



Aktiv

„Älterwerden in Euskirchen“

die **Sonne** im September 2024,

*Die **Sonne** gibt uns Wärme, sie gibt uns Licht. Ist sie im Herzen, spürt man die Kälte nicht. (Renate von Elm)*

Weltfriedenstag



„Wohl jeder träumt den Traum von Frieden,
und es kommt die Zeit
dann wird wie jeder Menschheitstraum
der Frieden Wirklichkeit.“
(E. McGurdy H. Wader)

Wisst ihr, dass der 21. September der internationale Tag des Friedens ist?

Immer wieder sind wir erstaunt, dass dieser Tag seit 23 Jahren so wenig Beachtung findet.

Das möchten wir ändern, wenigstens bei uns im Verein.

Wir sind inspiriert durch das Tanzen im Kreis; eine der ältesten Traditionen, um Gemeinschaft zu erfahren.

Seit zehn Jahren gibt es Tanzkreise in vielen europäischen Ländern, in Südamerika, Australien und Kanada, die sich am *Day of Piece* die Hände reichen, um zu tanzen und lichtvolle Gedanken in die Welt zu bringen.

Wir haben schon beim Tanzen im August dieses Thema gestaltet, da ich im September leider verhindert bin.

Vielleicht gibt es in unserem Verein noch eine oder mehrere Gruppen, die in dem Zeitraum um den 21.09. in ihrer Gruppe etwas zu diesem Thema gestalten!? Fantasie ist gefragt und Kreativität.

„Wenn weltweit die Waffen schweigen – und sei es nur für einen Tag – könnte dies der Anfangspunkt für Frieden sein!“



(Erika Köllmann und der Tanzkreis

Meditatives Tanzen)

-Lust an Zukunft- Älterwerden in Euskirchen zu Besuch bei den Euskirchener dm-Filialen Als Lohn winkt der Gewinn von 1200 Euro.



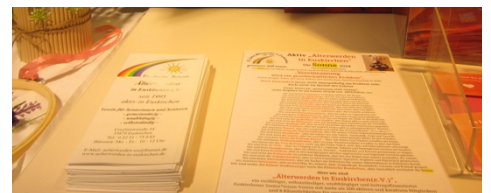
Auch wenn die Seniorinnen und Senioren nicht mehr die Jüngsten sind, haben sie trotzdem „Lust an Zukunft“ und waren damit bei dem dm-Projekt „Lust an Zukunft“ gut aufgehoben.

Nachdem der Anruf von dm mit der Mitteilung kam, dass „Älterwerden“ als eine von zwei Gruppen an ihrem Projekt „Lust an Zukunft“ teilnehmen durfte, gab es eine Menge zu tun. Besonders die beiden Aktionstage bei dm standen im Mittelpunkt unseres Interesses und unserer Planungen.

Mit beiden Filialen gab es eine gute Kooperation. Alle Träume gingen dabei nicht in Erfüllung. Denn aus unserem bunten Programm, mit dem wir dort auftreten wollten, wurde nichts. Ausgerechnet kurz davor begannen die Neustraßen-Renovierungsarbeiten vor dm. Die Stadt gab keine Genehmigung für einen Auftritt mehrerer unserer Gruppen vor dm. Schade!



Wir begnügten uns deshalb damit, einen Tag lang in wechselnder Besetzung an einem Stand im Laden auf die Kunden zuzugehen und sie über unseren Verein zu informieren. Es halfen dabei ein neuer Flyer, die „Sonne“ und ein Terminplan, die wir den Kunden überreichen konnten. Auch das eine oder andere Gespräch kam zustande. (Foto links)



In der dm-Filiale in der Roitzheimerstraße sahen unsere Darstellungsmöglichkeiten etwas besser aus. Der Filialleiter, Herr Bergrath, unterstützte unseren Auftritt.



Weil in der Roitzheimerstraße mehr Platz vorhanden war, konnten wir eine schöne Präsentation gestalten. Das übernahmen Marianne von der Mal-gruppe und Anni von der Dekorationsgruppe. Marianne hatte einige der schönen Bilder ihre Malgruppe und Anni schöne Exemplare ihrer Deko-Gruppe mitgebracht.

Zu den Kundinnen, die unseren Stand besuchten, war auch eine prominente Kundin. Jede(r) von uns kennt sie. Jede(r) von uns hat sicherlich Bettina Böttinger schon einmal in ihrer Talkshow im WDR, dem „Kölner Treff“, gesehen. Sie trat sehr freundlich auf und konnte sogar überredet werden, mit

unserem Werbematerial fotografiert zu werden.

