September / Oktober / November

Wir

Das Blatt für ältere Menschen
in Kaiserslautern und Umgebung

24 Jahre alt - arm - allein

Gratis zum Mitnehmen

Eine Aktion von **alt-arm-allein**
Initiative der Apostelkirche . Rheinpfalz . St. Maria

Heft **4/2022**

In dieser Ausgabe geht es um kleine Freuden. Wir verfallen oft dem Muster, dass es Großartiges braucht, um sich zu freuen. Zeit mit anderen zu verbringen, gehört zu den wichtigsten kleinen Freuden. Wie wir unsere Zeit füllen, damit sie uns und den Menschen um uns herum gut tut, ist allerdings sehr individuell. Schon ein Lächeln, die Herbstsonne oder ein gutes Buch können uns eine kleine Freude bereiten. Wenn wir die geschenkten Momente bewusst genießen, trägt das durchaus zu unserem Wohlbefinden bei. In unserer durch Beschleunigung und Digitalisierung geprägten Welt können wir uns täglich eine kleine Freude schenken – durch nicht verplante Zeit für uns selbst. Vielleicht finden Sie auch in dieser Ausgabe etwas, was Ihnen eine kleine Freude bereitet.

Herzlichst, Ihre Margit Schupp

WIR -

das Blatt für ältere Menschen in Kaiserslautern und Umgebung - erscheint alle drei Monate und wird in Kirchengemeinden, Seniorentagesstätten, Apotheken, Krankenkassen und anderen publikumsintensiven Einrichtungen ausgelegt.

Sie finden hier alles Wissenswerte über unsere Arbeit bei „alt-arm-allein“ e.V.

Postanschrift:	alt-arm-allein e.V. Kennelstr. 7 67659 Kaiserslautern
Geschäftsstelle:	Sabine Paulus Tel.: 06 31 / 37 10 00 70 Fax.: 06 31 / 7 50 05 54
Montag - Mittwoch:	10 - 12 Uhr
E-Mail:	info@alt-arm-allein.de
Herausgeber:	alt-arm-allein e.V
Titel- und Rückseite	Foto: View die Agentur / Voß
Redaktion:	Margit Schupp
Illustration	Julius Lerche
Druck & Layout:	Kerker Druck GmbH

Hans-Geiger-Strasse 4
67661 Kaiserslautern
T +49.6301.7987-0
F +49.6301.7987-29
daten@kerkerdruck.de
www.kerkerdruck.de

ERÖFFNUNGSVERANSTALTUNG

26. Weihnachts – Spendenaktion a –a – a

SONNTAG,20. NOVEMBER, 17:00 Uhr
APOSTELKIRCHE

Festansprache: **CHRISTIAN BARON**
Autor von „Ein Mann seiner Klasse“

Musikalische Gestaltung:
GOSPELSINGERS SCHOPP
Leitung: Thomas Vogt

Gelungenes Benefizkonzert in der Fruchthalle

Weltweit sind sie auf vielen Stützpunkten unterwegs; einmal im Jahr reisen sie für den guten Zweck quer durch Deutschland: Die rund 25 jungen Musikerinnen und Musiker der Big Band des im rheinischen Hilden stationierten Ausbildungsmusikkorps der Bundeswehr. Sie boten jetzt erstmals eines ihrer Benefizkonzerte in Kaiserslautern an, Veranstalter war in Zusammenarbeit mit der Stadtverwaltung der Verein „alt-arm-allein“. Den Erlös aus den Eintrittskarten wird die regionale Altenhilfe mit geflüchteten ukrainischen Senioren teilen.
Gut 200 Besucher kamen am 10. Juni in die Fruchthalle, ihnen wurde eine bemerkenswerte musikalische Reise geboten. Unter der Leitung des im nahen Kusel aufgewachsenden Oberstabs-/Lehrfeldwebel Michael Gilcher bewegte sich das Repertoire vom klassischen Werk über Rhythmen der BigBand-Legende Glenn Miller bis hin zu Roger Cicero. Dass Klassik der eigentliche Schwerpunkt der Ausbildung ist, zeigte sich mit dem von Gilcher frei bearbeiteten Auftakt nach der sinfonischen Dichtung „Also sprach Zarathustra“ von Richard Strauss. Auch in einer Eigenversion gastierte Henry Mancinis „Pink Panther“ auf der Bühne, bei Roger Ciceros Stück „Kompromisse“ wurde die

Big Band vom eigens für die Tournee engagierten Kölner Sänger Phillipp Godart gesanglich unterstützt, der später noch „Murphys Gesetz“ vortrug. Nicht zu kurz kam auch die Erinnerung an Glenn Miller, „Chattanooga Choo Choo“ und „In the Mood“ leiteten Pause beziehungsweise Ende des zweistündigen Konzerts an. Fast Partystimmung löste die zweite Zugabe mit „YMCA“ von Village People aus, in die die Zuhörer mit langem Schlussapplaus einstimmten.
„Nachdem das Konzert 2020 wegen Corona nicht stattfinden konnte, ist es in diesem Jahr zum Geburtstagsgeschenk anlässlich des 25jährigen Bestehens von alt-arm-allein geworden.“ freute sich Werner Stumpf, Vorsitzender von alt-arm-allein, in seinem Schlusswort. In den Dank für den gelungenen Abend schloss er neben den Musikerinnen und Musikern auch die Stadt Kaiserslautern ein, deren Team des Referats Kultur unter der Leitung von Dr. Christoph Dammann wesentlich zum Gelingen der Veranstaltung beitrug.

Kaiserslautern, 13.06.2022 / Stumpf

Nichtstun.

