

Juli
August
September

3/2016

aktiv dabei



Seniorenbüro



Seniorenbüro der Stadt Speyer



2 aktiv dabei

Neue Entwicklungen	Seite	F@irNet	35
C'est la vie Das ist das Leben Gespräch mit Liesl Jester Ria Krampitz	4-14	Internet-Treff des Seniorenbüros Redaktion	
		Kultur	Seite
Aktionstag zum Tag der Städtebauförderung Sabine Klonig	15-17	Aus der Geschichte der Medizin Dr. Walter Alt	36-41
Wie ältere Menschen Unterhaltungsangebote im Internet nutzen Dr. Florian Preßmar	18-21	Viel Freude am Fabulieren Werner Schilling	42-43
		Ach ja... Ulla Fleischmann	43
Soziales	Seite	Auf der Suche Elfriede Förster	44
Keine Angst vor dem MDK Pflegestützpunkte	22	Mein erster Schultag Robert Förster	45-46
Menschen in Speyer Solveigh Schneider	23	Der Blaue Reiter im Tessin Dr. Helmuth Wantur	47
Das Zuhause fehlt Betroffene kommen zu Wort Ria Krampitz	24-25	Offenes Singen Ute Wurst	48
Auftakt für aktive Nachbarschaften Redaktion	25	Meine erste Freundin Helga F. Weisse	49-50
Generationen Hand in Hand Ria Krampitz	26-31	Mit Nachbars Hund auf Du und Du Ulla Fleischmann	50
Schreib Dich leicht Redaktion	31	Sommerlust und Modefrust Barbara Hintzen	51-52
Ehrenamt	Seite	Filmfestival Redaktion	52-53
Verein der Freunde und Förderer des Seniorenbüros Michael Stephan	32	Natur	Seite
Familienbegleitung der Frühen Hilfen Petra Nagl	33-34	Sind wir schon vom Klimawandel betroffen Fabienne Mittmann	54-57

Lokalgeschichte	-Seite
Zum 100. Jahrestag des Kriegseinsatzes Johannes Bruno	58-60
Führerschein für Pedale Wolfgang Kauer	61
Historische Fotos als Postkarten Katrin Hopstock	62-63
Whiskey, Guinness, Fish'n' Chips Karl-Heinz Geier	64-66
Niederösterreich – Mostviertel Vom Wein zur Dampfeisenbahn Michael Stephan	67-68
Adrai – Ein Meer, voll von Geschichte(n) Schwester Rosemarie Römhild	69
Achensee – Achenkirch - Pertisau - Karwendel Michael Stephan	70-71
Verschiedenes	Seite
Wörtersuche Uwe Naumer	72
Kulinarische Ecke Schweinelendchen im Blätterteig Herta Alt	72
Auflistung der Anzeigen	Seite
Rechtsanwältin Lange-Fehr	17
DRK	31
GEWO	34
Physiotherapie Müller-Frey	35
Beisel Hütte	44
Eis Café-Pizza De Vico	46
Gemeinnützige	59

Baugenossenschaft Salier-Stift	68
Physiotherapie Matthias Richter	71
Behördennummer	73
Seniorenzentrum Storchenpark	74
Förderverein	75
Stadtwerke	76

Impressum

Redaktion: Dr. Walter Alt, Ria Krampitz, Werner Schilling

Herausgeber: Seniorenbüro Speyer
Maulbonner Hof 1A, 67346 Speyer
Tel. 06232/142661
E-Mail: Ria.Krampitz@stadt-speyer.de

Titelbild: Dr. Christian Bürger
Generationen Hand in Hand mit
Katharina (9 Jahre), Leonhard (12Jahre),
Helmut Bürger (73 Jahre)

Fotos: Ria Krampitz S. 4, 32, 35; privat S. 5, 7,8,10, 14, 33, 42; StetePlamung S. 16, 17; silverTipps S.20, 21;
Stefanie Adler S. 25; Generationen Hand in Hand: Anne Ludwig, Fritz Ludwig, Nadine Kaufmann, Dr. Michael Fritsch, Nadine Zimmermann, Georg Spatz, Petra Steinbacher, Kloster Magdalena, anke Nader, Bernhard Sperrfechter, Petra Braun, wellcome, Herbert Kotter, Reinhard Trost, Katharina Starcker, Hans Wels S. 26-31; TEM Centers for Disease Control S. 36; Wikipedia S. 37; Gemälde von Charles Jescas S. 38; Zeichnung Von L. Noel S. 40; Herr Kern S. 48; Stadtarchiv S. 62, 63; Karl-Heinz Geier S. 64-66; Michael Stephan S. 67, 68, 70, 71; Schwester Rosemarie Römhild S. 69;

Redaktionsschluss

für die Ausgabe 4/2016
ist Montag, 29. August 2016

C'est la vie Das ist das Leben

Gespräch mit Liesl Jester



Frau Liesl Jester wurde am 10. Mai 1926 in Speyer geboren. Sie ist ein Speyerer Original, von denen es nicht mehr viele gibt. Vorschreiben lässt sich diese lebenserfahrene Frau nichts. Liesl Jester vertritt ihre Meinung und lässt sich darin nicht beirren. Über den Besuch freut sie sich und wenn sie aus ihrer Zeit als Wirtin im Gasthaus zum Weidenberg erzählen kann, dann leuchten ihre Augen und ihr Herz hüpfert aus Freude.

Wie haben Sie früher als Kind Ihren Geburtstag gefeiert?

Oh der war wunderbar. Und zwar war der so wunderbar, weil ich jedes Jahr ein Geburtstagsherz bekam, von der Konditorei Ihm. Geburtstagsfreude Nummer eins. Jährlich ein Geburtstagsherz von der Konditorei Ihn in Speyer. Meisterlich schön. Oh, das ganze Deckblatt war verziert. Obendrüber war eine leicht grüne Zuckerglasur und da waren lauter in Papier eingewickelte Tierchen drauf. Wunderbar. Ach ja, das war halt noch was.

Das war dann schon eine große Freude für Sie.

Nah, eine große Freude, das war schon ein Erlebnis (lacht).

Gab es auch Geschenke?

Geschenke gab's immer, nachdem ich ja Einzelkind war. Ich hatte noch zwei Großmütter, die mich reich bedachten.

Haben Sie auch am Geburtstag gefeiert?

Es gab immer Kindergeburtstag. Mein Geburtstag ist ja im Mai. Da war schon meist Sonnenschein. Da haben wir ein schönes Tischlein hingestellt bekommen mit Kinderstühlchen im Hof. Wir haben einen großen wunderschönen Hof gehabt. Ja, ja, das war schon ein Erlebnis, dann.

Haben Sie auch einen Kindergarten besucht?

Ja, den Fröbelschen Kindergarten, in der Karmeliterstraße.

Hat man da auch mit den Kindern Geburtstag gefeiert?

Jawohl. Und zwar wurden die Geburtstagskinder auf ein Podest gestellt, vor allen Kindern im Raum. Da war so eine kleine Bühne aufgebaut und da wurde das Geburtstagskind aufs Podest gestellt (lacht).

Wurde dann gesungen?

Ja, ja. Das Geburtstagskind hat dann glänzt. Meistens musste man winken. Mit beiden Händen (lacht). Die anderen Kinder die haben dann dazu geklatscht. Das war wunderbar. Man hat sich immer auf den Kindergeburtstag im Kindergarten gefreut. Das war schon was Besonderes. Und dann gab es meistens eine Kette aus Papier zum Geburtstag, die die Tanten, also die Helferinnen, in mühsamen Stunden gebastelt haben. Da hat man dann so eine Kette umgehängt bekommen. Wo man furchtbar stolz drauf war. Das waren noch Kinderfreuden. Kinderfreude, reine Freude, große Freude.

Da war ich drei Jahre drin im Fröbelschen Kindergarten. Natürlich haben die damals schon tüchtige, monatliche Beiträge verlangt. Der Fröbelsche Kindergarten war damals der bestausgerüstete, aber teuerste Kindergarten in Speyer. Die Tanten waren alles ausgebildete Personen, die den Kindern viel beibrachten. Besonders das Singen. Dort hab ich richtig singen gelernt.

Haben Sie gerne gesungen?

Ja, ja.

Haben Sie auch in einem Chor gesungen?

Nein, nein. Ich komm ja aus einem Wirtshaus mit viel Arbeit und so weiter und sofort. Wir hatten das berühmte Orchestrion, das jetzt in Bruchsal spielt. Da kann man



gar nicht oft genug drauf hinweisen. Die sind immer wieder begeistert. Das ist schon etwas Besonderes. Man schmiss 10 Pfennig rein und dann spielte die Musik. Wunderbar.

In welcher Schule waren Sie?

Ich war acht Jahre in der Volksschule, in der Roßmarktschule. Das war eine reine Mädchenschule. Die Bubenschule war die Zepelinschule und die Mädchenschule war die Roßmarktschule. Das war eine evangelische Schule. Damals gab es noch Konfessions-

6 aktiv dabei

schulen. Die Katholiken, waren unten im Kloster St. Magdalena.

War das eine große Klasse?

Oh ja. Wir waren 54 Schülerinnen. Das ist sehr groß. Wir waren schon eine Belastung für die Lehrerinnen. Und ich hab mich zeitlebens, einmal im Jahr mit unserer Lehrerin getroffen. Sie hat mir immer wieder erzählt: „Ihr wart die erste Klasse, die ich damals nach meiner Ausbildung hatte.“ Das war sehr sehr schwer, diese 54 Kinder zu beruhigen.

Wie hieß die Lehrerin?

Fräulein Armgart Lorsch. Eine wunderbare Lehrerin, die alles so spielend den Kindern beibrachte. Also so richtig im Spielen hat die uns alles beigebracht. Ich hab mich jahrelang mit ihr noch einmal im Jahr getroffen.

Wenn Sie an Ihre Schulzeit denken, gibt es da ein besonderes Erlebnis, das in Ihrer Erinnerung ist?

Was heißt besonders. Damals war das Dritte Reich und da bekamen wir einen Radioapparat in den Schulsaal gestellt und mussten dann Adolf Hitler hören.

Haben Sie nach Ihrer Schulzeit eine Ausbildung gemacht?

Nach meinem Volksschulende war ich in der Haushaltungsschule Waldmühle in Bad Bergzabern. Die gehört auch der Diakonie. Und anschließend war ich zwei Jahre in Speyers städtischer Haushaltungsschule. Da wird sich manches dran erinnern und sagen, ah ja, da war ich ja auch früher mal gewesen, hab ich gar nicht mehr dran gedacht.

Wo haben Sie nach Ihrer Ausbildung gearbeitet?

Nur in unserem Elternhaus, im Gasthaus zum Weidenberg, im elterlichen Betrieb. Das Gasthaus hatten meine Großeltern Marie Vögeli und Heinrich Detzner, schon.

Da haben Sie viel erlebt?

Oh ja. Wir hatten 26 Fremdenbetten und da war immer etwas los. Da sind viele Händler gekommen, Alle, hoch und nieder, arm und reich. Wir hatten auch ganze Generationen von Händlern. Die haben immer erzählt, ja die Großeltern, die waren auch schon bei euch. Die Händler hatten meistens ein Fremdenzimmer gemietet, wo sie ihre Waren hatten. Ein spezielles Fremdenzimmer, das war sogar die Nummer eins. Das haben sie gemietet und ihre Ware untergebracht. Zum Bahnhof war's ja nicht weit und da haben sie die Ware von dort geholt und in dem Zimmer Nummer eins deponiert. Sie hatten Angestellte dabei, meistens vier bis fünf weibliche und männliche Angestellte, die dann morgens rechts und links einen Koffer trugen und dann haben sie eben ihre Ware unter die Leute gebracht. Die Fliegenden Händler. Das war sehr interessant. Das waren sehr kluge Leute, die waren damals schon bei der LVA versichert. Sie haben den anderen Leuten Lust und Freude gemacht, sich versichern zu lassen, damit sie später Mal, wenn sie alt waren Rente bekamen. Diese Händler waren sehr sehr kluge Leute.

Die sind rumgekommen, haben viel gesehen und erfahren.

Die weitesten Reisen gingen bis nach Oberschlesien. Das haben sie immer sehr genossen, weil das sehr weit von der Pfalz entfernt war. Dort sind sie auch sehr gut ange-

kommen. Die abgelegenen Höfe und Häuser haben sie dort besucht und haben ihre Waren angeboten.

Im Gasthaus haben Sie bestimmt auch viel von Menschen erfahren?

Ja. Ich hab immer einen Rat gegeben. Mein Vater hat immer geraten: „Ihr Leut ihr seid in Speyer bei der LVA der Landesversicherungsanstalt der Pfalz, vergesst nicht euch hier zu versichern. Das ist sehr wichtig“. Das hat er damals schon gesagt. Das sind bald 100 Jahre her. So war's. Ja, ja. In meinem Elternhaus war Pflicht, dass den Leuten immer etwas Gutes mitgegeben wurde. Einen guten Gedanken, einen guten Rat, einen kostenfreien, aber guten Rat, der auch wirklich angenommen wurde. Ja (lacht) das war schön.

Diese Tradition haben Sie fortgeführt.

Ich hab sie fortgesetzt.

Ganz konsequent. Deshalb haben Sie heute auch noch so viele Freundschaften.

Gott sei Dank. Das sind ja arme Leut, die nur alle vier Wochen einen Brief bekommen oder überhaupt keinen. Nachdem ich immer so viel geschrieben habe, ist das wirklich mit den Jahren so geworden. Wir hatten ewige, tiefe Freundschaften aus nah und fern. Schon meine Eltern und Großeltern.

Ihre Briefe sind auch wirklich sehr schön geschrieben und gestaltet.

Nah ja. Auf jeden Fall man konnte nicht mit allen Leuten Briefwechsel machen. Das ging nicht. Aber es rentiert sich.

Sie haben nur mit Pfennigen gerechnet. Wie kamen Sie dazu?

Also das war schon bei meinen Großeltern



so. Die ärmere Bevölkerung waren unsere Kunden gewesen. Die haben bei uns preiswert und gut übernachtet. Und am Abend wurde dann immer cassablanca gemacht. Da haben die ihr Geld gezahlt. Früher waren das dann meistens Kupferpfennige. Also zehn Pfennigstücke waren sehr selten damals. Fünziger überhaupt nicht. Aber Kupferpfennige waren en masse da gewesen. Und da hat mein Großvater angefangen mit Pfennigen zu rechnen.

Und das haben Sie übernommen und den Namen Pfennigbilderlied erhalten.

Das war die Tochter vom Herrn Dr. Alt. Die hat mir den Namen gegeben.

Im Gasthaus hingen viele Bilder, deshalb ja auch Pfennigbilder Liedl. Waren das Fotografien oder gemalte Bilder?

Ach das waren allerhand Aufnahmen. Das waren Zeitungsausschnitte gewesen und eben Bilder. Wir hatten sehr viele talentierte Schüler als Zeichner gehabt und die waren dankbar, dass sie ihre Gemälde mal hinhängen konnten und so weiter. Schade, dass es da kein Bild mehr gibt. Nah ja, das wissen wir vielleicht nicht, dass manche Leute da Aufnahmen gemacht haben. Das wäre schön, wenn



man da noch etwas finden könnte.

Hatten Sie im Gasthaus auch Hilfe von einem Stubenmädchen?

Wir hatten immer Personal. Eine Putzfrau und eine festangestellte Haushaltshilfe.

Das waren meistens Mädchen vom Land. Meine Großmutter war eine tüchtige, tüchtige Meisterin. Die hat aufgepasst, damit die auch etwas gelernt haben.

Tante Lenchen, war eine Cousine meiner Mutter gewesen. Die kam aus einer kinderreichen Familie. Die hat dann bei uns eine zweite Heimat gefunden und hat gut kochen gelernt. Meine Großmutter hat ihr eine Köchin zur Seite gestellt, eine gelernte Köchin, und da hat sie viel gelernt. Sie war 44 Jahre bei uns im Haushalt, die Tante Lenchen. Natürlich war sie im Alter dann ganz erstaunt, dass sie auf einmal, nachdem sie aufgehört hat zu arbeiten, ein schönes Geld bekam. Das kam nur daher, weil sie als junges Mädchen schon rentenversichert war, im Gasthaus zum Weidenberg. Bei uns waren die Leute immer angemeldet. Da gab es nichts anderes. Bei uns gab es keine Schwarzarbeiter. Also meine Eltern haben immer gefragt: „Also Sie wissen ja, bei uns wird man sofort angemeldet“. Manche haben gesagt: „Nö, das wollen wir nicht“. Ja, Ja. Bei uns durfte nur der arbeiten, der da mitgemacht hat. Nur die wurden angestellt. Mit der Versicherung, das ist wichtig!

Wurde die ganze Wäsche bei Ihnen zu Hause gewaschen?

Mit 26 Fremdenbetten gab es sehr viel Wäsche. Die wurde jede Woche abgeholt. Die Familie Feser hat die Schmutzwäsche abgeholt und sie wurde dann in Speyerdorf, im evangelischen Mädchenerziehungsheim gewaschen, gestärkt, Knöpfe angenäht und

was so war. Die Mädchen waren unter und uns war geholfen. Wunderbar, das war großartig. Das war von der Diakonie damals gewesen. Die Familie Feser hat mit einem kleinen Handwagen die Wäsche an bestimmten Tagen eingesammelt. Bezahlt wurde nur mit Postüberweisung.

Die Familie Feser hat also nicht nur bei Ihnen, sondern auch bei anderen Leuten die Wäsche geholt?

Ja, in Speyer. In und um Speyer.

Die hatten zu tun.

Nah ja. Er war bei den Brückenbauern. Wenn der Zug gekommen ist, mussten die Gleise wieder vorher zusammgelegt werden und wenn die Schiffe kamen, musste die Schiffsbrücke auseinander gefahren werden, damit die Schiffe den Rhein passieren konnten. Ja, das war schon interessant, an den Rhein zu gehen, damals in Speyer. Das war schon was Besonderes. Und die haben geklopft und haben gehämmert. Ach, ein Radau war da gewesen. Da konnten sie sich gar nicht unterhalten, so viel Radau war da.

War Ihr Gasthaus jeden Tag geöffnet?

Wir hatten jeden Tag auf. Früher gab es kein Feiern.

Also sonntags war auch geöffnet?

Täglich. Damals war die Familie noch intakt. Es gab Leute genug die halfen im Betrieb und da war das kein Problem.

Haben Sie trotzdem Urlaub gemacht?

Immer. Vier Mal im Jahr. Das war sehr wichtig. Urlaub muss der Mensch haben. Dann macht die Arbeit auch Freude.

Haben Ihre Eltern auch Urlaub gemacht?

Man kann nicht sagen, dass sie groß Urlaub gemacht haben. Da ging es mal eine Woche weg. Mein Vater ging mit seinen Freunden meistens ins Bayrische nach Oberbayern, zu den Königsschlössern, das war dem sein Ding. Ich durfte mit meiner Mutter nach Bad Bergzabern, in die Friedrichsruhe. Das war schön. Da gab's das Fräulein Lina, die eine Meisterköchin war. Jeden Donnerstag und jeden Sonntag gab es solche hohen Eisbomben. Wunderbar. Feines, wunderbares, gutes Eis. Jeder durfte sich ein Stück abschneiden, manche kleine Stücke, manche große Stücke, ein feines, feines Eis. So was werde ich nie mehr unter die Zähne bekommen. Das war einmal.

Haben Sie in Ihrem Gasthaus auch etwas zu essen angeboten?

Bei uns gab es nur Würstchen, Servela oder Koscher. Die Koscher waren von einem jüdischen Metzger, hervorragendste Ware, ganz wunderbar. Servela und Koscher, ach so was Feines werd ich niemals mehr unter die Zunge bekommen. Niemals. Der Senf wurde in Fässern geliefert. Und das feine gute Biberbrot, wunderbar. Der Biber ist ja ein Tier, aber das war die Familie Biber, in der Roßmarktstraße. Hervorragend. Das war köstliches Brot aus sechs Pfund gebacken. So groß (zeigt die Größe). Das hat große Scheiben gegeben. Und Senf und Gurken dazu. Die Gurken legte meine Großmutter im Sommer immer selber ein. Ihre Gurken waren mit besonderen Gewürzen gewürzt auch das schmeckte den Leuten besonders gut.

Sie hatten also auch einen Garten?

Ja, 22 Jahre. Der Garten war vis a vis vom Gasthaus Weidenberg gepachtet. Ein wunderbarer Garten. Er wäre voll mit Weinreben

gewesen. Die mussten erst rausgehackt werden, damit mehr Platz für die vielen Kohlköpfe und die Salatköpfe war. Die haben wir die vielen Jahre gepflanzt. Der Garten war nie zu verkaufen. Er war immer Kircheneigentum. Hören sie mal, dass ich das alles noch so weiß, ist auch ein Segen vom lieben Gott.

Hatten Sie im Gasthaus auch Stammtische?

Ja. Im Winter kam der berühmte und sehr beliebte Bauernstammtisch. Die Bauern kamen von weit her, weil man hier viele Fachlehrer der Landwirtschaftlichen Winterschule Speyer treffen und erleben konnte. Das war sehr wichtig. Das darf nicht vergessen werden, dass man früher schon irgendwie Belustigung gehabt hat und Praktikum dabei, verstehen sie? Die haben ihre Freud gehabt und haben gleichzeitig noch was dabei gelernt. „Ja, kommen Sie nur. Sehen Sie hier meine Adresse“ haben die Herrn gesagt. Es waren meistens die Lehrer von der Landwirtschaftsschule gewesen. Nette Herrn, wunderbar. Kann man sich heut gar nicht mehr vorstellen. Die würden sagen: „Was, heut Abend soll ich nochmals in den Weidenberg gehen? Hab den ganzen Tag die Kinder da um mich gehabt“. Aber die haben es gemacht, mit Lust, Liebe und Freude. Die waren zu allem bereit, für jede Auskunft. Sie haben den Leuten wirklich liebevoll Auskunft gegeben und auch Tipps gegeben. Hier war noch die gute alte Zeit mit dem Stammtisch da. Die Leute kamen von überall her. Das war im Winter manchmal nicht einfach. Nicht jeder hat ein Auto gehabt und mit dem Fahrrad

sind sie dann im Schnee stecken geblieben. Aber immerhin, man war dabei und hat Freude gehabt.

Das war Ihnen wichtig.

Sehr wichtig.

Gab es auch besondere Gäste, die Sie in Erinnerung haben?

Vielleicht einer, der konnte wunderschön singen. Der ist leider gestorben. Der Schorsch, der Georg. Die Leute haben dann geklatscht und waren so glücklich. Bei uns durfte nicht gesungen werden, aber der Schorsch durfte singen. Er hatte eine so schöne Stimme. Er frug mich auch immer, ob er singen darf. „Fräulein Liesl, darf ich jetzt singen?“ „Nein Herr Schorsch, jetzt warten Sie mal noch ein bisschen, bis der Herr so wie so gesprochen hat. Wann der fertig ist mit sprechen, dann dürfen Sie singen.“ „Dank schön, dank schön.“ Er ist auch gestorben. Aber es waren nette Zeiten, die Leute sind auch wegen ihm gekommen. Er hat im Bäckerchor gesungen. Die Leute haben sich gefreut. Aber dass ihm mal jemand was bezahlt hätte, das kam auch nicht vor.

Schade.

Nah ja, ich hab ihm immer etwas gegeben,



dann war das wieder ausgeglichen. Das ist nicht so schlimm. Aber so sind die Menschen. Die wollen was haben, aber bringen nichts dafür.

Sie waren wirklich eine besondere Wirtin.

