

Herbstwind

Seniorenzeitschrift des Landkreises Südwestpfalz

mit

Zweibrücker

Rosenblatt



Nr. 57

Herbst 2022

29. Jahrgang

Krisen meistern

Sehr geehrte Seniorinnen und Senioren, liebe Leserinnen und Leser,



ich begrüße Sie zu einer weiteren Ausgabe unserer Seniorenzeitschrift.

Rund um das Thema „Krisen meistern“ drehen sich in unserer Herbstausgabe die Berichte unserer Redakteure.

Nach kurzer Beratung im Redaktionsteam fiel die Auswahl auf dieses Thema.

Nicht ohne Grund, denn fast jeder musste in seinem Leben schon mit Krisensituationen umgehen. Krisen sind vielfältig und unvorhersehbar.

Manchmal sind es persönliche Schicksalsschläge, die einen selbst, die Familie oder das nähere Umfeld treffen und Phasen der Veränderung, der Trauer oder der Verzweiflung hervorrufen. Diese sind zwar im Laufe des Lebens ganz normal, trotzdem treffen sie uns immer wieder unvorbereitet und stürzen uns in ein tiefes Loch, eine Lebenskrise, aus der es im ersten Moment keinen Ausweg zu geben scheint.

Doch nach dem ersten Schmerz beginnt auch wieder der Prozess der Bewältigung mit einer neuen Perspektive im Leben.

Natürlich gibt es auch Krisen von großem Ausmaß, wie zum Beispiel die Flutkatastrophe im Ahrtal, oder ganz aktuell, die durch den Angriffskrieg von Russland auf die Ukraine hervorgerufene gesamtgesellschaftliche Krise mit schwerwiegenden Folgen für Millionen von Menschen.

Egal ob Gasmangellage, Inflationssteigerung, Aufnahme von Kriegsflüchtlingen, Warnungen von Strom-Black-Outs, sowie die immer noch nicht überwundene Corona-Pandemie mit all Ihren negativen Auswirkungen führen zu Verzweiflung und Existenzängsten in der Bevölkerung. Hilfen werden zwar angeboten, aber am Ende, muss doch jeder auf seine eigene, individuelle Art und Weise mit diesen Krisensituationen umgehen und sie verarbeiten.

In Kommunen und Behörden des Landes und des Bundes, sowie in Unternehmen der freien Wirtschaft versucht man sich durch präventive Maßnahmen, einem speziellen Krisenma-

nagement auf die verschiedensten Arten von Krisen vorzubereiten. In allen Landkreisen und Städten in Deutschland sind neben den Einrichtungen des Katastrophenschutzes zur schnellstmöglichen und gut gesteuerten Hilfe bei Großschadensereignissen auch Krisenstäbe eingerichtet.

Soviel erstmal von meiner Seite, lassen Sie nun die verschiedenen Beiträge unserer Redakteure beim Lesen der Herbstausgabe unseres „Herbstwindes“ auf sich wirken und genießen Sie unsere Zeitschrift. Außerdem wünsche ich Ihnen die nötige Kraft alle Krisen zu überwinden, indem Sie gesund und zuversichtlich bleiben.

Abschließend möchte ich Sie wieder auf unsere Internetseiten

www.herbstwind-online.de
www.senioren-suedwestpfalz.de
www.demenz-region-swp.de

aufmerksam machen, denn dort können Sie alle Berichte auch online lesen und erhalten weitere Informationen zu unserer Seniorenarbeit im Landkreis.

Herzlichst Ihr

Peter Spitzer



Impressum:

Herausgeber:
Landkreis Südwestpfalz

Redaktion:
Peter Spitzer (verantwortlich),
Ernst Hügel, Willi Lehmann,
Hans Heinen, Karina Frisch,
Jörg Augustin, Beate Seim,
Renate Raidt, Ehrentraud
Netolitzky, Maria Rimbrecht,
Walter Rimbrecht, Michael
Behnke, Roland Bott, Sabine
Veit, Rita Gutsmuths, Dagmar
Voigtländer, Petra Kumschlies

Fotos: Redaktion, Pixabay
Titelbild: Walter Rimbrecht

Gestaltung: Bernd Strassel

Gesamtherstellung:
Uniprint PS GmbH
Rheinstraße 11
66955 Pirmasens
Auflage: 6.500 Exemplare

Kosten:
Kostenlos zur Verteilung

Redaktionsbüro:
Leitstelle „Älter werden“
Kreisverwaltung Südwestpfalz
Unterer Sommerwaldweg 40-42
66953 Pirmasens
www.herbstwind-online.de
k.frisch@lksuedwestpfalz.de

Gemeindeschwester plus - die neue Ansprechpartnerin für Senioren ab 80

3

Von Dagmar Voigtländer



Sie sind 80 Jahre oder mehr, leben zu Hause und meistern Ihren Alltag noch alleine oder zu zweit?

Vielleicht machen Sie sich Gedanken, wie Sie Ihre Zukunft gestalten können, damit das auch so bleibt, wenn die ersten „Zipperlein“ kommen und Sie eventuell Hilfe benötigen?

Oder aber, Sie fühlen sich fit und würden gerne mehr unter Menschen gehen, wissen aber nicht, wohin?

Für alle diese Fragen gibt es jetzt ein neues Plus in Ihrem Leben, die Gemeindeschwester plus!

Die Gemeindeschwester plus ist ein Modellprojekt in Rheinland-Pfalz. Bis Jahresende gibt es flächendeckend 55 Gemeindeschwestern plus.

Auch im Landkreis Südwestpfalz hat am 1. September 2022 die neue Gemeindeschwester plus Gabriele Kolb ihren Dienst angetreten.

Sie ergänzt das bereits bestehende Angebot Gemeindeschwester plus der in der Verbandsgemeinde Rodalben, in der Lisa Bieber seit 1 ½ Jahren Seniorinnen und Senioren

präventiv berät.

Nach eigener Aussage möchte sie vor allen Dingen: „... ein offenes Ohr für die Menschen haben und Ansprechpartnerin für ihre Sorgen, Ängste und Nöte sein“. Ihre Aufgabe wird darin bestehen, Senioren ab 80 Jahren ohne Pflegegrad zu kontaktieren, um sie und vielleicht auch ihre interessierten Angehörigen über

- bereits bestehende Hilfsangebote, die sie nutzen können
- Möglichkeiten zur Verbesserung / Erleichterung des Alltags
- Gesundheitliche Themen
- sinnvolle Prophylaxen z.B. Sturzprophylaxe
- Hilfsmittel die evtl. benötigt werden...

zu informieren.

Mit ihren Hausbesuchen wird sie auch diejenigen Senioren erreichen, die vielleicht nicht mehr allzu mobil sind. Die Beratung ist selbstverständlich kostenfrei! Zögern Sie also nicht und lassen Sie sich von Ihrer neuen Gemeindeschwester plus zu allen Fragen für ein gesundes, sorgenfreies und selbstbestimmtes Leben zu Hause beraten.

Gabi Kolb erreichen Sie unter der Telefonnummer 06331/809-380 und

Lisa Bieber unter 0157/80575059 (vormittags)

Sie sind neugierig geworden oder haben noch weitere Fragen? Dann kontaktieren Sie doch einfach Karina Frisch von der Leitstelle „Älter werden“ für den Landkreis Südwestpfalz, unter der Telefonnummer: 06331/809333.



GEMEINESCHWESTER^{plus}

Seniorinnen und Senioren in der Stadt Pirmasens berät die Gemeindeschwester plus Melanie Dedetschek ab 1. Oktober 2022. Sie erreichen Frau Dedetschek unter der Telefonnummer 06331/877-163

Anno dazumal - Sprüche und Anekdoten vom Stammtisch - Fortsetzung

Von Willi Lehmann

In der letzten Herbstwind-Ausgabe habe ich aus den mir von Frau Margarete Höh überlassenen Unterlagen einige Anekdoten vom Stammtisch bei 's „Knerre“ in Kröppen sowie aus ihrer recht großen Verwandtschaft wiedergegeben. Darüber hinaus hat sie auch viele Sprüche und Gedanken aufgezeichnet. Aus dieser Sprüchesammlung möchte ich nun einige zitieren. Manche dieser Sprüche sind Ihnen sicher noch bekannt oder werden wieder in Erinnerung gerufen.



