

Wir über uns

Aktuell



Informativ

UNTERHALTEND FÜR JUNG & ALT – SENIORENBEIRAT AAR – EINRICH

Nummer 137 – 01. August 2019

Eine neue Ära beginnt

Die beiden Verbandsgemeinden Hahnstätten und Katzenelnbogen haben am 01. Juli 2019 fusioniert, damit treten auch für die Seniorenbeiräte Neuerungen ein.

Als im Jahre 2012 in der VG Hahnstätten ein Seniorenbeirat gegründet wurde, habe ich angeregt, dass wir uns gegenseitig bei unseren Sitzungen besuchen. Daraus entwickelte sich eine enge Zusammenarbeit, und wir haben schon einige Veranstaltungen gemeinsam organisiert und durchgeführt.

Im Vorgriff auf die Fusion haben die beiden Seniorenbeiräte in einer gemeinsamen Sitzung beschlossen, in der künftigen VG Aar-Einrich nur einen Seniorenbeirat zu bilden. Dazu hat ein Arbeitskreis einen Satzungsentwurf für den neuen Seniorenbeirat „Aar-Einrich“ erstellt.

Die Personen aus den Verbandsgemeinden Hahnstätten und Katzenelnbogen, die sich bereit erklärt haben, im neuen SB mitzuarbeiten, werden zu einer konstituierenden Sitzung eingeladen, wo sie vom VG-Bürgermeister durch Handschlag in ihr Amt eingeführt werden.

Der Satzungsentwurf wird der neugewählten Verbandsgemeindevertretung vorgelegt und von ihr in einer späteren Sitzung verabschiedet.

Um die Arbeit erfolgreich weiterführen zu können, ist der Beirat natürlich darauf angewiesen, dass sich auch weiterhin Frauen und Männer finden, die mitarbeiten wollen, zumal einige Mitglieder aus den bisherigen Beiräten ausgeschieden sind.

Die Sitzungen sind in der Regel öffentlich, deshalb wird es natürlich begrüßt, wenn neben den Mitgliedern interessierte Bürger an den Sitzungen teilnehmen, um die Arbeit auf eine möglichst breite Basis zu stellen.

Otto Butzbach

In eigener Sache

Sicherlich wundern Sie sich, dass unsere Seniorenzeitung „Wir über uns“ ein neues Outfit erhalten hat. Im Zuge der Fusionierung der VG Hahnstätten und Katzenelnbogen hat sich die Redaktion nun auch für ein neues Logo entschieden und dass alte, welches Ihnen, liebe Leserinnen und Leser seit 1996 bekannt war, geändert.

Wir hoffen, dass Sie uns weiterhin die Treue halten und uns in unserer Arbeit unterstützen. Für Zuschriften finden Sie im Impressum die Information.

Beate Reiche (Redaktion)

DIE BIENENSPRACHE

„Bienen“ spricht die Gärtnerin,
die sie bei der Arbeit trifft:
„Manche Blume hat doch Gift,
und du saugst aus allen Blumen?“
„Ja, das Gift lass ich drin.“

Können Bienen denn sprechen? Frag einen Imker, der wird dir sagen, dass Bienen eine Sprache haben. Natürlich können sie nicht sprechen wie wir Menschen, sie können aber ihren Mitbewohnern mitteilen, wenn sie eine Futterquelle gefunden haben. Sie tanzen ihre Nachricht im dunklen Stock, die anderen tanzen mit und prägen sich den Weg zur Trachtquelle ein.

Dabei unterscheidet man zwei Tanzarten.

Da wäre zunächst der Rundtanz

Er bedeutet, dass die Sammelbiene eine Trachtquelle im Umkreis des Bienenstockes bis zu 100 m gefunden hat. Die mittanzenden Bienen nehmen den Duft der gefundenen Blütenart, der im Haar Kleid der Tänzerin und der Duftdrüse haftet, mit den Fühlern wahr.



