

Oktober
November
Dezember

4/2016

aktiv dabei



Seniorenbüro



Seniorenbüro der Stadt Speyer



2 aktiv dabei

Neue Entwicklungen	Seite	Der Kuss des Prinzen Barbara Hintzen	34
Es war eine schlimme und schöne Zeit Gespräch mit Ingrid Kretschmer Ria Krampitz	4-12	Kleine Macken Helga F. Weisse	35-36
Menschen in Speyer Solveigh Schneider	13-14	Ganz einfach Ulla Fleischmann	36
Was ist ein Browser? Jeanine Wein	15-16	Literaturkreis des Seniorenbüros Redaktion	36
Soziales	Seite	Kühner Aufbruch in die Ferne Rita Rössler-Buckel	37
Zufriedenheit hilft Betroffene kommen zu Wort Ria Krampitz	17-21	Mit Kopf und Hand Franz-Georg Rössler	38-39
Hilfreiche Tipps Redaktion	22	Verbindendes zwischen Speyer und Brixen Johannes Bruno	40-41
k.e.k.s. K.E.K.S. Team	22	Generationen Hand in Hand Ria Krampitz	42-47
Das sag ich meiner Mutter, Dass sie mir auch So ein Bild kauft Ria Krampitz	23-24	Menschen, Tiere, Sensationen Kunstverein Speyer	48
Angebote und Veranstaltungen für Menschen mit Demenz Pflegestützpunkte	25-26	Plakat Winkeldruckerei Artur Schütt	49
Kultur	Seite	Lokalgeschichte	Seite
Aus der Geschichte der Medizin Der Retter der Kinder Dr. med. Walter Alt	27-31	Jüdisches Speyer im Druck Katrin Hopstock	50-53
Das Glück Ulla Fleischmann	31	Postkartenmotive Katrin Hopstock	53
Begegnungen Hugo Ball – Hermann Hesse Dr. Helmuth Wantur	32-33	Olympische Spiele in Speyer Wolfgang Kauer	54
		Reisen	Seite
		„Tour de France“ Von Speyer nach Chartres Dr. Christian Roßkopf	55-59

Freundeskreis Chartres	59	DRK	37
Atemberaubend schön: das Einsame Naturparadies im Eis der Arktis Michael Stephan	60-62	Gemeinnützige Baugenossenschaft Physiotherapie Matthias Richter	39 41
Eine Reise in das Land Der Pharaonen Karl-Heinz Geier	63-65	Beisel Hütte Physiotherapie Müller-Frey Seniorenzentrum Storchenpark Förderverein des Seniorenbüros Stadtwerke	54 62 74 75 76

Vom Glaspark, Gläserne Scheune, Dampfbier zum Ruf der Wildnis Michael Stephan	66-68
----------------------------------------------------------------------------------------	-------

Fahrten des Seniorenbüros Mehrtagesfahrt in das Pustertal Besuch des Geysirs von Andernach Wolfgang Möcklinghoff	69-70
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------

Verschiedenes **Seite**

Wörtersuche	71
-------------	----

Aus alten Zeiten Fritz Schwager	72
------------------------------------	----

Kulinarische Ecke Adventstorte Schoko-Rahmkuchen à la Ute Ute Naumer	73
-------------------------------------------------------------------------------	----

Lösungen Wörtersuche	74
----------------------	----

Angebots-Palette des Seniorenbüros Redaktion	75
----------------------------------------------------	----

Auflistung der Anzeigen **Seite**

GEWO	18
Eis Café-Pizza De Vico	20
Salier-Stift	33
Rechtsanwältin Lange-Fehr	34

Impressum

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

Herausgeber: Seniorenbüro Speyer
Maulbronner Hof 1A, 67346 Speyer
Tel. 06232/14-2661
E-Mail: Ria.Krampitz@stadt-speyer.de

Titelbild: Seniorenbüro
Generationen Hand in Hand mit Walter
Hecht (58) und Alexander Wilpert (38)

Fotos: Ria Krampitz S. 4, 24; privat S. 6, 7,
38, 48, 59, 69, 70;
Solveigh Schneider S. 13; Anke Nader S. 23;
Wikipedia S. 27, 29, 58; Dr. Walter Alt S. 28,
31,
47, 73; pixelio S. 36; Generationen Hand in
Hand: Anne Ludwig, Fritz Ludwig, Nadine
Kaufmann, Dr. Michael Fritsch, Nadine Zim-
mermann, Georg Spatz, Petra Steinbacher,
Kloster Magdalena, Anke Nader, Bernhard
Sperrfechter, Petra Braun, wellcome, Her-
bert Kotter, Reinhard Trost, Katharina Star-
ker, Hans Wels, Dr. Christian Bürger S. 42-
47; Stadtarchiv S. 51-53; Michael Stephan
S. 60-62, 66-68; Karl-Heinz Geier S. 63-65;

Redaktionsschluss

**Für die Ausgabe 1/2017
ist Montag, 28. November 2016**

Es war eine schlimme und schöne Zeit

Gespräch mit Ingrid Kretschmer

Frau Ingrid Kretschmer ist am 5. März 1926 in Würzburg geboren. Sie ist eine offene, gesprächige Frau. Die Erinnerungen sprudeln nur so aus ihr heraus. Vieles ist in ihrem Gedächtnis noch präsent. Ihre Erinnerungen teilt sie gerne.

Haben Sie noch Geschwister?

Ich hatte noch zwei. Eine Schwester, die war 13 Jahre älter als ich und mein Bruder war zwei Jahre älter als ich. Meine Schwester ist 1970 gestorben, mit 59 Jahren. Und mein Bruder ist seit 70 Jah-

ren vermisst. Mit 20 war er in Russland. Wir wissen nicht, wo und wann er zu Tode gekommen ist.

Wie würden Sie Ihre Kindheit beschreiben?

Die war wunderschön, besonders in Würzburg.

Was war da so wunderschön?

1928 sind wir in ein Neubaugebiet gezogen am Rande von Würzburg. An drei Seiten gab es dreistöckige Wohnblocks. Wir hatten eine Vierzimmerwohnung mit Zentralheizung,



Bad und Loggia. Der Innenbereich des Hofes gehörte uns Kindern, es gab sehr viele. Wir konnten Roller- und Dreiradfahren, Reifen und Klickerspielen, Kreiseln, Hüpfspiele, Seilspringen und Ball spielen, am liebsten Völkerball. In der Mitte war ein riesengroßer Sandkasten. Im Frühjahr kam ein LKW mit frischem Sand. Da war die Freude groß. Mein Vater hat seinen ganzen Urlaub in den Sommerferien genommen. Dann sind wir auf die Insel mit den Fahrrädern. Die Insel war etwa zwei bis drei Kilometer vor Würzburg im Main. Über einen Damm ging es auf die Insel. Man musste Mitglied sein. Jede Familie hatte einen Platz mit Tisch und Bänken. Es gab eine große Halle mit verschließbaren Schränken, eine kleine Wirtschaft und viele Turngeräte: Kletterstangen, Rundlauf, Ringe, Barren und Schaukeln und viele Kinder. Wir besaßen einen Holzkahn. Damit sind wir dann mainaufwärts nach Ochsenfurt, entweder hat mein Vater gestakt oder getreidelt. Mein Vater lief auf dem Treidelpfad und zog den Kahn, während meine Mutter am Steuer saß und den Kahn in der Strömung hielt. Abends haben wir uns dann wieder heruntertreiben lassen. Verlorenes Paradies.

Was hat Ihr Vater hier in Speyer gemacht?

Er war bei der LVA.

Wie ist ihr Mädchenname?

Berthold. Diese Familie stammt ursprünglich aus Franken.

Wie lange wohnen Sie schon in Speyer?

Ich wohne jetzt seit über 80 Jahren in Speyer.

Das ist eine lange Zeit. Sie sind dann hier weiter zur Schule gegangen.

Das war für mich ein großer Schock. In Würzburg waren wir ja nur 40 in der Klasse. Das war schon viel für die damalige Zeit. Aber in Speyer waren es 54.

Waren da nur Mädchen oder waren es gemischte Klassen?

Das waren damals nur Mädchen.

In welcher Schule waren Sie?

In der Roßmarktschule. Bin aber dann in die Handelsschule übergewechselt. Die Handelsschule habe ich mit sehr gut abgeschlossen. Danach bin ich noch nach Ludwigshafen in die Oberwirtschaftsschule. Dort habe ich Abitur gemacht. Das war 44. Danach musste ich zum Arbeitsdienst, in die Oberpfalz. Dort war ich bis zum 13. April 45. Speyer war ja schon besetzt. Ich konnte also nicht nach Speyer. Deshalb wollte ich zu meiner Großmutter, die hat in Mittelfranken gewohnt, in Wassertrüdingen. Bin also gegen die Fronten gelaufen. Wenn Tiefflieger kamen, kamen immer drei mal drei Tiefflieger. Die haben auf alles geschossen, was sich bewegt hat. Links und rechts waren Wälder. Da bin ich immer hinten nachgerannt, hab alles hingeschmissen, was ich gehabt hab. Mein Fahrrad haben sie getroffen. Da hat man die Einschüsse auf der Straße gesehen. Ich bin weiter. Allerdings bin ich aber nur sehr langsam vorwärts gekommen. Da kam ich an eine Bank. Da saßen zwei Männer, die hatten so eine Karre. Die hab ich gefragt, wo sie hingehen würden. Sie wollten nach Hechlingen Das ist auf der Strecke zu meiner Großmutter. Da wären es dann noch 12 Kilometer gewesen. Da hab ich die gefragt, ob sie mei-

6 aktiv dabei

nen Kleiderbündel drauf tun. Dann sind wir halt zu dritt. Ich hab immer gesagt: „Lassen Sie mich nach Essen fragen.“ Die haben nicht mehr so taufrisch ausgesehen. Die waren ja desertiert, aus der Munitionsfabrik in Nürnberg. Die waren aus dem Saarland. Die wollten zu ihren Familien, die in Hechlingen evakuiert waren. Da hab ich gesagt: „Lassen Sie mich nach Essen fragen. Ich bekomme bestimmt etwas.“ In einem großen Bauernhof, da hat eine Frau gestanden, die Arme in die Seite gestemmt und hat gesagt: „Wir haben selber nichts.“ Dann habe ich bei den kleinen Bauern gefragt. Die haben mir entweder Wasser gegeben oder einen schwarzen Kaffee, mal einen Milchkaffee oder mal ein Stück Brot, manchmal mit was drauf. Irgendetwas hab ich immer gekriegt. Das haben wir am Ende dann geteilt. Da habe ich immer zu denen gesagt: „Lassen sie mich vorgehen. Ich frag, ob noch Militär da ist.“ Die hätten die nämlich glatt aufgehängt und mich wahrscheinlich mit.

Dann bin ich immer vor und hab gefragt: „Ist noch Militär im Ort.“ „Ah nee, das waren die ersten, die weg sind. Die sind schon alle weg.“ Dann hab ich gesagt: „Gut, wir können durch.“ Wir sind bis Hechlingen gekommen. Das war abends. Die Männer haben gesagt, wo ich hingehen soll. Da wäre eine NSV Krankenschwester, da soll ich hingehen. Die hat gesagt: „Ja, ich will sie aber nicht bei mir behalten. Ich bring Sie aber wohin, wo Sie schlafen können.“ Dann hat sie mich zu einer alten Frau gebracht. Sie war allein. Die hat mir das Zimmer von ihrem Sohn gegeben. Darin stand eine Waschküchle und ein Bett mit einem Strohsack,

der mit handgesponnenem Leinen bezogen war. Sie hat mir Essen gemacht und hat gesagt, sie stellt mir morgen früh ein Frühstück hin. Ich soll schlafen so lang ich will. Sie muss um sieben Uhr aufs Feld gehen. Ich hab dann einen Zettel geschrieben, mich bedankt. So um acht Uhr bin ich dann weg. Hab aber das Gepäck dort gelassen. Um ein Uhr war ich dann bei meiner Großmutter. Um fünf Uhr kamen schon die ersten Panzer. Das waren Marokkaner, lauter Farbige. Dann war Ausgangssperre. Ich konnte also nicht mehr zurück. Meine Kusine war auch da.



Der Vater ist bei einem Fliegerangriff ums Leben gekommen. Sie war dann alleine und ging auch zur Großmutter. Da hab ich gesagt: „Wir nehmen jetzt einen Handwa-

gen und holen das Gepäck.“ Denn das war alles, was ich gehabt hab. Zum Anziehen, Wechselwäsche und so. Das haben wir dann gemacht und sind wieder zurück. Dann war ich bei meiner Großmutter bis zum September 45. Die Firma Lanz, war dort ausquartiert und die sind zurück nach Mannheim. Die waren ja von Mannheim. Da hat mich eine Frau gefragt, wenn ich nach Mannheim komm, ob ich den Lindenhof kenn? Hab ich gesagt: „Ja, den kenn ich gut. Ob ich einen Brief mitnehme für ihre Schwester. Das hab ich gemacht. Dann bin ich mit denen zurückgefahren. Im Anhänger saß ich. Unterwegs sind nur die Fahrer kontrolliert worden. Die haben nicht geguckt, wer da noch drin sitzt. Bin dann nach Mannheim gekommen. Da wollte ich übernachten. Dann habe ich gedacht, so jetzt gehe ich noch den Brief abgeben. Das habe ich getan. Hat mich die Frau gefragt, wo ich hin will. „Ja eigentlich nach Speyer.“ Da sagt sie: „Das wird aber schwierig über die Rheinbrücke zu kommen, die kontrollieren die Amerikaner.“ Ludwigshafen war noch amerikanisch. Die Grenze war bei Otterstadt. Speyer war schon französisch. Da hab ich gesagt: „Ich muss aber über die Brücke“ Da hat sie gemeint: „Da brauchen Sie einen Pass. Mein Mann besorgt ihnen einen. Die hat mich drei Tage verköstigt. Die hat dann gesagt: „Holen Sie ihre Sachen, Sie können bei mir übernachten.“ Dann hab ich einen Pass gehabt und bin über die Rheinbrücke. Das war so ein großer Zettel. Da war nur drauf gestanden, dass ich frei bin von ansteckenden Krankheiten. Durfte also die Rheinbrücke passieren. Bin in Ludwigshafen zu einer ehemaligen Mitschülerin und hab gesagt: „Ich will nach

Speyer.“ Da sagte sie: „Da ist aber die Grenze bei Otterstadt/Waldsee.“ Ich hab das Gepäck bei ihr gelassen und hab gesagt: „Ich lauf jetzt nach Speyer.“ Bin dann an die Grenze gekommen. Da saßen zwei Männer. Die sind gleichzeitig aufgestanden, sind auf mich zu und wollten „papier“. Die Papiere. Da hab ich den großen Zettel gezeigt. Darauf stand Ingrid Berthold aus Speyer. Dann habe ich denen auf Französisch gesagt, was da auf dem Zettel in



Englisch steht. Die zwei haben auf den Zettel geguckt. Das Englisch konnten sie nicht lesen. Es waren viele Stempel und Unterschriften drauf. Dann haben sie sich angeguckt, mich angeguckt und haben gesagt: „Passer.“ So bin ich dann nach Speyer gekommen. Nach drei Tagen hab ich zu meiner Mutter gesagt: „Weißt was, jetzt fahr ich mit dem Fahrrad nach Ludwigshafen und hol das Gepäck.“ Meine Mutter hat Angst gehabt. Ich bin dann wieder los. Ich hab ja den Zettel gehabt. Und dann hab ich ge-

8 aktiv dabei

sagt, ich muss über die Rheinbrücke. Die Männer haben gesagt, das können sie nicht lesen und haben mich laufen lassen und ich war wieder drüben bei der Lore. Die hat gesagt: „Du bist ganz schön frech.“ Da hab ich gesagt: „Ich will auch wieder zurück.“ Da sagt sie: „Wart bis Wachablösung ist, dass nicht wieder die gleichen dort sitzen.“ Dann hab ich das Fahrrad genommen, das Gepäck drauf und bin wieder losgeradelt. Ich kam wieder zur Grenze, habe denen wieder erzählt, dass ich nach Speyer zu meinen Eltern möchte. Dann haben sie das Rad angeguckt und das Gepäck und haben gesagt „passer“.

Da haben Sie Glück gehabt.

Meine Mutter war heilfroh, als ich wieder da war. Dann wollte ich ja nach Mannheim zum Studieren.

Was wollten Sie studieren?

Ich wollte Naturwissenschaft, also Buchführung und Mathematik haben mich interessiert. Da hätte ich die neunte Klasse noch gebraucht. Damals waren es ja nur acht Klassen bis zum Abitur. Nach 45 waren es neun Klassen. Die hätte ich dann noch machen müssen. Aber die Schule in Ludwigshafen war zerstört und nach Mannheim konnte ich nicht. Ich hab fünf Anträge gestellt. Weil ich aus dem Reichsarbeitsdienst entlassen worden war, das war für die Amerikaner schon suspekt. Das war für die gleich Militär. Ich habe keine Erlaubnis bekommen. Und dann habe ich im November in Speyer in einem Büro angefangen.

Haben Sie da eine Ausbildung gemacht?

Nein. Ich habe dann gleich gearbeitet. Ich hab die Handelsschule und die Wirtschaftsschule abgeschlossen und hab gearbeitet. Dann habe ich 51 meinen Mann kennengelernt.

Haben Sie Ihren Mann in Speyer kennengelernt?

Im Skiclub. Ich bin im Skiclub gewesen. Meine Schwester hat in München gewohnt. Da bin ich immer nach München gefahren und bin mit ihr und meinem Schwager in Skiurlaub gefahren. Jeden Sonntag sind wir vom Skiclub um fünf Uhr in die Nähe von Baden-Baden gefahren. Sind dort Ski gefahren und abends sind wir wieder zurück. Mein Mann, der kam aus dem Riesengebirge. Der konnte sehr gut Skifahren. 1954 haben wir geheiratet.

Warum haben Sie gesagt, dass ihr Mann mit der BASF verheiratet war?

Weil er dort 40 Jahre gearbeitet hat.

Waren Sie auch berufstätig?

Ja, als meine Tochter so groß war, dass sie mich nicht mehr gebraucht hat. Die war dann 14. Hab dann 15 Jahre halbtags in der Landesbibliothek gearbeitet.

Wie viele Kinder haben Sie?

Zwei. Einen Sohn und eine Tochter.

1955 ist mein Sohn geboren und 58 meine Tochter.

Dann sind Sie jetzt bestimmt auch schon Großmutter?

Ich bin sogar schon Urgroßmutter. Ich habe vier Enkel (zeigt die Fotos) und drei Urenkel. Zwei Mädchen und einen Jungen. Im

Mai war ich bei meinem ältesten Enkel, hab dort übernachtet und das Geburtstagsgeschenk zum 90. Geburtstag eingelöst. Das war ein Zeppelinflug.

Das ist aber ein schönes, ein besonderes Geschenk.

Wunderschön. Das war ganz toll. Das war einmalig schön. (zeigt Bilder). Da habe ich eine Urkunde bekommen. Mir Prosecco sind wir da empfangen worden.

Wie konnten Sie das alles wahrnehmen, weil Sie ja nicht mehr gut sehen?

So viel sehe ich noch.

Das war etwas ganz Besonderes.

(zeigt die Einladungskarte mit aufgeklebtem Zeppelinbild). Das waren Puzzelteile, die musste ich alle einzeln zusammensetzen (lacht).

Was für eine originelle Idee.

Das hat alles der große Enkel gemacht. Der hat mich dann von Tuttlingen nach Friedrichshafen gefahren. Der ist mit mir geflogen. Eigentlich sollte meine Tochter mit mir fahren. Aber die hat das Bein gebrochen im März.

Das war ein tolles Erlebnis für Sie an das Sie gerne denken.

Da hat man die Alpen gesehen. Und die schneebedeckten Gipfel und die Orte.

Haben Sie einen engen Familienverbund?

Ja, ja. Meine Kinder sind auch immer für mich da, wenn ich sie brauche. Auch die Enkel.

Wann ist Ihr Mann gestorben?

Das war am 27. Februar 1999.

Das war sicher ein harter Einschnitt in Ihr Leben.

Ja, das war sehr schlimm. Wie ich plötzlich ganz allein da war. Wenn ich die Kinder nicht gehabt hätte, hätte ich nicht mehr weiterleben wollen. Aber das hat mich dann doch noch gehalten.

Haben Sie sich erst nach dem Tod ihres Mannes eine Wohnung im Betreuten Wohnen gesucht? Oder haben Sie schon mit Ihrem Mann gemeinsam hier gewohnt?

Nein. Ein paar Jahre bin ich noch in der Wohnung gewesen. Aber das Treppensteigen. Wir haben im dritten Obergeschoß gewohnt. 56 Stufen hoch. Das Treppensteigen ging derart in die Knie. Da hab ich gesagt: „Nein, jetzt verkaufe ich die Wohnung.“ Ich war derart am Boden zerstört. In der Zeit hab ich 17 Kilo abgenommen.

Das ist enorm viel.

In einem dreiviertel Jahr. Das waren zwei Kleidergrößen. Mir hat nichts mehr gepasst. Dann wollte ich zur Kur.

Hat es mit der Kur geklappt?

Die Kur wurde abgelehnt. Da habe ich Einspruch eingelegt. Das ging dann. Ich bin nach Oberammergau gekommen..

Wann sind Sie ins Betreute Wohnen umgezogen?

Etwa vor acht Jahren habe ich die Wohnung verkauft. Und bin dann in ein Betreutes Wohnen gezogen.

10 aktiv dabei

Fühlen Sie sich hier wohl?

Da fühl ich mich sehr wohl.

Gibt es hier auch eine Hausgemeinschaft? Oder ist jeder für sich?

Nein, nein, hier auf dem Stockwerk laden wir uns schon gegenseitig mal zum Geburtstag ein. Ich habe ein gutes Verhältnis mit allen. Zum Essen gehe ich rüber.

Wie geht es Ihnen ansonsten gesundheitlich?

Sehr gut.

Es sind also nur die Augen, die Probleme machen?

Ja. So kleine Wehwehchen habe ich noch, die Arthrose und Diabetikerin bin ich auch. Ich nehme Tabletten.

Sie fühlen sich gesundheitlich also gut?

Ja.

Sind Sie noch viel unterwegs?