Im Gasthaus zum Weidenberg brauchte man kein Trinkgeld zu geben. Denn dort in den Wirtshäusern, wo der Eigentümer, wo der Wirt noch selber arbeitete, gab man kein Trinkgeld. Wir haben auch niemals Trinkgeld genommen. Für die Eigentümer und Besitzer wäre das unter der Würde gewesen, wenn man Trinkgeld genommen hätte. So war's.

Da waren Sie ganz konsequent. Haben Sie auch Gäste abgewiesen?

Oh ja. Man musste sehr aufpassen aufs Publikum. Die Leute durften Platz nehmen, die wirklich auch in dieses Milieu passten. Da musste sehr aufgepasst werden. Das haben schon meine Großeltern so gemacht und ich hab's weiter gemacht. Mein Vater war ein großer, kräftiger Mann. Der hat sowieso viel Energie gehabt. „Vielen Dank für ihren Besuch, vielen Dank, aber leider Gottes nicht hier. Guten Abend.“ Hat er gesagt. Tür aufgemacht und fort.

Da sind Sie eine gute Menschenkennerin. Haben Sie das gespürt?

Ob dieser Mensch passt oder nicht passt, das bringt die Zeit mit sich. Irgendwie ist das im Menschen drin. Das spüren sie sofort. Den kann man brauchen und den nicht. Um Gottes willen, nix wie fort, nix wie fort. Ich bin dann gerannt und habe die Türe immer weit aufgemacht. (lacht) „Vielen Dank für ihren lieben Besuch. Schönen Abend“, und die Tür zugemacht.

Raus war er oder raus war sie. Betrunkene hatten überhaupt nichts in dem Haus zu suchen. Wenn von der Stadt Betrunkene kamen, dann mussten natürlich verschlossene Türen sein. Das kann man ja den anderen Gästen nicht zumuten, so was.

Sie haben ja auch Alkohol in der Gaststätte verkauft. Haben Sie gesehen, wenn einer zu viel getrunken hat?

Meistens haben wir es mit vernünftigen Gästen zu tun gehabt, die genau gewusst haben, bis hier her und nicht weiter. Dann haben die Leute nicht so viel Geld gehabt. Die Leute waren im Geldbeutel nicht so betucht wie jetzt. Die mussten früher sehr sparsam mit ihrem Geld umgehen.

Kamen auch viele Schüler in ihr Gasthaus?

Zu meiner Mutter Zeit, als sie noch junges Mädchen war, war das Gasthaus damals für die oberen Klassen der Realschule das Stammhaus gewesen. Das hat sich dann weiter fortgesetzt.

Das Gasthaus wurde leider abgerissen, weil es kriegs- und fliegergeschädigt war. Das war ein harter Einschnitt in ihr Leben.

Das war sehr, sehr schlimm. Auch für Speyer. Die Speyerer wollten das alte Haus immer noch haben. Und wenn ich mir alte Bilder von früher ansehe, dann denke ich immer, ach ja, was hat Speyer hier einen Fehler gemacht.

Sie sind bekannt dafür, dass Sie immer schöne Sprüche auf die Treppe geschrieben haben.

Das waren schon die Großeltern, die haben schon mit weißer Kreide diese Sprüche geschrieben.

Haben Sie sich eine Sammlung von Sprüchen zugelegt?

Ich hab Büchlein gehabt, wo ich mir immer Sprüche aufgeschrieben habe.

Haben Sie jeden Tag einen neuen Spruch auf die Treppe geschrieben?

Nicht jeden Tag. Wenn der Spruch verblichen war oder durch den Regen unansehnlich war, dann habe ich einen neuen hingeschrieben.

Ein schöner Brauch, der mir sehr gut gefällt.

Also in der Guidostraße, wo ich zuletzt gewohnt habe, da waren ja sechs Treppenstufen. Irgendjemand hat zu mir gesagt: „Ach Ihre Sprüche. Ich bin immer gerannt und hab gedacht, was hat sie denn heut wieder geschrieben.“ Da hab ich gesagt: „Nah sehen Sie, diese Idee stammt nicht von mir, sondern von meinen Großeltern und Eltern.“ Meine Mutter zum Beispiel, hat eine wunderschöne Handschrift gehabt. Aber heut zu Tage ist ja alle so schnelllebig. Wer hat denn heute noch Zeit einen Spruch auf einer Treppe zu lesen. Die Leute eilen ja vorbei. Nix wie fort und so weiter und sofort. Aber früher hat man sich noch hingestellt, hat den Spruch noch gelesen. Viele haben ein Büchlein dabei gehabt, haben aufgeschrieben. „Ach ich kann Ihre deutsche Schrift nicht lesen.“ „Nein das ist lateinische Schrift“, hab ich gesagt. „Können wir nicht lesen. Können Sie uns helfen, was das heißt?“ Selbstverständlich (lacht). Sie glauben nicht was das immer für ein Zauber war mit der Treppe. Wenn's geregnet hat, ist alles wieder abgewischt worden. Dann habe ich extra Steinkreide

gehabt, für diese Sprüche. Feste Steinkreide. Das war keine Schulkreide. Die Schulkreide, die wär zu schwach gewesen. Aber die Steinkreide, die war fest, die hat sich gehalten (lacht). Das war schon ein Zauber gewesen.

Sie haben dann die Gaststätte aufgegeben als sie 65 waren?

Ja.

Das ist noch wichtig. Unsere langjährigen Hausmädchen taufte dann immer ihre Kinder nach unseren Vornamen. Ja, ja. Jedenfalls die Hausmädchen waren sehr glücklich bei uns. Es waren Mädchen, die kamen von wo die Hasen und die Rehe sich gute Nacht sagen. Die Mädchen kamen von ihrer Heimat weg, haben was anderes gesehen und wir bekamen Hilfe. Da war jedem geholfen. Da gab es noch kein Arbeitsamt. Damals gab es noch die Arbeitsvermittlerinnen und diese Arbeitsvermittlerinnen waren wöchentlich dienstags im Gasthaus zum Weidenberg mit Rat und Tat zur Stelle. Kostenfreie Beratung war das gewesen. Denn die Leute, die dann die Mädchen engagiert haben oder die Männer, als Hausknechte, die haben ja dann bezahlen müssen. Die Vermittlung war nicht kostenfrei. Nur die Beratung war frei.

Sie haben immer eine so positive Ausstrahlung. Da bewundere ich Sie. Es ist für Sie ja auch nicht immer einfach gewesen oder ist nicht immer einfach. Wie ist es jetzt im Alter für Sie?

Alt sein ist nicht schön. Es ist schrecklich. Alter ist eine schreckliche Krankheit.

Das Alter an sich ist keine Krankheit.

Doch ich sehe es als Krankheit. Ich bin ja auch krank. Ich kann nicht mehr alleine laufen. Das ist schon schlimm. Aber ich kann noch denken. Da muss ich auch dankbar sein.

Sie waren gerne unterwegs und das geht jetzt nicht mehr. Das ist schon ein harter Einschnitt in Ihr Leben.

Die noch spazieren gehen können, wunderbar, vielleicht noch einen Partner dabei. Die wissen gar nicht wie reich sie sind.

Aber ich bewundere Sie, wie Sie damit umgehen.

Sie sehen ja meinen Schampel, den ich da habe. Da kann ich mich sehr gut beschäftigen.

Sie hatten immer eine gute Verbindung zu jungen Menschen gehabt.

Immer. Also alte Leute konnte ich überhaupt nicht leiden. Das war für mich furchtbar, mit alten Leuten umzugehen. Aber mit der Jugend nicht. Auch die Jugend hat mich gewollt. Die Jugend hat mich angenommen wie ich war, mit meinen komischen Einstellungen und Ansichten manchmal. Auf jeden Fall, wir gaben uns im Gasthaus am Weidenberg immer die Mühe, den Leuten zu helfen. Wir haben immer geholfen. Immer. Meine Mutter hat immer zu meinem Vater gesagt: Du verschenkst mich noch. Du schenkst alles her. Mein Vater war herzengut. Ach, der hat nur geschenkt. Nur geschenkt, nur geschenkt.

Die enge Verbindung, die Sie zu jungen Menschen hatten, jetzt vielleicht auch noch haben, ist schön. Was würden Sie

jungen Menschen heute raten? Sie haben doch gerne Ratschläge gegeben.

Auf jeden Fall muss man ein Ziel haben. Man muss zielvoll durchs Leben gehen. Das ist wichtiger wie alles andere. Man muss irgendetwas haben, wo man drauf hin arbeitet und was einem Freude macht. Die Freude muss auf jeden Fall erstrangig sein. Da darf man sich nicht irgendwie abbringen lassen. Nicht machen, was andere wollen. Nein, nein, man muss seinen eigenen Willen haben, zu was man sich eben fühlt. Da muss man sich durchsetzen. Man muss da schon selbständig arbeiten. Das ist wichtig.

Sie geben anderen Menschen Ratschläge. Jetzt ist Ihre Lebenssituation eingeschränkt, weil Sie nicht mehr weg können. Was geben Sie sich selbst für einen Rat?

Der alte Speyerer Spitäler würde sagen: „Aushalten, mauhalten“. (lacht) Das ist doch ein guter Spruch. Da haben die Leute wenigstens was zu lachen, wenn sie es lesen.

Sie sind sehr Kunstinteressiert, Frau Jester. Wer hat Ihnen das vermittelt?

Das hat das Elternhaus schon gebracht. Das Elternhaus hat mir das beigebracht. Im Gasthaus zum Weidenberg wurden unzählige, viele, viele interessante Bilder gestohlen. Sie glauben nicht was wir tolle Bilder gehabt haben. Die haben alle frei gehangen. Wir waren dann immer unglücklich. In der letzten Zeit, wo ich noch im alten Gasthaus am Weidenberg gelebt habe, bin ich ganz oft zur Polizei und habe einen Diebstahl melden müssen. Ganz schlimm. Natürlich wir haben niemals mehr ein Bild zurückbekommen. Niemals mehr. Traurig.

Was war Ihnen in Ihrem Leben immer wichtig?

Die Treue, die Ehrlichkeit und die Freundlichkeit. Es gab sehr viele junge Menschen, die mir treu waren. Da kann man schon sehr dankbar sein, wenn man mit solchen Leuten zusammen war. Die Menschen sollten netter sein. Freundlichkeit ist absolut kostenlos.

Sie hatten in dem großen Haus schöne alte Möbel. Davon ist ja gar nichts mehr da, bis auf den schönen Schrank und den Schreibtisch. War das ein großer Verlust für Sie?

Ja. Ich bin bis zur Stunde noch nicht

glücklich in dem Milieu da. Aber da muss man halt vernünftig sein. C'est la vie. Das ist das Leben. Das können sie von Montag bis Samstag sagen und jeden Tag sagen: C'est la vie. Das ist das Leben.

Frau Jester, herzlichen Dank für Ihre Bereitschaft zu diesem Gespräch. Ich wünsche Ihnen alles Gute, dass Sie Ihre Einstellungen behalten und auf freundliche, nette Menschen stoßen.

Ria Krampitz

Die großen Gedanken kommen aus dem Herzen.



Aktionstag zum Tag der Städtebauförderung „Speyer ist dabei...Barrierefrei“

Barrierefreiheit

Physische Barrieren schränken den Bewegungsradius insbesondere von Menschen mit körperlichen oder geistigen Behinderungen ein und beeinträchtigen damit die Teilhabe am öffentlichen Leben. Auch weitere Personengruppen werden durch diese Barrieren „behindert“: Eltern mit Kinderwagen, Menschen mit vorübergehenden Verletzungen und ältere Menschen, die beispielsweise ihren Einkauf nur mit Hilfe eines Rollators selbständig erledigen können.

Sicher begeh- und befahrbare Bodenbeläge auf ausreichend breiten Gehwegen, abgesenkte Bordsteine und regelmäßig angebotene Sitzmöglichkeiten sind für die gesamte Bevölkerung ein Gewinn an Lebensqualität.

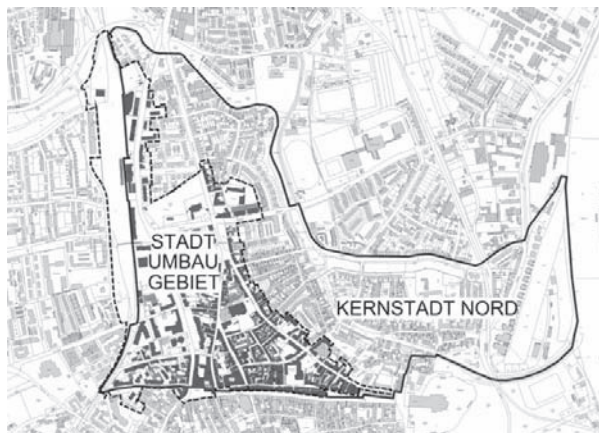


Abbildung: Grenze des Stadtumbaugebietes

Quelle der Abbildung: www.speyer.de

Städtebauförderung in der Kernstadt Nord

Im Rahmen der Städtebauförderung unterstützen Bund und Länder die Kommunen finanziell durch verschiedene Förderprogramme. In Speyer wird unter an

derem das Projekt „Stadtumbau Kernstadt Nord“ gefördert. Ziel des Projektes ist es, das Quartier aufzuwerten und zukunftsfähig zu gestalten. Bereits umgesetzt werden konnten beispielsweise der Umbau der Achse Armbruststraße /Johannesstraße / Große Himmelsgasse, die Sanierung des Güterbahnhofs (Biomarkt), die Umgestaltung des St.-Guido-Stifts-Platzes mit dem Weidenberg und die Entwicklung der Postgalerie.

Mobilitätskonzept zur Barrierefreiheit

Ein weiterer wichtiger Baustein des Stadtumbaus ist das Konzept für eine barrierefreie Kernstadt Nord. Hier steht die durchgängige Barrierefreiheit auf wichtigen Wegeverbindungen im Vordergrund. Im historischen Umfeld der Altstadt besteht die Herausforderung darin, Maßnahmen für Barrierefreiheit gestalterisch so abzustimmen, dass sie sich gut in das Stadtbild einfügen. Das Planungsbüro StetePlanung aus Darmstadt wurde von der Stadtverwaltung, Abteilung Stadtplanung damit beauftragt, dieses Konzept zu erarbeiten.

Durch das Planungsbüro wurde in den letzten Monaten eine detaillierte Aufnahme der derzeitigen Situation durchgeführt. Die Untersuchung aller Gehwege, Querungen und Plätze ergab zahlreiche Mängel, die dokumentiert und hinsichtlich der Dringlichkeit und Realisierbarkeit eingestuft werden. Bedeutsam ist auch die Aufnahme der wichtigen Ziele im Gebiet, die ohne Hindernisse erreichbar sein sollen. Im Stadtumbaugebiet liegen zahlreiche Alltagsziele, wie Seniorenwohnanlagen, Ämter und Dienstleistungseinrichtungen wie beispielsweise die Post und die Sparkasse. Auf der anderen Seite gibt es viele touristische Ziele wie his-

torische Sehenswürdigkeiten und Einkaufsmöglichkeiten im Gebiet.

Die Ergebnisse der Bestandsanalyse wurden mit Betroffenen und verschiedenen Interessenvertretern diskutiert und abgestimmt. Hierbei sind deren konkrete Alltagserfahrungen eingegangen.



Kein Durchgang für Rollstuhl, Rollator oder Kinderwagen in der St.-Guido-Straße; Quelle: J. Meurer, StetePlanung



Ausstellungsstände und Parkautomat verengen den ohnehin schmalen Gehweg in der Gutenbergstraße; Quelle: G. Stete, StetePlanung

An den bislang zwei Veranstaltungen nahmen Vertreterinnen und Vertreter des

Seniorenbeirats, des bsb Blinden- und Sehbehindertenbundes e.V., der IBF Interessengemeinschaft Behinderter und ihrer Freunde e.V., der Lebenshilfe gGmbH, des Alten- und Pflegeheims „Am Adenauerpark“, des Seniorenzentrums „Storchenpark“, des AWO Seniorenhauses „Burgfeld“, des Caritas Alten- und Pflegeheims St. Martha und der Behindertenbeauftragte der Stadt Speyer teil. Die Workshops wurden von der Stadtverwaltung, Abteilung Stadtplanung, in Zusammenarbeit mit dem Büro StetePlanung unter Beteiligung der verwaltungsinternen Fachämter durchgeführt.



Impressionen von den Veranstaltungen; Quelle: M. Zech, StetePlanung

An den Terminen wurden die wichtigsten Wegeverbindungen herausgearbeitet, die künftig durchgängig möglichst ohne Hindernisse nutzbar sein sollen. Es wurde mit allen Teilnehmenden diskutiert, ob die vorgeschlagenen Maßnahmen vorhandene Probleme lösen, welche Alternativen es gibt und wo Ergänzungsbedarf besteht.

Besondere Aufmerksamkeit erfordern die unterschiedlichen Anforderungen von Seh- und Gehbehinderten. Während Blinde hohe Bordsteine als Orientierungshilfe benötigen, um nicht ungewollt auf die Straße zu gelangen, ist für Menschen mit Rollstuhl, Gehhilfe und Kinderwagen ein niedriger Bordstein wichtig. Insbesondere an wichtigen Kreuzungen gilt es, für diese unterschiedlichen

Bedürfnisse Lösungen zu finden, die allen eine Hilfestellung bieten. Die entwickelten Lösungsvorschläge streben für das gesamte Quartier eine einheitliche Gestaltung barrierefreier Elemente an.

Öffentliche Ausstellung und Praxistest am Tag der Städtebauförderung 2016

Am Samstag, dem 21. Mai 2016, gab es im Rahmen des Tages der Städtebauförderung am Rathaus eine Ausstellung, die über das Projekt informierte. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadt und des Planungsbüros erläuterten allen Interessierten, worum es bei dem Konzept zur Barrierefreiheit geht. Besonders Menschen mit Behinderungen und Angehörige von Behinderten oder Pflegebedürftigen zeigten großes Interesse und gaben Hinweise aus ihrem eigenen Erfahrungsschatz. Die Veranstaltung wurde von der IBF Interessengemeinschaft Behinderter und ihrer Freunde e.V., Frau Spoden und Herrn Knutas, sowie dem Vorsitzenden des Seniorenbeirates, Herrn Schultheis, dem Vertreter des bsb Blinden- und Sehbehindertenbundes e.V Herrn Hartmann und dem Behindertenbeauftragten der Stadt, Herrn Brendel, unterstützt.



Der Praxistest in der Armbruststraße; Quelle: M. Kröner, StetePlanung

Ab 11 Uhr konnte bei einem Spaziergang durch die neu gestaltete Armbruststraße mit Rollstuhl, Rollator und Langstock der Erfolg des barrierefreien Umbaus getestet

werden. Dank der regen Teilnahme von direkt Betroffenen und ihren Interessensvertretern konnten zahlreiche Anregungen für künftige Planungen aufgenommen werden. Interessierte Besucherinnen und Besucher erlebten mit Rollstühlen und Rollatoren, welche Hürden sich beim Queren von Straßen, auf schmalen Gehwegen und bei stärkerem Gefälle ergeben.

Ausblick

Die gesammelten Anregungen fließen in ein abschließendes Gesamtkonzept ein. Das Konzept benennt konkrete Maßnahmen, wie Schritt für Schritt vorhandene Barrieren abgebaut werden können, um allen Menschen die Teilhabe am öffentlichen Leben zu ermöglichen.

Nach der Sommerpause wird es eine öffentliche Veranstaltung geben, in der der interessierten Öffentlichkeit das Gesamtkonzept für das barrierefreie Quartier vorgestellt wird. Dazu sind alle Bürgerinnen und Bürger herzlich eingeladen!

Sollten Sie Fragen oder Anregungen zum Thema haben, können Sie sich gerne an Frau Klonig, Stadtverwaltung Speyer, Abteilung Stadtplanung, Tel 06232 14 27 75 wenden.

Sabine Klonig

„Gut Recht bedarf guter Hilfe.“
Deutsches Sprichwort

Familienrecht
Seniorenrecht
Erbrecht
Sozialrecht

Christina
Lange-Fehr

www.lange-fehr.de
Tel. 06232 – 6767871

Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht

Unterhaltungsangebot

Wie ältere Menschen Unterhaltungsangebote im Internet nutzen

Neue Medien und Lebenswelten

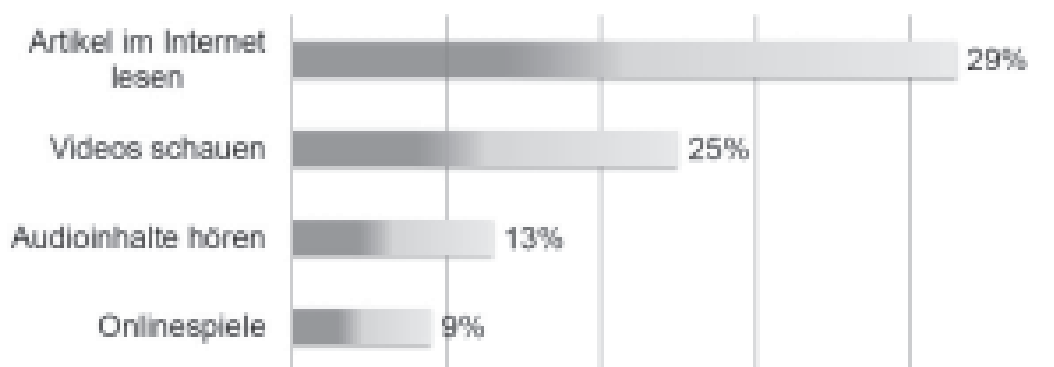
Videos zu jeder Zeit, egal an welchem Ort und fast zu jedem Thema. Aktuelle Informationen über das Tagesgeschehen, zeitnah und meist kostenlos. Interviews als sogenannte Podcasts zum Nachhören und Runterladen. Kaum ein Medium bietet solch eine Fülle an Unterhaltungsmöglichkeiten wie das Internet. Aber wie nutzen Menschen über 60 Jahre diese vielfältigen Möglichkeiten im Netz, und wie können Bildungsveranstaltungen dazu beitragen älteren Menschen Unterhaltungsmöglichkeiten im Internet aufzuzeigen?

Über 50 Prozent der Menschen über 60 Jahren sind online

Nach Angaben des (N)ONLINER-Atlas (vgl. 2014, S. 57) sind circa 77 Prozent

aller Menschen in Deutschland online. Betrachtet man die Entwicklung der vergangenen Jahre, dann fällt auf, dass gerade in den Altersbereichen ab 60 Jahren ein starkes Wachstum zu verzeichnen ist. 64,5 Prozent der 60- bis 69-Jährigen und 29,4 Prozent der über 70-Jährigen in Deutschland sind heute im Internet aktiv; Tendenz weiter steigend (vgl. ebd.). Auch andere Studien wie die ARD/ZDF-Onlinestudie zeigen, dass eine deutliche Erweiterung der Onlineaktivitäten in höheren Lebensaltern zu verzeichnen ist. Waren im Jahr 2010 gerade einmal 28,2 Prozent aller Menschen über 60 Jahren online, so sind es heute mit 50,4 Prozent knapp über die Hälfte der gesamten Altersgruppe (vgl. ARD/ZDF-Onlinestudie 2015a).