Vorweg aber unbedingt:
Nichts mehr vorzeigen müssen.
Anderen.
Sich selbst.
Gott.
Und unbedingt die Abwesenheitsnotiz aktualisieren.
„Vielen Dank für Ihre E-Mail.
Ich tue zurzeit nichts.
In dringenden Fällen kümmern Sie sich selbst
um Ihr Anliegen.
Ich melde mich, wenn ich wieder etwas tue…
Oder vielleicht lieber nicht.“

Axel Reimann

Tag der einfachen Freuden

Am ersten Samstag im Oktober findet in jedem Jahr der „Tag der einfachen Freuden“ statt.
Einfache Freuden werden völlig unterschätzt. Wenn man sie sich regelmäßig gönnt, bringen sie mehr als der große, aber seltene Glücksrausch. Das klingt nach gutgemeinter Kalenderweisheit, aber Psychologen bestätigen, dass die alltäglichen positiven Dinge mehr Beachtung finden sollten. Für den einen beginnt der Tag schon gut, wenn er zehn Minuten länger im Bett bleiben kann, der andere freut sich auf ein Frühstück im Freien.Gerade jetzt, an einem schönen Septembertag, wenn das Licht lange Schatten wirft, sich mit einer Tasse Tee im Freien aufzuhalten, kann die Stimmung sehr aufhellen. Gerade die Corona-Zeit hat den Blick geschärft für Dinge oder Erlebnisse, die nicht viel kosten, aber das Leben einfach durch ihre Existenz schöner machen. Im Park spazieren gehen, Freunde treffen, in der Bibliothek stöbern, Äpfel sammeln und zuhause einkochen, sich Zeit für Begegnungen mit anderen Menschen nehmen oder mal wieder mit der Hand einen Brief schreiben. Einen Kürbis aushöhlen, ihm eine Fratze schneiden und dann mit einer Kerze erleuchten, kurz: wieder Kind sein…
„Manchmal vermag uns ein durch den Asphalt brechender Löwenzahn die tägliche Frage nach dem Sinn des Lebens eindrücklicher und überzeugender zu beantworten, als eine Bibliothek philosophischer Schriften“ (Ludwig Hohl).

Die Fassung der Edelsteine erhöht ihren Preis.
Nicht ihren Wert.
Ludwig Börne

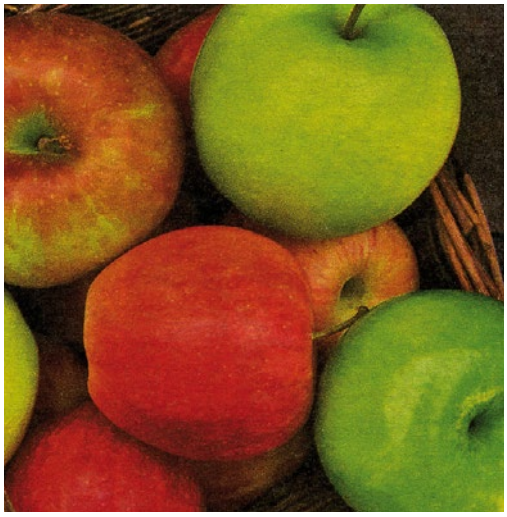
Redewendungen

Wieso heißt es…..

Auf dem Holzweg sein

Ein Holzweg ist nicht etwa mit Holz ausgelegt. Man bezeichnete mit diesem Wort bereits im Mittelalter einen schmalen Waldweg, auf dem nur Holz abtransportiert wurde. Da dieser Weg – im Unterschied zur Landstraße – zu keinem richtigen Ziel führte, wurde die Bezeichnung schon früh im Sinn von „Irrweg“ oder „Abweg“ genutzt.

In den sauren Apfel beißen



Bereits Martin Luther soll in seinen Briefen an den Kurfürsten eine ähnliche Formulierung wie „Not lehrt in saure Äpfel beißen“ benutzt haben. Beim Biss in den sauren Apfel zieht sich alles im Mund zusammen. Wenn der Hunger kommt und es keine leckeren süßen Äpfel mehr gibt, ist notgedrungen manchmal auch das Unangenehme zu tun.

Aller guten Dinge sind drei

Die Drei ist in vielen Kulturen eine ganz besondere Zahl. In der christlichen Tradition wird dies vor allem in der Idee von der Dreifaltigkeit Gottes deutlich. Andere Religionen kennen Konstellationen von drei Hauptgöttern: Isis, Osiris und Horus in Altägypten oder Brahma, Vishnu und Schiwa im Hinduismus. Die Drei ist Symbol für das Vollkommene. Das kennen wir auch aus Märchen. Die Figuren haben oft drei Wünsche frei oder müssen drei Aufgaben erfüllen.
Die Drei wird auch zur Glückszahl für die guten Dinge: Toi,toi,toi! Weitere Redensarten, die genauso zu erklären sind: „ewig und drei Tage“, „in drei Teufels Namen“ und „drei Meilen gegen den Wind“.

Aus: Redewendungen: Wörterbuch der deutschen Idiomatik
Dr. Laura Neuhaus

Buchtipp von Morphy Burkhard / Buchhandlung BLAUE BLUME

Fritz und Emma

Eine große Liebe, die siebzig Jahre Schweigen überdauert. Sommer 1947: Emma ist überglücklich, dass ihr geliebter Fritz doch noch aus dem Krieg ins Dorf zurückgekehrt ist. Schon lange sind sie ein Paar, nun fiebert sie der Heirat entgegen. Doch der Krieg hat Fritz verändert. Ein Schatten liegt auf seiner Seele, gegen den nicht einmal Emma mit all ihrer Liebe ankommt.
2019 ist Marie mit ihrem Mann, der die Pfarrstelle in Oberkirchbach angetreten hat, neu ins Dorf gezogen und lernt nach und nach die Einwohner kennen. Auch den 92-jährigen griesgrämigen Fritz Draudt und die ebenso alte Emma Jung. Marie erfährt, dass die beiden seit fast siebzig Jahren nicht miteinander gesprochen haben. Dabei wollten sie einst heiraten. Marie nimmt sich vor, Fritz und Emma wieder miteinander zu versöhnen, bevor es zu spät ist.
Barbara Leciejewskis Buch hat alle Zutaten eines Heimatromans, ist nur 100 Jahre jünger als Ganghofer und Courths-Mahler. Nüchterner, gradliniger, aber nichts desto weniger zu Herzen gehend. Und dass die Geschichte deutlich im Landkreis Kaiserslautern spielt schadet auch nicht.