Nicht mehr so viel, weil ich halt schlecht sehe. Ich gehe nicht gern große Strecken. Früher bin ich immer spazieren gegangen. Bis vor vier Jahren bin ich ja noch im Pfälzer Wald gewandert. Jeden Samstag bin ich dann mit einer Frau von Ludwigs-hafen gewandert. Die hab ich im Zug kennengelernt. Die hab ich gefragt, ob sie wandern geht, weil sie so Mephisto Schuhe angehabt hat und einen Rucksack hatte. Sagt sie ja, sie geht jeden Samstag. Ihr Mann ist vor einem Jahr gestorben, sie hat niemand mehr. Und da hab ich gesagt: „Rufen Sie mich an, ich gehe mit ihnen.“ Ich bin 12 Jahre mit ihr gegangen, bis sie starb.

Sie sind sehr kontaktfreudig.

Ja, doch. Bin ich schon.

Gehen Sie noch wandern?

Jetzt kann ich halt allein nicht mehr in den Wald. Und mit dem Pfälzer Waldverein auch nicht. Ich bin jetzt langsamer geworden und die laufen sehr schnell, dann häng ich hintendran.

Dann müsste es eine Gruppe für die geben, die nicht mehr so schnell sind.

Selbst die Senioren laufen noch sehr schnell. Und ich bräuchte auch jemand, der auf mich aufpasst, weil ich halt nicht so gut sehe. Wenn eine Baumwurzel ist oder Steine, dann stolpere ich drüber.

Das ist ja dann gefährlich.

Das kann ich nicht mehr. Und allein im Wald will ich auch nicht gehen. Aber hier hatte ich jemand. Wir sind jeden Tag gelaufen, zur Waldeslust oder Walderholung. Aber die kann jetzt auch nicht mehr. Nach und nach sterben sie. Meine Freundin ist auch gestorben.

Da wird der Freundeskreis kleiner.

Ja. Je älter man wird, umso einsamer wird man. Das war für mich ganz schlimm, wie mein Mann gestorben ist. Ich hab dann festgestellt, dass das alles Freunde meines Mannes waren. Ich hab selber eigentlich niemand gehabt. Eine Freundin. Und die haben gesagt, sie rufen mal an. Es hat aber nicht einer angerufen. Ich war dann derart verlassen. Dass ich gedacht habe, das gibt's nicht.

Was ist Ihnen in Ihrem Leben immer ganz wichtig gewesen?

Die Kinder waren mir sehr wichtig. Die Familie war wichtig. Für die hätte ich alles gemacht.

Das haben Sie ja auch.

Ja sicher.

Was hat Ihr Sohn studiert?

Medizin. Er musste alle halb Jahr einen Bericht schreiben, weil er ein Stipendium bekommen hatte. So zehn Seiten. Ich musste den immer Tippen. Kurz vorm Abgabetermin brachte er es dann endlich. Ich hab gesagt: „Schreib das endlich. Ich muss jetzt anfangen, ich muss das ja wieder tippen und die vielen Fremdwörter. Bleib da, dass ich sie richtig schreibe. Ich kann's nicht ausbessern.“

Haben Sie den Führerschein gemacht?

Ja. Ich war heilfroh, dass ich ihn gehabt hab. Unter der Woche, hab ich immer das Auto gehabt, wenn mein Sohn nicht grad gefahren ist.

Da sind Sie richtig stolz auf Ihre Kinder und Enkelkinder.

Ja doch.

Was würden Sie jungen Menschen für ihr Leben raten?

Eine Ausbildung zu machen. Ganz egal was. Da kann man immer drauf aufbauen. Wenn das nichts wird, was anderes anfangen.

Sind Sie auch im Einsatz bei der Familie?

Jetzt nicht mehr.

Wäre Ihnen noch was wichtig zu sagen?

Es ist eigentlich alles gesagt, was wichtig war. Es war halt schon eine schlimme Zeit, wie ich auf der Flucht war, mit den Tieffliegern und musste immer rennen um mein Leben.

Da hatten Sie viel Angst.

Doch, ja. Ich bin da zwischen zwei Fronten gewesen. Hinter mir waren die Russen, vor mir waren die Amerikaner. Ich hab Angst gehabt, dass ich nicht mehr zu meiner Großmutter komm.

Nochmal zurück zum Vater. Er war nicht in der Partei. Was war in der Familie für eine Stimmung. War man gegen Hitler?

Ja, ja.

Haben Sie das als Kind auch mitbekommen?

Nicht so. Meine Eltern waren sehr zurückhaltend mit Meinungsäußerungen uns Kindern gegenüber.

Sie haben Ihr Leben sehr schön mit ihrem Mann gemeistert.

Mein Mann war in der BASF. Er hat keine abgeschlossene Schulbildung gehabt. Er war in der 6. Klasse auf dem Gymnasium. Da war die Schule zu Ende. Er hat dann beim Bauern gearbeitet, damit er was zum Essen hatte. Seine Pflegemutter ist mit ihm nach Hein gezogen, ins Riesengebirge, weil sie nicht in Breslau bleiben konnten. Das Haus, wo er gewohnt hat, ist zerstört. Die Mutter hat immer Zimmer vermietet. In Breslau hatte sie einen Mittagstisch für ledige Herrn gehabt. Es kamen immer sechs zum Mittagessen. Die leibliche Mutter hat mein

12 aktiv dabei

Mann zwar kennengelernt, er hatte aber fast keinen Kontakt zu ihr. Das war ganz kurios. Die Eltern seiner Mutter waren katholisch und sehr gegen die Heirat. Die Eltern meines Mannes haben gedacht, wenn ein Kind unterwegs ist, dann werden sie wohl einverstanden sein. Sie wurde dann auch schwanger, aber der Mann ist ganz überraschend gestorben. Er hatte Hirnhautentzündung. So war das Kind unehelich. Dann war das Geschrei groß. Die Großeltern wollten das Kind nicht haben. Eine Offiziersfamilie und ein uneheliches Kinde, undenkbar 1928. Sie hat drei Wochen Urlaub genommen, in der das Kind zur Welt gekommen ist, hat es in Pflege gegeben. Die Eltern haben darauf gedrungen, dass ihre Tochter ihr Kind zur Adoption frei gibt, damit sie noch Heiratschancen hätte. Das hat sie halt unter Druck getan. Niemand in dieser Familie wollte das Kind. Mein Mann hat immer gesagt, mich wollt niemand. Das war schon schlimm für ihn. Aber seine Pflegemutter, die hat dann alles für ihn gemacht.

Dann hat ihr Mann aber mit Ihnen eine schöne Familie gegründet.

Die Familie war für ihn alles. Die Kinder und die Enkelkinder. Den Jüngsten, den hat mein Mann immer mit geschleppt. Der war dann sieben, wie er gestorben ist. Für den Kleinen war das schlimm. Wie mein Mann immer wieder ins Krankenhaus musste und da hat er gefragt: „Der kommt doch wieder? Das ist doch mein Freund.“ Und einmal kam er halt nimmer.

Haben Sie noch Ziele?

Nein. Ich habe keine Ziele mehr. Ich bin jetzt so alt geworden, dass ich keine mehr habe. Aber ich möchte mich an meinen Ur- enkeln, Enkeln und meinen Kindern noch erfreuen. Ich wünsche, dass alle gesund bleiben.

Vielen Dank für das Gespräch. Ich wünsche Ihnen weiterhin viel Freude mit Ihrer Familie, schöne Begegnungen und dass Sie weiterhin mit Menschen in Kontakt bleiben können.

Ria Krampitz

Biografisches Theater



Beim biografischen Theater werden wichtige Ereignisse des eigenen Lebens aufgegriffen, auf Papier niedergeschrieben und in kleinen Theaterszenen nachgespielt. Dies dient dem Erinnern, Verstehen und Verarbeiten.

Leitung: Julia Jawhari, Master of Science (Psychologie), Bachelor of Arts (Theater)
Autorin und freie Texterin

Termine: Mittwoch

03. November 2016

17. November 2016

01. Dezember 2016

Anmeldung im Seniorenbüro

Menschen in Speyer

Kirstin Helberg, Journalistin u. Autorin weist in ihrem Buch „Syrier bei uns-Das Anderssein akzeptieren“ auf Ängste u. Missverständnisse hin, die in unserer Gesellschaft gegenüber den Flüchtlingen um sich greifen. Es stellt sich tatsächlich die Frage bei den vielen Diskussionen, wer kennt einen dieser Menschen persönlich? Haben wir Kontakt zu ihnen, oder lassen wir uns nur durch Vorurteile leiten, die oft auf negativen Meldungen aus den Medien beruhen? Die vielen unermüdlichen Ehrenamtlichen die in Speyer mit den Flüchtlinge in vielerlei Bereichen tätig sind, berichten von der großen Bereicherung u. den vielen positi-

ven Erfahrungen bei den Begegnungen mit ihnen. Ein eindrucksvolles Beispiel ist die Kleiderkammer des DRK Speyer „AfA, Aufnahmeeinrichtung für Asylbegehrende“. Vor einem Jahr, im Sept. 2015 wurde das DRK mit der Versorgung u. der Betreuung vom Land RLP beauftragt .Es waren 800 Menschen, die in die Kurpfalzkasernen eingezogen sind. Ihre Heimat waren einst Syrien, Ägypten, Afghanistan, Eritrea u. viele andere Länder. Viele dieser Hilfesuchenden sind inzwischen auf die Kommunen verteilt worden. Frau Cordula Wresch, die dort ehrenamtlich in der Kleiderkammer tätig ist, weiß nach dem ersten Jahr ihrer sehr intensiven Tätigkeit viel zu erzählen. Sie berichtet



14 aktiv dabei

von dem Leben der dort untergebrachten Menschen, deren Tagesablauf geprägt ist von endlosem Warten auf eine Nachricht durch die Behörden u. von großem Heimweh u. die Sorge um die, die sie zurücklassen mussten. Erleichtert, erschöpft u. mit schrecklichen Erinnerungen kommen sie bei uns an. Sie haben Familiengemeinschaften verlassen u. unsere Individualgesellschaft ist für sie befremdend u. macht sie einsam. Frau Wresch hat die Kleiderkammer aufgebaut. Sie organisiert, strukturiert u. darf auf die Unterstützung auf ein unermüdliches Team von 45 Ehrenamtlichen zurückgreifen. Stellvertretend für diese hoch engagierten Menschen, berichtet Heidi Söder. Sie hat in der hervorragend organisierten Kleiderkammer die Stube für die Kinderkleidung. Wie auch für die Erwachsene, sind hier die kleinen Kleider sehr gut sortiert. Ein Großer Bär dient Frau Söder als "Model" bei Sprachbarrieren, z. B. beim Umgang mit Babybodies, oder Anziehen von Kleidung, die in unserer Gesellschaft üblich ist. Frau Söder ist eine begeisterte Ehrenamtliche. Sie berichtet von den wertvollen Begegnungen u. sehr schönen Ereignissen in dem vergangenen Jahr. Elf Babys wurden geboren, deren „Erstbestückung“ für Mutter u. Baby, in Absprache mit der Klinik u. den zuständigen Hebammen gewährleistet wurde. Eine kurze Zeit konnte sie das Heranwachsen der kleinen Menschen miterleben, bevor sie mit ihren Eltern in die Kommunen weitergeschickt wurden. Integration bedeutet also nicht nur den Menschen die um Asyl bitten, die deutsche Sprache zu lehren. Integration bedeutet sie aufzunehmen, ohne Sprachbarrieren vorzuschieben. Wir müssen in der Lage sein, auch persönlichen Kontakt mit ihnen aufnehmen zu können. Sprachbarrieren gibt es nicht, denn wie verständigen sie sich z. B. in einem Land, in dem sie Urlaub machen

u. dessen Sprache sie nicht mächtig sind? Natürlich mit Händen u. Füßen ! Aber das alleine führt nicht zum Abbau von Vorurteilen.

Vielleicht sollte man jedem, der diese Vorurteile schürt die Frage stellen „Kennen sie einen Flüchtling persönlich?“ und vielleicht führt diese Frage zum Nachdenken u. hilft Vorurteile abbauen zu können.

Solveigh Schneider



Wissenswertes für Ihre Gesundheit als Telefonansage oder im Netz

Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz, Telefon 0 61 31-20 69 0, Fax 0 61 31-20 69-69, Mail info@lzg-rlp.de, www.lzg-rlp.de,

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Birgit Kahl-Rüther, Telefon 0 61 31-20 69-15, Mail bkalh@lzg-rlp.de

Unsere Themen von Oktober bis Dezember

- 01.-15.10. Was ist eine Kreuzallergie?
- 16.-31.10. Superfood – Was kann es wirklich?
- 01.-15.11. Übungen für Körper, Geist und Seele: Qigong
- 16.-30.11. Wann sind Pigmentstörungen Gesundheitlich unbedenklich?
- 01.-15.12. Rheuma hat viele Gesichter
- 16.-31.12. Resilienz: So können Sie Ihre Psychische Widerstandskraft stärken

Browser-Praxis-Tipps

Was ist ein Browser?

Was auch immer man im Internet macht – Dreh- und Angelpunkt des Surfens ist der Browser. Dieses Programm, das Seiten im Netz darstellen kann, hat einige Funktionen zu bieten, die das Recherchieren leichter und das Surfen angenehmer machen. In dieser Artikelreihe werden deshalb verschiedene wichtige Aspekte und nützliche Tipps rund um dieses Programm vorgestellt.

Die Veröffentlichung des ersten Browsers im Jahr 1991 legte den Grundstein für das Surfen im Internet, wie wir es heute kennen. Browser sind Computerprogramme, die Webseiten darstellen können. Sucht man zum Beispiel eine Information im weltweiten Datennetz oder möchte im Internet einkaufen, öffnet man einen dieser Browser und gibt die Internetadresse ein.

Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Safari oder Microsoft Edge – das alles sind Namen für solche Programme.

Mit welchem man im Internet surft, ist vor allem eine Geschmacksfrage. Denn sie funktionieren im Grunde alle ähnlich. Ein paar Dinge sollte man über die verschiedenen Browser dennoch wissen.

Internet Explorer und Microsoft Edge

Der Internet Explorer ist der Browser des Betriebssystemherstellers Microsoft. Deshalb ist er bei vielen Computern mit dem Microsoft-Betriebssystem Windows auch vorinstalliert. Seit der Windows-10-Version hat Microsoft allerdings einen neuen Browser unter dem Namen Microsoft Edge herausgebracht.

Mozilla Firefox

Dieser Browser wird meist kurz Firefox genannt und ist ein freier Browser der Mozilla Foundation, einer gemeinnützigen Organisation aus den USA. Firefox gibt es auch als App für Smartphones und Tablets.



16 aktiv dabei

Telekom Browser

T-Online bietet ebenfalls einen Browser an, der auf Firefox basiert, aber mit zusätzlichen Funktionen und Werbung ausgestattet ist. Telekom-Kunden werden so beispielsweise über eingehende E-Mail-Nachrichten informiert.

Google Chrome

Auch der Unternehmensriese Google, der vor allem über die Suchmaschine Google bekannt ist, hat einen eigenen Browser auf den Markt gebracht. Diesen Browser findet man auch auf manchen Smartphones mit dem Betriebssystem Android vorinstalliert, da auch Android zu Google gehört.

Safari

Das ist der Name des Browsers von Apple. Man findet ihn auf allen Apple-Betriebssystemen (Mac OS X und iOS), sowohl auf Computern und Laptops wie auch auf Smartphones und Tablets. Neben den hier genannten gibt es noch weitere Browser wie der Dolphin Browser für Smartphones und Tablets mit den Betriebssystemen Android und Apple iOS oder Opera.

Autorin:

Jeanine Wein

Quelle:

www.silver-tipps.de

Link:

<http://www.silver-tipps.de/tipp-1-was-ist-ein-browser/>

Bildnachweis:

Silver Tipps – JGU

Öffnungszeiten und Angebote:

❖ Frauentreff im F@irnet

jeweils montags von 16:00 bis 17:30 Uhr
Ansprechpartnerin: Ilka Mönig

❖ Computer Sprechstunde

jeweils dienstags von 10:00 bis 11:30 Uhr.
Bitte bringen Sie ihr Problemgerät mit.

Ansprechpartner: Dirk Humborg
Helmut Hammer

❖ Computerclub am Donnerstag

jeweils donnerstags von 10:00 bis 11:30 Uhr
Ansprechpartner: Herbert Gundel
Jürgen Rehm

❖ Computerclub am Freitag

jeweils freitags von 10:00 bis 11:30 Uhr
Ansprechpartner: Jürgen Rehm
Herbert Gundel

Nur frischen Sinns durchs Leben hin,
nur nicht gebeugt den stolzen Sinn,
mit Freuden jede Maid geküßt,
mit Hochmut jeden Narr'n begrüßt:
So wirst du glücklich, wirst du groß,
und schaffest dir dein eigen Los.

Goethe

Zufriedenheit hilft

Gespräch mit Frau Rosa Böllert

Frau Rosa Böllert (83 Jahre und Herr Adolf Böllert (82) leben mit ihrem geistig behinderten Sohn Klaus (60) in einem Einfamilienhaus. Die Pflege übernimmt seit 60 Jahren ausschließlich Frau Böllert.

Ist die Behinderung während der Geburt entstanden?

Ja. Es wurde zu lange im Krankenhaus gewartet. Das Kind war schon ins Becken eingeschossen und dann haben sie nicht mehr weiter gewusst. Da können sie ja keinen Kaiserschnitt mehr machen. Dann haben sie ihn mit der Zange rausgeholt. Er hatte dann aber keine Herztöne mehr. Sie haben ihm Sauerstoff angehängt und das war der größte Fehler, denn bei dem Kind war alles unterbrochen. Das war ja ein Baby. Seitdem hat er das. Er kann nicht sprechen. Er ist halt wie ein Kind. Wir waren in Heidelberg. Der Professor hat ihn ganz untersucht und gesagt: „Frau Böllert, da ist nichts mehr zu machen. Sie müssen sich vorstellen, wenn der Finger tot ist, ist er nicht mehr zu ersetzen. Und bei ihm ist Sprechen und Denken tot.“ Er hat gesagt: „Was Sie brauchen, das ist viel viel Liebe.“ Aber alles nutzt nichts. Wir sind trotzdem hinterher zum Heilpraktiker. Was macht man nicht alles. Unser Sohn hat dann Frischzellenspritzen bekommen. Und an der letzten Spritze wäre er schier gestorben. Die hat er nicht vertragen. Der hat getobt, wie ein Tier. Der Heilpraktiker musste ein Gegenmittel holen. Dann haben wir gesagt: „Es hat

keinen Wert, wir machen nichts mehr.“ Man hat ja alles versucht. Das ist nicht einfach. Kinder wollte ich keine mehr, weil er viel Arbeit gemacht hat. Man sagt dann immer: „Warum? Warum jetzt grad ich? Meine Mutter ist damit auch nicht fertig geworden. Die hatte sechs Kinder und alle gesund. Im Krankenhaus hätten sie früher eingreifen müssen. Und dann bekommen sie gesagt: „Sind Sie froh, dass er lebt.“ Aber wie er schon 60 Jahre lebt, das wird man dann nicht gefragt.

Als Sie die Nachricht gehört haben, dass Ihr Kind behindert ist, was haben Sie da empfunden?

Das ist dann schon ein Schreck. Ich war dort 21. Das war furchtbar. Aber ich hab ja nicht gedacht, dass das so schwer ist. Das haben wir erst erfahren, als wir drüben in Heidelberg waren. Der Professor hat uns das erklärt. Unser Sohn hat erst mit drei Jahren laufen gelernt. Bei ihm war alles später. Er konnte kein Gleichgewicht halten. Das ist alles vom Kopf gekommen. Wir haben den mit Franzbranntwein eingerieben und alles gemacht. Das hat aber gar nicht geholfen.

Dann waren Sie ganz mit der Pflege beschäftigt.

Ja. Das war schon als Baby, da ist es schon losgegangen. Wie's sitzen losgegangen ist, dann ist er uns laufend vorgefallen. Und die Sprache war ja nie dagewesen. Er war sehr behindert. Dann hat man es gesehen. Das

18 aktiv dabei

schlimmste war, als er in die Schule gemusst hätte. In die Sonderschule hat er auch nicht gekonnt. Dann haben Eltern, die auch schwerstbehinderte Kinder hatten, in Schifferstadt ein Haus gekauft. Die Väter haben das Haus hergerichtet. Da war er neun Jahre alt, wie das Haus eröffnet wurde. Er ist jeden Tag mit dem Bussel geholt worden. In dem Haus waren Schwerstbehinderte. Dort war er bis 18 Jahre. Dann hat's geheißen, jetzt muss er in eine Werkstatt. Unmöglich. Er hat nie in eine Werkstatt gekonnt. Wir sind dann nach Landau gefahren, da war eine Werkstatt mit Maschinen. Klaus hat aber Angst vor den Maschinen. Das hatte gar keinen Wert. Der Bub hätte den ganzen Tag da gesessen. Dann haben wir uns entschlossen, wir lassen ihn zu Hause. Wir haben einen großen Garten. Da ist eine Schaukel. Da hat er sich verweilen können. Dort wäre er ja auch bloß da gesessen. Klaus hat ja nichts gekonnt. Den können Sie nicht alleine auf die

Straße lassen. Das Gute war, als mein Mann noch gekonnt hat, und Auto fahren konnte, sind wir viel in die Weinberge gefahren. Durch seinen Schlaganfall sind wir nun halt doppelt getroffen worden.

Wann war der Schlaganfall?

Vor drei Jahren. Seit dem darf er kein Auto mehr fahren. Der Ergotherapeut kommt ja immer noch her zu ihm. Mein Mann hat lang gebraucht. Er hat immer gemeint, dass es noch wird. Aber das hat keinen Zweck. Das Autofahren fehlt uns halt. Aber man kann es nicht ändern. Einen Ausgleich haben wir durch den Garten. Für mich war das schwer, wie er den Schlaganfall hatte.

Sie haben dann auch ihren Mann gepflegt.

Ja, er ist ja gar nicht die Treppe hochgekommen. Das war so schlimm.

Mein Mann ist nach fünf Wochen Reha im



Rollstuhl nach Hause gekommen. Jetzt was machen. Dann habe ich das Krankenbett hierher gestellt. Wir haben das Bad oben. Dann habe ich ihn hier unten im Gang gewaschen. Er konnte nicht alleine laufen. Es war so schwer.

Wie hat Ihre Familie auf die Behinderung Ihres Sohnes reagiert?

Wie er klein war, haben sie alle geholfen. Aber als er älter war, da reagiert niemand mehr.

Da hat niemand geschaut?