Nutzung von Unterhaltungsangeboten (ab 60 Jahren):



➔ Tendenz: Nur langsam steigend

Min. 1x pro Woche nach ARD/ZDF-Onlinestudie 2015

Unterhaltungsangebote aus dem Internet sind in der Lebenswelt älterer Menschen (noch) nicht verortet

Der (N)ONLINER Atlas (vgl. 2014, S. 31ff.) zeigt eindeutig, dass mit zunehmendem Alter, die Nutzungsvielfalt von Internetangeboten abnimmt. Besonders deutlich wird dies im Bereich der Unterhaltungsmöglichkeiten, wie etwa dem Anschauen von Videos im Internet. Während 92 Prozent der 14- bis 29-Jährigen ein- oder mehrmals pro Woche Videos im Internet schauen, sind es in der Personengruppe der über 50-Jährigen lediglich 29 Prozent (vgl. ebd.). Zu ähnlichen Ergebnissen gelangt die ARD/ZDF-Onlinestudie. „Die Generation der ab 60-Jährigen hat einen sehr pragmatischen Umgang mit dem Internet“ (Frees/Koch 2015, S. 373). Dies zeigt sich besonders mit Blick auf die regelmäßig genutzten Dienste. Während jüngere Internetnutzerinnen und -nutzer deutlich häufiger Unterhaltungsmöglichkeiten wie Videoportale, Audiobeiträge, Mediatheken und Onlinespiele konsumieren, zeigen hier Personen ab 60 Jahren wesentlich geringere Werte (vgl. hierzu ARD/ZDF-Onlinestudie 2015b; Abbildung 1). „Während die unter 30-Jährigen das Internet sehr vielseitig und in nahezu allen Lebenslagen nutzen, zeichnet die ältere Generation somit ein sehr funktionaler und sachbezogener Umgang mit dem Netz aus. Für sie muss sich der direkte Mehrwert im Alltag erschließen“ (Frees/Koch 2015, S. 373).

Abbildung: Nutzung von Unterhaltungsangeboten (ab 60 Jahren)

Warum ältere Menschen das Internet funktional nutzen

Gründe für eine geringere Nutzung von Unterhaltungsangeboten im Internet durch ältere Menschen haben verschiedene Aspekte. Ein Hauptgrund ist die

enge Bindung älterer Menschen an klassische Massenmedien wie den Fernseher, das Radio oder die Zeitung. Währendem jüngere Personengruppen, etwa Menschen in einem Alter zwischen 14 und 29 Jahren, mit 41 Prozent der Aussage „Das Internet ist heute für mich wichtiger als Fernsehen, Radio, Zeitungen und Zeitschriften.“ voll und ganz zustimmen, sind dies bei den über 60-Jährigen gerade einmal sechs Prozent (vgl. Frees/Koch 2015, S. 371). Dieser Unterschied verdeutlicht die Bedeutung von (Unterhaltungs-)Medien in den Lebenswelten verschiedener Altersgruppen. Gründe für diese Unterschiede sind in den jeweiligen medienbiografischen Prägungen zu suchen. Die mit diesen Prägungen verbundenen Erwartungshorizonte, also bei spielweise die Frage, ob ein Medium das Bedürfnis nach Unterhaltung stillen kann, sind maßgeblich für die Zuwendung zu diesem. Dabei kann grundsätzlich davon ausgegangen werden, dass Medien und mediale Angebote in direkter Konkurrenz zueinander stehen und anhand persönlicher und sozialer Bedürfnisse und Erwartungen ausgewählt werden (vgl. hierzu auch Preßmar 2013, S. 78ff.). Wer in seiner Biografie nicht gelernt hat, dass das Internet auch ein Unterhaltungsmedium sein kann, wird es auch zunächst nicht so wahrnehmen.

Unterhaltungsmöglichkeiten des Internets kennenlernen

Ein weiterer Aspekt der eher geringen Nutzungsquote medialer Unterhaltungsmöglichkeiten im Internet durch Menschen über 60-Jahren ist in den für diese Personengruppe fremden Nutzungsformen zu suchen. So zeigen Untersuchungen in Bildungsveranstaltungen wie der Silver-Surfer-Seminarreihe (vgl. hierzu Preßmar 2015), dass Nutzungskonventionen etwa von Videoportalen wie Youtube oder Vimeo bei älteren Onlinerinnen und Onlinern kaum bekannt waren. Zwar kannte ein Großteil der Seminarbesucher Videoplattformen im

Generellen, jedoch waren ihre Spezifika, zum Beispiel als offene non-lineare Plattformen für private Videos und ohne redaktionelle Struktur, nur wenigen Teilnehmerinnen und Teilnehmern bekannt. Hieraus folgte, dass diese oft nicht wussten, wie sie die Plattformen nutzen sollten, ihnen also schlichtweg der Zugang zu dieser Unterhaltungsform fehlte. Besonders bedeutsam war hierbei die Umkehr des Prinzips des passiven Rezipienten, der ein strukturiertes und linear angeordnetes Programm dargeboten bekommt, hin zu einem aktiven Rezipienten, der auswählen muss, welche Inhalte er sucht und zum (inter-)aktiven Handeln „gezwungen“ ist. Hiermit verbunden sind häufig auch, das Verlassen der gewohnten Haltung des Zurücklehns und damit ein Verlust von Gemütlichkeit. Nicht zuletzt stehen internetbasierte Unterhaltungsmöglichkeiten mit ritualisierten Formen der Mediennutzung in Kon-



kurrenz. Die Zeitung am Frühstückstisch, das Radio bei der Hausarbeit oder die Tagesschau am Abend: Mediale Rituale sind tief in der Lebenswelt älterer Menschen verwurzelt und tragen damit auch zur Tagesstrukturierung bei.

Folgen für die Lehrpraxis

Damit ältere Onlinerinnen und Onliner das Internet als ein Unterhaltungsmedium kennenlernen können, sollten Bil-

dungsveranstaltungen Möglichkeiten eröffnen, spielerisch mit verschiedenen Unterhaltungsdiensten umzugehen. Im Mittelpunkt kann hierbei auch stehen, fremde Nutzungsformen auszuprobieren. Anhand der Videoplattform Youtube können zum Beispiel bisher unbekannte Nutzungskonventionen verdeutlicht werden. Das Suchen nach Videos zum eigenen Hobby, die Recherche nach Bewegtbildern aus der eigenen Stadt oder das Anschauen lustiger Videoformate hilft dabei zu verstehen, wie die Nutzung von Videoplattformen funktioniert. Gleiches gilt für Mediatheken von Fernsehsendern. Wer verstanden hat, wie er die verpasste Sendung von gestern in der Mediathek suchen kann, der wird je nach Bedarf auch hierauf zurückgreifen können. Dabei zeigt sich, dass im Mittelpunkt der Vermittlung dieses (Online-)Wissens in Lehrveranstaltung neben reinen Informationen immer die Verbindung zur Bedeutung und Relevanz dieser für die Lebenswelt stehen sollte. Denn erst der unmittelbare Nutzen dieses Wissens macht die lebensweltliche Verortung wahrscheinlich. Konkret: Wer eine für ihn relevante Sendung verpasst hat und weiß, wie und wo er diese jederzeit im Internet anschauen kann, der wird dies auch mit großer Wahrscheinlichkeit zukünftig tun. Hierbei besonders bedeutsam ist auch die Reduktion von möglichen Berührungängsten mit der Computertechnik. In Lehrveranstaltungen sollte deshalb auch Platz für einen spielerischen und ungezwungenen Umgang mit Internetinhalten sein. Zugleich sollten Teilnehmende die Möglichkeit haben, sich gegenseitig über gemachte Erfahrungen auszutauschen. Dies hilft dabei, Gelerntes einzuordnen, einen sozialen Vergleich ziehen zu können und Wissen als nützlich abzuspeichern.

Fazit

Ältere Onlinerinnen und Onliner weisen einen eher nutzenorientierten Umgang mit

dem Internet auf. Im Mittelpunkt stehen hierbei Informations- und Kommunikationsdienste wie E-Mails Suchmaschinen oder Onlinenachschlagewerke wie Wikipedia. Die Nutzung von Unterhaltungsangeboten wie Videoplattformen und Mediatheken werden im Vergleich hierzu noch deutlich seltener genutzt. Dieser Nutzungsunterschied ist jedoch nicht mit generellem Desinteresse dieser Personengruppen zu begründen. Vielmehr stehen mediale lebensweltliche Routinen in Verbindung mit klassischen Massenmedien wie dem Fernsehen in Konkurrenz zu onlinebasierten Diensten. Zugleich zeigt sich, dass Nutzungskonventionen von Onlinediensten nicht selbst erschließend sind und Bildungsveranstaltungen eine wichtige Rolle zur Partizipation älterer Onlinerinnen und Onlinern auch an internetbasierten Unterhaltungsmöglichkeiten spielen. Sie sollten hierbei auch den unmittelbaren Nutzen und damit die Bedeutung des Mehrwerts eines Interangebots verdeutlichen. Denn erst hierdurch können Erwartungen aufgebaut werden, die Unterhaltungsangebote im Internet zur Auswahl medialer Gratifikationsquellen hinzufügen und damit eine Auswahl dieses Mediums zur Befriedigung eines bestimmten medialen Bedürfnisses wahrscheinlich machen.

Dr. Florian Preßmar

Quellen

ARD/ZDF-Onlinestudie (2015a): Soziodemografie der Onlinenutzer. URL: [http://www.ard.de/home/intern/fakten/ard-medien-](http://www.ard.de/home/intern/fakten/ard-medien-daten/Soziodemografie_der_Onlinenutzer/409236/index.html)

[daten/Soziodemografie_der_Onlinenutzer/409236/index.html](http://www.ard.de/home/intern/fakten/ard-medien-daten/Soziodemografie_der_Onlinenutzer/409236/index.html) [Stand 04.06.2016]
ARD/ZDF-Onlinestudie (2015b): Onlinenutzung. URL: <http://www.ard-zdf-onlinestudie.de/index.php?id=531> [Stand 18.05.2016]

Frees, Beate/Koch, Wolfgang (2015): Internetnutzung: Frequenz und Vielfalt

nehmen in allen Altersgruppen zu. Ergebnisse der ARD/ZDF-Onlinestudie 2015. In: Media Perspektiven, Heft 9, S. 366-377.

(N)ONLINER Atlas 2014: D21-Digital-Index 2014. Die Entwicklung der digitalen Gesellschaft in Deutschland. URL: [http://www.initiaved21.de/wp-](http://www.initiaved21.de/wp-content/uploads/2014/11/141107_digitalindex_WEB_FINAL.pdf)

[content/uploads/2014/11/141107_digitalindex_WEB_FINAL.pdf](http://www.initiaved21.de/wp-content/uploads/2014/11/141107_digitalindex_WEB_FINAL.pdf) [Stand 18.05.2016]

Preßmar, Florian (2013): Motive der Onlinenutzung älterer Menschen. In: Alter & Medien. Zeitschrift für Forschung und Praxis, Heft 2. München. S. 78–83.

Preßmar, Florian (2015): Bildungsangebote zur Steigerung der Computer- und Internetkompetenz von Seniorinnen und Senioren. Konzeption – Realisation – Evaluation. [Dissertationsschrift – in der Veröffentlichung]

Quelle: www.silver-tipps.de

Link: <http://www.silver-tipps.de/neuen-medien-und-lebenswelt/>

Zum Autor: Dr. Florian Preßmar



Dr. Florian Preßmar arbeitet als Referent für Offene Kanäle und Medienkompetenz bei der Landeszentrale für Medien und Kommunikation und koordiniert das MedienKompetenzNetzwerk Mainz-Rheinhessen.

Im Rahmen seiner Promotion an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz entwickelte er gemeinsam mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz die Silver-Surfer-Seminarreihe.

Es ist wichtiger, daß jemand sich über eine Rosenblüte freut, als daß er ihre Wurzel unter das Mikroskop bringt.

Oskar Wilde

Die Pflegestützpunkte informieren

Keine Angst vor dem MDK Besuch!

Wie bereite ich mich auf die Begutachtung durch den MDK vor?

Jeder Versicherte, der eine Leistung der Pflegeversicherung (Pflegestufe) beantragt, wird vorher begutachtet. Für die gesetzlich Pflegeversicherten übernimmt der Medizinische Dienst der Krankenversicherungen (MDK) diese Aufgabe.

Bei der Begutachtung im häuslichen Umfeld oder im Pflegeheim

- prüft der MDK das Vorliegen der gesetzlichen Voraussetzungen einer Pflegebedürftigkeit gemäß dem Sozialgesetzbuch XI
- empfiehlt eine Pflegestufe
- prüft das Vorliegen einer eingeschränkten Alltagskompetenz (z.B. bei psychischen Erkrankungen, geistiger Behinderung, Demenz)
- schlägt Maßnahmen zur Prävention und Rehabilitation vor
- gibt Empfehlungen über die Art und den Umfang von Pflegeleistungen
- formuliert Hinweise zu einem individuellen Pflegeplan

Zur Einschätzung des Pflegebedarfs beurteilt der MDK die Hilfebedürftigkeit in den Bereichen Körperpflege, Ernährung, Mobilität und hauswirtschaftlicher Versorgung.

Der Gutachter ist dabei an Richtlinien gebunden, die auch zeitliche Vorgaben für die einzelnen Verrichtungen beinhalten.

Es ist gut, auf einen Begutachtungstermin vorbereitet zu sein, damit auch alle rele-

vanten Beeinträchtigungen zur Sprache kommen.

Dabei kann ein Pfl egetagebuch helfen. Hierin werden alle Hilfen und Handreichungen notiert, die über den Tag hinweg anfallen. So kann sich der Gutachter ein umfassendes Bild machen.

Wenn Sie medizinische Berichte jüngeren Datums haben, sollten Sie diese bereit legen.

Weitere Informationen zu diesem Thema und Hilfe zur Vorbereitung auf den MDK Termin erhalten Sie bei beiden Pflegestützpunkten in Speyer:



Pflegestützpunkt
Bahnhofstrasse 39
Fr. Bouquet/Frau Wilhelm ,
Tel.: 06232/672422
06232/672420

Pflegestützpunkt
Paul Egell Straße 24
Fr. Schimmele/ Fr. Ewald/ Fr. Bouquet
Tel.: 06232/6796705
06232/8541215

Veranstaltungshinweis
Pflegestärkungsgesetz II
Am 9. November 2016, 14 bis 16 Uhr
Im Seniorenbüro
Referentin Meret Lobenstein, Juristin bei der
Verbraucherzentrale

Menschen in Speyer

„Nur drei Stunden von Frankfurt entfernt werden ganze Volksgruppen ausgerottet oder vertrieben, Mädchen versklavt, viele der wichtigsten Kulturdenkmäler der Menschheit von Barbaren in die Luft gesprengt, gehen mit den Kulturen auch eine uralte ethnische, religiöse u. sprachliche Vielfalt unter.

Aber wir versammeln uns u. stehen erst dann auf, wenn eine dieser Bomben uns selbst trifft, oder wenn diese Menschen, die vor diesem Krieg fliehen, an unsere Tore klopfen“.

Dies ist ein kleiner Ausschnitt der Rede von Navid Kermani, als ihm 2015 der Friedenspreis des Deutschen Buchhandels in der Paulskirche in Frankfurt/Main verliehen wurde. Kermani, 1967 in Siegen als Sohn iranischer Einwanderer geboren, ist, laut des Stiftungsrats für den Friedenspreis des Deutschen Buchhandels „eine der wichtigsten Stimmen in unserer Gesellschaft, die sich mehr denn je den Erfahrungswelten von Menschen unterschiedlichster nationaler u. religiöser Herkunft stellen muss, um ein friedliches, an den Menschenrechten orientiertes Zusammenleben zu ermöglichen“.

Schon 2015 waren viele Flüchtlinge in Speyer wohlwollend aufgenommen worden.

Heute leben Flüchtlinge in Speyer, die zu 50% aus Syrien, 9% aus Afghanistan u. 7% aus Pakistan stammen. Sie haben an unsere „Tore geklopft“ u. sind auf große Hilfsbereitschaft gestoßen. Es ist dem großen Engagement der vielen ehrenamtlichen Helfern in Speyer zu verdanken, dass die Integration dieser oft durch die Flucht sehr traumatisierten Menschen, in allen Lebensbereichen gelingt.

Das Erlernen der deutschen Sprache, die wie bekanntlich sehr schwer ist, steht hierbei im Mittelpunkt.

Herr M. ist seit Febr. Rentner im Vorruhestand. Er hat sich ehrenamtlich für die Hausaufgabenbetreuung zweier Mädchen einer syrischen Familie entschieden. Er ist begeistert von dem Lerneifer u. der schnellen Auffassungsgabe der 13 u. 9 jährigen, denen er, neben der Unterstützung bei den Hausaufgaben, auch die deutsche Sprache in Schrift u. Wort näherbringt. Vor kurzem wurde er Zeuge, dass die Mädchen ihr Wissen an die Mutter weitergeben. Herr M. hat in der kurzen Zeit seiner Arbeit, die ihm sichtlich Spaß macht, sehr viel dazu gelernt. So musste er feststellen, dass die von uns bezeichnete „Ampel“ in unserer Straßenverkehrsordnung nicht zu finden ist. Sie heißt dort die „Lichtzeichenanlage“ u. die in unserer Umgangssprache bekannte „Spielstraße“ ist ein „Verkehrsberuhigter Bereich“. Es wird also deutlich, dass die deutsche Sprache tatsächlich nicht so einfach ist u. diese ehrenamtliche Arbeit, auch für den Helfer neue Erkenntnisse mit sich bringt.

Solveigh Schneider

**Infos über Sprachkurse
Der Volkshochschule Speyer**
Frau Mertens, Tel. 14-1360

Nie wider deine Überzeugung, nie wider bess'eres Wissen und Gewissen handeln, dies soll der Grundsatz aller Grundsätze sein, nach dem du an allen Orten und in allen Verhältnissen leben sollst, solange du lebst.

Wieland

Das Zuhause fehlt

Betroffene kommen zu Wort

Herr K. B. ist seit vielen Jahren an Parkinson erkrankt. Nach einem Sturz, bei dem er sich einen Oberschenkelhalsbruch zugezogen hatte, musste er operiert werden. Die anschließende Reha brachte nicht die erhoffte Verbesserung. „Dieser Sturz brachte die Krankheit erst richtig in Wallung“, berichtet Herr B.. Sein Gesundheitszustand verschlechterte sich so sehr, dass es von der Reha kein Zurück mehr in seine Wohnung gab. „Ich habe gedacht, in ein paar Tagen bin ich wieder zu Hause. Aber das war nicht so.“ Für Herrn B. eine schlimme Erfahrung, denn bis zu diesem Zeitpunkt war der Gedanke, in einem Heim leben zu müssen, noch nie ein Thema. Seine Ehefrau und er hatten sich vor Jahren mit Blick in die Zukunft eine Wohnung im Betreuten Wohnen gekauft. Gedacht war, diese im Alter zu nutzen, um solange wie möglich selbstbestimmt in einer eigenen Wohnung leben zu können. Zwar mit Unterstützung, wenn gesundheitliche Einbrüche kommen. aber in den eigenen vier Wänden. Die Wohnung war immer als Alternative zu einem Leben in einer stationären Einrichtung gedacht. Aber es kam alles ganz anders.

Die Erkrankung von K. B. verschlimmerte sich nach dem Sturz in einem Umfang, der eine Rückkehr in die eigene Wohnung nicht mehr zuließ. Die Badezimmertür zu klein, keine begehbare Dusche, enger Flur, Treppen zur Wohnung all das hätte behoben werden müssen. Frau B.

selbst gesundheitlich angeschlagen und auf sich ganz alleine gestellt, ohne Kinder oder Geschwister und in Sorge um ihren Mann, hätte diese Umbauarbeiten nicht organisieren und begleiten können.

So blieb nur der Umzug in eine stationäre Einrichtung. „Das war nicht gerade das Wahre“, sagt K. B.. Für ihn war die neue Lebenssituation ein Schock. Nicht mehr zu Hause leben zu können und zudem, sich ein Zimmer mit einem anderen Menschen teilen zu müssen, war ein Schicksalsschlag. Eine Privatsphäre, wie er sie gewohnt war, hatte er nicht mehr. Von einem auf den anderen Tag, ohne Vorbereitung, eine neue Lebenssituation meistern zu müssen, war und ist schwer.

Einige Wochen später, gab es nach einem Heimwechsel und der Zusage für ein Einzelzimmer eine Verbesserung. „Hier fühle ich mich an für sich ganz wohl“, berichtet K. B.. Persönliche Sachen, die ihm lieb und wichtig sind, hängen an den Wänden oder stehen und liegen auf Tisch und Regalen. In seinem bequemen Sessel sitzt Herr B. gerne. Er kann die Beine hochlegen, sich ausruhen, lesen, Musik hören, und das in aller Ruhe, ganz so wie er es mag.

Frau B. besucht ihren Mann täglich. Das weiß er zu schätzen. Schon morgens freut er sich auf den nachmittäglichen Besuch seiner Frau. Sie ist ihm Halt und gibt ihm Sicherheit. Ein Mensch an der Seite zu wissen, mit dem man sich aussprechen kann,

ist ein großes Glück. Das empfindet Klaus Böhm auch so.

„Ich füge mich ein, in den Lauf des Tages. Und das lässt sich natürlich machen.

Hier werden Angebote gemacht, wie gemeinsames Singen, gemeinsames Erzählen, gemeinsame Fitness. All diese Dinge, die waren vorher (in dem anderen Heim) so gut wie nicht da“, erzählt Klaus Böhm.

Er bedauert sehr, dass die gekaufte Wohnung im Betreuten Wohnen von ihm und seiner Frau nicht genutzt werden kann. „Die Wohnung ist direkt gegenüber. Ich kann sie von hier aus sehen, aber wir können sie nicht nutzen, da sie vermietet ist“ berichtet K. B..

Sein größter Wunsch ist allerdings, dass er wieder in sein Zuhause zurück kann, um dort gemeinsam mit seiner Frau zu leben.

Ria Krampitz



Landesberatungsstelle
Barrierefrei Bauen+Wohnen

Auch in Speyer gibt es eine kostenlose Wohnberatung für barrierefreies Bauen und Wohnen.

Nehmen Sie einfach Kontakt mit dem Seniorenbüro auf, Tel. 06232/14-2661

Auftakt für aktive Nachbarschaften in Speyer

Zu einem ersten Vernetzungstreffen kamen auf Einladung des Seniorenbüros in Speyer am 6. April 2016 rund 20 Akteure lokaler nachbarschaftlicher Initiativen zusammen. Hauptamtliche Vertreterinnen und Vertreter der Stadtverwaltung, von Wohnungsgesellschaften und Wohlfahrtseinrichtungen tauschten sich mit ehrenamtlich Engagierten über Erfolge, Schwierigkeiten, Pläne und Unterstützungswünsche bei der Entwicklung wohnortnaher Unterstützungsnetzwerke aus. Die Veranstaltung stand im Zeichen der Landesinitiative „Neue Nachbarschaften – engagiert zusammen leben in Rheinland-Pfalz!“, die von Stefanie Adler von der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e.V. (BaS) vorgestellt wurde.



Die Teilnehmenden zeigten sich überrascht von der Vielzahl der vor Ort bereits bestehenden Aktivitäten, knüpften Kontakte und bahnten neue Kooperationen an. Einig waren sie sich in dem Wunsch, den Austausch fortzusetzen und sich weiter zu vernetzen.

Redaktion

Generationen Hand in Hand

Fotoserie: Eine Initiative des Seniorenbüros

Die Fotoserie „Generationen Hand in Hand“, eine Initiative des Seniorenbüros, wurde in der Ausgabe 4/2011 der Zeitschrift des Seniorenbüros „aktiv dabei“ begonnen. Wir wollen die Vielfältigkeit des Miteinanders der Generationen zeigen und das Bewusstsein dafür schärfensensibel machen.

Solidarisches Handeln

Ohne ein neues, soziales, solidarisches Miteinander kann unsere Gesellschaft auf Dauer nicht funktionieren. Dafür tragen wir alle Verantwortung.

