

# Wir über uns

Aktuell



Informativ

UNTERHALTEND FÜR JUNG & ALT – SENIORENBEIRAT AAR – EINRICH  
Nummer 148 – 03. Juni 2021

**Nur ein Mädchen** - Erzählung von Anna Haag  
**Die Nachbarin eilte auf die Wöchnerin zu und sagte:** „Herzlichen Glückwunsch, Frau Mark!“ Dann setzte sie sich und fuhr lebhaft fort: „Ja, habe ich gesagt, ich muss doch gleich hinüber zu Marks, denn sie tun mir wirklich leid, die Leutchen.“  
„Es ist ja nun überstanden“, wehrte Frau Mark ab.  
„Wohl, wohl! Aber wenn man das zum dritten Male durchmacht, möchte man doch... Aber auch hier heißt es, ohne Murren annehmen, was kommt! Was sagt denn ihr Mann dazu?“  
„Dumme Schatulle“, sagte Frau Mark für sich, als die Geschwätzige enteilt war. Sie hatte keineswegs das Gefühl, bemitleidenswert zu sein als Mutter dreier quicklebendiger Mädchen.  
„Eine Stunde war darüber hingegangen, da kamen zwei andere Frauen.  
„Wir gratulieren natürlich“, nahm Frau Luitl das Wort.  
„Ebenfalls“, sagte die andere, räusperte sich verlegen und wickelte einen Strauß blutroter Rosen aus dem Seidenpapier.  
„Wir hatten sie gekauft, bevor wir wussten . . . Wir glaubten bestimmt, es sei ein Junge. Die Blumen sind trotzdem wirklich eine gut gemeinte Aufmerksamkeit“, sagte die eine verlegen.  
„Schließlich ist es doch ein gesundes Kind, und Mensch ist Mensch“, ergänzte die andere tröstend. Frau Mark sagte „danke“, und sie freute sich recht. Dabei verbarg sie ihr Gesicht in dem Strauß und biss sich auf die Zungenspitze, denn sie wusste nicht, sollte sie lachen oder sich ärgern.  
„Wir freuen uns, dass Sie munter sind und die leidige Sache nicht so schwer nehmen.“  
Nun hatte Frau Mark das Lachen wieder gefunden.  
„Was ist da schwer zu nehmen?“, fragte sie.  
„Na, leicht ist es jedenfalls nicht für Sie. Ich kann Ihnen sagen: die Nachricht, dass Sie wieder ein Mädchen haben, hat überall wie eine Bombe eingeschlagen.“  
Frau Mark lachte, und die Besucherinnen gingen.

## Post! Eine Menge Briefe von Verwandten und Freunden!

Sie öffnete den ersten und las: „Liebste Marthe! Wenn es auch wieder kein Junge geworden ist, möchte ich trotzdem...“ usw. usw.  
Sie knüllte das Schreiben zusammen und warf es nach einer Fliege, die sich an der Wand gegenüber vergnügte. Dann nahm sie den nächsten Brief. Er

war von ihrem Vater. „Endlich etwas Vernünftiges!“, sagte sie und freute sich. „Mein liebes Kind!“ (Tränen der Rührung und kindlichen Liebe traten in ihre Augen.)

„Du wirst mit Gefühlen der Enttäuschung auf die kleine Wiege blicken. Mutter und ich möchten dich aber ermahnen, es doch ja nicht so schwer zu nehmen. Heutzutage steht den Mädchen die Welt beinahe ebenso weit offen wie den Buben.“ Weiter las die Wöchnerin nicht mehr. Sie schüttelte den Kopf, schloss die Augen und legte die übrigen Briefe ungeöffnet beiseite.

Als Herr Mark am Mittag nach Hause kam, erschrak er sehr, seine Frau in so unglücklicher Gemütsverfassung vorzufinden. Da er jedoch inzwischen in der Stadt ähnliche Erlebnisse gehabt und sich ebenfalls geärgert hatte, war das Ehepaar bald einig.