Meine Geschwister ja, aber seine Geschwister nicht. Selbst die Mutter ist nicht einig geworden. Wie er als hingekommen ist, da wollte sie das nicht haben, weil er behindert war. Und das war schlimm.

Da waren Sie ziemlich alleine mit dieser großen Aufgabe?

Hilfe habe ich nie gehabt.

Haben Sie einen Freundeskreis?

Wie wir noch jünger waren, sind wir 25 Jahre jeden Samstag tanzen gegangen. Das haben wir uns nicht entgehen lassen.

Wir waren so ca. 5 bis 6 Ehepaare, die immer zusammengekommen sind. Wir haben uns auch beim Tanzen kennengelernt. Das war für uns ein Ausgleich. Das haben wir sehr gern gemacht. Mit den Freunden kommen wir heute noch telefonisch zu-

sammen. Aber da sind jetzt schon etliche gestorben. Wir waren eine lustige Gesellschaft und haben viel gefeiert. Trotz der

Behinderung unseres Buben. Er war immer dabei. Das war wunderbar.

Was machen Sie sich für Gedanken, wenn Sie die Pflege nicht mehr schaffen?

Ich sag als: „Ich wünsch mir, dass er vor mir geht.“ Das wünsch ich mir. Weil ich dann weiß, dass er aufgehoben ist. Wir sind im Verein Lebenshilfe, seitdem die Lebenshilfe besteht. Da hätte er auch schon hinkommen können. Ich mach's noch, so lange ich's machen kann. Ich weiß, er ist ein pflegebedürftiger Mensch. Das ist nicht so einfach, auch in einem Heim nicht. Nee, das habe ich mir vorgenommen. Und wenn mal was wäre, dann wären die Pflegedienste da. Einen nimmt man. Aber ich weiß genau, dass unser Sohn dann nicht mitmachen wird. Der ist jeden Handschlag von mir gewöhnt. Der macht alles mit den Augen. Er kann ja gar nicht sprechen, nicht sagen, ich will jetzt ein Glas Wasser, ich will Mittagessen. Das weiß er alles nicht.

Erkennt er Sie denn?

Ja, ja, mich kennt er. Seinen Namen weiß er auch, wenn ich Klaus sage. Aber es ist schon schwierig. Das kann man sich nicht vorstellen. Er hat viele Angstgefühle. Das Treppensteigen wird immer schwieriger mit der Zeit. Da hat er Angst. Die Angstgefühle sind arg groß.

Sie haben die Schlafzimmer im oberen Stockwerk.

Ja.

Da bräuchten Sie einen Treppenlift.

Ja, aber ob er da drauf geht, das ist die andere Frage, weil er vor allem, was neu ist,

20 aktiv dabei

Angst hat. Wir probieren es jetzt mit einem zweiten Handlauf auf der anderen Seite.

Man braucht Geduld. Das ist auch bei Demenzkranken so. Ich habe das gesehen, ich bin zweieinhalb Jahre zu meiner Schwester, die im Heim war. Da hat man gesehen, was man da für Geduld braucht. Aber man bekommt schon Erfahrung, wenn man einen Menschen 60 Jahre pflegt

Wenn so ein Tag vorbei ist, dann sind Sie aber erschöpft.

Ja, ich hab ja noch die Gartenarbeiten.

Bei Ihnen ist alles so perfekt, auch der Garten.

Das Schönste ist, ich bin ja an der Hand operiert worden vor drei Wochen.

Wie haben Sie das denn dann alles bewältigen können?

Mein Mann hat geholfen, soweit er konnte. Er kann ja mit der rechten Hand auch nichts machen. Ich hab dann noch so eine Schiene anziehen müssen. Dann habe ich halt alles mit einer Hand gemacht, was ich machen konnte.

Haben Sie da eine Unterstützung für die Pflege Ihres Sohnes gehabt?

Der Ärztin habe ich gesagt: „Hören Sie mal, das ist so, unser Sohn ist ja jetzt an mich gewöhnt. Wenn jetzt eine fremde Person kommt, die weiß gar nicht was sie mit ihm machen soll. Und ob er sich das machen lässt, das ist die zweite Frage. Da hab ich gesagt, nein ich probiere so, wie ich es kann mit einer Hand.“

Sie haben also überhaupt keinen Pflegedienst?

Wir haben noch keinen Pflegedienst.

Wo nehmen Sie die Kraft her, Frau Böllert?

Von meinem Glauben. Ich bin evangelisch und bin gläubig. Das hab ich schon als Mädel gelernt. Das hilft. Manchmal denk ich auch, ich hätte es gar nicht so gekonnt, wenn ich den nicht gehabt hätte. Am Anfang hab ich immer gesagt, warum hab ich ein behindertes Kind? Da hat mal jemand zu mir gesagt: „Warum, das bringt dir gar nichts. Du musst gucke, dass es vorwärts geht.“ Und so hab ich's auch gemacht. Da ist nichts zu ändern, fertig. Ich wünsch mir halt nur, dass er mal gut aufgehoben ist. Das haben wir ja alles schon gemacht. Wir haben schon unsere Urnengräber gekauft, dass das alles in Ordnung geht. Man weiß ja nie wie alles kommt. Wir haben alles geregelt.

Da haben Sie gut vorgesorgt.

Ja, das wollt ich immer haben. Die Mitmenschen, die stehen dann da und wissen gar nicht was sie anfangen sollen. Das Sterben gehört dazu. Man lebt ja nicht ewig. Wie mein Mann den Schlaganfall hatte, hab ich alles erledigen können Und hab keinen Führerschein. Mit dem Fahrrad hab ich alles gemacht. Telefonisch was man da alles ma



chen muss. Die ganzen Anträge. Das ist alles so ein Theater, was wir schon für eine Akte mit lauter Schreibstücken haben.

Was für eine Pflegestufe hat ihr Sohn?

Er hat zwei. Das war ja genauso damals. Wir wollten dass er in die drei kommt. Wir haben uns einen Anwalt genommen. Das ist dann vor Gericht gegangen und der Arzt hat Recht bekommen

Das kostet alles. Was unser Sohn an Wäsche braucht, auch nachts. Dem können sie keine Pampers anziehen. Ich hab ja Windeln. Damals wo mein Mann von der Reha nach dem Schlaganfall kam, hat die Sozialarbeiterin von dort angerufen. Die hat gewusst, dass ich den Klaus hab und dass ich ihn hab. Da hat sie auch gleich gesagt: „Es kommt viel auf Sie zu, denn ihr Mann ist jetzt auch ein Pflegefall. Ich leite die Pflegestufe eins ein.“ Das hat sie auch gemacht. Er hat die Pflegestufe eins dann ein Jahr gehabt. Die Krankenkasse hat dann nach einem Jahr geschrieben, dass er auf dem Weg der Besserung wäre. Sie zahlen nichts mehr. Er hätte es noch gebraucht.

Wie können Sie das alles schaffen?

Ich hab einen furchtbaren Willen.

Haben Sie auch noch ein Vergnügen?

Ja Gott, mein Vergnügen, das sag ich ehrlich, ich gehe gern in den Garten. Wenn ich zwei Stunden im Garten bin, da kann ich mich dran ergötzen. Unter die Leute komm ich auch. Ich muss ja viel einkaufen. Viel Hilfe ist, wenn man mit sich zufrieden ist. Das ist viel Wert. Es gibt viele

Menschen, die meinen sie müssen in Urlaub fahren. Wir waren noch nie in Urlaub. Wir hätten schon gekonnt, dann wäre der Bub wo hingekommen. Da war er noch kleiner. Da hab ich gesagt, das mach ich nicht. Weil es nicht so gemacht wird, wie ich's daheim mach. Man kann auf alles verzichten. Wenn man sich an den Dingen freut, die man noch machen kann. Ich hab halt meinen Garten. Und wenn alles in Ordnung ist.

Ich hab schon viel mit ihm erlebt.

Was wünschen Sie sich noch?

(lacht) Ich wünsche mir, dass ich ihn noch pflegen kann. Dass er solange wie ich da bin, da bleibt. Ich wünsche mir von unserem Herrgott, dass er ihn vor mir holt. Ich habe meine Pflicht erfüllt, schon 60 Jahre. Das sagen auch die Nachbarn. Heut ist die Nachbarschaft nicht mehr so, wie in unserer Zeit. Am besten war die Nachbarschaft früher, da hat man immer nach dem Anderen geschaut.

Man war sehr eng verbunden.

Sehr eng. Schauen sie wie es heut ist, dass einer nimmer nach dem anderen schaut, das hat's bei uns nicht gegeben.

Das vermissen Sie.

Das vermisse ich. Ich bin so groß geworden.

Vielen Dank für das offene Gespräch. Ich wünsche Ihnen viel Kraft und dass Sie sich doch auf ein bisschen Unterstützung einlassen.

Ria Krampitz

Hilfreiche Tipps

Es gibt verschiedene Beratungsstellen, Pflegedienste und Vereine, die weiterhelfen können, wenn Sie ein behindertes Kind oder Erwachsenen pflegen. Nehmen Sie Kontakt auf und suchen Sie das Gespräch.

Pflegestützpunkte

In Speyer gibt es zwei Pflegestützpunkte. Sie beraten, informieren und begleiten.

Bahnhofstraße 39,
67346 Speyer
Tel. 06232/6796705 oder
06232/8541215

Paul-Egell-Straße 24,
67346 Speyer
Tel. 06232/672420 oder 06232/672419

Beratung für Barrierefreies Bauen und Wohnen

Ein Architekt berät Sie kostenlos, wie Sie Ihre Wohnung oder Haus barrierefrei umgestalten können. Er informiert auch über Fördermöglichkeiten. Kontakt erfolgt über das Seniorenbüro,
Tel. 06232/142661

Lebenshilfe Speyer-Schifferstadt

Paul-Egell-Straße 30
67346 Speyer
Tel. 06232/8153-10

Ambulante Pflegedienste

Eine komplette Übersicht aller in Speyer tätigen Pflegedienste erhalten Sie bei den beiden Pflegestützpunkten oder im Internet www.speyer.de

Interessengemeinschaft Behinderte und ihre Freunde (IBF)

Kutschergasse 6
67346 Speyer,
Tel. 06232/25234



Einbindung aller Generationen ins Familienzentrum von Speyer

Gerne dürfen Sie uns mit oder ohne Enkel besuchen kommen, zum gegenseitigen Austausch und Kennenlernen oder auch um sich bei uns ehrenamtlich zu engagieren.

Angebot:

Mo & Do
10:00 - 12:00 Uhr Babycafé
(Kinder bis 12 Monaten)

Di & Fr
9:00 - 17:00 Uhr Familiencafé

Jeden Freitag
15:00 - 17:00 Uhr Stricktreff

Jeden 2. Samstag im Monat
9:00 - 12:00 Uhr Papa/Opatreff

Ort:

Heinrich- Heine- Str. 8 in Speyer (Eingang über Quartiersmensa)

Wir freuen uns über Ihren Besuch!
Ihr K.E.KS. –Team

„Das sag ich meiner Mutter, dass sie mir auch so ein Bild kauft“

Abenteuer Kultur wagen - Kulturelle Teilhabe für Menschen mit Demenz



Die Freude über den Besuch im Purrmann-Haus, im Kloster Sankt Magdalena oder im Archäologischen Schaufenster war den Besuchern anzusehen. Es war etwas Besonderes für sie und die Besucher waren emotional voll dabei. „Eine schöne Zeit erleben“, wie es der Kulturgeragoge Jochen Schmauck-Langer nennt, ist Ziel dieser neuen Angebote.

Wertschätzung ist wichtig

Kulturelle Angebote für Menschen mit Demenz, benötigen eine andere Art der Kulturvermittlung.

Es geht nicht im herkömmlichen Sinn um einen Bildungsauftrag, sondern um das Aufwecken noch vorhandener Erinnerungen und die Wertschätzung dieses Wissens. Damit dies auch gelingt, ist es wichtig, Kunstvermittlerinnen und Kunstvermittler durch entsprechende Fortbildungen zu sensibilisieren.

In Speyer hat sich eine Gruppe aus Vertreterinnen und Vertretern aus dem kulturellen, künstlerischen Bereich und Pfl-

gepersonal und Alltagsbegleitern zusammengeschlossen, um gemeinsam neue kulturelle Angebote für Menschen mit Demenz zu entwickeln. Dem Projekt „Abenteuer Kultur wagen“ haben sich bis jetzt sieben Speyerer Kultureinrichtungen angeschlossen oder Interesse bekundet.

Für die Menschen mit Demenz waren die Angebote, die zum Teil sogar mit Livemusik stattfanden, immer ein Erlebnis. Die gute und angenehme Atmosphäre spiegelte sich auch in spontanen Äußerungen wie: „Ist das schön. Das hab ich noch nie gesehen. Da komm ich wieder her“ „Das sag ich meiner Mutter, dass sie mir auch so ein Bild kauft.“ „Das häng ich mir auf und denk an den Urlaub.“

Alle bisher gemachten Erfahrungen bestätigen, dass die beteiligten Menschen mit Demenz, mit großer Aufmerksamkeit und Freude dabei waren. Das ist Lebensqualität.

Weiteres Vorgehen und Veranstaltungen

Ziel der Speyerer Arbeitsgruppe „Abenteuer Kultur wagen“ ist das Netzwerk zwischen Kultureinrichtungen, Einrichtungen der stationären und ambulanten Pflege und Angehörigen zu vergrößern.

27. Oktober 2016, 14 Uhr, im Historischen Ratssaal

Zu einem ersten Netzwerktreffen „Abenteuer Kultur wagen“ lädt Bürgermeisterin Monika Kabs ein. Hier wird ausführlich über das Projekt und die ersten Erfahrungen in-

formiert und weitere Veranstaltungen vorgestellt.

Angebot im Purrmann-Haus

Im Herbst wird es im Purrmann-Haus bereits die vierte Veranstaltung geben. Der genaue Termin wird noch bekannt gegeben.

Angebot im Kunstverein

Ende des Jahres wird erstmals der Kunstverein ein Angebot für Menschen mit Demenz machen. Menschen mit Demenz können dann die Ausstellung „Menschen, Tiere, Sensationen“, der Künstlerin Patricia Waller besuchen. Der genaue Termin wird noch bekannt gegeben.

Angebot im Kloster Sankt Magdalena

Im Januar 2017 soll wieder die Krippenausstellung im Kloster Sankt Magdalena besucht werden. Der genaue Termin wird noch bekannt gegeben.



Menschen mit Demenz brauchen unsere Unterstützung. Kulturelle Teilhabe weckt ihre Erinnerungen, die Einblick in ihr Leben geben. Durch die Wertschätzung, die sie bei den Angeboten erleben, fühlen sie sich bestätigt und angenommen.

Ria Krampitz

Fortbildung zum Kulturbegleiter

Kulturelle Teilhabe für Menschen mit Demenz als ein Stück Lebensqualität

Nicht zuletzt infolge der demografischen Entwicklung und dem damit verbundenen gesellschaftlichen Wandel ist Kultur mit ihren emotionsnahen Angeboten in den letzten Jahren immer wichtiger geworden - auch für Menschen mit Demenz. Ein Museums- oder Theaterbesuch, Kino, Konzert, ein von Kunst und Kultur geprägtes Umfeld können Schlüssel zur emotionalen Welt von Menschen mit Demenz sein.

dementia+art hat dazu ein erfolgreiches Modell entwickelt:

Die Schulung besteht aus einem theoretischen und einem praktischen Teil, der im Museum stattfindet.

Referent:

Jochen Schmauck-Langer ist Gründer und Geschäftsführer von dementia+art. Er ist Autor, Kulturgeragoge und Kunstbegleiter für Menschen mit und ohne Demenz. Er hat die Qualifikation zur Alltagsbegleitung (nach § 87 b SGB), ist Mitglied der Arbeitsgemeinschaft 'Kulturelle Teilhabe' der NRW-Demenz-Servicezentren sowie in den Bundesverbänden Museumspädagogik und Kunst- und Kulturgeragogik

Termin:

Frühjahr 2017. Der genaue Termin wird noch mit extra Einladung bekannt gegeben.

Weitere Informationen und schriftliche Anmeldung:

Seniorenbüro

Ansprechpartnerin: Ria Krampitz
Tel. 06232/142661

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Die Pflegestützpunkte informieren

Angebote und Veranstaltungen für Menschen mit Demenz

Angebote vom Malteser Hilfsdienst

Ansprechpartnerin:

Bianca Knerr-Müller, Tel. 06232/677820

- **Café Malta im Mehrgenerationenhaus**
(Speyer-Nord)

dienstags von 10 bis 14 Uhr

- **Café Malta in St. Hedwig (Speyer-West)**

Freitags von 12 bis 16 Uhr

- **Nachtcafé**

Jeden dritten Samstag im Monat von 19 bis 23 Uhr

- **Demenzgottesdienst**

05. Mai 2017, 11 Uhr

Zu allen Angeboten können die Besucher durch den Fahrdienst der Malteser von zu Hause abgeholt und wieder nach Hause gebracht werden!

Angebote von der Ökumenischen Sozialstation

Ansprechpartnerin:

Frau Tanja Steffes, Tel. 06232/60470

- **Café Zeitlos** in der Paul-Egell-Straße 28

Mittwochs und donnerstags von 08.30 Uhr bis 14.30 Uhr

AWO-Seniorenhaus Burgfeld

Ansprechpartnerin: Susanne Vechtel

- **Tanzcafé**

Donnerstags, 15 Uhr, im Foyer,
Burgstraße 34-36



Salier-Stift

Ansprechpartnerin: Renana Halisch

- **Tanztee**

Jeden letzten Sonntag im Monat,
15 Uhr, Obere Langgasse 5a

JudoSportverein

Ansprechpartnerin: Gerlinde Görgen,

Tel. 06232/980461

- **Fit von Kopf bis Fuß**

Montags von 10 bis 12 Uhr, Judomaxx,
Butenschönstraße 8 (ehem. Hallenbad)

Seniorenbüro

Ansprechpartnerin: Ria Krampitz,

Tel. 06232/14-2662

- **Konzert am Nachmittag für Menschen mit Demenz**, im Historischen Ratssaal

Abenteuer Kultur wagen

Ansprechpartnerin: Ria Krampitz

Kulturelle Teilhabe für Menschen mit Demenz in verschiedenen Kultureinrichtungen

Die Pflegestützpunkte beraten, informieren, begleiten
Nehmen Sie Kontakt auf

26 aktiv dabei

Seniorenstift Bürgerhospital

Ansprechpartner: Wolfgang Fischer-
Oberhauser, Tel. 06232/648-131

- Club Allerlei

Montags, 15.30 Uhr in der Cafeteria,
Mausbergweg 110

Alzheimergesellschaft und Salier-Stift

Ansprechpartner: Stephen Husk und
Renana Halisch, Tel. 06232/207-0

- Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

Jeden 3. Montag im Monat von 19 bis
21 Uhr, Obere Langgasse 5a

Caritas-Altenzentrum St. Martha

Ansprechpartnerin: Ute Sauer,
Tel. 06232/135-1800

- Tagespflege

Montags bis freitags von 8 bis 16.30 Uhr
nach Absprache, Schützenstraße 18c

Seniorentagesstätte Haus Lichtblick

Speyer

Ansprechpartner: Monika und
Leonte Irimesku

Tel: 0176-64375812

- Tagespflege

Montags bis freitags,
von 8 bis 16.30 Uhr,
Petschengasse 14

Tagespflege LUNA

Zweigstelle

Pflegeteam Handermann & Schäfer

Ansprechpartner: Herr Handermann,
Tel. 06232/318550-0
Heinrich-Heine-Straße 8 (St. Hedwig)
67346 Speyer

Weitere Informationen

Erhalten Sie bei den beiden Speyerer
Pflegestützpunkten

Bahnhofstraße 39

67346 Speyer

Ansprechpartnerinnen

Frau Wilhelm/Frau Bouquet

06232/672420

06232/672422

Paul-Egell-Straße 24

67346 Speyer

Ansprechpartnerinnen

Frau Schimmele/ Frau Bouquet

06232/8541215

06232/6796705

Verbraucherzentrale und Seniorenbüro informieren am 9. November 2016

Pflegereform bringt viel Neues –

Verbraucherzentrale informiert im Seniorenbüro über die wesentlichen Änderungen. Ab Januar 2017 werden die zentralen Regelungen des Pflegestärkungsgesetzes II umgesetzt. Im Mittelpunkt stehen dabei der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff, das neue Begutachtungsverfahren zur Feststellung von Pflegebedürftigkeit und die Umstellung von Pflegestufen zu Pflegegraden.

Referentin: Meret Lobenstein, Juristin in der Abteilung Gesundheit und Pflege bei der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz

Aus der Geschichte der Medizin (18)

Der Retter der Kinder

Eine der schrecklichsten Krankheiten, die von Mensch zu Mensch übertragen werden, kommt heute bei uns nur noch selten vor, war aber noch um die Wende vom 19. zum 20. Jahrhundert weit verbreitet und besonders gefürchtet, wenn sie bei Kindern auftrat. Wenn Eltern das angstvolle Getuschel hörten, in der Nachbarschaft sei wieder die Halsbräune im Umlauf, gerieten sie in panische Angst um ihre Kinder. Die Bürger nannten sie „Halsbräune“, die Wissenschaftler und Ärzte sprachen von der Diphtherie. Ärmere Leute nannten sie den „Würger“. In England und Schottland gebrauchte man für die Symptomatik der schweren Atemstörungen, die mit der Diphtherie einhergingen, das Wort „croup“, das wohl lautmalerisch die erschwerte Atmung oder eventuell das bellende Husten der Kranken nachahmt. Croup (oder verdeutscht Krupp) nannte man die akute Symptomatik der Atembehinderung bei Diphtherie auch bald auf dem europäischen Kontinent. Von Pseudo-Krupp spricht man, wenn durch Viren bedingte, nicht durch den echten Diphtherieerreger verursachte Infektionen des Rachen-Kehlkopfbereichs Atembehinderungen hervorrufen, die aber längst nicht so hochgradig und lebensbedrohend sind wie bei der echten Diphtherie.

Diphtherie

Die Diphtherie oder Halsbräune ist eine schlimme ansteckende Krankheit mit hoher Sterblichkeit. Ursache ist eine Infektion durch *Corynebacterium diphtheriae*, ein stäbchenförmiges, an einem Ende leicht keulenförmig aufgetriebenes Bakterium, das von Edwin Klebs in Zürich

erstmals beschrieben und 1884 in Berlin von Friedrich Löffler, dem Mitarbeiter von Robert Koch, als Verursacher der Diphtherie identifiziert wurde.