Barbara Leciejewski:
Fritz und Emma
Piper-TB, 399 S., 10,99 €

Die Blaue Blume wurde 2016 und 2020 ausgezeichnet als „Hervorragende Buchhandlung“ (Deutscher Buchhandelspreis)

Eine kleine, vielleicht auch eine große Freude, ist für Renate Demuth eine prächtige, blutrote Mohnblume aus Keramik. An biegsamem Stängel ziert sommers wie winters das Geschenk einer Freundin ihren Garten. Dankbar für die Glücksmomente beim Anblick dieses Kunstobjektes schrieb sie folgendes Gedicht:

Mei Gaadeglick

Zu meim Pläseer geh ich als gääre lang
am farblich uffgemotzde Gaadehang.
Wie zauwerhaft! So net geplanzt unn net geplant.
Hann vun der Blumevielfalt erscht mo nix geahnt.
Das ganz Besonnere an der Geschicht:
Wind, Rejn unn Vechel hann's allejn gericht.
Mer bleibt nor's Gugge. Still steh ich unn staun.
Mei Herz huppst froh, indesse steit mei Laun.
Johanniskraut, gääl, sunnestrahlehell,
unn Gloggebliemelcher an mancher Stell
in Weiß unn Bloo. Orangschne Lilie strunze stolz.
Viel bunde Tubbe ziere safdich-frisches Holz.
Die edle Keenichskerze leichde do unn dort,
erscheine Johr um Johr beinah am selwe Ort.
Zartrosa schimmert's vun demm Dornestrauch;
ich atme honichsießer Bliedehauch.
Unn dann im Sammelsurium vun Planze
springt em ins Au die Diva vun dem Ganze:
E Mohnblum, diefrot, extragroß, grazil,
uff langem Stengel unn trotzdem stabil,
e Auewääd, de Inbegriff vun Summerglick,
met Kunschtvestand geformt – elle est en céramique
(deutsch: sie ist aus Keramik).

„Endlich wieder zur

…“

Diesen Seufzer konnte man an einem sonnigen Tag Ende Juli immer wieder hören. Zum 21. Mal fuhr ein Bus – voll besetzt mit Seniorinnen und Senioren- durch die reizvolle Landschaft des Wallhalbtals. Unter den Schatten spendenden Kastanienbäumen fanden alle Teilnehmer Platz. Bis zum Mittagessen und darüber hinaus unterhielt Karl Frenger wieder mit Live-Musik und hin und wieder einem Gedicht die Gäste.

Alle freuten sich auf das gute Essen, das vom sehr freundlichen Kneispermühlen-Team serviert wurde. „Endlich sind wir mal wieder von zuhause rausgekommen“, war ebenso zu hören, wie „hier schmeckt das Essen einfach prima“. Bei guten Gesprächen zusammen sitzen ist immer ein Genuss für die Teilnehmer der Tagestour. Rund ein Viertel der Besucher war zum ersten Mal dabei. Wir bedanken uns nicht nur bei Karl Frenger und dem Kneispermühlen-Team, wir sagen auch herzlichen Dank der Fahrerin und dem Busunternehmen Merkel aus Kindsbach, das uns Bus und Fahrerin

kostenlos zur Verfügung stellte.

Schmunzelseite

Paul stößt in der Wohnung seines Onkels versehentlich an eine Vase, die herunterfällt und in tausend Stücke zerspringt. Der Onkel ist schockiert und flüstert: „Die Vase war aus dem 17. Jahrhundert…“
Darauf ist Paul erleichtert: „Ui, Gott sei Dank, ich dachte schon, sie war neu.“

Wenn man zum Leben Ja sagt
und das Leben sagt Nein,
so muss man
auch zu diesem Nein
Ja sagen.
Christian Morgenstern

Glick is, wamma am Losstand lauder Niede gezoo hat unn de Schatz saat, ma wär sei Hauptgewinn.
Renate Demuth.

Großes Theaterfest!

17.-18. September 2022
In und um das Pfalztheater

pfalz theater
Kaiserslautern

Samstag, 17.9. ab 13 Uhr
Tag der Offenen Tür, Kostümverkauf, Bühnenführungen, Kinderprogramm, „Rudelsingen“ und vieles mehr! Ab 20 Uhr findet im Großen Haus eine Gala zur Spielzeiteröffnung statt. Alle Ensembles präsentieren sich! Der Eintritt ist frei.

Sonntag, 18.9. ab 12.30 Uhr
Weißbier-Brunch mit zünftiger Blasmusik der „Riesling-Böhmischen“, am Nachmittag musikalisch umrahmtes Operncafé mit Vorstellung der neuen Interimsdirektion und Mitgliedern des Opernstudios. Der Eintritt ist frei

Ausblick auf die ersten Wochen der neuen Spielzeit:

Wiederaufnahme der Erfolgsstücke „Songs For A New World“ und „Der Fiskus“ auf der Werkstattbühne ab 10.9.22

So 25.9.22 | 18 Uhr: Goodbye James! Internationale Tanzgala zur Verabschiedung von Tanzdirektor James Sutherland mit vielen Gästen

Ab 9.10.22: Tannhäuser und der Sängerkrieg auf Wartburg

... wussten Sie eigentlich, dass wir ab sofort wieder unser wunderbares **Sonntagnachmittag-Abonnement** im Programm haben? Machen Sie den Sonntag zum Feiertag mit einer Nachmittagsvorstellung im Pfalztheater!