Voneinander lernen

Jeder kann von dem anderen lernen. Der junge Mensch von den Erfahrungen der Älteren und umgekehrt, die Älteren können Neues von den Jungen lernen. Unser Anliegen ist, deutlich zu machen, dass ein Zusammenleben der verschiedenen Generationen, alle bereichern kann.

Neues Miteinander

Ein neues Miteinander von Alt und Jung bezieht sich auf alle gesellschaftlichen Bereiche. Das gemeinsame Handeln in der Berufswelt, in gemeinsamem bürgerschaftlichen Engagement, in der Weitergabe von Wissen und Können zwischen Alt und Jung, kann neue kreative Ideen für unsere Gesellschaft hervorbringen.

Keine Ausgrenzung

Dabei ist wichtig, dass alle Menschen in unserer Gesellschaft integriert sind. Da mit dies möglich wird, gilt es kritisch die Rahmenbedingungen zu hinterfragen.

Ria Krampitz













lassen und sich Belastendes von der Leber zu schreiben.

Expressives Schreiben hat nachweislich eine positive Wirkung auf Gesundheit und Wohlbefinden.

Zielgruppe: Pflegende Angehörige von demenziell erkrankten Menschen

Veranstaltungsort: Seniorenbüro Maulbronner Hof 1 A, 67346 Speyer

Termine: Donnerstag, 7. Juli 2016 und Donnerstag, 21. Juli 2016
jeweils 9.30 bis 12.30 Uhr
Referentin: Julia Jawhari, Master of Science (Psychologie)

Kosten: Keine

Anmeldung: Seniorenbüro Maulbronner Hof 1 A, 67346 Speyer
Tel. 06232- 14 26 61, ria.krampitz@stadt-speyer.de

Redaktion

Schreib' Dich leicht

Expressives Schreiben für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

Das expressive Schreiben ist eine leicht zu erlernende Methode der Psychohygiene, die sich sehr gut in den Pflegealltag integrieren lässt.



Man benötigt nicht viel Zeit und das Zuhause muss nicht erst verlassen werden, um die Seele auf dem Papier baumeln zu

Weil Zuhause mein Leben ist.
Testen Sie uns, mit unseren:

- Menüservice
- Hausnotrufservice



Kreisverband Speyer e.V.
Telefon 0 62 32 / 60 02-0

Der Verein der Freunde und Förderer des Seniorenbüros Speyer e.V. stellt sich vor



Vor mehr als 15 Jahren wurde der Verein der Freunde und Förderer des Seniorenbüros gegründet.

Der Zweck des Vereines ist eine verstärkte Einbeziehung der älteren Generation in das gesellschaftliche Leben der Stadt und eine Aktivierung der Zusammenarbeit zwischen Jüngeren und Älteren und im Besonderen eine ideelle und materielle Förderung der Arbeit des Seniorenbüros.

Damit soll die Bedeutung der älteren Generation in der Gesellschaft zugleich mit der für die Gemeinschaft notwendigen Solidarität zwischen Jung und Alt gestärkt werden.

Eine Vielzahl von Projekten des Seniorenbüros konnte in den letzten Jahren mit Hilfe des Vereines der Freunde und Förderer erfolgreich durchgeführt werden (u.a. Konzert am Nachmittag, Geschichte in Büchern, Zeitschrift „aktiv dabei“).

Diese Unterstützung möchten wir auch in Zukunft gerne fortsetzen, dabei sind wir auf die Hilfe von vielen angewiesen; derzeit beträgt der Mitgliederbestand des

Vereines knapp 200 Mitglieder, eine erfreuliche Zahl. Und doch sind wir weiter auf neue Mitglieder angewiesen, um auch weiterhin die Arbeit des Seniorenbüros unterstützen zu können. Je mehr Mitglieder den Verein unterstützen, desto mehr können wir helfen.

Besuchen Sie die Veranstaltungen des Seniorenbüros und werden Sie Mitglied im Verein der Freunde und Förderer des Seniorenbüros, damit die Arbeit für die ältere Generation im bisherigen Umfang weitergeführt werden kann. (Eine Beitrittserklärung finden Sie auf der letzten Seite von „aktiv dabei“).

Der Mindest-Jahresbeitrag beträgt gerade einmal 13.00 Euro, also für alle erschwinglich und wohl auch möglich.

Der derzeitige Vorstand des Vereines der Freunde und Förderer des Seniorenbüros:

Vorsitzender:	Michael Stephan
Stellvertreter:	Roland Steiner
Schatzmeister:	Hans-Jürgen Bender
Schriftführerin:	Christel Lehr
Beisitzer:	Ursula Vorholz
	Dr. Dieter Rauschelbach
	Herbert Gundel
	Michael Stephan

Im engen Kreis verengert sich der Sinn,
es wächst der Mensch mit seinen
größeren Zwecken.

Schiller

Familienbegleitung der Frühen Hilfen Speyer

Die Frühen Hilfen in der Quartiersmensa in Speyer bestehen nun seit 2011 und erweitern stetig ihre Angebote. Seit Januar 2016 gibt es das Angebot der Familienbegleitung, welches für die Familien kostenlos ist.



Die Familienbegleitung ist als Art moderne Nachbarschaftshilfe zu verstehen. Ein Pool von Ehrenamtlichen bietet einmal die Woche Familien in Speyer die Möglichkeit, sie bei der Kinderbetreuung zu unterstützen. Für ca. 2 Stunden befasst sich die/der ehrenamtliche Mitarbeiterin/Mitarbeiter, mit dem Säugling oder

spielt mit einem der oft noch vorhandenen Geschwisterkinder. Der Mutter ist es so möglich, dringende Arbeiten im Haus zu erledigen, in Ruhe zu stillen, oder einfach mal ein wenig Schlaf nachzuholen ...

Immer häufiger leben die Großeltern weit weg oder sind selbst noch berufstätig, so dass die Familienbegleitung eine passende Alternative ist.

Für die Koordination der Familienbegleiter/innen bin ich, Petra Nagl (Koordinationskraft Frühe Hilfen), zuständig. Ich stelle den Erstkontakt zwischen Familienbegleiter/in und Familie her, organisiere Schulungen und Treffen der Ehrenamtlichen und bin für alle aufkommenden Fragen und Themen die Ansprechpartnerin.

Bei den regelmäßigen Treffen berichten die bereits tätigen Familienbegleiter/innen sehr positiv über ihre Einsätze. Für die Eltern sei das Angebot eine echte Bereicherung und Entlastung im Alltag mit den Kindern. Einige Familien übergeben ihr Kind schon fertig zu einem langen Spaziergang im Kinderwagen, andere freuen sich über Spielanregungen und Aufmerksamkeit für die Kinder im häuslichen Umfeld.

Für die Besuche gibt es eine kleine Aufwandsentschädigung.

Durch die enge Zusammenarbeit mit dem Haus der Familie Keks e.V. (Quartiersmensa Speyer-West) konnten wir auch freiwillige Kräfte vermitteln, die den Eltern und Kindern dort etwas Zeit zur Verfügung stellen möchten. Zurzeit leitet z.B. eine Familienbegleiterin die jungen Mütter während des „Familiencafés“ beim Stricken von Baby-mützen und -söckchen an. Dort gibt es

auch in Kooperation mit uns einen Alleinerziehenden-Treff, bei dem auch kreative Angebote o.ä. willkommen sind.

Können Sie etwas besonders gut und wollen es an die jüngere Generation weitergeben? Haben Sie Spaß am Umgang mit kleinen Kindern? Wollen Sie Familien unterstützen?

Wir freuen uns über Verstärkung im Team der Familienbegleiter/innen, da die Nachfrage schon jetzt groß ist.

Weitere Angebote der Frühen Hilfen umfassen:

Persönliche und telefonische Beratung in allen Fragen rund um die Schwangerschaft, Geburt und das erste Lebensjahr;
Eine Gesprächsgruppe für Mütter;
Unterstützung durch Familienhebammen und -kinderkrankenschwestern;
Alltagspraktische Hilfen;
Willkommensbesuche für alle Speyerer Familien mit Neugeborenen.

Auch hier kommen ehrenamtliche Kräfte,

wenn gewünscht, in die Familien. Sie sind für Fragen rund um das Zusammenleben mit dem Baby da und überreichen einen durch Speyerer Firmen gesponserten kuscheligen Schlafsack und eine Willkommensmappe mit vielen relevanten Infos für alle Speyerer Eltern.

Wir bieten dieses Angebot übrigens auch hier bei uns in der Quartiersmensa, in unseren Räumen, an.

Haben Sie Lust unser Team zu erweitern oder kennen Sie jemanden, der gerne mit Familien und kleinen Kindern einen Teil seiner Freizeit verbringt? Dann melden Sie sich doch unverbindlich bei uns! Wir freuen uns über Ihr Interesse.

Für weitere Fragen bin ich vormittags unter der Telefonnummer 06232/ 29 667-21 oder per Email über fruehhilfen@stadt-speyer.de zu erreichen.

Weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage der Frühen Hilfen der Stadt Speyer.

Petra Nagl



F@irNet

Internet-Treff des Seniorenbüros



Tutorenteam von links nach rechts:
Helmut Hammer, Dirk Humborg, Roland Steiner,
Herbert Gundel, Jürgen Rehm

Der Internet-Treff des Seniorenbüros hat Dank des Organisationstalentes von Roland Steiner neue Möbel. Das gesamte Team und die Besucherinnen und Besucher freuen sich darüber.

Angebote im F@irNet

Frauen am Computer **Montag von 16 bis 17.30 Uhr**

Hier stellen wir kostenlos unsere Technik zur Verfügung zum Lernen und im Internet surfen. Es ist Computerwissen erforderlich!

Ansprechpartnerin: Ilka Mönig

Computer Sprechstunde **Dienstag von 10 bis 11.30 Uhr**

Hier bieten wir Hilfe, wenn es wieder mal klemmt oder sie am eigenen Notebook/Tablet was Neues ausprobieren wollen. Geräte können mitgebracht werden!

Ansprechpartner: Dirk Humborg
Sie sind zu diesem Termin auch zum „**Freien Surfen**“ eingeladen!
Ansprechpartner. Helmut Hammer

Computerclub am Donnerstag **Donnerstag von 10 bis 11.30 Uhr**

Hier sind sie eingeladen mit anderen Computer-Interessierten zu diskutieren, Computerwissen auszutauschen bzw. praktisch zu trainieren.

Die Tutoren fungieren hier als Moderatoren.
Ansprechpartner: Herbert Gundel und Jürgen Rehm

Computerclub am Freitag

Freitag von 10 bis 11.30 Uhr

Gleiches Angebot wie am Donnerstag
Ansprechpartner: Jürgen Rehm und Herbert Gundel

Weitere Auskunft im Seniorenbüro:

Tel.: 06232/142661

Aktiv leben:

Nie zu alt für Internet und Co!

**PHYSIOTHERAPIE
IN SPEYER**

KRANKENGYMNASTIK MASSAGE

Wir machen gerne auch
HAUSBESUCHE

Schustergasse 6, am Königsplatz
Telefon: 06232 - 290303

MÜLLER·FREY

Aus der Geschichte der Medizin (17)

In den vorangegangenen Ausgaben I/2010 bis IV/2013 hatten wir eine medizinhistorische Artikelserie unter der Überschrift „Aus der Geschichte der Medizin“ veröffentlicht, die bei den Lesern viel Anklang gefunden hatte. Ab sofort wird die Reihe unter der gleichen Hauptüberschrift weitergeführt. Die letzte (16.) Abhandlung im Jahr 2013 beschäftigte sich mit der Cholera, einer ansteckenden Darminfektion. Es soll zunächst über eine weitere Infektionskrankheit, die Pocken, berichtet werden.

Die Pocken

Unter den ansteckenden und als Epidemie auftretenden Krankheiten nehmen die Pocken eine besondere Stellung ein – zählt diese hochgradig ansteckende Krankheit doch zu den gefürchteten, oft todbringenden Seuchen. Es ist sicher, dass die Pocken schon in der antiken Welt, im alten Ägypten wie im römischen Reich verbreitet waren; sie kamen wahrscheinlich mit den Kreuzrittern nach Mitteleuropa und später mit den spanischen Konquistadoren nach Amerika.

Die Krankheit, die man früher im Volk auch Blattern nannte, heißt im Englischen *smallpox*; der medizinische Fachausdruck ist *Variola*. Die Sterblichkeit (Mortalität) durch manifeste Pocken kann bis zu 30 % betragen. Wenn sich eine Pockenepidemie unter für den Menschen günstigen Bedingungen entwickelte, konnte die Sterblichkeit geringer sein – zum Beispiel wenn insgesamt im Epidemiegebiet günstigere hygienische Zustände herrschten oder der Ernährungszustand, bzw. die Immunitätslage der betroffenen Menschen besser waren. In der frühen Neuzeit waren die Pocken über die ganze Welt verbreitet. Im

18. Jahrhundert starben in Mittel- und Westeuropa durch diese Krankheit jährlich etwa 400 000 Menschen, jedes zehnte Kind unter 10 Jahren verlor sein Leben durch die Pocken.

Pockeninfektionen treten nicht nur beim Menschen auf. Besondere Verlaufsformen gibt es auch bei Rindern und anderen Säugetieren.

Es war schon immer bekannt, dass ein Mensch, der einmal an Pocken erkrankt war und die schwere Krankheit überlebt hatte, nie mehr daran erkrankte. Durch konsequente Maßnahmen wie Isolierung der Infizierten, bessere Lebensbedingungen und Ernährung, aber hauptsächlich durch eine aktive Impfung hat man in unserer Zeit erreicht, dass die Pocken heute so gut wie nicht mehr auftreten. Der letzte ansteckende Pockenfall soll im Jahr 1977 in Somalia aufgetreten sein. 1978 ereignete sich in Birmingham ein Laborunfall, der sogar ein Menschenleben kostete. Im Jahr 1979 wurden von der WHO die Pocken als ausgerottet erklärt. An zwei Orten der Erde – in Laboratorien in Atlanta/USA und in Novosibirsk/Russland – werden Sicherheitskulturen von Pockenviren angeblich noch aufbewahrt.



Pockenviren

Die Ursache der Pockenerkrankung sind Viren (sog. Paschen'sche Elementarkörperchen), die von Mensch zu Mensch durch Tröpfcheninfektion, durch Verschmieren des Pustelinhaltes, aber auch durch aufgewirbelten Staub, durch infizierte Kleidung oder gebrauchte Bettwäsche weitergegeben werden.

Menschen, die sich noch nicht mit dem Erreger auseinandergesetzt haben oder nicht geimpft worden sind, sind für das Pockenvirus hochgradig empfänglich. Zwölf Tage nach der Infektion treten die ersten Krankheitszeichen auf: Hohes Fieber, Schüttelfrost, erhebliches Krankheitsgefühl, Kopf- und Rückenschmerzen, Verwirrtheit, Schwindel, Erbrechen. Die Haut zeigt in den ersten Tagen lediglich eine Rötung oder Fleckung. Nach weiteren drei bis vier Tagen bilden sich – meistens zuerst am Kopf – die typischen Pusteln – zuerst bis zu erbsengroße Hautknoten, die sich schließlich mit Eiter füllen und dicht bei dicht stehen. Wenn der Inhalt der Pusteln Blutspuren enthielt, sprach man früher von den „schwarzen Blättern“, eine gefürchtete Verlaufsform, die besonders viele Menschenleben forderte.



Die Pocken waren Jahrhunderte hindurch eine gefürchtete Infektionskrankheit mit großer Ansteckungsgefahr und hoher Sterblichkeit. Die Kranken, die die Pocken überstanden, hatten mitunter Schäden an Atem- und Verdauungsorganen, an der Hornhaut und Bindehaut der Augen,

am Zentralnervensystem, vor allem aber an der Haut zu verzeichnen. Die ausgedehnte Pustelbildung führte immer zu multiplen Narben der Haut. Wenn Menschen der vergangenen Jahrhunderte eine Pockeninfektion lebend überstanden hatten, waren sie nicht nur immun, sondern auch durch zahlreiche auffällige Narben, besonders im Gesicht, gezeichnet. An der Mumie von Ramses V hat man an der Haut Spuren erkannt, die auf Pockennarben zurückgeführt werden können. So wissen wir, dass Goethe, Mozart, Beethoven und Haydn im Gesicht Pockennarben hatten, die gnädigerweise von den Malern der uns heute bekannten Porträts nicht abgebildet wurden.

Die Pockenimpfung

Dass man heute die Pocken als ausgerottet erklären kann, ist hauptsächlich dem Umstand zu verdanken, dass es eine wirksame Schutzimpfung gibt. Die Bemühungen, eine aktive Immunisierung zu entwickeln, reichen Jahrhunderte zurück. Wahrscheinlich wurden schon vor 2000 bis 3000 Jahren im alten China aktive Impfungen gegen die damals dort grassierenden Pocken vorgenommen. Man weiß, dass im späten Mittelalter in Arabien und auch in Kleinasien gegen Pocken geimpft wurde, indem die alten Ärzte Pustelinhalt von Pockenkranken entnahmen und in eine kleine Oberhautläsion von gesunden Menschen übertrugen. Diesem Tun lag das Wissen zugrunde, dass ein Mensch, der bereits einmal an Pocken erkrankt war, diese Krankheit später nicht mehr bekommen konnte. Man nahm entsprechend der damaligen Sicht an, dass in den Körpersäften von Pockenkranken eine besondere Substanz gebildet werde, die gegen die krankmachenden Stoffe der Pockenkrankheit wie ein Gegengift wirke.

Es ist bekannt, dass auch noch in der frühen Neuzeit bis in das 18. Jahrhundert hinein diese Methode in der Türkei ausgeübt wurde. Da lebende Pockenviren dabei übertragen wurden, war die Methode nicht un-

gefährlich – es konnte hierbei durchaus bei dem Geimpften zu einer hochvirulenten Pockenkrankheit kommen, die tödlich enden konnte.

Die Engländerin Mary Wortley Montagu, die einige Jahre in Istanbul (dem damaligen Konstantinopel) lebte, hat aus eigener Anschauung berichtet.



Mary Wortley Montagu
(nach Charles Jervas 1716)

Lady Mary Wortley Montagu (1689-1762) war eine bemerkenswerte, im 18. Jahrhundert sehr bekannte und auch als Schriftstellerin tätige Frau. Ihr Vater war William Feilding, First Earl of Denbigh. Sie heiratete gegen den Willen ihres Vaters im Jahr 1712 Edward Wortley Montagu. Dieser wurde Mitglied des britischen Parlamentes und Schatzkanzler

und schließlich 1716 Botschafter am Hof des Sultans in Konstantinopel. Mary Wortley Montagu begleitete zusammen mit ihrem dreijährigen Sohn ihren Ehemann in die Türkei. Später wurde sie noch Mutter einer kleinen Tochter.

Lady Mary hatte, ehe sie mit Ehemann und Sohn in die Türkei reiste, selbst eine Erkrankung an Pocken überstanden. Ihr Bruder war an der Krankheit verstorben. In Konstantinopel, wo überall die Gefahr bestand sich anzustecken, lebte sie voller Angst, dass ihr Sohn an Pocken erkranken könnte. Sie suchte Rat bei Dr. Emanuel Timoni, dem Arzt und Dolmetscher der britischen Botschaft. Dr. Timoni hatte Medizin an der renommierten Universität von Padua studiert, lebte schon einige Zeit in Konstantinopel und kannte die Türkei und die dortigen medizinischen Besonderheiten sehr gut. Er empfahl Lady Montagu ohne Vorbehalte, bei ihrem Sohn in landesüblicher Weise eine Impfung durchführen zu lassen.

In der Türkei, im gesamten Nahen Osten und in Arabien wurden Jugendliche und Kinder sehr häufig gegen Pocken mit einer altbewährten Methode immun gemacht. Man rieb gesunde Kinder mit dem Eiter aus Pockenpusteln ein oder applizierte diesen in kleine Schnitte an den Armen. Meistens stach man den Kindern eine Nadel, mit der man vorher bei einem Pockenkranken eine Pustel aufgestochen hatte, in die Haut. Kinder, welche dies erfolgreich überstanden, waren gegen die verunstaltenden Menschenpocken immun.

Grundsätzlich ging es um die Absicht, durch die Immunisierung Leiden und Tod zu vermeiden. Bei Mädchen durfte diese Prozedur auch aus einem anderen Grund nicht versäumt werden. Sie sollten nicht durch Pockennarben verunstaltet sein. In der arabischen Welt war der Sklavenhandel im 18. Jahrhundert durchaus noch auf seinem Hö-

hepunkt – auch der Handel mit jungen Frauen, die ein ebenmäßiges Antlitz hatten und reichen Auftraggebern als Konkubinen zugeführt werden sollten. Pockennarbige Frauen waren weniger begehrt – und auch weniger wert. Man konnte zudem sicher sein, dass nach der Impfung die jungen Schönen auch in Zukunft von Narben verschont blieben, da sie ja nun Zeit ihres Lebens keine Pocken mehr bekommen konnten.

Zur Prozedur des Immunmachens verwendete man möglichst den Eiter von Pockenkranken, bei welchen die Seuche in einer leichteren Form verlief – in der Hoffnung, dass die Maßnahme nicht aus dem Ruder lief und die so Behandelten, die durch diese Maßnahme natürlich mit Pocken infiziert wurden, nicht zu stark heimgesucht würden. Mitunter kam es sogar vor, dass ein Impfling so stark an hochgradig virulenten Pocken erkrankte, dass er starb. Das Risiko des tödlichen Ausganges einer Variolation stand immer im Raum. Wer aber die Prozedur überstanden hatte, konnte sicher sein, in Zukunft von den Pocken verschont zu werden.

Lady Montagu ließ in Istanbul ihren Sohn auf die geschilderte Art erfolgreich immunisieren. Mutter und Sohn blieben von den Pocken verschont, obwohl damals sowohl im Orient als auch in Europa die Pocken allgegenwärtig waren und immer eine Infektionsgefahr bestand. Nach London zurückgekehrt ließ die Lady auch ihre kleine Tochter in der gleichen Weise wie ihren Sohn immunisieren und warb bei allen Bekannten und Verwandten dafür, ein Gleiches mit ihren Kindern vornehmen zu lassen.

Mary Wortley Montagu war in der englischen Gesellschaft zu einer angesehenen Dame geworden, deren Bekanntschaft man suchte. Sie wechselte Briefe mit den

Intellektuellen der Zeit, veröffentlichte Gedichte und gern gelesene Abhandlungen, u.a. über ihre Zeit in Konstantinopel und das Leben der Frauen im Orient.

Nach anfänglicher Skepsis griffen auch englische Ärzte diese Methode der Variolation auf. Ein berühmter Wissenschaftler – der niederländische Botaniker, Arzt und Physiker Jan Ingenhousz (1730-99), der Entdecker des Luftsauerstoffes, der Photosynthese der Pflanzen und der Brownschen Molekularbewegung, empfahl Immunisierungen gegen die Pocken nach der von Lady Worthley Montagu berichteten türkischen Methode und führte auch selbst Impfungen mit von pockenkranken Menschen entnommenem Material durch. Ingenhousz impfte später die Angehörigen von King Georg I von England und auch von Kaiserin Maria Theresia gegen die Pocken.

Bauern, Mägde, die Kuhpocken

Die Pockenimpfung unter Anwendung des Pustelinhaltes pockenkranker Menschen – die sogenannte Variolation, wie sie in der Türkei und auch von Ingenhousz durchgeführt wurde – konnte schwere Nebenwirkungen hervorrufen, da lebende, menschenpathogene Pockenviren dabei inokuliert werden. Zu oft kam es hierbei zu einer manifesten und ernst verlaufenden Pockenkrankheit auch mit tödlichem Ausgang. Die Methode geriet mit Recht in Verruf.