Erreger der Diphtherie

Die Diphtherie spielt sich in erster Linie in Mund und Rachen, hauptsächlich aber an den Atmungsorganen (Kehlkopf, Luftröhre, Bronchien und Lunge) ab. Sichtbare Zeichen der Diphtherieinfektion erkennt man auch an der Bindehaut der Augen und an der äußeren Haut. Die von den Corynebakterien produzierten Giftstoffe (Toxine) führen zu schweren Schäden an Herz, Nervensystem und Nieren.

Zwei bis sechs Tage nach der Infektion, die meistens durch Tröpfchen- oder Schmierinfektion von Mensch zu Mensch stattfindet, fühlen sich die Kranken matt und abgeschlagen, sie klagen über Übelkeit und Schluckschmerzen, oft auch über Schmerzen im Bauch und den Armen und Beinen. Es tritt ein mühsamer, bellender Husten auf, der Atem pfeift und giest. Die Atemtätigkeit ist behindert im Sinn eines typischen Croup-Syndroms. Wenn der Arzt in die Mundhöhle blickt, erkennt er, dass der ganze Rachen gerötet und geschwollen ist. Hellbraune dicke Beläge bedecken die

28 aktiv dabei

Mandeln und greifen – was bezeichnend für die Diphtherie ist - auf die Gaumenbögen über. Diese braunen Beläge, die der Krankheit auch den Namen Halsbräune gegeben haben, erschweren die Atmung und werden, wenn sie auf den Kehlkopf und die Luftröhre übergreifen, zu einer lebensbedrohenden Einengung des Atemweges. Die Kranken, besonders die befallenen Kinder, können buchstäblich ersticken und unter qualvollen und dramatischen Umständen zu Tode kommen. Oft war in solchen Fällen, wenn die Stimmritze des Kehlkopfes durch die braunen Auflagerungen der Diphtherie blockiert war und keinerlei Atemluft mehr in die Lunge gelangen konnte, eine Rettung nur noch möglich, wenn ein beherzter Arzt in letzter Sekunde die Luftröhre durch einen Schnitt öffnen konnte. Der Luftröhrenschnitt (Tracheotomie) wurde in den Jahren vor und nach 1900 zu einem lebensrettenden Eingriff, der oft vom Hausarzt in der Wohnung des Sterbenden durchgeführt werden musste. Bei dem vergeblich nach Atem ringenden Patienten, dessen Haut durch den Sauerstoffmangel bereits blau verfärbt war, handelte es sich meistens um ein Kind. Die Eltern standen verzweifelt um das Bettchen und vertrauten auf Gottes Hilfe und auch auf das Können des Arztes, für den die Tracheotomie auszuüben, immer ein mutiges und riskantes Unternehmen, ein letzter mutiger Rettungsversuch war. Alle Anwesende waren

erleichtert, wenn nach der Prozedur endlich die rettende Luft pfeifend in die vom Skalpell geschaffene Öffnung der Luftröhre, in das Tracheostoma, drang und die silberne Atemkanüle in die Wunde eingelegt werden konnte.

Nicht nur der Befall des Kehlkopfes durch die einengende Schleimhautschwellung, die Beläge und der drohende Erstickungstod bedrohen das Leben des Diphtheriekranken. Tödliche Gefahren drohen auch durch die Toxine des Diphtherieerregers *Corynebacterium diphtheriae*, die in erster Linie das Herz vergiften. Der Herzmuskel reagiert oft mit einer schweren Entzündung, die zum Totalversagen und zum Tod führen kann. Die Toxinwirkung an den peripheren Nerven bewirkt Lähmungen der Gesichtsmuskeln, des Stimmbandnerven oder des Schluckaktes. Seltener sind Entzündungen des Gehirns (Encephalitis) und Nierenentzündungen (Nephritis).

Toxin und Antitoxin

Beobachtungen und Überlegungen mancher Forscher hatten schon im 18. Jahrhundert ergeben, dass offensichtlich der menschliche (und auch der tierische) Organismus einen Vorgang entwickelte, der verhinderte, dass Infektionskrankheiten erneut auftreten konnten, wenn er sich einmal mit dem Erreger dieser Infektion auseinandergesetzt hatte. Wer einmal die Pocken überstanden hatte, konnte sie nicht ein zweites Mal bekommen (s. aktiv dabei, Heft 3/2016, Seite 36-41). Louis Pasteur hatte bereits angenommen, dass eine Körpersubstanz nach einer Infektion gebildet werde, die den Erreger und von ihm gebildete Gifte blockieren könne. Pasteur hatte aus diesen Überlegungen heraus die Impfung gegen die Tollwut entwickelt (s. aktiv dabei, Heft 2/2012).

Die Mediziner waren überzeugt, dass ein „Infektionsgift“, ein von Bakterien gebildetes



Silberkanüle (für Tracheostoma nach Luftröhrenschnitt)

Toxin, den Körper veranlasse, eine Substanz zu bilden, die das Toxin binde und unschädlich mache – ein Antitoxin. Auch gegen Bakterien selbst, so entdeckte man bald, bildet der Organismus Antisubstanzen. Später und heute spricht man von Antikörpern.

Über ihre Überlegungen um Toxine, Antitoxine und Antikörper, die der Körper gegen von außen eingedrungene Schadstoffe (wie Gifte, Bakterien und Viren) bildet, berichteten schon Edward Jenner, Louis Pasteur und Robert Koch. Im Forscherteam um Robert Koch war auch Emil Behring der sich in besonderem Maß um die Behandlung der Diphtherie kümmerte.

Emil von Behring

Emil Adolph Behring wurde 1854 als fünftes Kind eines Lehrers im damaligen Westpreußen geboren. Er kam aus ärmlichen Verhältnissen. Wegen seiner späteren enormen Verdienste wurde er 1901 geadelt.

Als junger Mann konnte Behring ein Stipendium für eine Ausbildung als Militärarzt erringen und wurde Student der Militärärztlichen Akademie in Berlin. Nach dem Promotionsexamen, das er im Jahr 1878 bestand, wurde er zunächst bei der Sanitätstruppe in Posen (Westpreußen) eingesetzt. 1880 wurde ihm die Approbation als Arzt erteilt. Schließlich wurde er Assistent unter Robert Koch am Preußischen Institut für Infektionskrankheiten in Berlin. Seine Arbeiten über Serumtherapie und seine gemeinsame Veröffentlichung mit dem Japaner Kitasato „Über das Zustandekommen der Diphtherieimmunität und der Tetanusimmunität bei Thieren“ machte ihn auch in der Wissenschaft bekannt. Die beiden Forscher konnten nachweisen, dass Versuchstiere, welchen man das Blutserum von zuvor



an Wundstarrkrampf (Tetanus) und an Diphtherie erkrankten Tieren injizierte, von der Symptomatik des Tetanus bzw. der Diphtherie verschont blieben oder weniger darunter zu leiden hatten, wenn sie selbst infiziert wurden. Die Ergebnisse der beiden Forscher stammten ausschließlich aus Tierversuchen an Mäusen und Meerschweinchen. Sie schränken ein: „Wir unterlassen es an dieser Stelle, aus unseren Resultaten die Konsequenzen zu ziehen, die – wie sie sich für die Auffindung therapeutisch wirksamer Mittel bei Tieren schon jetzt fruchtbar erwiesen haben – vielleicht auch für die Behandlung des Diphtherie-kranken und Tetanus-kranken Menschen nützlich werden können.“

Dennoch gilt diese wissenschaftliche Arbeit von Behring und Kitasato als die Grundlage der Serumtherapie bei Diphtherie und Wundstarrkrampf bei Menschen.

1891 wurde erstmals zwei an Diphtherie erkrankten Kindern das Serum von Schafen injiziert, die zuvor gegen das Toxin der Diphtherieerreger immun gemacht worden

30 aktiv dabei

waren. Da die gewonnene Serummenge quantitativ zu wenig war, also eine wirksa-

me Dosis nicht erreicht werden konnte, blieb der Erfolg aus. Durch intensive Zusammenarbeit mit Paul Ehrlich und Erich Wernicke gelang es Behring kurz darauf ein sicher gegen die Diphtherie wirkendes Antitoxin herzustellen, das auch in genügender Menge zur Verfügung stand.

Das rettende Serum

Jetzt war es wirklich möglich, die an der Diphtherie, dem „Würger der Kinder“ Erkrankten zu retten! Den kranken Kindern wurde Blutserum von Tieren verabreicht, die ein Antitoxin gebildet hatten, nachdem sie sich mit dem *Corynebacterium diphtheriae* und dem von diesem produzierten Toxin auseinander gesetzt hatten und ein Antitoxin gebildet hatten.

Die Heilwirkung bei den diphtheriekranken Kindern, die vor der Einführung von Behrings Serum mit größter Wahrscheinlichkeit hochgradig unter dem Croup-Syndrom mit seiner gefährlichen Atemnot gelitten und unmittelbar vom Tod bedroht gewesen wären, war so deutlich und sensationell, dass von Ärzten und Krankenhäusern, nicht zuletzt auch von den Eltern der bedrohten Kinder gefordert wurde, größere Mengen des Behringschen Serums herzustellen.

Es war bald klar, dass die erforderlichen Serummengen nicht allein in wissenschaftlichen Laboratorien hergestellt werden konnten. Die gegen Ende des 19. Jahrhunderts aufstrebende chemische und pharmazeutische Industrie war bereit (und hatte sicher auch die Möglichkeiten), in eine gesteigerte Serumproduktion einzusteigen. Der Chemiker August Laubenheimer von der Leitung der Farbwerke Hoechst erbot sich das wichtige

Heilserum gegen die Diphtherie, das eine 75%ige Wirksamkeit zeigte, aus dem Blutserum von Pferden zu produzieren. Die Produktion startete 1894 in Frankfurt-Höchst; in diesem Jahr konnten 75 000 Ampullen Diphtherie Heilserum „nach Behring und Ehrlich“ hergestellt und den Kliniken und Ärzten zur Verfügung gestellt werden.

Emil Behring, bald berühmt und im Volk populär als der „Retter der Kinder“, wurde im Herbst 1894 als Professor für Hygiene an die Universität Halle berufen, im nächsten Jahr erhielt er den Lehrstuhl für Hygiene und Direktor des Hygienischen Institutes an der Universität Marburg.

Immer größere Mengen von Diphtherieserum – aber auch von Serum und Impfstoffen gegen den Wundstarrkrampf, an deren Entwicklung Behring ebenfalls entscheidend beteiligt war – wurden angefordert. Man brauchte große Stallungen und Weideflächen, um mehr Pferde unter möglichst guten, auch tiergerechten Bedingungen halten zu können.

Um dies zu ermöglichen und um größere Serummengen für die Diphtheriebehandlung zu erzielen, gründete Behring in Marbach bei Marburg, gemeinsam mit kaufmännischer Assistenz, das Unternehmen „Behringwerke oHG“.

Behrings Serumtherapie bewirkte, dass die Sterblichkeit durch die Diphtherie rapide abnahm. Eine aktive Impfung gegen die Krankheit bei Kleinkindern ist heute zur Routine geworden und hat die Diphtherie bei uns zu einer seltenen Krankheit werden lassen.

Behring war gegen Ende seiner Laufbahn ein hochgeehrter Forscher und genoss hochgradige Verehrung. Er wurde geadelt, war Inhaber mehrerer preußischer Orden, erhielt in Frankreich den hochdotierten Prix Albert Levi. Im Jahr 1901 konnte er den

ersten Nobelpreis für Medizin entgegen nehmen. Emil von Behring starb am 31.März 1917 in Marburg.

Literatur:

E. Behring u. S. Kitasato: Über das Zustandekommen der Diphtherieimmunität und der Tetanusimmunität bei Thieren. Dtsch.Mediz.Wochenschr. ,No.49, Dez.1890

R.Bieling: Der Tod hatte das Nachsehen. Emil von Behring – Gestalt und Werk. Bielefelder Verlag, Bielefeld 1954

G.Darai, M.Handermann, H.G.Sonntag, Ch.Tidona: Lexikon der Infektionskrankheiten des Menschen. Springer-Verlag, 2008

Dtsch.Gesellsch.f.Pädiatr.Infektiologie: Handbuch der Infektionen bei Kindern und Jugend-lichen. Thieme-Verlag, Sttgt, 2013

H.Schadewaldt: Die Anfänge der Immunologie. Emil Behrings Serumtherapie. In H.Schott (Hrsg.): Meilensteine der Medizin, Harenberg, Dortmund. 1996

Dr.med. Walter Alt

Bisher sind zur Geschichte der Medizin bereits 18 Artikel in „aktiv dabei“ erschienen. Eine genaue Übersichtsliste ist im Seniorenbüro erhältlich.

Redaktion



Das Glück

saß bei mir auf der Fensterbank
Komm doch herein
So lang schon lässt du mich allein
Dass ich dich kaum erkannt

Was soll denn dieses Leiden
Rügt' mich das gold'ne Glück
Schau' jetzt mit mir zurück
Ich will dir etwas zeigen

Warst pfiffig schon als kleines Kind
Kein Baum war dir zu hoch
Erinnerst du dich noch
Und flink zu Fuß, im Denken recht geschwind

Hast viel gesehen von der Welt
Gar mancher Wunsch wurd' dir erfüllt
Auch mancher Hunger schnell gestillt
Das war die Vielfalt unterm Himmelszelt

Von dort kam auch dein Märchenprinz
Ein Blick - dann Wissen und Vertrauen
Darauf ließ sich ein Leben bauen
Mit lauter Zins und Zinseszins

Konntest Heim dir und Familie gründen
Gab es mal Kummer oder Sorgen
Sie trug es mit am Abend und am Morgen
Soll ich noch Weiteres für dich finden

Was nun die Zukunft dir wird bringen
Wird bunt gemischt sein wie bisher
Mal fühlt es leicht sich an, manchmal auch schwer
Das Leben lässt in keine Norm sich zwingen

Ach Glück, du öffnest mir die Augen
Die stark getrübt von Lebensstaub
Mir oft die rechte Sicht geraubt
Und meiner dunklen Seite alles glaubten

Wie war ich oftmals undankbar
Weil mich die Lebensangst bedrückte
Und Positives schnell im Keim erstickte
Ach Glück, nun sehe ich's ganz klar

Wie reich mein Leben ist und wunderbar

(Ulla Fleischmann)

Begegnungen

HUGO BALL - HERMANN HESSE

Am 23. Juni 2016 wurde in Pirmasens, dort wo einmal sein Geburtshaus stand, in Anwesenheit zahlreicher Gäste und Bürger die Gedenkstele für den Künstler, Schriftsteller und Literaturkritiker Hugo Ball enthüllt. Dank der Initiativen und Spenden der Hugo-Ball-Gesellschaft und der Bauhütte der Pfalz, sowie der Unterstützung der Stadt Pirmasens konnte der schon lange vorher in die Wege eingeleitete Wunsch zum richtigen Zeitpunkt abgeschlossen und verwirklicht werden. Oberbürgermeister Dr. Bernhard Matheis, Dr. Eckhard Faul von der Hugo-Ball-Gesellschaft und Frank Theisinger sowie Dr. Helmuth Wantur von der Bauhütte der Pfalz würdigten den Künstler und Mitbegründer der Dada-Bewegung und sein Lebenswerk.

Am 23. Juni 1916 las Hugo Ball in im Züricher Cabaret Voltaire, in einer kubistischen Verkleidung seine Lautgedichte vor. Als er sie vortrug, explodierte das Publikum förmlich in Gefühlsexzessen der Verwunderung, des Erstaunens, des Lachens und der Ungläubigkeit. Das war die Geburtsstunde einer künstlerischen und literarischen Bewegung - Dadaismus oder Dada genannt - die von Hugo Ball, Emmy Hennings, Tristan Tzara, Marcel Janco und Hans Arp gegründet wurde und sich durch Verneinung konventionellen Kunstformen sowie bürgerlichen Ideale auszeichnete. Später schlossen sich der Bewegung andere bekannte Künstler, wie Johannes Baader, Otto Dix, Max Ernst, Hans Richter und Sophie Taeuber-Arp an.

Nach Beendigung des Ersten Weltkrieges

und der Heirat mit Emmy Hennings 1920, sowie einem kurzen Aufenthalt in Rom und Salerno, zogen die beiden ins Tessin in das kleine Dorf Agnuzzo unterhalb von Montagnola. Dort beschäftigte sich Hugo Ball mit katholischen Themen und schrieb für die Zeitschrift Hochland über verschiedene Fragen der Theologie. Seit dem Umzug nach Agnuzzo verband die beiden eine enge Freundschaft mit Hermann Hesse.

Hermann Hesse unternahm in der Zeit viele Spaziergänge von Montagnola nach Agnuzzo und besuchte dort Emmy Ball-Hennings sowie Hugo Ball bis kurz vor Balls Tod im Jahre 1927. Anfang der zwanziger Jahre erschienen Hugo Balls Romane "Flametti oder vom Dandysmus der Armen" und "Kritik der deutschen Intelligenz", später folgten "Byzantinisches Christentum", "Drei Heiligenleben" und "Die Flucht aus der Zeit". Emmy Ball-Hennings veröffentlichte "Der Gang zu Liebe" und "Hugo Balls Weg zu Gott". Kurz vor seinem Tod schrieb Hugo Ball eine Biographie über Hermann Hesse, die im Juni 1927 bei Fischer-Verlag erschien.

Zwischen Hermann Hesse und Hugo Ball hatte sich eine innige Freundschaft entwickelt, die von gegenseitiger Hochachtung geprägt war. Die beiden sprachen sehr oft bis in die späte Nacht und konnten dabei die Zeit völlig vergessen, obwohl Hermann Hesse einen Weg nach Hause durch den Wald bergauf gehen musste. Insgesamt waren die gemeinsam verbrachten Tage mit Gesprächen und Baden im See, Essen in der Natur und langen Spaziergängen ausgefüllt. Manchmal verbrachte Hermann Hesse die Zeit mit Malen der Landschaft und Berge der

Gegend. Hesse kam öfters mit Malzeug und Staffelei zu Balls. Gemeinsam tranken sie Tee oder Kaffee. "Einmal gehen wir baden, einmal geht Hesse malen. Er sitzt dann auf der Wiese - man kann ihm kaum sehen. Vögel zwitschern um ihn herum und Zikaden surren" - so Emmy Ball-Hennings. Im April 1927 beziehen die Balls ein turmartiges Haus in Agnuzzo, dass sie in den Farben grün, weiß und sonnengelb streichen. " Das Häuschen ist nicht, was ich eigentlich wollte, aber es hat den Vorteil, dass Du mir von Viglio aus ins Zimmer rufen und winken kannst, wenn wir baden gehen wollen." - so Hugo Ball an Hermann Hesse. Hesse hat auch Hugo Ball bevollmächtigt, seine Biographie zu schreiben und zu veröffentlichen, die noch vor Hesses fünfzigsten Geburtstag herauskam.

Hugo Balls Tod nannte Hesse "als unersetzlichen Verlust. Ball war der

einzige, den ich ganz ernst nahm, der Einzige, mit dem ich sprechen konnte und mit dem mich volles gegenseitiges Verstehen verband". Nach dem Tode von Hugo Ball war es vorbei mit den unbekümmerten Besuchen am Seeufer von Agnuzzo. Hermann Hesse und Emmy Ball-Hennings blieben jedoch weiter in engem brieflichen Kontakt bis zu ihrem Tod 1948. Hesse schrieb an ihre Tochter "Ein Stück meines Lebens ist mit ihrem Weggang verstummt und hat keinen Zeugen und Kameraden mehr".

Quellen:

- Emmy Ball-Hennings : Ruf und Echo. Mein Leben mit Hugo Ball
- Wiebke-Marie Stock : Denkmursturz. Hugo Ball. Eine intellektuelle Biographie
- Regina Bucher : Mit Hermann Hesse durchs Tessin

Dr. Helmuth Wantur



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!

Haben Sie schon einmal über Kurzzeitpflege im Salierstift nachgedacht?



Salier-Stift

Obere Langgasse 5a
67346 Speyer
06232/207-0

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

Der Kuss des Prinzen

Ein Erlebnis von vor vielen Jahren erfüllt mich noch heute mit Stolz und Genugtuung: Am Strand von Nizza warteten wir auf das Einchecken in unser Kreuzfahrtschiff, als mein Blick auf ein blendend weißes Gebäude fiel, das aus Marmor zu bestehen schien. Der Name „Hotel Negresco“ erinnerte mich an die Beschreibung meines Reiseführers, der dieses Hotel als schönsten Jugendstilbau der ganzen Côte d’Azur beschrieb, dessen Glaskuppel in der Halle von legendärer Schönheit sei.

Wild entschlossen zerterte ich meine verwunderte Mutter hinter mir her, dem Eingang dieses Prachtbaus entgegen. Wie betäubt bestaunten wir das Gemisch aus Reichtum, Luxus und Schönheit, das sich unserem Auge bot. Die bunte Glaskuppel krönte eine Halle, in der sich wohlhabende Gäste aus aller Welt ein Stellchen gaben und die kostbaren Möbel ebenso bestaunten wie das vornehm gekleidete Personal.

Wir nahmen auf zwei Prunksesseln Platz, als mein Blick auf einen schönen Jüngling fiel, der uns gegenüber in einem roten Samtstuhl saß, besser gesagt thronete. Das seidenschwarze Haar fiel ihm bis zum Kinn, der rechte Arm hing elegant über die Lehne und die schlanken Beine waren lässig überkreuzt. Aus schweren, matten Augenlidern blitzte ab und zu ein träger Blick aus grünen Augen auf, der ihm die Aura eines dekadenten Sprosses eines uralten russischen Adelsgeschlechtes verlieh, dessen Mitglieder dieses edle Hotel schon seit langer Zeit mit ihren Besuchen beehrte.

Kaum vermochte ich meinen Blick von diesem betörenden Anblick zu reißen, als sich auch schon zwei junge Japanerinnen

vor dem Schönling aufstellten und mit Blicken, Worten und Gesten seine Aufmerksamkeit zu erheischen suchten.

Er aber lehnte sich in träger Gelangweiltheit nur noch tiefer in sein rotes Samtpolster zurück.

Doch wie erstaunt war ich, als er sich plötzlich erhob, mit langsamen Schritten auf mich zu kam und mir tief in die Augen schaute. Und wie perplex war ich erst, als er mein Hand ergriff, sich darüber beugte und einen langen, etwas feuchten Kuss darauf drückte. Die Japanerinnen schienen vor Neid zu erstarren, als der „Prinz“ sich langsam umdrehte, mit laszivem Hüftschwung und geschmeidigen Schritten, die einem Panther Ehre gemacht hätten, entfernte und mit einem leisen Knurren zu seinem Samtstuhl zurückkehrte – der Kater vom Hotel Negresco! Miau!

