

Wir über uns

Aktuell und Informativ

UNTERHALTEND FÜR JUNG & ALT – SENIORENBEIRAT AAR – EINRICH
Nummer 156 – 06. Oktober 2022

Rückblick auf die Arbeit der Seniorenbeiräte der ehemaligen Verbandsgemeinden Hahnstätten und Katzenelnbogen

Auf Anregung des Burgschwalbacher Arztes und Ortsbürgermeisters Harry Becker wurde 2012, also vor nunmehr 10 Jahren, in der VG Hahnstätten ein Seniorenbeirat gegründet.

Nun gab es zwei Beiräte im Rhein-Lahn-Kreis, der SB in der VG Katzenelnbogen war bereits 1996 auf Initiative von Anni Pfeifer, damals Beigeordnete der VG, ins Leben gerufen worden. Als die beiden Verbandsgemeinden fusionierten, war man der Meinung, dann sollte es auch nur noch einen SB geben und so kam es am 20.10.2019 zur Gründung des SB Aar-Einrich.

und Schülerinnen, Singen und Spielen mit Bewohnern der Altenheime, Mitarbeit im Netzwerk Demenz, Kontakte zu Vereinen, Internet-Treff. Wichtig war uns die Mitarbeit beim Seniorenbüro Bad Ems und bei der Landesseniorenvertretung, bei der wir seit 2009 Mitglied sind.

Ein besonderes Projekt ist unsere Seniorenzeitung „Wir über uns“. Seit 1996 erscheint sie alle zwei Monate als Beilage im Mitteilungsblatt und hat Interessantes und Aktuelles zum Inhalt.



Bild: Wolfgang Reiche – Seniorenbeirat- 2007

Die Gründungsjahre liegen 26 Jahre beim SB Katzenelnbogen und 10 Jahre beim SB Hahnstätten zurück, ein Grund einen Rückblick auf die geleistete Arbeit zu wagen.

In den Gründungszeremonien und auch in den Zielsetzungen unterschieden sich beide. Während in Katzenelnbogen die Mitglieder durch Ansprache unabhängig vom Wohnort zur Mitarbeit gewonnen wurden, hat man in Hahnstätten die Zusammensetzung des Gremiums von vorne herein streng nach Ortschaften geregelt.

Im SB Katzenelnbogen ging es zunächst um Unterhaltung für ältere Mitbürger, dem durch Erzähl-Cafés, Ausflügen, Grillnachmittagen, Fastnachtsveranstaltungen, gemeinsamen Mahlzeiten Rechnung getragen wurde. Daneben gab es Informationsveranstaltungen, wo Testament und die verschiedenen Verfügungen auf der Tagesordnung standen.

Im Laufe der Jahre kamen neue Aufgaben dazu: Besuche in Kindergärten und Projekte mit Schülern



Bild: Privataufnahme Reiche - Redaktionsteam



Bild: Ulli Pohl – Seniorenbeirat 2014

Im SB Hahnstätten haben die Mitglieder andere Schwerpunkte gesetzt. Nicht die Unterhaltung stand im Vordergrund, sondern Fragen der Mobilität, Reaktivierung der Aartalbahn, Kontakte zu den Seniorenheimen, behindertengerechte Straßen und Wege, Angebot von PC-Kursen, Mitbegründer des Café Zeitlos, Mitarbeit im Netzwerk Demenz, die

Wohnanlage (Lidl, Hahnstätten) und der barrierefreie Zugang (Netto, Hahnstätten). Daneben gab es auch Informationsveranstaltungen, bei denen Themen, wie Testament und Verfügungen auf der Tagesordnung standen. Das Projekt „Nachbarschaftshilfe“, das unter dem Namen „TUWAGU“ Bekanntheit erlangt hat, wurde vom SB unterstützt.



Bild: Uschi Weidner – Seniorenbeirat Oktober 2019

Rückblickend kann man sagen, in beiden Beiräten ist wertvolle Arbeit geleistet worden, die im neuen Beirat fortgesetzt werden sollte. Leider hat die Pandemie vorläufig etwas die Aktivitäten gestoppt.

Otto Butzbach

Genug Betrug – Trickbetrüger sind unterwegs! Das Landeskriminalamt und die Verbraucherzentrale geben Tipps gegen Betrüger.