Er kramte nach einem Stück weißer Pappe. Darauf malte er in grellen Farben mit weithin sichtbarer Schrift: „Wir haben nur ein Mädchen! Gratulieren lohnt nicht!“ Dann stieg er in den Keller, holte einen guten Tropfen, stieß mit seiner Frau an und sagte schwimmenden Auges: „Was wär' das Leben, wenn's keine Mädeln gäbe!  
Du, mein Mädels, du!“

## Entnommen der Zeitschrift gestern-heute-morgen

### Die Eisheiligen

Nach alter Überlieferung darf man sich der Wärme des Monats Mai erst nach den sogenannten Eisheiligen sicher sein. Bei den Eisheiligen handelt es sich um Gedenktage zu Ehren Heiliggesprochener.

Die Tage vom 12. bis 14. Mai nennt man im Südsten des Landes: Pankratius, Servatius, Bonifatius. In Süddeutschland werden auch der 11. Mai mit Marmertus und der 15. Mai mit Sophia, der „kalten Sophie“, hinzugezählt.

Bauernregeln: „Pankraz, Servaz, Bonifaz machen erst dem Sommer Platz, oder in Süddeutschland: Pankrazi, Servazi und Bonifazi sind drei frostige Bazi.“ An diesen Tagen gibt es in Mitteleuropa oft Kälteeinbrüche, sie werden von den Bauern als letztmöglicher Termin für eine späte Rückkehr von Frost und Schnee gefürchtet.

Vor dem Ende der Eisheiligen wird gewöhnlich im Garten nicht gepflanzt und kein Vieh auf die Weide getrieben.

Früher waren auch Feuer zur Abwehr der Kälte verbreitet. Dieser Brauch geriet später in Vergessenheit. **Otto Butzbach**

## Maibaum und Tanz in den Mai

Ursprünglich war die Nacht auf den 1. Mai eine heidnische Frühjahrsfeier. Walpurgisnacht wird sie nach der heiligen Walpurga, die 778 als Äbtissin des Klosters Heidenheim verstarb, benannt.

Das Aufstellen des Maibaumes geht wahrscheinlich auf einen uralten heidnischen Volksbrauch zurück. Als Segens- und Fruchtbarkeitssymbol verehrten ihn unsere Vorfahren und huldigten in dieser Form ihrer Frühlingsgöttin Maia. Im 13. Jahrhundert wird der »Grüne Baum« zum ersten Mal als Maibaum erwähnt, doch erst viel später bestückte man ihn mit Figuren und Bändern.

Der Maibaum und das Aufstellen eines geschmückten Baumes oder Stammes am letzten Tag des Aprils, am 1. Mai, an Pfingsten oder an Johanni ist ein in vielen Teilen Deutschlands aber auch in Nord- und Mitteleuropa verbreitetes Brauchtum.

In manchen ländlichen Gegenden hat sich der Spaß gehalten, den Maibaum aus dem Wald des Nachbardorfes zu stehlen und ihn dann am nächsten Tag gegen den „Preis“ von zwei Hektoliter Bier auslösen zu lassen. Die jungen Burschen rechnen es sich als „Heldentat“ an, bei dieser Gaudi nicht erwischt zu werden. Ist der Baum dann geschmückt und mit der Muskelkraft der Männer und viel Geschicklichkeit zum festen Stand gebracht, muss er natürlich nachts bewacht werden. Sonst würden ihn die Nachbardörfler mit Sicherheit umlegen und in ihren Wald zurücktransportieren.

Dass sich in der Nacht zum 1. Mai auch heute noch allenthalben Geister und Kobolde herumtreiben, hat schon mancher Hausbesitzer verspürt, wenn er am nächsten Morgen Gartentüre, Fensterläden und Mülleimer wieder in der nahen und fernen Nachbarschaft einsammeln muss.

Den 1. Mai als „Tag der Arbeit“ - und zwar international - arbeitsfrei zu halten und zu feiern, ist erst seit etwa 100 Jahren üblich.

*Otto Butzbach*

## Von der Sense zum computergesteuerten Mährescher - Die Entwicklung der Landwirtschaft

Während meiner Tätigkeit als Assistent am Institut für Bodenkunde stellte ich einer Gruppe amerikanischer Studenten unsere Boden-Erosion Messstation im Vogelsberg vor.