Je nach der Ergiebigkeit der Trachtquelle wird rascher oder langsamer getanzt. Diese Informationen prägt sich die Biene ein und sucht mit deren Hilfe die Futterquelle.

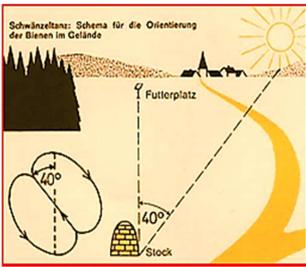
Etwas komplizierter ist der Schwänzeltanz

Ist eine Trachtquelle weiter als 100 m vom Bienenstocke entfernt, benötigt die Sammelbiene genauere Ortsangaben, dazu dient der Schwänzeltanz.

Die Sammelbiene bewegt sich mehrere Male auf einer Geraden und schwänzelt dabei mit dem Hinterleib, die anderen Bienen folgen ihr und prägen sich durch Nachahmung alle Informationen, wie Duft der Blütenart, Winkel zur Sonne und Entfernung zur Tracht-pflanze ein.



Dabei gibt die Tanzrichtung den Winkel zwischen den Geraden Bienenstand-Sonne und Bienenstand-Tracht-pflanze an.



Winkel und Tanzrichtung ändern sich mit dem Sonnenstand. Die Anzahl der Schwänzeltbewegungen in einer bestimmten Zeiteinheit gibt die Entfernung zur Trachtpflanze an.

Otto Butzbach

„Doch wer den Augenblick ergreift, das ist der rechte Mann!“ Es ist zwar Mephisto, der das in Goethes *Faust* sagt, aber, manchmal hat ja sogar der Teufel Recht.

Und schließlich hat so ein wackerer Mann wie Friedrich Rückert Ähnliches geschrieben:

„Fragt nicht, was das Schicksal morgen wird beschließen. Unser ist der Augenblick, lasst ihn uns genießen!“

Quelle: Gestern-Heute-Morgen

CARPE DIEM

(Es heißt, nutze den Tag! Beitrag von Sebastian)

Die alten Römer waren oft so herrlich knapp in ihren Formulierungen. Ihr *Carpe diem* wird zwar oft zitiert, trifft aber immer wieder den Nagel auf den Kopf.

Nutze den Tag, den heutigen! Und: „Erwarte nichts - heute, das ist dein Leben!“ formulierte es Kurt Tucholsky.

Und Bert Brecht assistierte: „Ja, mach nur einen Plan, sei nur ein kluges Licht, und mach noch einen zweiten Plan, geh'n tun sie beide nicht.“

Und die Konsequenz? Wenn es irgend geht, unverzüglich machen, was man vorhat.

Leider klappt das ja nicht immer, und sicherlich hat es auch seinen Reiz, von etwas zu träumen. Bald, im nächsten Jahr..... Ja, Freund, und was ist nächstes Jahr? Im Augenblick sind wir ja vielleicht noch ganz fit aber könnte nicht fatalerweise im nächsten Jahr ein Wirbel raus sein? Oder ein Zahn ist vereitert, ein Zeh gebrochen, sonstiges Ungemach ist über uns gekommen?

Eisernes Gebot, das unsereiner noch von seiner Mutter in den Ohren hat: Man soll das Leben nicht vertagen! Also macht es heute - vielleicht eine kleine Reise oder auch nur einen Ausflug, einen Besuch bei einem alten Freund, sprecht eine Liebeserklärung aus, schreibt vielleicht auch nur einen netten Brief „Spute dich, ehe das Postamt schließt“, mahnt Erich Kästner in einem Gedicht.

Sicherlich, die Welt wird bis zum nächsten Jahr nicht gleich untergehen.

Und die Jünger von Nostradamus und von irgendwelchen Untergangssekten blamieren sich ja immer wieder mit ihren Prognosen.