Adrienn Cunka in „Songs For A New World“

Hannelore Bähr in „Der Fiskus“

Herzlichen Glückwunsch

Wir gratulieren den Mitgliedern unseres Besuchskreises und wünschen Gottes Segen für das neue Lebensjahr

SEPTEMBER

Astrid Dein-Riefler
Kathrin Weiß
Karin Koch
Gerda Lang
Ingeborg Scherbl

OKTOBER

Dieter Cassel
André Dymczynski
Karl Hach
Manfred Schlachter
Emil Schiek

NOVEMBER

Angelika Spieckermann
Nora Willenbacher
Annemarie Kaufmann
Isabella Goncalves

„Das Leben wäre unendlich angenehmer,
wenn wir mit 80 geboren würden
und langsam auf die 18 zustrebten.“
Marc Twain

Wenn Sie Schwierigkeiten haben, eine WIR-Ausgabe zu bekommen, weil Sie z.B. nicht mehr aus dem Haus können, lassen Sie es uns wissen. Wir schicken Ihnen gerne eine Ausgabe kostenlos zu.

alt – arm – allein
Kennelstr.7
67659 Kaiserslautern
Tel. 0631 – 75 00 464

Schatzsammler

Dinge stehen für etwas – unabhängig von ihrem materiellen Wert. Wissen Sie eigentlich, von welchen Schätzen Sie umgeben sind? Die folgende Übung hilft dabei, zu begreifen, mit wieviel Schönheit und Liebe Sie verbunden sind. Für die Schatzsuche zuhause wählen Sie möglichst eine Zeit, in der Sie ungestört sind. Bevor Sie anfangen: Räumen Sie einen Tisch frei für alles, was Sie finden werden. Streifen Sie dann durch Ihre Wohnung. Machen Sie halt vor dem Regal. Lassen Sie Ihren Blick über die Buchrücken streifen: Zu welchem Buch fühlen Sie sich besonders hingezogen? Und wissen Sie auch warum? Nehmen Sie es heraus und legen Sie es auf den Tisch. Gehen Sie so auch Ihre Musiksammlung, den Kleiderschrank und die Vitrine für Vasen und Geschirr durch: Was sind Ihre Lieblingsstücke? Welches Ereignis, welchen Menschen verbinden Sie damit? Betrachten Sie Ihre gesammelten Schätze auf dem Tisch. Wenn Sie mögen, machen Sie sich Notizen: Schreiben Sie Erinnerungen genauso auf wie neue Ideen. Vielleicht entsteht plötzlich der Wunsch, jemanden anzurufen, an den Sie lange nicht mehr gedacht haben. Bei Ihrem Rundgang werden Sie aber auch merken, was vielleicht überflüssig ist. So wird Ihnen im Laufe der Übung bewusst, wie viel Liebe um Sie ist – und was Sie getrost loslassen können.

Sabine Henning

Vom Genussweinen

Ich weiß nicht, was die nächsten Jahre noch bringen werden. Aber ich sehe mich gerade auf dem Gipfel meiner Empfindsamkeit. Manchmal, wenn ich alleine zuhause bin, mache ich es mir im Wohnzimmer gemütlich, mit Kerzen, zwei Boxen Kosmetiktüchern und einer Flasche Kirschlikör. Ich schaue „Jenseits von Afrika“ oder „Legenden der Leidenschaft“, Filme, die ich früher öde fand. Was war damals nur los mit mir? Das Genussweinen ist mir ein liebes Hobby geworden. Ich bin ein Tränengourmet. Ein Mann in den mittleren Jahren, der schneller weint als sein Schatten. Und an meinem Geburtstag oder zu Weihnachten zappe ich durchs Fernsehprogramm und hoffe, dass irgendwo eine kleine Antilope von ihren Eltern verlassen wird.

Jochen Gutsch

Du bist.
Das genügt.
Der Unterschied zu früher:
Du warst immer abgelenkt.
Abgelenkt von dir.
Abgelenkt davon,
dass du bist.
Und wie interessant
ist es zu sein.
Es gibt nichts Interessanteres
als da zu sein.
Martin Walser

Mauerblümchenrevolte

Sollen die anderen warten,
ich bin mein eigenes Wunder,
ab sofort.
Ich lasse mir wilde Haare wachsen
Und fordere mich selbst auf zum Tanz,
sollen die anderen vor sich hinwelken,
ohne je geblüht zu haben,
ich verschwende mich,
drehe mich
bis mir schwindlig wird,
sollen die anderen ihre Tage sparen
für ein hohes Alter,
ich gebe alle meine Stunden aus,
jetzt.
Mario Wirz

Besuchskreis-Info

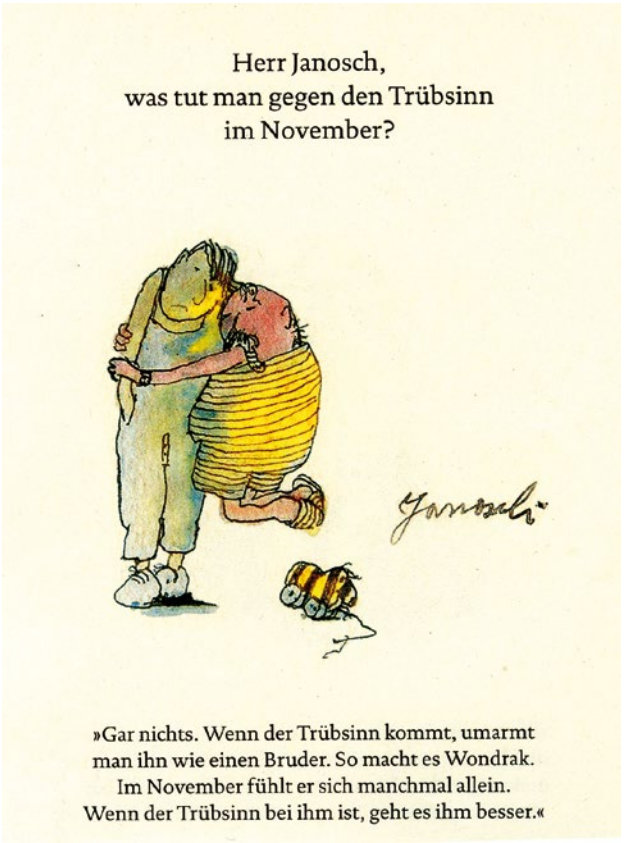
In den nächsten Monaten sind folgende Treffen geplant:

