

Wir über uns

Aktuell und Informativ

UNTERHALTEND FÜR JUNG & ALT – SENIORENBEIRAT AAR – EINRICH
Nummer 155 – 04. August 2022

Standuhr – von Otto Butzbach

Schon immer habe ich mir eine Standuhr gewünscht. Wegen der Ruhe, der Behaglichkeit, wegen des tiefen Schlages. Und jetzt steht sie da. Jede Sekunde macht das Pendel eine Schwingung.

Das beruhigt die Nerven, man kann sich hineingeben in dieses sanfte, schwere Schwingen.

An Abenden, wenn es draußen ruhiger geworden ist, füllt ihr gleichmäßiges Ticken das Wohnzimmer. Jede Sekunde ein Pendelschlag. Jede Sekunde ein Ticken. Wir rechnen unser Leben ja nicht in Sekunden. Wir rechnen in Jahren. Siebzig Jahre, achtzig Jahre. Nur in besonderen Fällen, bei Schwerkranken oder Sterbenden, rechnen wir manchmal in Wochen und Tagen. Kinder denken noch anders. Noch fünf Minuten aufbleiben, nur noch fünf Minuten. Sie sind entscheidend. Unsere Standuhr ist ungefähr hundert Jahre alt. Das ist eigentlich noch gar kein Alter für eine Uhr. Bei Menschen sagt man schon mit siebzig, das sei ein schönes Alter. Was schätzen Sie, so auf die Schnelle: Wie viele Sekunden sind das, siebzig Jahre? Wie viele Sekunden umfasst ein siebzigjähriges Leben? Ich habe gerechnet: Es sind genau zwei Milliarden, zweihundertsieben Millionen, fünfhundertzwanzigtausend Sekunden. Stark zwei Milliarden. In Mark und Pfennig ist das unvorstellbar viel. Aber bezogen auf unser Leben? Ich hatte mir die Zahl eigentlich viel höher vorgestellt. Billionen oder Trillionen. Das Leben muss doch etwas Gewaltiges, Unendliches sein. Dabei sind es nur etwas mehr als zwei Milliarden. Eigentlich eine sehr kleine Zahl. Ein Fünfzigjähriger hat schon ungefähr 160 Millionen Sekunden gelebt. Millionenfach dieser Schlag der Uhr, das Schwingen des Pendels. Und doch kommt in unserem Leben nichts wieder. Keine Sekunde. Jeder Augenblick ist es wert, dass man ihn würdigt. Es lohnt sich, einmal über die Lebenszeit nachzudenken, gleich, wo im Augenblick der Zeiger ihrer Lebensuhr steht.

Fragen Sie doch einmal die anderen, fragen Sie nach den siebzig Jahren und wie viel Sekunden das sind. Es lohnt sich, über die Frage nachzudenken, wie ich mit meiner Zeit umgehe. Wie ich mit den ungefähr zwei Milliarden Sekunden umgehe.

Da zählt alles: Die 35 Sekunden an der Ampel. Die fast 30.000 Sekunden heute im Betrieb.

Es gibt auch Situationen, wo uns Minuten und Sekunden ganz wichtig sind. Diese fünf Minuten, die ich morgens dem Aufstehen noch abrotze, obwohl der Wecker laut und deutlich genug war.

Intensive Zeiten der Liebe. Eine kurze Begegnung, die aber bleibt und prägt. **Es gibt neben den vielen, fast belanglos verrinnenden Sekunden auch Augenblicke, die bleiben. Entscheidende Sekunden!**

Eine App hilft mir, die Namen der Pflanzen zu bestimmen

„Was hast Du denn da für eine Pflanze neben dem Futterhäuschen?“ fragt mich meine Frau. „Das weiß ich auch nicht, die hat sich selbst gepflanzt,“ gebe ich zur Antwort. „Aber warte, ich habe ja eine App auf dem Smartphone, mit der ich Pflanzen bestimmen kann.“

Die App teilt mir mit, dass es sich bei der Pflanze um die „Färberkamille“ handelt.