Hilfreiche Beobachtungen kamen aus der Volksmedizin. Viehhirten und Bauern hatten schon immer festgestellt, dass beim Stallpersonal, besonders bei Milchmägden pockenartige Veränderungen an den Händen auftraten, wie sie auch die Kühe an den Eutern hatten. Weder Mensch noch Tier wurden durch diese Veränderungen nennenswert beeinträchtigt oder gefährdet. Die Menschen, bei welchen die Kuh- oder Schutzpocken aufgetreten waren, bekamen

während ihres ganzen Lebens nicht die verheerenden Menschenpocken.

Auch der Landwirt Benjamin Jesty (1736-1816) aus Yetminster, County Dorset im südlichen England, hatte beobachtet, dass zwei seiner Melkerinnen, die kurz zuvor Kuhpocken hatten, von der Ansteckung verschont blieben, während in der Gegend 1774 die Menschenpocken wüteten. Jesty entnahm mit einer Stricknadel von einer infizierten Kuh den Inhalt der typischen Pusteln und applizierte das Sekret bei seiner Frau in Hautritzungen am Unterarm, bei seinen beiden Söhnen am Oberarm. Er selbst behandelte sich nicht, da er bereits früher Kuhpocken durchgemacht hatte. Jesty und seine Familie blieben bis an ihr Lebensende von den Menschenpocken verschont. Sie starben erst in fortgeschrittenem Alter.

Peter Plett (1766-1823) war als Hauslehrer auf der Meierei Hasselburg des Gutes Wittenberg in Holstein tätig. Er erkannte ebenfalls, dass eine Infektion mit Kuhpocken vor den weit gefährlicheren Menschenpocken schützte und nahm bereits 1791 typische Vakzinationen mit Kuhpockenlymphe vor, wovon sogar die Universität Kiel Kenntnis nahm.

Edward Jenner

Jenner gilt heute als Erfinder der Vakzination, einer wirksamen Impfung gegen die Pockenerkrankung des Menschen. Der Begriff *Vakzination* - von lateinisch *Vacca* (die Kuh) - bezeichnet die auch von Jesty und Plett ausgeübten Verfahren, bei welchen Viren der Kuhpockenkrankheit in kleine oberflächliche Läsionen der menschlichen Haut eingebracht (inokuliert) werden und hierdurch eine Immunität gegen Menschenpockenviren, die den Kuhpockenviren ähnlich sind, erzielt wird.



Edward Jenner (1749-1823) hatte im St. George Hospital in London Medizin studiert und praktizierte später in Berkeley/Cloustershire in England als Landarzt. Mit den damals immer wieder auftretenden, oft verhängnisvoll verlaufenden Pockenfällen der Bevölkerung war er ständig befasst. Auch er sah immer wieder, dass die ländliche Bevölkerung, wenn sie sich beim Melken und anderem Kontakt zu Rindern mit Kuhpocken angesteckt hatten, von der Infektion durch die gefürchteten Pocken der Menschen verschont blieben. Er kannte wohl auch schon die erfolgreichen Impfkationen seiner Vordenker aus dem Volk, zumindest die Vakzination, wie sie Jesty bei seiner eigenen Familie durchgeführt hatte.

Jenner schloss aus seinen eigenen Beobachtungen, dass der menschliche Körper, wenn er an Kuhpocken erkrankte, einen Abwehrmechanismus gegen die Men-

schenpocken bildete. Nach seinen jahrelangen und sorgfältigen Beobachtungen entnahm er schließlich am 14. Mai 1796 den Kuhpockenpusteln an der Hand einer Melkerin den eitrigen Inhalt und rieb diese Flüssigkeit in oberflächliche Hautritzungen am Arm von James Phipps ein, dem achtjährigen Sohn seines Gärtners. Er führte also eine typische Vakzination mit Kuhpockeneiter durch. Es entwickelte sich bei dem Jungen an der Stelle am Arm eine Pustel wie bei den Kuhpocken, ohne dass sein Allgemeinbefinden wesentlich gestört war. Nun ging Jenner noch einen Schritt weiter, als die Spuren der Vakzination nach Wochen verheilt waren: Er brachte den jungen James am 1. Juli 1796 in Kontakt mit echten Pockenerregern, indem er eitrigen Pustelinhalt eines an Menschenpocken Erkrankten in eine frische winzige Schnittwunde bei James applizierte. Und nun erwartete jedermann in Berkeley, dass James Phipps eine schwere Pockeninfektion bekäme. Auch Edward Jenner hat wohl in den nächsten Tagen mit Spannung und üblen Befürchtungen den Jungen beobachtet. Werden sich unter Fieberanstieg die schrecklichen Pusteln der echten Pocken zeigen? Doch James blieb gesund und munter. Der sicherlich riskante Versuch hatte zu einem glücklichen Ausgang geführt. James Phipps war gegen die bösartigen Menschenpocken immun. Es gab jetzt eine wirksame und verhältnismäßig harmlose Impfmethode gegen die bösartigen Pocken.

Quellen:

Bolle, F., Mensch und Mikrobe, Safari-Verlag, Berlin

Briefe aus dem Orient, Hg.v.Irmela Körner, Promedia, Wien, 2006

Dennig, H., Lehrbuch der Inneren Medizin, Bd.I, Thieme-Verlag, Stuttgart, 1952

Rupprich, B., Der Arzt als Hausfreund, Verlag C.Flemming, Glogau, 1865

Strümpell, A., Spezielle Pathologie und Therapie, Verlag F.C.W.Vogel, Leipzig 1912

The Complete Letters of Lady Mary Wortley Montagu, Hg.v.Rob.Halsband, Oxford, 1965

Wikipedia (Benjamin Jesty. Peter Plett. Jan Ingenhousz)

Dr. med. Walter Alt

Eintritt frei

Fortsetzung der Veranstaltungsreihe

Lebendige Erinnerung

Eine Kamera für den Frieden

Erika Sulzer-Kleinemeier
berichtet aus ihrem Leben

Donnerstag, 14. Juli 2016, 17 Uhr
im Historischen Ratssaal, Speyer

SPEYER

Erika Sulzer-Kleinemeier ist eine engagierte Bildjournalistin. Sie hat über Jahrzehnte mit ihren Fotografien die gesellschaftspolitischen Entwicklungen der Bundesrepublik festgehalten. Eine Zeitzeugin, deren Bilder die Arbeits- und Lebenssituation unserer Gesellschaft in den letzten 60 Jahren dokumentieren.

Viel Freude am Fabulieren

Buchautorin Julia Jawhari führt Senioren ins Kreative Schreiben ein



Die Freude am Fabulieren brachten alle 15 Senioren mit ins Seniorenbüro zu den drei Kursvormittagen. Für Julia Jawhari, Buchautorin und freie Texterin, war es erstaunlich, wie schnell die Teilnehmer in den rund fünf Stunden das Einmaleins des Kreativen Schreibens erlernten. Die sympathische Speyererin sollte Recht behalten, als sie mit Seniorenbüro-Leiterin Ria Krampitz den ersten Schreibkurs für die Altersgruppe 60 Plus vereinbarte und ihn so begründete: „Seniorinnen und Senioren haben so viel Lebenserfahrung, aus der sie schöpfen können. Sie tragen Schätze eines ganzen Lebens in sich.“

Und wie die Senioren schöpften, war in der Tat beeindruckend. Mit Feuereifer bei der Sache war auch Elfriede Förster, mit ihren 86 Jahren älteste Schreiberin. Sie war zusammen mit ihrem Sohn Robert gekommen, der schon immer gern geschrieben hat und bei einer Hausaufgabe dann auch der einzige war, der im Handumdrehen gleich zwei Geschichtchen ausformulierte. Julia Jawhari hatte die

Teilnehmer am zweiten Kurstag gebeten den ersten Satz einer fiktiven Geschichte, eines Gedichts oder eines Romans zu Papier zu bringen. Zuhause sollten die Senioren dann versuchen, daraus ein erstes Kapitel zu einem Roman aufzuschreiben. Und Förster hatte gleich zwei Ideen, die er ausarbeitete und die Anfänge alternativ gegenüberstellte. Jüngster Schreibkünstler war der langjährige Purrmann-Lehrer Felix Schopp, erst seit kurzem in Pension.

Doch es ging der Psychologin (Master of Science) nicht darum, alle zum Romanschreiben zu bewegen, sondern lediglich darum, die Freude am Schreiben zu wecken und in geordnete Bahnen zu lenken. Dazu gehörte unter anderem, dass jeder Teilnehmer täglich zu unbestimmten Zeiten fünf Minuten seine momentanen Gedanken niederschreiben sollte, „sozusagen als Dehnübung für das Schreiben“. Groß- und Kleinschreibung, Kommasetzung und Rechtschreibung konnten dabei außer Acht gelassen werden, das gezielt ausgewählte Schreibgerät – ob Füller, Bleistift oder Kugelschreiber ist völlig egal – „einfach übers Papier gleiten“ dürfen. Viel Spaß hatten die Schreibschüler auch beim Betrachten einer von ihnen auserwählten Kunstpostkarte. Die darauf dargestellte Situation oder Person sollte zum Verfassen eines ersten Satzes als wunderbarer Einstieg in eine Geschichte genutzt werden. „Erste Sätze sind wie Türen und Fenster, die sie öffnen“, nannte die erfahrene Autorin als Beispiel drei erste Sätze aus Romanen: „Sie sah das Wasser auf sich zukommen“, „Carlotta hatte die Nase voll“ und „Zum ersten Mal sah sie Lambert am Tag des großen Sturms“.

Jawhari vermittelte allen Senioren das Gefühl, dass vorüberziehende Gedanken es wert sind festgehalten und über das kreative Schreiben hervorgebracht zu werden. Ob am Ende nur zur eigenen Freude oder zur Bereicherung anderer Menschen, sei zweitrangig.

Wer den Kurs im Seniorenbüro versäumt hat oder auch das Erlernte vertiefen möchte, ist ab September im Haus am Germansberg an der richtigen Adresse. Ein Kurs Kreatives Schreiben für Seniorinnen und Senioren findet dort jeden Mittwoch, von 10 bis 11.30 Uhr, statt. Eine Fünferkarte (5 Termine) kostet 50 Euro. Anmeldung unter: Tel. 06232-6843757 oder jawhari@jujbooks.de.

Werner Schilling

Der Drittklässler Sören fragt: „Herr Lehrer, kann man für etwas bestraft werden, das man gar nicht gemacht hat?“ Der Lehrer antwortet: „Nein, das wäre ja ganz ungerecht!“ Da meint Sören erleichtert: „Ja, wenn das so ist, kann ich’s ja sagen, denn ich hab die Hausaufgaben nicht gemacht.“

Ach ja ...

Raus aus dieser Haut!
Dünn ist sie, viel zu eng, ohne Schutzfaktor
Sie einfach ablegen, eintauschen:

gegen das dicke Fell einer Bärin?
Krallen nicht nur zeigen
Furchtlos durch den Wald stapfen und laut
brüllen

Ach ja ...

gegen den schützenden Panzer einer
Schildkröte?
Kopf gelassen hin und her wiegen
Alles Schwere würdevoll und geduldig aus-
balancieren

Ach ja ...

gegen das schneeweiße Gefieder eines
stolzen Schwanes?
Herrscher im abgesteckten Reich
Unbeirrt - unangreifbar – sich selbst genug

Ach ja ...

gegen die schillernden Schuppen eines Fi-
sches?
Grenzenlos frei ein türkises Reich durch-
messen
und keinen Dreizack fürchten

Ach ja ...

Aber – gibt es denn eine Wahl?
Alle Bruchstücke aufsammeln, sie wie in
einem Mosaik ein Ganzes formen lassen ...

Gibt es eine bessere Wahl?

Ach ja!

(Ulla Fleischmann)

Auf der Suche

Dankbar schaue ich auf den heutigen Tag zurück. Er stand unter einem überaus freundlichen Stern.

Seit Tagen lief ich traurig mit suchendem Blick durch meine Wohnung. Inzwischen genervt und unzufrieden mit mir und meinem unkonzentrierten Umgang mit meiner häuslichen Umgebung; selbst mit Dingen, die mir lieb und wert sind.

Vor kurzem schenkte mir meine Tochter eine Armbanduhr mit bestlesbarem Ziffernblatt. Und nicht nur das! Die Uhr gefiel mir so gut, dass jeder Blick auf die davonlaufende Zeit eine Freude war. Nun ist die Uhr seit Tagen wie vom Erdboden verschluckt.

Mit dem Gedanken „das kann und darf nicht wahr sein“ kurbelte mich mein Verstand zum soundsovielten Male zur neuen Suchaktion an.

Da kamen mir die absurdesten Möglichkeiten in den Sinn. Der Höhepunkt war: die Uhr landete wahrscheinlich aus Versehen im Abfalleimer! Dieser Einfall krallte sich als letzte Hoffnung in mir fest. Aber: die gefüllte Tüte aus dem Abfalleimer, warf ich gestern in den Müllcontainer vor dem Haus. D. h: zuerst musste ich den Hausmeister bitten, den Container zugänglich zu öffnen um meine Tüte herauszuangeln. – Oh, je: der Müllcontainer war von den Mitbewohnern schon gut gefüllt. Also musste der noch leere Nachbarcontainer her, und das Umfüllen begann. Irgendwann muss ja die mir bekannte Abfalltüte erscheinen.


Die Arbeit war hart, zu hart für mich. Ich holte aus meiner Garage meinen fast neuen Gartenrechen zu Hilfe. Der Container war zu tief, um mit bloßen Händen zum unteren Teil zu gelangen. – Plötzlich wurde mir speiübel! Erfolglos musste ich aufgeben und auf die Couch flüchten.

Nach baldiger Besserung eilte ich zu meinem Rechen, um ihn in der Garage zu versorgen. Aber hallo! Mein Rechen war durch fremde Hände schon weggebracht. Schöne neue Welt!

Verärgert machte ich mich an die Küchenarbeit. Geschirr wegräumen war angesagt. Zuerst griff ich nach meiner guten Thermokanne. Sie gehört zum Geschirr im Wohnzimmer. Dort öffnete ich die Schranktür. Eiderdaus!!! Am Platz der Thermokanne lag meine gesuchte Armbanduhr!

Elfriede Förster

Beisel HÜTE Speyer



Roeckl
HAUTSCHUTZ & HAARPFLEGE

...gut behütet!
 Cartoon by
 J. Steinhäuser

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

Mein erster Schultag

Muttel wohnte mit Opa auf Sichtweite zu meiner Volksschule, in der Steinmetzergasse. So nannten sich in den 1950er Jahren die Schulen, in die der Erstklässler gehen musste.

Für mich war nun der Tag gekommen, von dem so geliebten Kindergarten in der Engelsingasse in die große Welt der Schule zu wechseln. Am Morgen des ersten Schultages zog also meine Mutter mit mir zur Pestalozzi Schule, genau gegenüber der Einmündung der Steinmetzergasse. Heute steht dort die Sparkasse mit Ihrer Hauptverwaltung. Ich, stolz, neugierig und natürlich ein wenig aufgeregt, war mit den Utensilien des Erstklässlers bestückt, Schultüte und Schulranzen, gespannt was dieser neue Lebensabschnitt so bringen wird.

Meine Mama begleitete mich zur Klasse, wo weitere 40 Erstklässler und ihre Eltern mit unterschiedlicher Erwartung auf das Läuten der Schulglocke warteten. Das Signal zu einer neuen Zukunft. Endlich ging es los mit dem ernsthaften Leben, kein Kindergarten mehr. Ich erwischte einen Platz so im vorderen Mittelfeld der Bankreihen. Die Bänke sahen alt aus, verziert mit allerlei Schnitzereien, Herzen, Namen und Gesichtern. Das Loch für die Tintenfässer nährte in mir den Verdacht, dass wir mit Feder und Tinte zu schreiben hätten. Wo ich doch ganz stolz auf meinen neuen Kugelschreiber war, eine ziemlich neue Erfindung und wirklich noch sehr selten.

Schnell verabredeten sich Mama und ich zum Treffen nach dem Unterricht bei Muttel und dann wurden wir auch schon

von unserem Lehrer Herrn Hammer begrüßt. Danach verließen die Eltern dem Klassenraum, und wir warteten gespannt auf die Ereignisse des ersten Schultages. Es gab zunächst viel Organisatorisches: Schulregeln, Stundenplan, die Liste mit den Büchern und Heften und vieles mehr. Dabei wurde mir auch die Angst genommen, meinen Kugelschreiber nicht nutzen zu dürfen. Nein im Gegenteil, Herr Hammer erklärte sehr überzeugt, warum er darauf besteht, dass alle Kinder von Anfang an mit der neuen Erfindung vertraut das Schreiben erlernen sollen.

Kinder? Da war es! Wieso Kinder, wir sind jetzt in der Schule und es wurde vom Ernst des Lebens gesprochen. Da ist man doch kein Kind mehr, oder? Ich war einigermaßen verunsichert und überlegte wie das „Kinder“ wohl gemeint war. Da wurde ich jäh aus meinen Gedanken gerissen. „Förster, hast Du alles verstanden?“ schallte es mir vom Pult aus entgegen. Ich war entsetzt. Hatte er „Du“ gesagt? Nein das konnte nicht sein. Und dann kam es noch mal „Du sollst hier nicht träumen, Du bist nicht mehr im Kindergarten.“ Ich war außer mir und fragte mit leiser Stimme: „Warum sagen Sie Du zu mir? Ich möchte mit „Sie“ angesprochen werden, jetzt wo ich erwachsen bin und auf die Schule gehe.“

Gekicher machte sich um mich herum breit und Herr Hammer kam hinter seinem Pult hervor und mir beängstigend nahe. Er wollte sich vergewissern was ich da gerade gesagt hatte und schwankte zwischen ungläubigem Zögern und erzieherischer Strenge. Ich aber war ganz von meiner Frage überzeugt und erwartete eine Antwort. Die kreischenden Kameraden waren mir

wurscht. Sie hatten wohl noch nicht begriffen, dass man jetzt wer war, kein Kindergartenkind mehr.

Mit dieser meiner Einstellung war Herr Hammer aber keinesfalls einverstanden. Er machte mir klar, dass er uns alle mit Du ansprechen wird und er zeigte sein Erstaunen über meine Einstellung. Gesiezt werden Erwachsene, wir aber sind Erstklässler und somit noch Kinder, keine für den Kindergarten, aber immer noch Kinder. Fertig, aus und ab zur ersten Schulpause.

Bei mir saß der Schock tief. Was soll das alles? Neuer Lebensabschnitt, Ernst des Lebens und was hat man nicht alles vorher gehört und nun das. Immer noch ein Kind, das von jedem mit Du angesprochen wird. Ich konnte es nicht fassen, da wollte ich nicht bleiben. Ich packte also meine Sachen und marschierte schnurstracks zu Mutter, wo Mama und sie mich natürlich noch nicht erwartet hatten.

Kaum dass Mama sagen konnte: "Du bist schon Da?" platze es auch schon aus mir heraus. „Da gehe ich nicht mehr hin“ sagte ich im Brustton der Überzeugung. Um das zu untermauern baute ich mich breitbeinig, die Arme in die Hüften gestemmt vor Oma und Mama auf. Mein Gesichtsausdruck war wohl dazu passend ausgefallen und ich wirkte überzeugend. Nun waren Mutter und Mama an der Reihe, besorgt zu sein. „Was war denn los und wieso bist du überhaupt schon da? Ist die Schule schon zu Ende?“ „Er hat Du zu mir gesagt“ erwiderte ich. „Jetzt, wo ich erwachsen bin, sagt der Lehrer einfach Du zu mir.“

Die Beiden konnten ein ungläubiges Grinsen nicht unterdrücken, was meine Verärgerung nur steigerte. „Da gehe ich

nicht mehr hin!“ sagte ich und von meiner Seite aus war das Thema erledigt. Meine Mutter aber wollte alles genau wissen und so musste ich ihr die Situation aus der Schule mehrmals genau schildern. Ungläubig nahmen sie zur Kenntnis, dass es ein ernstes Problem zu lösen galt. Danach beilegte sie sich sehr, um in die Schule zu kommen und meinen Lehrer Herrn Hammer zu sprechen.

Wie ich schon vermutet hatte, ging es dabei aber nicht darum, dass er mich in Zukunft mit Sie ansprechen sollte. Nein, sie entschuldigte meinen Fehler und versicherte Herrn Hammer, dass sie mir alles erklären wird und ich morgen als normaler Schüler wieder in den Unterricht kommen würde. Sie hatte noch ein gutes Stück Arbeit mit mir vor sich liegen.

„Guten Morgen, aha Förster. Du bist auch wieder da. So etwas machst Du aber nicht noch einmal mit mir“ sagte Herr Hammer am nächsten Morgen vor der Klasse. Ich lehnte mich nicht gegen das Du auf, gefallen hat es mir aber nicht. Das ist bis heute so geblieben. Mit dem Du gehe ich sehr vorsichtig um und das Sie ist eine wirkliche Höflichkeitsform für mich.

Robert Förster



Der Blaue Reiter im Tessin

Eindrücke einer bemerkenswerten Ausstellung



August Macke: Drei Mädchen mit weißen Haarschleifen, 1914

NOLDE, KLEE & der BLAUE REITER

24.03 - 25.06.2016

Giovedì, Venerdì, Sabato
10:00 - 13:00 e 14:30 - 18:30
Ingresso libero

Thursday, Friday, Saturday
10 am - 1 pm and 2.30 pm - 6.30 pm
Free admission



Fondazione Gabriele e Anna Braglia

Supporto di HELSINN

Drei Monate - vom 24. März bis 25. Juni 2016 - konnten interessierte Liebhaber der Malerei über 50 Werke der Künstler aus der Gruppe "Der Blaue Reiter" und ihrer Freunde aus der gleichen Schaffensperiode (Aquarelle, Ölgemälde, Radierungen, Gouache, Bleistiftzeichnungen) in den Ausstellungsräumen der Stiftung "Fondazione Gabriele e Anna Braglia" in Lugano bewundern.

Die Stifter, Gabriele und Anna Braglia, waren schon seit ihrer Jugendzeit begeisterte Liebhaber der schönen Künste und lernten in Mailand und anderen Zentren viele Kunstpersönlichkeiten kennen, die den beiden den Zugang zu der "inneren Kunstszene" öffneten und mit vielen Künstlern aber auch Auktionären bekannt gemacht haben. So entstand eine über 50-jährige Sammelleidenschaft die Welt der Kunst und das Sammeln von Kunstwerken, insbesondere die der Malerei.

Entscheidend für die Sammlung Braglia, sich den Maler der führenden deutschen Expressionisten zu öffnen, war ein Besuch der Art Basel Mitte der 80-er Jahre des letzten Jahrhunderts. Heute umfasst die Sammlung mehr als fünfzig Arbeiten der Maler aus dem Kreis "Der Blaue Reiter" wie August Macke, Franz Marc, Gabriele Münter, Wassili Kandinsky, Marianne von Werefkin und Alexej von Jawlensky, aber auch von Paul Klee, Ernst Ludwig Kirchner, Emil Nolde oder Lyonel Feiniger.

Alle Werke aus dem Malerkreis wurden in der Ausstellung in Lugano der interessierten Öffentlichkeit vorgestellt. Das Gemälde von August Macke "Drei Mädchen mit weißen Haarschleifen" aus dem Jahre 1914, ist am Faltblatt der Ausstellung abgebildet.