„Ein Hahn wo legt, e Hinkel wo kräht, dem hört gleich de Kopf rumgedreht.“

Sprüche:

Es schneit, es schneit, die Flocken fliegen und bleiben liegen. Wir bitten sehr, noch mehr, noch mehr.

Die Küchenarbeit ist wie die Ewigkeit, sie nimmt nie ein Ende.

Morgenstund hat Gold im Mund (manchmal aber auch Blei im Arsch).

Fangt die Arbeit hurtig an, ist sie auch schon halb getan.

Viele Hände machen bald ein Ende.

Lerne Ordnung, liebe sie, es spart viel Zeit und Mühe. (Wer Ordnung hält, ist zu faul zum Suchen.)

Wenn das Spülwasser kocht, sind Faulenzer im Hause.

Liebe geht durch den Magen.

Was du nicht willst, das man dir tut, das füg' auch keinem anderen zu.

Aus seiner Haut kann niemand raus.

Es kann niemand über seinen Schatten springen.

Neue Besen kehren gut.

„Ei ist Ei“, sprach der Bauer und nahm sich das größte.

Lügen haben kurze Beine.

Kräht der Hahn auf dem Mist, ändert sich's Wetter oder es bleibt, wie es ist.

Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr.

Jung gewohnt ist alt getan.

Ein Hahn wo legt, e Hinkel wo kräht, dem hört gleich de Kopf rumgedreht.

Wer einmal lügt, dem glaubt man nicht und wenn er auch die Wahrheit spricht.

Wer lügt, der stiehlt. Wer sengt, der brennt. Der wird auch gleich an den Galgen gehängt.

Ich bin der Herr im Hause. Was meine Frau sagt, wird gemacht.

Der Vogel, der am Morgen singt, der wird am Mittag weinen.

Der Hunger ist der beste Koch.

Wer den Pfennig nicht ehrt, ist des Talers nicht wert.

Ein gutes Wort bei Tage ist besser als 1000 Schwüre bei Nacht.

Kleine Kinder, kleine Sorgen. Große Kinder, große Sorgen.

Kleine Kinder treten einem in den Schoß, große Kinder treten einem auf's Herz.

Wer langsam reit', kommt grad so weit. (Aber nicht zur selben Zeit.)

Des einen Not - des anderen Brot.

Was du heute kannst besorgen, verschiebe
nicht auf morgen.

Gut Ding will Weile haben.

Wie man sich bettet, so liegt man.

Wer nichts erheirat' und ererbt bleibt arm,
bis er stirbt.

Herr, lass Abend werden, morgen wird von
selber.

Herr, ich hätte g'esse. Herr, ich bin satt. Herr
ich hätte noch g'esse, hab aber nichts mehr
gehott.

Die Worte, die gesprochen sind, holt der
Wind nicht mehr ein.

Eine Hand wäscht die andere.

Es wird nichts so heiß gegessen wie gekocht.

Erstens kommt es anders und zweitens als
man denkt.

Wir sind uns einig. Habt ihr schon gedaacht?

Wer gleich bezahlt, vergisst es nicht.

Sage mir, mit wem du gehst und ich sage dir,

wer du bist.

Vogel friss oder stirb.

Wieder ist ein Tag zu Ende und hernieder
sinkt die Nacht. Oh, wie freuen sich meine
Hände, haben sie auch nicht viel geschafft,
haben sie doch den Tag verbracht.

Diese Sprüche und die bereits im letzten Heft
veröffentlichten Anekdoten sind nur ein
kleiner Teil, der von Frau Höh über Jahrzehnte
hinweg festgehalten und zu Papier gebracht
wurde. Ich denke, wie zutreffend der eine
oder andere Spruch ist, hat mancher von uns
schon erlebt oder erkennen können. Mit
diesem Beitrag hoffe ich, dem Wunsch von
Frau Höh, den Lesern und Leserinnen des
Herbstwindes eine Freude zu machen, aber
auch gleichzeitig zum Nachdenken anzuregen,
entsprochen zu haben.

Vielleicht ergeben sich bei dem einen oder
anderen demnächst Gelegenheiten, festzu-
stellen, wie zutreffend ein Spruch sein kann.
Aber auch ihre Anwendung kann je nach
Anlass zum Nachdenken anregen bzw. zu
Diskussionen über die Sinnhaftigkeit führen.
Schließen wir mit den Worten „Ende gut, alles
gut“.

*„Die Worte, die
gesprochen
sind, holt der
Wind nicht mehr
ein.“*

Zuständigkeiten der Pflegestützpunkte und Compass Private Pflegeberatung



PSP Battweiler
Hauptstr. 15
66484 Battweiler

zuständig für VG Thaleischweiler
ohne Wallhalben
VG Zweibrücken-Land

PSP Dahn
Schulstr. 4
66994 Dahn

zuständig für VG Dahn
VG Hauenstein
VG Pirmasens-Land

PSP Waldfishbach-B. Schillerstr. 1
67714 Waldfishbach-B.

zuständig für VG Waldfishbach-Burgalben
VG Rodalben
ehemals VG Wallhalben



Sabine Sand
zuständig für den Landkreis Südwestpfalz
Telefon: 0221/933332-452
sabine.sand@compass-pflegeberatung.de
www.compass-pflegeberatung.de

Krisen meistern

Von Ernst Hügel

Liebe Leserinnen und Leser, zurzeit fällt es mir nicht schwer, das Wort „Krise“ zu verwenden. Reden wir doch täglich über die Energiekrise, die Klimakrise, die Ukraine Krise, die Gesundheitskrise (Covid 19), die Ölkrise (Gaskrise), über die seit 2007 andauernde Wirtschaftskrise, über verschiedene politische Krisen (Konflikte innerhalb der EU, Russland).

Ich denke, dass wir in der Südwestpfalz zwar mit all diesen Krisen leben müssen und auch vielleicht ein wenig zur Lösung beitragen können (Energieeinsparung, Wassereinsparung), aber Krisen ansonsten nicht viel tun können, um diese Konflikte, die Krisen zu lösen. Sicher, wenn alle Menschen zusammenhalten würden, könnten militärische Lösungen von Krisen vermieden werden, aber das Beispiel Russland-Ukraine belehrt uns eines Besseren!



Auch für die Bewältigung der Klimakrise/Erderwärmung, CO₂-Ausstoß) müssen die Menschen auf der ganzen Welt an einem Strang ziehen und jeder von uns muss sein Scherflein dazu beitragen, sonst sieht es für zukünftige Generationen düster aus. Insofern ist also doch jeder von uns gefragt und gefordert.

Um diese Krisen allerdings zu meistern, sprich zu beenden, dazu haben wir vor allem die Politiker, Wirtschaftsfachleute und Ökologen, die ob ihres Sachverstandes und ihres Wissens einen viel größeren Einfluss auf die Geschehnisse haben als wir in der Südwestpfalz. Hier müssen wir auf die Spezialisten hoffen und vielleicht bei den nächsten Wahlen zum Land-/Bundestag oder EU-Parlament unsere Entscheidungen überprüfen.

Aber es gibt ja auch noch andere Krisen, das sind all die Dinge, die deutlich über die Ausmaße von Schadensereignissen des täglichen Lebens hinausgehen. Das können Konflikte in der Familie sein, das können gesundheitliche Probleme sein, das können psychische Krisen sein oder auch existenzielle

Probleme, die uns in eine Krise führen. Da gilt es nun, Lösungen suchen, um aus diesem Konflikt herauszukommen.