Aber auch ganz banale und kleine Dinge können ja Pläne zunichtemachen, die man sich für das nächste Jahr vorgenommen hat, obwohl man vielleicht die Gelegenheit hatte, sie sofort zu verwirklichen. Wenn also das Schicksal „grünes Licht“ gibt, dann nichts wie los! –

Die Heimat von Emil Rittershaus

Was ist die Heimat? ist's die Scholle?

Drauf deines Vaters Haus gebaut?

*Ist's jener Ort, wo du die Sonne,
das Licht der Welt zuerst geschaut?*

O nein, o nein, das ist sie nimmer!

Nicht ist's die Heimat, heißgeliebt.

*Du wirst nur da die Heimat finden;
wo's gleichgestimmte Herzen gibt!*

*Die Heimat ist, wo man dich gerne
erscheinen, ungern wandern sieht.*

*Sie ist's, ob auch in weiter Ferne
die Mutter sang dein Wiegenlied.*



Die Einladung

Eines Tages sah eine Frau vor ihrem Haus drei alte Männer stehen. Sie hatten lange weiße Bärte und sahen aus, als wären sie schon weit herumgekommen. Obwohl sie die Männer nicht kannte, folgte sie ihrem Impuls, sie zu fragen, ob sie vielleicht hungrig seien und mit hineinkommen wollten.

Da antwortete der eine von ihnen: „Sie sind sehr freundlich, aber es kann nur einer von uns mit Ihnen gehen. Sein Name ist Reichtum.“

Er deutete dabei auf den Alten, der rechts von ihm stand. Dann wies er auf den, der links von ihm stand und sagte:

„Sein Name ist Erfolg und mein Name ist Liebe. Ihr müsst euch überlegen, wen von uns ihr ins Haus bitten wollt.“ Die Frau ging ins Haus zurück und erzählte ihrem Mann, was sie gerade draußen erlebt hatte.

Ihr Mann war hocherfreut und sagte: „Toll, lass uns doch Reichtum einladen.“

Seine Frau aber widersprach. „Nein, ich denke, wir sollten lieber Erfolg einladen.“ Die Tochter aber sagte: „Wäre es nicht schöner, wir würden Liebe einladen?“

„Sie hat recht“, sagte der Mann. „Gehe raus und lade Liebe als unseren Gast ein.“

Und auch die Frau nickte und ging zu den Männern. Draußen sprach sie: „Wer von euch ist Liebe?“

Bitte kommen Sie rein und seien Sie unser Gast.“ Liebe machte sich auf und ihm folgten die beiden anderen. Überrascht fragte die Frau: „Reichtum und Erfolg? Ich habe nur Liebe eingeladen. Warum wollt ihr nun auch mitkommen?“

Die alten Männer antworteten im Chor: „Wenn Sie Reichtum oder Erfolg eingeladen hätten, wären die beiden anderen draußen geblieben.

Da Sie aber Liebe eingeladen haben, gehen die anderen dorthin, wohin die Liebe geht.“

(Quelle: ÜBERLIEFERT)

Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht?

- ❖ Es kommt darauf an, im Freundeskreis korrigierend einzugreifen, wenn verstaubte Platten „über die Alten“ aufgelegt werden.
- ❖ Es kommt darauf an, in der Familie im Umgang mit Älteren und beim Erzählen von älteren Menschen, Kindern ein Beispiel dafür zu geben, dass es sich um gleichwertige und gleichberechtigte Mitmenschen handelt.
- ❖ Es kommt darauf an, bereits in jüngeren Jahren neben dem Beruf die Entfaltung von Begabungen und Neigungen zu fördern, die einen in der freien Zeit auszufüllen vermögen.
- ❖ Es kommt darauf an, schon früh über den Sinn des Lebens nachzudenken; denn wer Jahrzehnte ohne Sinn gelebt hat, wird es schwer haben, im Alter einen Sinn zu finden! (Quelle: unbekannt)

Warum ist im Fußboden ein Loch?