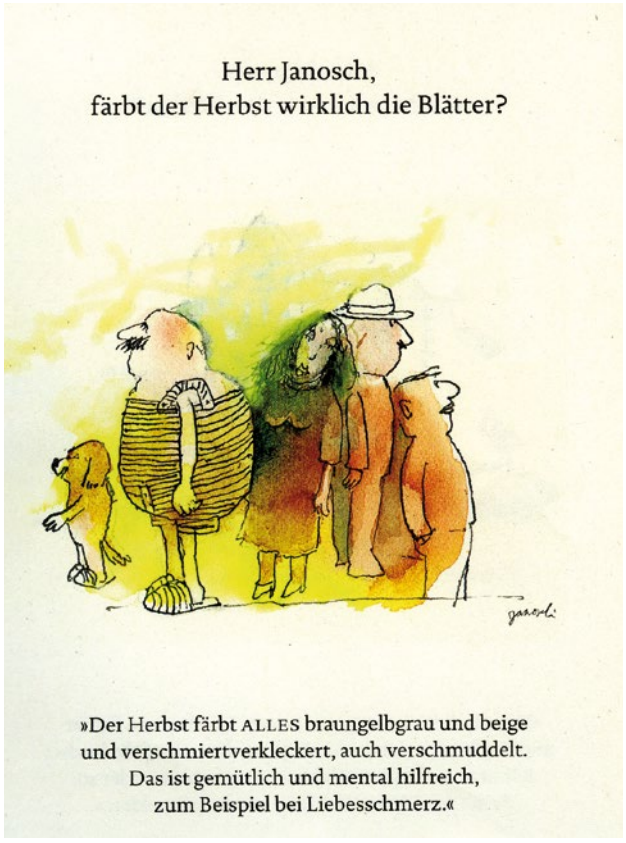
6. September, 15:00 Uhr, im MGH
VERTEILEN STATT VERNICHTEN
Peter Lenk stellt die andere Hilfsaktion TAFEL vor.

4. Oktober, 15:00 Uhr
Haupteingang des Pfalztheaters
Ein Blick hinter die Kulissen des Pfalztheaters

8. November, 15:00 Uhr, im MGH
Anne Kaufmann leitet vorweihnachtliche Basteleien an.
Außer einer Schere müssen keine Materialien mitgebracht werden.

13. Dezember,18:00 Uhr
Weihnachtsessen auf dem Bremerhof





MEHRGENERATIONENHAUS

Mehr Generationen Haus

Dienstag: 15:30 – 16:30 Miteinander kreativ
Von Enkelkindern bis Großeltern sind alle herzlich zum gemeinsamen Basteln, Geschichten hören und Rätseln eingeladen, um spielerisch und mit Freude Konzentration und Gedächtnis zu fördern.

Dienstag: 16:00-17:00 Smartphone-Coaching
Ehrenamtliche geben wichtige Tipps im Umgang mit Smartphone und Tablet. In kleinen Gruppen oder Einzelgesprächen werden Fragen geklärt und auftretende Probleme gelöst.

Mittwoch: 15:30 – 16:30 Vorlesestunde
Wer gerne Geschichten hört und auch darüber erzählen möchte, ist hier richtig. Gemeinsam wird auch thematisch zu den Geschichten gebastelt oder sich ausgetauscht.

Donnerstag: 13:30 – 15:00 Miteinander aktiv
Wenn Sie beweglich und fit bleiben möchten, sind Si hier richtig. Es werden im Sitzen einigeÜbungen ausgeführt, welche der körperlichen Gesundheit gut tun – und das in netter Gesellschaft.

Donnerstag: 14:30 – 16:00 Tanzkreis
Für alle, die Freude an Rhythmus und Bewegung haben. Eingeübt werden z.B. Gesellschafts- und Folkloretänze, Square Dance und Line Dance Choreographien.

Donnerstag: 14:30 – 16:00 Strickkreis
Stricken ist nicht nur entspannend, es verschafft ein gutes, zufriedenes Gefühl, etwas mit seinen Händen zu schaffen. Wer in netter Gesellschaft mit Wolle kreativ sein möchte, ist herzlich willkommen.

Freitag: 15:30 – 16:30 Spieletreff
Gelegenheit in geselliger Runde verschiedene Gesellschaftsspiele zu spielen, sich dabei kennenzulernen und zu unterhalten.

Bücherecke

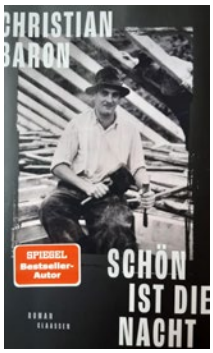
Unsere Bücherecke ist an jedem Wochentag während unserer Öffnungszeiten für Sie zur Verfügung. Hier können Sie sich Bücher für zuhause mitnehmen oder diese direkt vor Ort lesen.

Offener Treff:

Das Herzstück des Hauses ist der Offene Treff. Täglich können hier während unserer Öffnungszeiten (Montag – Freitag 13:00 – 17:00) Wartezeiten überbrückt, Pausen vom Alltag gemacht oder sich mit anderen getroffen werden. Dabei ist immer jemand vom Mehrgenerationenhaus als Ansprechpartner*in vor Ort und hilft gerne mit Informationen.