Auf einem Nachbarfeld pflügte ein Bauer mit zwei Kühen. So etwas hatten die „Amis“ noch nicht gesehen. Bei uns war das in den Mittelgebirgen gang und gäbe. Wenn der Betrieb größer wurde, kam ein Pferd dazu.

Was waren das für hitzige Diskussionen, als Pferde die Pflegegeräte im Rüben- und Kartoffelbau zogen!. War die Bodenverdichtung durch den Druck der Pferdehufe nicht zu groß? Als dann die ersten Schlepper kamen, waren sogar bei Agrarwissenschaftlern die Bedenken sehr groß. Zerstörten die schweren Maschinen mit ihren dicken Reifen die Bodenstruktur noch mehr?

Forschungen ergaben dann, dass es weniger der Bodendruck, sondern mehr der „Schlupf“ der Räder war, der die Bodenkapillare verschmierte und damit die Wasserbewegung verschlechterte.

Gegen den Schlupf der Räder entwickelten die Fachleute die „Antischlupfregulierung“. Über die Schlepperhydraulik wurde der Pflug entsprechend der Belastung angehoben oder abgesenkt.

Der Siegeszug des Mähreschers war trotz vieler kritischer Stimmen, auch von Fachleuten, nicht aufzuhalten.

Vom Schlepper gezogene Maschinen oder Selbstfahrer? Mährescherklima! Körnertrocknung? Körnertransport? Maschinengemeinschaften „Kumpanei ist Lumpanei!“...

Ich erinnere mich an viele abendliche Aufklärungsversammlungen zum Thema „Maschinen- und Betriebs Hilfsring“. Da kam man sich als Berater schon fast wie ein „Missionar“ vor!

Doch die Idee hat sich fest etabliert.

Der Ladewagen war von Anfang an ein voller Erfolg. Er entband die Landwirte von der schweren Handarbeit mit der Gabel. Ein Beispiel aus meiner Lehrzeit in Rheinhessen: Das auf den Feldern getrocknete Luzerneheu wurde von Hand auf Transportwagen „gegabelt“. Diese wurden sehr hoch beladen, um möglichst viel Heu auf eine Fuhre zu bekommen. Meist war eine Arbeitskraft auf dem Wagen, um das Heu zu „packen“. Diese musste das trockene stachelige Material gleichmäßig verteilen, festtreten und dafür sorgen, dass die Fuhre nicht „schief geladen“ wurde, denn dann bestand die Gefahr, dass sie umkippte.

Diese Aufgabe überließen viele Männer gern ihren Frauen. Das Heu auf den Wagen zu bringen, erforderte viel Muskelkraft.

Zunächst musste man dafür sorgen, dass man möglichst viel Masse auf die Gabel bekam. Dann musste man am Gabelstiel umgreifen und den Pack nach oben reichen.

Meist war es sehr heiß, man schwitzte stark. Man arbeitete meist „oben ohne“. Beim „Hochgeben“ rieselten abgebrochene Blütenköpfe auf den schweißnassen Oberkörper. Das war sehr unangenehm, vor allem juckte es entsetzlich.

Der Computer zog natürlich auch in die Agrarwirtschaft ein.

Ich nenne einige Beispiele: Die Milchkühe tragen einen TRANSPONDER um den Hals. Darin sind viele Daten über das Trägetier gespeichert: Alter, Gewicht, aktuelle Milchleistung, Zahl der Kälber, Kraftfuttermittelverzehr, Impfungen, Tierärztkosten.

Der Landwirt kann vom Schreibtischstuhl aus in seinem Büro jederzeit Daten abrufen und auf dem Bildschirm des Computers die Herde oder auch einzelne Tiere beobachten.

Satelliten gesteuerte landwirtschaftliche Maschinen: Der Landwirt überwacht aus seiner vollklimatisierten Kabine, bei leichter Hintergrundmusik oder entspanntem Gespräch mit seiner Frau den Druschvorgang. Alles andere macht die Maschine autark. Ständig werden die Erträge aufgezeichnet. Es wird eine Ertragskarte erstellt. Sie stellt die Grundlage dar, für die nach der Ernte anstehende Grunddüngung mit Phosphor, Kali, Magnesium. Die Softwarekarte gibt der Landwirt in den Computer des Düngerstreuers ein.