Heute werden die Kartoffeln in kleinen Tüten gekauft, wie man sie braucht. Früher war das anders, man kaufte sie vom Bauer im Herbst, eben, was man fürs ganze Jahr brauchte.

Auch der Bauer brauchte im Keller viel Platz für die Kartoffeln. Die dicken Kartoffeln wurden für den eignen Verbrauch und die kleinen für die Schweine genommen. In den alten Bauernhäusern war im Hof ein Kellerfenster und in einem Zimmer über dem Keller eine Öffnung um die Kartoffeln in den Keller zu bringen. Nach der Ernte wurde die Öffnung wieder zugemacht, mit den gleichen Holzbrettern, so wie der Boden war.

Nun zum Erlebnis

Bei uns in Ergeshausen war im Jahr 1968 noch ein solches Loch in der Gastwirtschaft.

Die Männer hatten donnerstags ihr Übungsschießen im Schützenhaus und kamen dann um 10.00 Uhr in die Wirtschaft. Auch wir Frauen waren an diesem Tag in der Gymnastikstunde und trafen uns natürlich mit den Männern in der Wirtschaft.

An einem Abend hatten sich die Männer etwas ausgedacht: Als wir kamen, sagten sie: „Heute wollen wir es wissen“. „Was wollt ihr denn wissen?“ war unsere Frage.

„Wir wollen sehen ob ihr durch das Loch passt“, war die Antwort. Es wurden Wetten gemacht!

„Die kommen doch da nicht alle durch“, war die Meinung der Männer. Und schon ging es los. Zwei Männer gingen in den Keller und zwei ließen uns von oben durch das Loch in den Keller. Es war ein riesiger Spaß und alle Frauen machten mit, bis auf eine. Es war noch ein sehr lustiger und schöner Abend und wir hatten richtig Arbeit, bis wir den ganzen Sekt getrunken hatten.

Anni Pfeifer

Was kann an der Arbeit gut sein – wenn die Reichen sie den Armen überlassen?

Äpfel sind gesund – schmecken und helfen!

In unseren Gärten, am Feld- oder Waldrand und auf den Streuobstwiesen entdecken wir alte Apfelbäume mit übervollen Zweigen. Unter dem Gewicht neigen sich uns die Zweige entgegen und laden ein zu einer kleinen Kostprobe, denn nun sind sie reif!

Apfelsorten gibt es viele: Zu der Gattung der Äpfel, botanisch *malus*, gehören zirka 35 Wildarten. Sie sind in Europa, Asien und Nordamerika beheimatet. Dazu zählen aber auch die vielen **Zierapfelsorten**, die ihren Fruchtschmuck oft bis in den Winter hinein behalten. Sie dienen der heimischen Vogelwelt als Winterfutter. Was viele nicht wissen: Sie sind für Menschen ebenfalls genießbar und können zu Gelee verarbeitet werden.

Äpfel sind gesund

Dank seiner breiten Palette an Inhaltsstoffen ist der Apfel immer ein gesunder Imbiss.

Er hat wenig Kalorien und einen hohen Nährwertgehalt, enthält viele Vitamine und besteht zu 85% aus Wasser. Außerdem reinigen Äpfel durch Fruchtsäure und Ballaststoffe die Zähne.

Nicht umsonst gilt also die Redensart „An apple a day, keeps the doctor away“. Auf Deutsch: „Ein Apfel am Tag hält den Arzt fern“.

Neben dem Frischobst wird der Apfel auch als Mus und Kompott, als Gelee, als *getrocknete* Apfelringe, als Saft, Most, Wein, Likör oder Schnaps angeboten. Vollreife geerntete Früchte entfalten ihr volles Aroma am besten im Saft. Sie kommen meist von Streuobstwiesen, wo die Äpfel nach dem natürlichen Fruchtfall vom Boden aufgelesen werden.

