



Wer erbt mein Eigentum?

Bernd Kipper

Warum ein Testament?

Wer sicher sein möchte, dass sein Vermögen nach dem Tode in die richtigen, von einem selbst gewünschte Hände gelangt, der sollte sich rechtzeitig Gedanken über die Verteilung machen. Diese Vorsorge ist durch die Errichtung eines Testamentes zu treffen. Denn falls zu Lebzeiten keine Regelung festgelegt wurde, tritt die im Bürgerlichen Gesetzbuch (bzw. Lebenspartnerschaftsgesetz) vorgesehene gesetzliche Erbfolge ein.

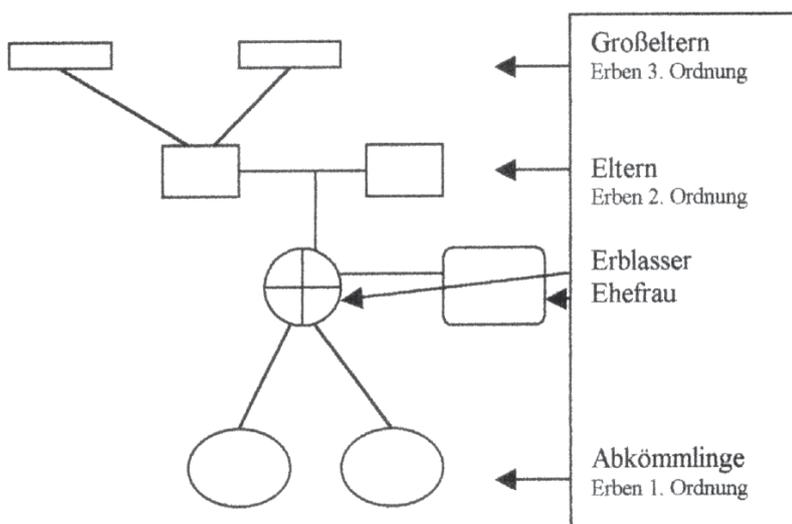
So kann es vorkommen, dass bei dieser Regelung diejenigen nicht erben, die einem besonders nahe standen.

Wie sieht die gesetzliche Erbfolge aus?

Hinterlässt jemand Frau (oder Mann) und Kinder, dann erben der überlebende Ehegatte (Lebenspartner) die Hälfte, die Kinder die andere Hälfte. Sind keine Nachkommen vorhanden, schließen sich je nach Verwandtschaftsgrad die übrigen Angehörigen an.

Nach dem **Erbrecht erben nur Verwandte**, also Personen, die gemeinsame Vorfahren haben. Nicht in diesem Sinne verwandt und daher von der Erbfolge ausgeschlossen.

Fortsetzung Seite 2



INHALT

Wer erbt mein Eigentum?	1-2
Nun hast du Zeit	3
Der Anfang	
Die Butter-Wasch-Maschine	3
Ich erinnere mich	4
Über den Zaun geschaut	5
Sommerfreude	5
Arnsberg, ein Zentrum der Seniorenweiterbildung	6
Nur nicht bis Sonntag warten!	6
Wir stellen vor: Selbsthilfegruppe Alzheimer	7
Ich weiß nicht, was soll es bedeuten	8
Vergiss es nie	8
Fast ein Rezept	9
Die jungen Alten /Eine Generation engagiert sich	9
Wer macht mit? Urlaub-Freizeit-Reisen-Theater/ Kino-Vorträge-Basteln usw.	10
Museum vor Ort	11
Einsamkeit	11
Sicherheitstraining	12
Energiespender	12
Die alte Waschfrau	13
25 Jahre „Aktion Seniorenbildung“	14
Kalendarium für Landleut!	14
Der Urlaub	15
Stufen	15
Mit der Zeit	15
Meine Wünsche an den lieben Gott	16



Fortsetzung von Seite 1

sen, sind Verschwägerete. Die **Ausnahme** sind **Adoptivkinder**: Sie sind den leiblichen Kindern gleichgestellt. Eine weitere **Ausnahme** besteht für den **Ehepartner**: Sind die Ehepartner geschieden, besteht kein Erbrecht.

Für Lebensgemeinschaften ist kein gesetzliches Erbrecht vorgesehen.