Die ganze dm-Aktion dauerte vom 25.07.–14.08. In der Zeit liefen die Online-Abstimmungen und die Abstimmungen in den beiden Filialen. Unsere Mitglieder und andere Unterstützer*innen des Vereins sorgten durch fleißiges Abstimmen dafür, dass „Älterwerden“ die meisten Stimmen erhielt und wir uns im Internet davon überzeugen konnten, dass unser Verein den Preis von 1200 Euro gewonnen hat.



Berührend- Gymnastikgruppe trauert um langjähriges Gruppenmitglied.

Als das Lied „Candles in the rain“ von Elton John“ erklang, versammelte sich die Gymnastikgruppe und stellte sich im Kreis um einen Stuhl mit Blumen und einer brennenden Kerze.



Schweigend standen sie da und gedachten ihrer verstorbenen Freundin Erika Gerstenmeier. Zwischen Blumen und Kerze stand ein Gruppenfoto, mit Erika mitten unter ihnen. Erika war vor 7 Jahre mit ihrer Cousine Ingrid Kader in den Verein eingetreten. Beide sind zusammen in Euskirchen aufgewachsen und waren immer in engem Kontakt. So war es nur folgerichtig, dass sie auch zusammen Mitglied der Gymnastikgruppe wurden, damals geleitet von Johanna Hoegen, heute von Gabi Szwed. Ingrid erzählte mir, dass Erika sich schon sehr auf die Busfahrt nach Oberhausen gefreut hatte, die sie nun

leider nicht mehr antreten kann. Ihr plötzlicher und schneller Tod hat ihr einen Strich durch die Rechnung gemacht. Ihre Cousine wird an dieser Fahrt zu ihrem Gedenken teilnehmen. Wenn sie donnerstags wieder zur Gymnastik in den Verein kommt, wird sie ihre Cousine schmerzlich vermissen.



Vereins-Divertissementchen

a) **Gemeinsames statt einsames Konzertvergnügen** mit Beethoven und Co: Das wünscht sich Vereinsmitglied Dorle Wiggert. Sie vermisst den gemeinsamen Besuch von Konzerten in Köln oder Bonn. Dabei ist es nicht schwierig, gemeinsam von Euskirchen zu den Orten der schönen Musik in Köln oder Bonn zu gelangen. Sie sind gut mit dem öffentlichen Nahverkehr zu erreichen, die Fahrtkosten sind im Preis für die Eintrittskarte enthalten.

In einem Verein mit über 200 Mitgliedern müssten sich eigentlich genügend Musikbegeisterte für gemeinsame Konzertbesuche finden. Wenn ihr dieses Interesse und diese Freude teilt, tragt euch mit Telefonnummer in die Liste auf der Infowand ein oder meldet euer Interesse telefonisch im Büro oder direkt bei Dorle an. Sie ist unter Nummer 02251 – 6988 zu erreichen.





b) **Schmutz in der Küche:** Die Köchinnen der Hexenküche kochen gerne, besonders in einer sauberen Küche. Deshalb verlassen sie die Küche immer wieder in einem sauberen Zustand. Leider machen das nicht alle so. So stoßen die "Kochhexen" immer wieder auf verschmutzte Sachen, wenn sie zum Kochen zusammenkommen. Beim letzten Mal fanden sie einen nicht geleerten Kaffeefilter mit verschimmelten Kaffeeresten und ein mit Speiseresten beschmiertes Holzbrett vor. Da kann einem der Appetit vergehen.

c) **Tausend Euro:** Das Land NRW sorgt sich um einsame Mitbürger*innen. Wir tun es schon seit fast dreißig Jahren. Das hat jetzt auch das Land NRW verstanden, weil die Wissenschaft mit Studien wegen der um sich greifenden Einsamkeit in allen Bevölkerungsgruppen Alarm geschlagen hat. Wir brauchten für diese Erkenntnis keine Studien. Was wir aber nicht haben, wohl aber das Land NRW ist GELD. NRW hat ein Programm aufgelegt. Im Kreis Euskirchen werden 19 Projekte gegen Einsamkeit mit je 1000 Euro unterstützt. Wir haben bereits einen Antrag verschickt und hoffen, eines der 19 unterstützten Projekten zu werden. Im Antrag heißt es:



Wir sind ein selbständiger und selbstfinanzierter Verein für Senioren mit dem Motto "Gemeinsam statt einsam". Vor 15 Jahren haben wir 13 Räume für unsere Vereinsaktivitäten gemietet. Wir sind im Moment dabei, diese Räume zu ertüchtigen. Wir haben bereits eine neue Büroküche für 1000 Euro renoviert, einen Treppenlift installiert, einen Kunst- und Werkraum eingerichtet, den Lichthof renoviert und verschiedene Räume mit Kunst ausgestattet, alles selbst bzw. durch Spenden finanziert. Als nächste Maßnahme wollen wir alle alten Leuchtmittel gegen LED-Leuchtmittel austauschen. In allen Räumen befinden sich noch alte Leuchtmittel, die wir durch LED-Leuchtmittel ersetzen möchten. Das eingesparte Geld soll dazu dienen, unsere Leistungen und Angebote im Einsatz gegen die Einsamkeit von Seniorinnen und Senioren zu erhöhen. Wir finanzieren unseren Verein mit einem Mitgliedsbeitrag von 8 Euro im Monat. Damit finanzieren wir unser Vereinsheim und können unseren Mitgliedern die kostenfreie Teilnahme an unseren ca. 40 Gruppen bieten. Durch die neuen Leuchtmittel erhalten wir helleres und angepasstes Licht, das die Sicherheit der Mitglieder erhöht. Zudem schonen wir die Umwelt durch weniger Energieverbrauch. In unseren Räumen müssen insgesamt 170 Leuchtmittel, davon 150 Leuchtröhren, ausgetauscht werden. Ja, so viele Leuchtröhren haben wir, und sie verbrauchen noch 60 Watt.



d)) **Sessellift:** Mitglieder, die den Sessellift benutzen wollen, haben es bereits gemerkt: Er bewegt sich nicht. Das soll nun auf Wunsch von Mitgliedern, die den Treppenlift brauchen, geändert werden. Die Bemühungen sind über den Vorstand angelaufen. Wenn wir Glück haben, sind es nur die beiden Akkus, der erneuert werden müssen. Ist es so, wird es nicht so teuer. Bald fährt er hoffentlich wieder hoch und runter, der Treppenlift, Gottseidank. Mir stellt sich die Frage: Warum braucht ein Lift Akkus, wenn er an den Strom angeschlossen ist? Da wundert sich der Laie.

e) **Männer unter sich:** In der Schachgruppe rauchen ihre Köpfe.



f) **Bilderrätsel:** Was haben die „Hexen“ der Hexenküche in die Pfanne getan und später verspeist.



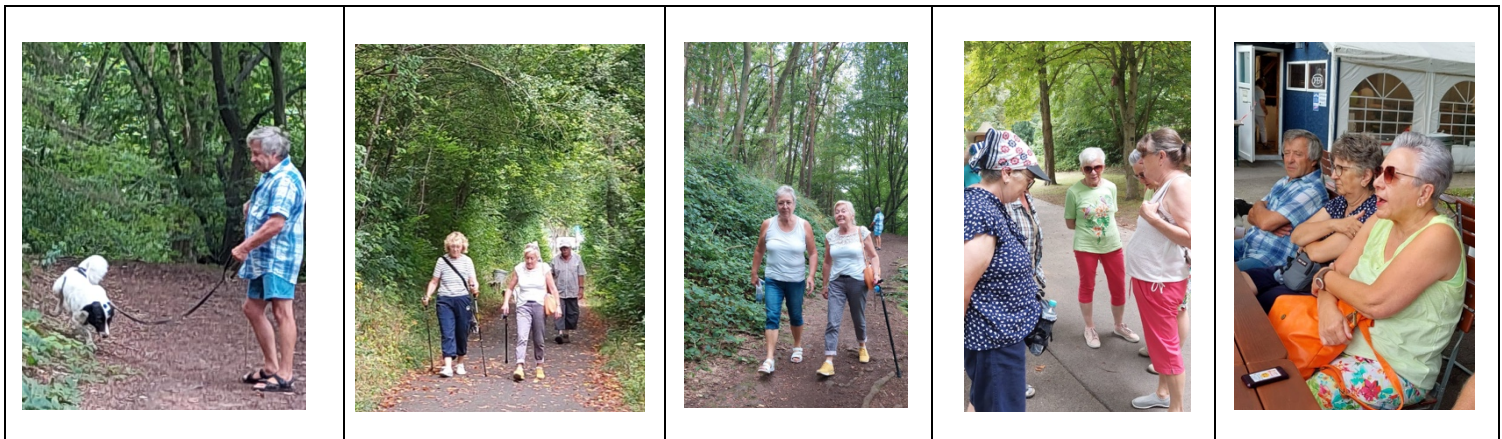
g) **Veröffentlichung im Auftrag:**

Ein Vereinsmitglied fühlte sich von diesem Spruch inspiriert und meinte, er bereichere die **Sonne**, zumal es ein sehr kluger Spruch eines sehr großen Dichters ist.