Nun muss ich meiner Frau erklären, was eine App ist. Um ihr nichts Falsches zu erzählen, mache ich mich bei Google schlau und erfahre dort, dass eine App (gesprochen Äpp) die Abkürzung von Applikation ist.

Dabei handelt es sich um ein „Computerprogramm“ oder auch „Zusatzprogramm“ genannt, mit dem man die Funktionen des Computers, Smartphones oder Tablets beliebig erweitern kann. Es soll mittlerweile Millionen von Apps für die unterschiedlichsten Funktionen geben.

So kann man z. B. wenn man eine Bahnreise macht, mit einer speziellen App den Standort des Zuges verfolgen. Die Apps kann man sich aus dem Internet auf sein Smartphone runterladen, Fachleute sagen: downloaden. Kehren wir zurück zu der gefundenen Pflanze „Färberkamille“. Natürlich wollte ich Näheres zu der Pflanze wissen. Auch hier hilft mir mein Computer. Ich gebe bei Google in der Suchzeile den Namen ein und erhalte eine ausführliche Information, daraus ein kurzer Ausschnitt:

Die Färberkamille ist eine ausdauernde, selten ein- bis Zweijährige krautige Pflanze, die Wuchshöhen von bis zu 80 Zentimetern erreicht. Sie besitzt einen verholzten „Wurzelstock“.

Der aufrechte Stängel ist filzig behaart und meist verzweigt.



Da ich ein schlechtes Gedächtnis für Blumennamen habe, kann man mich regelmäßig mit dem Smartphone im Garten erwischen, wenn ich mal wieder nicht weiß, was da wächst.

Bei der Forschung nach Blumennamen fragt man sich oft, wo kommen denn die Namen der Blumen her.

Ich habe einen Artikel von Irmgard Damrau gefunden, in dem sie zu diesem Thema unter der Überschrift von allerlei Blumennamen Interessantes zu berichten weiß.

Hier der Wortlaut ihres Artikels:

Wie kommen die Blumen zu ihren Namen? Auf ganz verschiedene Weise...

Wenn der Volksmund sie bildet, dann richtet er sich meist nach ihren Eigenschaften und nennt zum Beispiel das so früh im Jahre beim ersten warmen Frühlingshauch erscheinende Leberblümchen „Vorwitzchen“ (auch als März- oder Leberblümchen bekannt, Red.) oder das heilkräftige kleinblütige Pflänzchen „Augentrost“ (Heilkraut bei Augenleiden, Red.).

Der Volksmund schuf für die Fuchsie auch den Namen „Ohrbommelbaum“ und eine Ähnlichkeit mit Ohrgehängen kann man diesen Blüten auch nicht



absprechen.

Der Name der Fuchsie weiß aber ferner davon zu erzählen, dass einer der „Väter der Botanik“, der Naturforscher Leonhart Fuchs

(1501-1566), diese amerikanische Pflanze bei uns in Europa einbürgerte und dass man sie ihm zu Ehren Fuchsie nannte.

Es gibt vielerlei Blumen, die auf ähnliche Art zu ihren Namen gekommen sind. Da sind zum Beispiel die anmutigen leuchtend gelben Forsythien, die im Frühling so ziemlich zuerst ihre Blüten entfalten. Sie sind nach dem Engländer Forsyth benannt worden. Ein anderer sehr empfindlicher Frühlingsgast, der seine großen Blüten im warmen Schein der Frühlingssonne entfaltet, die Magnolie, verdankt ihren Namen dem französischen Botaniker Magnol.

Die Kamelie zum Beispiel stammt aus Japan und wurde im Jahre 1739 von dem Jesuiten Camelli nach Europa gebracht.

Die üppig blühende Hortensie verdankt ihren Namen dem englischen Botaniker Sommerson. Er befand sich im Jahr 1767 auf einer Weltreise, an der auch der Astronom Lapeaute und dessen Gattin Hortense teilnahmen, und - Sie ahnen es schon - er gab der in China entdeckten Pflanze dieser Frau zu Ehren den Namen Hortensie.