Für Partner einer eingetragenen Lebenspartnerschaft besteht ein eigenes Erbrecht, das dem der Ehepartner vergleichbar ist (Neues Lebenspartnerschaftsgesetz).

Gesetzliche Erbfolge

Es sind jedoch nicht alle Verwandten in gleicher Weise erbberechtigt. Das Gesetz teilt sie in Erben verschiedener Ordnung ein.

1. Gruppe: Zu den Erben der 1. Ordnung gehören nur die Abkömmlinge des Verstorbenen, also Kinder, Enkel, Urenkel etc. Soweit es jemanden gibt, der zu dieser Gruppe der besonders nahen Verwandten gehört, gehen alle entfernteren Verwandten leer aus und erben nichts, wenn sie nicht durch ein Testament bedacht worden sind.

2. Gruppe: Erben der 2. Ordnung sind die Eltern des Verstorbenen und deren Kinder und Kindeskinde, also die Geschwister, Neffen und Nichten. Auch hier gilt, dass die Kinder eines zunächst Erbberechtigten, der jedoch bereits verstorben ist, das Erbteil des verstorbenen Vaters oder der verstorbenen Mutter übernehmen. Verwandte dieser Ordnung können nur erben, wenn keine Verwandten der

1. Ordnung vorhanden sind.

3. Gruppe und weitere: Die 3. Ordnung umfasst die Großeltern und deren Kinder und Kindeskinde (Tante, Onkel, Cousin, Cousine usw.), die 4. Ordnung die Urgroßeltern und deren Kinder und Kindeskinde usw. Die Regeln für die Erbfolge werden genauso wie in den vorgenannten Gruppen gehandhabt. Ab der 4. Ordnung treten jedoch Änderungen ein, die hier aber nicht weiter erläutert werden können.

Es gilt also: Ist ein Verwandter / Verwandte aus einer vorstehenden Ordnung noch am Leben, so schließen diese alle möglichen Erben aus einer nachstehenden Ordnung aus.

Sie sollten sich überlegen, ob diese gesetzliche Erbfolge Ihren Vorstellungen entspricht. Ist das Ergebnis unbefriedigend, weil z.B. ein Stiefkind ohne Erbteil bliebe oder ein Teil des Besitzes an wohlthätige Organisationen vermacht werden soll, müssen Sie ein **Testament** machen.

Hat der Verstorbene ein Testament hinterlassen, so werden die Vorschriften der gesetzlichen Erbfolge außer Kraft gesetzt. Es erben nur diejenigen, die im Testament erwähnt werden. Die Pflichtteilsberechtigten können jedoch nicht übergangen werden. Sie haben einen Anspruch auf den sogenannten Pflichtteil, dies bedeutet einen Anspruch auf Geldzahlung in Höhe der Hälfte des Wertes des gesetzlichen Erbteils.

Formerfordernisse
Das **eigenhändige Testa-**

ment muss vom ersten bis zum letzten Buchstaben handschriftlich verfasst und mit ganzen Namen, also mit dem Vornamen und dem Zunamen, unterschrieben sein. Ferner sind der Ort und die Zeit im Testament festzuhalten.

Empfehlenswert ist es, das Testament beim Amtsgericht in Verwahrung zu geben. Dieses wird automatisch vom Tod des Erblassers benachrichtigt und eröffnet den Erben den Inhalt. Sie stellen hierdurch sicher, dass das Testament nicht verloren geht, beiseite gebracht oder vergessen wird. Wer sichergehen will, dass bei der Abfassung des Testaments keine Fehler gemacht werden, sollte ein **Öffentliches Testament**, auch notarielles Testament genannt, errichten. Der Letzte Wille wird mündlich gegenüber einem Notar erklärt oder selbst schriftlich abgefasst und dem Notar übergeben. Das notarielle Testament wird immer amtlich verwahrt und nach dem Tod des Erblassers eröffnet.