(VZ-RLP / 17.08.2022) Anrufe durch falsche Polizisten und vermeintliche Enkel bleiben weiterhin aktuell. In Rheinland-Pfalz konnte im Juli dieses Jahres eine Anrufwelle mit etwa 800 Callcenter-Betrugsfällen, davon 45 vollendete Taten, registriert werden. Vor kurzem schlugen falsche Polizisten im Raum Mayen zu und konnten ihr Opfer um einen sechsstelligen Betrag betrügen.

Vorwiegend ältere Menschen werden als Opfer ausgewählt und mit ständig neuen Tricks und erfundenen Geschichten unter Druck gesetzt, um Bargeld, Schmuck und andere Wertgegenstände zu erbeuten. Hierbei werden finanzielle Sorgen und Ängste um die Gesundheit von Angehörigen schamlos ausgenutzt. Die erste Kontaktaufnahme verläuft über das Telefon. Die Betrüger geben sich dabei als Amtsperson, oft als Polizeibeamte aus.

Häufig nutzen die Straftäter eine spezielle Technik, die auf dem Telefondisplay der Angerufenen die Notrufnummer 110 oder der örtlichen Polizeidienststelle anzeigt. Unter einem Vorwand wie beispielsweise, die Polizei habe Hinweise auf einen geplanten Einbruch, gelingt es den Betrügern immer wieder, glaubwürdig zu vermitteln, dass Geld und Wertsachen im Haus nicht sicher seien. Daher müsse alles in Sicherheit gebracht werden und einem Polizisten in Zivil ausgehändigt werden, der vorbeikäme.

Beim Enkeltrick geben sich die Täter als Verwandter aus. Rhetorisch geschickt wird eine ausgeklügelte Geschichte erzählt, um das Vertrauen zu gewinnen. Hierbei wird eine finanzielle Notlage, wie beispielsweise eine Notoperation oder der Kauf einer Immobilie vorgetäuscht.

Die Situation wird immer als äußerst dringlich dargestellt. Der angebliche Enkel gibt an, dass jemand anderes das Geld abholen komme, da er selbst verhindert sei. Außer den hier geschilderten Maschen, gibt es zahlreiche weitere Variationen, wie die Betrüger versuchen, an Geld zu kommen.

Aktuell kann eine Betrugsmasche festgestellt werden, die vermehrt über den Messenger-Dienst WhatsApp kursiert. Dabei geben sich die Täter als Verwandte oder Bekannte aus und behaupten, dass die angezeigte Rufnummer die neue Erreichbarkeit sei. Im Anschluss wird um die Überweisung von Geldbeträgen gebeten, da man sich in einer Notlage befinde oder aktuell selbst keine Überweisungen vornehmen könne. So oder so ähnlich lauten die Textnachrichten der Betrüger:

- „Hallo Mama, mein Handy ist kaputtgegangen. Hier meine neue Nummer. Die alte Nummer kannst du löschen.“
- „Ich muss heute noch Rechnungen überweisen, komm aber nicht an meine Daten.“
- „Kannst du das für mich übernehmen? Morgen kriegst du das Geld zurück.“

Doch das Geld, meist einige tausend Euro, landet auf einem Konto der Betrüger. Der Betrug fällt meist erst nach einer Überweisung auf, wenn die echten Bekannten oder Verwandten angerufen werden oder sich selbst bei dem Opfer melden. **Das Landeskriminalamt und die Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz geben Tipps, wie Sie sich und Ihre Angehörigen vor den Betrügereien schützen können.**

- Legen Sie den Hörer auf! Das ist nicht unhöflich.
- Die Polizei ruft Sie niemals unter der Polizeinotrufnummer 110 an.
- Übergeben Sie nie Geld oder Wertsachen an Unbekannte!
- Die Polizei wird Sie niemals dazu auffordern, Geld oder Wertsachen herauszugeben.
- Seien Sie misstrauisch, wenn sich jemand am Telefon mit den Worten „Rate mal, wer hier spricht!“ meldet, ohne sich selbst namentlich vorzustellen.
- Nutzen Sie nicht die Rückwahltaste!
- Geben Sie bei Rückfragen an die Polizei die Telefonnummer der örtlichen Dienststelle selbst über die Tasten ein.
- Im Notfall wählen Sie die 110, Notruf Polizei!
- Halten Sie in allen Fällen telefonische Rücksprache zu Ihren Angehörigen oder kontaktieren Sie diese unter der „alten“ Nummer.
- Tätigen Sie keine Überweisung nur aufgrund eines Chatverlaufs.

