

April, Mai,
Juni, Juli

2/2024

aktiv dabei



Seniorenbüro



Seniorenbüro der Stadt Speyer



Vorwort

Sehr geehrte Senior*innen,
sehr geehrte Leser*innen,

es freut mich, Ihnen die erste Ausgabe der „Aktiv dabei“ für das Jahr 2024 präsentieren zu können.

Ein Veranstaltungstipp meinerseits: Im Laufe des Junis findet die zweite bundesweite Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ statt. Das Seniorenbüro, die Nachbarschaftshilfe Speyer und die Gemeindeschwesternplus nehmen die Aktionswoche zum Anlass, mit ihren Angeboten aktiv gegen Einsamkeit zu wirken. Den Flyer mit den genauen Terminen zwischen dem 10. und 19 Juni können Sie im Laufe des Mais im Seniorenbüro erhalten.

Die nächste Ausgabe der „Aktiv dabei“ für 2024 erhalten Sie Anfang August. Die Redaktionsfrist ist Montag, der 01. Juli 2024. Sie können mir Beiträge an die E-Mail-Adresse constanze.konder@stadt-speyer.de zukommen lassen oder Beiträge im Seniorenbüro vorbeibringen. Die Ausgabe 03/2024 erscheint Anfang November. Die Redaktionsfrist ist Montag, der 16. September 2024.

Das Seniorenbüro Speyer wünscht Ihnen eine gute Lektüre im Frühling.

Ihre Constanze Konder
Leitung des Seniorenbüros Speyer

Kontakt:

Seniorenbüro Speyer, Maulbronner Hof 1a,
67346 Speyer

Tel.: 06232 14 2661

E-Mail: seniorenbuero@stadt-speyer.de

Internetseite:

<https://www.speyer.de/de/familie-und-soziales/senioren/seniorenbuero/>

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag 09.00 -12.00 Uhr
und nach Terminvereinbarung

Termine 2024

Bildervortrag „Indische Hochzeit“

Ausgerichtet von der Gemeindeschwester plus, Heidi Gangkofner, & dem Seniorenbüro

Montag, 15. April 2024, 15 – 17 Uhr

Seniorenbüro, Veranstaltungsraum,
Maulbronner Hof 1A

Dienstag, 14. Mai 2024, 15 – 16.30 Uhr

Haus am Germansberg, Else-Krieg-
Straße 2, Speisesaal

Spaziergang mit Anekdoten und historischem Hintergrund

Ausgerichtet von der Gemeindeschwester plus, Alexandra Mally, & Ingrid Blank, Ehrenamtliche des Seniorenbüros

Sonntag, 05. Mai 2024, 11 Uhr

Treffpunkt am Brezelhäusel auf dem
Postplatz

**Anmeldung unter Tel. 06232 14 2661
notwendig**

Tanz im Mai

Ausgerichtet von der Gemeindeschwester plus, Alexandra Mally, & dem Seniorenbüro

Freitag, 10. Mai 2024, 15 – ca. 20 Uhr

Gemeinde St. Hedwig, Heinrich-Heine-
Straße 8

Konzert am Nachmittag

Ausgerichtet vom Kulturbüro, unterstützt vom Seniorenbüro

**ACHTUNG! Die Termine finden in der
Stadthalle, Kleiner Saal, Obere Lang-
gasse 33 statt! (barrierefrei)**

Mittwoch, 22. Mai 2024

Band „Irish Jokers“
Irische Folk-Musik

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite	Digitales	Seite
Constanze Konder	2	Mit dem Smartphone kontaktlos bezahlen <u>Silver Tipps!</u>	22
Neue Entwicklungen	Seite		
Jetzt sind sie draußen <u>Ulla Fleischmann</u>	5	Internet, Computer und Smartphone - Hilfen für ältere Menschen in Speyer <u>Thomas Schmid, Redaktion</u>	24
Soziales	Seite		
Präventionstheater „(K)Ein Enkel zu viel“ <u>Redaktion</u>	6	Kultur	Seite
Information Polizei – Flyer Achtung Betrug! Falscher Polizeibeamter, Enkeltrick, Schockanrufe <u>Polizeipräsidium Rheinpfalz – Zentrale Prävention, Rayk Schomburg</u>	8	Büchertipps: Entscheidungen <u>Ursula Franz-Schneider</u>	26
Jahresbericht 2023 <u>Seniorenbeirat der Stadt Speyer</u>	10	Kein Wetter für Oleander <u>Anna Maria Angeli</u>	31
Interview mit einer ehrenamtlichen Nachbarschaftshelferin <u>Heike Röder</u>	15	Lokalgeschichte	Seite
Speyerer Rikscha <u>Alexandra Mally</u>	18	Erste Volkswagen in Speyer Stadtgeschichte(n) <u>Wolfgang Kauer</u>	33
Offener Treff Haus am Germansberg mit der Gemeindeschwester ^{plus} <u>Heidi Gangkofner</u>	19	Mein Leben <u>Theo Germann</u>	34
Bildvortrag Indische Hochzeit <u>Heidi Gangkofner</u>	20	Abschied <u>Theo Germann</u>	34
Digitales	Seite	Speyerer „Wein-Offizier“ Stadtgeschichte(n) <u>Wolfgang Kauer</u>	35
Gemeinsame Internetseite der Digitalbotschafter Dudenhofen & Speyer <u>Redaktion</u>	21	Natur/Tiere	Seite
		Der Lauf der Jahreszeiten... <u>Helga Licher</u>	36
		Anregung <u>Ulla Fleischmann</u>	37
		Blütenräume <u>Theo Germann</u>	38

4 aktiv dabei

Reisen **Seite**
Auf den Spuren des Heiligen
Gunther zwischen Bayerischem
Wald und Böhmerwald
unterwegs
Michael Stephan

Auf dem Loreley Felsen 44
Eine Nacht bei der blonden Fee
Hans Wels

Island – Wilde Insel aus Feuer 47
und Eis
Michael Stephan

Selles un Jenes **Seite**
Kulinarische Ecke:
Von Butter bis Quark
Geschichte der
Milchverarbeitung
Rosemarie Heide Riegel

Nudelwasser- 54
Allzweckmittelchen
Rosemarie Heide Riegel

Anzeigen **Seite**
Sankt Vincentius Krankenhaus 23
Beisel Hütte 35
GEWO 46
Förderverein des Seniorenbüros 55
Stadtwerke Speyer 56

Impressum

Redaktion: Constanze Konder, Karin Scholz,
Herausgeber: Seniorenbüro Speyer
Maulbronner Hof 1A
67346 Speyer
Tel. 06232/14-2661

E-Mail: constanze.konder@stadt-speyer.de
Jede*r Ersteller*in eines Beitrags ist inhaltlich selbst verantwortlich für den jeweils eigenen Beitrag in der Zeitschrift „aktiv dabei“.
Titelbild: Gemeinsames Sonntags-Mittagesen des Vereins der Freunde und Förderer des Seniorenbüros Speyer e.V.

Redaktion
Fotos & Logos: Stadt Speyer: S. 2, 17, 19, 20; pixabay.com/Lolame: S. 4; U. Fleischmann: S. 5; C. Konder: S. 6; T. Gangkofner: S. 6f.; R. Schomburg: S. 8f.; Seniorenbeirat Stadt Speyer: S. 10-14; H. Röder: S. 15; C. Werling: S. 17; A. Mally: S. 18; Digitalbotschafter Dudenhofen & Speyer: S. 21; T. Germann: S. 34, 38; pixabay.com/Andrey_and_Olesya & kirahoffmann: S. 37; M. Stephan: S. 39-43, 47-51; H. Wels: S. 44f.; Pixabay.com/Albrecht Fietz & Micha (HBNS): S. 52f.; Pixabay.com/Patrick Schwarz & /OpenClipart-Vectors: S. 54
Erscheinungsdatum: April 2024

Redaktionsschluss

Für die Ausgabe 2/2024 senden Sie bitte Ihre Beiträge **bis spätestens Montag, den 01. Juli 2024**, an das Seniorenbüro. Sie können Ihre Beiträge via E-Mail an: constanze.konder@stadt-speyer.de senden oder Beiträge im Seniorenbüro vorbeibringen.

Öffnungszeiten des Seniorenbüros

montags bis donnerstags von 9 -12 Uhr
oder nach Terminvereinbarung
Tel.: 06232/14-2661



Jetzt sind sie draußen ...

Gesammelte Worte,
bisher versteckt
in Schubladen,
suchten ihren Weg
nach draußen.

Reife Früchte,
im Seelengarten geerntet,
füllen nun Seiten
eines Buches:
„Textgeburten“
in ästhetischer Hülle.

Stolz erfüllt mich
und große Wehmut:
Einen Teil von mir
losgelassen,
frei gegeben,
zu eigenem Leben erweckt.

Mut und Vertrauen
begleiten mich.
Brücken spannen sich
von Herz zu Herz
durch Worte,
die ich fand.

Und mancher,
berührt von der
Poesie in den Versen,
begibt sich auf
eine stille,
eine kreative
Reise...



© ulla fleischmann

Falls Sie Interesse an der Gedichtsammlung von Frau Fleischmann haben, melden Sie sich bei ihr unter Tel. 06232 35565. Das Buch kostet 15 €.

Präventionstheater „(K)Ein Enkel zu viel“

Die Theateraufführung „(K)Ein Enkel zu viel“ des Präventionstheaters Schifferstadt in Speyer in den Räumlichkeiten der Gemeinde St. Hedwig am Freitag, den 01.12.2023, war ein voller Erfolg.

In fünf verschiedenen Szenen wurde dargestellt, wie Senior*innen sich vor Betrug schützen können. Es sind an die 90 Personen zu der Aufführung gekommen. Der Auftritt hat seinen präventiven Auftrag gut erfüllt.

Die Veranstaltung stand unter der Schirmherrschaft von Bürgermeisterin Monika Kabs und wurde von den Gemeindefröhen plus sowie dem Seniorenbüro organisiert. Beigeordnete, Irmgard Münch-Weinmann, begrüßte die Anwesenden in Vertretung von Frau Kabs. Die Zentrale Prävention des Polizeipräsidiums Ludwigshafen, der Weiße Ring und die Seniorensicherheitsberater*innen des Seniorenbüros informierten in der Pause. Unterstützt wurde die Veranstaltung von Edeka Stiegler, der Sparkasse Vorderpfalz und der Gemeinde St. Hedwig (Dompfarrei Pax Christi Speyer). Vielen Dank an den Fotografen, Thomas Gangkofner.

RONTV war vor Ort und filmte einen TV-Beitrag:

<https://www.rontv.de/sendung-vom-01-12-2023/>

Der Beitrag beginnt ab Minute 06:28. Er enthält mehrere Interviews.

Auch das Seniorenmagazin des Offenen Kanals hat vor Ort sogar die gesamte Aufführung gefilmt. Diese können Sie sich kostenfrei auf Youtube anschauen:

<https://youtu.be/yPcTtOxbPuc> .



Die Räumlichkeiten der Gemeinde St. Hedwig sind vorbereitet.



Das Publikum ist gespannt auf die Aufführung.



Beigeordnete, Frau Münch-Weinmann, eröffnet die Veranstaltung & dankt den Organisatorinnen, dem Präventionstheater Schifferstadt & den weiteren Unterstützenden.



Frau Barie & Herr Schomburg erklären zwischen den Szenen, wie man sich vor Betrugsmaschen schützen kann.

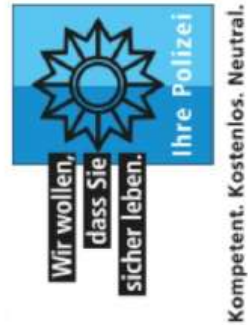


Die Schauspielenden des Präventionstheaters Schifferstadt:



Weitere Hinweise und
Präventionstipps finden Sie hier:

www.polizei-beratung.de



Hier geht es zur Online-Wache der
Polizei RLP:



www.polizei.rlp.de/de/onlinewache

Herausgeber:

Polizeipräsidium Rheinpfalz
Zentrale Prävention
Bismarckstraße 116
67059 Ludwigshafen
(0621) 963-1151

beratungszentrum.rheinpfalz@polizei.rlp.de

Achtung Betrug !



Falscher Polizeibeamter
Enkeltrick
Schockanrufe

Falscher Polizeibeamter am Telefon



Trickbetrüger geben sich am Telefon als Polizisten aus und behaupten, dass ihr Geld und ihre Wertsachen zuhause nicht sicher sind - etwa weil Einbrecher es darauf abgesehen hätten. Oder sie berichten von korrupten Bankmitarbeitern und raten, Geld und Wertsachen von der Bank zu holen.

ALLES GELOGEN! Diese Kriminellen wollen nur ihr Geld!

Deshalb rät Ihre Polizei bei Unbekanntem am Telefon:

- Die Polizei ruft Sie niemals unter der 110 an!
- Das tun nur Betrüger! Unsicher? Wählen Sie selbst die 110. Aber nutzen Sie nicht die Rückruftaste!
- Legen Sie den Hörer einfach auf. Das ist nicht unhöflich!
- Übergeben Sie niemals Geld oder Wertsachen an unbekannte Personen!
- Sprechen Sie am Telefon nie über Ihre persönlichen und finanziellen Verhältnisse.
- Informieren Sie die Polizei!

Polizeipräsidium Rheinlandpfalz - Zentrale Prävention

Enkeltrick



Mit den Worten „Rate mal wer dran ist“ rufen Betrüger bei älteren Menschen an und geben sich als Verwandte, Enkel oder Bekannte aus und bitten um Bargeld. Als Grund wird ein finanzieller Engpass oder eine Notlage vorgetauscht und die Lage sei angeblich sehr dringlich. Wenn die Angerufenen das Geld nicht zuhause haben, sollen sie sofort zur Bank fahren und das Geld holen. Anschließend würde eine Bekannte das Geld abholen.

ALLES GELOGEN! Die Täter wollen nur Ihre Ersparnisse!

Tipps Ihrer Polizei gegen den Enkeltrick:

- Raten Sie nicht, wer anruft. Fordern Sie Anrufer auf, ihren Namen selbst zu nennen!
- Fragen Sie die Anrufer Dinge, die nur der echte Verwandte kennen kann.
- Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen!
- Übergeben Sie kein Geld an Unbekannte!
- Informieren Sie die Polizei!

Polizeipräsidium Rheinlandpfalz - Zentrale Prävention

Schockanrufe



Schockanrufer sind Betrüger, die sich am Telefon als Verwandte, Polizeibeamte, Staatsanwälte oder Anwälte ausgeben und erzählen, dass ein angeblicher Verwandter (meist Sohn, Tochter oder Enkel) einen schweren Verkehrsunfall verursacht haben soll oder dabei schwer verletzt wurde. Sie behaupten, dass der Angehörige nur gegen sofortige Zahlung einer Kautions nicht ins Gefängnis muss oder dass der Angehörige dringend eine Operation benötigt, die aber vorher zu bezahlen sei.

ALLES GELOGEN! Die Täter wollen Ihnen Angst machen!

So schützen Sie sich vor den Telefonbetrüggern::

- Es gibt keinen Unfall—legen Sie sofort auf!
- Sie müssen keine Kautions bezahlen!
- Es muss keine Operation bezahlt werden.
- Rufen Sie Ihren „echten“ Angehörigen unter einer Ihnen länger bekannten Rufnummer an.
- Übergeben niemals Geld an fremde Personen!

Polizeipräsidium Rheinlandpfalz - Zentrale Prävention

Seniorenbeirat der Stadt Speyer

Ludwig Schultheis

An
Stadtrat der Stadt Speyer

Betr.: Seniorenbeirat der Stadt Speyer
Jahresbericht 2023

Sehr geehrte Fr. Oberbürgermeisterin,
sehr geehrte Stadträte*innen.

Die ständig wechselnden politischen Entscheidungen im Jahr 2023 haben auch Auswirkungen auf uns Senior*innen. Es hat uns nicht überrascht, dass wie schon in 2022, keine verlässlichen Aussagen zu zukünftigen Veränderungen unserer Lebensumstände vorliegen. Rentensicherheit und finanzielle Aufwendungen zur Abwendung der Klimaveränderung sind nur zwei, aber wesentliche Themen. Hinzu kommt die Teuerung der Lebenshaltungskosten. Manche privaten Immobilienbesitzer sorgen sich, wie sie die gesetzlich vorgeschriebenen Maßnahmen, ausschließlich mit ihrer Altersrente finanzieren können. Es fehlt eine hilfreiche Darstellung, wie die zusätzlichen Belastungen auszugleichen sind. Für Mieter wird sich ebenfalls einiges ändern. Wird die, bis 2028 zu erstellende „Kommunale Wärmeplanung“, eine akzeptable Lösung bringen? Wird der Fachkräftemangel in der Altenpflege und in der medizinischen Versorgung weiterhin eine Verunsicherung bewirken?

Es muss sich etwas tun ab 2024.



Versuchen wir die Auswirkungen der Geschehnisse des vergangenen Jahres einem verhaltenen Optimismus zuzuordnen. Vieles bleibt noch ungewiss, insbesondere wenn es darum geht zukünftig einen sozialen Frieden zu gestalten. Die Schnelligkeit der geforderten Maßnahmen bewirken wesentliche Anpassungsmaßnahmen bei der Bevölkerung. Von der Politik heißt es immer wieder, dass die beschlossenen Entscheidungen zur Weiterentwicklung unserer Gesellschaft beitragen. Einige meinen sogar: Koste es was es wolle.
Also, bleiben wir optimistisch.

Unser Jahr 2023.

Für dieses Jahr bestehen weiterhin die Empfehlungen zu den Themen des Vorjahresberichtes 2022.

Im Focus unseren Sitzungen standen deshalb die aktuelle Statusbetrachtung unserer Empfehlungen und neben den inhaltlichen Themen auch unsere strukturelle innere Entwicklung. Die neue Zusammensetzung des Seniorenbeirates erforderte eine Aufarbeitung der Anforderungen hinsichtlich der vorgegebenen Themenbereiche. Für viele war es politisches Neuland, keine leichte Aufgabe sich gleich von Anfang an für das richtige Betätigungsfeld zu entscheiden. Die vorgestellten Themengruppen/Betätigungsfelder mussten inhaltlich verständlicher dargestellt werden. Aus einer für das 30 jährige Jubiläum erstellten Power Point Präsentation, sind im Folgenden die wesentlichen Verbindungen der Zusammenarbeit aufgearbeitet.