Zu den Lieblingen der Garten- und Blumenfreunde zählen auch die Dahlien, die es in zahlreichen Farben und Formen gibt. Farbenprächtig kündigen sie

das Ende des Sommers und den bevorstehenden Herbst an. Vincent Cervantes entdeckte diese Pflanze 1784 in Mexiko.

Er schickte die zu diesem Zeitpunkt noch namenlose Pflanze an den Direktor des botanischen Gartens in Madrid, Antonio José Cavanilles, und dieser gab ihr den Namen Dahlie, dem schwedischen Botaniker Dahl zu Ehren Alexander von Humboldt sandte im Jahre 1804 aus Mexiko den Samen der Dahlie an den botanischen Garten in Berlin und so kam diese Blume auch nach Deutschland.



Artikel und Bilder von Otto Butzbach

Freundschaftliches über meine Pferdeliebe! Ich bin von meiner frühesten Jugend an ein großer Pferdefreund. Mein erstes „Ross“ war ein wunderschönes Schaukelpferd mit einem Wägelchen in dem Klein-Adolf sitzen konnte.

Es trug ein weiches, braunes Fell über seinem Holzkörper. Mein Onkel stellte in seiner Fabrik Pferdegeschirre her. Zu Weihnachten bekam ich ein ledernes Pferdegeschirr für meinen hölzernen Liebling, eine lange lederne Leine und eine kleine Peitsche. Mein Problem: Der Gaul konnte sich nur fortbewegen, wenn ein lieber Mensch aus meinem Umfeld das Gefährt durchs Zimmer zog. Doch es fand sich immer ein geduldiger „Vorspann“.

Als ich größer wurde wünschte ich mir ein Pony. Ein Verwandter, der damals schon eine Autospedition hatte, versprach mir ein Pferdchen zu besorgen. Was war das für ein Blender! Jedes Mal, wenn er mal wieder auf großer Tour war, versprach er, mir ein Gälchen mitzubringen.

Jedes Mal, wenn er zurückkam tischte er mir eine abenteuerliche Geschichte auf, warum es mal wieder nicht geklappt hatte!

Der gute Onkel Fritz hat mich schwer enttäuscht!

Als ich größer wurde, „verprasste“ ich mein Kirchengeld auf dem Alzeier Winzerfest in einer „Reitschule“. In einer Manege konnte man auf großen Pferden mehrere Runden drehen. In der Mitte der Manege stand der „Gaulleiter“, der die Tiere zu einem leichten Trab antrieb. Da bin ich auch zum ersten Mal vom Gaul gefallen. Und das kam so:

Der Sattelturm war zu lose angezogen. Ich merkte das schnell als die Pferde antrabten.

Der Sattel rutschte und ich landete recht unsanft auf dem nur dünn mit Sägespänen ab gestreuten Boden.

Während des Krieges, als vom Westen her die Front näher rückte, holte Adolf Hitler die Elsässer „heim ins Reich“. Sie mussten ihre Dörfer verlassen und kamen als Flüchtlinge auch nach Rheinhessen.

Die Bauern hatten ihre schweren Ackerwagen mit dem notwendigsten Hab und Gut beladen. Die Wagen wurden von schweren Kaltblutpferden gezogen. Das Rindvieh war hinten an den Wagen angebunden.

Meine Großmutter in Gundersheim hatte viel Platz in ihrem Pferdestall. Einige der herrlichen Pferde wurden da untergestellt.

Eines Nachts hatte sich eines der Tiere in seinem Stand losgerissen. Im Stallgang stand ein Sack, gefüllt mit Hafer. Den fraß der Ausreißer leer. Die Folge war, er bekam eine kräftige Magenverstimmung, eine Kolik.