Dazu geben uns alle Experten (Mediziner, Soziologen, Wirtschaftsfachleute) einen gemeinsamen Rat: man darf nicht untätig, nicht passiv bleiben! Jeder muss seinen Konflikt selbst angehen, kann sich Hilfe holen, kann Unterstützung verlangen, muss aber positiv denken und handeln.

Beispiel Corona: ärztliche Meinung und Unterstützung einholen, impfen lassen, boostern lassen und auf die Wirksamkeit der Medikamente vertrauen. Das gilt auch für anderen Krankheiten oder für bevorstehende Operationen. Eine positive Einstellung zu diesen Gesundheitskrisen führt in den allermeisten Fällen auch zur Meisterung dieser Konflikte.

Nun, liebe Leserinnen und Leser, wir haben die Midlife-Crisis alle hinter uns, sie soll ja nur bis etwa 55 Jahre auftreten. Die damit verbundenen Stimmungsschwankungen, Grübeleien, unsere Unsicherheit oder Unzufriedenheit mit dem bisher Erreichten (beruflich/familiär) haben diejenigen von uns, die diese Krise hatten, auch für sich bewältigt. Sie sind die Symptome aktiv angegangen und haben mit einer positiven Lebenseinstellung die negativen Einflüsse vertrieben.

Genau das ist die Einstellung, die wir unseren persönlichen Krisen gegenüber bringen müssen. Viele von uns haben Angst, sind anfällig gegenüber Depressionen, haben Schlaf- oder Essstörungen, haben Stress oder Suchtprobleme. Holen Sie sich Hilfe! Reden Sie mit Ihren engen Vertrauten und Freunden. Fragen Sie Ihre Ärzte (und Apotheker). Ziehen Sie sich nicht zurück! Mobilisieren Sie alle Kräfte für einen positiven Ausweg! Sie werden sehen, wenn Sie Ihre Krise wirklich meistern wollen, so werden Sie ungeahnte Fähigkeiten entwickeln, die sie aus der Krise herausführen.

Wenn das unsere Politiker, Experten, Ökologen, Ökonomen etc. bei den eingangs erwähnten Krisen tun würden, ich bin sicher, auch diese Krisen wären zu meistern! Bleiben Sie gesund!

Eine positive Einstellung zu diesen Gesundheitskrisen führt in den allermeisten Fällen auch zur Meisterung dieser Konflikte.

Mutter und Tochter

Von Renate Raidt

**"Leicht wünschen wir Menschen das Leben
unglücklich.**

**Wir begnügen uns gerne im kleinen, gesi-
cherten Kreise.**

**Selten einer, der aufsteht und flehet zu Gott
um ein großes und schweres Schicksal.**

**Aber Gott behält es sich vor,
wenn es Zeit ist, uns zu berufen -
und auch der Mutige vermag nichts, als
seiner Berufung zu harren
und der Ängstliche möge nicht erschrecken,
wenn sie ihm naht.**

**Denn das schwere Schicksal ist auch immer
schwerer an Segen.**

**Dass wir nicht Lastträger würden, nur keu-
chende,
um uns spähend,
wann wir das Joch wieder von uns werfen
könnten.**

**Dass wir es freudig ergriffen, begierig seines
Sinnes,**

**durchbebt von der Ahnung seliger Fracht,
die den, der sie führt, nicht sinken lässt,
sondern aufhebt."**

Stille. Mütter tupften sich die Augen. Dann brandete Beifall auf. Meine Mutter war stolz, stolz auf ihre Tochter. Dabei war mein Erfolg ihr Verdienst. Tag für Tag hatte sie in den letzten beiden Wochen das Gedicht, das ich bei der Schulentlassungsfeier vortragen sollte, mit mir eingeübt. So lange, bis ich es perfekt beherrschte. Natürlich verstanden wir Mädchen den Inhalt des Gedichtes, aber um den tieferen Sinn wirklich fühlen zu können, dazu fehlte uns die Lebenserfahrung.

Ich wurde schon sehr früh mit der dunklen Seite des Lebens konfrontiert.

1939 geboren, wurden meine ersten Lebensjahre vom zweiten Weltkrieg überschattet. Ein Einzelkind, erlebte ich die Ängste, Sorgen und Kümernisse meiner Mutter, also ihre Lebenskrisen, hautnah mit: ihre Angst vor Fliegerangriffen, ihren Schmerz beim Tod meines Vaters, ihre Verzweiflung beim Verlust unseres Vermögens, ihren Kummer beim Mangel am Nötigsten und ihre Bemühungen bei der Wiederbeschaffung eines Hausstandes. Wir wurden zu einer Schicksalsgemeinschaft, die getragen wurde von inniger Liebe und grenzenlosem Vertrauen.

Als ich heranwuchs und dann auf eigenen Beinen stand, wurde mir vom Leben übel mitgespielt. Da war es meine Mutter, die die Schicksalsschläge mit mir trug und mich in jeder Hinsicht unterstützte. Das gemeinsam Durchlebte und Durchlittene bildete ein unsichtbares Band, das Mutter und Tochter untrennbar verbunden hat. Diese enge Bindung war wohl der Grund, dass ich das Glück einer erfüllten Partnerschaft nie erleben durfte, ja, dass mir die Fähigkeit fehlte, eine Partnerschaft einzugehen. Traurig war ich nie darüber. Heute ist mein Alter für mich zur Dauerkrise geworden, denn jeder neue Tag ist eine Herausforderung, eine Krise, die es immer wieder aufs Neue zu meistern gilt. Es war die Liebe zu meiner Mutter, die mir half sie loszulassen, als der Tod ihr das Lächeln des ewigen Friedens um die Lippen legte.

Als ich heranwuchs und dann auf eigenen Beinen stand, wurde mir vom Leben übel mitgespielt.



Der Dichterst

Es ist nicht nur die Fähigkeit einen Text in wohlgesetzten Worten zu Papier zu bringen, die einen guten Schriftsteller ausmacht, sondern seelische Empfindungen des Menschen nachzuempfinden und in Worte fassen zu können. Das hat Johann Wolfgang von Goethe meisterhaft verstanden. Das macht ihn zum Dichterst:

Leidvoll und freudvoll, gedankenvoll sein,
hängen und bangen in schwebender Pein,
himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt –
glücklich allein ist die Seele, die liebt.

oder

Wer nie sein Brot mit Tränen aß,
wer nie die kummervollen Nächte
auf seinem Bette weinend saß,
der kennt euch nicht, ihr himmlischen Mächte.

Wie buchstabiere ich KRISE?

Von Petra Kumschlies

Wenn ich im Laufe meines Lebens an Krisen denke, dann kommen mir folgende Worte in den Sinn:

Krisen **er**-leben,
Krisen **durch**-leben,
Krisen **über**-leben.

Krisen können sehr persönlich sein oder sie können von außen auf mich zu kommen.

Dies haben wir alle bestimmt im Laufe unseres Lebens erfahren.

Hier ein paar Gedankensplitter zur Anregung und zum selber Nach- und Weiterdenken:

K wie Katastrophe, Kummer, Krieg, widrige (Lebens-)Konstellationen,
R wie Resilienz, Ruhe, Reiz, Reaktion,
I wie Invasion, Information, Interaktion, Interesse,
S wie Sicherheit, Stabilität, Struktur, SOS,
E wie Energie, Erstarrung, Ermutigung von anderen.

Vielleicht fallen Ihnen noch weitere Begriffe ein, die Krisen und deren Lösungsversuche beinhalten.

Zum Schluss des Wortspiels möchte ich Ihnen folgende Gedankensätze auf den Weg geben:

„Krisen sind Treibsätze für Veränderung“

und

„In jeder Krise stecken Chancen zur persönlichen und gesellschaftlichen Weiterentwicklung.“

Anders gesagt: Krisen können Neues und Anderes in Bewegung bringen, woran im Moment in der Krise nicht gedacht wird. Lassen Sie sich darauf ein, welche neuen Möglichkeiten und Chancen sich dadurch bieten. Falls Sie gerade in einer Krise sind, wünsche ich Ihnen:

Mut, (Gott-) Vertrauen, Hoffnung, Kreativität, Durchhaltevermögen,

Zusammenhalt mit anderen Menschen, die Sie begleiten,

Kraft und Energie, um weiterzuleben, und alles, was Sie jetzt brauchen.