Ein besonderes Ereignis 2023 war die Jubiläumsfeier zu 30 Jahre Seniorenbeirat und Seniorenbüro sowie, 25 Jahre Förderverein des Seniorenbüros. Vier Veranstaltungen würdigten diese Jubiläen. Der Seniorenbeirat feierte mit Gästen, Beiratsmitgliedern und Angehörige im Wartturm. Zur Jubiläumsfeier des Seniorenbüros und dem Fördervereins in der Stadthalle, war der Seniorenbeirat ebenfalls vertreten. Verdiente Mitglieder der Gruppierungen konnten bei diesen Feierlichkeiten für ihren Einsatz geehrt werden. Die Ehrung begleitete Bürgermeisterin Frau Kabs, die auch schon in ihrer Festrede die Ehrenamtstätigkeit und die gute Leitung durch das Seniorenbüro herausgehoben hat.

Kernaussage und Rückblick auf die Anfänge.



Dokumentationen:
Jubiläumsheft
Präsentationsfolien

12 aktiv dabei

30 Jahre Seniorenbeirat, ein Zeitraum mit vielen engagierten Menschen. Sie haben es sich zu Aufgabe gemacht, als beratende Stimme, zum Vorteil der älteren Generation, deren Lebensumstände und Zukunftserwartungen in die Gremien des Stadtrates einzubringen.

Das sind die derzeit Aktiven:



Organisation und Struktur des Seniorenbeirates.

Der Vorsitzende und die zwei Stellvertreter, bilden die regulierende und organisierende Einheit und vertreten den Seniorenbeirat gegenüber der Stadt in allen Belangen.

Organisatorisches.

Die Themenvorlagen für die Seniorenbeitragsitzungen erarbeitet die zuständige Gruppe. Der Seniorenbeirat organisiert sich durch sachbezogenen Themengruppen von TG 1 bis TG 6. Jede Themengruppe wird durch ein Mitglied des Seniorenbeirates organisiert. Die weiteren Mitglieder bringen sich, je nach Interesse und Möglichkeiten, in die Themengruppen ein.

Diese Themengruppen sind auch den Fachbereichen der Verwaltung zugeordnet.

TG 1 Soziales

Fachbereich 4 – Jugend, Familie, Senioren und Soziales

TG 2 Digitalisierung

Fachbereich 1 – Zentrale Dienste

TG 3 Stadtentwicklung, Stadtklima, Umwelt

Fachbereich 5 – Stadtentwicklung, Bauwesen

TG 4 Verkehr / Mobilität

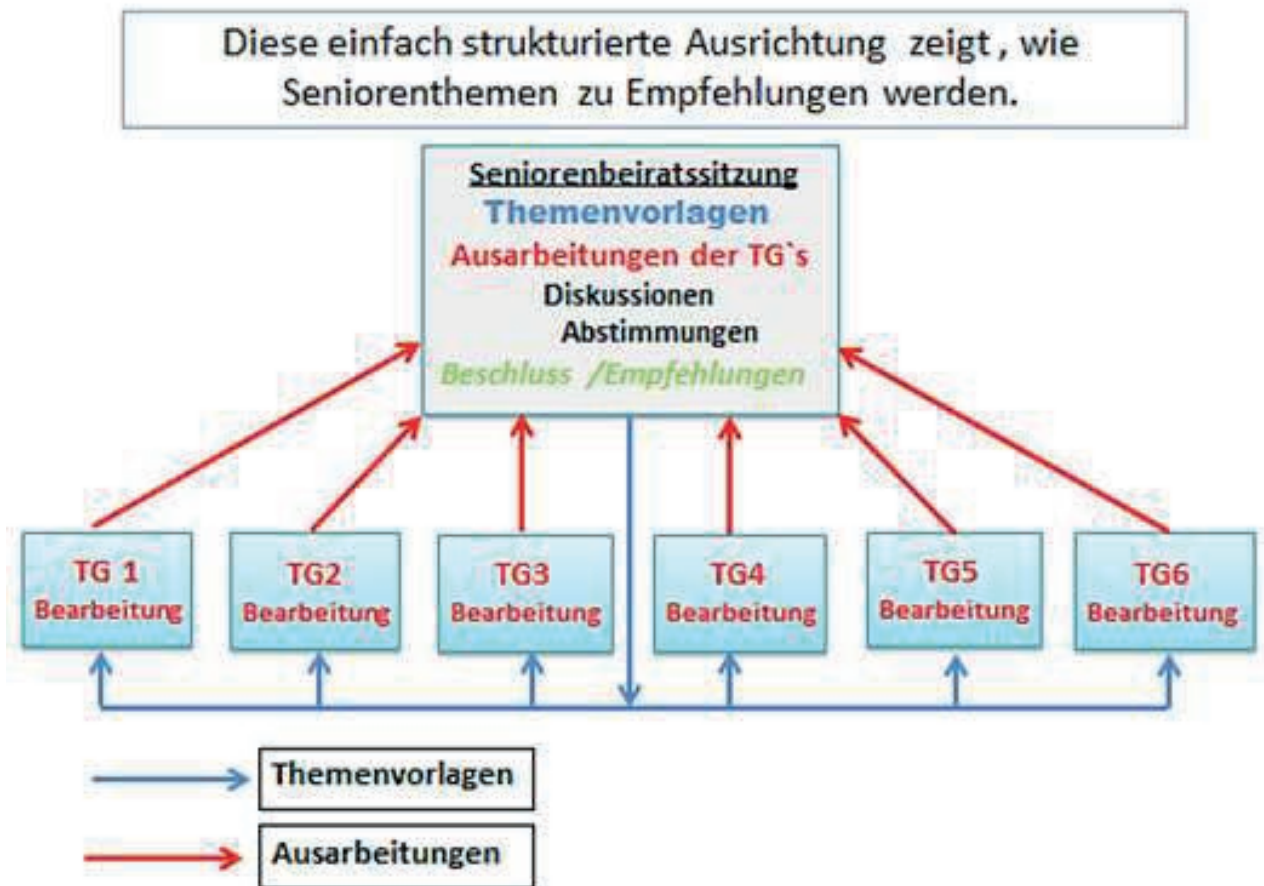
Fachbereich 2 – Sicherheit, Ordnung, Umwelt, Verkehr

TG 5 Kultur

Fachbereich 3 – Kultur, Tourismus, Bildung und Sport

TG 6 Öffentlichkeitsarbeit

Fachbereich 1 – Zentrale Dienste



Die Themenvorlagen aus den Seniorenbeiratssitzungen übernimmt die jeweilige Gruppe. Das Ergebnis einer Detaildiskussion im Rahmen einer Gruppenbesprechung wird wieder als Ausarbeitung in den weiteren Ablauf einer Seniorenbeiratssitzung eingebracht.

Das Verständnis der Mitglieder für diese Vorgehensweise zeigte sich daran, dass nun fast alle ihre Schwerpunkte den verschiedenen Themengruppen zuordnen konnten. Es ergeben sich dadurch neue Möglichkeiten des Miteinanders, des Meinungsaustausches, der Themengestaltung und Mitsprachemöglichkeit.

Eine weitere positive Entwicklung sehen wir bei der „Digitalen Teilhabe“, insbesondere zur Kontaktpflege und Erreichbarkeit der Mitglieder und den wichtigen Stellen im Umfeld unseres Betätigungsfeldes. Welche neuen Medien und Kommunikationsmöglichkeiten nutzen wir, wo stehen wir in dieser digitalen Welt? Besonders hervorzuhe-

ben ist die Nutzung der digitalen Verwaltung der Stadt mit Präsenz des Beirates in www.Speyer.de. Hier sind auch die Termine unserer Seniorenbeiratssitzungen dargestellt. Handynutzung, WhatsApp-Kommunikation, Verbindungen mit Videokonferenzen, Emails und Seniorenmagazin in YouTube sind keine Fremdwörter für uns. Wir sind dabei und damit auch gut vernetzt.

Das Jahr 2023 war wie Eingangs beschreiben kein leichtes Jahr für uns alle. Irgendwie verlief das Jahr trotz hoher Anforderungen zum Klimaschutz, schlechter Nachrichten zu den Kriegen und zu Corona, besser als die Jahre zuvor. Aber ein bisschen hatte man das Gefühl, es war schon wie die „Ruhe vor dem Sturm“. In Anbetracht der möglichen Auswirkungen auf kommunale Erfordernisse will sich der Seniorenbeirat mit seinen sachorientierten Themengruppen den zukünftigen Anforderungen stellen. Hierzu möchten wir wie oben dargestellt das komplette Netzwerk nutzen. Es könnte zukünftig

14 aktiv dabei

wichtig werden, einen geeigneten Handlungsspielraum zu nutzen. Eine Möglichkeit einen Handlungsspielraum zu definieren und zu erhalten, ist die Mitarbeit im Seniorenbeirat. Dabei geht nicht darum, politische Schönwetterlagen darzustellen sondern darum, einen Handlungsspielraum ausfüllen zu können, der eine gewisse Eigenständigkeit erlaubt. Daran arbeiten wir. Wir, die Senioren*innen haben nur einen Lobbyisten der unsere Interessen vertritt und sind deshalb bei anstehenden Entscheidungen am Ende der Berücksichtigungskette eingeordnet. Es handelt sich dabei um den Verein BAGSO e.V., der explizit Ansprüche zur Bundesebene bündelt. Der Verein arbeitet mit am Entwurf zum Seniorenteilhabe- und Mitwirkungsgesetz STMG, welches sich derzeit im „Anhörverfahren im Ausschuss für Arbeit, Soziales, Pflege und Transformation des Landtags Rheinland-Pfalz“ befindet.

Vielen Dank.

Mit freundlichen Grüßen

Ludwig Schultheis

Vorsitzender des Seniorenbeirates der Stadt Speyer

Termine der Sitzungen des Seniorenbeirats der Stadt Speyer 1. Halbjahr 2024:

donnerstags von 14:30 –16:30 Uhr

25. April 2024

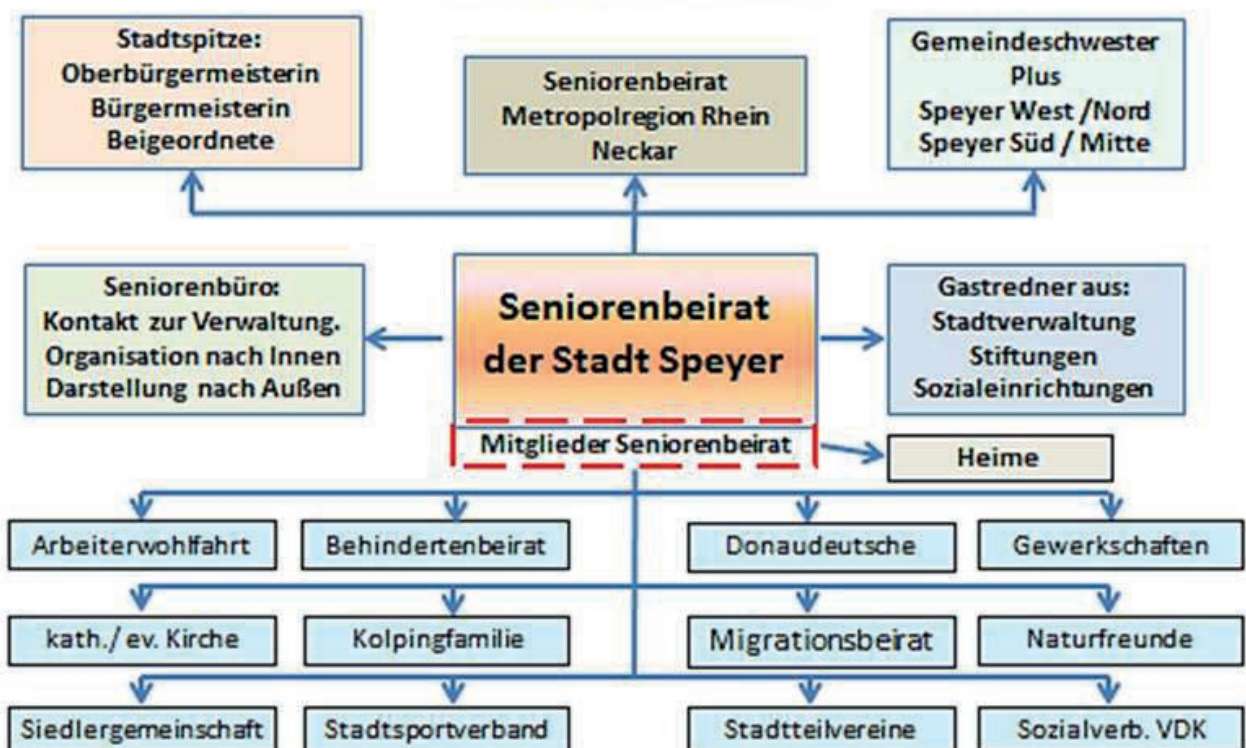
Veranstaltungsraum Seniorenbüro
(Maulbronner Hof 1a)

06. Juni 2024

Veranstaltungsraum Seniorenbüro
(Maulbronner Hof 1a)

Im Seniorenbüro erhalten Sie die Notfallmappen des Seniorenbeirats.

Aus den vorangegangenen Informationen ergibt sich diese Netzwerkdarstellung.



Interview mit einer ehrenamtlichen Nachbarschaftshelferin

Die Nachbarschaftshilfe stellt ein unterstützendes Hilfsangebot für ältere, zum Teil pflegebedürftige Senior*innen und deren pflegende Angehörige dar.

Die Nachbarschaftshilfe soll neben der Entlastung der pflegenden Angehörigen, vor allem den Senior*innen eine gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen. Ziele der Nachbarschaftshilfe sind somit auch das städtische Miteinander und die Sensibilität der Gesellschaft für die ältere Generation der Stadt Speyer zu fördern.



Frau Heike Röder ist seit 2022 als ehrenamtliche Nachbarschaftshelferin aktiv und war bereit über ihre Tätigkeit zu sprechen und ihre Erfahrungen zu teilen.

Wie sind Sie zu diesem Ehrenamt gekommen?

Ich las einen Artikel in der Zeitung über das Angebot zur Ausbildung als Nachbarschaftshelferin. Die Beschreibung hat mich sofort angesprochen und entsprach ganz meinem Wunsch nach einem Ehrenamt. Denn nachdem ich über 35 Jahre in einem großen Chemieunternehmen im In- und Ausland gearbeitet hatte, wollte ich etwas von dem weitergeben, was ich selbst empfangen habe

Seit wann sind Sie bei der Nachbarschaftshilfe aktiv?

Seit Anfang 2022 bin ich zumeist an zwei Tagen pro Woche nachmittags je zwei Stunden als Nachbarschaftshelferin in Speyer aktiv.

Beschreiben Sie Ihre Tätigkeit und Ihre zu betreuende(n) Person(en).

Zum einen besuche ich eine 92-jährige Dame in deren Zuhause. Wir unterhalten uns gern. Sie hat ihre Lebensgeschichte niedergeschrieben und es gibt viel zu erzählen und auch zu lachen. Die Vergangenheit lebt immer wieder auf und besonders einige Ereignisse bedeuten ihr viel. Dabei habe ich entdeckt, dass sie, wie ich, die Kurzschrift beherrscht. So schreiben wir uns gegenseitig kleine Texte und lesen sie uns vor. Wir schauen uns Fotos an und sie spielt mir etwas auf der Mundharmonika oder dem Akkordeon vor. Ab und zu helfe ich ihr beim Wäsche aufhängen. Je nachdem wie es ihr

geht und wenn das Wetter mitmacht, unternehmen wir kleine Spaziergänge im Adenauerpark und am Rhein. Wir gehen einen Kaffee trinken, Eis essen oder in den Biergarten. Ein Bummel durchs Modegeschäft macht Spaß. Wir nutzen auch Veranstaltungsangebote des Seniorenbüros wie z.B. das Konzert am Nachmittag oder ich fahre mit ihr zum offenen Treff für Senior*innen. Neulich waren wir beim Hörakustiker zur Kontrolle der Hörgeräte. Ich achte darauf, rechtzeitig wieder bei ihr zuhause zu sein, weil abends der Pflegedienst kommt. Meine Besuche ergänzen sich prima mit den Besuchen des Angehörigen, nach jedem Termin schreibe ich ihm eine kurze Nachricht. Außerdem schreiben wir unsere Aktivitäten in ein Notizbuch. So kann meine zu betreuende Dame immer nachlesen und sich daran erinnern.

An einem anderen Wochentag habe ich bisher einen rüstigen Senior begleitet, der seine ehemalige Nachbarin regelmäßig im Pflegeheim besuchte. Zuvor hatte er sich bereits um die inzwischen 92-jährige und im Rollstuhl sitzende, demente Dame gekümmert, als sie noch in ihrer Wohnung lebte. Der Herr hatte bei der Nachbarschaftshilfe im Seniorenbüro den Wunsch geäußert, ab und zu begleitet oder bei Besuchen vertreten zu werden. Ich besorgte mir in der Bücherei Literatur über den Umgang mit Demenz und bekam wertvolle Tipps, wie man am besten auf demente Persönlichkeiten eingeht. Zudem hatte ich ja schon bei dem Vorbereitungskurs viel dazu erfahren und war neugierig auf das Miteinander.