Trotz großer Bemühungen seiner Besitzer starb das herrliche Tier. Laut weinend beklagte die Familie diesen Verlust. Auch ich trauerte mit der Familie. Im 2. Weltkrieg spielte das Pferd eine große Rolle. Die deutsche Armee hatte sehr viele Pferde. Diese stammten vorwiegend aus „Remontebetrieben“. (Das waren Gestüte, die speziell für die Armee Pferde züchteten und ausbildeten.)

Ich verbrachte das Kriegsende bei meiner Oma in Gundersheim.

Die alliierte Luftwaffe konnte über Deutschland unbehelligt schalten und walten, da die Deutschen die Lufthoheit verloren hatten. Unbehelligt griffen die sehr wendigen, doppelrumpfigen Lightnings am helllichten Tage Ziele an.

So wurden z.B. Personenzüge angegriffen. An jedem Personenzug war eine auf einem Waggon montierte vier röhrlige Flakkanone montiert. Die Strategie der Amis war, zunächst durch gezielte Schüsse die Lokomotive bewegungsunfähig zu schießen. Dann wurde die Flak zerbombt, dann wurden im Tiefstflug die Personenzüge beschossen, da gab es viele Tote und Verletzte.

Durch die engen Dorfstraßen von Gundersheim bewegte sich eine militärische Einheit mit vielen Pferden. Die Soldaten suchten Schutz in den Häusern. Die Pferde flohen panikartig durch die Dorfstraßen.

Die Zugtiere der Bagagewagen und Kanonen mussten in den Zugdeichseln ausharren. Ich habe bis heute folgendes Bild vor Augen:

Zwei prächtige Kaltblutschimmel lagen zerfetzt auf der Straße. Ein Problem war die Beseitigung der Pferdekadaver. Außerhalb des Dorfes gab es rechts und links der Straße ca. 1 m Tiefe „Splittergräben“. Die wurden vertieft und hier begrub man Pferdeleichen. Die geflohenen Pferde suchten sich dann allein oder in Gruppen in der Feldmark ihr Futter. Sie waren nicht herrenlos, die Armeeführung hatte sie ja „requiriert“. Die Bauern fingen sie ein und nutzten sie. Mein Onkel Philipp hatte sich ein Haflingergespann ausgesucht. Herrliche Tiere! Er nannte sie Liss und Fanny. Ich hatte mich in Fanny „verliebt“. Leider starb Fanny recht bald an einer Kolik. Wieder vergoss ich Tränen über einen Pferdeto.

Unser Pfarrer Nau wollte nach dem Krieg wieder die St. Martinsumzüge aufleben lassen.

Mein Freund Peter sollte den Bettler, ich den St. Martin spielen. Der Herr Pfarrer hatte aus dem Fundus des Mainzer Stadttheaters ein Bettlergewand und eine Ritterrüstung besorgt. Ein Pferd mit Führer lieh er von einem Alzeier Fuhrunternehmer. Das Ritterross war schon etwas älter und es war vor allem „Musikfest“, denn direkt hinter dem stolzen Ritter intonierte die Weinheimer Kirchenmusik

schmissige Märsche. Dann folgten die Kinder mit bunten Lampions. Mein Problem war mein dicker Kopf. Der Ritterhelm saß recht wackelig auf meinem Haupt. Kommentar vieler Alzeier Zuschauer. „Der Martin war sehr arrogant.“

Ich wollte in Gießen Landwirtschaft studieren. Vor dem Studium musste ich eine zweijährige landwirtschaftliche Lehre machen. Auch da habe ich viele „Pferdepersönlichkeiten“ kennen gelernt.

Vielleicht gibt das eine Fortsetzungsgeschichte.

Dr. Adolf Föhrenbacher

Senioren – Sicherheit: Die besten Tipps für sicheres Wohnen

Jedes Jahr sterben sechsmal mehr Menschen über 65 an den Folgen von Unfällen im Haushalt als im Straßenverkehr. Das müsste nicht sein.

Lesen Sie, wie Sie Ihre Wohnung unfallsicherer machen können.