Infoportal zur seelischen Gesundheit:
www.gesundheitsregionplus-swp.de



Gesundheitsregion plus

Landkreis Schwandau · Stadt Pommern und Dorfzoo



Zweibrücker

Rosenblatt

*Immer nur
Krise ist fiese,*

meint Maria Rimbrecht

*Ausgestreckt auf einer Wiese,
Umweht von einer lauen Brise,
Neben mir Gattin Elise
Sprach immer nur von unsrer Krise.
Das war doch wirklich etwas fiese.*

*„Alles musst du mir vermiesen
Mit den ewgen Ehekrisen.
Du musst wissen: Krisen
Nehm ich willig nur in Prisen.
Alles andre sind Sottisen.“*

*„Wir sind doch nicht im Paradiese!
Und du sei keine Zimperliese“,
So sprach sie meine Gattin diese.
Ach, läg ich neben Anneliese!
Wie schön wär's auf der Frühlingswiese.*



Fotos und Layout „Rosenblatt“: Walter Rimbrecht

Se Leebdaach net!

von Michael Behnke

„Se Leebdaach net!“ Hannes schaut trotzig in das entsetzte Gesicht seiner Enkelin Lisa, die sich große Sorgen um ihren Opa macht. Es ist April 2020. Die erste Corona-Welle befindet sich auf dem Höhepunkt. Lisa erklärte gerade, dass ihr Großvater zuhause bleiben, sich oft die Hände waschen und Maske tragen soll. Dazu betont sie immer wieder, dass besonders die alten Menschen daran sterben. Hannes, der weder Radio, Fernsehen oder Zeitung hat, informiert sich über alles aus dem, was „die Leit so redde“. „Ach was! Des stimmt doch alles net. Em Schorch sei Kleener kennt enner, der enner kennt, der hat gesaad, dass des bloß wie e Gripp is, mer net. Ich loss mich doch net verrickt mache. Die kenne mer all de Buckel runner rutsche! Do dran sterwe? Se Leebdaach net!“ Damit war für Hannes „de Kees gess“, wie wir Pfälzer sagen.

Hannes hat kurz vorher seinen 90. Geburtstag gefeiert und ist noch bei bester Gesundheit. Er ist nie wirklich aus seinem Dorf rausgekommen. Als man ihn gegen Kriegsende noch zum Soldaten hat machen wollen, versteckte ihn sein Vater im „Grumbeerkeller“. „Die krien dich net. Se Leebdaach net!“ Hannes übernahm fortan diesen Spruch von seinem Vater, und er sollte Zeit seines Lebens die Art darstellen, wie er Krisen bewältigte, indem er immer zuerst heftigst widersprach, „iwwerzwerch halt, wie wir Pälzer saan.“

In den Fünfzigern hat er den Hof übernommen, geheiratet und drei Kinder bekommen. Als der Hof die Familie nicht mehr ernähren konnte, ging er in die Fabrik, hauptsächlich wegen der Rente und der Krankenversicherung. Nach Feierabend fand man Hannes auf den Wiesen und Äckern, die er weiterhin bestellte. Seine Frau kümmerte sich derweil um „drei Kieh, fünf Wutze un e paar Hinkel“. Im Sommer nahm Hannes seinen Jahresurlaub, um die Ernte einzubringen. Verreist ist er nie, und im Betrieb hat er keinen einzigen Tag gefehlt. Nur am „Sunndaa werd nix geschafft!“ Da geht er in die Kirche und danach zum Frühschoppen in die „Wertschaft“. Dabei disputiert und löst er jedes Mal ausführlich mit seinen Kumpels alle Weltprobleme. In den Fünfzigern und Sechzigern haben sie regelmäßig am Stammtisch den Krieg gewonnen. Danach die Landflucht, die Flurbereinigung, das Sterben der Höfe und der Geschäfte auf dem Dorf, die Schließung der Schule, der Poststelle und der Wegzug des Pfarrers und andere Krisen politisch einwandfrei auf die Reihe gekriegt. Die wahren Weltpolitiker sitzen nun mal auf dem Dorf. Awwer wie saad de Hannes immer: „Uns froot jo kenner!“

Als vor zehn Jahren seine Frau starb und keins seiner Kinder den Hof haben wollte, verpachtete er sein Land und verkaufte sein Vieh. Er lebt nun allein auf seinem Hof. Das Essen wird täglich gebracht, und einmal in der Woche kommt die Erna, zum „Butze“. Da aber seine Kinder und Enkel in der Nähe leben,



bekommt er häufig Besuch. Besonders seine fünf Enkel lieben es, die Geschichten vom Opa zu hören, wenn er von „sellemols, vum Kriech“, vunn de Amis und annere Kafruse“, von den Hungerjahren und vielem anderen erzählt. Manchmal spielen sie mit ihm auch „66“ oder Schafskopf. Beim Opa ist es nie langweilig auch ohne Radio, Fernseher oder Computer. Dass er nun während der Coronakrise so dickköpfig ist, ist einfach zum Heulen.

„Se Leebdaach net!“, ist auch hier Hannes Standardspruch. Und er ist oft gut gefahren damit. Während der Kubakrise und nach dem Sechs-Tage-Krieg hatte er Recht: Es gab keinen Atomkrieg. Auch nach dem Ölpreisschock in den Siebzigern, als alle eine lange Rezession mit Millionen Arbeitslosen befürchteten, hatte Hannes Recht. Alles wurde gut. Später lag er dann öfter daneben. Als man ihm erzählte, die Mauer sei offen, glaubte er es nicht, und als er erfuhr, dass zwei Flugzeuge in New York in zwei Wolkenkratzer von Terroristen gelenkt wurde, lag er wieder daneben. Aber in 90 Lebensjahren hat ihm

sein Krisenmanagement gute Dienste erwiesen. Er ist körperlich und geistig kerngesund, er trinkt täglich seinen Schoppen, und Medikamente hat er nie gebraucht, „e pälzer Urviech halt!“ - „Ich geb noch long net de Leffel ab, des kann'sche mer glaabe!“ Lisa geht traurig und mit Tränen in den Augen nach Hause.

Drei Wochen danach kommt Hannes mit einer Corona-Infektion ins Krankenhaus und bald auf die Intensivstation, wo er künstlich beatmet wird. Acht Wochen später stirbt er – mutterseelenallein, weil niemand zu ihm durfte. „Se Leebdaach net!“ Diesmal hatte Hannes sich gewaltig geirrt. Aber das letzte Wort ist noch nicht gesprochen. Denn als Hannes zwischen Himmelspforte und Höllenschlund steht, ruft der Teufel: „Hannes du geheerscht mir!“ Awwer do saad de Hannes bloß: „Se Leebdaach net!“, und fliegt selig hinauf zu den Engelschören. Dort hört man ihn nun im Bass Hosiana und Halleluja singen, „awwer uff pälzisch!“ Das hat er gleich klar gestellt beim Petrus. „Sunscht kenne mer alle mol de Buckel runner rutsche!“

„Meine Oma ist 'ne alte Umweltsau“ –

Wir lassen uns nicht beschimpfen!

Von Maria Rimbrecht

Ein Lied des Kinderchores des Westdeutschen Rundfunks hatte 2019 die Gemüter erhitzt. Es trug den Titel: „Meine Oma ist 'ne alte Umweltsau“. Die Kinder sangen auf die Melodie von „Meine Oma fährt im Hühnerstall Motorrad“ fröhlich über ihre Oma, die im SUV Opas überfährt und Discounterfleisch kauft. War dieses Satire-Video nur ein großer



Spaß? Die Kinder jedenfalls hatten viel Vergnügen beim Singen. Und die besungene Generation? Sie war empört.

