

Ausstellung: „Fast ohne kein Zutun“

Haimo Hieronymus stellt noch bis zum 20. Februar in der Art Galerie in Siegen aus

Siegen. Bis Samstag, 20. Februar, stellt die Art Galerie Siegen in ihren Räumen Arbeiten des Künstlers Haimo Hieronymus aus. Aus der vielfältigen Palette des Malers, Grafikers, Bildhauers und Schriftstellers wird unter dem Titel „Fast ohne kein Zutun“ eine Auswahl seiner Malerei auf Leinwand und Papier gezeigt.

Kontur, von bestimmenden Linien und weichen Übergängen, von Malerei und Schrift. Der Weg zum fertigen Bild ist ein Weg voller Veränderung. So setzt der Künstler immer wieder verschiedene Farbschichten übereinander oder ergänzt Konturlinien. Das Ergebnis eines solchen Arbeitens ist allerdings kein Zufall, es ist lediglich „Fast ohne kein Zutun“.



Noch bis Samstag, 20. Februar, stellt die Siegener Art Galerie in ihren Räumen Arbeiten des Künstlers Haimo Hieronymus aus.

schwarze Konturlinien, die sich vom Gemälde abheben. Skizzenhaft stehen diese Personen im Bildraum, überlagern sich, schauen den Betrachter direkt an oder blicken in den Bildraum, so die Pressemitteilung der Galerie.

Auf diese Weise gelingt es dem Künstler eine Räumlichkeit in das Bild zu bringen, die durch die Farben und deren Übergänge noch verstärkt wird. Das können sich Interessierte in der Ausstellung selbst ansehen.

Wenn es eng wird

Ratgeber der Studienkreise erhältlich

Siegen/Kreuztal/Netphen. Ein schlechtes Halbjahreszeugnis muss noch kein Beinbruch sein, denn noch bleibt ein weiteres halbes Jahr Zeit, die Noten zu verbessern.

gibt es laut Pressemitteilung jetzt kostenlos in den Studienkreisen in Siegen, Kreuztal und Netphen – solange der Vorrat reicht.

Mit seinem Ratgeber „Mehr Erfolg im nächsten Halbjahr“ geben die Nachhilfeinstitute Studienkreis in Siegen, Kreuztal und Netphen Eltern jetzt Tipps, wie sie das Projekt „gelungenes Schuljahr“ gemeinsam mit ihrem Kind angehen können. Die 48 Seiten starke Broschüre

Anlässlich der Vergabe der Halbjahreszeugnisse laden die Studienkreise zudem am kommenden Samstag, 30. Januar, von 10 bis 14 Uhr zu einem Beratungstag ein. Eltern und Schüler erhalten zusätzlich zur Ratgeberbroschüre an diesem Tag eine kostenfreie Lernberatung.



SWA SONDERVERÖFFENTLICHUNG · 27. JANUAR 2010

SENIOREN HEUTE

Die jungen Alten

Aktiver als die Generationen vor ihnen

Alt werden will jeder, alt sein dagegen niemand. Getreu diesem Bonmot füllt die Suche nach dem Jungbrunnen mittlerweile ganze Bücherregale. Ratgeber versprechen viel: Vitalität, gutes Aussehen, Glück.

Tatsächlich gibt das Umfeld den neuen „Altersverweigerern“ recht. Im Durchschnitt zehn Jahre jünger als ihr tatsächliches Alter werden heute die Senioren geschätzt. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen Studie mit dem Titel „Die freie Generation 2009“, die in Kop-

peration der Universität Osnabrück mit einem Versicherer durchgeführt wurde.

Alt zu sein, ist der Studie zufolge für mehr als 90 Prozent der Befragten nichts mehr, das sie selbst betrifft. Und wer kein Alter kennt, verhält sich auch danach: Die „neuen Alten“ achten auf sich und treiben viel Sport. Auch die neuen Medien gehören zu ihrem Alltag: Mehr als die Hälfte der Befragten zwischen 45 und 70 Jahren surft regelmäßig im Internet und nutzt Onlinedienste.



Gesunde Knochen

Ein kleiner Sturz, eine falsche Bewegung – schon ist ein Knochen gebrochen. Für Menschen mit Osteoporose kann die kleinste Bewegung zur Gefahr werden. Wurde die auch als Knochenschwund bekannte Erkrankung früher als Alterserscheinung abgetan, muss sie

heute als Volkskrankheit ernst genommen werden. Nach Angaben des Kuratoriums für Knochengesundheit werden 2016 knapp 40 Prozent aller Deutschen über 50 von der Skeletterkrankung betroffen sein – Frauen fünfmal häufiger als Männer. Eine geringe Knochen-

masse und eine Verschlechterung der Mikroarchitektur des Knochengewebes ziehen dabei eine vermehrte Brüchigkeit nach sich. Wird die Krankheit aber frühzeitig erkannt, kann ihr Fortschreiten gebremst werden.