Sichern Sie gegebenenfalls den Chatverlauf durch Screenshots, da die entsprechenden Nachrichten in der Regel im Nachgang durch die unbekannt Täter gelöscht werden und geben Sie keine weiteren persönlichen Daten preis.

Die Screenshots können wichtige Beweismittel in einem Strafverfahren sein. Weitere INFO unter: <https://www.polizei.rlp.de/de/aufgaben/praevention/kriminalpraevention/aktuelle-betrugsmasche-falsche-polizeibeamte/>

Erinnerungen an meine Kindheit

Im Januar 1934 lieferte der Storch – so wie es zur damaligen Zeit üblich war – in der Bahnhofstraße in Burgschwalbach einen Knaben ab.

Wegen der kalten Witterung gut zugedeckt, war er mit seinen knapp fünf Pfund kaum in seinem Bettchen zu sehen. Hinzu kam, dass er die ihm zugeführte Nahrung nicht vertrug, was eine Großtante, die zur Besichtigung gekommen war, zu der Bemerkung veranlasste „Macht euch kaa Mui, den bringt er nit uff!“ (Macht euch keine Mühe, den bringt ihr nicht auf!) Die Tante hat sich zum Glück gründlich geirrt. Vermutlich haben Sie schon erraten, um wen es sich hier handelt.

Ich bin gemeint, von Pfarrer Paul Bohris auf den Namen Otto getauft!

Nach den anfänglichen Entwicklungsschwierigkeiten habe ich mich recht gut entwickelt und konnte das Dorfleben, von dem ich hier einiges berichten möchte, genießen. Natürlich wusste ich, von liebevollen Eltern umsorgt, nicht in welche turbulente Zeit ich geboren war.

Dies erfuhr ich nach und nach aus mancherlei Erzählungen, wobei mir besonders die sonntäglichen Treffen bei meinen Großeltern in Erinnerung sind.

Hier trafen sich regelmäßig einige Verwandte und Bekannte aus der Nachbarschaft und unterhielten sich über die Tagespolitik oder die Vergangenheit.

Was haben wir da nicht alles erfahren.

Sie konnten noch von der Kaiserzeit erzählen, schwärmten von Kaisers Geburtstag, an dem es in der Schule ein Gebäck gab, standen aber noch unter dem Eindruck des schrecklichen ersten Weltkrieges, den besonders einer meiner Großväter hautnah in vier Jahren an der Westfront erlitten hatte.

Die Abdankung des Kaisers und die „Geburtswehen“ bei der Gründung der Weimarer Republik, benannt nach der Stadt Weimar, wo die Verfassung erarbeitet und verkündet wurde, gehörten auch zu den Gesprächsthemen.

Meine Oma hatte von der durch den Krieg verursachten Inflation 1923 noch einige Geldscheine aufbewahrt und ich staunte, dass man z. B. für ein Pfund Butter mehrere Millionen Mark bezahlen musste und manchmal am folgenden Tag schon eine Milliarde fällig wurde. Der Wert des Geldes nahm von Tag zu Tag ab. Schließlich wurde Ende 1923 die Rentenmark eingeführt, für 1 Billion Mark erhielt man 1 Rentenmark, die spätere Reichsmark. Meine Oma erklärte mir, dass alle Leute, die etwas Geld gespart hatten, das meiste verloren hatten. „Wir haben den verlorenen Krieg bezahlen müssen“, sagte sie.

Als ich geboren wurde regierte die Nationalsozialistische Partei (NSDAP) mit dem Führer Adolf Hitler als Reichskanzler bereits ein Jahr.

Erst später erfuhr ich, wie sie an die Macht gekommen waren, aber das ist ein anderes Thema.

Ich erlebte glückliche Jahre, besaß einige Spielsachen. Als Bettgenossen einen Bär und einen Hund und für draußen unter anderem einen Roller mit Holzrädchen. Auf den geschotterten mit Schlaglöchern versehenen Wegen gab es natürlich allerlei Stürze, die zu meinen ersten bewussten Erinnerungen gehören. Besonders einprägsam waren die sehr kalten Winter, die mich aber nicht vom Schlitten fahren abhielten.