Die Kraft lässt nach. Das ist eine der unangenehmen Seiten des Älterwerdens. Mit zunehmendem Alter steigt aus diesem Grund auch die Gefahr, einen Unfall zu erleiden. Stolpern, Ausrutschen, eine Treppe verfehlen – früher hat man sich sofort wieder gefangen. Jetzt plötzlich kann es aber schief gehen. Aus der Altersgruppe der mehr als 65-jährigen sterben alljährlich rund sechsmal so viele an Folgen von Hausunfällen wie durch Unfälle im Straßenverkehr. Knapp drei Millionen Haushaltsunfälle werden jährlich registriert. Ältere Menschen sind dabei fast immer von Stürzen betroffen – jedenfalls in mehr als 80 Prozent aller Unfälle.

Deshalb sollten sich ältere Menschen beizeiten darum kümmern, Stolperfallen, Rutschgefahren und Sturzrisiken im Haus- und Wohnbereich zu beseitigen. Da gibt es ganz bestimmte Ansatzpunkte in Küche, Bad, Wohnraum, Garten und Garage.

Die Aktion „Das sichere Haus“ des Deutschen Kuratoriums für Sicherheit in Heim und Freizeit hat dafür wichtige Empfehlungen zusammengestellt (www.das-sichere-Haus.de).

Es fängt damit an, liebgewordene, aber unfallträchtige Gewohnheiten ein für alle Mal abzulegen: Man steigt nicht auf den Drehhocker, um die verstaubte Vase vom Schrank zu holen. Gardinen hängt man nicht auf, indem man auf die Sofalehne klettert. Und Glühbirnen werden nicht vom Polsterstuhl aus ausgewechselt.

Für alle diese Tätigkeiten benutzt man eine Leiter, die sicher auf vier rutschfesten Füßen steht und gegen ungewolltes Zusammenklappen durch eine Spreizsicherung geschützt ist.

Beim Kauf einer leichten Aluminiumleiter können Sie sich vom GS-Prüfzeichen leiten lassen. Das steht für „Geprüfte Sicherheit“.

Und weil wir gerade dabei sind: Bei derlei Arbeiten ebenso wie beim Putzen trägt man geschlossene, flache Schuhe mit gutem, möglichst auch bei Nässe rutschfestem Profil. Die Kleidung sollte bequem sein, aber nicht zu weit, damit sich Ärmel oder Schürzenbänder nicht an Türklinken oder Möbel-

vorsprünge fangen und einen Sturz bewirken. Vorher bitte auch alle Stolperfallen beseitigen! Verlängerungs- oder Antennenkabel können zu bösen Fußschlingen werden und gerade, wenn Sie ans klingelnde Telefon eilen wollen, Ihnen die Füße unter dem Körper wegreißen.

Sind derlei Kabel nicht zu vermeiden, sollten sie wenigstens mit breitem Klebeband am Boden befestigt oder in einem flachen Kabelschacht verlegt werden.

Lose Telefonkabel braucht man in Zeiten der schnurlosen Telefone oder Handys nicht mehr.

So sollten Sie Ausrutscher vermeiden.

Türschwellen, lose Teppiche oder Läufer sind die häufigsten Sturzursachen im Haushalt.

Teppiche sollten grundsätzlich mit Antirutschmatten, besser noch durch Klebebeläge, die hoch stehende Ecken und Kanten verhindern, gesichert werden.

Lassen sich Türschwellen nicht entfernen, sollten sie beiderseits mit keilförmigen Brettern zu einer gängigen Rampe verändert werden.

Dann stolpern Sie nicht und können sogar mit einer rollenden Gehhilfe die Schwelle passieren. Lose Bettumrandungen und rutschige Badezimmervorleger sollten entfernt oder zumindest rutschsicher gemacht werden.

Gefahr im Badezimmer

Dem Badezimmer sollte Ihre besondere Aufmerksamkeit gelten. Denn die Verbindung von Nässe, Seife, Shampoo, Öl oder Duschgel hat es in sich. Rutschfeste, fußwarme Gummiunterlagen sind jedenfalls besser als flauschige Ware, die auf glatten Fliesen besonders gut gleitet.