Punktgenau werden die entzogenen Nährstoffe beim Düngen ausgebracht.

Ferngesteuerte „Minihubschrauber“ machen dem Landwirt einen Blick in seine Feldbestände von oben möglich. Mit diesen Geräten kann der Waldbauer über seinen Wald fliegen und z.B. frühzeitig einen Borkenkäferbefall erkennen,

Neue Feldfrüchte wachsen auf den Feldern. Ich bin regelmäßig mit meinem „Skooter“ im Gelände unterwegs: Da sind z.B. Hanf, (Hanföl, Nachwachsender Rohstoff), Sonnenblume (Sonnenblumenöl), Phazelle (Insektenweide).

Mais wird, gemischt mit Stallmist, Gülle und anderen im landwirtschaftlichen Betrieb anfallenden organischen Stoffen in großen Gärtnern zur Biogasproduktion genutzt.

Die Betriebe decken dabei nicht nur ihren Eigenbedarf, sondern verkaufen das Biogas auch an andere Interessenten.

Viele Windräder stehen auf landwirtschaftlichen Flächen.

Abschließend sei noch die Züchtung landwirtschaftlicher Nutzpflanzen erwähnt: Hybridgetreide, Triticale (Weizen und Roggen in einer Pflanze) Kurzstrohige Getreidearten, Verbesserung der Backqualitäten, gegen Krankheiten (z.B. Mehltau) resistente Getreidesorten, Hohertragsorten (100 Dezitonnen) je ha bei Weizen, hohe Braugerstenqualitäten bei Gerste.

**Dr. Adolf Föhrenbacher**

### **Altern beginnt mit 30...**

Ist man erst ab achtzig alt, oder „schon“ ab sechzig? Oder ist nur der alt, der älter als man selbst ist? Alter ist etwas subjektives, individuelles.

Eine allgemein gültige Begriffsbestimmung, welche Merkmale erfüllt sein müssen, um als alt zu gelten, gibt es bisher nicht. Biologisch gesehen beginnt unser Körper bereits ab dem 30sten Lebensjahr zu altern. Altern kann jedoch nicht ausschließlich unter medizinischen Gesichtspunkten betrachtet werden. Schon seit jeher war dieses Thema Gegenstand philosophischer Betrachtungen.

In fast allen Kulturen begegnete man in früheren Zeiten dem alten Menschen mit Würde und Ehrfurcht.

Im alten Rom billigte man einem Mann erst ab dem 40sten Lebensjahr die volle Reife zu. Als „Senex“, also als „Greis“, angesprochen zu werden, galt als Ehrerbietung.

Diese Wertschätzung gegenüber der Weisheit des Alters hat sich erst in diesem Jahrhundert gewandelt. Zwar werden hohe politische und wirtschaftliche Positionen auch heute meist von älteren Menschen mit Lebenserfahrung und sozialem Sachverstand besetzt, normalerweise aber ist „das Alter“ negativ belegt.

Allein die moderne Bezeichnung alter gebrechlicher Menschen als „Grufties“ (dem Grabe nahe stehend) oder „Uhus“ (unter hundert) bringt deutlich zum Ausdruck, dass der älter werdende Mensch von der jüngeren Generation oft als senil und nutzlos angesehen wird.

In ihren Augen stellt der alte Mensch für die

heutige Gesellschaft eine Belastung dar und wird zum sozialen Problem.

***Das Besinnen auf den Wert, den auch diese Lebensphase hat, und ein gegebenes Maß an Toleranz und Verständnis gegenüber den Zeichen des Alters sind dringend geboten.***

### **Von der Wiege der Altersforschung**

In der Wissenschaft wird die Forschung nach den Ursachen des Alterns als Gerontologie bezeichnet. Die sich daraus ableitende Heilkunde von alterstypischen Begleiterscheinungen heißt dementsprechend Geriatrie. Wirklich wissenschaftlich zuverlässige Untersuchungen über das Alter wurden erst im 18. Jahrhundert von französischen Ärzten durchgeführt, die in großen Altershospizen arbeiteten. Doch viele Untersuchungen und Versuche zur Lebensverlängerung schlugen fehl.