Ich dachte immer, ich hätte diese Fähigkeit. Aber warum bin ich dann trotzdem alt geworden? Habe ich mir die Fähigkeit, Schönes zu erkennen, nur

h) **Impressionen eines Senioren-Wandertages:**



i) **Frohe Botschaft:** folgende Nachricht ist kurz vor Redaktionsschluss hereingekommen:
Der Treppenlift gleitet wieder hoch und runter und umgekehrt.

Auf Sommerschiffstour nach Zons

Kaum war die Fahrt im Verein angekündigt, waren die Plätze für das Schiff nach Zons auch schon vergeben. Eine Reihe von Mitgliedern musste sich mit einem Platz auf der Reserveliste begnügen. Aber sie kam leider nicht zum Zuge. Die Schnelligkeit, mit der die Plätze vergeben waren, ist ein Signal dafür, dass Tagestouren auf Vereinsebene auf große Nachfrage stoßen. Ermutigt davon hat Karin Olschewski, eine erfahrene Tagestour-Managerin, bereits die nächste Tour auf die Gleise gestellt: nach Oberhausen zum Gasometer und der Ausstellung „Planet Ozean“. Die erforderliche Zahl von 35 Anmeldungen, mit der sie einen eigenen Bus bestellen kann, ist bereits überschritten. Alle, die sich in die Liste eingetragen haben, können nun schnell zum Bezahlen schreiten, damit Karin den Bus bestellen kann (möglichst abgezähltes Geld) Nebenbei: Auch die nächste Tour ist bereits in ihrem Visier. Sie führt in unsere Landeshauptstadt Düsseldorf zum Weihnachtsmarkt. (siehe Foto nebenan).





Zurück zur Tagestour nach Zons. Nach einer Fahrt mit dem Zug und einem kurzen Spaziergang zum Rhein, konnten unsere Mitglieder sich auf dem Partyschiff „RheinPhantasie“, das Platz für fast 1000 Gäste bietet, an Tischen niederlassen, die bereits für das Mittagessen gedeckt waren. Der Kapitän persönlich begrüßte seine Gäste übers Mikrofon. Um 12 Uhr wurde das Büffet zur Belagerung freigegeben. Man konnte sich die



Teller mit Fleisch, Gemüse, Spätzle, Kartoffeln und Salaten

füllen. Und zum Nachtisch gab es leckere Creme-speisen., z.B. mit Waldbeeren und Maracuja. Unsere Leute kamen also nicht ausgehungert in Zons an. Gut war es deshalb, dass nach der Ankunft des Schiffes um 13 Uhr ein Verdau-ungsspaziergang anstand. Denn die Schiffsanlegestelle war ca. 1 km von Zons entfernt. Für den Weg nach Zons gab es eine Art Naturwaldpfad. In Zons angekommen, verteilten sich unsere Mitglieder. Einige hatten dann doch schon wieder Hunger und besuchten die Cafés von Zons. Andere machten einen



Gang durch Zons, um sich dem mittelalterlichen Ort und seinen Sehenswürdigkeiten zu widmen.



Zons ist erstmals urkundlich um die Mitte des 7. Jahrhunderts erwähnt. An den Eckpunkten der Stadtmauer befinden sich Türme: der rechteckige Zollturm, der Krötschenturm, der Mühlenturm und der Schlossturm; innerstädtisch gibt es an der Burgmauer den runden Juddeturm. Zwei öffentliche Tore führten in die Stadt: im Norden das Rheintor, im Westen das Feldtor. Über das Südtor hatte man einen Zugang in die Vorburg. Mit der Eingemeindung in die Stadt Dormagen



nannte sich Zons „Feste“. 1972 wurde die gesamte Altstadt durch einen von Bund und Land geförderten Modellversuch durchgreifend saniert.

Vor 16 Uhr versammelten sich alle wieder am Schiff, um nach Köln zurückzufahren. Gegen 20 Uhr 30 war man wieder in Euskirchen.