In Dusche und Badewanne sollten sich rutschhemmende Matten mit funktionierenden Saugnäpfen befinden.

Zusätzlich sollten Haltegriffe in einer Höhe von 85 Zentimetern vom Boden aus vorhanden sein. Die Dusche sollte möglichst keinen höheren Einstiegsrand als zwei Zentimeter haben.

Für gute Sicht sorgen

Gefahr erkannt – Gefahr gebannt, heißt ein Sprichwort. Das gilt auch für das Erkennen von Gefahrenstellen. Deshalb ist eine gute Beleuchtung in Flur, Bad, Schlafzimmer sowie an Gehwegen und Hauseingängen wichtig.

Leuchten mit Bewegungsmeldern können an der Haustür, aber auch im Schlafzimmer das mühsame Suchen nach dem Lichtschalter ersparen.

Vor allem Treppen sollten gut beleuchtet und die jeweils oberste und unterste Stufe besonders markiert sein – zum Beispiel mit einem Leuchtstreifen. Als Rutschbremse können Gummistreifen auf Treppenstufen oder unverrückbare Teppichmatten auf Holzstufen dienen.

Schließlich noch ein guter Rat der Experten:

Bewahren Sie die Ruhe, meiden Sie Stress und Hektik. Diese sind nämlich häufige Ursachen für Stürze. Sie sollten auch lose Gegenstände wie Bodenvasen

oder die Flaschen für den Abfallcontainer auf der Kellertreppe und den vor dem Bad zum Trocknen aufgespannten Regenschirm vermeiden.

Wenn der Postbote klingelt, kann solche Unordnung schnell zur Fußfalle werden.

Nehmen Sie sich Zeit. Dann brauchen Sie keine im Krankenhaus zu verbringen!

Beitrag wurde von Werner Reuter geschickt, Katzenelnbogen

***Im selben Mass du willst empfangen,
musst du geben, willst ein ganzes Herz,
so gib ein ganzes Leben!***
(Friedrich Rückert)

Vorbilder für die Jugend – Mein großer Wunsch

Sicher haben Sie sich schon einmal geärgert, wenn Sie mit Graffiti beschmierte Wände oder mit Abfällen übersäte öffentliche Plätze sehen.

Natürlich richtet sich der Unmut meist gegen die Jugendlichen. Doch mal ehrlich!

Wie steht es denn mit der Vorbildfunktion der Erwachsenen?

Die Schweinereien, die manche Jugendlichen hinterlassen, sind damit keineswegs zu entschuldigen, aber viele Erwachsene sind im Wegwerfen ihres Mülls auch recht großzügig.

Wilde Abfallentsorgung in freier Natur, Getränkedosen, Plastiktüten, Papier, Zigarettenschachteln und -kippen an den Straßenrändern und auf Parkplätzen sind ein beredtes Zeugnis dafür.

Wir appellieren an alle: Geben Sie ein gutes Beispiel, halten Sie die Umwelt sauber! Dies hilft auch gut gegen Corona und andere Infektionen!

Beate Reiche

HAUSHALTSTIPPS VON A – Z

Sparen im Alltag

KLEINE ALLTAGSHELPER

Tipps von Beate Reiche

Rosenknospen:

Wenn Rosenknospen in der Vase den Kopf hängen lassen, erholen sie sich oft wieder,

wenn man mit einem scharfen Messer direkt unter der Knospe den Stiel einritz,

die Stängel frisch schräg anschneidet und die Blumen bis zu Kopf in eine Vase mit lauwarmem Wasser stellt.

Eventuell erholen sie sich auch in einem Gefäß mit kochendem Wasser, in das man die frisch angeschnittenen Rosen für kurze Zeit stellt.



Bild von Beate Reiche

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**, dann bitte die **Seniorenzeitung!**

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