Allerdings musste mich meine Mutter des Öfteren trösten, wenn die Finger und Füße vor Kälte schmerzten. Mein Vater hatte meinem Bruder und mir beim ortsansässigen Wagner aus einem Stamm Skier ausschneiden lassen, die wir auch fleißig benutzten. Natürlich achtete meine Mutter darauf, dass wir warm angezogen waren. Zur Unterwäsche gehörte die „Leib- und Seelhose“, ein Kleidungsstück, bei dem Jacke und Hose aus einem Stück bestanden, um dringende Bedürfnisse zu erledigen, war auf der Rückseite eine Öffnung. Dazu kamen lange Strümpfe, die von einem Leibchen mit Gummibändern gehalten wurden. Lange Hosen gab es nicht. Die warme Kleidung war auch im Winter in der Schule nötig, der Klassenraum wurde durch einen „Bullerofen“ beheizt, das reichte leider nicht den Klassenraum gleichmäßig zu erwärmen. Während der Wintermonate wurde im Haus nur die Küche geheizt. Die Betten wurden abends mit einem im Backofen erhitzten Backstein erwärmt, ansonsten waren die Schlafzimmer ungeheizt.

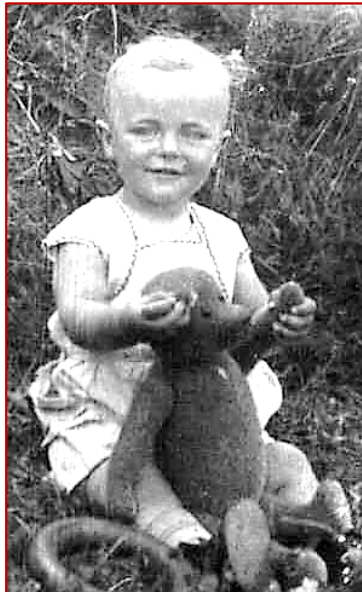
Vor der Einschulung habe ich den Kindergarten besucht, in dem ich erste Kontakte zu meinen Alterskameraden knüpfte.

Als wir dann 1940 eingeschult wurden, waren wir schon eine schöne Gemeinschaft.

Zu unserer Überraschung war der Lehrer, der uns eigentlich das Lesen und Schreiben beibringen sollte, nicht da, er war zur Wehrmacht eingezogen worden, eine Folge des Krieges. Für ihn hatte eine Lehrerin, die bereits einige Jahre im Ruhestand war, wieder den Dienst aufgenommen. Sie brachte uns mit Erfolg das Lesen und das Schreiben der Sütterlinschrift bei. Im zweiten Schuljahr wurde die Sütterlinschrift

von der deutschen Normalschrift abgelöst. Die ersten Kriegsjahre verliefen noch einigermaßen normal. Ab 1943 kann man nicht mehr von regelmäßigem Unterricht sprechen. Unterrichtskürzungen und permanenter Lehrerwechsel waren an der Tagesordnung. Dennoch hatten wir Landkinder es besser als die Kinder in der Stadt. Flogen bei uns die Bomberverbände nur drüber, ab und zu mal Bomben fallen lassend und Angst und Schrecken verbreitend, waren die Menschen in den Städten den mörderischen Bombardierungen ausgesetzt.

Das Kriegsende 1945 brachte uns die ersehnte Waffenruhe, allerdings hatten wir bis Oktober 1945 keinen Unterricht. Ich war glücklich, als wieder regelmäßig Unterricht stattfand. **Otto Butzbach**



Ernährung und Gesundheit – Insekten im Haushalt

Insekten sind die geheimen Herrscher dieser Erde und sind ein wichtiger Bestandteil des ökologischen Kreislaufs.

Leider richten sie aber auch große Schäden an und vernichten in warmen Klimazonen Lebensmittelvorräte oft in großem Umfang.

Auch bei uns können Lebensmittelschädlinge sehr lästig sein. Haben sie sich einmal eingenistet, ist es schwer, sie wieder los zu werden. Tauchen ungebetene Tierchen in der Küche auf, dann gilt es schnell und zielgenau zu handeln. Bei Lebensmittelnotbefall helfen oft schon Hausmittel, um den Eindringling wieder los zu werden.