Die ersten gemeinsamen Nachmittagsstunden im Pflegeheim - es war noch Winterzeit - verbrachten wir im Zimmer der Dame und schauten durchs Fenster nach draußen, was es da alles zu sehen gibt: Spaziergänger, Hunde, Vögel ... Ihre Beobachtungen teilt sie durch Hindeuten mit und obwohl ihre Worte scheinbar ohne Zusammenhang sind,

zeigen ihr wacher Blick und die Körpersprache, dass sie mitten im Geschehen ist - wenn auch in ihrer Welt. Es ist deutlich spürbar, dass ihr die Zuwendung guttut. Indem Menschen in ihrer Nähe wohlwollend auf ihr unverständliches Sprechen reagieren, kommt eine Art Kommunikation zustande. In Ergänzung habe ich mich auch immer direkt mit dem Herrn unterhalten und das hat die Begegnungen bereichert und kurzweilig gemacht. Nach und nach ist ein vertrautes Miteinander entstanden. In den Sommermonaten saßen wir draußen im Garten des Pflegeheims oder gingen in die Cafeteria und unterhielten uns am Tisch mit anderen Heimbewohnern. Leider ist der Herr vor wenigen Wochen unerwartet verstorben, so dass ich nun die Besuche bei der Dame alleine fortsetze. Ein Freund der Familie schenkte ihr eine Beschäftigungsdecke, die ich gerne mit ihr benutze. Wir schauen ein Fotobuch an, hören Radio. Ich bin einfach da und beobachte/reagiere auf sie, ganz wie sich die Situation in dem Moment ergibt.

Was macht Ihnen besondere Freude? Wird Ihre Arbeit wertgeschätzt?

In der Nachbarschaftshilfe kommt eine große Mitmenschlichkeit zum Tragen. Mit der Zeit entwickelt sich ein vertrauensvolles Miteinander mit den zu betreuenden Personen. Es macht mir Freude, diesen Menschen etwas von meiner Zeit zu schenken und deren Dankbarkeit zu spüren. Ich finde es spannend, mich auf unterschiedliche Persönlichkeiten einzulassen und mir Beschäftigungsmöglichkeiten zu überlegen. Ein "Wann kommst du wieder?" und sogar eine Umarmung zum Abschied bewegen mich. Ich bin eigenverantwortlich in einem bestimmten Zeitrahmen tätig. Gleichzeitig fühle ich mich sicher, weil ich von der Leitung der Nachbarschaftshilfe im Seniorenbüro professionell und wertschätzend begleitet werde. Zu Beginn der Tätigkeit gab es

ein Kennenlernetreffen mit der zu betreuenden Person und einem Angehörigen im Beisein der Leitung. Ich finde es wertschätzend, dass die Zuordnung einer zu betreuenden Person sorgfältig ausgewählt wird und nach einigen Wochen nochmals geprüft wird, ob es für die Beteiligten passt. Bei Klärungsbedarf habe ich jederzeit eine Ansprache und Rückhalt. Als Helferin profitiere ich von den Angeboten und der guten Vernetzung innerhalb der Tätigkeitsfelder des Seniorenbüros, mit den Gemeindeschwestern Plus und beim Tag der Nachbarn. Besonders finde ich das Angebot der Gemeindeschwester Plus zu einer Rikschafahrt und habe es meiner zu betreuenden Person zum Geburtstag geschenkt. Die regelmäßig organisierten Reflexionstreffen der Nachbarschaftshilfe zum Erfahrungsaustausch mit anderen Ehrenamtlichen sind für mich bereichernd. Ich finde es auch wertschätzend, für meine Tätigkeit eine kleine Aufwandsentschädigung zu erhalten. Ich genieße das mir entgegengebrachte Vertrauen, bei Bedarf für einzelne Dienste, z.B. Arztfahrten, angefragt zu werden. Wenn ich Urlaub mache oder aus privaten Gründen einen Termin nicht wahrnehmen kann, steht es mir frei und ich brauche nur darüber zu informieren. Manchmal verschiebe ich auch den Wochentag meiner Besuche oder Hilfeleistungen, ganz in Absprache mit den zu betreuenden Personen oder Angehörigen.

Wie haben Sie die Schulungen empfunden?

Die Unterrichtsinhalte zur Vorbereitung auf die Tätigkeit sind gut strukturiert und die Schulungen sind interaktiv. Fachkollegen des Seniorenbüros vermitteln ein breites Basiswissen zu Themen wie Gesundheit, Krankheitsbildern, Kommunikation, Zusammenarbeit, Beschäftigungsmöglichkeiten ...

Auch Selbstmanagement und Reflexionskompetenz sind ein wichtiger Teil der Unterrichtseinheiten. Jährliche Fortbildungsangebote vertiefen das Gelernte.

Was würden Sie jemandem raten, der sich überlegt hier mitzumachen?

Die Person sollte Freude daran haben, "Nachbarn" regelmäßig eine bestimmte Zeit und Aufmerksamkeit zu schenken. Es braucht eine gewisse Geduld und Verbindlichkeit, sich auf hilfsbedürftige Menschen einzulassen und Vertrauen aufzubauen. Offenheit und Verständnis im Umgang mit Demenz ist wichtig. Man muss immer wieder in sich hineinhören, wie es einem selbst geht. An manchen Tagen kostet es mehr Kraft und man sollte sich abgrenzen können und Prioritäten setzen, z.B. genug Zeit auch für die eigene Familie einplanen.

Die gesammelten Erfahrungen in der Nachbarschaftshilfe sind auch für den Umgang mit eigenen zu betreuenden Angehörigen wertvoll.

Mein herzlicher Dank gilt der Leitung der Nachbarschaftshilfe und den tätigen Menschen im Seniorenbüro. Ich bin stolz und dankbar mitwirken zu können.



Christina Werling

Koordinatorin der
Nachbarschaftshilfe,
Maulbronner Hof 1A,
67346 Speyer,
Tel. 06232/14-2665



Speyerer Rikscha

Seit dem Sommer 2022 fährt die Rikscha, ältere Menschen, kostenlos durch Speyer.

Ein Team von mittlerweile 10 Ehrenamtlichen rund um die Gemeindefrau Alexandra Mally bieten Fahrten an: über die Maxi, durch den Domgarten an den Rhein, in den Wald und an andere geliebte Orte.

Halten Sie die Augen offen, nach der roten Rikscha und den Fahrern/innen mit den blauen Poloshirts.

Gefahren werden kann immer, ob Sommer oder Winter, nur bei Regen bleibt die Rikscha in der Garage.

Fahren Sie mit, spüren Sie „den Wind in den Haaren“, es ist ein wunderschönes Erlebnis. Unser Ziel ist es Mobilität zu schaffen, Lebensqualität und Spaß zu schenken.

Die Rikscha ist eine Spezialanfertigung, mit Elektromotor, die eine sichere und komfortable Fahrt ermöglicht.

Einfach bei Alexandra Mally anrufen und eine Fahrt buchen:

06232 142673 (Anrufbeantworter)

alexandra.mally@stadt-speyer.de

Alexandra Mally



Offener Treff für Senior*innen

Mit der Gemeindeschwester Plus Heidi Gangkofner

Haus am Germansberg

Else - Krieg -Str. 2 (Speisesaal)

15:00 -17: 00 Uhr, wöchentlich am Dienstag

April 2024	Referent/Modera- tion	Thema	
02. April	Gemeindeschwes- ter Plus Heidi Gangkofner	Gesprächsrunde „Aprilscherz“	
09. April	Herr Cherdron, Kirchenpräsident a.D.	Erzählrunde: „Geschichte der Dreifaltigkeitskir- che“	
16. April	Gemeindeschwes- ter Plus Heidi Gangkofner	Spielrunde	
23. April	Frau Zink	Erzählrunde „Liselotte von der Pfalz“	
30. April	Frau Angeli	Singrunde	



Hochzeit auf Indisch Bildervortrag

Haben Sie Teil an der Hochzeit eines jungen Paares aus Rajasthan und erleben Sie die landestypischen Zeremonien und Feierlichkeiten in einer vielfältigen Bilderschau.

Gemeindeschwester Plus Heidi Gangkofner war als Ehrengast des Brautpaares geladen und teilt ihre dortigen Erlebnisse in einem Bildervortrag. Im Rahmen der kostenlosen Veranstaltung haben Interessierte auch die Möglichkeit, sich mit der Gemeindeschwester Plus auszutauschen.

Wann? 15. April 2024, 15.00 – 17.00 Uhr

Wo? Seniorenbüro, Veranstaltungsraum
Maulbronner Hof 1 A

Haben Sie Fragen?

Telefon: 06232 14 2636 / mobil: 0162 10 80 899

E-Mail: heidemarie.gangkofner@stadt-speyer.de

Weiterer Termin:

Wann? 14. Mai 2024, 15.00 – 16.30 Uhr

Wo? Haus am Germansberg
Else-Krieg-Straße 2, Speisesaal



Gemeinsame Internetseite der Digitalbotschafter Dudenhofen & Speyer



Startseite der Internetseite der Digitalbotschafter für die Vbg Dudenhofen und Speyer

Die Digitalbotschafter für die Verbandsgemeinde Dudenhofen und die Stadt Speyer stehen in regelmäßigem Austausch und bieten verschiedene Unterstützungsangebote für Senior*innen bei Fragen rund um die digitale Welt an.

Das obige Bild zeigt die Internetseite der Digitalbotschafter, auf der Sie sich zu den Angeboten und Ansprechpartner*innen informieren können. Außerdem finden Sie dort auch Tipps und Erklärungen zu verschiedenen digitalen Themen. Eine Aufstellung der bisherigen Presseartikel über die Digitalbotschafter rundet das Angebot ab.

Sie erreichen die Internetseite, indem Sie folgende Internetadresse in einem Internetbrowser Ihrer Wahl, z.B. Firefox oder Google Chrome, eingeben:

<https://www.digitalbotschafter-dudenhofen.de/wir/> .

Sie können auch in einer Suchmaschine Ihrer Wahl die Stichworte „Digitalbotschafter Speyer“ eingeben. Es wird Ihnen dann die oben genannte Internetseite als eines der oberen Ergebnisse vorgeschlagen.

Redaktion

Mit dem Smartphone kontaktlos bezahlen Das Handy als Geldbeutel

Haben Sie auch schon einmal gesehen, wie Personen an der Kasse beim Einkaufen das Handy an das Kartenlesegerät gehalten haben? Diese Personen haben kein Foto vom zu zahlenden Betrag gemacht, nein sie haben mit ihrem Handy tatsächlich bezahlt. Ohne Bargeld und ohne Karte, dafür aber mit dem Smartphone. Wie das funktioniert, erklärt der folgende Artikel.

Wie funktioniert das Bezahlen mit dem Smartphone?

Mobiles Bezahlen mit dem Smartphone funktioniert ähnlich wie das kontaktlose Bezahlen mit einer NFC-fähigen Bankkarte. NFC. Voraussetzung ist eine App auf dem Smartphone, bei der ein Zahlungsmittel hinterlegt wird. Das kann beispielsweise eine App der eigenen Bank sein oder auch Dienste wie Apple Pay oder Google Pay. Diese App muss vorher entweder mit Geld aufgeladen oder mit einem anderen Zahlungsmittel verbunden sein. Folgende Möglichkeiten gibt es:

- Guthabekarten: Sie können in Verkaufsstellen wie einer Drogerie eine Guthabekarte – beispielsweise für Google Pay – kaufen und dann einen Code in die App eingeben. Dann können Sie das Guthaben zum Einkaufen nutzen.
- Kreditkarten: Sie können Kreditkartendaten in der Bezahl-App hinterlegen. Damit funktioniert die App dann genauso wie eine Kreditkarte.
- Lastschriften: In einigen Apps ist es möglich, das eigene Girokonto zu hinterlegen. Die anfallenden Beträge werden dann einfach von dem Konto abgebucht.

Wenn diese Funktion einmal eingerichtet ist, wird das Smartphone im Geschäft direkt

an das Lesegerät gehalten. Möglicherweise fragt das eigene Smartphone vorher nach einer PIN, wünscht eine Bestätigung mittels Fingerabdruckes oder eine Gesichtserkennung. Wenn das erledigt ist, haben Sie mit dem Smartphone bezahlt.

Kann mein Smartphone das überhaupt?

Nur Smartphones, die einen NFC-Chip haben, können auch NFC-Apps nutzen. So ein Chip gehört bei neueren Smartphones zur Standardausstattung. Ob Ihr Smartphone für kontaktloses Bezahlen in Frage kommt, können Sie beispielsweise bei Android-Smartphones ganz einfach selbst nachschauen: Gehen Sie in die Einstellungen Ihres Geräts und suchen Sie nach dem Punkt "NFC".

Apple iPhones haben seit dem Modell iPhone 6 einen NFC-Chip verbaut. In den Systemeinstellungen findet sich allerdings keine Möglichkeit, diesen Chip ein- oder auszuschalten.

Zum Bezahlen überträgt das Smartphone die notwendigen Bezahl-daten direkt vom Server des Anbieters. Die eigentliche Kreditkartennummer wird dabei aber nicht verwendet, sondern nur ein daraus abgeleiteter Begriff, ein sogenanntes Token. Dieses Token ist ein Platzhalter beispielsweise für die Kreditkartennummer.

Wer mit dem Smartphone bezahlen möchte, kann dies nur, wenn das Gerät betriebsbereit ist. Der Akku darf also nicht leer sein. Eine aktive Verbindung zum Internet, egal ob über WLAN oder Mobilfunknetz, ist für das Bezahlen nicht immer erforderlich. Die App, die zum Bezahlen verwendet wird, muss sich aber regelmäßig mit den Servern des Anbieters verbinden.

Mit dem Smartphone bezahlen – so geht's:

1. Laden Sie eine App, mit welcher der Bezahlprozess an der Kasse ausgeführt wird, auf Ihr Smartphone herunter und öffnen diese.
2. Stimmen Sie den Lizenz- und Nutzungsbedingungen zu und beachten Sie die Datenschutzerklärung, um weiter im Prozess fortzufahren.
3. Legen Sie eine selbstgewählte PIN für die App fest.
4. Fügen Sie nun Ihre digitalen Karten hinzu. Dazu geben Sie Ihre Online-Banking-Daten ein und fahren mit dem Log-in fort.
5. Wählen Sie ein TAN-Verfahren aus.
6. Fügen Sie nun die gewünschte Karte zur digitalen Nutzung hinzu und bestätigen Sie dies per TAN.

Ist alles eingerichtet, kann das Bezahlen mit dem Smartphone beginnen. Im Laden an der Kasse muss nur noch die App geöffnet werden und die Karte an das Kartenlesegerät gehalten werden. Bei Android-Smartphones muss die NFC-Funktion beim Bezahlen eingeschaltet sein.

Silver Tipps! Mit Freude online
<https://www.silver-tipps.de/>



www.vincentius-speyer.de

Arthrosprechstunde

bei Schmerzen im Knie oder in der Hüfte

Sie haben Fragen zu Behandlungsmöglichkeiten Ihrer Knie- oder Hüftgelenksarthrose?
 Wir beraten Sie gerne im Sankt Vincentius Krankenhaus, Holzstr. 4a, 67346 Speyer.
Terminvereinbarung: Mo – Fr von 9 bis 15 Uhr, Tel. 06232 133-366.



Dr. med. Martin Sturm
 Oberarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, spezielle Unfallchirurgie



**Sankt Vincentius
Krankenhaus
Speyer**
Eine Einrichtung der Krankenhaus-Stiftung
der Niederbronner Schwestern

Internet, Computer und Smartphone - Hilfen für ältere Menschen in Speyer

Seniorinnen und Senioren tun sich oft schwer mit der Bedienung von Computer oder Smartphone. Dabei können diese Geräte sie dabei unterstützen, Einschränkungen, die das älter werden so mit sich bringen (wie z.B. fehlende Mobilität, Kontakt halten zu Angehörigen, kulturelle Teilnahme etc.), besser zu meistern. In Speyer gibt es einige, regelmäßige Angebote, die Seniorinnen und Senioren dabei helfen, ihre Geräte besser zu nutzen.

Hier wird Ihnen geholfen:

(Smartphone-)Sprechstunden für ältere Menschen durch Digitalbotschafter:

Sie sind 60+ und haben ein Smartphone oder ein Tablet und wissen nicht, wie Sie damit umgehen sollen? Sie würden gerne im Internet einkaufen, mit den Enkeln schreiben oder per Smartphone nachschauen, ob der Bus oder die Bahn Verspätung haben, Ihnen fehlt aber das Wissen hierzu? Nur Mut, wir können Ihnen helfen und die Herausforderungen gemeinsam lösen.

Stadtteilbüro West

Wo: Kurt-Schumacher-Straße 16 a,
Eingang: Berliner Platz

Wann: jeden 1. und 3. Montag im Monat
von 16:00–18:00 Uhr

Ohne Anmeldung

Pfälzische Landesbibliothek

Wo: Otto-Mayer-Straße 9, Speyer

Wann: An jedem 1. und 3. Donnerstag im
Monat, von 14 bis 17 Uhr

Anmeldung unter Tel. 06232 25400 an.

Media: TOR

Wo: Maximilianstraße 8

Wann: jeden Freitag von 10:00–13:00 Uhr

Ohne Anmeldung

F@irNet (Seniorenbüro):

Multimedia Sprechstunde

Wo: Digital-Treff F@irNet, Ludwigstraße
15b

Wann: jeden Dienstag, von 10:00-11:30
Uhr

Multimedia Sprechstunde mit Beratung,
wenn es wieder mal klemmt in den
Bereichen: PC bzw. Notebook,
Smartphone oder Tablet für die Hardware,
und Microsoft, Android oder Mac für die
Software. Eigene Geräte können
mitgebracht werden!

Ohne Anmeldung

Digital-Treff mit Schwerpunkt-Themen und Diskussion!