Kein weiteres Ereignis auf der folgenden Kreuzfahrt vermochte dieses beglückende Erlebnis zu toppen, das mir als Katzenfreundin in Nizza zuteil geworden war.

Barbara Hintzen



„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

Kleine Macken

Hier ist nicht von Kontrollzwängen oder von Phobien, die behandlungsbedürftig sind, die Rede. Doch in der Grauzone von Ritualen und Seltsamkeiten geben sich alle lebenswerten Spinner ein fröhliches Stelldichein.

Vom Kästchen-Hüpfen aus Kindertagen ist vielen Erwachsenen das Nicht-auf-den-Strich-treten-Syndrom geblieben. Fußgänger jeden Alters kann man gelegentlich beobachten, wie sie unauffällig aber sorgfältig ihre Füße so setzen, dass sie innerhalb der Linien des Straßenpflasters bleiben. Vermutlich kungeln sie auch immer noch mit dem Schicksal und je nach Lebensphase geht's dabei um Lot-togewinn, Liebeskummer oder Pokal-Endspiel.

Geht es um Ordnung im weitesten Sinne kann man natürlich darüber streiten, wer hier die Macke hat – der Chaot, der eine kreative Unordnung um sich herum braucht oder der Perfektionist mit dem Motto „wenn besser möglich, ist gut nicht genug“. Das betrifft das mehr oder weniger ökonomische Befüllen von Mülltonne, Spülmaschine oder Besteckschublade, in der Löffel und Gabeln ordentlich „löffelsches“ oder eben kreuz und quer liegen können, genau so wie das Anordnen von Tulpenzwiebeln in der Erde.

Bei meiner Freundin Ruth müssen Blumensträuße unbedingt eine ungerade Zahl aufweisen. (das war schon immer so, basta) Sind es mal sechs, acht oder zehn Stängel, nimmt sie sofort einen Strunk heraus, der dann durch eine Zimmerwand von der Herde getrennt, seinem Verblühen als Single entgegen gehen muss.

Ob ich auch Macken habe? Natürlich. Nie, nie, nie lasse ich z.B. im Supermarkt

meinen Einkaufswagen mit den (unbezahlten) Lebensmitteln aus dem Auge. Schiebt ihn jemand auch nur drei Meter aus dem Gang, bleibe ich mühsam höflich und renne hektisch hinterher. Außerdem gibt es Dinge, die sich mir einfach nicht einprägen wollen, etwa wie viele Tage die Monate haben. Immer noch zähle ich das möglichst unauffällig an den Fingerknöcheln ab – 31,28,30,31. (Oh jeh, da stimmt doch wieder was nicht!)

War's das mit den Macken? Nicht ganz: in meinen Kaffee schaufle ich reichlich Zucker, rühre aber nicht um. Ungerührt gibt der Zucker dem Kaffee so einen unaufdringlichen, fernen Hauch von Süße. Nur der letzte Schluck ist dann richtig zuckrig. Ich gebe zu, das muss man mögen.

In einer Rateshow, die ich gelegentlich anschau, beobachte ich immer wieder fassungslos, wie erwachsene Kandidaten, erwartungsvoll lächelnd etwas vor der Kamera schwenken, wahlweise ein Bärchen, Häschen, Hündchen, Püppchen – was auch immer.

Es ist ihr Talisman. Er gibt ihnen ein gutes Gefühl; die Chance es bis zur Million zu schaffen, geht allerdings mit und ohne Talisman gegen Null.

Ruth hat auch einen Talisman. Es ist ein kleines Stofftier, männlichen Geschlechts. Sie schwenkt ihn zwar nicht vor der Kamera, aber sie hat ihm einen Namen gegeben. Er ist der erste, der eingepackt wird bei einer Reise und der umgepackt wird bei einem Handtaschenwechsel. Nachts sitzt er auf dem Nachttisch oder liegt neben ihr auf dem Kopfkissen. Kurz, die beiden trennen sich nie. Ruth ist fantasievoll aber keine Spinnerin, sie ist gescheit und steht mit

beiden Beinen im Leben. Ich kann mich nur wundern.

Allerdings – als der kleine Kerl neulich übers Balkongeländer aus dem 3. Stock stürzte, da hat er ihr wirklich Glück gebracht. Während sie nämlich im Eiltempo ohne Rücksicht auf ihre Arthrose und den Fersensporn die Treppe nach unten nahm, flog in der Küche die Glasscheibe der Mikrowelle heraus.

Zufall, dass sie nicht daneben stand und verletzt wurde? Bestimmt!

Oder doch nicht?

Helga F. Weisse

Ganz einfach

Tanzen mit dem Wind
Ob Sonne, ob Regen
Einer inneren Melodie folgen
Und ihrem unendlichen Rhythmus

Unter wachsamen Sternenaugen
Das Leben belauschen
Ohne Zeitdruck, ohne Wertung
Ewigem Wandel heiter zugewandt

Niemandem untertan
Gedanken und Gefühlen trauen
Lachen und Weinen zulassen
Dem eigenen Herzen verpflichtet

Über sich selbst lachen
Nichts zu ernst nehmen

Ganz einfach:
Offen bleiben für das Wunder

(Ulla Fleischmann)

Literaturkreis des Seniorenbüros

Der Lesekreis zeitgenössische Literatur bietet interessierten Senioren die Möglichkeit, gemeinsam zu lesen, sich über gelesene Bücher und Stücke auszutauschen und darüber zu reden bzw. zu diskutieren. Für Interessierte ist ein Einstieg in den Literaturkreis jederzeit möglich. Schön ist, wenn auch neue Mitglieder interessante, lesenswerte Bücher vorstellen. Der Kreis bleibt durch seine Teilnehmer lebendig und ist offen für neue Lesevorschläge.

Der Literaturkreis trifft sich jeweils freitags im Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A.

Die nächsten Termine sind:

Freitag, 28. Oktober 2016, 16 Uhr
Freitag, 11. November 2016, 15 Uhr
Freitag, 25. November 2016, 15 Uhr
Freitag, 09. Dezember 2016, 15 Uhr

Neue Ansprechpartnerin:

Irmgard Bonnet

Weitere Informationen:

Im Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A,
67346 Speyer,
Tel. 06232/14-2661



Kühner Aufbruch in die Ferne

Vor einem Jahr fand der jährliche Kongreß der deutschen Esperantosprecher in der Rattenfängerstadt Hameln statt. Nach einem Empfang beim Oberbürgermeister entwickelte sich über drei Tage ein reiches kulturelles Programm, zu dem ich nicht nur musikalisch bei der festlichen Eröffnung und dem ökumenischen Gottesdienst beitragen, sondern auch eine kleine Ausstellung meiner Bilder zum Rattenfängerthema einbringen konnte.



FORESTAS LA KATO / DANCAS SURTABLE LA RATO



Hier kann ich daraus nur ein Bild erklären, das zwar keine Ratte, aber immerhin eine Maus mit zwei Katzen zeigt. Es waren ja längst nicht nur Ratten, die der berühmte Flötenspieler aus der Stadt lockte. Auf meinem Bild, im Original natürlich farbig, tanzt die Maus auf dem

Tisch. Darunter sitzen etwas ratlos zwei Katzen und können sich über die Dreistigkeit der Tänzerin nur wundern. Sie können nicht einmal nach oben gelangen, der Tisch erscheint fast wie ein Gefängnis.

Der Text in Esperanto spielt auf das deutsche Sprichwort an: "Ist die Katze aus dem Haus, dann tanzen die Mäuse auf dem Tisch." Der Text ist hier sogar gereimt und könnte mit seinem "kato" und "rato" in etwa dem Vers entsprechen: "Ist die Katze aus dem Haus, tanzt gleich auf dem Tisch die Maus." Mit "Ratte" läßt es sich nicht so leicht reimen.

Das Rattenfängerspiel in Hameln versucht zu erklären, daß die agilen Nager nur ein Symbol sind für eine junge Generation, die sich gerne von dem fremden Flötisten verlocken läßt, die alte Stadt zu verlassen und das Glück in der Ferne zu suchen. Ob sie das so unbeschwert gefunden hat, wie die tanzende Maus uns glauben machen könnte, ist leider nicht überliefert.

Rita Rössler-Buckel

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

- Menüservice
- Hausnotrufservice



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

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

Mit Kopf und Hand

"Wer will fleißige Handwerker sehn, der muß zu uns Kindern gehn!" So sangen wir im Kindergarten und übten uns spielerisch in allerlei Beschäftigungen. Ein Handwerker bin ich nie so recht geworden, und als fleißig galt ich erst später, als auch die Eltern die Kopfarbeit neben der Handarbeit als sinnvolle Tätigkeit einzuschätzen gelernt hatten. Ich aber hatte schon früh gelernt, die Erwachsenen mit ihren Werkzeugen und Maschinen zu imitieren. Mit körperlicher Arbeit konnte man sich einreihen und Anerkennung gewinnen. Und sie wurde erwartet. Das Wort Kinderarbeit existierte noch nicht und hätte uns auch nicht belastet. Deshalb wünschte ich mir mit sechs Jahren einen Schubkarren. Damit konnte ich gleichberechtigt bei der Gartenarbeit das Jahr über mitwirken.



Das gute Stück wurde mir ausgerechnet an einem Ostersonntag überreicht, ein Ostergeschenk, das wohl kaum der Osterhase gelegt haben konnte. Stolz schob ich es den ganzen langen Tag über im Festtagsanzug vor mir her. Das verwackelte Photo 1 (in der Verwandtschaft gab es nur dilettierende Photographen) zeigt eindeutig die Situation: tatendurstiger Schubkarreninhaber neben Osternest.



Wir springen sechzig Jahre nach vorn. Heute muß man sich schon selbst beschern, die Osterhasen haben aufgegeben auf den Feldern hinter unserem Haus, die Giftspritzen sind sogar am Ostersonntagmorgen unterwegs. Doch die Gartenarbeit hinter dem eigenen Zaun ist mir immer noch nicht zu viel, wenn ich rundum blicke und sehe, wie sich biedere Vorderpfälzer ihre grünen

Quadratmeter von Gartenbauarchitekten "designen" und regelmäßig pflegen lassen. Da greife ich lieber selbst in den eigenen Kompost und kaufe für dessen Transport endlich einen Schubkarren. Die Kopfarbeit hat mich gelehrt, nicht am Samstag in den Baumarkt zu gehen, wenn es pensionierten Lehrern und sonstigen Heimwerkern einfällt, was sie in ruhigeren Zeiten hätten kaufen sollen. Meinen neuen Transporter habe ich schnell hinter die Kasse gebracht und dank der textlosen Bastelanleitung ("Ein

Bild sagt mehr als 1000 Worte" – und erspart den Firmen 100 falsche Übersetzungen) auch schnell zusammengebaut.

Die Parallele zu Photo 1 mußte dokumentiert werden. Meine Frau hat mich photographiert, so lange die Wanne noch glänzte. Auch wenn ich mich bemühte: Der Stolz ist abgefallen und der Blick längst nicht mehr so optimistisch wie vor sechs Jahrzehnten. Das liegt aber nicht an der Gartenarbeit. Man sollte nicht so viel denken...

Rössler Franz-Georg

GEMEINNÜTZIGE BAUGENOSSENSCHAFT SPEYER eG





67346 Speyer, Burgstraße 40
 Telefon (062 32) 60 13 - 0
 Telefax (062 32) 60 13 - 13
 E-Mail: info@gbs-speyer.de
 Internet: www.gbs-speyer.de

gegründet 1919

■ Vermietung ■ Eigentümerverwaltung ■ 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.

Verbindendes zwischen Speyer und Brixen

In den Herbstferien des vorigen Jahres verbrachten meine Frau und ich wieder erholsame Tage in Südtirol, das die Italiener aus politischen Gründen „Alto Adige“, d.h. Hochetsch, nennen. Jedes Mal gefällt es uns, die Berge in ihrer Großartigkeit, die Seen mit ihren klaren Wassern und die Täler in der Vielfalt ihres Pflanzenwuchses zu bestaunen. Zu den Wundern der Natur gesellt sich der Reichtum der durch die Menschen gestalteten Geschichte. Die Einheimischen sind ihren österreichischen Wurzeln, Sitten und Gebräuchen, trotz der politischen Wirren, treu geblieben, und erfüllen zugleich die Bedürfnisse des modernen Fortschritts.

Touristen aus vielen Ländern fühlen sich wohl hier, wo Nord und Süd, Ost und West zusammentreffen, sowie Ordnung und Ruhe herrschen, zwei unerlässliche Voraussetzungen für einen gelungenen Urlaub. Ähnlich wie Speyer in der Pfalz genießt die Bischofsstadt Brixen, anmutig am Zusammenfluss des Eisacks und der Rienz gelegen, den Ruf, ältestes Städtchen Südtirols zu sein. Seine Gründung geht auf den 13.09.901 durch den deutschen Karolinger König Ludwig IV. (das Kind) zurück. Der salische Kaiser Konrad II. machte die Brixner Bischöfe 1027 zu reichsunmittelbaren Fürsten.

Vor allem die „Kleinen Lauben“ und die „Großen Lauben“ verleihen dem überschaubaren Städtchen seine altertümliche Schönheit. Nach und nach besichtigten wir seine Sehenswürdigkeiten, angefangen vom barocken Dom Maria Himmelfahrt - der Speyerer Dom feiert ebenfalls Maria Himmelfahrt als seine Schutzpatronin - bis zum Pharmaziemuseum. Dort, wo sich ein Bischofssitz befindet, ist

auch eine Geistlichkeit, ein Seminar zur Ausbildung des Nachwuchses und mehr als eine Klostersgemeinschaft. Das gilt gleichermaßen für Brixen wie für Speyer.

Beim Besuch der Taufkirche St. Johannes, die einen Teil des ältesten Münsters aus dem 11. Jh. darstellt, erfuhren wir, dass dort der 24-jährige salische Kaiser Heinrich IV. während des Investiturstreites 1080 das Konzil abhielt, in dessen Verlauf Papst Gregor VII. durch kaiserliche Hofbischöfe abgesetzt, und der Erzbischof Wibert von Ravenna als Klemens III. zum Gegenpapst erwählt wurde. Der gleiche Kaiser schenkte Bischof Altwin 1091 für die treue Gefolgschaft die Grafschaft Pustertal (Pustrissa). Sowohl Konrad II. wie Heinrich IV. ruhen bekanntlich in der Krypta des Speyerer Domes.

Die fürstbischöfliche Hofburg ist das weitläufigste Gebäude des Städtchens. Bischof Bruno von Bullstätten ließ es im 13. Jh. erbauen, ist von Wassergräben umgeben, über die eine Brücke zum Tor führt. Auf dem Vorplatz errichtete die Stadt Brixen im Jahre 1901 die Erinnerungssäule an die Tausend-Jahrfeier. Als wir vor der Hofburg standen, fiel uns gleich der langgestreckte Komplex des Vikarienhofs mit der bischöflichen Wohnung gegenüber der Speyerer Domkirche ein. Zum Gedenken an Bischof Bruno ist eine dortige Gasse nach diesem hohen Geistlichen benannt.

Zwischen Brixen und Speyer gibt es eine weitere Parallele. Als wir über die Adlerbrücke gingen, die zum bzw. aus dem Dombereich führt, befanden wir uns vor dem Glockenturm der gotischen Pfarreikirche St. Michael. Es ist das Wahrzeichen Brixens, wird auch der „Weiße Turm“ genannt, weil er im 15. Jh. mit hellen Steinen und einem

sehr spitzen Giebel erbaut wurde. Auf halber Höhe prangt das Zifferblatt. Dort informiert heute ein Museum über seine Geschichte. Sofort drängte sich uns als Vergleich das Speyerer Altpörtel auf. Für evangelische Einheimische und Urlauber finden Gottesdienste in der Erhardskirche statt.

Nicht zuletzt schmückt sich Brixen mit dem Namen „Universität“, denn es verfügt, ähnlich wie Speyer, über eine Lehr- und Forschungsstätte und diese unterhält Verbindungen zur Universität Padua, die traditionell mitführend in der Juristen- ausbildung ist.

Wir machten täglich ausgedehnte Spaziergänge, auch mal links und mal rechts des Eisacks oder manche Fahrten in der schönen Umgebung wie zum Augustiner Chorherrenstift Neustift. Auf einer Ruhe-

bank sitzend, legten wir in den Aussichtspunkten oder Parks Pausen ein. Dabei verglichen wir unseren Eindruck von Brixen mit dem Aufenthalt in Meran, Tramin, Uttenheim und anderen Orten, verzehrten vorzügliche Trauben oder gebratene Kastanien und atmeten tief die würzige Luft ein. Schneller als erwünscht kam der Abreisetag, d.h. die schönsten Wochen des Jahres lagen mit einem Schlag hinter uns. Am Bahnhof verabschiedeten wir uns ungern von der Bischofsstadt im Gebirge, aber es war keineswegs ein Abschied ohne Aussicht auf Wiederkehr. Bevor wir in den Zug einstiegen, versprachen wir fest, winkend: Auf Wiedersehen! Wir kommen nochmals! Bestimmt!

Johannes P. Bruno



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



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

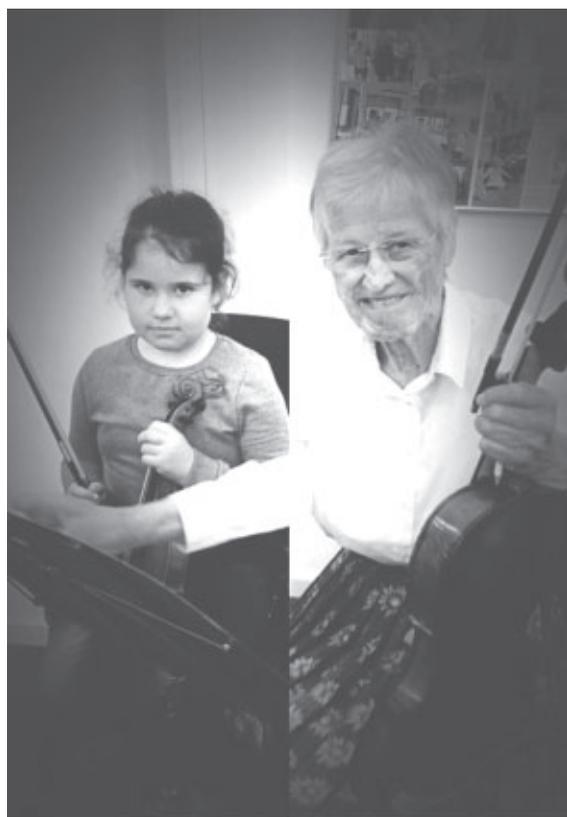
Dabei ist wichtig, dass alle Menschen in unserer Gesellschaft integriert sind. Da mit dies möglich wird, gilt es kritisch die Rahmenbedingungen zu hinterfragen.

Ria Krampitz









46 aktiv dabei





Menschen, Tiere, Sensationen

Werke von Patricia Waller, Berlin

Vernissage,

Sonntag, 11. Dezember.2016, 11 Uhr

Begrüßung: Klaus Fresenius, Vorsitzender

Mit subversiven Häkelobjekten nähert sich die Künstlerin Patricia Waller mit schwarzem Humor dem Thema der Zirkuswelt.

Wie eine Zirkusnummer lebt auch ein Kunstwerk vom inszenierten Geheimnis. Der Zirkus muss sich immer wieder neu erfinden, so wie auf dem Kunstmarkt eine ständige Steigerung des vermeintlich Neuen stattfinden muss.

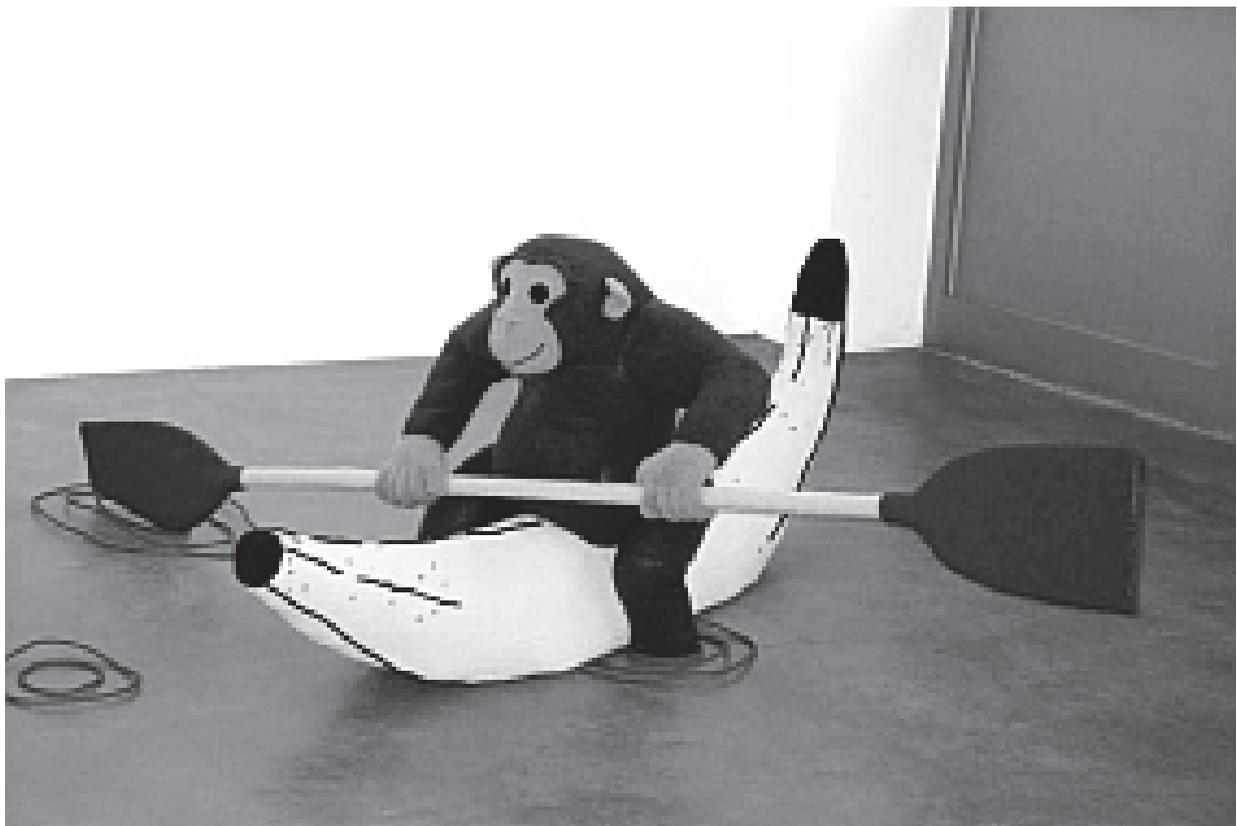
Doch Waller wäre nicht Waller, wenn ihren gehäkelten Gestalten nicht fast alle Kunststücke und Zaubertricks auf schreckliche Weise misslingen würden. Das Zersägen der Jungfrau endet in ei-

nem Blutbad, das Schwert des Schwertschluckers durchdringt seinen Hals, die Balanceakte scheitern grausig. Offen bleibt allerdings, ob das Blut und die Verletzungen nicht auch wieder nur ein Taschenspielertrick, eine geschickte Täuschung sind, die dem sensationslüsternen Zuschauer wohlige Schauer über den Rücken jagen sollen.