Oma ist 'ne Umweltsau? Wie frech und falsch ist denn das! Nerven wir nicht unsere Nachkommenschaft mit der ständigen Ermahnung, sparsamer zu sein? Hier einige Beispiele: Jeden Tag duschen! Den Wasserhahn volle Pulle aufdrehen – und das viele Minuten lang! Im ganzen Haus Festbeleuchtung! Immer das Licht anlassen, wenn man den Raum verlässt! Omas haben schon immer gemeckert, wenn Strom und Wasser verschwendet wurde. Verschwenderisch mit dem Essen umgehen, Reste machen und viele Lebensmittel in die Tonne zu kloppen – nicht mit uns. Und wir sind auch den größten Teil unseres Lebens nicht mit dem Auto zum Bäcker gefahren – viele hatten gar keins. So durften auch unsere Kinder zu Fuß in die Schule gehen.

Omas sind vielleicht die treuesten Käuferinnen in den ansässigen Metzgereien. Vielleicht kaufen sie auch nicht nur Steaks und Filets, sondern auch andere billigere Produkte von Schwein und Rind, weil sie noch wissen, wie man sie zubereitet. Das Tier ganz verwerten, wie uns heute geraten wird, das haben Omas

schon immer versucht. Zugegeben, wir haben es gerne warm in unserem Wohnzimmer. Denn viele von uns haben in ihrer Jugend genug gefroren in den ungeheizten Zimmern, wenn im Winter Eisblumen an den Fenstern glitzerten und die Nasen an der Bettdecke festklebten. Aber Schlafzimmer, Flure und die Küche heizen wir nur gemäßigt.

Aber seien wir ehrlich: In den letzten Jahren haben wir es auch schon genossen, großzügiger zu sein und nicht so sehr auf den Sparknopf zu drücken. Manche von uns haben auch gerne einmal eine Kreuzfahrt gemacht. Nun weisen uns unsere Enkel öfter auf die Ressourcenverschwendung hin. Jetzt – im Jahr 2022 wollen alle sparen, weil sie müssen. Es gibt Sparvorschläge von allen Seiten. Sogar der berühmte Waschlappen wird uns um die Ohren gehauen. Energie sparen, Wasserverbrauch verringern, keine Lebensmittel verschwenden – die Ressourcen sind begrenzt. Übrigens, Oma wusste das schon früher, sie ist keine Umweltsau. Und Opa auch nicht! Freuen wir uns, dass unsere Enkel mit uns an einem Strang ziehen und mit uns gegen Verschwendung ankämpfen.

Der WDR hat das Kinderlied übrigens ziemlich schnell vom Markt genommen.

Winnetou soll ein zweites Mal sterben

von Maria Rimbrecht

Sind die denn verrückt geworden, die Ravensburger? Und mit ihnen all die aufgeklärten „guten Menschen“, die mir sagen wollen, was ich gut finden soll! Winnetou soll verboten werden. Das ist doch Unsinn! Nein, ich lasse mir „meinen“ Winnetou nicht nehmen! Das war meine erste Reaktion.

Worum geht es? Die Unternehmensgruppe „Ravensburger AG“, die Gesellschaftsspiele, Puzzles und Bücher herstellt, hatte einige Produkte der Reihe „Der junge Häuptling Winnetou“ vom Markt genommen, darunter zwei Bücher zum gleichnamigen Film, und zwar mit der Begründung, dass die Winnetou-Titel die Gefühle vieler Menschen verletzt hätten.

Meine Gefühle auf jeden Fall sind nicht verletzt. Denn ich habe als Jugendliche so viele schöne Stunden mit dem Häuptling der Apachen, seiner Schwester Nscho-tshi und Old Shatterhand verbracht und so viel von ihnen gelernt, was mich geprägt hat. Nein, nicht Hochmut und Überheblichkeit gegenüber anderen Kulturen, sondern mich beeinflussten der Edelmut, die Großzügigkeit und die Offenheit vor allem des Häuptlings Winnetou. Der Hauslehrer und Landvermesser Old Shatterhand spricht mehrfach von der Gleichberechtigung zwischen den Ethnien (er nennt sie „Rassen“). Und so haben er und sein Freund Winnetou das Unverständnis und den Hass, der zwischen den indigenen Völkern und den aggressiven Weißen herrschte,

überwunden und Freundschaft geschlossen. Als sie dann Blutsbrüder wurden, war ich schwer beeindruckt und wollte flugs mit meiner Freundin Marga Blutsbrüder“schaft schließen. Gegenüber wurde damals noch nicht. Kann es denn heute falsch sein, sich von edelmütigen Menschen berühren zu lassen.


Zugegeben, die Karl-May-Romane sind nicht realistisch. Der Autor selbst setzte sich mit dem deutschen Erzähler, Old Shatterhand, gleich und spricht von „Ich“. Vieles, was May schrieb, war falsch, weil er niemals in diesen Ländern war. Er führte uns öfter auf die falsche Fährte. Der Apache Winnetou auf seinem Pferd, mit buntem Kopfschmuck aus Adlerfedern vor seinem Tipi und dem Lagerfeuer – das ist ein Klischee, das fortbesteht. Und wichtig: „Ein Indianer kennt keinen Schmerz!“ Das ist natürlich Unsinn, vor allem, wenn es als Erziehungsprinzip missbraucht wird.

Zugegeben, es gibt rassistische und frauenfeindliche Elemente in den Winnetou-Bänden. So ist die Vorstellung, dass die indigenen Völker kriegslüsterne Nomaden gewesen seien, nur schwer auszurotten. Noch heute nenne ich Navajos, Apachen, Sioux, Shoshonen und Hopis fälschlicherweise Indianer und nicht indigene Völker. Meine Vorstellungen von diesen Völkern sind in großen Teilen von meiner Lektüre als Kind und Jugendliche geprägt. Aber Karl May war kein Rassist, er war allerdings ein Kind seiner Zeit, der diese aber teilweise überwand. Engagiert prangerte er den Völkermord an den indigenen Ureinwohnern an. Von ihm habe ich gelernt, wie ungerecht dieser Umgang war. Ich habe in den Büchern gelernt, dass es in allen Volksgruppen

Gute und Böse gibt, dass die Farbe der Haut nur etwas über die Farbe der Haut aussagt und nicht über den Charakter oder die Intelligenz. Und ich habe auch in den Winnetou-Bänden erfahren, wie schön es ist, wenn das Gute siegt. Der Glaube an das Gute hat mir zu einem gesunden Optimismus verholfen und hat so dazu beigetragen, die Krisen des Lebens leichter zu bewältigen.

Und meine zweite Reaktion, nachdem ich mich mit dieser Winnetou-Debatte auseinandergesetzt habe: Ja, wir können durchaus kritisch auf das Bild schauen, das Karl May von „Rothäuten“ und „Bleichgesichtern“ entworfen hat. Auch der Begriff „Indianer“ kann unter die Lupe genommen werden. Reden wir deshalb mit den jugendlichen Lesern, sofern es sie überhaupt noch gibt, über diese Darstellung und erklären wir ihnen, dass es sich hier um Fiktion handelt und nicht um ein Sachbuch. Jugendliche haben heute so viele Möglichkeiten, sich in Büchern oder im Internet mit der realistischen Geschichte der indigenen Völker zu beschäftigen, was zur Zeit der Entstehung der Bücher nicht der Fall war. Mit diesem Wissen ausgestattet, können sie sich selbst ein Bild von Winnetou und Old Shatterhand machen. Aber lassen wir jegliche Zensur: Winnetou darf nicht ein zweites Mal sterben! Sein Edelmut ist gerade in der heutigen Krisensituation eine wichtige Tugend.