Das Gender*zeichen in der Sonne - Nicht jeder findet es gut Ein Plädoyer für ein kleines *, abgedruckt in der Sonne. Ein paar Worte über einen „Kulturkampf“

„Die Sonne, die lese ich nicht, und wenn, dann nur bis zum ersten Gendersternchen. Dann lege ich sie weg.“, sagte kürzlich ein Vereins-mitglied zu mir. Als ich darauf mit Überraschung und Unverständnis reagierte, ging eine kurze, aber heftige und emotionsgeladene Debatte los. Ich persönlich halte das Sternchen für ein kleines, eher unwichtiges Problem. Andere sehen das als große Zumutung und Angriff auf die deutsche Sprache.

Die Chefin beim „Duden“, Kathrin Kunkel-Razum, plädiert für mehr Toleranz beim Gendern. Sie meint, im Moment sei „jedenfalls keine sachliche Debatte mehr übers Gendern möglich, die Emotionen kochen absolut über.“ Warum nur? Auch dazu nimmt Kathrin Kunkel-Razum Stellung: „Viele haben das Gefühl: Mir möchte hier jemand etwas vorschreiben, Stichwort Sprachpolizei. Dazu muss ich sagen, es gibt in vielen Behörden oder Hochschulen zwar Leitlinien, aber keine staatliche Instanz, die sagt:



Du musst gendern.“ Sie vergleicht die Situation „mit den Ereignissen nach der großen Rechtschreibreform 1996. Damals steckte die Gesellschaft unter anderem wegen der Wiedervereinigung stark im Umbruch. Bei vielen politischen Themen konnten die meisten Menschen kaum mitreden, anders als bei der Rechtschreibung. Da war der Eindruck: Mir wird der Boden unter den Füßen weggezogen, wenn sich hier etwas ändert Heute steckt die Gesellschaft wieder in Umbrüchen, vielleicht eskaliert der Streit übers Gendern deshalb in dieser Form.“ Weiter, sagt sie, sei es so, dass „Menschen Sprache als Teil ihrer Persönlichkeit



empfinden. So wie sie ihre eigene Gestik und Mimik haben, haben sie ihre eigene Sprechweise. Durch Reformen (*in der Sprache-die Red*) fühlten sich Menschen verunsichert.“

„Gendergegner argumentieren, mit Genderzeichen werde die deutsche Sprache verhunzt,“ sagt sie, „aber das könne keine Rolle spielen, da das Bundesverfassungsgericht auch ein drittes Geschlecht anerkenne“, Diese Anerkennung durch das höchste deutsche Gericht muss sich, egal wie man das findet, auch in der Sprache wiederfinden. Apropos verhunzen: Unsere deutsche Sprache wird auf vielfältige Weise „verhunzt“. Ich denke nur an Worte wie „Tanke“ oder „Perso“. Und ich denke an die vielen Anglizismen, die mir überall begegnen: der „Kaffee to go“, der „Sale“, das second hand-shirt, der Check, das carsharing, oversized, der sound, das highlight, der Flyer. Warum nimmt man das so einfach hin?



Auch das Argument der Gendergegner*innen, „Frauen seien mit dem generischen Maskulinum* (*siehe Anmerkung*) schon immer mitgemeint gewesen?“ überzeugt die Chefin vom Duden nicht. Sie meint dazu: „Erstens hatten Frauen in früheren Zeiten insgesamt wenig zu sagen (*also auch bei der Gestaltung der deutschen Sprache - die Red.*), das ist also kein Maßstab. Zweitens waren Frauen in vielen Berufen schlicht nicht vertreten, deshalb benötigte man auch keine Bezeichnung dafür. Die »Lehrerin« gab es im Wörterbuch nicht, weil es sie ...nicht gab. Die »Bäuerin«,

die Bösewichtin« und die »Gästin« gab es.“ Also gab es dafür schon lange Eintragungen im Duden.

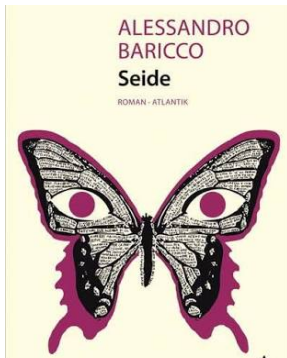
Fazit: Ich halte es mit der Chefin vom Duden. Sie sagt, es solle weder ein Gendergebot noch ein -verbot geben. Sie schlägt vor, die Genderzeichen mit Bedacht zu platzieren, dann riefen sie keine Probleme hervor. An den Vorschlag wird sich die **Sonne** halten. Keiner aber ist gezwungen, die **Sonne** zu lesen, wenn ihm das kleine Sternchen vor die Augen kommt. Man kann sich über das Gendern ärgern, muss es aber nicht.