Wo: Digital-Treff F@irNet, Ludwigstraße
15b

Wann: jeden Donnerstag von 10-11:30
Uhr

Jeden 1. und 3. Donnerstag findet eine
offene Gesprächsrunde und Austausch zu
Ihren digitalen Themen statt. Jeden 2. und
4. Donnerstag werden zwei vorher
festgelegte Themen der Digitalwelt aus der
Senioren- und schwerpunktmäßig
behandelt. Die Themen erfahren Sie
monatlich aus der Presse oder im
Seniorenbüro (Tel. 06232 14 2661, E-Mail:
seniorenbuero@stadt-speyer.de)

Ohne Anmeldung

Tablet-Schulung

Wo: Digital-Treff F@irNet, Ludwigstraße
15b

Wann: Wenn genügend Nachfrage besteht.
Die Schulung ist für Anfänger gedacht.
Dafür werden Samsung-Tablets zur
Verfügung gestellt. Anmeldung: Weitere
Auskunft im Seniorenbüro, Maulbronner
Hof 1A, Tel.: 14 2661,

Im Mehrgenerationenhaus (MGH) Speyer**Nord:****Sprechzeit „Handy, Laptop Co.“**

Wo: Mehrgenerationenhaus in Speyer-Nord, Weißdornweg 3

Wann: jeden Mittwoch von 10–12 Uhr
individuelle Hilfestellung/Beratung am eigenen Handy/Smartphone und Laptop,

Kosten: 10€/Stunde,

Ansprechpartner: Peter Fechter,

Terminvergabe unter: Tel. 06232 14-2911,
p.fechterMGH@gewo-leben.de

Digital- und Spielertreff

Wo: Mehrgenerationenhaus in Speyer-Nord, Weißdornweg 3

Wann: jeden Dienstag von 13-16 Uhr

Offenes Angebot mit verschiedenen Spielmöglichkeiten in gemütlicher Caféatmosphäre, Auskunft erteilt auch gerne Gemeindegeschwester Plus in Speyer
Frau Alexandra Mally, Tel.: 06232 14-2673,
alexandra.mally@stadt-speyer.de oder das MGH, Tel. 06232 142911

Im Familientreff Speyer Süd:

Handy-Sprechstunde: Beratung für Senior*innen im Umgang mit dem eigenen Smartphone

Wo: Familientreff Süd, Windthorststraße 11

Wann: jeden Mittwoch von 9:30 – 12 Uhr
Bitte vereinbaren Sie einen Termin zur Sprechstunde unter 0151/11201959.

Smartphone, Passwörter, SIM-Karte, App, Play Store, PIN und PUK ... Was ist das alles? Und wie bediene ich ein Smartphone richtig? Der Umgang mit dem Smartphone ist für viele jüngere Menschen selbstverständlich. Sie besitzen inzwischen auch ein Mobiltelefon, haben bei der Bedienung aber gelegentlich noch Schwierigkeiten? In unserer Handy-Sprechstunde für Senior*innen sind Sie mit Ihren Fragen genau richtig!

Thomas Schmid, Redaktion

Tagesfahrten des Seniorenbüros**1. Halbjahr 2024:**

Dienstag, der 16. April
Wiesbaden

Mittwoch, der 15. Mai
**Bad Nauheim &
Saalburg Römerkastell**

Dienstag, der 11. Juni
Heidelberg & Neckarfahrt

Juli & August Sommerpause

Den Flyer mit allen Voranmeldezeiten und Bezahlungsterminen gibt es auch im Seniorenbüro oder den Quartiersbüros.

Entscheidungen

Büchertipps:

„Meine Mutter starb diesen Sommer. Ein Lied im Radio war nur noch Geräusch und keine Einladung mehr, mitzusingen, obwohl keine von uns den Text kannte. Ein Regenguss war nur noch Wetter und keine Gelegenheit mehr, nach draußen zu laufen und barfuß in einer Pfütze zu tanzen.“



Elena Fischer

Paradise Garden

Roman · Diogenes

So beginnt Elena Fischers Roman „Paradise Garden“ mit den Worten der Ich-Erzählerin Billie. Im Rückblick erleben wir danach die letzten Monate bis zu diesem Schicksalsschlag. Eigentlich ist es ein von Armut geprägtes Leben, das die Mutter Marika und ihre Tochter führen. Gleichzeitig sind da aber eine Innigkeit und Wärme, auch im Umgang mit den Nachbarn in der Hoch

haussiedlung. Statt sie zu bedauern empfinden wir Bewunderung für die Kraft der Fantasie, mit der Marika die kargen Umstände poetisiert, bis ihre Mutter aus Ungarn auftaucht und dieses Paradies zerstört, ja, letztlich sogar den Tod von Billies Mutter mitverschuldet.

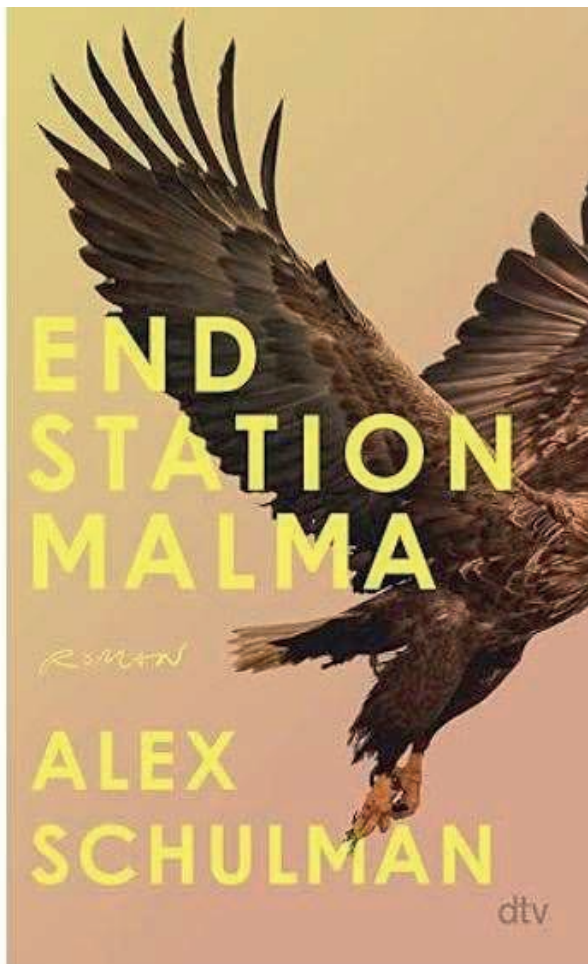
Billie, die ihren Lebensmittelpunkt verloren hat, ist so einsam, wie nur ein Mensch sein kann. Mitleidsgesten lehnt sie aber in Erinnerung an die Worte ihrer geliebten Mutter ab: „Mitleid ist wie ein Bett, in das man sich legt. Man steht nie wieder auf, weil es so bequem ist.“ Stattdessen trifft sie eine Entscheidung. Sie setzt sich mit ihren vierzehn Jahren in Marikas altes Auto und macht sich auf die Suche nach ihrem vermeintlichen Vater, der in ihrer Familie zwar ein Tabuthema war, für dessen Aufenthaltsort es aber Anhaltspunkte gibt. Dass die Fahrt Richtung Meer an sich schon ein Abenteuer wird, ist vorauszusehen, aber es grenzt an ein Wunder, dass sie, wie sie vermutet, ihren Vater tatsächlich auf einer kleinen Nordseeinsel findet.

„Alles an meinem Vater sah rau aus. Es war, als wäre die Insel Teil seines Körpers geworden. Mein Vater sah aus, als hätte er den Sturm eingeatmet, das Meer getrunken und sich den Sand in die Augen gerieben.“

Billie ist neu im Leben angekommen und hat ihre eigene Geschichte gefunden.

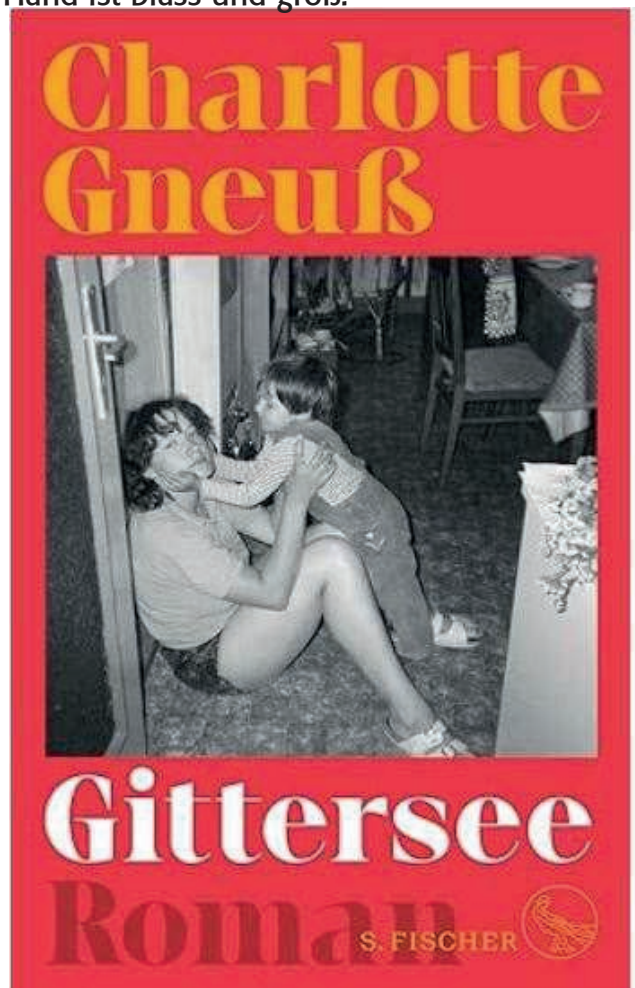
Ein wunderbares, Mut machendes Buch!

„Sie selbst spüre immer öfter, dass sie die Richtung des Weges, auf den sie gestellt worden sei, nicht ändern könne. Sie sei eine Gefangene der Entscheidungen, die andere für sie getroffen hätten, und übertrage lediglich das Gift an die nächste Generation.“



So Harriets Erkenntnis in Alex Schulmans Roman „Endstation Malma“. Sie spricht damit die Grundproblematik aus, für die Schulman das Bild eines Vorstadtzuges gewählt hat. Wir reisen zusammen mit Oskar, Harriet und Yana, lauschen ihren Unterhaltungen und lernen sie in verschiedenen Lebensphasen kennen. Oskars und Harriets Ehe ist am Ende. Ob ein Kindheitstrauma dafür verantwortlich ist, sei dahingestellt, schlimm genug aber ist, dass infolge der Trennung von Harriets Eltern die beiden Töchter aufgeteilt wurden und Harriet ihrem Vater Bo überlassen wurde, obwohl er das eigentlich nicht wollte. Bo ist Fotograf und er bemüht sich, Harriet zu lieben. Aber als Harriet Oskar viel später davon erzählt und dieser ihr Foto anschaut, das auf einer der Zugfahrten entstanden ist, „greift [es ihn] ans Herz. Er sieht ihre Augen, ihren Gesichtsausdruck, es ist der Moment, kurz bevor ein Kind zusammenbricht.“ Statt Harriet in den Arm zu nehmen und sie zu trösten,

wie es zu erwarten wäre, fotografierte der Vater damals seine Tochter. Den Schmerz, nicht geliebt zu werden, festgehalten in diesem Bild, kann auch Harriets kleine Familie später nicht heilen. Mehr noch, er überträgt sich auf die nächste Generation, auf ihre Tochter Yana. Schulman löst am Romanende diese Grundproblematik nicht, aber er lässt seine Protagonisten aufatmen und sich ein Stück befreien, wenn sie sich in immer neuen Anläufen um Nähe und Vertrauen bemühen, um so die Zwangsläufigkeit in der Generationenkette durch eigene Entscheidungen zu durchbrechen. Mit „Endstation Malma“ hat der schwedische Autor einen nachdenkenswertem und tief beeindruckenden Familienroman der besonderen Art geschrieben. „Es ist früh am Tag und spät im Jahr. Rühle steht still. Vor seinen Augen glänzt ein Draht, der straff zwischen den Buchen gespannt ist. Zu seinen Füßen ragt eine Hand aus einem Mantelärmel. Die Hand ist blass und groß.“



So der Anfang im Roman „Gittersee“ von **Charlotte Gneuß**, der bereits auf das Romanende verweist.

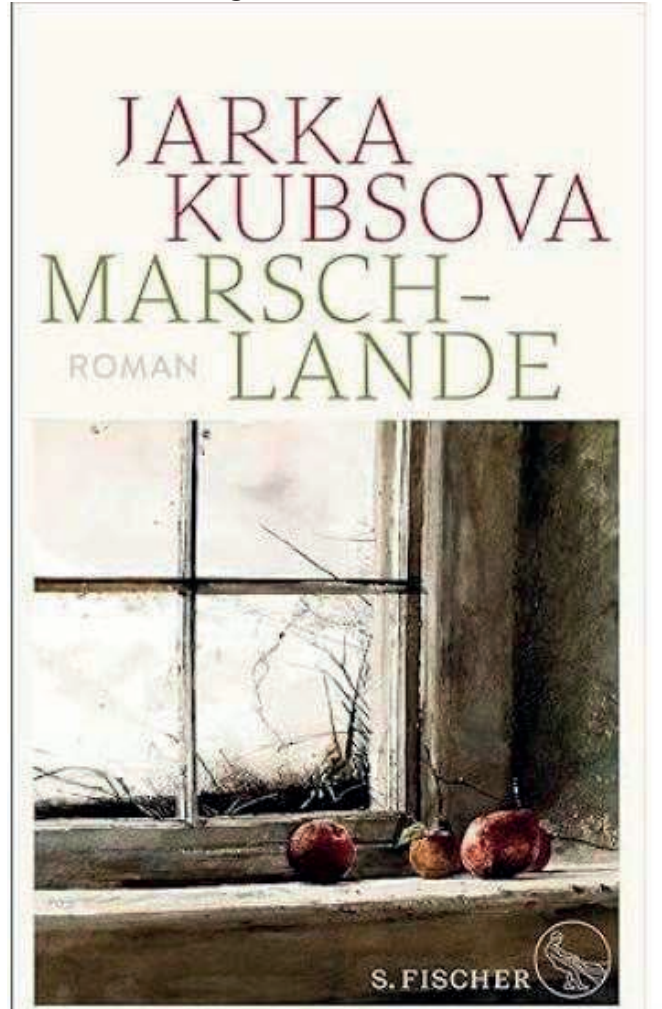
Wir befinden uns mit der Protagonistin Karin im Jahr 1976 in Gittersee, einem Vorort von Dresden, und nehmen teil am Leben einer Durchschnittsfamilie in der DDR. Die Oma bestimmt als Matriarchin die Geschichte, der Vater neigt dazu, die Tristesse des Lebens wegzutrinken, und die Mutter verlässt eines Tages die Familie mit den an die sechzehnjährige Karin gerichteten Worte: „Aber weißt du, wenn man in einer Welt lebt, in der man nicht leben möchte, dann kann man dort nicht sein, wie man ist. [...]. Weißt du [...], ich bin eigentlich ein völlig anderer Mensch.“

So ähnlich denkt und fühlt wohl auch Karins Freund Paul, der mit der Frage „Lust auf Abenteuer“ schließlich allein in den Westen „rübermacht“, während Karin zurückbleibt, verantwortlich für ihre kleine Schwester.

Und dann gibt es im Figurenarsenal noch den Stasibeamten Wickwalz, der sich die Freundschaft der beiden jungen Leute für eigene Zwecke dienstbar macht. Karin wiederum verhält sich willfährig, weil sie hungrig nach Wertschätzung ist. „Damals glaubte ich, dass er mich mochte. Wickwalz sprach ja mit mir wie mit einer ganzen Person. Er gab mir das Gefühl, ich würde immer etwas außerordentlich Kluges sagen.“ Von sich vermittelt er das Selbstbild eines Idealisten und versucht Karin klarzumachen, dass der Staat wie ein erstes Kind von seinen Eltern geschützt werden müsse. Am Ende aber kommt alles anders.

Ein beeindruckendes Debut der jungen Autorin, gefeiert von den einen und kritisiert von den anderen, die ihr vorwerfen, sie könne als nach der Wende im Westen Geborene keinen authentischen DDR-Roman schreiben. Meines Erachtens eine unberechtigte Kritik, die der Bedeutung dieses Romans nichts anhaben kann. „Sie hatte

versucht, sie hatte gehofft und Wünsche gehabt. Manche hatten sich erfüllt, manche nicht. Andere lagen noch vor ihr.“



So die Worte gegen Ende von **Jarka Kubsovas Roman „Marschlande“**. Wer nun meint, es gehe ausschließlich um die Lebenssituation einer Frau in ihren Vierzigern, der irrt. Die Autorin entwirft auf spannende und interessante Weise ein Doppelporträt zweier Frauen, von Britta, der eben Angesprochenen, und von Abelke, einer Bäuerin zu Beginn des Frühkapitalismus im 16. Jahrhundert. Als Britta mit ihrer Familie von Hamburg in die dörfliche Umgebung des Marschlandes gezogen ist, wird ihr bewusst, dass sie in eine Lebenskrise schlittert. Zugunsten ihres Mannes und ihrer beiden Kinder hat sie ihre berufliche Karriere aufgegeben und nun obendrein das Gefühl, im Marschland nie heimisch zu werden.

In dieser Stimmung der Niedergeschlagenheit stößt sie auf das Schicksal von Abelke, die wie andere Frauen ein Opfer ihrer Zeit wird. Als selbstständige Bäuerin trotz sie allen Unbillen der Natur, ist aber machtlos gegenüber den Feudalherren, die Gründe finden, sie zu enteignen, sie als Hexe zu brandmarken und sie Folter bis zum Verbrennungstod auszusetzen. Indem Britta auf Spurensuche geht, entdeckt sie, dass „Nuancen“ dieses vergangenen Frauenlebens auch im Leben heutiger Frauen stecken. Und so trifft sie eine Entscheidung.

Ein sehr lesenswerter Roman, basierend auf gründlicher Recherche. Aufrüttelnd vor allem deshalb, weil der Wunsch zweier Frauen, getrennt durch Jahrhunderte, geblieben ist, der Wunsch nach einem selbstbestimmten Leben.



„Erstand auf. Auch der Arzt stand auf und trat auf ihn zu – wollte er ihn tröstend umarmen? Er wich zurück, verabschiedete sich und ging, ehe der Arzt etwas sagen konnte.“

So das Ende des zweiten Kapitels in **Bernhard Schlinks Roman „Das späte Leben“**.