In einem Testament können Sie alles frei bestimmen, wer was unter welchen Umständen aus Ihrem Vermögen bekommen soll. Sie können Ersatzerben bestimmen für den Fall, dass der Erbe vor Ihnen stirbt. Sie können Vor- und Nacherben bestimmen, die dann zeitlich nacheinander erben. Ein Testament kann jederzeit widerrufen werden; es genügt, die Testamentsurkunde zu vernichten oder ein handschriftlicher Vermerk, z.B. ungültig. Ein neues Testament setzt ein älteres außer

Fortsetzung Seite 3

Fortsetzung von Seite 2

Nun hast du Zeit

Josef Meinschäfer

Kraft. Ein Öffentliches Testament können Sie widerrufen, indem Sie die Rückgabe aus der amtlichen Verwahrung verlangen. Dies ist jedoch nur durch persönliches Erscheinen möglich.

In diesem Artikel lässt sich leider nur ein Teil des Verfahrens **Mein letzter Wille** darstellen. Es ist ratsam, beim Vorhandensein von größerem Eigentum entsprechende Fachleute (Notar, Steuerberater) in Anspruch zu nehmen.

Sich aufs Alter freuen, wie soll das gehen?
Stell dir doch vor, du musst nicht mehr beweisen,
was du hast und was du kannst.

Stell dir doch vor, du hast ihn nicht mehr:
den Druck durch Leistung - er ist vorbei;
die Jagd nach Anerkennung - sie ist vorbei;
die Mühen der Arbeit - sie sind vorbei.

Stell dir doch vor, es gibt sie nicht mehr:
die Gespräche über den Beruf
und all die anderen Pflichten,
weil du ent-pflichtet und ent-bunden bist.

Stell dir vor, du hast für dich Zeit,
du brauchst sie dir nicht zu nehmen,
sie ist da, liegt offen vor dir, wartet auf dich.
Entscheiden kannst du ohne Hast,
womit du deinen Tag füllen willst.



Der Anfang Die Butter - Wasch - Maschine

Waltraud Ypersiel

Angefangen hat alles mit der Buttermaschine:

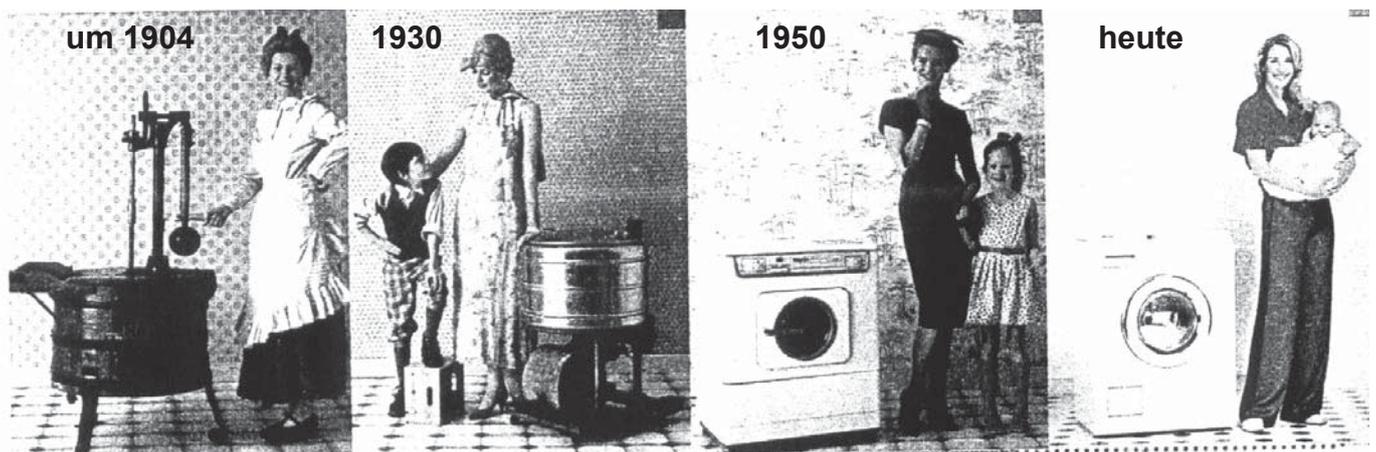
Carl Miele und Reinhard Zinkann, die Gründer des Unternehmens Miele & Cie., nahmen ihre Buttermaschine als Vorbild. Ein hölzerner Bottich mit einem zentrifugalen Drehkreuz in der Mitte als „Wäschebeweger“ war die ganze Maschine.