### **Altersforschung in diesem Jahrhundert**

Einen erneuten Aufschwung erlebte die Altersforschung in den 20er und 30er Jahren dieses Jahrhunderts. Etwa zeitgleich erschienen in Deutschland, Frankreich und den USA Werke der Grundlagenforschung über medizinische und theoretische Aspekte des Alterns.

Erst seit Mitte des 20. Jahrhunderts gibt es einen umfassenden Überblick über alle gewonnenen Erkenntnisse.

Und im Grunde genommen dreht sich die Menschheit auch heute noch um die zentrale Frage, um die sie sich vor 3000 Jahren auch schon Gedanken machte: Warum werde ich alt und was kann ich dagegen tun?

Vitalität im Alter verlangt die Bereitschaft, sich bereits ab der Lebensmitte körperlich und seelisch auf das Alter vorzubereiten. Das Fundament für „erfolgreiches Altern“ wird schon in jüngeren Jahren durch den verantwortungsbewussten Umgang mit der eigenen Gesundheit gelegt. Dabei scheint die Lebensweise auf die Entwicklung der häufigsten Abbau- und Verschleißerkrankungen im Alter einen bedeutenderen Einfluss zu haben, als der Alterungsprozeß selbst: Ungesunde Ernährung, Übergewicht, Stress, Rauchen, Alkoholkonsum und Bewegungsmangel sind mitauslösend für Herzbeschwerden, Schlaganfall, Bluthochdruck und Altersdiabetes.

Wegzaubern kann die Altersmedizin die Tatsache des Alterns nicht, aber sie kann Wege aufzeigen, wie durch frühzeitiges Vorbeugen und sinnvolle begleitende Maßnahmen ein paar zusätzliche Jahre voller Lebenskraft und Energie gewonnen werden können. Versuche haben gezeigt, dass eine Umstellung auf eine gesundheitsbewußtere Lebensweise sogar bei über 70jährigen noch positive Ergebnisse gebracht hat. Dies soll nicht heißen, dass man sich bis 70 getrost Zeit lassen kann, sondern dass jeder ernsthafte Versuch, seine Lebensweise verantwortungsbewusster zu gestalten, durch eine bessere Gesundheit und gesteigertes Wohlbefinden belohnt wird. Dabei gilt: je früher, desto besser!

**Beate Reiche**

## 20 Jahre Internet-Treff

Unter der Überschrift „Internet-Treffs für Jung und Alt“ erschien in der Seniorenzeitung Nr. 23 vom August 2000 folgende Mitteilung:

> Nicht nur die Jugend möchte mit Computer und Internet umgehen können, auch ältere Menschen sind zunehmend daran interessiert.

Deshalb hat das Seniorenbüro und das Jugendamt des Rhein-Lahn-Kreises die Idee entwickelt, an verschiedenen Orten des Kreises Internet-Treffs für Jung und Alt einzurichten. Es sollen damit Treffpunkte für jüngere und ältere Menschen geschaffen werden, wo sie sich mit diesem faszinierenden Medium beschäftigen können und gleichzeitig das Miteinander von Jung und Alt gefördert wird. Die Idee fand bei der Jury, die den Generationenpreis für Rheinland-Pfalz auslobt, große Anerkennung. Deshalb wurden die Initiatoren am 16. Mai 2000 in der Staatskanzlei Mainz von Ministerpräsident Kurt Beck mit einer Urkunde ausgezeichnet. <

Auch in unserer Verbandsgemeinde können Möglichkeiten zum gemeinsamen „Surfen“ geschaffen werden.

Im evangelischen Gemeindehaus Katzenelnbogen ist bereits ein „Internet-Café“ für Jugendliche eingerichtet. Es besteht die Absicht, die Einrichtung auch älteren Menschen zugänglich zu machen, wo sie allein oder mit Jugendlichen zusammen „Surfen“ können. Um herauszufinden, ob überhaupt Interesse besteht, bitten wir alle, die mitmachen wollen um unverbindliche Meldung.