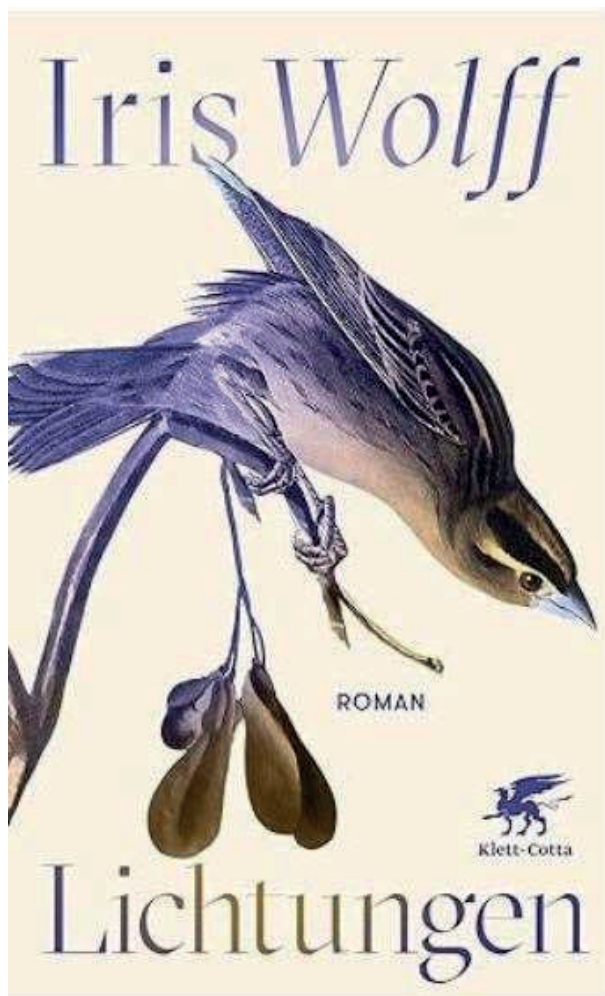
Der 76-jährige Protagonist Martin, emeritierter Professor, glücklich mit seiner deutlich jüngeren Frau Ulla, einer Malerin, verheiratet und innig verbunden mit seinem sechsjährigen Sohn David, hat soeben erfahren, dass er nur noch wenige Monate zu leben hat. Eine existentielle Situation, doch Martin bleibt gefasst. Alt genug ist er ja, um sich schon mehrmals mit dem Lebensende befasst zu haben.

Und trotzdem – „der Tod war schlimmer als alles andere, weil alles andere erlebt werden konnte, nur der Tod nicht.“ Seine Hauptsorge gilt seiner kleinen Familie und vor allem der Frage, was er David fürs Leben mitgeben könnte.

Also schreibt er Briefe an seinen geliebten Sohn zu allem, was ihm selber lebenslang wichtig war: Gott, Tod, Gerechtigkeit, Liebe. „Liebe glückt, wenn [zwei Menschen] einander im richtigen Moment begegnen und sich sehen, wie sie sind, und wollen, wie sie sind, wachen Herzens.“ Eine der schönen Lebensweisheiten, die David begleiten sollen. Ansonsten verbringen Martin, Ulla und David trotz eines Störfeuers, die in die Harmonie noch hineinfunkt, viel wertvolle gemeinsame Zeit, bis sie endlich loslassen können.

Ein wunderbarer Roman! Dank der klaren, schnörkellosen, manchmal spröden Sprache Schlinks und des illusionslosen, bisweilen melancholischen Umgangs seines Protagonisten mit dem nahen Tod ist das Buch nie kitschig, stattdessen unendlich berührend für viele, die es lesen.

„Er hatte eine siebenbürgische Mutter und einen rumänischen Vater; sein Großvater berief sich auf seine österreichischen Vorfahren. Lev, eine Mischung aus all dem, fühlte sich[aber] nicht verpflichtet, sich irgendwo einzuordnen.“



So die Einstellung der Hauptfigur Lev in Iris Wolffs Roman „Lichtungen“. Wir lernen ihn zunächst in Zürich kennen, wo er Kato, seiner früheren Freundin, nach vielen Jahren

wieder begegnet. Um die Schweiz geht es im Roman allerdings nicht, vielmehr um den Vielvölkerstaat Rumänien zur Zeit der Diktatur und der nach der Wende. Kato, freiheitsstrebend und auf der Suche nach sich selbst, war schon früh in den Westen aufgebrochen. Ihren Lebensunterhalt verdient sie sich als Pflastermalerin, während Lev bis zu seinem Aufbruch eher unentschieden und passiv in der Heimat ausharrt.

Iris Wolff erzählt nicht wie erwartet chronologisch, sondern führt mit jedem Kapitel weiter zurück in die Vergangenheit gemäß der Vorstellung: „Erinnerungen waren über die Zeit verstreut wie Lichtungen“, in denen aufleuchtet, wie es zu dem gekommen ist, was in der Gegenwart sichtbar wird. Wir lernen die Herkunft der Personen kennen, ihre unterschiedliche Mentalität, ihre Alltagskultur, so etwa das Verharren von Levs Großmutter in der Heimat und den Aufbruch des deutschsprachigen Großvaters Richtung Österreich.

Alles in allem ein beeindruckender, angenehm leiser Roman in einer wunderschönen Sprache, der uns in eine Zeit und eine Welt entführt, die uns vermutlich gar nicht mehr so präsent sind.

Ursula Franz-Schneider

Leseempfehlungen

- Elena Fischer: Paradise Garden, Diogenes Verlag, Zürich 2023
- Charlotte Gneuß: Gittersee, S. Fischer Verlag, Frankfurt am Main 2023
- Jarka Kubsova: Marschlande, S. Fischer Verlag, Frankfurt am Main 2023
- Bernhard Schlink: Das späte Leben, Diogenes Verlag, Zürich 2023
- Alex Schulman: dtv, München 2023
- Iris Wolff: Lichtungen, Klett- Cotta Verlag, München 2024

Kein Wetter für Oleander

„Eines Menschen Heimat ist auf keiner Landkarte zu finden – nur in den Herzen der Menschen, die ihn lieben.“

Todesursache: Schilddrüsenkrebs! Ich war 1955 ein Kind von elf Jahren und verstand nur eins: Oma hatte uns verlassen – von nun an war ich meinen Eltern ausgeliefert ... „Sie starb an gebrochenem Herzen“ ist die Diagnose meines heutigen Erwachsenenverstandes; das Leben hatte ihr zu viel genommen.

Die „Heimat“, das Land ihrer Vorfahren nahm sie nicht auf: Sie zeigte sich ablehnend, schroff, kalt. Ihren Mann hatten Partisanen am Tag vor Kriegsende weggeschleppt und erschossen. Weil er deutsch war – und die Deutschen hatten Jugoslawien angegriffen. Das ganze Dorf hatte in friedlicher Nachbarschaft mit den völkischen Minderheiten gelebt. Sie und ihre Familie wehrten sich gegen den Gedanken, man könnte sie mit den Gräueltaten von Hitler in Verbindung bringen.

Doch Internierung und Vernichtungslager enthüllten die furchtbare Wahrheit...

Hier in Deutschland nun, „wo sie ja hingehörte“, wussten die Leute nicht einmal wo das Land auf der Karte zu finden ist, aus dem sie kam.

Es nützte ihr nichts, dass sie freundlich auf die Bevölkerung zugeht, sowie sie es gewohnt war. Davon durchdrungen, dass Gutes nur Gutes hervorbringt, begegnete sie auch jenen freundlich, die sie wegen ihren vielen Röcke und ihren gestrickten Schuhen „Zigeunerin“ nannten. Für sie war es kein Schimpfwort; einen Menschen wegen seiner Andersartigkeit zu diskriminieren wäre ihr nie in den Sinn gekommen. Doch

nicht nur ihr Aussehen, auch ihre Aussprache und ihr furchtloses Wesen lösten Misstrauen aus.

Nicht nur, dass es „hier in Deutschland kein Wetter für Oleander“ war – auch die Landschaft hatte bedrohliches für sie bereit: Als sie das erste Mal Kühe am Berg hang erblickte, glaubte sie Hilfe herbeiholen zu müssen – so gefährlich sah das aus. Sie kam aus der ungarischen Tiefebene, und der Nächste „Berg“ mit 200 m Höhe war das Ziel von Klassenausflügen! Den „Kukruz“ (Mais), mit dem sie „zu Hause“ ihre Familie ernährte, warfen sie hier den Kühen zum Fraß vor! Ja, der Ladenbesitzer des Hauses, in das sie zwangseingewiesen worden war, nahm vom geschlachteten Huhn nur die Fleischteile – und ließ die Innereien, die Füße und den Kopf der Katze übrig! Gab es denn keine Armen im Dorf? Wie versündigten sich doch die Leute und wie schwer machten sie ihr die Verständigung! Auch die Kinder taten sich schwer zwischen den Leuten, die glaubten, „den Krieg erlebt“ zu haben, weil in der Nähe mal eine Bombe fiel ***

In Österreich hatte sie wenigstens eine Aufgabe! Da wussten sie nicht, ob der Mann ihrer Tochter überhaupt noch lebt, und sie war – wie in dem Haus, dass sie verlassen musste – der starke Baum für Tochter und Enkelin. Die älteren Angehörigen hatten die Brutalität des Hungers, der Kälte und der ausbrechenden Seuchen nicht überlebt: mit denen, die ihr blieben, wagte sie dreimal die Flucht *** Mit der Kleinen, für die im Lager schon die Totenkerze gebrannt hatte, grub sie im Schutt von Wien nach Hausratgegenständen. Während sie Blechgeschirr lötete, Seife kochte und Strohsäcke stopfte, ängstigte sie sich um die „Große“. Diese arbeitete als

Hilfskraft auf dem Bau, weil es für Flüchtlinge keine andere Arbeit gab. Russen fuhr in Wien knapp an den Gehsteigen entlang und rissen junge Frauen ins Auto, hatte sie gehört. Sie waren in der zerbombten Schule untergebracht gewesen, wo die wohlgenährten Ratten durch die Gänge flitzten und sich die einzelnen Familien durch dünne Filzdecken gegen anderer abzutrennen versuchten. So war es auch nicht zu verhindern, dass die Kleine Dinge sah, die zu verkraften sie noch nicht die seelische Reife hatte.

Trotzt dieser großen Not kamen für die Kleine der Nikolaus und der Osterhase, und die Glocken folgen am Karfreitag über die Dächer der Stadt nach Rom... Ja, sie war der Mittelpunkt und tragende Teil der Schicksalsgemeinschaft. Auf dem Land, wo sie sich bei Bauern verdingte, war's fast wie „daheim“. Halt nicht so heiß – und schlafen musste sie mit der Kleinen im Pferdestall: aber es war doch ein Stück von dem, was bisher ihr Leben bestimmt hatte.

Ihre ererbte Zähigkeit ließ sie trockenen Humor hervorbringen, sich mit den Verhältnissen arrangieren und auf einen neuen Anfang hoffen: In Deutschland lebten inzwischen viele von ihren Landsleuten – und gehörte sie nicht auch dahin, wo vor 150 Jahren die Auswanderung begann? Als der Schwiegersohn aus der Gefangenschaft entlassen wurde, bekam sie die Möglichkeit, Deutschland als neue „Heimat“ zu betrachten. Ihre bescheidene Rente und ihre ganze Tatkraft setzte sie hinfort zu möglichst gleichen Teilen bei den Familien ihrer beiden Kinder ein. Es war der Lauf der Dinge, dass sie im Haushalt ihrer Tochter zwischen die Puffer geriet; daran änderte auch der Umstand nichts, dass der Schwiegersohn sie immer noch respektvoll in der dritten Person ansprach, wie es „zu Hause“ üblich war. Der Kleinen, der sie ihre ganze Liebe schenkte,

konnte sie nicht zu dem Verständnis verhelfen, dass der Vater – auf den sie so lange gewartet hatte – und die Mutter so erbarmungslos miteinander stritten. Dabei waren sie doch jetzt endlich eine richtige Familie und in Deutschland...

Ihr offenes Haus, das in Jugoslawien jedem Bedjār (Zigeuner, Tippelbruder, Obdachloser) Gastfreundschaft gewährt hatte, war hier nicht wiederholbar. Ja, die Einheimischen hüteten ihre Güter misstrauisch voreinander – sogar innerhalb der eigenen Familie.

Wenn s i e gab, wie sie zu geben gewohnt war, argwöhnten oder spöttelten sie. Sie kämpfte zäh und verbissen, sich d i e Welt zu erhalten, die sie einmal besessen, oder wenigstens einen kleinen Rest davon. Doch s o wollte man sie nicht haben! Auch ihre Tochter kam nicht mehr mit ihr zurecht – oder sie nicht mit ihr; wer weiß das schon. Die Krankheit, die sich mit einem Kropf angekündigt hatte, begann sich auszubreiten...

Die Situation der Flüchtlinge hatte sich inzwischen gebessert, doch nur das konfessionelle Krankenhaus versprach etwas von dem gewohnten zu geben. Nachdem sie begriffen hatte, dass nicht nur die Leute hier, sondern auch das Leben sie nicht mehr haben wollte, gab sie auf...

Anna Maria Angeli
*15.08.1944 in Srp. Miletitsch (heutiges Serbien)

2. Preis der Zentrale für politische Bildung Baden-Württemberg – daraufhin abgedruckt in den Heimatorganen „Donauschwäb. Mitteilungen“ und „Das Donautal“ im Hartmann-Verlag; Aufnahme in die ANTILOGIE „Donauschwäbische Literatur seit 1945“ „Die Erinnerung bleibt“; Band A-D

Erste Volkswagen in Speyer

Stadtgeschichte(n): 1938 zur Besichtigung und Bestellung

SPEYER. 90 Zeilen war 1938 der Tageszeitung „NSZ-Rheinfront“ die Nachricht wert, dass „auf der Hauptstraße drei Volkswagen zu besichtigen sind“, von denen in Speyer „schon über 200 bestellt sind“. Offiziell hießen diese Autos KdF-Wagen, eine Abkürzung der Nazi-Organisation „Kraft durch Freude“. In der Domstadt waren damals schon Pkw anderer Marken unterwegs, zum Beispiel Daimler-Mercedes und Opel.

Dieses von Ferdinand Porsche nach Entwürfen der Österreicher Hans Ledwinka und Béla Barényi konstruierte Volkswagen sollte für 990 Reichsmark, nach heutiger Kaufkraft etwa 4.800 Euro, für jedermann erschwinglich sein. Interessenten konnten einen von der NS-Propaganda umfangreich beworbenen Sparvertrag abschließen, mit dem sie den Kaufpreis ansparen sollten.

Adolf Hitler sah einen propagandistischen Nutzen für sein NS-System. Denn das Autofahren war bis dahin weitgehend der Oberschicht vorbehalten und dies meist in Verbindung mit einem Chauffeur.

Den Speyerern wurden eine Limousine und zwei Kabrioletts mit Schiebedach vorgestellt. Die Zeitung dazu: „Kaum waren sie gegen 9.30 Uhr angekommen, wurden dicht umringt, bestaunt und betastet. Ausrufe der Bewunderung wurden laut, die Hochachtung vor diesen Meisterwerken deutscher Technik ausgedrückt. Wenn man einsteigt, muss man feststellen, dass eine Menge Sitzplatz vorhanden ist“.

Weiter heißt es, dass „die Ausstattung kaum Wünsche offenlässt. Es ist alles übersichtlich und gleich greifbar angeordnet, die Bedienung denkbar einfach. Am Schalt-

brett ist sogar ein Plätzchen für den Rundfunkempfänger vorgesehen. Ganz hervorragend ist die Federung. Man fährt damit auch auf schlechten Straßen wie der Kleinen Pfaffengasse in erstaunlicher Ruhe“.

Die Besichtigung und eine kleine, von Lautsprechern angekündigte Rundfahrt hatten insofern Folgen, dass über 200 dieser bis zu 100 Stundenkilometer schnellen Volkswagen für das kommende Jahr bestellt wurden. Sie kamen jedoch nicht an, denn das „Führer-Auto“ ging zu Beginn des 2. Weltkriegs 1939 komplett an die Wehrmacht. Produziert wurde nur noch für das Militär.

Deutschland war in den Dreißigern des vergangenen Jahrhunderts „im europäischen Vergleich untermotorisiert“, heißt in der eingangs genannten Tageszeitung. „1930 gab es nur etwa eine halbe Million registrierte Kraftfahrzeuge. Das Deutsche Reich rangierte deutlich hinter Frankreich oder Großbritannien, wo bereits mehr als 1,5 Millionen Autos über die Straßen rollten. Und in den USA hatte mit gut 26 Millionen Fahrzeugen die Massenmotorisierung längst begonnen“.

Wolfgang Kauer

Mein Leben

Ich lebe mein Leben
auf meine Weise.

Früher - mehr laut,
doch heute mehr leise.

Ich lebe mein Leben,
in sich änderndem Kreise.

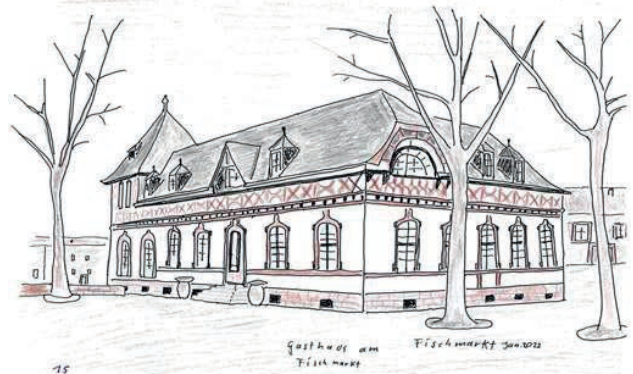
Es ist mein Leben,
ich liebe, es auf meine Weise.

Ich lebte meine Leben,
doch nun wird es leise.

Ich bin gegangen,
es schließen sich die Kreise.



Wirtschaft zum Rheintal



Fischmarkt



In der Altstadt



Ehem. Drogerie Buscher

Abschied

Auf dem Tisch - vor mir liegt ein Brief -
von dir
ich kenne deine Schrift.

Du willst von mir gehn und ich soll's verstehn
viel mehr -
schreibst du nicht.

Eine Träne von mir
fällt auf das Papier
doch ich schäme mich dieser Träne nicht

Tief in mir drinn
-such ich nach einem Sinn-
ist dies das letzte Gedicht?