***Anmerkung**- Das generische „Maskulinum“. Generisch bedeutet, dass das Wort soll als allgemeingültiger Oberbegriff dienen: Eine Personengruppe, die sich aus allen Geschlechtern zusammensetzt, wird mit dem männlichen Wort bezeichnet.

Über ein kurzes Buch kann man lange diskutieren. Das merkten die Teilnehmer des Lesecafés im Monat August bei ihrer Besprechung des Buches „Seide“ von Alessandro Baricco

Gerade mal 150 Seiten ist der Roman „Seide“ von Alessandro Baricco lang und es stellt sich die Frage: Ist es überhaupt ein richtiger Roman? Ist es im Grunde nicht eher eine Kurzgeschichte oder eine Novelle? Wegen der Kürze des Textes fehlen viele Informationen, die Leser*innen gerne erfahren möchten. Das Buch spielt im Jahre 1860, das zumindest erfahren wir. Gustave Flaubert schreibt gerade an seinem Buch

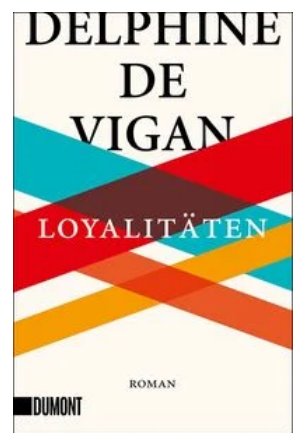


„Salambo“ und Louis Pasteur forschte darüber, wie man eine Seuche bekämpft, die Seidenraupen tötet. Besonders wenig erfährt man über die zweite Hauptperson des Buches, eine junge Frau, vielleicht noch ein Mädchen. Auf der Suche nach neuen Seidenraupeneiern gelangt der Protagonist des Buches an den Hof eines Herrschers über ein japanisches Dorf. Zu seinen Füßen, den Kopf in seinem Schoß, liegt ein nicht fernöstlich aussehendes Mädchen. Ihre Blicke kreuzen sich und sie verlieben sich sofort ineinander. Die berühmte „Liebe auf den ersten Blick“. Mehr erfahren wir nicht über das Mädchen. Alles, was sie betrifft, bleibt im Dunkeln: Wer ist sie? Wie kommt sie nach Japan? Wie heißt sie? Welche Stellung hat sie am Hof? Wohin ist sie am Schluss verschwunden? Der Protagonist macht sich noch drei weitere Male auf die mühselige Reise nach Japan. Doch er kommt seiner Liebe kein bisschen näher. Ein kleiner Zettel, auf dem auf japanisch steht: „Kommen Sie zurück, oder ich sterbe“ ist das Einzige, was er mit nach Hause nehmen kann. Dort wartet auf ihn seine Frau, die ihn und die er sehr liebt und die treu zu ihm steht, auch wenn sie etwas ahnt oder sogar weiß.

Das Buch wurde in der Runde sehr unterschiedlich beurteilt. Einige waren so verzaubert, dass sie es mehrere Male gelesen haben. Dass man nichts erfuhrt und deswegen alles Mögliche sich ausdenken konnte, wurde von ihnen positiv beurteilt. Andere in der Runde, zu denen auch der Autor dieser Zeilen gehört, waren enttäuscht über die vielen Erzähllücken. Lieber hätten sie mehr über das Mädchen erfahren; auch über die Ehefrau, die irgendwann Bescheid wusste. Über ihre Gedanken und Gefühle erfuhrt man nichts. Sie war aber bis zu ihrem Tod ihrem Manne in Liebe verbunden. Der Mann lebte danach noch lange in seinem Haus im Park. Und wenn er nicht gestorben ist, lebt er noch heute. Träumt er immer noch von dem geheimnisvollem Mädchen?

Unabhängig von der unterschiedlichen Beurteilung des Buches hatten alle Anwesenden Spaß bei und an dem Gespräch. Es wurde auch nicht bezweifelt, dass das Buch zur Literatur zählt. Beim Diskutieren wurde viel gelacht und es herrschte eine gelöste Stimmung.