Ältere Menschen nehmen am Tag im Durchschnitt mehr als drei Tabletten ein. Dabei kann man ins Grübeln kommen: „Habe ich schon oder muss ich noch?“ Ein Apothekenmagazin gibt den Tipp einer deutsch-amerikanischen Forschergruppe weiter: Bei der Einnahme etwas

Ungewöhnliches tun – zum Beispiel auf den Tisch klopfen. So behalte man den Vorgang besser im Kopf, folgern die Wissenschaftler aus ihren Experimenten. Eine gute Möglichkeit, die Übersicht zu behalten, sind laut dem Tipp auch Dosierhilfen.

Kurz & bündig informiert

Später Abschied vom Rauchen

Auch im hohen Alter lohnt sich ein Rauch-Stopp. Das belegt nach einem Bericht in einem Apothekenmagazin eine Studie mit mehr als 2000 Senioren, die kürzlich von der Amerikanischen Geriatriischen Gesellschaft vorgestellt wurde. Forscher verglichen die Fitness von Rauchern, Ex-Rauchern und Nichtrauchern. Teilnehmer, die dem Glimmstängel spät abgeschworen hatten, schnitten bei Gehstests deutlich besser ab als Raucher.

Servicewohnen für Senioren in Freudenberg

- Mittendrin im alten Flecken
- Cafes, Einkaufsmöglichkeiten, Restaurants in unmittelbarer fußläufiger Nähe
- Komfortable Wohnungen mit Parkett, Marmormosaik und 1-3 Balkonen
- Betreuung nach Wunsch durch die Diakonie Pflege und Reha GmbH



Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Besichtigungstermin und lassen Sie sich von unserem Komfort-Wohnkonzept überraschen.

Initiator:
Peter Matschke · Private Hausverwaltung
Waldröler Str. 29 · 51597 Morsbach

Betreuung:
Diakonie Pflege- u. Reha GmbH

Betreutes Wohnen
Schlossberg
Vermietungs-Tel. (provisionsfrei):
0 22 94 / 99 36 90



Aus gesundheitlichen Gründen übergebe ich meine Hörgeräte-Geschäfte in Hilchenbach und Netphen an die traditionsreiche Fa. Hörgeräte Scholl. Das Otoplastik-Labor bleibt weiterhin bestehen, und auch der Vertrieb von Gehörschutz läuft, wie gewohnt, weiter. Ich bedanke mich für Ihr Vertrauen in den vergangenen Jahren. *Manfred Cadel*

Die Filialen werden an gleicher Stelle und mit dem bewährten Mitarbeiter-Team weitergeführt, so dass die Betreuung unserer Kunden nahtlos weiterläuft.

57271 Hilchenbach	Auf der Roese 18	57250 Netphen	Neumarkt 14
(02733) 813 251		(02738) 305 814	
57072 Siegen	Herrengarten 2	Meisterbetrieb seit über 50 Jahren	
(0271) 232 110		www.hoergeraete-scholl.de	

Senioren- Wohn- und Pflegeheim



- Kurzzeitpflege
- Betreutes Wohnen
- Strukturierte Betreuung Demenzzanker in eigener Tagesgruppe
- Komfortzimmer mit Dusche und WC
- Anschlüsse für Telefon und TV
- Cafeteria, Kiosk, Frisörsalon

Wir beraten Sie gern!
Ein persönliches Gespräch ist jederzeit nach Terminabsprache möglich.

Altenheim Elim
Oberndorfer Str. 46a
57334 Bad Laasphe-Oberndorf

Telefon: 02754 / 3747-0
Fax: 02754 / 3747-25
E-Mail: altenheim_elim_gmbh@t-online.de
Internet: www.altenheim-elim-gmbh.de

Wir sind eine anerkannte Einrichtung für Zivildienstleistende.

weil Nähe zählt

Mahlzeitendienst
Sieben Tage heißes Essen:
große Auswahl • Vollkost
Diabetiker-Kost • Leichte Kost
Vegetarische Kost • Tagessuppe
Salatteller • Getränke • Obst
Kuchen • Abendessen

Wir beraten Sie gern. Telefon 02738 / 30789-23
Ihr Malteserteam

Menüservice Essen auf Rädern

Genießen Sie jeden Tag Ihr heißes Lieblingsgericht!

Über 230 Menüs zur Auswahl

1 Essensgutschein
Gültig nach einer Wochenbestellung ab 5 Menüs über den DRK-Kreisverband Siegen-Wittgenstein e.V. Pro Person und Haushalt einmal bei Ihrer erneuten Bestellung einzulösen. Anzeige ausschneiden und mitsenden. Gilt nur für Neukunden.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
02 71/337 16 -24
Fordern Sie unseren Menükatalog an
Neu! Katalog jetzt auch Online!

DRK-Kreisverband Siegen-Wittgenstein e.V.
www.drk-siegen-wittgenstein.de

Mollig - Na und?
Übergrößen für Damen und Herren

Chicke, sportive XXL-Mode

Siegener Straße 28
57258 Freudenberg
(Kundenparkplätze vorhanden)
0 27 34/43 93 33
www.mollig-na-und.de