Rosen verblühen -
selbst Sterne verglühn.

Wo ist dein Gesicht?

Speyerer „Wein-Offizier“

Stadtgeschichte(n): Versteigerung des Besitzes von Rittmeister Ritter von Rogister

Eine geradezu unvorstellbare Menge von Wein aus Privatbesitz wurde vor rund 170 Jahren in Deutschland mitsamt einem großen Haus und dessen Mobiliar zur Versteigerung angeboten. Das ist einem Inserat in dem „Anzeige-Bote der Kreis-Hauptstadt Speyer zum Jahreswechsel 1852/1853 zu entnehmen.

Demnach hinterließen die offenbar kinderlos verstorbenen Eheleute Carl Theodor und Anna Regina von Rogister außer einem Anwesen und dessen Einrichtung in der damaligen Landauer Vorstadt nahe der später erbauten Gotteshäuser St. Josef und Gedächtniskirche der Protestation folgende gefüllte Weinfässer (die Angaben sind so benannt, wie die Weine in dem Inserat angeführt werden):

900 Liter 1846-er Rother, 1 800 Liter 1846-er Traminer, 1 600 Liter 1851-er Gemischter, 1 400 Liter 1846-er Riesling, 1 480 Liter 1849-er Traminer, 1 050 Liter 1852-er Gemischter, ferner 130 Liter 1850-er Gemischter und 180 Liter 1949-er Ordinärer. Dazu angeboten wurden unter anderem 13 Fässer verschiedener Größe von 500 bis 2 500 Liter und eine Kelter. Ob die Weinfässer samt Inhalt ersteigert wurden, ist nicht überliefert.

Der studierte Heraldiker (Wappenkundler) Carl Theodor Ritter von Rogister war Rittmeister eines in Speyer stationierten Infanterieregiments. Mehrere, im Laufe der Jahre verkaufte Anwesen in der Landauer Vorstadt von Speyer (Große Gailergasse, Schwerdstraße, Landauer Straße) hatte er von seinem Vater Friedrich Carl von Rogister geerbt, ebenfalls hoher Offizier des Infanterieregiments. Der vermögende Carl Theodor

von Rogister hatte sich auch eine Sternwarte im „Turm zum Falken“ nahe des heutigen Bartholomäus-Weltz-Platzes anlegen lassen.

Wolfgang Kauer

Beisel **HÜTE** Speyer

...gut behütet!

PROTECT 80 UV
UV STANDARD 801
03.5.0078
FI Hohenstein

Cartoon by J. Steinhäuser

Roßmarktstraße 37 (am Altpörtel)
67346 Speyer
T 06232 75317 · www.beisel-huete.de

Der Lauf der Jahreszeiten...

*Frühling lässt sein blaues Band,
wieder flattern durch die Lüfte.
Süße, wohlbekannte Düfte
streifen ahnungsvoll das Land...*

Wer kennt es nicht, das Gedicht von Eduard von Mörike?

Wunderschöne Verse, die den nahenden Frühling ankündigen.

Ich gebe zu, jede Jahreszeit hat ihren Reiz. Im Sommer verbringen wir die warmen Tage am Meer. Wir genießen es, wenn um uns herum alles grünt und blüht. Die Farbenpracht macht gute Laune. Wir verbringen viel Zeit in der Natur und nehmen sie mit allen Sinnen wahr.

Dann werden die Tage kürzer. Die Natur bereitet sich auf den Winter vor. Nebel zieht über die Felder, und unter den Laubbäumen breitet sich ein bunter Blätterteppich aus. Das trübe Herbstwetter lässt mich nachdenklich werden. Wie gerne möchte ich die Zeit anhalten. Noch einmal Kind sein, Drachen steigen lassen, Eicheln und Kastanien sammeln und kleine Figuren basteln. Doch ich kann die Zeit nicht zurückdrehen. Eine eigenartige Stille umgibt mich, wenn ich die letzten Sonnenstrahlen im Garten genieße.

Das ratternde Geräusch von Rasenmähern und Laubbläsern ist verstummt. Die Erde riecht nach nassem Moos und nach modrigem Holz.

Eines Morgens dann, hat silbrig glitzernder Frost meinen Garten über Nacht in eine eisige Winterlandschaft verwandelt. Die letzte Jahreszeit – der Winter – ist da. Der erste Schnee lässt nicht lange auf sich warten. Er verwandelt die Landschaft in eine, Traumwelt. Die Blüten der Herbstastern und Anemonen sind von Schnee bedeckt und sehen

aus, als hätte der eisige Winter sie mit Puderzucker bestäubt. An gemütlichen Abenden am Kamin, bei prasselndem Feuer und Kerzenschein, stimmen wir uns auf das bevorstehende Weihnachtsfest ein. Es kehrt Ruhe ein...

Doch, irgendwann, nach einem langen Winter, kann ich es kaum noch erwarten von zwitscherndem Vogelgesang geweckt zu werden. Vogelschwärme, die in warmen Ländern, überwintert haben, kehren endlich zurück in meinen Garten.

Ich spüre es ganz deutlich, es liegt etwas in der Luft. Die Krokusse und Narzissen strecken ganz vorsichtig ihre Blüten den ersten Sonnenstrahlen entgegen. Am Kirschbaum sind bereits kleine Knospen zu sehen.

Ein leichter Windhauch trägt den süßlichen Duft der Maiglöckchen über die Wiese hin zu mir. Ich will mich berauschen lassen vom Duft des Flieders, und dem frischen Gras. Mit allen Sinnen möchte ich die Natur erleben. Langsam werden die Tage länger, und in der Abenddämmerung vernehme ich, aus dem Wald hinter dem Haus, den schaurigen Ruf des Käuzchens. Ich habe ihn vermisst, den kleinen Waldkauz. In seiner Umgebung erwacht der Wald zu neuem Leben. Er lädt ein zum Innehalten und um innere Ruhe zu finden.

Ich möchte dem Grau des Winters und dem wolkenverhangenen Himmel entfliehen, den Frühling riechen und die Vielfalt seiner Düfte entdecken.

*... Veilchen träumen schon,
wollen balde kommen.
– Horch, von fern ein leiser Harfenton!
Frühling, ja du bist's!
Dich hab ich vernommen!*

Helga Licher



Anregung

Ein Lächeln steht
den meisten Menschen.
Etwas Schönes
geschieht
in ihrem Gesicht.

*Es kann Brücken bauen,
ist Ausdruck
unseres Menschseins.
Wir sind uns nicht fremd,
sind einander zugewandt,
miteinander verbunden.*

*Es kann Wunder bewirken,
Trost und Zuversicht
schenken,
den Glauben
an das Gute stärken.*

Ein Lächeln
kann die Welt verändern,
Herzen öffnen für
die Schönheit des Lebens.

*Es kann uns glücklicher machen,
als wir es je für möglich
gehalten hätten.*

Ach, lasst uns öfter lächeln!



Blütenräume





Blick auf die imposante Pfarrkapelle in Rinchnach

Auf den Spuren des Heiligen Gunther zwischen Bayerischem Wald und Böhmerwald unterwegs

Seit 2021 zählt der Gunthersteig offiziell zu den bayerischen Pilgerwegen. Auf den Spuren des Mönchs St. Gunther führt er durch den Bayer- und Böhmerwald. In mehrfacher Hinsicht eine Grenzerfahrung.

Spiritualität, Selbstfindung oder Liebe zur Natur: Gründe zum Pilgern gibt es viele. Die Kernessenz des Pilgerns ist es, sich auf den Weg zu machen. In vielen Weltreligionen und darüber hinaus erfährt die Pilgerreise eine wichtige Bedeutung. Nicht das Ziel ist wichtig, sondern der Weg und der Prozess, den wir beim Pilgern erleben.

Der Gunthersteig ist ein Pilgerweg, der uns über Grenzen führt – von Landkreisen, Ländern und vielleicht sogar unserer eigenen. Von der Donauebene startend, tauchen wir immer tiefer in die Waldwildnis von Bayer- und Böhmerwald ein und folgen den Spuren von St. Gunther. Dabei lernen wir herausragende Kulturdenkmäler kennen, begegnen besonderer Spiritualität, tauchen in die facettenreiche Geschichte ein und haben die Möglichkeit, Gunthers Wirken bei szenischen Führungen näher kennenzulernen.

Wer war Gunther?

Gunther, geboren um 955, entstammte thüringischem Hochadel. Er war hoch angesehen und verfügte über beste Verbindungen und verwandtschaftliche Beziehungen zum Hof Kaiser Heinrich II. Im thüringischen Kloster Hersfeld lernte Reichsgraf Gunther Abt Gotthard aus dem bayerischen Kloster St. Mauritius Niederaltaich kennen. Dieser machte auf Gunther einen so starken Eindruck, dass er sich 1006 mit 50 Lebensjahren entschloss, in Gotthards Kloster Niederaltaich als Laienbruder einzutreten.

1008 zog er als Eremit in den Lallinger Winkel, der bereits im 9. Jahrhundert von Kloster Niederaltaich erschlossen worden war. Am Ranzingerberg errichtete er eine Klausur. Von dort aus bahnte er sich den Weg weiter durch die Wildnis des Nordwaldes und ließ sich in Frauenbrünnl bei Gehmannsberg in einer Zelle nieder. Nach einem äußerst strengen Winter zog er bereits 1012 hinunter in den Talkessel der heutigen Rinchnacher Ohe. Dort errichtete er mit Mönchen aus Niederaltaich ein Rodungskloster. Um dieses herum entstand allmählich Rinchnach mit kleineren Ortschaften. Der Ort entwickelte sich unter seinem Wirken zum Zentrum der Kultivierungsarbeit im Mittleren Bayerischen Wald.



Fresko in der Pfarrkirche Rinchnach- Hl. Gunther bei Rodungsarbeiten

Gunther sorgte dafür, dass von Lalling über Rinchnach ein neuer Handelspfad angelegt wurde, der dann von Zwiesel in den bereits

vorhandenen Böhmweg mündete. So konnten Handelsgüter, vor allem das lebensnotwendige Salz aus den klostereigenen Salzpflanzen in Reichenhall, von der Donauniederung mit der Isarmündung auf dem Gunthersteig über den Grenzkamm hinein ins Böhmisches Becken transportiert werden.



Symbol des Gunthersteiges Grenzen überwinden

1040 verließ Gunther Rinchnach, um seine letzte Klausur jenseits des Grenzkamms im Böhmischen aufzubauen. Diese stand etwas abseits vom Böhmweg beim Guntherfelsen in der Nähe des heutigen Dobra Voda (Gutwasser) bei Hartmanice.

Dort starb er am 9. Oktober 1045. Sein Leichnam wurde ins Benediktinerkloster Brevnov bei Prag überführt und dort bestattet. Obwohl der Rodungsmönch Gunther keine offizielle Heiligsprechung erfuhr, ist seine Verehrung bis in unsere Zeit groß. Sie nahm nach der Wende 1989 einen neuen Aufschwung. Gunther gilt als Vermittler des Friedens der christlichen Werte im Sinne des Evangeliums.



Kirche mit Guntherquelle in Dobra Voda

Der Pilgerweg Gunthersteig

Pilgern ist mehr, als nur Gehen. Es ist verbunden mit einer inneren Haltung voller Offenheit für die Dinge entlang des Weges. Beim Pilgern geht es darum, sich bewusst Zeit zu nehmen, um zur Ruhe zu kommen, zu entschleunigen und das eigene Leben zu reflektieren. Beim Pilgern auf dem Gunthersteig kommt eine weitere Komponente hinzu: Die, des Grenzen Überwindens.

Der Gunthersteig folgt den Spuren von St. Gunther einmal durch den Bayerischen Wald und Böhmerwald: Von der Donau ebene, durch den Naturpark und Nationalpark Bayerischer Wald und Sumava Nationalpark auf tschechischer Seite. Insgesamt umfasst der Pilgerweg 160 Kilometer und neun Tagesetappen mit einer Länge zwischen 14 und 21 Kilometern. Start ist das Kloster Niederaltaich an der Donau. Ziel, die tschechische Stadt Blatna. Entlang des Weges gibt es zahlreiche Besonderheiten zu entdecken, wie zum Beispiel den Guntherstein bei Lalling, die Wallfahrtskirche Frauenbrünnl bei Rinchnach – das sogenannte Guntherkircherl -oder das Gsengnet, den grünen Grenzübergang nach Böhmen, der viele Jahre durch den „Eisernen Vorhang“ versperrt war. Besonders beeindruckend sind auch der gläserne Altar in der Barockkirche St. Gunther in Dobra Voda (Gutwasser) mit der neben der Kirche liegenden Guntherquelle. Diesem Wasser wird eine besondere Heilwirkung zugesprochen.

Besondere Eindrücke auf dem Pilgerweg mit Pilgerbegleiter Markus Dahlke und Wanderführer Klaus Kreuzer:

Einfach losgehen, aufbrechen, unterwegs sein – einlassen auf das, was die Natur und Bergwelt an tiefer Kraft und Gottesgegenwart uns schenkt. Wir wandern nicht, wir pilgern. „Ich suche meinen Weg und ich finde meine Motivation auf dem Weg“ und weiter „die Kraft der Natur für sich selbst finden“, so Pilgerbegleiter Markus Dahlke auf dem Weg. „Eintritt bedeutet Veränderung – wir wollen durch ein „Baumtor“ eintreten und

hindurch schreiten und dabei versuchen, den Hl. Gunther zu erspüren. Eintreten und sich aufmachen, die Reise zu wagen, die schon Gunther einst angetreten hat“, so Markus Dahlke zu unserer kleinen Gruppe.

Und wenig später mitten im dichten Wald eine neue Aufgabe: Wer mag, soll mit Materialien die am Wald- und Wegesrand zu finden sind, ein Kreuz basteln. Nach einigen Minuten kommen erstaunliche Ergebnisse zu Tage. Aber das wichtige dabei: Jeder hat sich mit dem Gedanken des Kreuzes beschäftigt, so Markus Dahlke zu dieser Übung. Später steht jeder der Gruppe an einem Baum und umarmt diesen; fünf Minuten reden wir nicht, wir hören die Geräusche der Natur, des Waldes und hören dabei auch in unser Inneres hinein. Erstaunlich, wie lange fünf Minuten sein können

Am nächsten Vormittag sind wir mit Wanderführer Klaus Kreuzer im Nationalpark Sumava auf dem Pilgerweg nach Dobra Voda (Gutwasser) unterwegs. Klaus Kreuzer, der Tschechien als seine „zweite Heimat“ und „große Liebe“ bezeichnet, weiß viel zu erzählen: Geschichten, Sagen und auch Wahrheiten über die Region, die Menschen und natürlich auch über den Hl. Gunther



Blick auf den Glasaltar in der Pfarrkirche Dobra Voda

Mystisch und passend zum Wegverlauf: Nach strahlendem Sonnenschein trübt es ein und der „Sumava-Nebel“ hat uns eingefangen. An jeder Wegkreuzung glaubt man,

jetzt kommt Gunther aus dem Nebelmeer zu uns. Am Guntherfelsen – hier ist Gunther 1045 verstorben – wurde eine Kapelle errichtet – im kleinen Altarraum ist das Bild des Hl. Gunther zu sehen. Ein kleiner Steig führt von der Kapelle hoch zum Gunther-Kreuz, ein besonderer Platz, ein mystischer Platz, gerade dann, wenn die Nebelschwaden um den Felsen ziehen. Nur noch knapp zwei Kilometer Wegstrecke und wir stehen vor dem alten Friedhof und der Guntherkirche in Dobra Voda. Viele Besucher kommen hierher um den Glasaltar mit der Kreuzigungsszene zu bewundern. Und an der Guntherquelle stehen die Besucher in kleinen Warteschlangen, um das Wasser – dem heilende Wirkung zugesprochen wird – in mitgebrachte Behältnisse zu füllen oder sich Augen und Gesicht zu benetzen. Mit Ehrfurcht und großer Hochachtung vor der Lebensleistung des Hl. Gunther sind wir hier unterwegs und denken daran, was es wohl vor fast eintausend Jahren tatsächlich hier zugetragen hat.....