Im Lesecafé des Monats September wird das Buch „Loyalitäten“ von Delphine de Vigan besprochen. Jede(r) ist eingeladen, aber bitte das Buch vorher lesen. Es kostet antiquarisch nur ein paar Euro. Im Oktober ist das Buch „in unseren Kreisen“ von Georg M. Oswald dran.



Wie wird die **Sonne** von draußen gesehen?



Manchmal wird die **Sonne** zum Titelthema, so in der Ausgabe des „Spiegel“ vom 3.8.2024. Auf dem Titelblatt lesen wir:

Die **Sonne**

Wir fürchten und wir lieben sie. Wie wir gut mit ihr leben können.

*Diese Einschätzung der **Sonne** im „Spiegel“ hat uns überrascht.*

Wir hätten gerne mit dem Spiegel ein Gespräch geführt, von Redaktion zu Redaktion.

Aber wir haben es erst gar nicht versucht; vielleicht ein Fehler.

Kommentar der Redaktion: Unsere **Sonne** muss niemand fürchten.

Wir müssen uns auch nicht eincremen, um uns vor ihr zu schützen.

*Wie heißt es am Anfang jeder Ausgabe der **Sonne**?*

*„Die **Sonne** gibt uns Wärme, sie gibt uns Licht. Ist sie im Herzen, spürt man die Kälte nicht.“*

Na eben!

Und noch zwei Lebensweisheiten von Erich Kästner:

Alle Schuld rächt sich auf Erden. Wer nicht isst, kriegt keinen Bauch.

Ripuarisch

Dä Wanderzirkus es em Aujuss dorch de Drover Heid jewandert. Janz en de Nöh vun de Wanderstreck, westlich vom Örtche Stockem, ess de Stockeme Wald. Em Stockemer Wald steiht an de ahl Panzerstroß de Marien-Eesch, och de Decke Boom jenannt. De Marien-Eesch wäss do onjefähr zick övver fünnefhondert Johre on ess vier Mete deck. Datt Bildche vun dä Jottesmotte hängk zick achzisch Johr do. Em Mai, dämm Mariemond, besöcke vell Löck dä Boom zom Bädde on söcke e bissje Rauh op de Bank am Boom. Övver de Decke Boom ess dat foljende Leedche jeschriwve woode.



Wilhelm Becker - Das Lied vom Decke Boom.

1)Et steht ene Eeschboom us urale Zick
Am Boischrank he, mächtig on breet.
Der soh mänche komme, der soh manches Jlöck,
der soh mänch stell Hetzeleed.

2)Hä luert op dat Dörpche dä Johre su vell
On hä hät se och all jekannt,
die om en heräm als Kenk han jespellt,
soße stell em Alde am Boom op der Bank

Refrain:

*Sulang der Decke Boom noch steht,
han emme en Stockem mir Jlöck.
Et treck ons och jans ejal wie et jeht,
nom Eeschboom am Boischrank zoröck*

4)Doch hätt so manches Möttesche
om Schüß ihr Kenkche jeweesch.
On mänch eh och hät sich janz stell jet jebätt,
wenn de Vatter der Jong moht zom Kreech.

5)Vell komme on jenge seit urale Zeck
Doch manch ene vong nie zoröck.
Et trok se von noh on et trock se von wegg,
nom Eeschboom am Boischrank zoröck.

6)Doch mänche, der fröhe jespell heh als Kenk,
am Boom noch en Fredde on Roh´,
dem rusche höck Böm wegg em russische Wenk,
wo jong hä die Ore maht zo.

Refrain

7)Der Kreesch wor vorbei on dat Dörpche loch platt,
zerschosse wor Boisch och on Boom.
Mir komme zeröck on mir wudde kom satt,
doch die Zick die verjing wie ne Drohm.

8)Drop han mir jewerk on jebout on jefleck,
On Stockem dat wud wedde schön!
On ose Weschboom us urale Zick
Erholt sich on wud wedde Jrön.



IMPRESSUM: Älterwerden in Euskirchen, Ursulinenstraße 34, 53879 Euskirchen, Öffnungszeiten Büro: mo, di, mi, do, fr von 10 -12 Uhr; Telefon: 02251/73085 der Verein ist vom Finanzamt Euskirchen als gemeinnützig anerkannt.