In vielen Regionen gibt es Mostereien oder Keltereien, bei denen wir ausschließlich Saft aus eigener Herstellung erhalten. **Im Internet finden Sie auf www.streuobst-rlp.de weitere Informationen.**

Der Apfel als Hausmittel

Frisch gepresster Apfelsaft regt die Verdauung an. Bei Durchfall hilft dagegen ein roher, mit Schale geriebener Apfel. Apelessig lindert Hals- und Rachenentzündungen. Ein gebratener Apfel mit Honig hilft bei Heiserkeit. Bei Schlafstörungen hilft ein Apfel vor dem Schlafengehen. Apfeltee frisch zubereitet wirkt gegen Nervosität und eine Apfelmaske führt zu reiner, zarter Haut. **Quelle: Spätlese 02/11**



Unsere Buchempfehlung für die Ferienzeit „Das geheime Leben der Bäume“

– ein neuer Blick auf alte Freunde! Im Wald geschehen die erstaunlichsten Dinge: Bäume kommunizieren miteinander. Sie umsorgen nicht nur liebevoll ihren Nachwuchs, sondern pflegen auch alte und kranke Nachbarn. Bäume haben Empfindungen, Gefühle, ein Gedächtnis. Unglaublich? Aber wahr! Der Förster Peter Wohlleben bringt Licht ins Dickicht der Wälder und gewährt überraschende Einblicke in ein geheimnisvolles Universum: In faszinierenden Geschichten über die ungeahnten Fähigkeiten der Bäume berücksichtigt er die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse ebenso, wie seine eigenen Erfahrungen. In der **Bücherei für den Einrich können Sie dieses Buch ausleihen, oder unter der ISBN Nr. 978-3-453-28067-0 (Ludwig Verlag) kaufen.**

Clafoutis mit Pfirsich & Pistazien: süße Verführung – Sommerküche: schnell – einfach & gut Rezept für 4 Personen: Gesamtkochzeit ca. 45 Min.

Zutaten:

- 4 Eier
- 80 g Zucker
- Mark einer Vanilleschote
- 1 Msp. Salz
- 3-4 Tropfen Rum Aroma
- 140 g Mehl
- 280 ml Milch
- 500 g in Spalten geschnittene Pfirsiche (Dose)
- 30 g gehackte Pistazien oder Mandeln
- Außerdem: Butter für die Auflaufform

Die Eier mit dem Zucker schaumig schlagen, das Vanillemark, Salz und das Rum Aroma unterrühren. Das Mehl und danach die Milch einrühren, 1/3 der Masse in die gebutterte Auflaufform eingießen und die abgetropften Pfirsichspalten gleichmäßig darauf verteilen.

Die restliche Masse einfüllen und im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen 40-45 Minuten (auf mittlerer Schiene, Ober-Unterhitze) backen.

Die Pistazien/oder Mandeln großzügig darüber geben und warm oder kalt, je nach Laune, servieren.



Vorbereitungszeit ca. 15 Min.

Pro Stück: = 483 kcal

Eiweiß = 14,3 g

Kohlenhydrate = 71,6 g

Fett = 14,5 g

Tipp: Dazu passt ein Weinschaum aus 100 ml Weißwein, 40 g Zucker und 2 Eigelb, die über einem Wasserbad (über einem Topf) schaumig aufgeschlagen werden, weiterschlagen, bis die Masse kurz vor dem Kochen ist, dann auf einem Bad aus Eiswasser kalt schlagen!

Guten Appetit! **Beate Reiche**

Dankbarkeit!

Von Vater Bodelschwing, dem großartigen Meister in der Kunst des Dankens, wird eine herrlich heitere Geschichte erzählt. Bei einem Bankett habe er, nach seiner Gewohnheit, seinen Hut herumwandern lassen in der Hoffnung, für seine Kranken eine reiche Kollekte einzusammeln.