Buchempfehlung

Christian Baron, der die Eröffnungsansprache bei der diesjährigen Spendenaktion halten wird, hat nach **EIN MANN SEINER KLASSE,** in dem er die Geschichte seiner Kindheit erzählt und wie es ihm gelang, seinen eigenen Weg zu finden, nun ein neues Buch geschrieben, das ebenfalls in Kaiserslautern spielt, mit dem Titel **SCHÖN IST DIE NACHT.**



Ein Roman über zwei Freunde am Abgrund, angetrieben vom unerschütterlichen Glauben an ein besseres Leben. Rainer Dick schrieb in seiner Buchbesprechung: „Christian Baron beherrscht die Sprache der punktgenauen Klarheit und Einfachheit. Den knappen, aufs Wesentliche konzentrierten Nachrichtenstil des Journalisten grundiert er mit einer durchaus „diesseitigen“ Poesie, die dokumentarisch wirkt und dennoch abseits vom tränenseligen Arme- Leute- Kitsch auf zauberhafte Weise anrührt.“

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

Den Gewinnern unseres letzten Rätsels

1. Preis: Anna Diehl, Kaiserslautern
2. Preis: Barbara Molter, Enkenbach-Alsenborn
3. Preis: Ursula Hunsinger, Kaiserslautern

Preisrätsel- raten und gewinnen
Lösen Sie unser Silbenrätsel
und schicken Sie die Lösung an:

alt – arm – allein
Kennelstr.7
67659 Kaiserslautern

1. Preis: Einkaufsgutschein
2. Preis: Büchergutschein
3. Preis: Büchergutschein

ber – Berg – burg – che – der – Dicht – Ding – E – E – Ein – er – Ex – fach – freu – gat – Ge – gens – haus – he – I – im – In – kunst – kup – land – lich – lich – mehr – mi – Miets – No – pa – pe – pe – pie – pisch – po – po – pun- Ra – Re – re – Roll – ruch – sant – spruch – stand – Still – stinkt – ta – taug – te – to – tor – trep – u – vem – Wert – wort – Wun – zel – zess

Aus obigen Silben sind 23 Wörter nachstehender Bedeutung zu bilden:

1. Alice im ….
2. wirklichkeitsfern
3. Monatsname
4. Lyrik
5. Gemahl
6. bayr. Stadt
7. Duft
8. Naturtrieb
9. Gipfelform
10. brauchbar
11. Veto
12. Stagnation
13. Nachahmer
14. Wohngebäude
15. öfter
16. angenehm
17. Märchenfigur
18. Aktien
19. beachtlich
20. Zeitabschnitt
21. Substantiv
22. Ausschweifung
23. Stufenaufzug

Die Anfangsbuchstaben der jeweiligen Begriffe bilden die Lösung. Gesucht ist ein Schlager, dessen Titel Freude verheißt.

Wir sagen herzlichen Dank…

Nicht nur zur Spendenaktion während der Adventszeit bekommt alt-arm-allein finanzielle Unterstützung. Zahlreiche Menschen helfen auch während des Jahres in Not Geratenen durch ihre Spende.

Anfang August überraschte Uwe Henn vom Second-Hand-Warenhaus SCHATZKISTE in Kaiserslautern das Geschäftsstellenteam mit einem Wäschekorb – gefüllt mit Badeanzügen und Büstenhaltern. Die Sachspenden wurden der Schatzkiste vom Online- Versandhandel AMAZON übergeben. Alle Teile stammen aus Retoursendungen von Kunden. Eine Zurückführung in den Onlinehandel ist mit sehr hohen Kosten verbunden, so dass die Kleidungsstücke gespendet wurden und nun als Sachspenden an bedürftige Seniorinnen weiter gegeben werden können. Zwischen der Schatzkiste und alt-arm-allein e.V. besteht seit vielen Jahren eine enge Kooperation –man hilft sich gegenseitig. Herzlichen Dank. S.P.

Foto: Maria Frank

Benno Schreiber aus Enkenbach-Alsenborn unterstützte alt-arm-allein, indem er statt Geburtstags-Geschenken zu seinem 70. Ehrentag, seinen Stammtisch Alte Säcke und andere Gäste um einen Geldbetrag bat, den er unserer Altenhilfe überwies. Auch dafür sagen wir ein herzliches Dankeschön an alle Spender.

Herzlichen Dank sagen wir auch allen Ungenannten, die durch ihre große Hilfsbereitschaft die Spendenaktion in vielfältiger Weise das ganze Jahr über unterstützen!

~~HÄTTE~~
~~KÖNNTE~~
~~WÜRDE~~
MACHEN

ist das Einzige, was zählt

Wenn du von großer Freude
erfüllt bist, mache keine
Versprechungen.
Wenn du Hass spürst,
beantworte keinen Brief.
Afrikanischer Spruch

Alle sind Irre,
aber wer seinen Wahn
zu analysieren versteht –
wird Philosoph.
Ambrose Bierce

Fürchte dich nie, nie, niemals davor, das zu tun,
was richtig ist, speziell dann, wenn das Wohl eines
Menschen oder eines Tieres auf dem Spiel steht.
Die Strafe der Gesellschaft ist nichts, verglichen mit
den Wunden, die wir unserer Seele zufügen,
wenn wir wegschauen.
Martin Luther King