1904 der nächste Fortschritt: Über einen Transmissionsriemen - von einem externen Motor angetrieben - wurde der Wäschebeweger in Schwung gebracht.

Jahre später hatte die Waschmaschine ihren eigenen Motor. In den 30iger Jahren wich der Holzbottich einem aus Metall. Kurz vor dem Krieg kamen Geräte mit Elektroheizung auf.

Den Durchbruch schaffte die Waschmaschine in den 50iger Jahren. 1956 konnte gewaschen und geschleudert werden in einem Gerät.

Heute ist die Waschmaschine noch besser geworden und wir möchten sie nicht missen.



Ich erinnere mich

Waltraud Ypersiel

So ab dem dritten Lebensjahr war ich oft bei meinen Großeltern zu Besuch. Für Oma war ich das Traudchen. Manchmal durfte ich bei ihr im Bett schlafen, was Opa nicht so gut gefiel. Meine Oma war damals, 1940 mit 63 Jahren, schon eine alte Frau, eine Oma halt. Meine Oma hatte zehn Kinder. Ich kannte sie nur in dunkler Kleidung und mit Kopftuch. Heute sehen die Omas in ihrer hellen Kleidung viel jünger aus. Meine Großeltern lebten auf dem Land. Im Stall hatten sie zu der Zeit noch drei Kühe, eine Ziege, viele Hühner und Kaninchen. Die Matratzen waren mit Stroh vollgestopfte Säcke. Manchmal, wenn die Säcke nicht mehr ganz dicht waren, pikste das Stroh ganz schön.

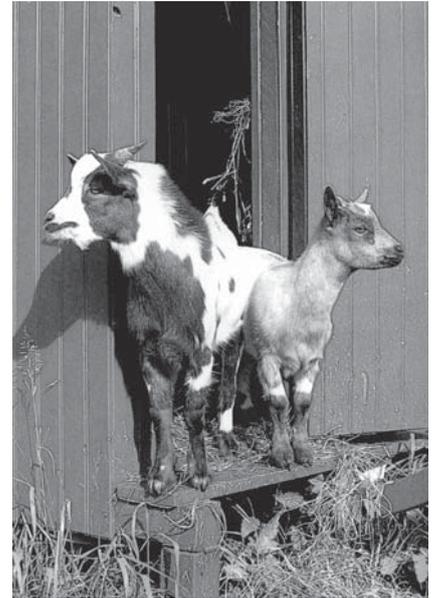


Oma hatte auch drei Katzen, sie waren meistens draußen, aber auch im Stall und im Haus. Nachts hörte ich schon mal ein Mäuschen durch die Stube laufen. Ich wusste, wenn es plötzlich jämmerlich piepste, hatte die Katze es erwischt. Ich schaute Großmut-

ter zu, wie sie die Kühe gemolken hat, es gab dann leckere warme Milch zu trinken. Im Garten standen viele Obstbäume, da ich aber zu klein war, konnte ich die schönen Kirschen nicht erreichen. Um auf's Klo zu gehen, mussten wir aus der Haustür raus und um's Haus gehen. Die Türe



hatte zwei Gucklöcher, man konnte hinein- und auch heraussehen. Das Klo bestand aus einem ca. 1 m langen und vielleicht 40 cm breiten dicken Holzbrett, in dem zwei Löcher waren, ein großes für die Erwachsenen und ein kleines für die Kinder. Die Löcher waren mit Holzdeckeln abgedeckt. Wenn ich musste, brauchte ich nur den Deckel abzuneh-



men. Einmal habe ich in das Loch hinein geschaut. - Oh je! "Das kommt alles auf die Felder," erklärte man mir. Als Klopapier lag zurechtgeschnittenes Zeitungspapier bereit. Wenn Opa länger dort blieb, hatte er vielleicht noch ein Blatt zum Lesen erwischt. Im Winter war es sehr kalt, für nachts stand dann ein Nachtopf unter dem Bett. Opa roch immer nach Priem (Kautabak). Als meine Oma mit 65 Jahren starb, wurde sie vor dem Haus aufgebahrt, so dass jeder sie noch mal sehen konnte. Meine Oma war sehr lieb. Ich bin dann nicht mehr so oft in ihrem Haus gewesen.