Als der Hut jedoch wieder zu ihm zurückkam, musste Vater Bodelschwing betroffen feststellen, dass er voreilig gehofft hatte. Da habe er über dem leeren Hut die Hände gefaltet und laut gebetet: „Lieber Gott, ich danke dir, dass diese Bande mir wenigstens meinen Hut zurückgeschickt hat!“

Gewusst wie – oder: Zähne Bratvögel

Der englische Dichter Galsworthy schlenderte über den Marktplatz, um für seine Geburtstagsgäste einige Bratvögel auszusuchen.

Vor einem Marktstand, an dem eine rotwangige Bäuerin mit weit hallender Stimme ihre zwölf Puter anpries, blieb er stehen.

„Liebe Frau, suchen Sie mir bitte die sechs zähesten Ihrer Tiere aus“, erklärte Galsworthy, „für meine langweiligen Gäste, die ich am Geburtstagabend zu bewirten habe, sind sie gut genug“, fügte er augenzwinkernd hinzu.

Die Händlerin machte sich kopfschüttelnd an die Ausführung des merkwürdigen Auftrags.

Als sie dem lächelnden Kunden dann die ausgedörrten Exemplare ihrer Puter Auswahl überreichen wollte sagte Galsworthy sichtlich zufrieden: „Recht herzlichen Dank. Und nun geben sie mir bitte die sechs anderen.“ (Kalenderaneddote)

Urlaubszeit – Einbruchszeit: Hier Tipps für Sie! Bevor Sie das Haus verlassen, sollten Sie auf nachstehende Empfehlungen achten!

Haus- und Wohnung sichern:

- Türen und Fenster schließen
- Balkontür sichern (z.B.: spezielles Fensterschloss)
- Dachfenster schließen
- Kellerschächte sichern (z.B.: Gitter mit stabilen Ketten)
- Elektrische Geräte ausschalten
- Antennenstecker ziehen
- Heizung für Urlaub regulieren
- Wasser abdrehen
- Gas abdrehen
- Computer, Fernsehgerät und Stereoanlage vom Strom trennen
- Tageszeitung abbestellen oder von Nachbarn einsammeln lassen
- Lassen Sie Haus oder Wohnung von Nachbarn betreuen (Briefkasten leeren, Rollläden betätigen, abends Licht anschalten)
- Lassen Sie Mülltonnen von Nachbarn mitbenutzen (Leere Tonnen sind Indiz für verreiste Eigentümer)
- Zeitschaltuhren für Innenbeleuchtung, Radio oder TV installieren
- Keine Information über Ihre Abwesenheit durch Ansage des Anrufbeantworters
- **Diese empfehlenswerten Tipps der Polizei hat Werner Reuter (unser Sicherheitsberater & Energiesparfuchs) zu Ihrer Information zusammengestellt.**



Falls Sie noch weitere Sicherheitstipps erfahren möchten, wenden Sie sich an die Redaktion (Adresse siehe Impressum), wir senden Ihnen gerne ein Faltblatt zu. (Die Redaktion)

TERMINVORSCHAU: August bis September

08.08. **Erzählcafé:** Café Faust – 14.30 Beginn

Thema: *Rückblick auf 23 Jahre Seniorenbeirat Katzenelnbogen in Wort und Bild*, Referent Otto Butzbach

05.09. Spielenachmittag im Museum. Es werden verschiedene Spiele angeboten. INFO allgemeine Einladung im Informationsblatt

26.09. Ausflug nach Rheinböllen. INFO folgt.



**Anschrift: Seniorenzeitung „Wir über uns“ zu Hd. Otto Butzbach
Im Horstberg 16 - 56368 Katzenelnbogen – Telefon 06486 - 8581 oder
Beate Reiche – Redaktion – Layout + Satz:**

**In der Lehmkauf 3, 56370 Berndroth ☎ 06486 – 8666 FAX 8188
im Team mit Anni Pfeifer, Otto Butzbach, Wolfgang Reiche**