Fotos zum Thema „Kleine Freuden“

Foto: Paulus

Foto: Paulus

Foto: Brunner

Foto: Brunner

Foto: Frank

Foto: Fix

Foto: Brunner

Kleine Freude am Rande…

Omas „Stich“

Airport Elat.
Seit drei Stunden warten wir auf unseren Rückflug. Die Stimmung der Passagiere wird immer schlechter. Manche reagieren ziemlich gereizt, aggressiv, einige laufen wild gestikulierend durch die Halle und legen sich mit jedem an, andere sitzen mit müden Augen auf dem Betonboden; sie haben sonst keinen Platz gefunden.
Mir gegenüber ist ein junges Mädchen eingeschlafen, den Kopf im Schoß ihres Freundes. Der, mit dem Rücken an die Wand gelehnt, wagt es kaum, sich zu rühren, aus Angst, sie könnte aufwachen. Ab und zu macht er kleine, behutsame Bewegungen mit den Armen, den Beinen, dem Kopf…
Da steht eine ältere Frau auf und geht zu den beiden hin. Sie bückt sich, um nicht laut werden zu müssen, redet, nickt zwei-, dreimal, dann richtet sie sich wieder auf, lächelt den jungen Mann an und geht weg.
Ich verliere sie aus meinem Blickfeld. Sehe sie dann aber wieder zurückkommen: mit einem kleinen, gelben Sitzkissen in der linken Hand, in der rechten einen weißen Kunststoffbecher, vermutlich mit heißem Kaffee. Sie schlängelt sich zu den beiden durch, bückt sich, schiebt dem jungen Mann das Kissen hinter den Kopf, gibt ihm den Becher in die Hand, redet leise mit ihm, schüttelt den Kopf und winkt ab. Sie geht wieder zurück auf ihren Platz und beginnt, in einem Buch zu lesen.

Die beiden Männer neben mir, dunkle Anzüge, Krawatten, Aktenkoffer, haben offenbar die kleine Szene ebenfalls beobachtet. Jedenfalls stößt der eine den anderen an, deutet hinüber zu der lesenden Frau und sagt kopfschüttelnd: „Die hat wohl einen Stich, die Oma…“

Dieter Schupp, aus: Randnotizen

Können Sie die **Vornamen** erraten, die in älteren Schlagern vorkommen?

..... ach ..... , warum bist du böse mit mir?

Ach …. , ... , ... , ich hab ja nur aus Liebe zu dir ein Glas zu viel getrunken.

Schwarze Rose, …….. , keine Rose blüht so wie sie.

Ein Loch ist im Eimer, ... , ... , ein Loch ist im Eimer

Das machen nur die Beine von …….. , dass die Seniores nicht schlafen gehen.

…. , wir fahr‘n’ nach Lodz, …. , wir fahr’n nach Lodz.

Am Tag, als ..... Kramer starb. Und alle Freunde weinten um ihn.

Ohne Krimi geht die …. nie ins Bett, nie ins Bett.

Arrivederci ….. , das war der schönste Tanz.

……. , zum Abschied sag ich dir Goodbye ……. , ein Jahr geht doch so schnell vorbei.

Der ..... , der ..... , der steht bei uns im Fußballtor.

Setzen Sie die Namen anstelle der Pünktchen ein.

Krombacher Brauerei spendet

Die Vermutung lag auf der Hand, aber nein: Mit dem Aufstieg in die 2. Bundesliga hatte die überraschende Nachricht von einem langjährigen FCK-Werbepartner nichts zu tun, sie folgt vielmehr dessen Unternehmensphilosophie.

Im Jahr 2003 wurde die Krombacher Spendenaktion ins Leben gerufen. Jedes Jahr stellt die Brauerei aus dem Siegerland seither unter dem Motto “Spenden statt Geschenke” eine Gesamtsumme von bis zu 250.000 Euro für soziale Zwecke zur Verfügung. Dabei dürfen sich jährlich 100 Institutionen über Spenden à 2.500 Euro freuen.

Auf Vorschlag von Hans-Jürgen Keller ging eine dieser Förderungen gesellschaftlichen Engagements jetzt an alt-arm-allein. Unser Foto zeigt die Übergabe des symbolischen Spendenschecks an die beiden Vorstände Hans-Joachim Schulz und Werner Stumpf, flankiert von Hans-Jürgen Keller (links) sowie den Krombacher-Gebietsverkaufsleiter Hans Zimmer.

Vorsitzender Werner Stumpf bedankte sich für die unverhoffte Unterstützung der regionalen Altenhilfe “kommt die Hilfe doch zu einer Zeit, in der wir uns aufgrund der aktuell rasanten Verteuerung der Lebenshaltungskosten für neue große Herausforderungen wappnen müssen.”

Mit der Energiepreispauschale Armen helfen

Eine Energiepreispauschale von einmalig 300 Euro brutto hat die Berliner Regierungskoalition im März als Teil ihres 2. Entlastungspakets beschlossen. Im September/ Oktober kommen somit alle einkommensteuerpflichtigen Erwerbstätigen in Deutschland in den Genuß der Zahlung, bei Selbständigen wird der Betrag von der Gewerbesteuer abgezogen. Nicht nur, dass Rentner in aller Regel leer ausgehen zeigt die Fehler dieser Unterstützungsinitiative auf. Zudem ist es egal, ob die Empfänger berechtigt Furcht vor ihrer kommenden Energierechnung haben, oder ob das Staatsgeld nur ein schöner Mitnahmeeffekt für diejenigen darstellt, die sich wenig finanzielle Sorgen machen müssen. “Insbesondere Letztere bitten wir darüber nachzudenken, ob sie ihre Zahlung nicht zur Unterstützung von tatsächlich Bedürftigen spenden möchten” rufen Jürgen Bohnert und Werner Stumpf, die Vorsitzenden der regionalen Hilfsorganisationen Lichtblick 2000 bzw. alt-arm-allein, zu einem aktuellen Zeichen gesellschaftlichen Zusammenhalts und gelebter Solidarität auf.

Sofern Sie die Initiative unterstützen möchten, nutzen Sie für Ihre Spende wahlweise eines der nachgenannten Konten bei der Sparkasse Kaiserslautern. Übrigens: Im Rahmen der nächsten Einkommensteuererklärung kann der gespendete Betrag steuermindernd beim Finanzamt geltend gemacht werden, hierzu genügt der Zahlungsnachweis mittels Kontoauszug.