Sprüche

Gott liebt die Welt,
weil sie so unvollkommen
ist.

Stefan Andres

Ein Bild wird erst durch
die Betrachter fertig.

Otto Ludwig

Alles Reden ist sinnlos,
wenn das Vertrauen fehlt.

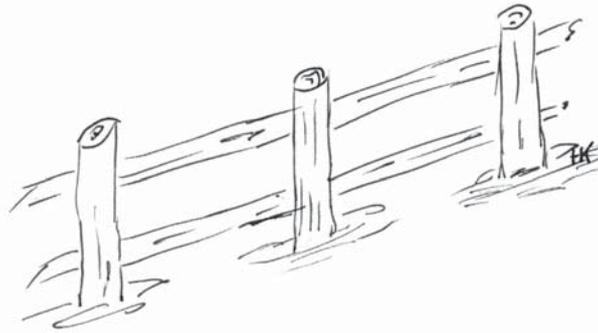
Franz Kafka

Das Vertrauen vermag
alles,
es bewirkt Wunder.

Theresia von Lisieux

Über den Zaun geschaut

Waltraud Ypersiel



Restaurant „Grenzenlos“ in Düsseldorf

Vor ein paar Jahren lernte ich durch Zufall das Restaurant „Grenzenlos“ kennen. Ich wollte heute doch einmal wissen, was daraus geworden ist?

Auf meine Anfrage an das Team des Restaurants bekam ich einen langen Brief und sehr viel Informationsmaterial zugeschickt.

Daraus eine kleine Zusammenfassung:

Anfangs gehörte das Café-Restaurant der Organisation „Lobby für Wohnungslose“ an. Heute ist es ein eingetragener Verein, der sich überwiegend aus Mitgliederbeiträgen und Spenden finanziert. Zweck des Vereins ist es, die Situation wohnungsloser und sozial benachteiligter Menschen lebenswerter zu machen. Zur Unterstützung wurde ein Beirat gegründet, der aus zwanzig Personen des öffentlichen Lebens besteht. Unter den Beiratsmitgliedern befindet sich u.a. der Oberbürgermeister der Stadt Düsseldorf Joachim Erwin, der sagt: „Am Rande unserer Gesellschaft stehen Menschen in persönlichen Notlagen, die aus welchen Gründen auch immer auf der Schattenseite

des Lebens gelandet sind.“ Zu ihrer Unterstützung wurde der Verein „Arm und Reich an einem Tisch e.V.“ mit seinem Restaurant gegründet. In der „Düsseldorfer Stadtpost“ heißt es: Das Bilker Restaurant ist zu einem Zentrum besonderer Art geworden. Hier trifft sich arm und reich, alt und jung.

Das Restaurant ist montags bis freitags von 8.00 – 14.30 Uhr geöffnet.

Das Bemerkenswerte: Es gibt nur zwei Preisstufen. Gäste, deren monatliches Einkommen es zulässt, zahlen für das Menü 5,00 €, Sozialschwache nur 2,50 €. Für diesen Preis werden täglich drei Menüs zur Auswahl angeboten.

Daneben gibt es viele Sonderveranstaltungen, wie z.B. das ehrenamtliche Sonntagskochen, an dem sich viele prominente Hobbyköche beteiligen. Kochabende, an denen Gerichte aus aller Welt zubereitet werden. Bilderausstellungen. Hier trifft sich der Düsseldorfer Bikerclub. Neben der Restauration gibt es Beratung und Hilfsangebote im Sozialbereich, Unterstützung bei Behördengängen und vieles andere mehr.

In der Zeit von November 1998 bis August 2001 nahmen 44917 Gäste das Restaurant in Anspruch. Für das Wohl sorgen ein fest angestellter Koch, dazu eine Arbeitskraft, gefördert durch das Sozialamt (AsS), und zwei Mitarbeiter, die als ABM vom Arbeitsamt getragen werden. Ferner sind Studenten des Fachbereichs Sozialpädagogik der FH Düsseldorf mit eingebunden.

Ich finde das Restaurant „Grenzenlos“ eine wunderbare Einrichtung und wünschte mir, dass für die Stadt Arnsberg etwas Ähnliches entstehen möge.