**Es schweigt die Frau nicht eher still,
bis dass der Mann tut, was sie will,
wenn sie nur die Geschicke lenkt
und ihn sehr weit ins Abseits drängt.
Da ist doch, wie man klar entnimmt
die Ehekrise vorbestimmt.**

**Doch, ist der Mann sehr dominant
und drängt die Frau ganz hin zum Rand,
wenn er nur alle Zeit bestimmt
und ihr die Luft zum Atmen nimmt,
da ist fortan und garantiert
die Ehekrise programmiert.**

**Doch stellt man in dem Ehebund
die Liebe in den Vordergrund
im Miteinander da zu sein
und schließt den lieben Gott mit ein,
da ist bestimmt für alle Zeit
die Ehekrise meilenweit,
da hat im Gleichgang der Balance
die Ehekrise keine Chance.**

Krisen haben viele Gesichter

Von Ehrentraud Netolitzky

Insgesamt betrachtet betreffen sie jeden Menschen. Wir haben einmal Umwelt-, Klima-, Infektionskrankheits- und Kriegskrisen. Diese geschehen, ohne dass der einzelne Mensch dafür Verantwortung trägt, sondern immer im Zusammenspiel der Gesellschaft.

Dann passieren die Lebenskrisen. Sie herrschen in Politik, Arbeitsbereichen, Ehen, Gesundheit, Kirche, im sozialen Umfeld und werden von jedem Menschen unterschiedlich empfunden und bewertet. Die Folgen begleiten Menschen ein Leben lang.

Krisen können sich in Zusammenbruch, Katastrophen, Unverständnis, Machtlosigkeit zeigen. Man verliert den Boden unter den Füßen, ist sprachlos, handlungsunfähig, wütend oder zwiespältig. Mit Einsicht, Weiterentwicklung, Erinnerung, Fortschritt und Veränderungen lassen sich Krisen bewältigen oder zumindest abmildern. Mit verschiedensten Strategien, die für jeden individuell geartet sein müssen, lässt sich so eine erfolgreiche Krisenbewältigung gestalten.

Hilfreich dabei sind Freunde, Familie, Arbeit, Ablenkung, Ärzte, Selbsthilfegruppen, Wohnortwechsel und vieles mehr.

Zum Beispiel der Krieg in der Ukraine verändert und beeinflusst weltweit politische und soziale Entscheidungen. Menschen sind gezwungen, ihre Heimat zu verlassen. Sie sind in einem fremden Land auf Mitgefühl und Hilfs-

bereitschaft angewiesen. Durch Zusammenhalt, Verständnis und Akzeptanz kann diesen Menschen nur ansatzweise aus den Krisen der Flucht, Verlust der Heimat, wirtschaftlicher und sozialer Ruin oder auch der Tod von Angehörigen geholfen werden.

Durch den Krieg werden aber auch in unserer Heimat viele Menschen mit schweren Krisen belegt. Die Finanzierung von Gas, Öl oder Strom ist nur ein Teil von wirtschaftlichen Notlagen, die entstehen.

Die Umwelt- und Klimakrise, die wir schon seit Jahrzehnten selbstgefällig in Kauf nehmen, weil uns Wohlstand und Geld wichtiger sind als eine gute gesundheitliche und sichere Zukunft, besonders für die nachfolgenden Generationen, werden unsere Kinder und Enkelkinder, diese kaum oder gar nicht mehr bewältigen können.

Durch Lebenskrisen, die jeden einzelnen und jederzeit von uns treffen können, sind wohl die, deren Empfinden und Ausmaß nur individuell beurteilt werden kann. Solange unser Leben in geordneten sicheren Bahnen verläuft, fühlen wir uns wohl und geborgen. Doch kommt eine Krise, erschüttert sie unser Vertrauen, unseren Lebensmut und -willen, beeinträchtigt unsere Gesundheit, unsere soziale Sicherheit. Wir resignieren, sind orientierungslos und handeln mit dem Schicksal. Viele verbittern, verfallen in Depressionen, flüchten in Alkohol und Drogen.

Hilfreich dabei sind Freunde, Familie, Arbeit, Ablenkung, Ärzte, Selbsthilfegruppen, Wohnortwechsel und viele mehr.



Negative Angriffe, die auf unser geordnetes Leben erfolgen, werfen uns aus der Bahn, erzeugen Krisen und Trauma, mögliche Folgen wie Tod, Behinderungen durch Unfall oder Krankheit, Suizid, Scheidung, Verlust von finanziellen und materiellen Werten, Arbeit und Freunden können die Lebensqualität beeinträchtigen. Doch Krisen können mit Mut, Energie, Einsatz, Diplomatie und Hilfe auch positive Veränderungen sein.

Man muss lernen, die Lebenssituation neu zu ordnen und dabei auch Gefühle und Emotionen so zu steuern, dass neuer Lebensmut und Kraft entstehen kann und man nicht hilflos dem Schicksal ausgeliefert ist. Krisen lassen neue Reserven erkennen, wo Grenzen sind und wo Weiterentwicklung besteht. Aus Krisen können wir lernen, das Leben wieder neu zu schätzen, sich selbst zurückzunehmen, anderem mehr Raum zu geben, mehr auf Gesundheit zu achten, eigene Stärken und Schwächen anzunehmen, sich selbst Mut machen. Krisen bewältigen bedeutet, Herausforderungen annehmen, Gespräche mit der Familie, mit Freunden, mit Ärzten, Tagebuch schreiben, Selbsthilfegruppen aufsuchen, sportliche Aktivitäten testen, neue Beschäftigungen annehmen, zum Beispiel im Ehrenamt. Sich engagieren bei Menschen mit Beeinträchtigungen, denn diese leben in einer lebenslangen Krise, die sie oft beispielhaft meistern und bewältigen. Das Potenzial für lösungsorientierte Hilfen zur Krisenbewäl-

tigung ist extrem ergiebig. Allerdings muss aber auch der Wille zur Veränderung und Hilfe anzunehmen bestehen.

Doch nicht nur der Mensch, der sich in der Krise verloren hat, ist gefordert, sondern auch die Gesellschaft, auch jeder einzelne, der eine Notlage erkennen und adäquate Hilfe leisten beziehungsweise mindestens aber anbieten kann, sollte Bereitschaft signalisieren.

Oft wird es aber den Menschen schwer gemacht, die in einer Notlage ihren ganzen Mut zusammennehmen, um Hilfe zu suchen, sich in einem Verein oder der Gesellschaft einzubringen beziehungsweise Unterstützung und Kontakte suchen wollen. Sie werden blockiert, auffällig beobachtet, teilweise gemieden und von manchem ausgeschlossen, sie werden ausgefragt, getestet, ob sie in die Gruppe passen. Bei den sogenannten Platzhirschen ist es nicht erlaubt, sich selbst oder kommentarlos einen Sitzplatz aussuchen. Zugehörigkeit muss sich der Hilfesuchende oft erst erarbeiten und wird so durch die Erwartungshaltung zusätzlich überfordert.

Abhilfe erfordert hier Mut des Einzelnen der festgefügt Struktur entgegenzutreten.

Dann sollten wir uns immer im Klaren sein, Krisen können jeden treffen.

Unsere Leserin Helma Gaggermeier hat diesen Weihnachtsgruß der einst in Pirmasens ansässigen Firma Hardt eingereicht. Vermutlich wurde die Karte nach dem zweiten Weltkrieg an die Kunden verschickt.



Krise: „Untergang“ oder Herausforderung

Von Christine Raidt

Unser ganzes Leben begleitet uns mit mehr oder weniger gravierenden Krisen.

Dabei unterscheiden wir die Krisen, bei denen wir keinen Einfluss haben (siehe Ukraine) und uns auf die politische Führung verlassen müssen, Krisen, bei denen wir bedingt Einfluss haben (siehe Klimakrise (Plastiktüten oder -verpackung oder Energieverbrauch)) und persönlichen Krisen, die wir je nach Einstellung als „Untergang“ oder als Herausforderung ansehen können.