Die Etappen im Einzelnen:

1. Etappe: Niederaltaich - Lalling

19 km, ca. 5,30 Stunden, mittelschwer, 444 Höhenmeter; Zum Verweilen: Hengersberger Ohe, Kapelle bei Vorderherberg, Euschertsfurther Linde,

„Auch der weiteste Weg beginnt mit einem ersten Schritt“ (LaoTse)

2. Etappe: Lalling – Rinchnach

19 km, ca.6,30 Std. mittelschwer, 418 Höhenmeter; Zum Verweilen: Guntherstein, Kirche in Kirchberg im Wald, Dorfanger in Sommersberg

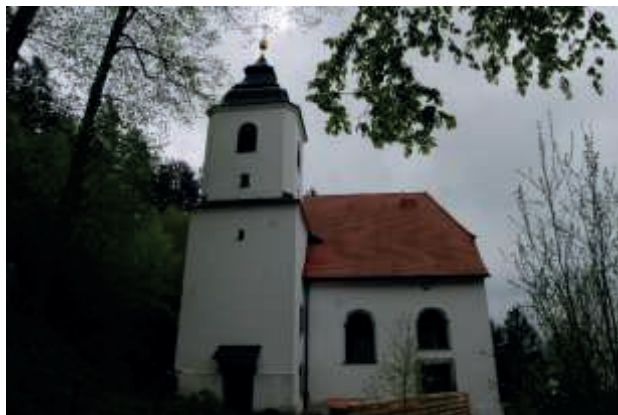
„Wohin noch mag mein Weg mich führen? Närrisch ist er, dieser Weg, er geht in Schleifen, er geht vielleicht im Kreise. Mag er gehen wie er will, ich will ihn gehen“. (Hermann Hesse)

3. Etappe: Rinchnach – Zwiesel

15 km, ca. 5 Std., mittelschwer, 758 Höhenmeter; Zum Verweilen: Guntherkreuz,

Guntherkircherl, Einsiedelei-Felsen in Zwiesel

„Das Reisen, das gleichsam eine höhere und ernsthafte Wissenschaft ist, führt uns zu uns zurück“. (Albert Camus)



Kapelle Frauenbrünnel im Volksmund auch Guntherkircherl

4. Etappe: Zwiesel – Prasily

21 km, ca. 6,30 Std, schwer, 1094 Höhenmeter; Zum Verweilen: Kreuzweg, Guntherbrunnen, Meditationsplatz Spiegelhütte, Rastplatz Scheuereck, Grenzübergang Gsenget

„Ich schaue ins Tal, dort laufen die Wege zusammen, die vielfach verschlungenen, die ich gegangen bin, und ich hebe meine Augen auf zu den Bergen“. (Carl Zuckmayer)

5. Etappe: Prasily – Hartmanice

14 km, ca. 3,35 Std, Leicht, 993 Höhenmeter; Zum Verweilen: St. Gunther Kapelle, Gläserner Altar, Synagoge in Hartmanice

6. Etappe: Hartmanice – Susice

16 km, 4,30 Std, mittel, 715 Höhenmeter; Zum Verweilen: Kirche St. Maurenzen, Annin,

7. Etappe: Susice – Horazdovice

22 km, ca. 7,00 Std, mittel, 725 Höhenmeter; Zum Verweilen: Schutzengelkapelle, Burg Rabi, Brachen

8. Etappe: Horazdovice – Chanovice

25 km, ca. 3,45 Std. mittelschwer, 581 Höhenmeter; Zum Verweilen: Stein von Jan Zizka, Schloss Chanovice,

9. Etappe: Chanovice – Blatna

18 km, ca. 5,00 Std, mittelschwer, 559 Höhenmeter; Zum Verweilen: Architektur Museum in Chanovice, Steininformationen, Schloss in Blatna

Der Lehrpfad bei Lalling:

Der Lehrpfad gibt wertvolle Einblicke in das Leben und Wirken des Volksheiligen Gunther. Insgesamt 10 Stationen beschäftigen sich auf dem 4,5 Kilometer langen Weg mit der Biographie von Gunther, seinem Bezug zur Kirche und dem Leben im Bayer- und Böhmerwald. Als Pilger auf dem Gunthersteig können Sie die Zusatzschleife am Ende von Etappe 1 oder zu Beginn von Etappe 2 integrieren. Die Themen der Lehrtafeln im Überblick:

1. Ein Weg auf Gunthers Spuren
2. Ein Kind des Hochmuts wird bekehrt
3. Ein steiniger Weg zum Seelenheil
4. Auf der Such nach der Gottesnähe
5. Ein gottgefälliges Werk
6. Dem Urwald abgerungene Siedlungen
7. „Stratam, Que in Bavariam tendit“ (Straße, die nach Bayern führt)
8. Unterwegs für Gott und Vaterland
9. Entschlafen in böhmischer Abgeschiedenheit
10. „St.Gunther Bad und Gnad“.

Ein besonderes Juwel – die Barockkirche in Rinchnach:

Zu den eindrucksvollsten Bauwerken des Bayerischen Waldes gehört die im Rinchnacher Ortsbild dominierende ehemalige Klosterkirche, die einen der schönsten spätbarocken Innenräume Bayerns hat. Die Bilder der beiden hinteren Seitenaltäre stammen von einem der berühmten Asambrüder, nämlich von Cosmos Damian Asam. Eines stellt die Sterbestunde Gunthers dar, das zweite die von Abt Godehard. Besonders faszinierend sind die Deckengemälde

von Wolfgang Andreas Haindl. Die beiden größten zeigen das berühmte „Pfauenwunder“, das Gunther am Hofe in Ungarn erlebt hatte oder die Enthauptung von Johannes dem Täufer.



Blick von der Kapelle Frauenbrünnel

Der Baumeister der Barockkirche war der Münchner Johann Michael Fischer (1692-1766). Er hat von 1727 bis 1732 aus der zuvor schlichten gotischen Kirche diesen beeindruckenden Kirchenraum geschaffen. Die Umfassungsmauern der Kirche sind seit dem ersten Steinbau, der 1438 fertig gestellt worden ist, immer noch dieselben, also mittlerweile über 600 Jahre alt.

Einzigartig ist auch die rechte Seitenkapelle, die eine mit echten Flussperlmuscheln verzierte Gewölbedecke hat und in der die Ölberggruppe dargestellt ist.

Die Barockkirche ist ganztätig geöffnet, sie kann im Rahmen einer Führung oder auf eigene Faust besichtigt werden.

Infos:

Landkreis Deggendorf, Tourismusreferat, Herrenstraße 18, 94469 Deggendorf; Tel. 0991 – 3100-231; www.tourismus@landkreis-deggendorf.de;

Arberland Regio GmbH, Touristisches Service Center, Amtsgerichtsstraße 6-8, 94209 Regen; Tel. 09921 96050; www.tourismus@arberland-regio.de

Sprava Nationalpark Sumava, 1.maje 260, CZ 38501 Vimperk; Tel. 0420 388 450111; www.vimperk@sumava.cz

Bericht v. Michael Stephan

Auf dem Loreley Felsen

Eine Nacht bei der blonden Fee

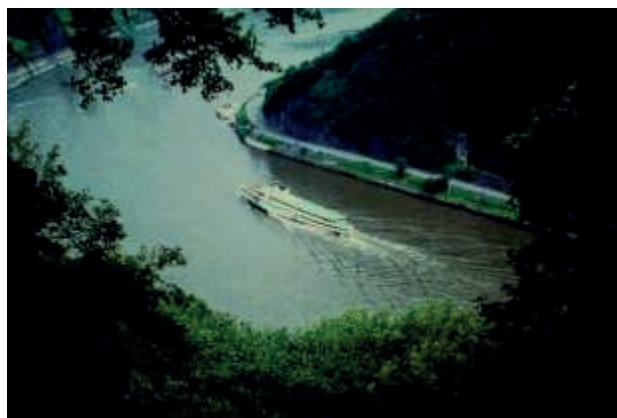
Begeistert genieße ich den Prachtblick übers Wasser. Hier auf dem Loreleyfelsen habe ich eben eine gemütliche Felsenecke entdeckt, ruhig und menschenfrei, hier bleibe ich. Wer sich da langweilt, langweilt sich auch woanders. Ein guter Platz für die Nacht. Hier könnte Hölderlin gerufen haben: „Ich danke Gott, dass ich empfinden kann, wo tausend gleichgültig vorüber eilen“. Er war ein Dichter des 19. Jahrhunderts, für den der romantischen Rhein mit seinen Ufern, Bergen, Burgen, Ruinen, Städten, Reben und Wein der edelste aller Ströme war. Neben dem Heine vom Rheine gibt es weitere berühmte Namen wie Goethe, Eichendorf, Brentano, Arnim, Schlegel, Simrock und viele andere, die den Rhein mit Feen, Nixen und Zwergen, Goldschätzen und Drachen poetisch belebten.



1. Bild: Der Loreley Schieferfelsen

Unter mir strömt der Rhein mit ruhiger Gewalt, unerschütterlich ragt der Loreleyfelsen in den Wasserlauf. Ich sehe auf den großen Flussknick, der sich 100 Meter unter mir um meinen schroffen Schieferfelsen windet. Schon 20 Uhr, dennoch steht die Sonne noch hoheitsvoll über dem westlichen Rheingebirge. Blütenweiße Wolken umgrenzen den blauen Himmel. Auf meiner Isomatte und Schlafsackrolle als Kopfkissen

fühle ich mich wie auf Rosen gebettet, die Sonne lacht und mir ist pudelwohl. Unten dieselt ein Ausflugsschiff mit bunten Wimpeln vorüber. Aus dem Bordlautsprecher klingt die berühmte Heine Lieddichtung: „Ich weiß nicht was soll es bedeuten...“ Das Rheingebirge über dem Strom erscheint im Gegenlicht und lässt Burgen und Schlösser erahnen. Unten direkt am Strom die magische Rheinkilometerzahl „555“ – demnach liegen zwischen der Speyerer Salierbrücke, Rheinkilometer „400“ und mir jetzt genau 155 Stromkilometer!



2. Bild: Ohne Melodei kommt kein Touristenschiff vorbei.

Und wieder Klänge von unten: „Die Luft ist kühl und es dunkelt, und ruhig fließet der Rhein. Der Gipfel des Berges funkelt, im Abendsonnenschein...“ Eine erfrischende Prise streicht aus Südwest um mein Lager. Ich schaue in das Blau des Himmels und warte auf die Nacht. Neben mir ein zappelnder Käfer, der unglücklich auf den Rücken gefallen ist. Ich drehe ihn behutsam mit dem kleinen Finger um. Er, ohne sich zu bedanken, auf und davon. Von unten: „Die schönste Jungfrau sitzet, dort oben wunderbar, ihr goldenes Geschmeide blitzet, kämmt ihr goldenes Haar ...“. Die Sonne spiegelt sich im breiten Strom. Der Rhein

glänzt und blendet. Kurz nachdem die Sonne im Nordwesten abtaucht, lässt sie einen tiefroten Himmel zurück. Schauen da Touristen hoch und suchen die Vielbesungene? Ich ziehe den Kopf ein.

St. Goar überm Rhein rüstet sich für die hereinbrechende Nacht. Die Straßenlampen gehen an, am Himmel entzündet sich ein um das andere Sternchen und ich lausche in die Nacht. Wild im Freien übernachten, ist nicht jedermanns Sache, gehört aber zu meiner Natur. Sobald man die Geräusche der Nacht erkannt hat, verfliegen alle Ängste. Ob es wohl heute Nacht regnet? Ich mache den Grastest! Ist es nass oder trocken? Prima, alles taufeucht! Trockenen Wein mag ich sehr, aber trockenes Gras am Abend bedeutet Regen in der Nacht. Nicht mal ein komfortables Hotel zum Nulltarif könnte mich jetzt weglocken.

Zeit, etwas zu essen. Aus dem Rucksack krame ich ein Stückchen trockenes Vollkornbrot, eine dralle Fleischwurst, ein bisschen Senf in der Tube und für den Durst gleich zwei Flaschen, nämlich mit Sprudel und Riesling. Auf dem Weinetikett steht typisch pälzisch: „Furztrocken“. Ebenso wichtig zum gepflegten Schorle, mein „Schoppen Dubbeglas“. Beim Entkorken beginnt bereits der Genuss. Die anregende Weinblume aus der Flasche und das Glucksen beim Einschenken weckt alle Lebensgeister. Das Glas mache ich aber nur halbvoll, plus zwei fingerbreit mehr. Den Rest bis oben fülle ich mit klassischem Sprudel. Nun der erste Schluck: „Aah“. Jetzt habe ich für mein großartig karges Mahl alle Zeit der Welt.

Meine Gedanken sind bei den nächsten Burgen rheinabwärts, „Katz“ und „Maus“. Wobei die Maus die größere Befestigung ist. Da muss also die Katze fürchten, von der Maus gefressen zu werden? Was wäre, wenn ich mich im Luftraum so leicht bewegen könnte, wie im Wasser? Dann würde ich mich einfach fallen lassen und im Tiefflug

knapp über die tosenden Stromschnellen sausen, an der Katz vorbei und hoch oben auf dem Bergfried der Maus landen, den Rundblick genießen, dann kopfüber im Burghof meine Kreise ziehen. Eine gewagte Vorstellung. Geht doch die Sage, dass mit Einbruch der Dunkelheit die Burg Maus zum Gespensterschloss wird. In ihr hausen wandernde Flammen, die sich tagsüber in unzugänglichen unterirdischen Gewölben verbergen und nur nachts auf dem großen Turm zu sehen sind. Dazu gesellen sich aus dem Burgbrunnen tote Seelen und Skelette: „Uaha“.



3. Bild: Die Lore oben im Biergarten

Loreleyklänge aus der Ferne lassen mich wieder an die hübscheste Zauberin vom Rhein denken. Trotzdem ich Wasser in den Wein goss, fallen mir selig die Augen zu: „Wer singet dort so holde Melodei? Das Schifflin säumt und gleitet sacht vorbei. Da oben thront sie auf des Felsen Spitze. Strahlt

46 aktiv dabei

in den Rhein ihr goldenes Lockenhaar. Und Geisterchöre tönen wunderbar. Wer sie vernimmt muss ihr ergeben sein. Sie machte viel zu Schanden, der Männer rings umher. Aus ihren Liebesbanden, war keine Rettung mehr. Da wo der Mondschein blitzet, ums höchste Felsgestein. Das Zauberfräulein sitzt und schauet auf den Rhein. Es ist schon spät, es wird schon kalt, kommst nimmermehr aus diesem Wald. Jetzt kenn ich Dich – Gott steh mir bei – Du bist die Hexe Loreley!”

Da wache ich auf, tiefe Nacht. Was war das eben mit der Lore? Mir ist wirklich kalt. Und ich ziehe den Reisverschluss vom Schlafsack hoch bis zur Nase.

Quelle: Reclam, „Rheinreise“ Gedichte und Lieder

Hans Wels



Landauer Straße 58, 67346 Speyer, Tel. 06232-91990, Fax 06232-919921



Blick auf den Wasserfall Gullfoss

Island – Wilde Insel aus Feuer und Eis

Für den Massentourismus nur ein winziger weißer Fleck auf dem Globus, als Naturparadies einfach gigantisch: Island, der kleine Insel-Staat weit oben im Nordatlantik. Ein Land mit tosenden Wasserfällen und hochaufschießenden Geysiren, mit schroffen Lavafeldern und sattgrünen Wiesen. Und im Sommer scheint die Sonne an vielen Tagen fast rund um die Uhr. Auf Island spielen die Elemente die Hauptrolle. So erleben Reisende die isländische Natur als ganz großes Kino. Hier wird der Mensch klein im Angesicht der überwältigenden Natur.

Die dunkle Wolkenwand reißt auf, die Sonne lässt das satte Grün um uns herum noch intensiver leuchten. Wir hören ein dumpfes Donnerrollen, das immer lauter

wird, je näher wir dem Gullfoss kommen. Dann sehen wir ihn schließlich vor uns, den berühmtesten Wasserfall Islands: In zwei gewaltigen Kaskaden stürzen die Wassermassen zu Tal, verschwinden in einem tief eingeschnittenen Canyon.

Und der Gullfoss, der „goldene Wasserfall“ macht seinem Namen alle Ehre: Die aufgewirbelte Gischt, die vom Wind bis zu den Zuschauern getragen wird, strahlt für einige Augenblicke golden....

Gerade mal eine halbe Stunde vom Gullfoss entfernt, wartet ein weiteres atemberaubendes Naturschauspiel: Haukadalur, das „Habichtstal“ mit seinen weltberühmten Geysiren. Schon während der Bus durch die grüne Wieselandschaft schaukelt, grummelt und blubbert es in der Landschaft,

48 aktiv dabei

kleine Mini-Geysire schicken fauchend Rauchföhnchen an die Oberfläche. Dann kommen wir zum Strokkur, dem „Butterfass“, das bereits von einer anderen wartenden Besuchergruppe umringt ist – mit respektvollen Abstand natürlich. Unsere Geduld wird nicht lange auf die Probe gestellt. Nach etwa fünf Minuten explodiert der Strokkur, eine kochend heiße, gut 20 m hohe Wasserfontäne schießt in den Himmel.



Wasserfall Skogafoss mit Regenbogen

Wir setzen unsere Rundreise „Juwelen der Insel“ fort und kommen zum Wasserfall „Seljalandsfoss“ (60 m), hinter dessen Schleier man entlanggehen kann (aber nur mit guter Regenkleidung). Hier versetzt uns ein Regenbogen in wahre Begeisterung. Etwas weiter südlich befindet sich der Wasserfall „Skogafoss“ (60 m), der den Reigen der Insel Schönheiten für heute beschließt. Kurz vor Vik, der südlichsten Ortschaft Islands, befindet sich Kap Dyrholaey. Bei einem Spaziergang am schwarzen Lavastrand eröffnet sich der Blick auf das Felstor und den Vogelfelsen, auf dem sich zur Brutzeit gerne die beliebten Papageientaucher aufhalten. Eine Stunde später: Ein weiterer Höhepunkt; am südlichsten Ausläufer des Gletschers Vatnajökull (der mit 8.000 Quadratkilometern größte Gletscher Europa) halten wir in Skaftafell – einer grünen Oase zwischen den Gletschern. Der nächste Tag führt uns durch die Sandwüste Breidamerkur sandur zur Gletscherlagune Jökulsárlon.

Auf dem Wasser treiben Eisberge in allen Größen, zum Teil durchzogen von schwarzen Streifen, die von Vulkanasche herrühren. In Egilsstaðir, dem Hauptort des Ostens, vereinigen sich viele Verbindungsstraßen der Ostfjorde und führen uns ins Myvatn-Gebiet. Hier treffen „Himmel und Hölle“ aufeinander. Am Fuße des Berges Namafjall liegt das stark schweflige Namaskard mit brodelnden Schlammtöpfen und Heißdampfquellen.



Wasserfall Seljalandsfoss mit einer Falltiefe von über 60 Meter

Achtung: Diesen Wundern der Natur mit nötigen Respekt und Abstand begegnen. Der See Myvatn (deutsch Mückensee) macht seinem Namen alle Ehre; viele Mücken, sind lästig, aber stechen nicht, sowie eine hohe Anzahl verschiedener Vogelarten machen den See zum beliebten Platz für Vogelliebhaber. Auf dem Weg in Richtung Akureyri kommen wir zum Godafoss, den „Wasserfall der Götter“. Der Bogarfjord-Distrikt besticht

nicht allein durch seine grünen Täler, sondern auch durch die größte Heißwasserquelle Europas, Deildartunguhver. Unweit von dem Ort Reykholt besichtigen wir die Lava-Wasserfälle Hraunfossar. Niederschlag und das Wasser eines unterirdischen Flusses strömen hier in unzähligen Rinnsalen aus der Lava in den Gletscherfluss Hvita. Etwas weiter oben im Flusslauf befindet sich der Barnafoo, der „Kinder-Wasserfall“.