Sommerfreude

Sefi Vehre

Ein schmaler Steg führt mich bergan
zur Waldkapell' im tiefen Tann.
Wildrosen hängen an dem Zaun.
Ich geh einher als wie im Traum.

Die Lerche trillert in der Luft,
im Weizenfeld die Wachtel schlägt,
bezaubernd ist der Rosenduft,
der mich ein Stück gen Himmel trägt.

Arnsberg, ein Zentrum der Seniorenweiterbildung

Eduard Kuntz

Im Rahmen der Förderung des Erfahrungswissens älterer Menschen hat das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend ein fünfjähriges Projekt in neun Bundesländern gestartet, das bezuschusst wird. Dieses Projekt hat die Kurzbezeichnung EFI „Erfahrungswissen für Initiativen.“

Es soll das Erfahrungswissen älterer Menschen festigen und ausbauen. Besonders soll dieses für die Gesellschaft nutzbar gemacht werden. Dazu sind alle älteren Personen in unserer Stadt aufgerufen, sich an diesem Projekt zu beteiligen.

Die Bewerber sollten berufliche Erfahrungen mitbringen und werden dementsprechend gefördert. Nach ihren Fähigkeiten und Interessen werden sie auf diesen Gebieten weiter geschult und zu sogenannten „seniorTrainer“ ausgebildet.

Es soll erprobt werden, wie ältere Menschen ihr Erfahrungswissen bei der Unterstützung von Vereinen oder Projekten einbringen können.

Die Ausbildung wird vom

Bund gefördert und ist für den potentiellen seniorTrainer kostenfrei. Ziel ist, dass diese seniorTrainer die Aufgabe übernehmen, ihr durch die Schulungen vertieftes Wissen an andere Senioren weiterzugeben, die dadurch wiederum in ihrem Umfeld tätig werden. Besonders die Förderung neuer freiwillig bzw. ehrenamtlich engagierter Menschen gehört zur neuen Aufgabe.

Es handelt sich hier um ein Modellprogramm, das nur wenigen Städten zuteil wurde. In Westfalen sind das lediglich drei Städte, nämlich Herford, Minden und Arnsberg.

Zur Ausbildung als seniorTrainer werden Kurse in Vlotho und Düsseldorf angeboten. Außerdem sind ergänzende Kurse zu Themen, wie z. B. Wohnberatung oder Internetnutzung u.a.m. im Programm.

Nach erfolgreichem Abschluss gibt es eine Senioren-ehrenamtskarte mit der Bezeichnung Seneka, die als Tätigkeitsnachweis dient und bei Einsatz einen Versicherungsschutz gewährleistet.

Es werden Anlaufstellen in Arnsberg eingerichtet. So ist eine Stelle im Wendepunkt in der Langen Wende 16 a vorgesehen.

Unterstützung erhalten die Anlaufstellen sowie die senior-Trainer und die freiwilligen, ehrenamtlichen Seniorinnen und Senioren von einem Projektverbund der drei wissenschaftlichen Institute:

- Institut für sozialwissenschaftliche Analysen und Beratung, ISAB, Köln
- Fachhochschule Neubrandenburg, Potsdam
- Institut für Sozialforschung und Gesellschaftspolitik, ISG, Köln.

Die Stadt Arnsberg wird diesem Projekt besonderes Augenmerk schenken und umfangreich unterstützen.

Bei Interesse wenden Sie sich an die Koordinationsstelle Wendepunkt, Frau Marita Gerwin, ☎ 02932/529054, Lange Wende 16 a. Hier können Sie auch weitere Informationen über das Projekt abfragen.

Nur nicht bis Sonntag warten!

Pflücke dir montags
eine Rose.
Leiste dir dienstags
ein Lächeln.
Male dir mittwochs
einen Regenbogen.

Nur nicht bis
Sonntag warten!

Träume dich donnerstags
ans Meer.
Packe dir freitags
den Erntekorb.
Wasche samstags
die Sorgen ab.

Nicht nur bis
Sonntag warten!

Trockne in dieser Sekunde
deine Tränen.
Entschuldige dich jetzt.
Verleihe in dieser Minute
deine Ohren.
Sprich in dieser Stunde
vom Guten.

Nur nicht bis Sonntag warten!