Letztere Krisen sind wohl diejenigen, die uns am meisten beeinflussen.

Die anderen sehen wir erst als Krise an, wenn sie uns persönlich betreffen; wenn das nicht der Fall ist, neigen wir dazu, sie von uns wegzuschieben und „bestenfalls“ zu ignorieren.

Je nach individuellen Bedürfnissen, neigt man bei persönlichen Krisen dazu, sich darin zu verlieren und sich von der Außenwelt abzuschotten, oder sich im besseren Fall Hilfe und Rat im Bekannten- und Freundeskreis oder bei professionellen Institutionen zu suchen.

Meine persönliche Krise begann im Jahr 1980. Nach einer unbesorgten Jugend und im letzten Jahr vor dem Abitur starb meine Großmutter am 22.02. unerwartet. Mir war

bis dahin nicht klar, wie mich dieses Ereignis belasten würde, zumal ich mich an diesem Tag vor ihrem Tod in einem Streit mit meiner Großmutter getrennt hatte, um danach zur Schule zu gehen.

Die Zeit danach war geprägt von unendlichen Gedankengängen, Selbstzweifeln bis hin zur Magersucht.

Im öffentlichen Leben war die Zeit danach weitestgehend unproblematisch. Abitur und die darauffolgende Ausbildung zur Hotelfachfrau verliefen unspektakulär. Die spätere Ausbildung zur Hotelbetriebswirtin konnte ich trotz anhaltender „Ernährungsprobleme“ als Jahresbeste abschließen.

Privat dominierte das Gefühl, mich immer irgendwie am Rande des Abgrunds zu bewegen und mein Leben nur auf „Essen“ fokussiert war... Bis sich die Problematik auch mit Hilfe meiner Mutter gegen Ende der 90er Jahre primär erledigt hat.

Mein Lebensweg hat längst einen vollkommen anderen Einschlag weg vom Hotelfach genommen, sekundär sind die Nachwirkungen von der damaligen Magersucht immer noch erkennbar und sie werden mich mein Leben lang nicht mehr verlassen.

Die Zeit danach war geprägt von unendlichen Gedankengängen, Selbstzweifeln bis hin zur Magersucht.



Ein denkwürdiges Nikolausgeschenk

Von Rita Gutmuths

Auch in diesem Jahr, beim Aufstellen der Weihnachtsdekoration, im Besonderen des Weihnachtsdorfes muss ich an eine Begebenheit denken und dabei laut lachen. Folgendes war passiert.

Wir, das sind mein Mann und ich, Rentner, ausnahmsweise mit Zeit, waren zu unserem alljährlichen Besuch des Flohmarktes zugunsten des Tierheimes unserer Stadt aufgebrochen mit einem Kuchen im Gepäck. Da eine Freundin von mir, mit diesem Verein besonders verbunden ist, spende ich jedes Jahr einen Kuchen. Das ist schon ein Grund, den Flohmarkt zu besuchen. Meistens mit dem guten Vorsatz, nicht zu viel zu kaufen, dahin. Selten ist dieser Vorsatz vom Erfolg gekrönt. Besonders die Bücher hatten es mir immer angetan. Ich lese leidenschaftlich gern und bin dort immer am Suchen, in der Hoffnung was Besonderes zu finden.

In diesem besagten Jahr, war ich als erstes natürlich zur Bücherabteilung aufgebrochen und auch mehrmals fündig geworden. Mit den gefundenen Sachen schickte ich meinen Mann erst zur Kasse und dann hoch zum angegliederten Café. Da mein Mann absolut kein begeisterter Flohmarktbesucher ist, und nur mir zu Liebe mitgeht, hatte ich ihn somit aus den Füßen und musste mir keine dummen Bemerkungen wie „hast du nicht genug Bücher zuhause“ oder aber „was willst mit dem ganzen Zeug“ anhören. Jetzt hatte ich die Muße, durch alle Gänge in Ruhe durch zu schlendern und mir alles anzusehen. Im Hinterkopf natürlich der Gedanke, vielleicht ist doch was Schönes dabei, was man kaufen könnte.

Im Laufe meiner Suche kam ich in die Abteilung für Weihnachtsdekoration. Da in diesem Jahr der Markt vor Nikolaus abgehalten wurde, fiel mir ein, dass unsere jüngste Tochter mit Partner, die im gleichen Haus wie wir wohnten, erwähnt hatte, sie hätten gerne ein Weihnachtsdorf, aber eines aus Keramik. Vielleicht war hier was Adäquates zu finden, zu einem guten Preis und noch gut bis sehr gut erhalten. Etwas, dass es wert wäre der Wiederverwendung zuzuführen. So hätte ich gleich ein Nikolausgeschenk für sie und Ihren Mann.

Siehe da, wirklich da stand es! Ein fast neues,

sehr gut erhaltenes Weihnachtsdorf, und auch noch aus Keramik. Genauso eines hatte ich gesucht. Schon jetzt freute ich mich meiner Tochter und Ihrem Mann das Geschenk zum Nikolaus überreichen zu können. So eine tolle Überraschung sollte es werden. Hatte ich doch ein erwünschtes zu einem erträglichen Preis erstandenes und natürlich sehr schönes Weihnachtsdorf kaufen können, und damit gleichzeitig was Gutes für die verwilderten Haustiere unserer Stadt getan. Da konnte ich mich wirklich freuen, so ein Schnäppchen.

Zuhause packte ich die Sachen schön ein und überreichte sie meiner Tochter und Ihrem Mann am Nikolausabend. Als das Paket ausgepackt war, fingen beide laut zu lachen an. Ich konnte mir keinen Reim darauf machen, was denn so lustig daran war. Erst als beide wieder in der Lage waren normal zu reden, wurde mir klar, was daran so komisch war. Sie berichteten mir, dass sie drei Wochen vorher ihr Weihnachtsdorf mit vielen anderen Sachen zu meiner Freundin gebracht hatten, damit es dort auf dem Flohmarkt verkauft werden konnte, und explizit dieses Dorf hatten sie ihr auch gebracht. Das war wirklich, im wahrsten Sinne eine tolle Überraschung geworden.

Da sie das Dorf nicht mehr wollten und ich es trotzdem erstanden hatte, kam meine beste Freundin in den Genuss, dieses Dorf zu besitzen. Sie bekam es, und hat sich riesig darüber gefreut. Jedes Jahr, einige Tage vor Weihnachten, wenn wir sie zu Ihrem Geburtstag besuchen, steht das Weihnachtsdorf, schön beleuchtet auf einem kleinen Tisch mitten im Wohnzimmer und kann sich dort immer einer besonderen Beachtung erfreuen.



*Als das Paket
ausgepackt war,
fingen beide zu
lachen an.*

Krise nach einem Schockanruf

Von Ehrentraud Netolitzky



Schockanrufe können schwere Krisen meist mit lebenslangen Folgen auslösen. Solche Anrufe bedeuten für das ausgewählte Opfer größte psychische Qualen. Man könnte es auch mit Folter definieren. Sogar körperliche Beschwerden als Folgen sind keine Seltenheit. Von solchen Anrufen Betroffene sind vorwiegend Senioren. Sie werden bewusst von einer gewissenlosen Sorte Menschen nach fast immer demselben Schema ausgesucht. Namen und Telefonnummern die nach dem Alterungsprinzip funktionieren sind hier die Grundlage. Denn alte beziehungsweise unmoderne Namen oder kurze Telefonnummern sind ein Beweis, dass es sich um ältere Menschen handelt, die vielleicht auch einsam sind oder alleine leben, oft sind sie auch schon vergesslich. Das Wichtigste aber, sie haben Kinder und noch besser schon Enkelkinder. Vor allem sie sind meist in guter finanzieller Absicherung oder haben auch Vermögen. Sie haben also die idealen Voraussetzungen für kriminelle Subjekte.