Die Ausstellung ist donnerstags bis sonntags, von 11 bis 18 Uhr geöffnet. im Kulturhof Flachsgasse geöffnet.

Der Eintritt ist frei.

KUNSTVEREIN SPEYER
KULTURHOF FLACHSGASSE 



Wallace Stevens

Das Haus war ruhig und die Welt war still

Das Haus war ruhig und die Welt war still.
Der Leser wurde das Buch; die Sommernacht war
Wie das bewußte Sein des Buches.
Das Haus war ruhig und die Welt war still.
Die Worte wurden gesprochen, als wäre da kein Buch,
Nur daß sich der Leser über die Seiten beugte,
Sich beugen wollte, sich innig der Gelehrte
Zu sein wünschte, für den sein Buch wahr ist, für den
Die Sommernacht wie ein vollkommener Gedanke ist,
Das Haus war ruhig, weil es ruhig sein mußte.
Die Ruhe war Teil der Bedeutung, Teil des Geistes:
Der Zugang der Vollkommenheit zum Buch.
Und die Welt war still. Die Wahrheit in einer stillen Welt,
In der kein anderer Sinn liegt, ist selber
Still, ist selber Nacht und Sommer, ist selbst
Der Leser, der spät dort sitzt und liest.

Aus dem Englischen von Kurt Heinrich Hansen.

Jüdisches Speyer im Druck – Ein Blick auf dreihundert Jahre

Diese Ausstellung zeigt das Kulturelle Erbe – Stadtarchiv Speyer zusammen mit der Jüdischen Kultusgemeinde der Rheinpfalz im November / Dezember 2016. Sie wird zunächst im Eingangsfoyer der Jüdischen Gemeinde gezeigt, danach im Lesesaal des Stadtarchivs zu sehen sein.

Die bedeutendste Epoche der Geschichte der Jüdischen Gemeinde Speyer war fraglos das Mittelalter, als sie zu den bedeutendsten Kehillot nördlich der Alpen zählte. Bischof Rüdiger Huozmann hatte im Jahre 1084 durch umfassende Privilegserteilung ihre Gründung ermöglicht. Die Dreiheit mit den Jüdischen Gemeinden von Worms und Mainz, ihre große wissenschaftliche und geschichtliche Bedeutung ist noch heute als SchUM bekannt (das Akronym setzt sich zusammen aus den hebräischen Anfangsbuchstaben der Städtenamen). Wie hoch ihre Bedeutung war und ist, lässt sich an dem derzeit laufenden Verfahren um Anerkennung als gemeinsames Weltkulturerbe ablesen.

Die Speyerer Gemeinde ging endgültig Anfang des 16. Jahrhunderts unter, war 1529 nicht mehr existent – die Synagoge wurde spätestens seit jenem Jahr städtisches Zeughaus genutzt, das heute noch sichtbare Gesamtareal später als Nutzgarten verpachtet.

Der Buchdruck hat in Speyer eine über 500jährige Geschichte; als auch heute noch bekannteste Namen sind hier die Drucker aus der Familie Drach zu nennen. Zur Zeit ihrer Tätigkeit, also um 1500, existierten in ganz Europa etwa 250 Druckorte. Für Speyer ist keine jüdi-

sche Druckerei nachzuweisen. Aus unserer Stadt sollen jedoch die Vorfahren der sehr bekannten jüdischen Druckerfamilie Soncino stammen.

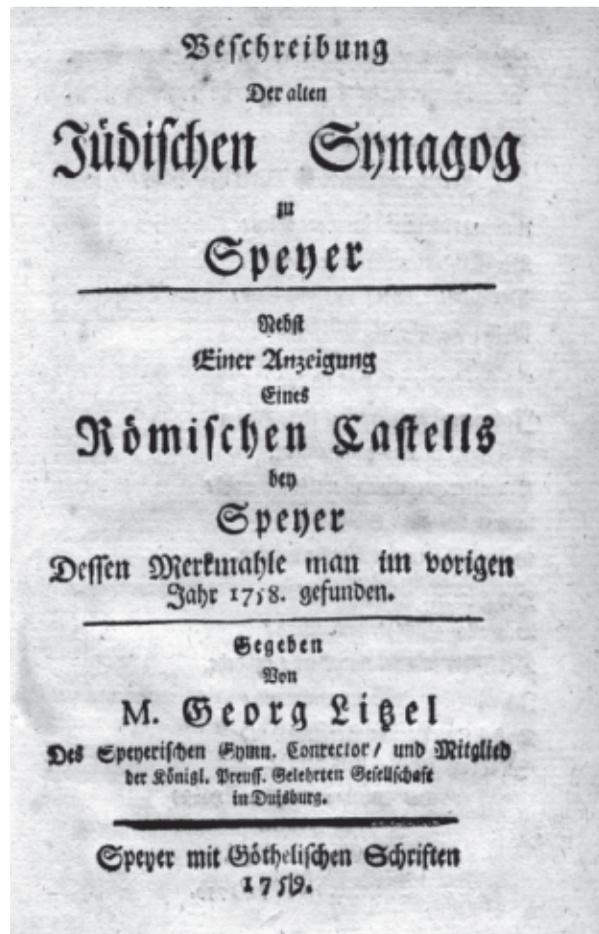
Nach dem obenerwähnten Verschwinden der Speyerer jüdischen Gemeinde kam es später zu kleineren Zusammenschlüssen, häufig von „temporär sich hier aufhaltenden“ Kaufleuten, die Quellenlage ist äußerst lückenhaft. Trotzdem sind zum Beispiel einige Prozesse jüdischer hiesiger Kaufleute vor dem Reichskammergericht Speyer bekannt, auch sind Schriftwechsel zur Wiederherstellung bzw. Bau einer Mikwe im letzten Drittel des 17. Jahrhunderts dokumentiert. Im April 1688 per städtischem Edikt aus Speyer verbannt, ließ der städtische Magistrat auch nach der Stadtzerstörung von 1689 bzw. der dann folgenden Wieder- und Neubesiedlung Speyers keine Ansiedlung von Juden mehr zu. Somit konnte sich eine neue Gemeinde erst mit Beginn der napoleonischen Zeit entwickeln, als die linksrheinische Pfalz, also auch Speyer, französisch wurden und die fortschrittliche Gesetzgebung auch hier greifen konnte.

Die Ausstellung

Unsere Ausstellung *Das Jüdische Speyer im Druck. Ein Blick auf dreihundert Jahre* wird Gedrucktes von und über Speyerer Juden bzw. die Jüdische Gemeinde Speyer zeigen – von den Schriften des hiesigen Gymnasialkonrektor Georg Litzel aus dem 18. Jahrhundert über diverse unbekanntere Druckwerke bis hin zu den Veröffentlichungen des seinerzeitigen Journalisten Reinhold Herz. Das Endjahr der gezeigten Veröffentlichungen ist 1945; biographische Publikationen, die die Zeit bis dahin behandeln,

aber später erschienen, werden gleichfalls zu sehen sein.

Die Ausstellung wird auch Exponate aus der Bibliothek der Jüdischen Kultusgemeinde



der Rheinpfalz zeigen: Hierbei handelt es sich zum einen um Werke, die einst Speyerer jüdischen Bürgern gehörten (identifiziert an Exlibris und / oder Eigentumseinträgen), zum anderen wird eine kleine Auswahl von historischen Gebetbüchern aus dem Besitz der Gemeinde in der Ausstellung zu sehen sein. Soweit möglich, wird auch der Mensch hinter dem Buch erscheinen – Porträts sowie biografische Angaben.

Die Verfasserin möchte hier nicht zu viel vorwegnehmen – der vorliegende Text stellt einige Persönlichkeiten des 18. und 19. Jahrhunderts vor, deren Veröffentlichungen in der Ausstellung präsentiert werden.

Georg Litzel (1694-1761), seit 1737 Konrektor des Speyerer Gymnasiums, wurde bereits erwähnt – in Speyer und allgemein wohl mehr als derjenige bekannt, der 1758 die Geschichte des Ruländerweines schilderte (also Grauburgunder) schilderte. Er publizierte auch etliche Arbeiten über andere archäologische Funde. Litzel war der wohl erste, der über die mittelalterliche Speyerer Synagoge samt Mikwe sowie auch aufgefundene jüdische Grabsteine schrieb: *Beschreibung Der alten jüdischen Synagog zu Speyer (...)*, erschienen bei Göthel in Speyer im Jahre 1759. Er setzte die Synagoge als im 13. Jahrhundert erbaut an. – Über einen 1741 bei einer Hopfpflasterung entdeckten Grabstein verfasste er, gleichfalls 1759, die kleine Schrift *Erklärung eines Jüdischen Grabsteins zu Speyer Welcher In dem Raths-Consulent Baurischen Haußgarten eingemauert ist*. Interessanterweise gibt er an, dass sich weitere aufgefundene Grabsteine in seinem Besitz befänden.



In Speyer bedauerlicherweise nach wie vor unbekannt ist der zu seiner Zeit renommier-

te langjährige Kantor der hiesigen Jüdischen Gemeinde, Moritz Rosenhaupt (1841-1900). Der Sohn eines Rabbiners und Kantors trat seine erste Stelle als Kantor im pfälzischen Städtchen Cochem an. Im Jahre 1864 wechselte er nach Speyer – ein von Cochem lebhaft bedauerter Weggang. In Speyer arbeitet er erfolgreich, lebt sich so gut ein, dass er bereits 1869 heiratet – Johanna Fränkel aus der bekannten Pfälzer Kantorenfamilie (einer der Söhne seines Schwiegervaters wird unter Lincoln der erste US-Militärrabbiner). Durch seine Heirat ist er verwandtschaftlich zudem mit dem noch heute weltbekannten Wiener Kantor Salomon Sulzer (1804-1890) verbunden: Rosenhauts Onkel Karl Fränkel (1810-1877) war der Ehemann von Henriette Sulzer (1808-1889), der Schwester Salomon Sulzers. Rosenhauts erste Komposition kommt am 27.04.1866 anlässlich des Abschlusses der Umbau- und Erweiterungsarbeiten an der Speyerer Synagoge zur Aufführung; 1879 erscheint der erste Band seines dreiteiligen Werkes von Synagogengesängen, bekannt unter dem Titel *Schire Ohel Yaakov*. Leider – für Speyer – folgt Rosenhaupt im Mai 1881 einem Ruf der liberalen jüdischen Gemeinde von Nürnberg, die ihn unter zahlreichen Bewerbern als Oberkantor ernennt. Sein Vorgänger dort war als Nachfolger Sulzers an die große Wiener Jüdische Gemeinde berufen worden. Ob Verwandtschaft oder nicht – Rosenhaupt genügte also höchsten Anforderungen. Bis zu seinem frühen Tod im Jahre 1900 veröffentlichte er noch zahlreiche weitere Kompositionen, von denen die meisten jedoch leider nur noch bibliographisch nachweisbar sind – allzu vieles ist in der Zeit des Nationalsozialismus vernichtet worden. In seiner Höhe unbekannt ist zudem die Menge der Speyerer Musikalia, die in der Reichspogromnacht Feuer oder Diebstahl zum Opfer fielen; auch

die Noten für Organist und Chor wurden vernichtet. Ein geretteter, erhaltener Tanach (im Christentum das Alte Testament genannt) mit Brandschäden wurde dem Stadtarchiv in den 1950er Jahren von einem dann endgültig nach den USA emigrierenden ehemaligen jüdischen Speyerer überlassen.



Aus der Feder von Reinhold Herz (geb. 1913 in Speyer) stammt die erste umfassende, wenn auch knappe Publikation zur Geschichte der Speyerer Jüdischen Gemeinde von ihren Anfängen an, er war auch der erste, der hiesiges Akten- und Urkundenmaterial benutzte. Er veröffentlichte seine *Gedenkschrift zum 100jährigen Bestehen der Synagoge zu Speyer* im Jahre 1937. Der Kaufmannssohn Herz war schon früh für mehrere jüdische Zeitungen tätig gewesen – was ihm von etwa Juli bis September 1933 eine mehrmonatige „Schutzhaft“ in Speyer einbrachte, wegen „Verbreitens von Greuelnachrichten“. Im Oktober jenes Jah-

res zog er in die Großstadt Berlin, wo er weiter journalistisch arbeitete. Im Januar 1937 kehrte er für ein Jahr nach Speyer zurück, wo er die obengenannte Jubiläumsschrift erarbeitet. Auch seine Schrift *Die Juden in der Pfalz* entsteht in dieser Zeit. Am 1. Januar 1938 gelingt es ihm, nach den USA auszuwandern, wo er nach wie vor für jüdische Zeitungen journalistisch arbeitet. Ende Oktober 1941 kann er seine Eltern, Max (1878-1961) und Lina Herz (geb. 1879) bei sich in New York aufnehmen; sie waren wie so viele andere pfälzische und badische Juden am 20.10.1940 nach Gurs deportiert worden, später nach dem Lager Les Milles. Reinhold Herz wird in einigen wenigen Quellen als Rabbinatskandidat bezeichnet, verifizieren ließ sich diese Angabe jedoch nicht.

Es liegen etliche biographische Veröffentlichungen zu ehemaligen Speyerer Juden vor, die nicht unerhebliche Menge von Zeitungsartikeln aus RHEINPFALZ und TAGESPOST nicht mit eingerechnet. Als Beispiele, die auch in der Ausstellung aus obenerwähnten Gründen gezeigt werden, seien hier nur genannt: Anny Sulzbach-Seligmann: Eine deutsche Jugend: Speyer – Bergen Belsen (Speyer 1998).-Margarethe Sallis-Freudenthal: Ich habe mein Land gefunden (Frankfurt 1977. Kindheit in Speyer und Edenkoben). – Betty Ramsay: Crystal Fragments (2008). Sie beschreibt in romanhafter Form das Leben ihres Großvaters Leo Waldbott (gest. 1940, USA). Vorlage hierzu waren die 1938/40 verfassten autobiographischen Aufzeichnungen des langjährigen Speyerer Lehrers.

Ergänzt wird die Ausstellung am Mittwoch, den 16. November, mit einem Vortrag von Dipl.-Archivarin Katrin Hopstock.

Katrin Hopstock

Postkarten

Alte Motive aus Speyer

Die zwölfteilige Postkartenserie des Kulturellen Erbes – Stadtarchiv Speyer, mit historischen Speyerer Motiven, ist für 3,50 Euro im Archiv und in den hiesigen Buchhandlungen zu erwerben. Ein schönes Geschenk - preiswerter als jeder Blumenstrauß und bedeutend langlebiger.



Oberpostamt

Der Neubau des Königlich Bayerischen Oberpostamtes wurde im November 1901 eingeweiht, zu dieser Zeit wurde der frühere Storchenplatz in Postplatz umbenannt. Die hier gezeigte Postkarte entstand um 1914.

Mitte der Zwanziger Jahre wurde der Bau um einen Flügel in der Gutenbergstraße erweitert und vergrößert. Die Figur des weltkugeltragenden Atlas und seiner ihn umgebenden Damen mussten 1933 aus bausicherheitstechnischen Gründen entfernt werden, nachdem mehrere Teile der Statuengruppe Passanten nur knapp verfehlt hatten.

Katrin Hopstock

Veranstaltungen im Stadtarchiv

19. Oktober 2016, 18.30 Uhr

16. November 2016, 18.30 Uhr

Olympische Spiele in Speyer

SPEYER. 23 Jahre nach den ersten Olympischen Spielen der Neuzeit 1896 in Athen und zwischen deren Fortsetzungen 1912 in Stockholm und 1920 in Antwerpen erlebte Speyer ein eintägiges Sportfest unter dieser Bezeichnung. Es war die erste Veranstaltung des Turnvereins nach dem Zusammenschluss mit dem Männerturnverein Speyer.

Im Laufe des September 1919 verwiesen zwei große Anzeigen und ein kurzer Artikel in der "Speierer Zeitung" auf diese "ersten Olympischen Spiele in Speyer". Ausgetragen wurden sie "in einem idyllisch gelegenen neu errichteten Stadion, eines 26 000 qm großen Rasensportplatzes mit Rennbahn (430-Meter-Runde) an der Schifferstädter Straße". So heißt es in einem am 22. September 1919 in der genannten Tageszeitung erschienen längeren Beitrag.

Die Anlage besteht nicht mehr, städtische Hinweise deuten nur auf einen "Turnplatz". Der befand sich nach Recherchen des Sachgebietsleiters Vermessung der Stadtverwaltung Speyer, Volker Anspach, auf dem heute bebauten Gebiet zwischen Schifferstadter Straße, Landwehrstraße, Drais- und Keppelerstraße.

Dem Beitrag in der "Speierer Zeitung" von 1919 entnommen werden kann manches, nicht aber die "olympischen" Ergebnisse der Männer, Junioren, Schüler, Senioren und Damen der Wettbewerbe zwischen 50 und 3000 m, des Stafettenlaufs über 400 m, Dreikampfs, Hoch-, Weit- und Stabhochsprung, Speer- und Diskuswerfen. "Das Resultat der Konkurrenzen wird seitens des Vereins offiziell bekannt gegeben werden"

heißt es hölzern in dem Zeitungsbeitrag. Zu finden sind sie allerdings nicht.

Geradezu schwärmerisch schildert das Blatt die Bedingungen der ersten Olympischen Spiele in Speyer, die zwischen Sonnenschein, Regengüssen und "empfindlich kühler Temperatur" stattfanden.

Es heißt: "Das Fest war durch den Ehrenausschuss, das Renngericht und die Sportsleitung trefflich vorbereitet, zahlreiche Meldungen zum edlen Wettkampf waren eingelaufen. Befreundete Vereine der Pfalz und der angrenzenden Gebiete mit Meister des Sports hatten ihre Teilnahme in Aussicht gestellt". Und weiter: "Mit lebhaftem Interesse verfolge das Publikum den edlen Wettstreit und bekundete wiederholt seine Bewunderung über die prächtigen Resultate durch freudig gespendeten Beifall".

Wolfgang Kauer

Beisel **HÜTE** Speyer

...gut behütet!

Roeckl
HUTEN & ACCESSOIRES

Cartoon by
J. Steinhäuser

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

„Tour de France“ von Speyer nach Chartres

Ein Reisebericht vom 20. bis 26. Juli. 1972 von Dr. Christian Roßkopf

Seit dem Jahr 1959 besteht eine enge Partnerschaft zwischen den Städten Speyer und Chartres. Seit über einem halben Jahrhundert werden enge Verbindungen und Freundschaften zwischen den beiden Städten gepflegt. Viele ältere Bürger erinnern sich noch an die Jubiläumsfeiern, die in die Zeit fielen, als Dr. Christian Roßkopf Oberbürgermeister unserer Stadt war. Im Fünfjahresrhythmus wurde abwechselnd in Chartres und in Speyer gefeiert.

Mit dem folgenden Beitrag - aus der Feder von Herrn Dr. Roßkopf - möchten wir daran erinnern, dass der OB damals eine Tour mit dem Fahrrad von Speyer in die Partnerstadt Chartres unternommen hat.

Ich habe mich am Montagmorgen aufgemacht

Wir wissen alle um den Wert unserer Partnerschaft mit der Stadt Chartres. Diese mittlerweile schon „alte Freundschaft“ hat geholfen viel Trennendes zu überwinden: Sprachbarrieren und ehemalige Feindschaft, Vorurteile und unterschiedliche Geschichte. Aber was im einfachsten Sinne des Wortes zwischen uns liegt: Landschaft mit Straßen und Flüssen, Städten, Dörfern und arbeitenden Menschen – das überspringen wir gewöhnlich im Hundert-Kilometer-Tempo.

Ich habe mich am Montagmorgen per Fahrrad aufgemacht, die Gegend zwischen Speyer und Chartres zu „erfahren“; zehnmal langsamer als mit dem Wagen und zehnfachem Gewinn.

Gewiß, ich hatte die Lothringer Berge unterschätzt und das Gewicht meines Gepäcks. Die Julisonne hat mich fast ausgedörrt. Aber ich habe schon am ersten Tag meiner „Tour de France“ viel erlebt. Der Duft südpfälzischer Tabakfelder ist mir noch angenehm in der Nase. Weissenburg erinnerte mich an historische Gemeinsamkeiten zu Speyer. Dann marschierte ich endlose Wege und fuhr im Steinbachtal (leider) an den elsässischen Feinschmeckerlokalen vorbei: Lembach,

Obersteinbach; Bitsch kenne ich noch aus der Kriegszeit, die Stadt, die wie ein dürftiges Zubehör der gewaltigen Zitadelle wirkt. Und endlich bin ich ziemlich erschöpft hier gelandet.

Am Nachbartisch in meiner Herberge unterhält man sich gestenreich auf „Elsässer Dütsch“. Und ich trinke mit seltenem Genuss ein Glas ums andere literweise Weißweinschorle. Zum Essen fehlt mir jeder Appetit.

Die 130 Kilometer, die ich heute schaffte, waren etwas viel mit all den strapaziösen Bergen. Morgen werde ich mir mehr Muße gönnen und mich am Abend wieder melden – noch weiß ich nicht, aus welcher Stadt.