Wir stellen vor

Selbsthilfegruppe Alzheimer

Dr. med. M. Hanxleden

Am 21. September, dem Welt-Alzheimerstag, wird einer Erkrankung gedacht, an der immer mehr Menschen erkranken.

Der bayrische Nervenarzt und Neurologe Alois Alzheimer (1864 bis 1915) beschrieb schon 1907 eine „eigenartige Erkrankung der Hirnrinde“, die zu einem fortschreitenden Verlust intellektueller Fähigkeiten führt.

Die Ursache dieser Erkrankung liegt in einer vermehrten Ablagerung von Spaltprodukten körpereigener Eiweiße im Gehirn, so dass die Reizübertragung zwischen den Nerven blockiert wird.

Noch ist eine Behandlung, die diese Krankheit heilen könnte, nicht bekannt. Doch können medikamentöse Behandlungsformen eine Linderung mancher Symptome oder eine Verlängerung der frühen Phase der Erkrankung erreichen. Um so wichtiger sind Maßnahmen, die auf die Psyche des Patienten und deren Alltagsgestaltung positiv einwirken. In der Bundesrepublik Deutschland leiden etwa 1 Millionen Menschen an der Alzheimerkrankheit. Ca. 60 bis 80 Prozent der Alzheimerkranken werden von Angehörigen gepflegt, die ihr pflegerisches Können „nebenbei“ erlernen müssen und deren Engagement vom Gefühl für den Kranken getragen wird.

Diese Betroffenheit entsteht zunächst dadurch, dass die Schwere der Erkrankung, ihre Nichtheilbarkeit, ihr ständiges Fortschreiten realistisch erkannt und getragen werden müssen. Hinzu kommt die Trauer über den Verlust dessen, was man in dem von der Krankheit gezeichneten Menschen als vertraut empfunden und geliebt hat. Die Pflege eines Alzheimerkranken führt zu enormen körperlichen und seelischen Belastungen, besonders auch, da viele Pflegenden feststellen müssen, dass sie zunehmend den sozialen Kontakt zu Nachbarn und Freunden verlieren und nicht selten finanzielle Belastungen hinzukommen.

Die Alzheimerselbsthilfegruppe am St. Johannes-Hospital in Arnsberg möchte allen von der Krankheit Betroffenen helfen, die enormen Belastungen zu mindern. Neben Aufklärung und Information über das Krankheitsbild wird pflegenden Angehörigen in Gesprächskreisen die Möglichkeit gegeben, Probleme und Sorgen auszutauschen. Darüber hinaus werden konkrete Selbsthilfeprojekte organisiert, wie „Betreuungsmaßnahmen“ und „betreuter Urlaub“ für Patienten und Angehörige.

In vielen Städten Nordrhein-Westfalens sind solche betreuten Nachmittage bereits von Alzheimer Selbsthilfe-

gruppen erfolgreich angemeldet worden.

Die am St. Johannes-Hospital gegründete Alzheimerselbsthilfegruppe ist der Landesarbeitsgemeinschaft Alzheimer Gesellschaft NRW angeschlossen.

Die Treffen der Selbsthilfegruppe finden an jedem 3. Montag eines jeden Monats abends um 18.00 Uhr im St. Johannes-Hospital in Arnsberg-Neheim statt. Seit Anfang März 1999 findet im Rahmen der Alzheimerselbsthilfegruppe Arnsberg im St. Johannes-Hospital an jedem Donnerstag von 15.00 bis 18.00 Uhr ein „betreuter Nachmittag“ statt.

Ziel dieses Projektes ist es, pflegenden Angehörigen eine Entlastung im häuslichen Bereich zu ermöglichen.

Während der Betreuungszeit erfolgt die Beaufsichtigung der Betroffenen von qualifizierten Pflegekräften und Therapeuten. Die hierbei entstehenden Kosten werden aufgrund eines freiwilligen Engagements so gering wie möglich gehalten.

Interessenten sind jederzeit herzlich willkommen.



Ich weiß nicht, was soll es bedeuten (Die Lorelei)

Text: H. Heine: Melodie: Fr. Silcher

1. Ich weiß nicht, was soll es be - deu - ten, daß ich so trau - rig
bin, — ein Mär - chen aus ur - al - ten Zei - ten, das
kommt mir nicht aus dem Sinn. Die Luft ist kühl und es
dun - kelt und ru - hig fließt der Rhein, — der
Gip - fel des Ber - ges fun - kelt im A - bend - son - nen - schein.