Es ist allerdings eine langwierige Prozedur, die mit einer gründlichen Durchsicht der Lebensmittelvorräte beginnt. Befallene Lebensmittel sollten in dicht verschlossenen Müllbeuteln sofort entsorgt werden. Die Küchenschränke anschließend feucht reinigen und sorgfältig trocknen. Ritzen, Spalten und kleine Löcher mit einem Fön heiß behandeln, das tötet die hier versteckten Motteneier. Aber damit es erst gar zu einem Insektenbefall kommt, sollten folgende Maßnahmen ergriffen werden:

- Lebensmittel sollten grundsätzlich kühl und trocken aufbewahrt werden
- Halten Sie das Vorratslager immer sauber
- Sortieren Sie die frisch eingekauften Lebensmittel nach hinten
- Kontrollieren Sie die Waren in regelmäßigen Abständen auf Befall
- auch die Nahrung für Haustiere
- Beseitigen Sie Brotkrümel und Reste aus den Brotkästen
- Lüften Sie regelmäßig. Hohe Luftfeuchtigkeit begünstigt Schimmelbildung, der einigen Schädlingen als Nahrung dient
- Folgende Mittel können zur Abwehr empfohlen werden:
- Klebefallen mit Pheromonen bei Lebensmittelmotten
- Netze an Fenstern gegen Fliegen
- Köderdosen gegen Ameisen

Bei hartnäckigem Befall von Kakerlaken sollte man sich an den Deutschen Schädlingbekämpfer-Verband e.V. mit geprüften Schädlingbekämpfern wenden. Adresse: Andreas-Hermes-Haus, Godesberger Allee 142- 148. Die Redaktion: Beate Reiche

*Nichts ist verloren für einen Menschen,
wenn er eine große Liebe oder eine wahre
Freundschaft lebt,
aber alles ist verloren,
der allein ist.*

*Nur wer liebend aus dem Kreis des Ichs
heraustritt zu einem Du,
findet das Tor zum Geheimnis des Seins!
Gabriel Marcel*

Eine alte Frau erzählt – von Peter Härtling

Alles geht langsamer jetzt. Daran muss man sich gewöhnen. Alles macht mehr Mühe: das Gehen, das Denken, das Kochen, das Essen, sogar das Schlafen. Der Tod kommt näher. Manchmal bin ich sehr müde und denke: Das ist gut.

Aber manchmal schaue ich die Straßen an und die Häuser und die Menschen, und dann denke ich, dass ich das alles bald nicht mehr sehe.

Es wird sein, und ich werde nicht mehr sein. Es gibt Augenblicke, in denen ich das nicht begreifen kann und große Angst habe. Da hilft nichts.

Ich habe jetzt viel Zeit. Ich kann Dinge tun, zu denen ich früher keine Zeit hatte, weil ich arbeiten musste, für andere sorgen musste, weil so viel zu tun war.

Jetzt habe ich Zeit, langsam ein Buch zu lesen, langsam einen Brief zu schreiben, langsam meine Wohnung aufzuräumen. Ich muss mich daran gewöhnen, dass es schön ist, viel Zeit zu haben.

Ich weiß nicht mehr genau, was vor einer Stunde passiert ist, oder gestern. Aber ich weiß genau, wie es damals war, als ich ein kleines Mädchen war.

Ich spielte, und ich sagte - und meine Mutter sagte - und mein Vater sagte - ich weiß das noch genau. Ich würde es gern erzählen, aber keiner will es wissen. Meine Kinder kommen und sagen: „Geht's dir gut?“, und ich sage „Es geht mir gut“, und dann sind sie zufrieden und gehen wieder, weil sie so viel zu tun haben. Ich habe eigentlich nichts zu tun.

Ich habe Zeit. Ich weiß zu wenig, um ihnen raten zu können.

Aber ich weiß etwas Wichtiges: Einmal werden sie alt sein, so wie jetzt ich. Sie können sich das nicht vorstellen, aber ich weiß es.

**Sie können sich auch nicht vorstellen, dass ich einmal so jung war wie sie. Aber ich weiß es.
(Aus der Zeitschrift: gestern – heute – morgen)**

HAUSHALTSTIPPS VON A – Z

Sparen im Alltag

KLEINE ALLTAGSHELPER Tipps von Beate Reiche
Frotteehandtücher: Hartgewordene Handtücher benötigen einen eigenen Weichmacher. In heißes Essigwasser (1/3 Essig, 2/3 Wasser) legen und etwa acht bis 10 Std. ziehen lassen. Anschließend herkömmlicher Waschgang in der Waschmaschine. Dem letzten Spülwasser sollte eine Tasse Essig oder ein synthetischer Weichspüler zugegen werden.

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