Mein Gefährt bewundert wie ein vorsintflutliches Ungestüm

Am ersten Tage meiner Radwanderung nach Frankreich hatte sich eigentlich nur der Dialekt der Bewohner verändert. Aber bei Morhange versagte selbst das Lothringer Dütsch. Und hier in Pont-à-Moussan, einem überaus reizvollen Städtchen an der Mosel, kommt man sich schon fast vor wie mitten in Frankreich: enge, südländisch anmutende Gassen, prunkvolle gotische Kirchen, ein großer Platz, von interessanten Häusern mit weitgespannten Arkaden gesäumt, von

oben gesehen ein Meer ineinander geschachtelter Dächer – und außerhalb des Weichbildes große und berühmte Industrierwerke. Wenn nicht der ganze Schwerlastverkehr mitten durch die Stadt dröhnen würde, möchte man hier das Fluidum eines vielseitig anmutigen französischen Städtchens genießen.

Noch ein Wort über die Landschaft bis hierher: Je weiter ich nach Westen kam, um so entlegener schienen mir die Ortschaften. Kaum Wälder; keine schatten spendenden Chausseebäume; schnurgeade Straßen über Berg und Tal. Dabei ließ mich die Beschilderung teilweise schon so im Stich, dass ich mich zweimal ganz gehörig verfahren habe und einmal den gleichen Weg wieder zurück musste. Und das bei glühender Hitze, die den Asphalt schmelzen ließ. Bleierne Stille lag über den Dörfern. Kein Mensch war zu sehen, weder auf den Straßen, noch auf den Feldern. Nur hie und da saß ein alter Bauer im Schatten vor dem Haus oder eine Frau mit einer Handarbeit. Amüsant die Begegnungen in den Restaurants: Da erfährt man, dass der örtliche Fußballclub vor Jahren in Speyer ein Freundschaftsspiel ausgetragen hat; oder man trifft einen Prisonnier de guerre, der die Gelegenheit nutzt, ein paar deutsche Ausdrücke anzubringen. Unterhaltungen über die Landwirtschaft sind aufschlußreich und mein Gefährt wird bewundert wie ein vorsintflutliches Ungetüm.

Morgen werde ich mir zuerst und ausgiebig die schöne Stadt Pont-à-Mousson anschauen – gleichgültig, wann ich hier fortkomme und wo ich abends landen werde.

Am dritten Tag kein Streckenrekord

Der dritte Tag meiner Chartresfahrt hat keinen Streckenrekord aufzuweisen, bestenfalls einen Hitzerekord und dement-

sprechend einen Rekord des Flüssigkeitskonsums.

Überaus reich sind die Eindrücke der Fahrt von Pont-à-Mousson über St. Mihiel hierher nach Bar-le-Duc. Frankreich ist ein weites Land mit berühmter Landwirtschaft. Endlose Felder ziehen sich über den Horizont hinaus. Offensichtlich hat die Flurbereinigung im Rahmen der Planification wirtschaftliche Einheiten geschaffen, die im amerikanischen Stil zu bearbeiten sind. Weizen wird hier angebaut und Gerste, aber auch viel Mais. Dazwischen dehnen sich Weiden mit schwarz-weiß gefleckten Kühen. Und weit auseinander sind Dörfer eingestreut, die oft nur wenige Häuser umfassen, jedes mit Blumen vor der Tür, aber anspruchslos. Bemerkenswert, wie weit in das Land hinein die letzten Kriege ihre Spuren hinterlassen haben. Jeder noch so kleine Ort hat seine Kriegsgeschichte. Ehrenmäler und Inschriften erinnern an 1914 bis 1918 und 1940 bis 1944. Die Soldatenfriedhöfe sind sorgsam gepflegt wie ein mustergültiger Garten. Die letzte Strecke hierher fuhr ich auf der „Voie sacrée“, der „geheiligten Straße“, auf der im ersten Weltkrieg mühsam Soldaten und Munition von Bar-le-Duc in die Schlacht um Verdun geschafft wurden, nachdem die Deutschen bei St. Mihiel den Zubringerfluss, die Meuse, blockiert hatten. In St. Mihiel, einer Stadt mit etwa 6000 Einwohnern, ging mir wieder auf, welch erhabene Zeugnisse der Geschichte und der Kunst auch in kleineren Orten zu finden sind. Im Schatten monumentaler Bauwerke spielt sich einfaches Leben ab, ohne Luxus, in menschengemäßigem Maß. Manches Mal kommt es mir so vor, als hätten wir in Deutschland hie und da dieses Maß aus dem Auge verloren, in dem Streben nach Komfort und Perfektion.

Bar-le-Duc ist eine äußerst interessante und liebenswerte Stadt mit lebensprühenden Straßen im Tal und einer romantischen Oberstadt, die an Rothenburg erinnert. Ich

bin glücklich, diesen Reichtum zu erleben – einschließlich der unnachahmlichen französischen Küche, die am Abend einem anstrengenden Tag die Würze des Urlaubs verleiht.

Zwar ohne „gelbes Trikot“: Sie müssen, was ich darf...

Die Kameraden von der Tour de France können mir leid tun, sie müssen was ich darf. Dafür verzichte ich gerne auf das gelbe Trikot. Und wenn die Sonne nicht gar zu mörderisch auf die Straße brennt, macht das Vagabundieren doppelt Spaß. In der Nacht zum Donnerstag ging ein formidables Gewitter über Troyes, meinem letzten Etappenziel nieder. Die Stadt lag völlig im Dunkeln, weil der Blitz die Stromleitung zerstört hatte, und am Himmel leuchtete der Widerschein eines Brandes. Überschwemmungen, wie sie aus Paris gemeldet werden, gab es zwar nicht: aber Sturzbäche wälzten sich durch die Gassen. Den ganzen Tag über dampfte die Landschaft. Übrigens weiß ich jetzt, warum die französischen Fahrräder alle mit Gangschaltung ausgerüstet sind. Die Berge sind flacher geworden und dafür weit gestreckt. Was der Autofahrer kaum registriert, geht in die Beine, wenn man sein eigener Motor ist. Ich bin gespannt, wie sich die Landschaft weiter nach Westen noch verändert. Es fällt mir schwer, die Bewunderung nicht laut werden zu lassen, die mich immer wieder befällt, wenn ich in oft kleinsten Ortschaften großartige Kirchen und Denkmäler sehe. Das Land lebt in seiner Geschichte; die Nation ist sich bis in jedes Dorf ihrer Vergangenheit bewusst und stolz darauf. In dem kleinen Ort Brienne-le-Chateau, zwischen St. Dizier und Troyes wird nicht nur die Erinnerung an die Zerstörung im Zweiten Weltkrieg wach gehalten, sondern noch sorgsamer der Ruhm, der sich an Napoleon und seine Begegnung mit Blücher 1814

knüpft. Wäre der Preußenmarschall Blücher nicht durch List einem Handstreich auf das Schloß Brienne entgangen, sondern gefangen oder getötet worden, so ist in dem Museum zu lesen, dann hätte Frankreich noch die Rheingrenze. Unterhält man sich mit Bewohnern des Städtchens, so muss man betroffen sein. Wer könnte verstehen, daß seine Heimat in 150 Jahren dreimal von fremden Soldaten heimgesucht wurde? In Frankreich waren das die Deutschen. Allein zwei der Orte, die ich auf meiner heutigen Fahrt besuchte, waren 1940 durch deutsche Artillerie völlig zerschossen und wurden nach dem Krieg neu aufgebaut. Es ist mir jetzt deutlicher, als es vorher war, wie schwer es unseren französischen Nachbarn sein mußte, den Haß zu überwinden und über die Grenze hinweg Freundschaften zu schließen. Eine so kostbare Freundschaft sollte man pflegen, wann und wo immer sich Gelegenheit bietet. Es könnte sein, daß sich eine neue Welt auftut voll ungeahnter Schätze.

Nasser konnte ich nicht werden

Für ein gutes halbes Jahr bin ich geduscht. Als ich heute morgen meine Hotelrechnung bezahlt hatte und die brodelnde Stadt Troyes über die Seinebrücke verließ, fing es sachte an zu regnen. Eine willkommene Gelegenheit, die originelle Kirche im Vorort Ste. Savine zu besichtigen. Eine freundliche Bürgerin erklärte mir nicht nur die Geschichte der Kirche und des Ortes, sondern machte mir auch eindringlich klar, daß der Vorort selbständig ist und gegen alle Eingemeindungsversuche der Stadt Troyes auch bleiben will – zugegebenermaßen in der Communauté urbaine. Auf weitere Eingemeindungsdiskussionen wollte ich mich - zumindest im Falle Troyes - nicht einlassen.

Nachdem es in der Kirche kein Farbfenster mehr gab, das ich nicht studiert hatte, und es regnete immer hartnäckiger, machte ich mich auf und radelte mit unaufhaltsamer

Wasserkühlung bis über Sens hinaus – das sind etwa 65 Kilometer – ohne Unterbrechung. Von dem Augenblick an, als ich von Kopf bis Fuß durch und durch bis auf die Haut naß und eingeweicht war, fühlte ich mich sehr wohl: nasser konnte ich nicht werden. Irgendwann mußte es aufhören zu regnen; dann konnte ich wieder trocknen. Meine einzige Sorge galt der Leica, wenn sie auch „unter Wasser“ schwer zu gebrauchen war. Nun sitze ich in Nemours nach einem schwelgerisch genossenen Abendessen „wie Gott in Frankreich“ bei einem herben Cotes du Rhone – und freue mich des Tages.

Wie unerschöpflich ist dieses Land. Anders als daheim – und doch so innig verwandt! Es würde sich lohnen, allein die Dorfkirchen alle aufzusuchen und in ihrer imposanten, wehrhaften und oft großartigen rustikalen Eigenart zu bestaunen: jede für sich Ausdruck erdverbundenen Selbstbewußtseins und opferbereiter Frömmigkeit. Heute allerdings scheinen manche der Kirchen, die wir zuhause wie ein Juwel pflegen würden, dem Verfall anheimgegeben, weil die Kirchengemeinde den Unterhalt nicht aufzubringen imstande ist.

Mustergültig gebaut und gepflegt sind die Straßen. Hier, in der weiteren Umgebung von Paris, nimmt auch der Verkehr so zu, daß man sich nicht mehr verlassen fühlt und einsam auf einer „Route departementale“, einer Landstraße mit dem Komfort einer Überlandstraße.

Zu den Städten und Dörfern sind die Straßen und Gehwege sauber. Fast scheue ich mich an daheim zu denken.

Trotzdem bewegt mich natürlich ab und zu der Gedanke: was ist jetzt wohl in Speyer los? Ganz ohne Zeitung komme ich mir vor wie auf einer Insel. Aber es ist eine herrliche Insel: Das weite, weizenüberwogte Frankreich, unser Nachbar und Kamerad in Europa.

Ungewollt als Vorreiter der Tour de France

Schon 10 Kilometer vor der Stadt Chartres hebt sich unter der Abendsonne die Silhouette der Kathedrale über den Horizont. So als gäbe es nur dieses gewaltige Bauwerk in der unabsehbaren Ebene der Beauce, der Kornkammer Frankreichs. Ich fühle mich an den Blick von der Schwetzingener Landstraße auf den Speyerer Dom im Westen erinnert. Wieder einmal begreife ich, Welch ein heillosen Schaden entstünde, würde man eine solche Silhouette zerstören.



In Chartres fühle ich mich etwas zu Hause, denn ich war einige Male hier und kenne ein paar Gebäude, Plätze und Straßen. Aber Chartres kenn ich noch lange nicht. Es ist ein großer Unterschied, die Stadt zu einem offiziellen Anlaß als Vertreter der Partnerstadt zu besuchen oder als unbekannter Tourist durch die Altstadt, die Eure entlang spazieren zu können. Noch ist es früh am Sonntag. Nachher werde ich mich bei einigen Freunden melden und morgen mit der Eisenbahn die Heimreise antreten.

Chartres ist übrigens überschwemmt von Besuchern, darunter viele Engländer. In der Stadt war nirgends mehr ein Zimmer aufzutreiben. So schlafe ich in einem kleinen Hotel im Vorort Léves, wo Meister Loire seine Werkstatt betreibt, der die Farbfenster für unser neues Altersheim geschaffen hat.

Auf der Fahrt von Nemours nach Chartres bin ich übrigens doch noch unversehens an

die „Tour de France“ geraten. Zunächst dachte ich an eine groß angelegte Verkehrskontrolle, als in Merville die Gendarmerie mit massenhaftem Aufgebot die Straßen bevölkerte. Erst als ich außerhalb der Stadt Hunderte von Menschen gewahrte, die am Wegrand lagerten und mich einsamen Radler mit Beifall begrüßten, wußte ich, daß ich ungewollt den Vorreiter der „Tour de France“ machte. Da den erwartungsfrohen Menschenmengen nach zu schließen, die Equipe jeden Moment eintreffen mußte, suchte ich mir unter sengender Sonne einen guten Platz und harpte des sportlichen Ereignisses. Was dann kam, waren Hunderte von Autos, schreiende Firmenreklame, Presse, Wichtigtuer, sie sich in der allgemeinen aufmerksamen Spannung auf allerlei Art produzierten. Dann donnerten Uniformierte auf schweren BMW-Motorrädern heran – und dann kam wieder Reklame, Presse, Rundfunk usf. Als endlich die Fahrer eintrafen: ein dicht gedrängtes

Rudel bunter Trikots, waren wohl zweieinhalb Stunden vergangen. Furchtbar schnell scheinen sie nicht gefahren zu sein. Denn auf meinem weiteren Weg wurde ich überall noch von sportbegeisterten Gruppen mit anspornenden Zurufen begrüßt – jetzt als letzter der berühmten Tour – bis ich mich in einem Straßencafé niederließ, um mich an einem herrlichen Himbeereis und großen Mengen kühlem Schorle zu erfrischen. Es war eine herrlich Tour de France!

Dr. Christian Roßkopf

Glücklich? – Wer ist denn glücklich?
O, blicke nicht nach dem was jedem fehlt;
betrachte, was noch jedem bleibt.

Goethe



Der Freundeskreis Speyer – Chartres pflegt die Freundschaft und den kulturellen Austausch mit der Partnerstadt Chartres seit vielen Jahren. Die Städtepartnerschaft besteht seit 1959. Neben den monatlichen Treffen im Haus der Vereine und vielen Veranstaltungen übers Jahr, sind die Höhepunkte die Bürgerschaftsreisen von und nach Chartres im Wechsel an Himmelfahrt und die Teilnahme am Weihnachtsmarkt. Jeweils am 3. Advent - 10./11. Dezember 2016 – bietet der Freundeskreis im „Bistro de Chartres“ im Historischen Rathaus französische Spezialitäten an; Wein, Champagner sowie französische Wurst und Käsespezialitäten. Unsere Freunde aus Chartres sind ebenfalls mit einem eigenen Stand mit Wein, Wurst und Käse aus der Region Chartres vertreten.

Horst Poggel



Grönland: Atemberaubend schön: das einsame Naturparadies im Eis der Arktis

Kaum mehr als vier Stunden über den Wolken, dann verlassen wir das kleine Flughafengebäude von Kangerlussuaq – und betreten eine andere Welt: Kleine, bunte Fischerdörfer, wie verloren an der endlosen Küste. Zartblaue Eisberge, die im Wasser leuchten. Weltabgeschiedene Täler, durch die glasklare Bäche rauschen. Die größte Insel der Erde zieht uns von der ersten Sekunde an in ihren Bann. Grönland – ein Land geprägt vom ewigen Eis der Gletscher und Eisberge. Und trotzdem nennen die Einheimischen die Insel „Kalaalit Nunaat – Land der Menschen“.

Kangerlussuaq (das übersetzt „der lange Fjord“ bedeutet) ist kein Ort, sondern der Flughafen des Landes schlechthin.

Über 90% aller Reisenden von und nach Grönland kommen hier an. Viel mehr Zivilisation ist hier nicht: ein einsames kleines Tourist-Office, eine noch kleinere Polizeistation, eine Lodge (die Polar-Lodge) und in der Nähe das Restaurant Robklubben, direkt am Lake Ferguson gelegen. Wir machen mit einem Tundra Buggy eine erste Tour hin zum Inland-Eis bis zum Russell-Gletscher und von dort bis zum Aussichtspunkt 660, von dem man recht einfach auf das Inlandeis gelangt. Es ist ein erhabenes Gefühl, diese eisige Weite zu erleben.

Wir fliegen am nächsten Morgen in die Landeshauptstadt Nuuk (bedeutet Landzunge); das wirtschaftliche, kulturelle und politische Zentrum ist mit seinen 16.500 Einwohnern eine für unsere Verhältnisse kleine Stadt, jedoch die größte Stadt des



Landes. Im Jahr 1728 gründete der norwegische Missionar Hans Egede in der Innuitsiedlung Nuuk eine Missionsstation. Nuuk liegt 250 südlich des Polarkreises und dank des Golfstromes bleibt das Meer hier ganzjährig eisfrei. Neben dem Kolonialhafen ist das Nationalmuseum, das Hans-Egede-Haus und Denkmal sowie die Skulptur „Mutter des Meeres“ ein besonderer Anziehungspunkt.



Am späten Nachmittag wartet dann die „Sarfaq Ittuk“ auf uns: es ist kein luxuriöses, aber ein gepflegtes Schiff, die Kabinen sind geräumig, das Essen ausgezeichnet. Der Rahmen für unsere kleine Kreuzfahrt entlang der Küste stimmt also. Wir lehnen an der Reling und lassen die atemberaubende Landschaft an uns vorbeiziehen. Immer wieder legt das Schiff in kleinen Küstenstädtchen wie Manlitsoq oder Sisimut an: In Sisimut machen wir einen Landgang (hier sind wir schon über dem Polarkreis hinweg). Sisimut ist mit rund 5.000 Einwohnern die zweitgrößte Stadt Grönlands. Die Gründung der heutigen Stadt geht auf die Verlegung einer bereits 1724 gegründeten Handelsstation im Jahr 1764 zurück. Doch schon im 15. Jahrhundert lockten reiche Bestände von Robben und Walen sowie das stets eisfreie Meer Walfänger an diesen Teil der Küste Westgrönlands. Die Verarbeitung von Krabben ist heute der wichtigste Wirtschaftsfaktor in Sisimut, hier steht eine der modernsten Verarbeitungsanlagen der Welt. Direkt

am alten Hafen in einem ehemaligen Lagerhaus haben verschiedene Künstler ihre Werkstätten eingerichtet. Hier kann man zuschauen, wie Rentiergeweihe verarbeitet werden, zu Schmuck oder Tupilaks, den traditionellen Schnitzfiguren der Inuit. Am nächsten Morgen ist schon gegen fünf Uhr Aufstehen angesagt, die ersten Eisberge sind zu sehen und zu bestaunen. Die versprochenen Wale – da war leider (noch) Fehlanzeige. Gegen Mittag nähern wir uns Ilulisaat - dem Ort der Eisberge und heute die Touristenhochburg des Landes. Das Hotel des Landes, Hotel Arctic, hoch über der Stadt etwas außerhalb gelegen, aber hier ist Komfort gepaart mit einem fantastischen Blick auf Hafen und Bucht mit den Eisbergen. Die drittgrößte Stadt des Landes wurde unter dem dänischen Namen Jakobshavn im Jahr 1741 vom Kaufmann Jacob Severin gegründet. Ilulisaat liegt am Kangia Eisfjord, der ungeheure Mengen Eis ins Meer entlässt. Die obligatorische Fabrik zur Verarbeitung von Fisch und Krabben ist hier ebenso zu finden wie mehrere tausend Schlittenhunde – die Stadt liegt 280 km nördlich des Polarkreises und damit in der „Schlittenhundezone“.



Während der Sommermonate lockt ein fantastischer Blick über den Eisfjord, der seit 2004 zum UNESCO-Weltnaturerbe gehört. Im Winter werden Hundeschlittenfahrten durch die Polarnacht angeboten. Direkt am Hafen erinnern drei kleine Museen an die Geschichte der Stadt und des Landes. Se-

62 aktiv dabei

enswert ist auch die Zionskirche aus dem Jahr 1782, die bereits 1779 vorgefertigt und dann hierher transportiert wurde. Einen Teil der Kirche hat man früher aufgrund einer besonderen Vereinbarung als Krankenhaus genutzt. Auf einem Spaziergang vorbei am ehemaligen Helikopter Flugplatz kommt man auf einem Bohlenweg ins landschaftlich reizvolle Sermermiut-Tal direkt am Fjord.



Hier siedelten seit Jahrtausenden die Grönländer; heute weisen nur noch kleine grasbewachsene Hügel auf ehemalige Gebäude hin. Die Wanderung hin zum Eisfjord Kangia zählt zu den schönsten Erlebnissen dieser Reise. Fast sieben Kilometer Weg vorbei an kleinen Seen bis hin zum Eisfjord Kangia – ein Traum wird wahr. Der Eisfjord hat eine Länge von einigen zig Kilometern und wird an einigen Stellen sieben km breit. Es ist ein faszinierendes Schauspiel, die durch Gezeitenströmungen verursachten Bewegungen der Eisberge im Fjord zu beobachten. Nicht minder beeindruckend ist eine Mitternachts-Boots-Tour mit einem Ausflugsboot zwischen den Eisbergen. Phantastische Ruhe – nur unterbrochen vom Klicken der Kameras – Eindrücke, die einem mehr als deutlich machen, wie klein der Mensch inmitten dieser Eisriesen tatsächlich ist.....



Ein besonderer Höhepunkt wartet zum Ende unserer Grönland Reise auf uns: Die Walsafari zwischen den Eisbergen: Wir sind überrascht, nein überwältigt, wie großartig es ist, so nah an so große Tiere wie die Wale heran zu kommen. Wir haben den Buckelwal mit seinem charakteristischen Schwanz erleben dürfen – ein Erlebnis, von dem man noch lange, sehr lange erzählen und schwärmen wird.

Infos: www.greenland.com

Michael Stephan

PHYSIOTHERAPIE IN SPEYER

KRANKENGYMNASTIK MASSAGE

Wir machen gerne auch
HAUSBESUCHE

Schustergasse 6, am Königsplatz
Telefon: 06232 - 290303

MÜLLER-FREY

Eine Reise in das Land der Pharaonen

Auf dem Nil zwischen Luxor und Assuan

Die klassische Ägyptenreise führt den Nil entlang nach Süden, über Luxor bis nach Assuan. Wenn die Ägypter stolz von ihrem Land als Wiege der Zivilisation sprechen, meinen sie vor allem diesen schmalen Streifen, der einige Kilometer, manchmal nur wenige Meter fruchtbaren Boden links und rechts des Nils umfasst. Nilkreuzfahrten sind eine schöne und praktische Angelegenheit. Man hat Zeit sich auf dem Sonnendeck zu entspannen, besucht zwischendurch die vielen interessanten antiken Stätten in Oberägypten und kann die vorbeiziehende Landschaft genießen.