Schon kurze Zeit später fanden die ersten Treffen im ev. Gemeindehaus statt. Da die älteren Teilnehmer sich vormittags trafen, war die Zusammenarbeit mit den Jugendlichen nicht möglich.

Als die Umbauarbeiten am Dorfgemeinschaftshaus in Allendorf beendet waren, wurden die Treffs 2003 in die dortigen Räume verlegt. Die Gemeinde Allendorf stellte die Räumlichkeiten zur Verfügung, die ersten Computer stammten vom ZDF.

Im Laufe der 20 Jahre haben viele Senioren und Seniorinnen sich von den Lotsen, in die Geheimnisse dieses Mediums einführen lassen, wobei sie die Lernziele selbst bestimmen konnten. Manche wollten nur den Umgang mit dem Internet und das Verschicken von Mails lernen, andere wollten sich zudem mit Word und Excel vertraut machen.

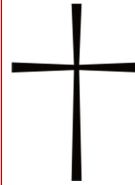
Die ersten PC's sind längst von der Gemeinde Allendorf durch neue ersetzt, die meisten „Schüler“ bringen mittlerweile eigene Laptops mit.

War die Nachfrage zu Beginn recht groß, sodass mehrere Gruppen gebildet werden mussten, ist das Interesse stark zurückgegangen. Trotzdem bleibt das Angebot weiterhin bestehen. Den Lotsen, die die Arbeit ehrenamtlich verrichteten sei an dieser Stelle herzlich für ihren Einsatz gedankt.

Otto Butzbach

*Liebe ist das einzige, was wächst,  
wenn wir es verschwenden!*

Ricarda Huch



Zum Gedenken an

Wolfgang Reiche

*Alles hat seine Zeit, es gibt eine Zeit  
der Freude, eine Zeit der Stille,  
eine Zeit des Schmerzes, der Trauer  
und eine Zeit der dankbaren Erinnerung.*

*Der Seniorenbeirat trauert um Wolfgang Reiche, der plötzlich und unerwartet, von uns genommen wurde.*

*Wolfgang war viele Jahre im Beirat aktiv und hinterlässt in unseren Reihen eine schmerzliche Lücke. Nach der Fusion der beiden Beiräte hat er sich auch im neuen Gremium zur Mitarbeit bereit erklärt.*

*Für alles, was er für die älteren Mitbürger\*innen getan hat, insbesondere auch bei der langjährigen Erstellung der Seniorenzeitung „Wir über uns“, sind wir ihm sehr dankbar. Wir vermissen Dich!*

*Seiner Frau Beate gilt unsere herzliche Anteilnahme in dieser für sie schmerzvollen Zeit.*

**Der Seniorenbeirat der Verbandsgemeinde**

## HAUSHALTSTIPPS VON A - Z Sparen im Alltag

### KLEINE ALLTAGSHELPER – Tipps von Beate Reiche Heute Auflauf und Blumenkohl:

Aufläufe sollten während des Backens nicht gestört werden.

Die Tür des Backofens ist unbedingt geschlossen zu halten. Um eine leckere Oberkruste zu erhalten, streut man entweder eine Mischung (zu gleichen Teilen) aus Semmelbröseln, Zucker und Mandelsplittern (süß) oder aus Semmelbröseln, Emmentaler Käse und Parmesankäse (pikant) vor dem Backen über den Auflauf: Der Auflauf lässt sich mühelos aus der Form stürzen, wenn man sie vor dem Einfüllen des Teiges erwärmt hat.

### Blumenkohl

Blumenkohl wird besonders zart, wenn man ihn in Mineralwasser oder mit einem Teelöffel Bullrich Salz kocht. Um die weiße Farbe zu erhalten, gibt man eine Prise Zucker in das Kochwasser.

**INFO:** Sie finden „Wir über uns“ und andere Beiträge auf der Homepage der VG nun wieder online! VG Aar-Einrich eingeben, es erscheint „Leben in Aar-Einrich“ - auf „Jung & Alt“ klicken, es erscheint „Senioren“, hier bitte die **Seniorenzeitung** wählen!

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