Telefonseelsorge: Tag und Nacht zu sprechen: 0800 - 111 0 111

Rückmeldungen zur Auktion „Straßenschilder“

Die gemeinschaftliche Auktion „Straßenschilder“ war nicht nur für den Förder-und Wohltätigkeitsverein LICHTBLICK, sondern auch für alt-arm-allein e.V. eine gelungene Aktion mit beeindruckendem Ergebnis. Es gab auch viele positive Rückmeldungen, denn die alten Straßenschilder lösten wohl viel Freude aus.

So schrieb uns Stefan Lorber aus Weißenfels bei Leipzig: „Anbei ein Foto vom Ausstelllungsort – an der Grundstücksgrenze zum Nachbarn. Über die „Tannenstraße“ reichen wir uns regelmäßig die gegenseitig angenommenen Päckchen/Pakete durch. Der Nachbar ist sehr erheitert = coole Aktion = Danke an Sie!

Auch an anderen Orten fanden die alten Schilder ein neues Zuhause.

Der Herbst hat zwei Gesichter

Auf der einen Seite Fülle: September-Ernten und goldener Oktober.
Auf der anderen Seite: Rückzug.
Mit den ersten sich färbenden und fallenden Blättern
Zeigt sich ein unwiderrufliches Gefälle zum Ende hin.

Glücklich zu preisen ist dann derjenige,
dessen Partner ihn in einer Zeit,
in der das Leben auf der ganzen Linie zurückfriert,
mit einer Liebe umgibt,
die Verständnis zeigt
für einen stolpernden Fuß
und eine lahmende Hand

die begreift,
dass das Ohr sich anstrengen muss,
um alles aufzunehmen, was gesprochen wird
die zu wissen scheint,
dass die Augen trüb
und die Gedanken träge geworden sind

die niemals sagt:
das hast du mir heute
schon zweimal erzählt

die versteht,
Erinnerungen an frühere Zeiten
wachzurufen

die erfahren lässt,
dass man auch jetzt geliebt, geachtet
und nicht allein gelassen ist

die die Tage,
die noch bleiben,
zu erleichtern versucht.

Peter Klever

Wie bekomme ich Hilfe durch „alt – arm – allein“ e.V.?

Ich wende mich an die Geschäftsstelle von
„alt – arm - allein“ e.V.
Kennelstr. 7, 2. OG
67659 Kaiserslautern

S.Paulus, Leitung und Sozialberatung	**0631 37100070**
U. Zerger, Verwaltung	**0631 7500464**
J. Schmidt, Buchhaltung	**0631 7500564**
Fax:	**0631 7500554**
E-Mail:	**info@alt-arm-allein.de**
Internet:	**www.alt-arm-allein.de**

WIE GEHT ES DANN WEITER?

Der Vorstand (Arbeitskreis) trifft sich einmal im Monat und berät über die notwendigen Hilfen. Jedes eingegangene Hilfeersuchen wird sorgfältig geprüft und beraten: Welche Hilfe kann geleistet werden? Wer kann helfen?
Reicht dies zur Abwendung der Not aus?
Das Ergebnis der Beratung wird dem Hilfesuchenden mitgeteilt.
Erst nach dem Beschluss des Arbeitskreises wird die Hilfe geleistet.

Vorstand der Gesellschaft zur Förderung der Initiative „alt - arm - allein“

Vorsitzender: Werner Stumpf
Stv. Vorsitzender:
Hans- Joachim Schulz

Christian Clemens
Elisabeth Dressing
Jutta Falkenstein
Maria Frank
Eduard Giebelhaus
Marita Gies
Sr. Mattäa Herrler
Rolf Kirchner
Margit Schupp

Vereinsträger: Pfarrei St. Maria
Prot. Apostelkirchengemeinde
DIE RHEINPFALZ

SPENDENKONTEN

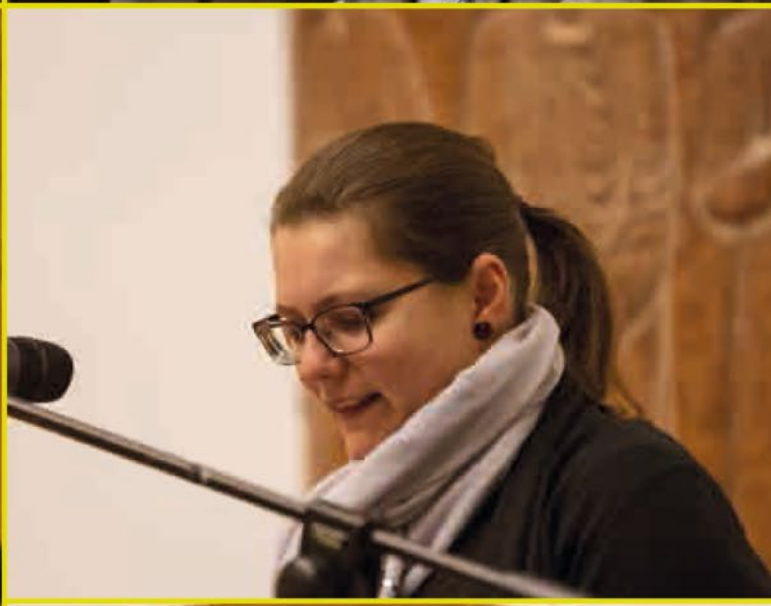
Sparkasse Kaiserslautern

IBAN	DE58 5405 0220 0000 1188 77
IBAN	DE59 5405 0220 0000 3236 26
BIC	MALADE51KLK

Volksbank Kaiserslautern eG

IBAN	DE10 5409 0000 0001 2199 10
BIC	GENODE61KL1

Stiftung alt - arm - allein

IBAN	DE87 5405 0220 0034 5210 54
BIC	MALADE51KLK

Verein und Stiftung sind vom Finanzamt Kaiserslautern als gemeinnützige Einrichtungen anerkannt.