Ein Gedanke von Franz Marc: "Natur ist überall, in uns und außer uns; es gibt nur etwas, das nicht ganz Natur ist, sondern vielmehr ihre Deutung - die Kunst !" hat jedem Besucher die Bedeutung der Künstler und ihrer Werke näher gebracht.

Quellen :
- Nolde, Klee & Der Blaue Reiter - Die Sammlung Braglia, 2016
- Faltblatt zur Ausstellung in Lugano, 24.03. - 25.06. 2016

Dr. Helmuth Wantur

„Offenes Singen“

Erstmals, aber nicht letztmals

Der Seniorenbeirat und die Prot. Auferstehungskirchengemeinde in Speyer hatten zum Musizieren eingeladen. Die "Instrumente", die eigene Stimme, hatten die 30 Sängerinnen und Sänger, mitgebracht.



Aus dem Liederbuch "Kein schöner Land in dieser Zeit" wurde unter Leitung und der musikalischen Begleitung von Kirchenmusikdirektor Robert Sattelberger gesungen.



Altbekannte und vertraute Lieder erfreuten die Sängerinnen und Sänger.

Abgeschlossen wurde mit einem "Wunschkonzert".

Die Teilnehmenden konnten sich Lieder wünschen.



Herr Sattelberger, dem vom stellvertretenden Vorsitzenden des Presbyteriums, Herrn Kern für seinen Einsatz herzlich gedankt wurde, sicherte zu, dass solch eine Veranstaltung gerne wiederholt werden kann. Den Abschluss bildeten Gespräche bei Kaffee und selbst gebackenem Kuchen. Ein schöner Nachmittag!

Ute Wurst

Konzert am Nachmittag

28. Juli 2016, 15 Uhr
7. September 2016, 15 Uhr
22. September 2016, 15 Uhr
19. Oktober 2016, 15 Uhr
22. November 2016, 15 Uhr

Die Konzerte finden alle im Historischen Ratssaal statt.

Meine erste Freundin

Zu den unvergänglichen Erinnerungen gehören die Freundinnen meines Lebens. Aber wie definiere ich eigentlich Freundschaft. Ist es ein warmes Gefühl?

Ist sie leise, so wie es Ringelnatz ausdrückt: Alles, was lange währt, ist leise? Was zählt mehr, die Dauer, die Intensität, die Belastbarkeit? Wann eine Bekannte zur Freundin wurde, ließ sich bei mir nie an einem besonderen Ereignis oder einem bestimmten Zeitpunkt festmachen, höchstens an einer Zeitspanne – „damals während der Schulzeit“ oder „in den Jahren, als ich Hausfrau und Mutter kleiner Kinder war“ oder auch „zu der Zeit, als wir uns am Schreibtisch gegenüber saßen.“ Mit Liebe oder Verliebtheit war das etwas anderes, wesentlich spektakulärer, zumindest zu Beginn einer Beziehung. War ich in einen Mann verliebt, hatte ich alle Antennen auf ihn ausgerichtet. Wurde mir ein weibliches Wesen zur vertrauten Freundin war das ein eher absichtloser Prozess. Während im Vordergrund ein unbeschwertes, ein vertrauensvolles, tröstliches und verlässliches oder interessantes Miteinander abließ, festigte sich gleichsam im Hintergrund die Freundschaft, entwickelte eine Eigendynamik, verzweigte sich in unserer Beziehung. Und irgendwann war ich mir sicher: dieses Mädchen, diese Frau, diese Andere ist meine Freundin, die ist mir wichtig. Und ihre Freundschaft gehört zu meinem Leben wie eine Seconda zur Ballett-Compagnie - die Seconda, die ja nicht nur an die erste Stelle rückt, wenn die Primaballerina anderswo ein Gastspiel gibt, sondern die im Ensemble einen Stammplatz hat und eine wichtige Funktion. Eine berechenbare Größe, mit Betonung auf Größe.

Meine Freundinnen, alle waren sie auf die eine oder andere Weise prägend für mich. Denke ich zurück, sind einige Bilder verblasst. Andere wiederum sind gestochen scharf, sie betreten meine Erinnerungsbühne und sind lebendig.

Ilse hieß meine allererste Freundin. Hand in Hand gingen wir zum Kindergarten, begleitet von ihrem großen Bruder, der „ein bisschen anders aber lieb“ war. Geistig behindert gehörte noch nicht zu unserem Sprachschatz. Es tut mir heute noch Leid, dass wir ihm so oft wegliefen und ihn damit in Unruhe versetzten. Mit unseren Puppenwagen aus Korbgeflecht fuhren Ilse und ich nachmittags stolz Emily und Marianne, unsere Lieblingspuppen, spazieren.

Die resolute Großmutter meiner Freundin war bei uns Hausmeisterin, einen Vater gab es nicht, die Mutter trug eine Uniform, sie war Straßenbahnschaffnerin und ich bewunderte sie sehr, wenn sie uns mit Inbrunst die angesagten Schlager vorsang, z.B. „Hörst du mein heimliches Rufen, öffne dein Herzkammerlein“. Eine interessante Familie.

Gab es Streit zwischen Ilse und mir, sagte eine von uns „ich bin Dir böse“.

Dieser Kriegserklärung folgte meistens zwei Stunden später ein „ich bin Dir wieder gut“. Dann war die Welt für Ilse und mich wieder in Ordnung; an dieses Gefühl erinnere ich mich noch ganz genau, an viel mehr nicht.

Es gibt ein Foto von unserem ersten Schultag. Beide umarmen wir meine Schultüte; Ilse hatte keine eigene. Natürlich teilten wir uns auch eine Schulbank; meistens aber wurden wir wegen Schwätzens auseinander gesetzt. Wir machten zusammen Schulaufgaben und manchmal durfte Ilse bei mir

übernachten. Nach dem Ende der Grundschulzeit verloren wir uns aus den Augen, räumlich und auch sonst.

Ich habe Ilse Jahrzehnte später wiedergesehen, an einem Paktisch in der Haushaltsabteilung bei Karstadt. Das heißt, ich habe sie beobachtet, aus sicherer Entfernung, und habe gedacht: das könnte sie sein – oder vielleicht doch nicht?

Ich habe sie nicht angesprochen und an Tom Sawyer und Huckleberry Finn denken müssen. Zum Weinen traurig finde ich den Schluss des Kinderbuch-Klassikers, in dem beschrieben wird, wie diese Pech-und-Schwefel-Freunde, inzwischen erwachsen, jeder an der Reling eines anderen Mississippi-Dampfers stehend, aneinander vorbeifahren, sich anschauen und sich nicht wieder erkennen oder nicht wieder erkennen wollen.

Auch diese Kinderfreundschaft zwischen Ilse und mir war definitiv vorbei. Ich wusste genau, ich sollte sie nicht mit einigen verlegenen Worten aufzuwärmen versuchen. Sie war wichtig zu ihrer Zeit und jetzt war eine andere Zeit.

Mit manchen Freundinnen aus meiner Kindheit und Jugendzeit schloss ich mich zu einer Clique, einem Dreier- oder Vierergrüppchen zusammen – ein schönes Gefühl, dazu zu gehören. Ich erinnere mich gut daran, aber auch an das nagende Gefühl abgelehnt zu werden, an den Kloß im Hals, wenn eine vermeintlich gute Freundin sich mit einer Anderen gegen mich zu verbünden schien. Kinderkummer – und doch unverzichtbare Einübung in Menschenkenntnis, Teamfähigkeit, und Loslassenkönnen.

Blättere ich in meinem Poesiealbum finde ich auch einen Spruch meiner ersten Freundin Ilse: „Wenn du einst als Großmama im Sessel sitzt bei Großpapa, dann denk in deinem großen Glück zuweilen

auch an mich zurück“. Das große Glück – es hat bei uns beiden wie bei all den Anderen sicherlich manchmal weggeschaut.

Ich weiß nicht Ilse, ob du noch lebst und wie es dir geht, ob du manchmal an mich denkst, so wie ich heute an dich gedacht habe.

Helga F. Weisse

Mit Nachbars Hund auf Du und Du

Konnt' mit Katzen nicht
auch nicht mit Hunden.

So war's bisher.

Nun liegt ein wilder Teufelshund
mir brav zu Füßen,

des Nachbars treust ergeb'ner Kamerad.

Hab' ihn verführt mit Leckerbissen,
mich ihm ganz sacht
vertraut gemacht.

Ein Fingerzeig von mir,
er legt sich hin,
ganz leise.

Hat jemand je auf mich gehört
auf diese Weise?

Vor seinen Bernsteinaugen
schwindet meine Angst.

Ich lohn' ihm dies.

Sein Honigblick verrät mir
zartes Flehen
und

tiefer noch
ein kreatürliches Verstehen.

Ihm erzähle ich alles!

(Ulla Fleischmann)

Sommerlust und Modedefrust

Nun ist sie bald wieder da, die Zeit der Enthüllungen.

Nein, von den politischen soll hier nicht die Rede sein. Die hatten wir ja zur Genüge. Ich rede von den physischen, die immer massenhaft auftreten, sobald das Thermometer im Sommer die 30 Grad Marke erreicht hat, und die den „Homo sapiens spirensis“ dazu drängt, seinen Alabasterkörper einer staunenden Damenwelt in weitgehender Textilreduzierung zu präsentieren.

Ist der Körper des Jünglings mit Waschbrettbauch in Muskelhemd und kniekurzer Jeanshose noch ein durchaus erfreulicher Anblick, so ändert sich dieser schlagartig, wenn das Waschbrett einem schwabbeligen, behaarten Bierbauch weicht, der – dem Gesetz der Schwerkraft folgend – über den viel zu engen Bund von Hawai-Shorts nach unten fällt, und das in Form einer Schürze.

Wenn sich dann auch noch bläuliche Krampfadern an dürrem, weißem Beinfleisch runter schlängeln und in weißen Tennissocken enden, die in braunen Sandalen stecken, so lässt der weibliche Lustschrei, den „man(n)“ ersehnt, nicht lange auf sich warten. Selbiger geht allerdings in der Realität schnell in ein röchelndes Würgen des Ekels und der Abscheu über.

Und auch junge Damen, die vielleicht einen finanziell potenten älteren Mann für ihre zukünftige Kinderschar suchen, veranlasst dieser Anblick von so viel strotzender Leiblichkeit zur schnellen Aufgabe ihres Vorhabens, was wiederum der Mann nicht verstehen kann, schließlich ist er ja als Krone der Schöpfung von Natur aus schön. Das hat ihm zumindest seine Mutter schon oft in die Wiege geflüstert.

Dass ein schönes männliches Baby nicht auch bis ins Greisenalter so bleiben muss, entgeht der „Krone der Schöpfung“ jedoch gerne, es sei denn, man findet eine rot verbrannte Glatze, von der Schweißtropfen in einen Specknacken rinnen, als schön!

Mein Gott, nähme sich der deutsche Adonis doch nur seine italienischen Geschlechts-genossen als Beispiel: In einem flotten Seidenjackett, das in eine leichte Leinenhose übergeht, trotzen sie der Hitze ihrer schönen historischen Städte und krönen ihre „bella figura“ noch mit einem Strohhut und Lederslippern, in denen nackte Füße stecken.

Diesen Look sind sie ihrer Vergangenheit als erfolgreiche Papagalli schuldig, die von deutschen Blondinen angehimmelt wurden als aparte Abwechslung zu ihren einheimischen Sommerschönlingen.

Man(n) möge lernen: Auch mit etwas mehr Stoff kann man die Hitze gut überstehen und so der bewundernden Blicke der Damenwelt gewiss sein, zumal von einem massenhaften Hitzetod italienischer Männer in unserer Presse noch nichts bekannt ist.

Doch warum sollte sich ein deutscher „Middle-Ager“ derart kasteien und gar auf sein Bier verzichten um den danach benannten Bauch zu reduzieren, wenn auch die reife Frau – die „Matrona spirensis“ – sich gerne textilreduziert zeigt:

Ein üppiger Hängebusen sowie Orangenhaut, die im Minirock zutage treten, ziehen nur Blicke des Mitleids auf sich, keine der Bewunderung – (wie man sie als junges Mädchen erhielt).

Hier sollte das Wort des Lateiners gelten: „Nosce te ipsum = erkenne dich selbst.“ Der kritische Blick in den Spiegel sei zur Sommerzeit beiden Geschlechtern dringend

angeraten, sodass ihre gnadenlose Ent-hüllungssucht nicht mehr unsere histori-sche Domstadt verschandelt. In früheren Zeiten trugen die Menschen auch bei sommerlicher Hitze viel mehr Stoff als heute, und das, was man heute trägt, galt dazumal viel mehr als Unterwäsche.

Kein Wunder, dass der Modezar Karl Lagerfeld vor langer Zeit dem Land der Modemuffel entflohen, um seine Wirkungsstätte nach Paris zu verlegen. Man kann ihm diese Flucht aus ästhetischen Gründen gewiss nicht verübeln, wenn man im Sommer durch unsere schöne Stadt schlendert und so wenig Stoff auf so viel welkem Fleisch sieht.

Auf, auf, ihr deutschen Mannsbilder, macht euch auf zum nächsten Modegeschäft und investiert euer Geld in eine größere Stofffülle, denn nach dem Motto: „Unsere Stadt soll schöner werden“ sind euch dann auch wieder die begehrliehen Blicke der Damenwelt sicher, sobald auch diese sich zu mehr Textilfülle entscheiden können. Es muss ja kein Tschador sein, ein knielanges Sommerkleid mit Halbarm reicht schon, um den Modefrust in der Innenstadt zu bekämpfen.

Im Schwimmbad könnt ihr dann die Shorts wieder tragen, denn unter Wasserstechen die körperlichen Mängel zum Glück weniger ins Auge. Nur Mut!

Mut zur Verhüllung, wenn schließlich sind wir ja alle keine 17 mehr!

Barbara Hintzen

Wenn auch Sie gerne schreiben und Freude haben, dass Ihre Text veröffentlicht werden, dann nehmen Sie einfach Kontakt mit dem Seniorenbüro auf. Tel. 06232/14-2661

7. Europäisches Filmfestival der Generationen

Vom 7. bis zum 14. Oktober 2016 findet das 7. Europäische Filmfestival der Generationen auch in Speyer statt.

Programm Filmfestival 2016

Eröffnung des Filmfestivals

am 7. Oktober 2016, um 9 Uhr durch Bürgermeisterin Monika Kabs, im Nikolaus von Weis Gymnasium

Freitag, 7. Oktober 2016, 9 Uhr,

Aula Nikolaus von Weis Gymnasium, Vincentiusstraße 1, 67346 Speyer

Film: Die Schüler der Madame Anne

Veranstalter: Seniorenbüro in Kooperation mit dem Nikolaus von Weis Gymnasium

Samstag, 8. Oktober 2016, 19 Uhr,

Speyer-West Johanneskirche, Theodor-Heuss-Straße

Kurzgottesdienst

Film: Liebe

Hanekes Meisterwerk über Liebe im Alter und die Frage nach einem würdevollen Sterben

Veranstalter: Seniorenbüro in Kooperation mit der Johanneskirchengemeinde

DiskutantIn: Pfarrerin Corinna Schauder

Montag, 10. Oktober 2016, 14 Uhr,

Mutterhaus Diakonissenanstalt, Hilgardstraße 26

Film: Man lernt die aus

Veranstalter: Seniorenbüro in Kooperation mit der pflegerischen Schule der Diakonissenanstalt

Diskutantinnen: Frau Esse und Tanja Schaller, Pflegerische Schule der Diakonissenanstalt



EUROPÄISCHES
FILMFESTIVAL
DER GENERATIONEN

Montag, 10. Oktober 2016, 19 Uhr,

VHS Speyer

Film: Café Waldluft

Veranstalter: Seniorenbüro in Kooperation mit der Volkshochschule Speyer

Diskutant: Ewald Gaden, Leiter der VHS

Dienstag, 11. Oktober 2016, 10.30 Uhr,

Aula Sankt Vincentius Krankenhaus

Film: Sputnik Moments ?

Veranstalter: Seniorenbüro in Kooperation mit der Krankenpflegeschule Sankt Vincentius Krankenhaus

Gast: Regisseurin Barbara Wachernagel Jakobs, ehemalige Ministerin für Frauen, Arbeit, Gesundheit und Soziales (Saarland) ist angefragt

Dienstag, 11. Oktober 2016, 15 Uhr,

Speyer-Nord, Christuskirchengemeinde,

Film: Das Lied des Lebens

Veranstalter: Seniorenbüro in Kooperation mit der Christuskirche

Diskutant: Christa Bauernfeind

Mittwoch, 12. Oktober 2016, 15 Uhr,

Ägidienhaus,

Film: Silent Heart – Das Leben gehört mir

Veranstalter: Seniorenbüro in Kooperation mit der ambulanten Palliativ- und Hospizberatung

Diskutant: Petra Gutekunst, Leiterin der ambulante Palliativ- und Hospizberatung

Donnerstag, 13. Oktober 2016, 17.30 Uhr,
Kleiner Saal der Stadthalle, Obere Langgasse

Film: Still Alice - Mein Leben ohne gestern

Veranstalter: Seniorenbüro in Kooperation mit der AG-Demenz Speyer

Diskutant: Dr. Wezler, Leiter des Geriatrischen Zentrums

Freitag, 14. Oktober 2016, 18 Uhr,

Veranstaltungsraum der VHS

Film: Ein Mann namens Ove

Veranstalter: Seniorenbüro in Kooperation mit der Stadtbibliothek und der VHS

Diskutant: Kerstin Bürger

Weitere Informationen erhalten Sie im Seniorenbüro, Tel. 06232/14-2661

Redaktion



Der Klimawandel und Senioren: Sind wir schon vom Klimawandel betroffen?

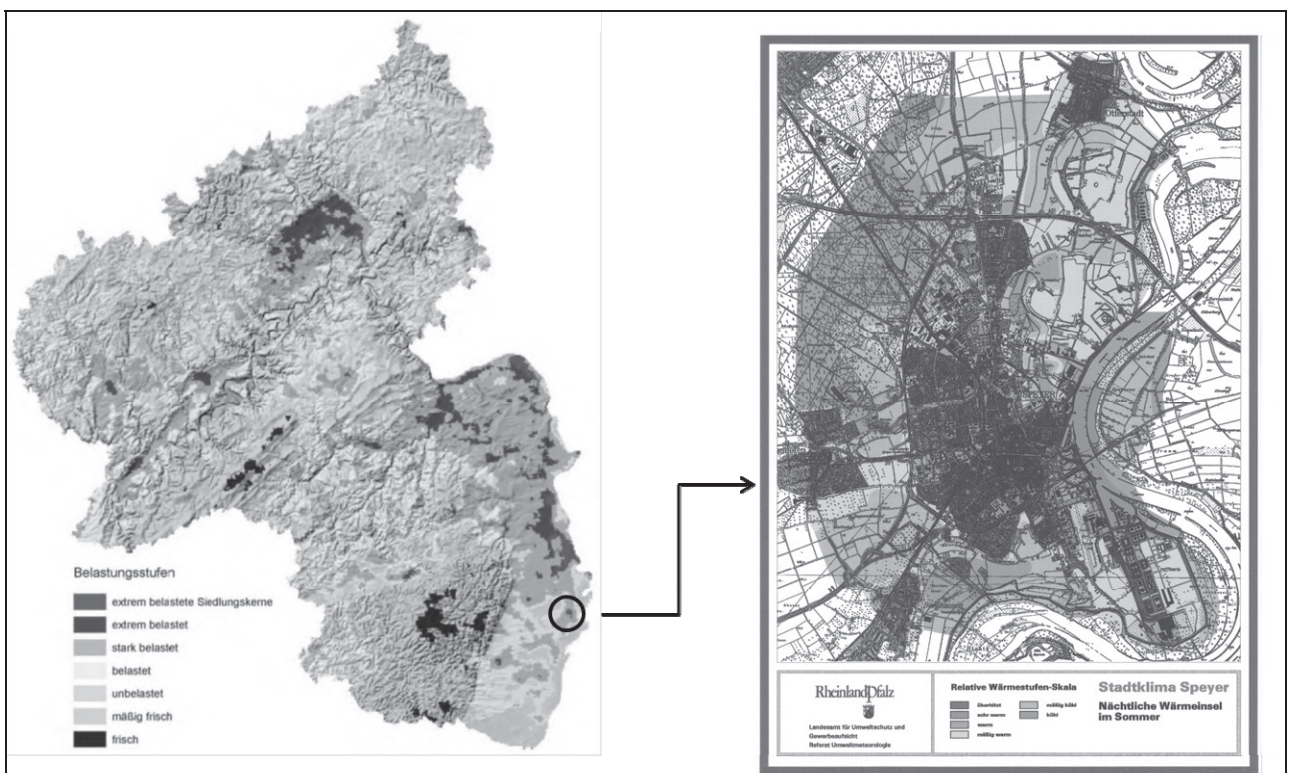
Rückblick letzte Ausgabe

Bereits in der letzten Ausgabe von „aktiv dabei“ haben wir uns mit dem Klimawandel beschäftigt. Dabei wurde auch erläutert, dass Klimaveränderung nicht nur global, sondern bereits heute in unserer Region stattfinden. In der heutigen Ausgabe wird auf die spürbaren Klimaveränderungen in Speyer und die Betroffenheit von Senioren eingegangen.

Klimawandel Speyer folgen

Die Stadt Speyer ist Vorreiter in Rheinland-Pfalz: Als bislang einzige im Land ist die Domstadt ein Modellstandort in Sachen Klimawandelfolgen geworden. Beispielhaft wurde in Speyer in den Jahren 2013 - 2015 mit dem Projekt „Klimawandel Speyer folgen“ Anpassungsstrategien für den Klimawandel entwickelt, die auch anderen Städten und Kommunen Nutzen bringen können.

Wie bereits in der letzten Ausgabe beschrieben wurde, gehört der Oberrheingraben aufgrund der vorherrschenden natürlichen Verhältnisse wie hohe Sommertemperaturen, hohe Schwülebelastung, häufige Windstille und austauscharme Wetterlagen zu den bioklimatisch am stärksten belasteten Zonen Deutschlands. Zusätzlich bilden (gerade historische) Städte durch die Wärmespeicherung der Bebauung und den hohen Versiegelungsgrad (Versiegelung = bebaute, betonierte oder asphaltierte Flächen) sogenannte „Wärmeinseln“, deren thermische Belastung noch einmal gegenüber dem unbebauten Umland erhöht ist. Die Stadt Speyer ist somit bereits heute bioklimatisch stärker betroffen als andere Städte in Rheinland-Pfalz. Durch ihre Lage am Rhein hat sie auch Modellcharakter für den Umgang mit Hoch- und Niedrigwasserereignissen, die infolge des Klimawandels



emissionen durch Verkehr und Maschinen tragen Ihr weiteres bei.
Hitzestadtplan Stadt Speyer

Anpassungsoptionen an die städtische Hitze

3 °Grad Temperaturanstieg mögen sich zunächst nicht schlecht anhören. Dabei sollte man jedoch nicht außer Acht lassen, dass das Empfinden von Temperatur ein komplexer Vorgang ist und nicht unbedingt von der realen Lufttemperatur abhängt. Die sogenannte „gefühlte Temperatur“ beschreibt das Wärmeempfinden eines durchschnittlichen Erwachsenen im Freien. Dabei wird nicht nur die real vorherrschende Außentemperatur, sondern auch Windgeschwindigkeit, Luftfeuchte, Sonneneinstrahlung und Wärmeaustausch des Organismus mit der Umgebung berücksichtigt. Unter warmen sommerlichen Bedingungen steigt die gefühlte Temperatur somit viel schneller als die reale Lufttemperatur und kann unter Umständen mehr als 15 ° Grad höher liegen. Auch die Belastung des menschlichen Körpers wird unterschiedlich empfunden. So spricht man von einer starken Wärmebelastung, wenn über mehrere Tage hinweg intensive Sonneneinstrahlung, hohe Lufttemperaturen und geringe Luftbewegungen vorliegen. Die gefühlte Temperatur liegt bei um die 32 ° C. Eine extreme Wärmebelastung hingegen beschreibt eine länger andauernde stabile Wetterlage mit intensiver Sonneneinstrahlung, extrem hohen Lufttemperaturen sowie geringer nächtlicher Abkühlung. Die gefühlte Lufttemperatur kann hierbei um die 38 ° C liegen. Die geringe Abkühlung in den Nächten bezeichnet man als Tropennächte. In Speyer wurde der Effekt extremer Wärmebelastung gerade in den letzten Jahren immer deutlicher. Eine Zunahme der Tropennächte und damit einem zeitweise stark belaste-

ten Stadtklima versucht man von städtischer Seite schon heute entgegen zu wirken. Durch die Schaffung von Grünflächen, das Pflanzen von Bäumen, Entsiegelung im Straßen- und Parkraum (Rückgängigmachen von Versiegelung), den Erhalt von Wasserflächen und Brunnenanlagen, Gebäudebegrünung/ Dachbegrünung, aber vor allem durch die Freihaltung von Frisch- und Kaltluftschneisen kann der Überhitzung der Stadt langfristig entgegen gewirkt werden. Auch ein hitzeoptimiertes Straßen- und Gebäudedesign (an die Mittelmeerländer angelehnte Bauweise) sowie die Verwendung der richtigen Baumaterialien könnten langfristige Lösungen darstellen.

