhr

BERND ADAM • BERND BERGER • REGINA BERGMANN • PETERGASSELLSDORFER  
MICHAEL HAUS • IRMTRAUHERRMANN • GERDA JENTOCH-STOCK • MICHAEL JOEST  
SIEGFRIED KEIL • RALF METZGER • BARBARA PALCEI • WOLFGANG RICHTER  
ROLAND SCHIRMER • GERLINDE SCHUBERTH • ALEXANDER THON • DETLEF TRAUTWEIN  
ULRIKE WAGNER • PETRAWENDELER • DIETER WERNER • RAINER WIEGAND



DAS FOTOTEAM BRUCHKÖBEL STELLTAUS  
**29.11. - 14.12.2025**  
ARTRIUM BRUCHKÖBEL  
INNERRING 1C • 63486 BRUCHKÖBEL

40 Jahre

**FtB**  
Fototeam Bruchköbel

ÖFFNUNGSZEITEN:  
FREITAGS, SAMSTAGS & SONNTAGS  
14:00 Uhr - 19:00 Uhr

EINTRITT FREI  
[www.fototeam-bruchkoebel.de](http://www.fototeam-bruchkoebel.de)



### GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

#### Schnelles Gericht: Reis mit Hähnchen



#### Zutaten

400 g Hähnchenbrust  
300 g gewaschener Reis  
600 g Gemüsebrühe  
30 g Butter  
1 rote Paprika  
1 gelbe Paprika  
1 Möhre  
etwas Öl für die Marinade  
Salz/Pfeffer/edelsüßer Paprika

#### Zubereitung

Die Hähnchenbrust in Streifen schneiden und mit Öl sowie den Gewürzen marinieren. Den gewaschenen Reis in ein tiefes Backblech geben, mit der Gemüsebrühe übergießen und die Butter in kleinen Stückchen darauf verteilen.

Paprika und Möhre in Streifen schneiden und gemeinsam mit den marinierten Hähnchenstreifen auf dem Reis verteilen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Ober-/Unterhitze, mittlere Schiene) etwa 25–30 Minuten garen.

**Typ: Dazu passt ein frischer Joghurdip – oder einfach pur genießen. Guten Appetit!**

### Kürbis-Orangen-Marmelade

#### Zutaten

400 g Orangen  
500 g Muskatkürbis  
100 ml Zitronensaft  
1 Stück Ingwer  
1 Sternanis  
4 Kardamonkapseln  
Gelierzucker (nach Bedarf, Verhältnis 3:1)



#### Zubereitung

Orangen und Kürbis schälen und in Würfel schneiden. Zusammen mit dem geschälten Ingwer, Sternanis, Kardamom und Zitronensaft und die gesamte Masse abwägen. Anschließend in einem Topf geben und etwa 20 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen.

Nach dem Kochen die Gewürze entfernen und den Gelierzucker im Verhältnis 3:1 (drei Teile Fruchtmasse, ein Teil Zucker) hinzufügen. Die Mischung unter ständigem Rühren etwa 4 Minuten sprudelnd kochen lassen. Anschließend sofort pürieren und in heiß ausgespülte Gläser füllen. Diese gut verschließen und für etwa 5 Minuten auf den Kopf stellen.

Die Marmelade bleibt ungeöffnet und kühl gelagert mehrere Monate haltbar. Nach dem Öffnen sollte die Marmelade im Kühlschrank aufbewahrt und innerhalb von etwa zwei Wochen verbraucht werden.

### ANGEBOTE IM NOVEMBER

	<b>Was?</b>	<b>Wann?</b>	<b>Wo?</b>
07.11.	<b>Infostand Seniorenbeirat</b>	10-11 Uhr	Wochenmarkt
07.11.	<b>Sprechstunde Seniorenbeirat</b>	11-12 Uhr	Stadthaus (Büro 14)
11.11.	<b>Seniorenbeiratssitzung</b>	ab 10 Uhr	Stadthaus
12.11.	<b>C@fé Digital</b>	14.30-16 Uhr	Artrium
24.11.	<b>Bingo-Nachmittag</b>	16 Uhr	AWO Bruchköbel
26.11.	<b>Reise-Café</b>	14.30-16 Uhr	Artrium
05.12.	<b>Infostand Seniorenbeirat</b>	10-11 Uhr	Wochenmarkt
05.12.	<b>Sprechstunde Seniorenbeirat</b>	11-12 Uhr	Stadthaus (Büro 14)
07.12.	<b>Adventsfeier der Senioren</b>	14-17 Uhr	Stadthaus

### Wöchentlich

Mo	<b>Yoga im Sitzen</b>	11-12 Uhr	Artrium
Di	<b>Yoga im Sitzen</b>	9.30-10.30 Uhr	Artrium
Di	<b>Gedächtniskurs</b>	10.45-12.00 Uhr	Artrium
Di	<b>Stuhl-Gymnastik</b>	14-15.00 Uhr	Artrium
Mi	<b>Strickgruppe</b>	10-12 Uhr	Artrium
Mi	<b>Englischkurse</b>	9.30-12.30 Uhr	Fraktionshaus
Do	<b>Malgruppe</b>	9-12.30 Uhr	Artrium
Do	<b>Stuhl-Gymnastik</b>	10.30-12.30 Uhr	Stadttreff
Do	<b>Skatgruppe</b>	13-17 Uhr	Artrium
Fr	<b>Café Barrierefrei</b>	15-17 Uhr	Artrium
Fr	<b>Englischkurs</b>	10.30-12 Uhr	Fraktionshaus
Fr	<b>Rommé-Club</b>	17.30-22 Uhr	Artrium

**In der Zeit vom 24. 10. bis 9. 11. und vom 27.11. bis 15.12. finden im Artrium Ausstellungen statt.** Alle Angebote, die im ARTRIUM stattfinden, pausieren in diesen Zeiträumen.

**Seniorenreferat Bruchköbel, Tel.: 06181-975 815, E-Mail: seniorenreferat@bruchkoebel.de**

**Notrufnummer Polizei: 110**

**Notrufnummer DRK / Feuerwehr: 112**

**Ärztlicher Bereitschaftsdienst:**

**Bruchköbel 06181-75858**

**bundesweit: 116 117**

**Krankentransport: 06051-19222**

**Zahnärztlicher Notdienst: 01805-607011**

**Apothekennotdienst: <https://apotheken.de> (PLZ im Suchfeld eingeben)**

**Störfallnummer Main Kinzig (Strom, Gas, Wasser) - Notdienst: 06051-884040**



**SCAN ME**