Aber bis es soweit ist, hat man schon vieles erlebt, was man als Europäer gar nicht so gewohnt ist. Das geht am Flughafen Luxor schon los, jede Menge Gepäckträger, jeder will dein Gepäck tragen, jeder hält die Hand auf. Endlich am Schiff angekommen, ist man ganz erstaunt wie viele Schiffe nebeneinander liegen, um zu seinem Schiff zu kommen muss man durch mehrere andere Schiffe hindurchgehen. Es ist ein interessantes Schauspiel, wenn die Schiffe ablegen, vor allem wenn ein Schiff zwischen den anderen liegt und die Schiffe erst wegfahren müssen, um Platz zu machen.

Der erste Tag gehört den Tempeln von Karnak und Luxor. Der Luxor-Tempel liegt im Zentrum der Stadt, von hier sind es nur wenige Schritte bis zum Nil. Den Eingang der Anlage säumen zwei große Sitzstatuen von Ramses II. Der Tempel ist den Gottheiten Amun und Mut gewidmet.

Etwa drei Kilometer nördlich, auch am Nil gelegen, befindet sich der Karnak-Tempel. Berühmt ist er vor allem durch seine Sphinx-Allee und den riesigen Säulenwald zu beiden Seiten des Mittelgangs. Die 134 Säulen haben einen Umfang von zehn Metern und ragen bis zu 24 Metern in die Höhe. Wenn man unter den Säulen steht, kommt man sich sehr klein vor und hat Respekt, was die Ägypter vor tausenden von Jahren geschaffen haben.



Der erste Zwischenstopp mit dem Schiff war Esna, hier besuchten wir die Ruinen des Chnum-Tempels und durchfuhren anschließend die einzige Nilschleuse zwischen Quena und Assuan. Am Abend legte das Schiff dann in Edfu an. Die Abende auf den Schiffen gehörten dann touristischen Spektakeln, wie Bauchtanzshows und Cocktailpartys. In Edfu etwa hundert Kilometer südlich von Luxor besuchten wir den besterhaltenen Tempel Oberägyptens, ein dem Falkengott Horus

64 aktiv dabei

geweihtes Heiligtum.

Die dritte Station war dann Kom Ombo. Der Tempel zweier Gottheiten erhebt sich majestätisch am Ostufer des Nils. Besonders in der Dämmerung ist die Silhouette des Tempels ein faszinierender Anblick.

Südlich von Kom Ombo wird der Fluss immer schmaler, auch die Vegetation wird immer spärlicher, immer öfter reicht die Wüste bis an den Nil. Viele kleine Tempel und in den Fels gehauene Gräber ziehen an uns vorbei. Das Mausoleum des Aga Khan auf einem Hügel ist nicht zu übersehen.

Dann kommt Assuan in Sicht, der südlichste Punkt der Schiffsreise. In Assuan unternahmen wir weitere Landausflüge. Mit kleinen Booten fahren wir zur Insel Philea. Die Insel wird von

dem Isis-Tempel beherrscht, die ältesten antiken Gebäude wurden vor über 2300 Jahren angelegt. Die Römer bauten dann die Anlage weiter aus.

Wir fahren weiter zum unvollendeten Obelisk, den Steinmetze in der Antike angefangen haben, der aber dann auseinandergebrochen ist, so liegt er nun seit der damaligen Zeit.

Interessant auch der Nasserstaudamm, der unvorstellbare Ausmaße hat.

Für den nächsten Tag hatten wir eine Fahrt nach Abu Simbel vorgesehen. Man muss schon einen ganzen Tag für die Besichtigung dieses grandiosen Tempels einplanen. Die Fahrt dahin durch die Wüste dauert allein schon mehrere Stunden. Treffpunkt morgens um vier Uhr am Busbahnhof, dann verlässt ein Konvoi aus Bussen Assuan und trifft 290 km später in



Abu Simbel ein.

Die vier Kolossalstatuen Ramses II., der den Tempel erbauen ließ, sind zwanzig Meter hoch. Sie thronen an einem künstlichen Felsen, der erbaut wurde, als man die Tempelanlage in den Jahren 1964-1968 in einer Unesco-Aktion vor den Fluten des Nasserstausees rettete. Eindrucksvoll auch das Innere des Tempels mit seinen vielen Statuen, Säulen und Wandmalereien.



Nachmittags ging es den gleichen Weg wieder zum Schiff zurück und man genoss auf dem Schiff dann die untergehende Sonne, währenddessen sich dann das Schiff wieder auf den Rückweg nach Luxor machte.



Am nächsten Morgen ging es dann zu unserem letzten aber grandiosen Landausflug. Bei Dunkelheit morgens fuhren wir mit einer Feluke, einem ägyptischen

Segelboot, über den Nil, dort wartete schon unser Reisebus. Der Bus brachte uns an den Memnons-Kolossen vorbei ins Tal der Könige.

Die Fahrt war deshalb so früh, weil es um die Mittagszeit im Tal der Könige unheimlich heiß wurde und damit man bei den ersten Besuchern war und an den Grabkammern nicht so lange anstehen musste.



Eindrucksvoll sind alle Grabkammern in den Fels gehauen, viele Stufen musste man hinabgehen, um die bemalten Wände mit Bildern und Hieroglyphen zu bestaunen, besonders faszinierend ist die Grabkammer des Pharaonen Tut-ench-Amun. Auf dem Rückweg kamen wir noch in ein altes Dorf, wo man Grabkammern der einfachen Bevölkerung der damaligen Zeit besichtigen konnte. Am Hatschepsut-Tempel, der sich elegant an den Berghang schmiegt, vorbei ging es wieder zum Schiff. Auf dem Sonnendeck konnte man dann bei einem kühlen Getränk die ganze Reise noch einmal in Gedanken Revue passieren lassen.

Karl-Heinz Geier

Wieviel bist du von andern unterschieden?
Erkenne dich, leb mit der Welt in Frieden!
Goethe

Vom Glaspark, Gläserner Scheune, Dampfbier zum Ruf der Wildnis

Den Sommer mit allen Sinnen erleben in der Arberland-Region

Irgendwo entspringt eine Quelle, Pilze verstecken sich auf feuchtem Waldboden, jeder Schritt federt weich im Gehölz, man nascht Waldbeeren, schnuppert jeden Zentimeter Natur: Der Bayerische Wald ist das größte zusammenhängende Waldgebirge Mitteleuropas.



Glaspark Theresienthal

"Auf König Ludwigs Spuren, zu den Unzerbrechlichen" heißt eine zweistündige Führung durch herrliche Natur, über das romantische Gelände Theresientals mit seinen zwei Glashütten - einer Tafelglashütte (heute Wohnhaus und Lager) und der nach wie vor arbeitenden Kristallglasmanufaktur Theresienthal, die noch heute edelste Gläser wie zu König Ludwigs Zeiten fertigt. Über historische Fotos wird die Geschichte zum Leben erweckt. In der Glashütte selbst kann man sich von den großen handwerklichen Fähigkeiten der Glasmacher überzeugen. Höhepunkt ist ein Besuch in der kleinen Sonderausstellung über das Leben und Wirken der Henriette Steigerwald, alias Heriberta von Poschinger. Diese kunst sinnige Malerin, Designerin und Dichterin wirkte in der Zeit des Historismus und Jugendstils. Henriette war Tochter der

nordböhmischen Glashändlerfamilie Wilhelm und Henriette Steigerwald. Sie war auch die Nichte von Franz Steigerwald, der im Jahr 1836 auf Wunsch von König Ludwig I., am Großen Regen bei Zwiesel, die ruhmreiche Glashütte Theresienthal erbaute. Henriette Steigerwald heiratete 1863 Michael von Poschinger aus Frauenau. Sie führten die Glashütte erneut zu Weltruhm. All dies und vieles mehr, wie z.B. Gedichte der Henriette Steigerwald, werden von Sylvia Süss in der Führung, die dann im ebenfalls sehenswerten Museumsschlösschen endet, vorgetragen und detailliert erläutert.



Erste Dampfbierbrauerei Zwiesel

Wolfgang Pfeffer gründete im Jahre 1889 die "Erste Dampfbierbrauerei" in Zwiesel. Damals war im bayerischen Wald Weizen und Hopfen ein rarer Rohstoff. Wolfgang Pfeffer braute trotzdem ein hervorragendes obergäriges Bier, das "Dampfbier". Er verwendete kein Weizenmalz sondern nur Gerstenmalz von einer leicht bräunlichen Farbe. Mit dem teuren Hopfen musste sehr gespart werden. Die Gärung mit obergäriger Hefe verlief rasch in offenen Bottichen, dadurch kam es zu einer heftigen Kohlen säureentwicklung, die am Schaum große Gasblasen entstehen ließ. Die zerplatzten

von Zeit zu Zeit, so dass der Eindruck entstand, "das Bier dampft". Das Dampfbier aus Zwiesel wird auch heute noch genau nach diesen alten Vorschriften hergestellt. Die Atmosphäre der Dampfbierzeit kann bei einem Rundgang durch die Brauerei erlebt werden. Der historische Hopfenboden ist für Besucher zugänglich. Im "Schalander" von 1923 kann man das Dampfbier in der originalen Atmosphäre probieren und genießen.

Die unterirdischen Gänge von Zwiesel
Über Jahrhunderte hatten die Bewohner Zwiesels immer wieder unter Seuchen, kriegerischen Einfällen und Hungersnöten zu leiden. Der Ausweg der findigen Bürger: Man grub sich in die Erde!. Es entstand ein ausgeklügeltes Höhlensystem unter der Stadt, das bis zu drei Kilometer lang war und das unter den Häuserzeilen des Stadtplatzes verlief. Entstanden ist zumindest ein Teil der Gänge schon im Spätmittelalter. In den letzten Jahren wurde ein Teil der Gänge erschlossen und ist bei Führungen zu entdecken. Hierbei kann Zwiesels wechselvolle Geschichte nachvollzogen werden.



Tierfreigelände Neuschönau

Dass es bei den Nationalparkbären dieses Jahr wieder Nachwuchs gibt, war eine echte Überraschung. Nach einer dramatischen Wendung vor zwei Jahren überlebte vom letzten Wurf der drei Bärenjungen nämlich tragischerweise keines. Umso mehr freut man sich im Bayerischen

Wald heuer über das tapsige Duo. Damit Mama Luna und der Nachwuchs (gerade sechs Monate alt) eine stressfreie Anfangsphase haben, wurde Bärenpapa Benny vorübergehend ausquartiert. Neben den Bären gab es auch bei „Familie Elch“ Nachwuchs – das gerade drei Monate alte Junge ist stets bei der Elchkuh zu finden.



Zum perfekten Ausflug wird der Besuch, wenn man ihn mit einem Abstecher zum weltweit längsten Baumwipfelpfad verbindet. Der spektakuläre Blick über die Wipfel und auf den Lusen lohnt allemal.

Die Gläserne Scheune und das Gewölbe der Geheimnisse in Viechtach

Erleben Sie Legenden, Sagen und Mythen aus dem Bayerischen Wald, die der Glasünstler Rudolf Schmid eindrucksvoll auf 200 qm Glaswänden dargestellt hat. Nicht umsonst zählt die Gläserne Scheune zu den außergewöhnlichsten Sehenswürdigkeiten entlang der Glasstraße im Bayerischen Wald. Schon von weitem werden die Besucher vom "Raubühler Riesen" begrüßt, dessen riesiger Kopf verschmitzt vom Turm schaut. Die Legende vom Bayerwaldpropheeten "Mühlhiasl" oder die Geschichte vom "Räuber Heigl" sowie ein 13 qm großes, beschnitztes Scheunentor zur "Rauhnacht" sind einzigartige künstlerische Höhepunkte.

Glashotel in Zwiesel

Es ist das einzige Glashotel im gesamten Bayerischen Wald und wurde bereits im Jahr 2000 mit dem Glasstraßenpreis für be-

68 aktiv dabei

sondere Verdienste um das „Glas aus dem Bayerischen Wald“ ausgezeichnet.

Die Gläsernen Gärten von Frauenau
Seit Herbst 2010 wartet eine einmalige Attraktion den Bayerischen Wald einmal mehr kulturell auf: die Gläsernen Gärten von Frauenau.



Auf insgesamt 20.000 Quadratmetern um das Glasmuseum, den Arealen der Glashütten Eisch und Poschinger entstand der weltweit erste gläserne Skulpturenpark mit 27 Installationen internati-

onaler und regionaler Künstler. Der Spaziergang durch die Gläsernen Gärten zeigt die künstlerischen Gestaltungsmöglichkeiten mit dem Werkstoff Glas auf. Faszinierend obendrein: Zu jeder Jahreszeit präsentiert sich der Skulpturenpark anders. Er ist ganzjährig geöffnet, der Eintritt ist frei.

Infos: www.die-glaesernen-gaerten-von-frauenau.de

Hinkommen

mit dem Auto: Autobahn Nürnberg, weiter Richtung Passau bis Ausfahrt Deggendorf und weiter über Regen nach Zwiesel;
mit der Bahn: ICE über Nürnberg, Regensburg und Plattling; von dort weiter mit Nahverkehrszug nach Zwiesel

Infos

Arberland Regio GmbH,

Amtsgerichtsstraße 6-8

94209 Regen

Tel.09921-96050

Internet: www.arberland.de

E-Mail: info@arberland-regio.de

Michael Stephan



Fahrten des Seniorenbüros

Mehrtagesfahrt in das Pustertal

Im Frühjahr unternahmen Senioren der Stadt Speyer (in Kooperation mit Deutsch Reisen) eine Mehrtagesfahrt in das herrliche Pustertal in Südtirol.

Unser Quartier bezogen wir in einem sehr gut geführten 3* Hotel in Kiens nahe Bruneck. Von dort starteten wir unsere Exkursionen.

Auf der Hinfahrt beunruhigte uns in den Bergen Schneefall und Graupelschauer.

Am nächsten Morgen aber, bei der Dolomitenrundfahrt, leuchtete die Sonne auf die weißgezuckerten Baumwipfel oberhalb von 1500 Metern. Sie führte uns vorbei am Misurinasee, der ehemaligen Olympiastadt Cortina, Corvara und durch das Gadertal zurück. Es war ein herrliches Erlebnis.



Eine Stadtführung durch das verwinkelte Bozen, eine Weinprobe und ein erholsamer Abschluss am Kalterer See bestimmten den nächsten Tag.



Das Ahrntal mit seiner Frühlingsblumenpracht, dem Reinbach Wasserfall bei Sand in Taufers sowie das einzigartige Krippenmuseum in Luttach bescherte uns der 3. Tag.

Eine Führung durch die Bischofsstadt Brixen und der Besuch des Messner Mountain Museums im Schloss Bruneck bedeuteten den krönenden Abschluss der Mehrtagesfahrt in das Pustertal.

Die Teilnehmer waren begeistert von der abwechslungsreichen und gut organisierten Fahrt.

Besuch des Geysirs von Andernach



Mitte Juni 2016 fuhren die Senioren der Stadt Speyer früh am Morgen, bei regenverhangenem Himmel nach Andernach am Rhein. Dort erwartete uns ein Schiff auf dem fast übergelaufenen Rhein, das uns in einer 15 minütigen Fahrt zur Halbinsel Namedyer Werth brachte, um dort den Ausbruch des höchsten Kaltwasser-Geysirs der Welt zu beobachten. Der Eruption ging ein Zischen und Gurgeln voraus, bevor die Fontäne durch eigenen Druck, 4 mal täglich, bis zu 60 Meter majestätisch in den nun weißblauen Himmel stieg. Ein wahrhaftes Naturschauspiel, das die Teilnehmer stark beeindruckte. Zurück an der Anlegestelle waren es nur wenige Meter bis zum Mittagslokal, wo wir freundlich und zügig bewirtet wurden.

Anschließend erkundete jeder auf eigene Faust das hübsche, kleine Stadtzentrum oder genoss die Zeit bis zur Heimfahrt an der schön gestalteten Rheinpromenade bei fast blauem Himmel. Auf der Rückfahrt begleitete uns mehr oder weniger starker Regen, bis kurz vor Speyer.

Für alle Teilnehmer war der Tag am Geysir ein besonderes Erlebnis, das noch lange im Gedächtnis bleiben wird.

Wolfgang Möcklinghoff

Weitere Fahrten des Seniorenbüros

Das Seniorenbüro organisiert regelmäßig **Tagesfahrten** für Senioren, die noch gut zu Fuß sind

26. Oktober 2016

Braunfels mit Besichtigung

16. November 2016

Darmstadt mit Besichtigung

7. Dezember 2016

Wiesbaden mit Besichtigung

Tagesfahrten der kurzen Wege für Menschen, die nicht mehr gut zu Fuß sind.

27. Oktober 2016

Hainfeld

24. November 2016

Östringen

Fahrt mit der Karte ab 60.

19. Oktober 2016

Eberbach an der Burgenstraße

Weitere Informationen erhalten Sie im Seniorenbüro. Ansprechpartnerin: Petra Braun, Tel. 06232/142661

Wörtersuche

von Uwe Naumer

Bilden Sie aus den Buchstaben des Wortes „Bauernhaus“ 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 „Bauernhaus“ sind acht Begriffe gesucht, deren Anfangsbuchstaben von a) bis g), der Reihe nach gelesen, die Lösung ergeben. Lösungshinweis: verspeisen des 2. Buchstaben im Alphabet

- a) Dusche
- b) Fränkischer Hausflur
- c) Finnisches Dampfbad
- d) biblischer
- e) nicht süß
- f) durfte bei den Damen, die sich um viertel nach in der Konditorei treffen, nicht fehlen

- g) Hamburger Witzfigur
- h) Geruchsorgan

Veranstaltungen
für Senioren in Speyer

Seniorenbüro der Stadt Speyer

Veranstaltungen für Senioren
in Speyer
Januar bis Juni 2017

Das Seniorenbüro beginnt mit den Vorbereitungen für den Veranstaltungskalender des ersten Halbjahres 2017. Wenn Sie Veranstaltungen haben, die für Senioren interessant sind und in den Veranstaltungskalender aufgenommen werden sollen, können Sie uns diese gerne melden.
Seniorenbüro der Stadt Speyer
z. Hd. Frau Petra Braun
Maulbronner Hof 1A
67346 Speyer
petra.braun@stadt-speyer.de

Kulinarische Ecke

Adventstorte

Boden

4 Eier
120 g Zucker
1 Päckchen Schokoladenpudding
100 g Mehl
1 TL Backpulver
1 EL Lebkuchengewürz

Zubereitung

Eier und Zucker sehr schaumig schlagen. Restliche Zutaten mischen und unterheben.

Backzeit ca. 20 bis 25 Minuten.

Den Boden 2 x durchschneiden. Den unteren Boden wieder in die Form geben, den mittleren Boden zur Seite legen, aus dem Deckel mit dem Bäckermeister-Set ein Gitter herstellen und die Krümel für die Füllung aufheben.

Füllung:

2 Becher Sahne
2 Päckchen Vanillezucker
2 Päckchen Sahnesteif
250 g Quark
1 Becher Schmand
90 g Zucker
1 TL Zimt
Biskuitkrümel
2 Dosen Mandarinen

Sahne mit Sahnesteif und Vanillinzucker schlagen und die Hälfte in den Spritzbeutel füllen. Quark, Schmand und Zucker vermischen die restliche Sahne dazugeben und die Masse teilen. In die eine Hälfte gibt man den Zimt und die Krümel und bestreicht damit den unteren Boden. In die andere Hälfte gibt man die Mandarinen und bestreicht den mittleren Boden. Obendrauf kommt dann das Gitter. Mit der Sahne im Spritzbeutel verzieren. Gutes Gelingen.

Schoko-Rahmkuchen à la Ute

Zutaten für den Boden

250 g Mehl
100 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
½ Päckchen Backpulver
1 Ei
125 g Butter (weich)

Zubereitung

Alle Zutaten zu einem Knetteig verarbeiten, ausrollen und in eine Springform geben (den Teig am Rand hochziehen)

Zutaten für den Belag

4 Becher Schmand oder
5 Becher saure Sahne
3 – 4 Eier (trennen)
1 Tafel Schokolade (zartbitter)
1 Päckchen Schokoladenpuddingpulver
Zucker nach Belieben

Zubereitung

Eiweiß steif schlagen
Schmand (alternativ saure Sahne) mit Zucker, Eigelb und Puddingpulver verrühren, zerkleinerte Schokolade zugeben
Eischnee unterheben und die Masse in die Springform geben

Backzeit eine knappe Stunde
Gutes Gelingen!

Ute Naumer



Lösungen Wörtersuche

von Uwe Naumer

Lösung von Wörtersuche aus Aktiv dabei 4/2016

- a) Brause
- b) Eru
- c) Sauna
- d) Esau
- e) Sauer
- f) Sahne
- g) Erna
- h) Nase

BESESSEN

Lösung von Wörtersuche aus aktiv dabei 3/2016

In der Ausgabe 3/2016 von aktiv dabei konnten wir aus Platzgründen leider die Lösung des Wörterrätsels von Uwe Naumer nicht veröffentlichen.

Lösung Rätsel in 3/2016:

- a) Urne
- b) Rubin
- c) Hund
- d) Euch
- e) Birne
- f) Erbin
- g) Runde

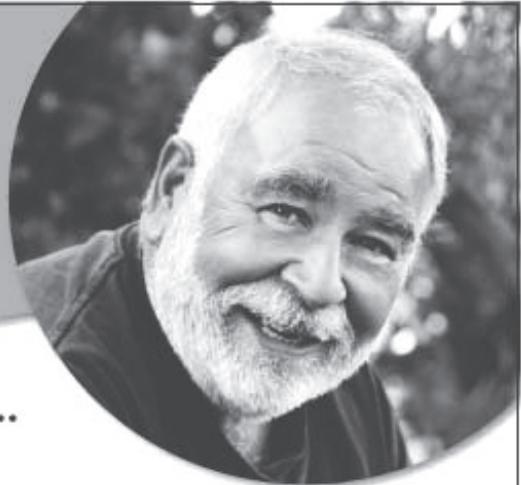
URHEBER

Der wenig gibt mit
Freundlichkeit,
der gibt viel.

Talmud



*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 0 62 32/816-120 · Fax 0 62 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 ...



© Maxim Samosuk - Fotolia.com

... zu Naturstrom

Sie haben die Wahl zwischen Ökostrom, zu 100 % regenerativ erzeugt, und unserem Premiumprodukt „Naturstrom Speyer Solar“ – der sauberen 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