Hitze – ein Thema für jedes Alter

Für gesunde Erwachsene gibt es in Deutschland bei normaler Lebensführung und ausreichender Flüssigkeits- und Nahrungsaufnahme auch bei längeren Hitzeperioden in der Regel keine gesundheitlichen Gefahren. Ältere und erkrankte Menschen aber können durch Hitze in gefährliche Situationen geraten. Grund hierfür ist die verminderte Anpassungsfähigkeit der Gefäße, verbunden mit verminderter Schweißproduktion und einer Abnahme des Durstgefühls. Im Hitze-Sommer 2003 sind in Europa rund 70.000 Menschen mehr gestorben als üblicherweise im gleichen Zeitraum. Neben den bereits aufgeführten (städte)baulichen Maßnahmen gibt es viele kleine Dinge, die Ihnen bei einer Hitzewelle bereits helfen können. Neben einer Anpassung der Ernährung (leichte Kost) und ausreichende Flüssigkeitszufuhr sollten Sie auf eine ausreichende Beschattung und Belüftung Ihrer Räume achten. Vermeidung/Verminderung der direkten Sonneneinstrahlung (z.B. mittels Jalousie, Gardine, Schirm) ist die einfachste und wirkungsvollste Methode der Gebäudekühlung. Auch Wasserflächen und bewegtes Wasser (Brunnen) schaffen ein kühles, ausgleichendes Mikroklima. Sollten Sie sich keinen Zimmerbrunnen anschaffen wollen, so hilft

es auch feuchte Tücher/ Laken im Raum aufzuhängen. Halten Sie in jedem Falle die Fenster über Tag geschlossen und lüften Sie erst in den Abendstunden oder nachts.

Hitzebedingte gesundheitliche Notfälle:

- **Hitzschlag:** Lebensgefährliche Situation, bei welcher der Organismus mehr Wärme aufnimmt, als er an die Außenumgebung abgeben kann. Dadurch steigt die Körpertemperatur drastisch an. Symptome: u.a. Unruhe, extrem hohe Körpertemperatur, Kopfschmerzen, Schwindel, Verwirrtheit, Krampfanfälle. In jedem Falle medizinische Hilfe aufsuchen!
- **Hitzeerschöpfung:** Reaktion des Körpers auf den Verlust von Wasser und Salzen durch vermehrtes Schwitzen bei länger andauernden Hitzeperioden. Symptome: u.a. Schwäche, blassgraue Hautfarbe, Übelkeit, Schwindel, Fieber, Kreislaufprobleme.
- **Sonnenstich:** starke UV-Sonnenlichteinstrahlung auf den meist unbedeckten Kopf führt zu einer Entzündung der Hirnhäute bzw. zu einer Schwellung des Gewebes. Symptome: u.a. starke Kopfschmerzen, Nackensteife, Übelkeit, Erbrechen, Bewusstseinstörung, Lichtscheueheit.
- **Hitzekollaps:** kritische Blutdrucksenkung aufgrund der vermehrten Durchblutung der Haut bei anhaltender Hitze. Symptome: Bewusstlosigkeit
- **Hitzekrämpfe:** Muskelkrämpfe (meist bei Anstrengung) aufgrund des Verlustes von Salzen und Flüssigkeit beim Schwitzen.
- **Sonnenbrand:** schmerzende, gerötete und warme Haut aufgrund zu intensivem Kontakt mit der UV-Sonnenlichteinstrahlung

- **Hitzeausschlag:** Reizung der Haut aufgrund übermäßiger Schweißabsonderung bei heißem, schwülem Wetter.

Ausblick

In der nächsten Ausgabe geht es um das Thema „Mobilität behalten und dabei das Klima schonen“. Mobilität ist ein Stück Lebensqualität, besonders im Alter: Ältere Menschen möchten ebenso wenig wie Menschen mittleren oder jungen Alters in Ihrer Fortbewegung abhängig sein. Sich dabei noch klimafreundlich fortzubewegen und welche Möglichkeiten es hierzu gibt wird Inhalt des nächsten Artikels sein.

Kontaktdaten Autorin:

Fabienne Mittmann, Klimaschutzmanagerin der Stadt Speyer
06232/142596, fabienne.mittmann@stadt-speyer.de

Weitere Infos zum Thema Hitzebelastung finden Sie hier:

- **Hitzestadtplan der Stadt Speyer:**
http://www.speyer.de/sv_speyer/de/Umwelt/Klimawandelfolgen/

Die Karte weist schattige Sitzgelegenheiten und Spielplätze aus, informiert über die Standorte von Brunnen und Trinkwasseranlagen und zeigt eine alternative Route auf, mit der Touristen die Sehenswürdigkeiten von Speyer auch an heißen Tagen stressfrei besichtigen können. Zudem gibt es jede Menge Tipps und Informationen zum Schutz vor Hitze im Alltag. Der Plan ist auch kostenfrei erhältlich an der Tourist-Information.

- <http://www.dwd.de/hitzewarnung>
Aktuelle Warnmeldungen des Deutschen Wetterdienstes
- <https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/publikation/long/3519.pdf>
Publikation des Umweltbundesamtes zum Thema Klimawandel und Gesundheit

Fabienne Mittmann

Zum 100. Jahrestag des Kriegseinsatzes 1914-18 Ernst Ludwig Gudenbergs

Markus Gudenberg, Ernst Ludwigs Großvater, erblickte am 26.07.1807 das Licht der Welt im damaligen Lüchtringen, heute Höxter, einer alten Stadt am linken Weserufer. Nach Schulbesuch und Berufsausbildung übte er den Metzgerberuf aus. Um das Jahr 1840 schloss er die Ehe mit Henriette, genannt Jette, geb. Rose. Der Elternwunsch nach einem Sohn und Erbe erfüllte sich am 09.01.1841, als Jakob - dieser Name heißt auf Hebräisch „Gott schützt“ - geboren wurde. Zwei Jahre später brachte Henriette den Sohn Heinemann auf die Welt. Markus segnete am 12.10.1855, im Alter von 48 Jahren, das Zeitliche, nähere Umstände unbekannt, und die Familie bestattete ihn auf dem dortigen jüdischen Friedhof.

Nach dem Verlust ihres Mannes übersiedelte Henriette mit ihrem Sohn Jakob von der Weser zum Rhein, und sie nahmen Wohnung in Speyer. Vermutlich vermissten sie anfangs die ehemaligen Adelshöfe – das Tilly-Haus – von Lüchtringen und die bürgerlichen Fachwerkhäuser aus dem XVI. Jahrhundert. Aber der Blick auf den Kaiserdom wird sie als Kulturdenkmal nicht weniger beeindruckt haben als die ehemalige Benediktiner-Abtei Corvey aus dem Jahr 816, die 2km von ihrem bisherigen Wohnort liegt. Am 21.07.1869 heiratete Jakob Franziska Kuhn, eine Kleiderfabrikanten-Tochter, die von der Domstadt stammte. Als Zeugen fungierten: Heinemann Gudenberg, 26 Jahre alt, Metzger, Bruder des Bräutigams, und die Brüder der Braut Alexander, Josef und Karl Kuhn.

Jakob hatte sich in den Herrenschnneiderberuf eingearbeitet, und die Firma seiner Frau in der Korngasse 20-21 bot ihm sicherlich jede tatkräftige Unterstützung, damit er bald zu einer eigenen Kleiderfabrik aufsteigen konnte. Er eröffnete sie in der Johannesstraße 11, wo heute der Parkplatz neben dem Finanzamt ist. Am 28.07.1870, nur neun Tage nach der Kriegserklärung Frankreichs an Deutschland, gab es im Hause Gudenberg einen Grund zum Feiern: die Geburt des ersten Kindes, Bertha Karolina. Durch den Sieg des Deutschen Reichs über den „Erbfeind“ 1871 erhielten der deutsche Handel, und besonders die Textilindustrie, einen enormen Aufschwung, wovon auch die „Herrenkleiderfabrik Gudenberg“ profitierte.

Bertha Karolina erhielt am 31.05.1873 in Eugenia Rosalia eine Schwester und mit ihr eine Spielgefährtin. Es waren zehn Jahre nach dem Ableben Gabriel Rießers vergangen, des Vorkämpfers für die Emanzipation der Juden in Deutschland. Erst am 19.11.1874 stellte sich der länger ersehnte Stammhalter und Erbe, Otto Julius, ein. Es war das gleiche Jahr, als Max Liebermann nach Paris zog, um seine Ausbildung als Maler und Graphiker fortzusetzen. Stolz und Freude erfasste Familie Gudenberg, denn die Hoffnung auf ein weiteres Bestehen und Gedeihen der Textilfabrik schien nun fest begründet. Noch eine Tochter, Antonia Regina, gesellte sich zu ihren Geschwistern am 22.07.1876, einen Monat, nachdem in Berlin Abraham Geiger, der Verfechter des Reformjudentums, vom irdischen Schauplatz abgetreten war. Schließlich vollendete

Ernst Ludwig am 27.09.1878 die Zahl seiner Geschwister.

Eine feierliche Hochzeit fand am 19.11.1890 in Speyer statt, als Jakobs älteste Tochter Bertha Karolina sich mit dem Kaufmann Eugen Hirschmann aus der alten Stadt Crailsheim, an der Jagst, vermählte. Sie brachte am 23.03.1893 in Speyer die Tochter Elisabeth zur Welt. So wurde Jakob zum ersten Mal stolzer Großvater. Die zweitälteste Tochter Eugenia Rosalia ging am 08.10.1895 in der Domstadt die Ehe mit dem Kaufmann Sigfried Jordan ein, aus Mainz am Rhein. Es war die letzte Hochzeit, die Jakob miterlebte. Der Pionier der Familie, der die Textilfirma mit dem Wohnhaus aufgebaut hatte, verschied nach langem, schwerem Leiden am Karfreitag, dem 03.04.1896,

im Alter von 55 Jahren. Es war das gleiche Jahr, als Theodor Herzl die Schrift „Der Judenstaat. Versuch einer modernen Lösung der Judenfrage“ veröffentlichte und damit ein neues Kapitel in der Geschichte des Weltjudentums aufschlug. Jakob Gudenberg wurde auf dem nordöstlichen Gräberfeld des jüdischen Friedhofs in Speyer bestattet, aber er lebte in der Erinnerung seiner Kinder weiter.

Seine jüngste Tochter Antonia Regina vermählte sich am 28.08.1899 in Speyer mit dem Kaufmann Moses Sahn aus Braunsbach nördlich von Schwäbisch Hall. Am 25.06.1900 wurden sie glückliche Eltern von Elisabeth, die in Mainz auf die Welt kam. Otto Julius heiratete am 21.12.1904 in Worms Johanna, geb. Tribus, die aus der

GEMEINNÜTZIGE BAUGENOSSENSCHAFT SPEYER eG



67346 Speyer, Burgstraße 40
 Telefon (062 32) 6013-0
 Telefax (062 32) 6013-13
 E-Mail: info@gbs-speyer.de
 Internet: www.gbs-speyer.de

gegründet 1919

■ Vermietung ■ Eigentümergebarung ■ Neubautätigkeit

Die Gemeinnützige Baugenossenschaft Speyer eG

– mit eigener technischer Abteilung –
 übernimmt weitere WEG-Hausverwaltungen
 ab 20 Wohneinheiten in Speyer.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:
 Herrn Stefan Hölldorfer, Telefon: 06232/6013-24.

Stadt der Nibelungensage gebürtig war. Sie brachte am 14.05.1906 den Sohn Jakob Hans zur Welt. Am 03.11.1911 entschlief Jakobs Frau Franziska nach kurzem Leiden im nahezu vollendeten 71. Lebensjahr. Sie wurde zu ihrem Mann beigelegt.

Weitere Jahre gingen ins Land, abwechselnd mit Sonne und Regen, Hausse und Baisse, Freud' und Leid. Die Söhne Ernst Ludwig und Otto Julius erfüllten die Erwartungen ihres Vaters, da beide das Gespür bewiesen, das die Weiterführung der Kleiderfabrik erforderte. Als am 01.08.1914 der Erste Weltkrieg ausbrach und sich alles von einem Tag zum anderen änderte, eilte auch Ernst Ludwig Gudenberg, um in die Kaserne einzurücken, bereit, für das deutsche Vaterland sein größtes Opfer zu bringen. Vom 02.08.1914 bis zum 21.11. 1918 diente er im 117. Infanterie-Regiment, Mainz. Diese Truppeneinheit des Großherzogtums Hessen wurde 1867 unter preußisches Kommando gestellt und gehörte zur Mainzer Garnison bis 1918. Über Gudenbergs Einsatzzeiten und -orte liegen im Militärarchiv Freiburg keine Belege vor. Vermutlich überstand er heil das grauenvolle Gemetzel, kehrte nach Speyer zurück und nahm wieder seine Tätigkeit auf mit Wohnsitz in der Maximilianstraße 15.

Im Alter von 41 Jahren ging er, am 18.02.1919, in der früheren Freien Reichsstadt Konstanz die Ehe mit Karolina, geb. Bloch, ein, die aus Schmieheim (heute Kippenheim), nördlich von Kenzingen stammte. Zum Kummer der Eltern starben die ersten Kinder, Franziska und Fritz Jakob, bald nach der Geburt. Nur der am 14.02.1925 in Speyer geborene Martin erreichte das Erwachsenenalter und erweckte bei den Eltern neue Hoffnungen. Otto Julius' Sohn Jakob Hans übersiedelte am 10.11.1922 als

Lehrling nach Frankfurt am Main. So ist es nicht verwunderlich, wenn die Mainmetropole auf seine Eltern eine solche Anziehungskraft ausübte, dass sie am 10.09.1927 dorthin übersiedelten.

Mittlerweile hatten sich die Zeiten dramatisch geändert. An der Schwelle der Machtergreifung der Nationalsozialisten sah sich Ernst Ludwig 1932 gezwungen, die Liquidation der „Kleiderfirma Gudenberg“ anzumelden, da der Umsatz, aufgrund der erfolgreich betriebenen antisemitischen Propaganda der Nazipartei, immer mehr zurückging. Mit ihrer Regierungsübernahme verschlimmerte sich die Lage der Juden zusehends. Das geschah Monat für Monat vom Februar 1933 bis Januar 1942 in einer unvorstellbar grauenvollen Härte. Jüdische Verdienste auf den Gebieten der Wirtschaft, des Theaters, Kinos, der Presse, ebenso der Wissenschaft, Kunst und im Ersten Weltkrieg wurden als erschlichen abgetan.

Alle Geschwister Gudenberg fanden den Tod in der NS-Zeit. Zuerst verstarb Antonia Regina Sahm am 09.03.1936 in Bad Bergzabern. Dann hörte am 23.05.1939 in Mainz das Herz ihrer Schwester Eugenia Rosalia zu schlagen auf. Zwar führte der Kaufmann August Stein mit Ernst Ludwig eine Herrenkleiderfabrik in der Wormserstraße 24, aber Ernst Ludwig musste im Zuge der „Arisierung“ daraus ausscheiden. Er zog am 31.10.1938, noch vor dem Novemberprogramm, in die Anonymität der Großstadt Mannheim, von wo er jedoch am 22.10.1940 in das Internierungslager Gurs verschleppt wurde. Mit Transport Nr. 25 kam er am 28.08.1942 in die Hölle von Auschwitz, wo er am 04.09. des gleichen Jahres sein Leben verlor. Am gleichen Tag und Ort verstarb sein Bruder Otto Julius. Zu einem unbestimmten Zeitpunkt ging dort ihre Schwester Bertha Karolina Hirschmann zugrunde. Von der Fabrikanten-Familie Gudenberg sind in Speyer fast keine Spuren mehr erhalten geblieben.

Johannes P. Bruno

Führerschein für Pedale

Als es in Speyer noch „Radfahrkarten“ gab

Rund 72 Millionen Fahrräder gab es Ende 2015 nach Angaben des Fachblatts "Fahrradwelt" in Deutschland, etwa 50.000 in Speyer. Vor 100 Jahren waren es nicht ganz 1500 in der königlich-bayerischen Kreishauptstadt der Pfalz. Doch anders als heute verdiente der Stadt einiges Geld damit. Die 1900 auch im Königreich Bayern eingeführte "Radfahrkarte" war nämlich auch eine kleine Steuerkarte.

Als sich der Mechaniker Georg Theodor Stiller 1904 mit einer Fahrrad-Werkstatt selbständig machte, benötigt er schon von Berufs wegen eine Radfahrkarte. Sein Nachfahre Gerhard Stiller hat zwei davon im Nachlass gefunden. Von der Speyerer Ortspolizeibehörde waren sie am 30. Dezember 1909 und am 7. April 1910 ausgestellt und abgestempelt. Wie viel die Stadt Speyer mit diesen Radfahrkarten einnahm, ist nicht überliefert.

Der so genannte Führerschein für Fahrrad-Benutzer war jedes Jahr neu zu beantragen. Die Karten unterschieden sich in deutschen Ländern etwas, Bayern verzichtete zum Beispiel im Gegensatz zu Preußen auf die Straßenbenennung und Angaben über Statur, Haare und besondere Kennzeichen des Inhabers.

Der Fahrrad-Verkehr war auch in Speyer streng geregelt, das Nichtbefolgen der Anordnung der "Wegepolizeibehörde" konnte mit der gewaltigen Summe von 60 Mark bestraft werden, "im Unvermögensfalle" mit Haft. Zusatzbemerkung: "Zur Kenntlichmachung eines Polizeibeamten war das Tragen einer Dienstmütze ausreichend. Nach seinem Halteruf war

jeder Radfahrer verpflichtet, sofort anzuhalten und abzusteigen".

Weil es damals nur wenige Autos gab, hatte der Radfahrer sein Augenmerk hauptsächlich auf Fuhrwerke, Vieh und Militärmarschkolonnen zu richten. Anmerkung: "Mit dem Fahrrad-Glockenzeichen ist sofort aufzuhalten, wenn dadurch Pferde oder andere Tiere unruhig werden".

An Fuhrwerken, Reitern, Viehtransporten, Fußgängern und auch Kraftfahrzeugen war links vorbeifahren. Und zwar so, dass Unfälle oder Störungen vermieden wurden. Zudem "darf innerhalb geschlossener Ortsteile nur mit mäßiger Geschwindigkeit gefahren werden. Wettrennen sind verboten, "Ausnahmen sind zu genehmigen". Und "Beim Bergabfahren ist es verboten, beide Hände gleichzeitig von der Lenkstange zu nehmen und beide Füße von den Pedalen".

Wolfgang Kauer

Veranstaltung
Kulturelles Erbe
Stadtarchiv Speyer

21. September 2016
Stadtarchiv Speyer, 18.30 Uhr

Gerd Flaschenträger (Speyer)

**Von den Lindemannschen
Wasserwerken zum
heutigen Wasserwerk**

Historische Fotos als Postkarten

Eine Initiative des Kulturellen Erbes – Stadtarchiv Speyer

Hier erscheint Nr. 1 der zwölfteiligen Postkartenserie des Kulturellen Erbes – Stadtarchiv Speyer, mit historischen Speyerer Motiven, die für 3,50 Euro im Archiv erworben werden kann, auch in den hiesigen Buchhandlungen – preiswerter als jeder Blumenstrauß und bedeutend langlebiger...



Rathaus im Festschmuck

Das Rathaus ist hier festlich geschmückt für den Besuch des bayerischen Prinzregenten Ludwig am 13. Mai 1912, den späteren König Ludwig III. Die Vorbereitungen des Fotografen haben Schaulustige angezogen, vor allem Kinder. Erst zwei Monate zuvor hatte die Stadt das Nachbaranwesen „Pfälzer Hof“ erworben, jahrzehntelang eine der Nobelpalaststätten und Hotels Speyers mit prachtvoller Fassadenschmuck. Seit jener Zeit sind in dem Anwesen, das in etwa zur gleichen Zeit wie das Rathaus entstand, stets städtische Ämter untergebracht gewesen; die Räumlichkeiten des Rathauses reichten also schon damals nicht mehr für die Verwaltungsbedürfnisse aus.



Zeltbau

Zirkus? Sportereignis? Messe? Jahrmarkt? Wohl von allem etwas: vom 28.-30. Mai 881 fand in Speyer die 2. Pfälzische Kreistierschau statt – und wie man sieht, mit großem Anklang. Über 400 Rinder aus der gesamten Pfalz wurden präsentiert, eine landmaschinenmesse, sowie Ausstellungen zu Fischerei und Krafffuttermitteln. Auch das leibliche Wohl der Besucher wurde nicht vergessen. Wo das alles stattfand? Östlich der Wormser Landstraße, etwa im Bereich der heutigen Auestraße bzw. zwischen dem heutigen Mausbergweg und dem Helmut-Bantz-Stadion.

Öffnungszeiten des Stadtarchivs

dienstags bis donnerstags von
9 Uhr bis 12 Uhr und
13 bis 16 Uhr

Whiskey, Guinness, Fish`n`Chips

Eine Reise durch die grüne Insel Irland

Für die meisten Reisenden nach Irland ist Dublin der erste Anlauf- und gleich auch der erste Höhepunkt. Dublin ist im Vergleich eine relativ kleine Hauptstadt, doch reich an vielen Sehenswürdigkeiten. Ein guter Ausgangspunkt für die Erkundung der Stadt ist das mächtige Dublin Castle.



Repräsentationsräume samt Thronsaal geben einen Einblick in die bewegte Geschichte Irlands. Wenige Schritte weiter liegt das Stadtviertel Temple Bar. Seine Gassen und Häuser aus dem 17. Jahrhundert sind ein Topziel in Dublin, da es rund zweihundert Pubs und Restaurants beherbergt. Von Temple Bar führt seit 1816 die hübsche Fußgängerbrücke Ha`Penny Bridges über den Fluss Liffey, hier konnte man früher für einen halben Penny über den Fluss gehen. Die Brücke ist ein Wahrzeichen von Dublin. Nicht weit davon liegt das erste Universitätsviertel Irlands aus dem Jahre 1592. Die Bibliothek der Universität beherbergt auch das rund 1200 Jahre alte, von irischen Mönchen in jahrelanger Handarbeit gefertigte Book of Kerry.