Mail: aelterwerden-eu@freenet.de, - Internet/Portal: aelterwerden-in-euskirchen.de,

Bank: KSK-Konto-Nr.1803535, BLZ: 38250110, IBAN:DE54 3825 0110 0001 8035 35,

Bic: WELADED1EUS. Der Jahresbeitrag beträgt 8 Euro im Monat; das sind 96 Euro im Jahr.

Redaktion: Reiner Winkin-viSdP, Petra Macherey-Pfahl (zuständig für das Schaufenster) und der Vereinsvorstand; die nächste **Sonne** erscheint voraussichtlich am 1.September 2024.

Zugabe:

Wer noch Lust zum Lesen hat, kann zum Schluss etwas über „Rollatoren“ erfahren

Der Rollator trägt schwarz Gedanken zum Rollatorkauf

Irgendwann kommt für viele Senior*innen der Zeitpunkt, sich mit dem Kauf eines Rollators zu beschäftigen. Dieser Zeitpunkt war für uns nun gekommen. Da ein Rollator für den Rest des Lebens ein treuer Begleiter sein soll, kann man ihn nicht auf die Schnelle kaufen. Direkt in ein Sanitätshaus gehen,

sich beraten lassen, kaufen fertig. So sollte man nicht vorgehen. Wie aber dann?

1. Schritt: Informationseinholung bei Stiftung Warentest. Dort gibt es einen relativ aktuellen Test. Was erfahre ich dort: Der von der Kasse bezahlte Rollator birgt ein hohes Sicherheitsrisiko. Er ist viel zu schwer und kann deshalb für körperlich schwache Benutzer*innen in Gefahrensituationen außer Kontrolle geraten und sich selbständig machen, z.B. wenn es bergab geht oder eine Treppe hinunter. Schwierig ist es auch, einen Kassen-Rollator bergauf oder Treppenstufen hochzuwuchten. Fazit:



Durchgefallen!!!

2. Schritt: Marktforschung betreiben, um zu erfahren, welche Leicht-Rollatoren gibt es, welche wichtigen Zubehörteile sind empfehlenswert, gibt es solche in den Sanitätshäusern vor Ort und was kosten sie?

Zu den Kosten: Schnell war klar – er wird 300 – 400 Euro kosten. Gut, wer sich das leisten kann. Alle anderen haben – leider – nur Zugang zu einem potentiell gefährlichen Rollator. Von den vielen Rollatoren-Anbietern haben Sanitätshäuser nur spezielle Marken im Angebot. Dabei stellte sich heraus, dass man den Rollator mit der gewünschten Ausstattung, z. B. mit den richtigen Reifen nicht bekommt.

Man muss die montierten Reifen nehmen; eine Umrüstung auf geeignetere Reifen ist nicht möglich. Auch war nicht zu erfahren, aus welchem Material die Handgriffe bestehen. Die Stiftung Warentest hatte herausgefunden, dass in ihnen häufiger gesundheitsschädliche, verbotene Stoffe verarbeitet sind. Auswechseln und etwa

ungefährliche Kork-Handgriffe anbringen, geht natürlich auch nicht.

3. Schritt: Der Rollator soll von der Optik her ansehnlich sein. Doch: Es gibt fast nur schwarze Rollatoren zu kaufen. Das war mir schon in Euskirchen aufgefallen: Fast alle Rollatoren sind schwarz. Warum nur? Ich verstehe es nicht. Kommt das unterschwellig von früher? Da war es so, dass die alten Leute nur dunkle Kleidung trugen - wohl um sie als „alt“ zu kennzeichnen. Diesen Brauch hat die Rollator-Industrie auf Rollatoren übertragen. Alles in schwarz: Rahmen, Taschen, Rückengurt, Reifen. Vereinzelt bieten die Hersteller auch farbige Rollatoren an: die Ausnahme. Aber auch bei denen sind die Taschen dann schwarz. Bei den Herstellern ist es noch nicht angekommen, dass es einen gesellschaftlichen Wandel gegeben hat. Für Senior*innen heißt es: Sie dürfen sich mit der Farbe ihrer Wahl kleiden und umgeben. Sie dürfen das selbst bestimmen. Das gilt für alles in einem Seniorenleben, außer für Rollatoren. Da gilt noch das „Senioren-Schwarz-Gesetz“ von früher.



Schaut man ins Internet, findet man auch farbige Angebote. Aber es ist ratsam, Rollatoren vor Ort zu erwerben, um sie dort richtig anzupassen und leichter reparieren und kontrollieren zu lassen. In den Sanitätshäusern sind die Angebote aber vorzugsweise schwarz.