Was passiert nun bei so einem sogenannten Schockanruf? Bei einem älteren Menschen läutet das Telefon, er freut sich, dass jemand an ihn denkt, anruft und seinen vielleicht eintönigen Alltag unterbricht. Er hört das Läuten, bis er sich aber aufgrund der altersbedingten Schwerfälligkeit oder gesundheitlicher Beeinträchtigung ans Telefon schleppt, den Hörer abnimmt versteht er im ersten Moment den Namen des Anrufers nicht und fragt vielleicht nochmals nach. Versteht aber immer noch nicht mehr, weil der Anrufer absichtlich einen undeutlichen Namen angibt oder gewollt unklar spricht. Nervosität überfällt den alten Menschen, was der geübte Anrufer natürlich sofort spürt und überfällt nun wortreich sein Opfer mit schlimmen Ereignissen, wie Unfall, Krankheit und anderem.

Der Angerufene wird unruhig und ist mit gedanklichen Überlegungen beschäftigt. Während dessen kommen schon die nächsten angeblichen Hiobsbotschaften, es folgen die schlimmsten Szenarien von verunglückten Angehörigen, dem nur noch mit Geld für eine OP, Anwalt oder Kautions zu helfen ist. Der Angerufene verfällt so in Panik und will nur noch die gestellten Forderungen erfüllen, damit dem angeblich Verunfallten oder

erkrankten Familienmitglied schnell geholfen werden kann. Geht es doch vermeintlich um das Kind oder den geliebten Enkel.

Der Angerufene will nur noch helfen, egal was gefordert wird. Geld oder Schmuck muss nun möglichst schnell und auch ohne Zeugen hergeschafft werden. Die kriminellen Subjekte scheuen aber auch nicht davor zurück ihr Opfer auch selbst zur Bank zu begleiten. Die ganze Aktion findet bewusst unter extremem Zeitdruck statt.

Erst wenn die Übergabe des Geforderten erfolgte, der Verbrecher mit der Beute verschwunden ist, dämmert dem Geschädigten so langsam was er getan hat. Der Verstand realisiert was er eigentlich weiß und auch immer verurteilt. Jetzt überschlagen sich die Gedanken in die andere Richtung. Die eigene vermeintliche Dummheit wird verflucht. Selbstzweifel in das eigene Wissen lassen Schamgefühle übermächtig werden, denn Gesichtsverlust droht. Freunde, Familie, Nachbarn erscheinen vor dem geistigen Auge. Hilflosigkeit macht sich breit. Auch jetzt ist man wieder handlungsunfähig. Die Opfer befinden sich in einem Schockähnlichen Zustand und sie brauchen meist ein Leben lang um mit dem aus dieser Krise erhaltenen Vertrauensverlust leben zu können. Denn nicht nur der psychische Schaden ist zu bewältigen, sondern auch der materielle Verlust dürfte bei manchem nicht unerheblich sein.

Wenn sie meinen Beitrag jetzt sorgfältig gelesen haben dürfte ihnen klar sein in welchem ungutem Zustand sie sich befinden, wenn sie Opfer eines solchen Anrufes werden. Und sagen sie jetzt nur nicht „mir passiert so was nicht“. In allen Gesellschaftsschichten sind Leute schon solch gewissenlosen Verbrechern auf den Leim gegangen. Sobald für sie aus einem Gespräch schon zu Beginn der Inhalt nicht klar und deutlich zu erkennen ist sollten sie das Telefonat beenden, denn ansonsten hat der Anrufer leichtes Spiel beziehungsweise sein Ziel erreicht.

Sollte dennoch einmal ein solcher Anruf bei ihnen passieren wünsche ich ihnen Ruhe, Besonnenheit und die Möglichkeit diesen Gaunern das Handwerk zu legen.

Tour de Hospiz - Die Spenden-Fahradtour geht in die Jubiläums-Runde

19

Eingereicht von Roland Bott

Zum zehnjährigen Jubiläum starteten die wohl bekanntesten Botschafter des Hospiz Haus Magdalena, Florian Bilic und Philipp Andreas, nochmal richtig durch! Vom 20. bis 26. Juni 2022 machten Sie sich auf zur inzwischen vierten „Tour de Hospiz“ und sammelten dabei fantastische 22.370 Euro zugunsten von Hospiz Haus Magdalena.

Bereits 2012 fassten die beiden jungen Männer den Entschluss, sich fürs Hospiz zu engagieren. Bilic und Andreas besichtigten die Einrichtung und erfuhren nicht nur von der wichtigen Arbeit, sondern auch von der Finanzierungslücke, die jedes Jahr durch Spenden geschlossen werden muss. Und schon war die Idee der Spenden-Fahrradtour geboren.

Seitdem schwangen sich Bilic und Andreas immer wieder auf ihr Rad, um Hospiz Haus Magdalena bekannter zu machen und Spenden einzuwerben. Zehn Jahre, vier Touren und 1.000 Kilometer später ziehen die beiden eine durchweg positive Bilanz. „Es freut uns, dass das Thema Hospiz inzwischen inmitten der Gesellschaft angekommen ist und dass wir unseren Teil dazu beitragen konnten,“ erklären sie.

„Große Dankbarkeit“ empfand nicht nur der Kaufmännische Vorstand Carsten Steuer, sondern auch das ganze Team von Hospiz Haus Magdalena um Leitung Simone Jennwein: „Für uns als Mitarbeitende im Hospiz ist es ungemein bereichernd und wertschätzend, dass uns Menschen durch so tolle Aktionen unterstützen. Dass uns Förderer jedoch schon mehr als zehn Jahre begleiten und immer wieder solchen überdurchschnittlichen Einsatz zeigen, ist wirklich außergewöhnlich.“

Und so wundert es nicht, dass Andreas und Bilic am Ende der Tour auch auf besondere Art gewürdigt wurden. Vorstand Steuer unterstrich nochmals, wie wichtig die Unterstützung aus der Öffentlichkeit für Hospiz Haus Magdalena ist. „Unsere Einrichtung ist leider nicht kostendeckend ausfinanziert, daher ist sie und die palliative Versorgung der Region auf Unterstützer wie euch angewiesen. Ihr habt es geschafft, die Menschen mit einem nicht leichten Thema zu erreichen und nebenbei noch ordentlich Geld für den Betrieb gesammelt. Dafür danken wir euch ganz

herzlich und ernennen euch mit dem heutigen Tage zu Hospiz-Ehrenbotschaftern.“

Diese besondere Auszeichnung, die bislang nur an Andreas und Bilic verliehen wurde, freute die beiden sichtlich. „Wir sind froh, dass wir unseren Teil zur nachhaltigen Absicherung der Arbeit im Hospiz beitragen konnten. Da hat sich der Muskelkater gelohnt“, scherzte Andreas kurz vorm offiziellen Ende der Abschlussveranstaltung. Nicht jedoch ohne nochmals darauf hinzuweisen, dass das Hospiz auch nach der Aktion noch auf Freunde und Förderer angewiesen ist: „Um Hospiz Haus Magdalena zu unterstützen muss man sich auch nicht gleich aufs Rad schwingen.“

Spendenkonto Hospiz Haus Magdalena
Kontoinhaber: DiakonieZentrum Pirmasens
IBAN: DE89 5425 0010 0000 0012 55
BIC: MALADE51SWP

Bitte beim Verwendungszweck die eigene Postadresse nicht vergessen, so dass die Spendenquittung ausgestellt werden kann.

Kontakt:
Stefanie Eyrisch
Spendenwesen
Waisenhausstraße 1, 66954 Pirmasens
Tel. 06331/522-132
stefanie.eyrisch@diakoniezentrum-ps.de

Bereits 2012 fassten die beiden jungen Männer den Entschluss, sich fürs Hospiz zu engagieren.





Vertrauen ist einfach.



Wenn man einen Finanzpartner
an der Seite hat, auf den man
bauen kann. Wir sind für Sie da,
damit Sie heute und in Zukunft
finanziell sicher sind.
Telefon: 06331 542-0