Wahrzeichen der Landeshauptstadt Reykjavik – die imposante Hallgrímskirkja

Reykjavik – das wirtschaftliche und kulturelle Zentrum Islands

Ein Spaziergang führt zu den modernen Höhepunkten der Stadt, aber auch zu Kunstwerken, die man nicht auf den ersten Blick wahrnimmt. Beginnen wir unseren Stadtspaziergang am Hallgrímskirkja, einer der prominentesten Sehenswürdigkeiten Reykjaviks. Das weiße Gotteshaus thront weithin sichtbar auf einem Hügel und reckt seinen schlanken Turm von mehr als 70 Meter in den Himmel. Staatsarchitekt Gudjon Samuelson war für den Bau verantwortlich, der im Jahr 1986 zu den 200-Jahr Feierlichkeiten der Stadt eingeweiht wurde. Die in Deutschland gefertigte Orgel ist mit 5275 Pfeifen die größte Islands und wird nicht nur bei Gottesdiensten, sondern auch bei Konzerten gespielt. Vor der Kirche steht ein Denkmal des Amerika-Entdeckers Leif Erikson.

Von der Hallgrímskirkja schlendern wir in Richtung Wasser und Hafen und stehen vor

dem Edelstahl-Skelett „Sonnenfahrt“ von Gunnar Anason. Die Skulptur stammt aus dem Jahr 1985 und ähnelt einem Wikingerschiff



Skelett Sonnenfahrt in Reykjavik ähnelt einem Wikingerschiff

und soll damit an die Geschichte des Landes erinnern. („Wikinger, zur Sonne, zur Freiheit“.) Von der „Sonnenfahrt“ sieht man schon das Konzerthaus „Harpa“, das wegen der Finanzkrise im Jahr 2008 beinahe nicht fertiggestellt wurde. Das Flaggschiff moderner Architektur, ein verkanteter Würfel, beeindruckt vor allem wegen seiner gläsernen Fassade. Keine der 996 Glasscheiben gleicht der anderen. Die Shopping-Meile Laugavegur mit etlichen netten Geschäften, Restaurants und Kaffehäusern ist längst kein Geheimtipp mehr; hier kann man Zeit und Geld lassen. Und deswegen sollte man für Reykjavik zwei Tage unbedingt einplanen. (Tourist Info: Tjanargata 22 (Rathaus) tägl. Von 8.00 bis 20.00 Uhr geöffnet.

Akureyri – die Metropole des Nordens

Die mit 18.000 Einwohnern viertgrößte Stadt Islands ist das Zentrum des Nordens. Die beiden großen Reedereien und die größte Konservenfabrik des Landes haben hier ihren Sitz, im Hafen liegt eine der größten Fischereiflotten, es gibt eine Brauerei und viele fischverarbeitende Fabriken. Seit 1987 ist Akureyri Universitätsstadt. Wegen der geschützten Lage am Ende des Eyjafjörður überrascht die Stadt mit einem milden und regenarmen Klima. Auf einem Hügel in

der Stadt erhebt sich die moderne Akureyrarkirkja. Wie die Hallgrímskirkja in Reykjavík hat den schlichten Betonbau der Staatsarchitekt Guðjón Samuelson entworfen. Ebenfalls auf einer Anhöhe über dem Fjord befindet sich der Botanische Garten. 1912 von der Frauenvereinigung als Vergnügungspark angelegt, ist er auch heute noch ein öffentlicher Park, den es sich lohnt, in Ruhe anzuschauen. Auf dem gepflegten Gelände wachsen 400 einheimische und mehrere Hundert ausländische Pflanzenarten. An einem sonnigen Sommertag vergisst man schnell, dass man in Island und in der Nähe des Polarkreises ist.

Ein Spaziergang durch den kleinen, alten Ortskern mit einigen liebevoll gepflegten Holzhäusern, die neben modernen Nachkriegsbauten stehen, führt zu zwei wichtigen Museen. Das örtliche Zentrum für bildende Kunst hat sich in den letzten Jahren durch einige Ausstellungen einen über die Stadtgrenzen hinausreichenden Ruf erworben. Dem berühmtesten Bürger Akureyris, Jón Sveinsson, ist das „Nonnahúsi“ gewidmet. Bekannt wurde er vor allem durch seine „Nonni-Bücher“. Die zwölf Nonni Bücher über sein Leben schrieb er auf Deutsch. Sie wurden in mehr als 30 Sprachen übersetzt und als Fernsehserie „Nonni und Manni“ verfilmt.

Island-Insel aus Feuer und Eis. Wer eine Reise in die Kinderstube unserer Mutter Erde unternehmen möchte, findet nirgendwo auf dem Globus idealere Voraussetzungen dafür, als hier im Nordatlantik.



Bootstour auf der Gletscherlagune Jökulsárlón

Der Grund: Island liegt genau auf der Bruchkante zwischen der eurasischen und der nordamerikanischen Kontinentalplatte. Diese beiden gigantischen Platten schwingen gewissermaßen auf dem Magma, dem glühend heißen flüssigen Erdinneren, das an der Bruchstelle nach oben dringt. Vulkane, Geysire und mehr als 650 heiße Quellen sind das Ergebnis.

Fazit: Island ist anders

Island ist Besonders

Island hat uns berührt !

Denn: Island ist ein Traumziel für Fotografen, Naturliebhaber und Nordlichtfans. Für mich ist es eines der schönsten Länder der Erde.

Nordisches Sprichwort: „Auf einer wahren Entdeckungsreise sucht man nicht nach neuen Ländern, sondern die Welt mit anderen Augen zu sehen.“

Infos: www.iceland.de Landeskunde, Reisevorschläge und vieles mehr ist auf dieser Website zu finden

Ein Ausflug in die isländische Tierwelt

Islandschaf: Das Islandschaf ist eine Schaf rasse, die zu den Nordischen Kurzschwanzschafen zählt; sie sind mittelgroß, haben kurze Beine und sind kräftig gebaut. Islandschafe stammen von einer Rasse ab, die vor 1100-1200 Jahren von den Wikingern nach Island gebracht wurde. Weil sie sich über tausend Jahre an das raue Klima anpassen konnten, gelten sie als sehr robuste Schaf rasse und trugen einen erheblichen Teil zur Ernährung der dortigen Bevölkerung bei, da die Schafzucht im Winter wegen der ungünstigen klimatischen und geografischen Lage die einzige Möglichkeit war, frische Nahrung zu bekommen.

Es gibt etwa 500.000 Schafe in Island. Zum Schutz der Überweidung gibt es eine Obergrenze an Tieren. Die Tiere werden von ihrem jeweiligen Besitzer markiert und im

Frühjahr im Zentrum Islands sich selbst überlassen. Dort ziehen sie frei umher. Im Herbst findet das „Rettir“ statt, der Viehtrieb der Islandschafe. Die Tiere werden alle gesammelt und anhand der Markierungen nach Besitzer sortiert und überwintern dann in deren Ställen.

Islandpferde: Die ersten Islandpferde kamen in der Zeit zwischen 860 und 935 n.Chr. ins Land – an Bord der Wikingerschiffe, der altnordischen Siedler. Die Pferde besitzen die Größe eines Ponys, aber sind kraftvoll wie ein Pferd. Daher werden sie nicht nur von Kindern, sondern auch von Erwachsenen geritten. Vielleicht am beeindruckendsten ist der ruhige und freundliche Charakter der schönen und ursprünglichen Pferde. Sie gelten als hervorragende Trekkingpferde und beeindrucken auch im Reitsport. Dann als Gangpferd beherrschen die Islandpferde neben Schritt, Trab und Galopp noch die Gangarten Tölt und Pass.



Papageientaucher sind von April bis September an den Küstenklippen zu sehen

Papageientaucher: Sie sind gekommen, um zu bleiben – zumindest bis September. Die ersten Papageientaucher werden am April wieder an Islands Küsten gesichtet, wo sie die Brutzeit verbringen, um im Herbst wieder für Monate auf das Meer hinauszufiegen. Das ist eine beeindruckend lange Zeit und zuweilen ziemlich stürmisch, wenn man an die Wintermonate denkt. Viele Vögel balzen sich an der Küste zueinander, aber einige flirten schon über dem Meer und kehren im April bereits als Paar an Land zurück und starten dort den Nestbau.

Polarfuchs: Polarfüchse sind überall in Island zu finden, kommen aber hauptsächlich in den Westfjorden vor. Der isländische Polarfuchs ist ein kleiner dunkelbrauner Fuchs. Er wiegt etwa 3-4 kg und kann 60-90 cm lang und 30 cm hoch werden. Er ernährt sich in der Regel von Aas, Vögeln und Eiern – aber auch Insekten, Fischreste am Ufer und Beeren stehen auf dem Speiseplan.



Der Autor des Berichts Michael Stephan mit Enkel Noah vor der beeindruckenden Kulisse des Gletschers Vatnajökull

Von Butter bis Quark

Geschichte der Milchverarbeitung



Wie Funde aus der Jungsteinzeit zeigen, nutzten die Menschen, damals noch als umherziehende Jäger und Sammler, die Milch von Ziegen, Schafen und Kühen bereits zur Käseherstellung. Getrunken haben die Milch wohl nur Kinder, da Säugetiere, auch Menschen, im Erwachsenenalter den Milchzucker, die Laktose, eigentlich nicht mehr verdauen können. Erst vor 7500 Jahren kam es zu einer Genmutation, wodurch die nun sesshaft gewordenen Menschen laktosetolerant wurden. Ab dieser Zeit wurde es üblich, sowohl Milch als auch Milchprodukte zu verzehren. Vermutlich war die Gerinnung eine zufällige Entdeckung, als die Milch warm gelagert wurde und durch die darin natürlich vorkommenden Milchsäurebakterien ansäuerte. Daraus entstanden die ersten Sauermilchprodukte wie Joghurt, Sauerrahm und Frischkäse. Dickmilch oder Sauermilch entsteht von selbst, wenn Milch einen Tag bei Zimmertemperatur stehen gelassen wird. Die ersten Hartkäsearten entstanden auch unbeabsichtigt, als Hirten die frisch gemolkene Milch zum Transportieren in getrocknete Tiermägen füllten. Die Enzyme aus dem Kälbermagen werden bis

heute zur Käseherstellung genutzt. Sie sorgen dafür, dass die Milch gerinnt, ohne sauer zu werden.

Die Herstellung von Butter dürfte ebenso schon früh entdeckt worden sein. Wenn der Rahm einer vollfetten Milch abgeschöpft und kräftig geschlagen wird, entstehen Butterflöckchen. Als wohlschmeckendes und gesundes Nebenprodukt erhält man die Buttermilch. Zum Verlängern der Haltbarkeit wurde es auch üblich, Butter zu „klären“. Dazu wird sie erhitzt, bis das enthaltene Wasser verdampft ist und der Schaum aus Milcheiweiß und Milchzucker abgeschöpft werden kann. Übrig bleibt reines Fett – das Butterschmalz oder Ghee. Wird die Milch kurz abgekocht und im Kühlen einige Zeit stehen gelassen, setzt sich Rahm an der Oberfläche der Magermilch ab. Dieser wird abgeschöpft und kann als Schlagsahne genutzt werden. Grundlage der Käseherstellung ist die Gerinnung des Milcheiweißes, des Kaseins. Sauermilchkäse wird aus durch Milchsäurebakterien gesäuerter Milch hergestellt.

Für die übrigen Käsesorten wird die Milch durch Lab-Enzyme zum Ausflocken gebracht. Dieses Käsebruch-Molke-Gemisch wird in Formen aus Holz oder Metall gefüllt, aus denen die Molke abfließen kann. Hat die Käsemasse eine entsprechende Stabilität erreicht, wird sie aus den Formen genommen und in ein Salzbad gebracht. Das fördert bei Hartkäsen die Rindenbildung und ist mitverantwortlich für den Geschmack.

Bei allen Weichkäsesorten mit Weißschimmel, wie Camembert und Brie, aber auch bei den Blue-Varianten werden der Milch oder der rohen Käsemasse essbare Schimmelpilzkulturen beigegeben.

Milchprodukte richtig lagern:

Milch sollte nicht in der Külschranktür gelagert werden, dort es meist zu warm. Besser ist die Mitte oder das untere Teil des Külschranks. Durch die falsche Lagerung kann sich der Geschmack verändern. Milch nimmt leicht Fremdgerüche an, etwa durch stark riechende Lebensmittel im Külschrank. Daher sollte man darauf achten, die Milch nicht neben geruchsintensivem Käse, Wurst, Zwiebeln oder Fisch zu lagern und sie immer gut zu verschließen. Angebrochener Quark sollte nicht in der Verpackung gelagert, sondern besser in ein Schraubglas umgefüllt werden. Der beste Ort für Käse ist ebenfalls der Külschrank. Er mag es aber nicht zu kalt, für ihn sind die oberen Fächer ideal. Der Käse sollte stets gut verpackt sein, aber nie luftdicht, sonst bildet sich leicht Schimmel. Am besten geeignet ist Käsepapier.

Eine sehr gute leckere Angelegenheit in Bezug auf Käse ist mein geliebter Käsekuchen. Ist doch wunderbar, dass im Lauf der Entwicklungsgeschichte von Käsen der Quark entstanden ist. Grundlage für den einfachen Oma-Käsekuchen. Lecker kann ich nur sagen!!!! Einfach mal einen backen! Guten Appetit.

(Auszüge aus „Servus“)

Rosemarie Heide Riegel



Nudelwasser- Allzweckmittelchen

Das Wasser nach dem Kochen in eine Sprühflasche füllen. Wenn es abgekühlt ist, wird es milchig und dickflüssig. Dann kann man es beim Spülen auf besonders fettige und verkrustete Stellen auftragen. Kurz einwirken lassen und mit klarem Wasser nachspülen. Die im Nudelwasser enthaltene Stärke wirkt erstaunlicherweise als natürliches Putzmittel. Und es kann sogar hartnäckige Verschmutzungen lösen. Einfach warmes Nudelwasser in den Abwasch gießen und das Geschirr damit reinigen. Wenn Sie das abgeseigte Wasser in einem Glas auffangen und es in den Kühlschrank stellen, bildet sich darin eine Art Gelee. Dieses kann man unverdünnt zum Putzen verwenden, wie normalen Reiniger oder Spülmittel.



Pixabay.com/OpenClipart-Vectors



Pixabay.com/Patrick Schwarz

Als Fußbad und Haarkur

Sind die Nudeln gekocht, das Abendessen verspeist, wird es Zeit, die Füße hochzulegen, oder noch besser, ins Wasser zu tauchen. Ein Fußbad im angenehm warmen Nudelwasser sorgt für Entspannung und mithilfe der enthaltenen Mineralstoffe für zarte, geschmeidige Füße.

Auf dem Kopf wirkt Nudelwasser wie eine Kurpackung, vor allem bei strapazierten Haaren. Einfach das Wasser in die Haare einmassieren, zehn Minuten wirken lassen und danach wieder auswaschen. Danach die Haare wie gewohnt mit Shampoo waschen.

(Auszüge aus „Altes Wissen“.)

Rosemarie Heide Riegel

Termine Beratung „Barrierefreies Bauen und Wohnen“

Regelmäßig der 3. Donnerstag im Monat zwischen 15 und 18 Uhr

16. Mai / 20. Juni / 18. Juli

Seniorenbüro, Veranstaltungsraum,
Maulbronner Hof 1A

**Anmeldung unter Tel. 06232 14 2661
notwendig**



Verein der Freunde und Förderer des
Seniorenbüros Speyer e.V.



SPEYER

Ich werde Mitglied im Förderverein und unterstütze somit die Arbeit des Seniorenbüros.

www.foerdereverein-senioren-speyer.de

Damit trage ich zur Sicherung folgender Projekte bei: Zeitschrift des Seniorenbüros „aktiv dabei“, Konzertreihe „Konzert am Nachmittag“; Veranstaltungsreihe „Digitalisierung unserer Gesellschaft“, u.v.m.

Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich ab _____
meinen Beitritt als Mitglied im Verein der
Freunde und Förderer des Seniorenbüros
Speyer

Name: _____

Vorname: _____

Geb.-Datum: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

Email: _____

Der aktuelle Jahresbeitrag beträgt:

- Einzelmitgliedschaft 13,- €/Jahr
- Familienmitgliedschaft 15,- €/Jahr
- alternativ €/Jahr

Durch meine Unterschrift erkenne ich die
Satzung des Vereins an.

Datenschutzerklärung:
Mit der Verarbeitung und Speicherung der oben
genannten personenbezogenen Daten gemäß
EU-DSGVO bin ich ausdrücklich einverstanden.
Weitere Infos zum Datenschutz auf:
www.foerdereverein-senioren-speyer.de

Ort, Datum

Unterschrift des Mitglieds

Bankverbindung:

Sparkasse Vorderpfalz

IBAN: DE56 5455 0010 0380 0242 40

Erteilung des SEPA- Lastschriftmandats

Zahlungsempfänger:

Verein der Freunde und Förderer des
Seniorenbüros Speyer e.V.

Maulbronner Hof 1 A, 67346 Speyer

Gläubiger-Identifikationsnummer des

Vereins: DE 14ZZZ00000139842

Ich ermächtige den Verein der Freunde
und Förderer des Seniorenbüros Speyer
e.V., Zahlungen wiederkehrend von
meinem Konto mittels Lastschrift
einzuziehen. Zugleich weise ich mein
Kreditinstitut an, die vom Verein auf mein
Konto gezogenen Lastschriften
einzulösen. Der Mitgliedsbeitrag wird als
Jahresbeitrag am (15.03.) jeden Jahres
fällig.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht
Wochen, beginnend mit dem
Belastungsdatum, die Erstattung des
belasteten Betrages verlangen. Es gelten
dabei die mit meinem Kreditinstitut
vereinbarten Bedingungen.

Kreditinstitut: _____

BIC: _____

IBAN: _____

Kontoinhaber: _____

Ort, Datum

Unterschrift des Kontoinhabers

MeinSpeyer

Die App für Speyer und die Region!
Immer informiert sein, was in Speyer läuft.



Kostenlos
herunterladen:



Telefon: 06232/625-2244
E-Mail: meinspeyer@stadtwerke-speyer.de
www.meinspeyerapp.de


STADTWERKE SPEYER GMBH