Jenseits der Hauptstadt wird die Besiedlung immer spärlicher. Das

Zentrum der Insel wird mit seinen sattgrünen Wiesen und Hügeln dem Beinamen „Grüne Insel“ vollauf gerecht. Irland ist bekannt für seine Pferde und die Begeisterung für den Reitsport, deshalb besuchten wir das Nationalgestüt Irlands mit seinen edlen Pferden in Kildare. Weiter auf der Fahrt in Richtung Midleton sahen wir schon in weiter Ferne die Silhouette vom Rock of Castle auf dem 65 Meter hohen Berg auftauchen.

Dieses historische Monument galt früher als Sitz von Feen und Geistern und ist heute noch ein Wahrzeichen Irlands. Mit dem Bau der monumentalen gotischen Kathedrale wurde 1235 begonnen, und von hier oben hatte man einen wunderbaren Blick über die irische Landschaft mit ihren typischen von Steinwällen eingezäunten saftig grünen Wiesen. Nach der Besichtigung dieses riesigen Klosterkomplexes ging es weiter nach Midleton zum Jamerson Heritage Center, einer Whiskeybrennerei, untergebracht in einer alten Mühle. Nach einer Einführung in das Brennen von Whiskey und dem ganzen Herstellungsprozess kam es zum Abschluss noch zu einer großen Verkostung der verschiedenen Sorten, von mild bis ganz torfig.



Von Midleton fuhren wir am nächsten Tag zu der kleinen Halbinsel Dingle, sie ist 50 km lang und durchschnittlich 9 km breit. Hier konnte man die traumhafte Küste mit den Bergen im Hintergrund genießen. Beim Cap Sheeps Head hat man einen tollen Blick auf Blasket Island, hier konnte man dem Tosen der Brandung tief unten lauschen und die feuchte, salzige Luft, die der Wind vom Atlantik herweht, genießen.

Wie die Finger einer Hand ragen die vielen Halbinseln weit in den Atlantik. Zum Teil winzige Straßen, die nur aus Kurven bestehen, umrunden jede dieser Halbinseln mit ihren oft wildromantischen Küsten im County Kerry.

Der Ring of Kerry ist eine der schönsten Küstenstraßen Europas. Wir begannen

die Rundfahrt in Killorglin. Entlang der Küste haben wir einen tollen Blick auf die malerischen Buchten, die schönen Strände und das blaue Meer. Hier wurden auch die Außenaufnahmen zu dem irischen Filmepos „Rayns Tochter“ gedreht.

Wir machten Halt an einer Schaffarm, wo wir Hütehunde bei der Arbeit beobachten konnten und einen Einblick in die Arbeit auf einer Schaffarm bekamen.

Weiter ging es dann in den Killarney Nationalpark mit dem Besuch des herrschaftlichen Muckross-Haus. Im Jahre 1843 erbaut, beherbergt es neben vielen glanzvollen Prunkräumen heute ein Museum über das Leben der Landbevölkerung in vergangenen Jahrhunderten. Ein bemerkenswerter Wassergraben und die Ruine des Franziskanerordens Muckross Abbey machen einen Besuch umso lohnender.



Am nächsten Tag erlebten wir das Irland des 19. Jahrhunderts im Burnatty Folk Park mit angrenzendem Schloss. Ein Freilichtmuseum mit Häusern aus der damaligen Zeit. Arme Hütten und reiche Bürgerhäuser. Wir genossen noch einen Irish Coffee in einem Pub, bevor wir die Gelegenheit hatten, einen einmaligen Panoramablick zu bewundern. Die langgestreckten Felsklippen „Cliff of Moher“ ragen bis zu zweihundert Metern senkrecht aus dem Meer. Gut zu sehen ist der schichtweise Aufbau von Schiefer und Sandstein. In den Klippen nisten tausende von Seevögeln. Nach diesem grandiosen Ausblick, wo man sich wirklich nicht sattsehen konnte, besuchten wir noch eine Lachsräucherei, wo wir die Grundlagen der irischen Lachsräucherei kennenlernten.



Am nächsten Tag machten wir uns auf, um uns von der wilden und ursprünglichen Natur der Connemara verzaubern zu lassen. Eine wunderbare Farbpalette mit dunklen Torfmooren und Flüssen, grünen Wäldern und dem Blau des Meeres erwartete uns hier. Nahe Clifden können wir die Bergkette der Twelve Pins, bestehend aus zwölf Gipfeln sehen. Unser nächster Halt war die romantische Kylemore Abbey. Der 1866 von einem reichen Kaufmann und Politiker errichtete neugotische Bau

beherbergt seit 1922 ein
Benediktinerinnenkloster und ein
Mädchenpensionat.



Danach fuhren wir nach Galway. Viele Besucher sehen in Galway ihre Idealvorstellung von einer irischen Stadt. Die bis ins 16. Jahrhundert zurückreichende Bebauung um den Hafen ist malerisch und weitgehend gut erhalten. Die Innenstadt ist für den ganzen Verkehr gesperrt und am Abend kann man sich fast nicht für eines der vielen Pubs mit Livemusik entscheiden. Im Süden der Stadt erstreckt sich die einzigartige Landschaft des Burren und im Norden schimmert der Lough Corrib, größter See Irlands.

Tags darauf fuhren wir in die Klostersiedlung Clonmacnoise. Vom 7.-12. Jahrhundert war Clonmacnoise das kulturelle und geistige Zentrum Irlands. Heute sind neben zwei Rundtürmen die Ruinen einer Kathedrale und acht weiterer Kirchen, sowie drei der schönsten Hochkreuze Irlands zu bewundern.

Dann kam wieder Dublin in Sicht. Der Charme der Stadt wird bestimmt durch ihre einzigartige Lage am Fluss Liffey. Dublin ist auch die Heimat von Guinness, dem einzigartigen Bier Irlands. Vom Turm der Brauerei hat man bei einem oder zwei Pint Guinness einen wunderbaren Rundblick über die Stadt Dublin.

Karl-Heinz Geier

Niederösterreich-Mostviertel: Vom Wein zur Dampfeisenbahn

Das jüngste Weinbaugebiet Österreichs, das Traisental – es besteht in dieser Form erst seit 1995 – ist mit rund 770 Hektar Rebfläche auch eines der kleinsten des Landes, aber in einer Beziehung ganz groß: Hier führt der Grüne Veltliner das Regiment. Fixpunkte in den kleinen Weinorten sind bodenständige Buschenschänken. Ausflüge in die Geschichte gewähren Traismauer oder Herzogenburg. Seit dem Jahrgang 2006 kommen typische fruchtig, würzige Grüne Veltliner und kernige mineralische Rieslinge unter der Bezeichnung „Traisental DAC“ auf den Markt. Die Reben stehen überwiegend auf Terrassen mit schottrigen Böden. Das Traisental ist ein Ausflugsziel für Weinliebhaber, Wanderer, Radfahrer und Kulturinteressierte.



Uralte Weintradition bestätigen Funde von Traubenkernern aus der frühen Bronzezeit. Die Wanderungen im traditionellen Weinort Nußdorf ob der Traisen decken viele Blickwinkel auf die Weinkultur ab – Gesteinskunde, Geschichte des Weinbaus und auch aktuelle Entwicklungen der lokalen Weinszene. Allen gemeinsam ist der Besuch der wunderschönen lokalen Weinberge mit ihren

traditionellen Rieden und der Aussicht auf Donau und Traisen. Verbindendes Element ist die Weinkultur, die in zahlreichen Buschenschankbetrieben genussvoll vermittelt wird. Die Heurigen sind so richtig schön gemütlich, von traditionell-urig bis zu modern gestaltet. Sie verwöhnen mit herrlichen Schmankerln aus der Heurigenküche und erfreuen mit einem exzellenten Preis-Leistungs-Verhältnis. 32 ausgebildete Weinbegleiterinnen und Weinbegleiter führen die Gäste durchs Traisental. Auf ganz unterschiedlichen Wegen und zu ganz unterschiedlichen Themen, denn jeder von ihnen hat sein eigenes Spezialgebiet. Immer am letzten Wochenende im April findet der Traisentaler Weinfrühling statt.



Da werden Kindheitsträume wahr; immer am letzten Sonntag im April fährt die Nostalgie Dampfbahn von St. Pölten nach St. Aegydy, mitten durch eine abwechslungsreiche Landschaft mit viel frischen Frühlingsgrün. Ein buntes Fest für alle. In den kleinen Gemeinden an der Strecke spielen Musikkapellen auf, die Feuerwehr legt den Wasseranschluss, denn eine Dampflokomotive braucht neben Kohle Wasser, viel Wasser. Nach über zwei Stunden Fahrzeit und mehreren Halt kommen wir nach St. Aegydy; hier erle

ben wir ein buntes Markttreiben vor dem Rathaus; einige Aktivitäten sind dem kalten Wetter wegen ausgefallen – Aprilwetter eben. Die geplante Rückfahrt mit E-Bikes



auf dem Traisental Radweg musste ausfallen, die Rückfahrt wieder mit dem Dampfzug erfolgen. Dazwischen drei Stunden Aufenthalt in St. Aegydt mit Besuch der St. Aegyder Museumsmeile:

Das Heimatmuseum zeigt einen Ausschnitt aus dem Leben und Arbeiten im oberen Traisental in den letzten Jahrhunderten. Das Holzskimuseum ist ein privates Museum, das vom Kulturverein mit betreut wird. Hier gibt es einen Überblick über die Entwicklung des Skilaufes im Bezirk. Das von der Gemeinde betriebene Pfeifenmuseum kann jederzeit auf Anfrage besucht werden.

Infos: Mostviertel Tourismus, Adalbert Stifter Str. 4, A-3250 Wieselburg, Tel. 0043 7416 52191

Tourismusverband Traisental, Rathausplatz 22, A-3130 Herzogenburg; Tel. 0043 2782 83321

Michael Stephan



Aufblühen im Alter

Neu im Angebot:



Essen auf Rädern



Pflege zu Hause



gerne richten wir auch Ihre privaten Feste bei Ihnen zu Hause oder in unserem gemütlichen Restaurant aus!



Obere Langgasse 5a

67346 Speyer

06232/207-0

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Gastronomie / Catering
- ambulante Pflege
- Essen auf Rädern

Haben Sie schon einmal über **Kurzzeitpflege** im Salierstift nachgedacht?

Adria – Ein Meer, voll von Geschichte(n)

Montenegro

Montenegro ist einer der kleinsten Staaten von Europa. Im Südwesten des Landes bildet das Adriatische Meer eine natürliche Grenze. Als Gebirgsland vergleichsweise dünn besiedelt leben in Montenegro etwas mehr als 650 000 Einwohner, Mehr als 60 % der gesamten Landfläche ist auf über 1000 m Höhe. Trotz seiner erstaunlichen Gegensätze.

Im Frühjahr wie im Herbst ist es ohne weiteres möglich morgens Ski zu fahren und nachmittags im Meer zu schwimmen. Auf 293 km kann die abwechslungsreiche Küstenlandschaft mit Klippen, Sand- und Kieselstränden aufwarten.



Im Norden reicht die Bucht von Kotor, das Juwel von Montenegro und der südlichste Fjord Europas 28 km ins Landesinnere hinein. Kotor wurde von der UNESCO zum Weltkulturgut erklärt. Das von einer Festung überragende Städtchen schmiegt sich zu hinterst in der Bucht an die steilen Felsen des Kalkstein-Massivs. Sein Mittelalterlicher Stadtkern wurde nach dem schweren Erdbeben von 1979 von Grund auf restauriert.

Kroatien

Die unglaublich schöne Küste von Dalmatien war schon immer Kroatiens größter touristischer Trumpf. Dalmatien ist nach dem illyrischen Volksstamm der Dalmater benannt, der sich hier einst niederließ.



Auf einem Landvorsprung zwischen grünen Hügeln und der tiefblauen Adria liegt, von einer mittelalterlichen Mauer umschlossen die Stadt Dobrovnik, ein historisches und architektonisches Juwel.



Schwester Rosemarie Römhild

Achensee - Achenkirch – Pertisau - Karwendel

Über den See auf die Berge

Österreichs Kaiser entdeckten den Achensee als Sommerparadies - ein außergewöhnliches Stück Tirol. Auf, im und in 4,8 Millionen Kubikmetern Wasser ist der Sommer/Herbsturlaub einfach anders als anderswo.



Das türkisfarbene Wasser des Achensees lässt Schwimmer, Luftmatratzen-Surfer und Schlauchboot-Piraten nicht allzu lange an den gemütlichen Grasbadestränden in der Sonne braten. Wenn die Thermik pünktlich zum Spätnachmittag den "Boarischen" von Norden in den See drückt, blähen sich die Segel der Surfer und die Spinnaker der Segler zu einem bunten Farbdurcheinander.

Achenkirch als die nördlichste Gemeinde am Achensee besticht durch ihr langgezogenes Gemeindegebiet. Dadurch verspricht der Ort viel Ruhe und Platz für Erholung. Der Ort bietet Offenheit und lädt zum Genießen der umgebenden Naturschönheiten wie dem Achensee, dem Naturschutzgebiet Karwendel und dem Rofangebirge ein. Achenkirch wurde vom Tourismus geprägt und ist es auch heute noch. Die Schönheit des idyllischen Ortes auf 930 m Seehöhe entdeckten schon

Mitte des 19. Jhdt. Touristen für sich. Sie genossen die Atmosphäre der kleinen Gemeinde und machten Achenkirch so zum beliebten Sommerfrische-Herbstidylle-Ziel. Heute genießen die Gäste die Abwechslung, welche ihnen der Ort und die Region bietet: ob eine Tour mit dem Mountainbike, eine Wanderung auf den Hausberg der Achenkirchner, der "Seekarspitze", oder ein gemütlicher Tag am See, die vielfältigen Möglichkeiten bieten für alle das richtige Programm. Neben dem Tourismus spielte seit jeher die Landwirtschaft in der Region eine wichtige Rolle. Wie die Bauern früher lebten und arbeiteten, erzählt das Heimatmuseum im Sixenhof. In diesem alten Hof lassen bäuerliche und handwerkliche Geräte, eine Hufschmiede, eine Schuster-Werkstatt und eine Weberei in vergangene Zeiten blicken.



Pertisau am Achensee mit seinem einnehmenden Panorama liegt am Fuße des Naturpark Karwendel, eines der schönsten Bergwandergebiete Europas. Sportliche Vielfalt und erholsamer Urlaub – die gelungene Kombination von Genuss, Sport und Erholung für die ganze Familie.

Naturjuwel Karwendel: Satte grüne Almwie-

sen, dichte Wälder und schroffe Berggipfel - der Alpenpark Karwendel ist ein Paradies



intakter Natur. Unmittelbar in die Schönheit der Fauna und Flora eintauchen, die Tierwelt beobachten und die Seele baumeln lassen, muss hier das Motto sein.

Seit eh und je steht das Naturschutzgebiet für Stille. Als Zufluchtsort in die Ruhe und Einsamkeit lässt es sich behutsam ertasten. Der Alpenpark Karwendel ist das größte Naturschutzgebiet Österreichs und zählt zu den ältesten Naturschutzgebieten in ganz Europa. Unzählige Wanderungen in jedem Schwierigkeitsgrad stehen zur Auswahl. Ein weit verzweigtes Wegenetz ermöglicht das problemlose Erreichen jeder Schutzhütte innerhalb eines Tages und vielleicht begegnet man auf einer dieser Wanderungen den Gämsen oder Steinböcken, die im Karwendel zu Hause sind.

Michael Stephan



Gerade im dritten Lebensabschnitt geht es darum, ein Höchstmaß an Mobilität und Sicherheit zu erhalten oder wiederherzustellen. Genau darauf sind unter anderem die Therapieangebote der Physiotherapiepraxis Matthias Richter ausgelegt. Hier erhalten Patienten eine individuelle, qualifizierte und nach den neuesten Erkenntnissen der Medizin ausgerichtete Behandlung.

Ob bei der Behandlung akuter Schmerzsymptome oder der langfristigen Rehabilitation chronischer Funktionsstörungen – das Therapiespektrum der Praxis bietet die jeweils geeignete Behandlungsform. Selbstverständlich verfügt die Praxis über die Zulassung aller gesetzlichen und privaten Krankenkassen.

klassische physiotherapeutische Leistungen



Physiofit®/ Genius Rückenkonzept



Kursprogramm im Judomaxx



Betriebliche Gesundheitsförderung



„Meine Gesundheit und Mobilität ist in guten Händen“

Physiotherapie Richter | Obere Langgasse 5 | 67346 Speyer | Telefon 062 32-77555
speyer@physiotherapie-richter.de | www.physiotherapie-richter.de



Wörtersuche

von Uwe Naumer

Bilden Sie aus den Buchstaben des Wortes „Buchbinder“ neue Wörter. Sie beginnen mit zwei Buchstaben und suchen so viele Wörter, wie Sie finden können. Dann nehmen Sie drei, vier, fünf und suchen wieder neue Wörter:

Neue Wörter mit

2 Buchstaben

.....

3 Buchstaben

.....

4 Buchstaben

.....

5 Buchstaben

.....

6 Buchstaben

.....

7 Buchstaben

.....

8 Buchstaben

.....

9 Buchstaben

.....

10 Buchstaben

.....

Weitere Version

Aus den Buchstaben des Wortes „Buchbinder“ sind sieben Begriffe gesucht, deren Anfangsbuchstaben von a) bis g), der Reihe nach gelesen, die Lösung ergeben. Lösungshinweis: Stemmer eines Auerochsen

- a) Aschegefäß/bei Wahlen
- b) roter Edelstein
- c) des Menschen bester Freund
- d) nicht uns, sondern ...
- e) Obstsorte
- f) Nachlassempfängerin
- g) Laufabschnitt im Stadion

Die kulinarische Ecke

Hier können auch Sie Rezepte veröffentlichen

Schweinelendchen im Blätterteig

Zutaten

500 g Schweinelendchen

500 g Gouda-Käse

1 Bund Schnittlauch

1 Bund Petersilie

1-2 Pakete Blätterteig

¼ Liter süße Sahne

Mit Pfeffer und Salz würzen

Zubereitung:

Eine Auflaufform gut mit Blätterteig auslegen, auch seitlich gut hochziehen. Einen Teigrest für das Gitter aufheben.

Lendchen in Scheiben schneiden (eventuell etwas anbraten).

Käse in Würfel schneiden. Petersilie und Schnittlauch fein hacken.

Erst Fleisch, dann Käse in die Form füllen, Petersilie und Schnittlauch darüber geben.

Die Sahne drüber gießen.

Blätterteigstreifen als Gitter darüber legen.

1 bis 1½ Stunden bei 175 Grad im Backofen garen.

Guten Appetit!

Herta Alt



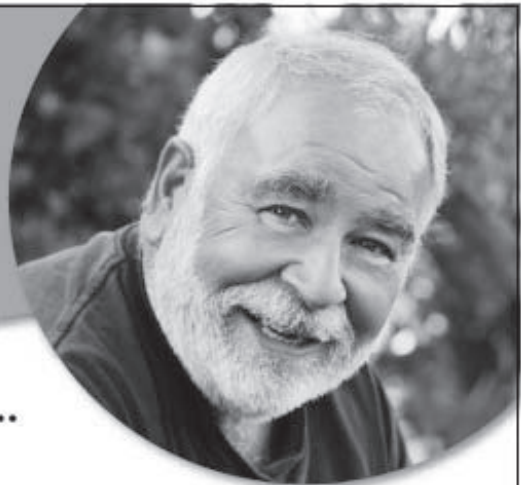


Für alle, die ihren Ruhestand nicht auf dem Amt verbringen wollen.

Sorgen Sie für mehr Ruhe im Ruhestand: Ab wann kann ich Rente beantragen? Wer hilft mir bei Fragen zur Pflegeversicherung? Antworten auf diese und viele weitere Fragen erhalten Einwohnerinnen und Einwohner der Metropolregion Rhein-Neckar unter der Behördennummer 115. Weitere Informationen unter www.m-r-n.com/115

Wir lieben Fragen

*Gepflegt wohnen -
Geborgenheit
genießen!*



Bei uns im Seniorenzentrum...

Unser Konzept umfasst Betreutes Wohnen, Langzeit- und Kurzzeitpflege sowie die Aufnahme von Wachkoma- und Beatmungspatienten.

Die freundliche Einrichtung, regelmäßige Veranstaltungen und ein modernes Therapiekonzept machen das Leben im Alter hier wirklich lebenswert.

Bei weiteren Fragen und dem Wunsch nach einem Besichtigungstermin stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



PROCON Seniorenzentren gGmbH
Seniorenzentrum Storchenpark

Obere Langgasse 13 · 67346 Speyer
Telefon 0 62 32/816-170

www.seniorenzentrum-storchenpark.de

... oder bei Ihnen zu Hause!

Zuhause · Vertraut · Gepflegt

Gerne unterstützen wir Sie unter anderem bei der täglichen Grund- und Behandlungspflege, bei der hauswirtschaftlichen Versorgung oder bei zusätzlichen Betreuungsleistungen.

Wir beraten Sie gerne und stehen Ihnen 24 Stunden am Tag zur Verfügung.



Metis

Ihr Ambulanter Pflegedienst

PROCON METIS GmbH

Obere Langgasse 13 · 67346 Speyer
Telefon 062 32/816-120 · Fax 062 32/816-130

www.procon-metis.de



In eigener Sache



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



Beitrittserklärung

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Mindestjahresbeitrag: **13,00 Euro** oder _____ Euro

Datum

Unterschrift

SEPA-Lastschriftmandat

Erteilung eines SEPA-Basis-Lastschriftmandats

Zahlungsempfänger: Verein der Freunde und Förderer
des Seniorenbüros Speyer e.V.
Maulbronner Hof 1 A, 67346 Speyer

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 14ZZZ00000139882

SEPA-Lastschriftmandat: Hiermit ermächtige(n) ich / wir den o.a. Zahlungsempfänger, Zahlungen von meinem / unseren Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich / wir mein / unser Kreditinstitut an, die vom o.a. Zahlungsempfänger auf mein / unser Konto gezogene Lastschriften einzulösen.

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

Zahlungsart: Jährlich wiederkehrende Zahlung

Zahlungspflichtiger: _____

BIC (8 oder 11 Stellen): _____

IBAN des Zahlungspflichtigen (max. 22 Stellen): _____

bei der _____ **abzubuchen.**

Unsere Alternativen für Sie!

Wir setzen für Sie und die Umwelt auf ökologische Alternativen. Nutzen Sie unsere Angebote ...



... zu Naturstrom

Sie haben die Wahl zwischen Ökostrom, zu 100 % regenerativ erzeugt, und unserem Premiumprodukt „Naturstrom Speyer Solar“ – der saubereren Energie aus SWS-Photovoltaikanlagen.

... zu alternativen Treibstoffen

Bei uns tanken Sie umweltbewusst – ob Erdgas und Autogas in der Industriestraße oder Strom auf dem Festplatz. Wir sind Ihr Partner für bewegende Innovationen.

... für effizientes Heizen

Unser Heizung-Komplettservice ist Ihre Alternative zur Eigeninvestition in eine moderne Heizungsanlage. Außerdem helfen Ihnen unser Austauschprogramm für alte Heizungspumpen und viele andere Angebote beim Energiesparen.

Weitere Informationen:
Tel. 06232/625-0

www.sws.speyer.de



SWS
STADTWERKE SPEYER GMBH