Ich weiß nicht, was soll es bedeuten

Das Lied geht von einer Ursprungssage aus, nach der das früher berühmte mehrfache Echo des Schieferbergs bei St. Goar/Rhein (durch Sprengungen verklungen) einer darin gebannten Hexe zugeschrieben wurde. Damit wurden auch die durch die dortigen Riffe und Untiefen verursachten Schiffsunfälle in Verbindung gebracht. Nachdem Clemens Brentano 1801 daraus eine Ballade gedichtet und damit den Lorelei-Mythos erfunden hatte, popularisierte ihn der seinerzeit als Dichter berühmte Otto Heinrich Graf von Loeben in einem etwas trivialen Gedicht, das Heinrich Heine 1823 zur Vorlage seines in der Vertonung Silchers (1838) weltberühmt gewordenen balladesken Liedes diente.

2. Die schönste Jungfrau sitzt dort oben wunderbar, ihr goldenes Geschmeide blitzt, sie kämmt ihr goldenes Haar. Sie kämmt es mit goldenem Kamme und singt ein Lied dabei; das hat eine wundersame gewalt'ge Melodei.

3. Den Schiffer im kleinen Schiffe ergreift es mit wildem Weh, er schaut nicht die Felsenriffe, er schaut nur hinauf in die Höh! Ich glaube, die Wellen verschlingen am Ende Schiffer und Kahn, und das hat mit ihrem Singen die Lorelei getan.

Vergiss es nie

Vergiss es nie:
Dass Du lebst,
war keine eigene Idee,
und dass Du atmest,
kein Entschluss von Dir.
Vergiss es nie:
Dass Du lebst,
war eines anderen Idee,
und dass Du atmest,
sein Geschenk an Dich.

Du bist gewollt,
kein Kind des Zufalls,
keine Laune der Natur,
ganz egal, ob Du Dein Le-
benslied
in Moll singst oder Dur.
Du bist ein Gedanke Gottes,
ein genialer noch dazu.
Du bist Du.

Wenn Sie einen Druckfehler finden, bedenken Sie, dass er beabsichtigt sein könnte. Unsere Zeitschrift bringt für jeden etwas, denn es gibt immer Leute, die nach Fehlern suchen.

Aus einer finnischen
Tageszeitung

Fast ein Rezept

Herbert Kramer

Es werden Bücher geschrieben, sogenannte Fachtagungen inszeniert; Kongresse und Seminare lösen sich in steter Reihenfolge ab.

Dem allen wird ein wissenschaftlicher Anstrich gegeben; vom Ministerium für Familie und Gesundheit ein hochrangiger Beamte herbeizitiert oder gebeten. Die Einladungen zum Tagungsort sind erfolgt, und man harret der Senioren. Diese folgen natürlich dem Ruf der Netzwerkbetreiber, werden nach dem Eintreffen markiert und begeben sich voller Erwartung in den Saal zur Begrüßung. Sie können sich mit Sicherheit darauf verlassen, dass der Moderator es nicht versäumt, darauf hinzuweisen, dass im Jahre 2005 die Anzahl der Senioren über 60 um 5% gegenüber dem Jahre 2000 gestiegen ist. Die Begriffe wie Multiplikator, soziales Engagement, Migranten, Modellprojekte, Strategien und Selbsthilfe hören Sie immer wieder. Besonders geschulte Referenten schaffen es sogar, aus ca. vier solcher Wort-

schöpfungen, einen Vortrag von mindestens einer halben Stunde Dauer zu halten.

Es ist bemerkenswert, erleben zu dürfen, wie gut die Selbstdarstellung solcher Netzwerke gelingt. Allein der Hinweis darauf, auf welche wertvollen Hilfen die Senioren zurückgreifen können, falls diese bei ihrem „ehrenamtlichen Engagement“ mal einen Blackout haben, ist es wert, 60 Euro zu zahlen. Genug der Häme.

Es gibt überhaupt keinen Zweifel mehr daran, dass sich mit der Seniorenarbeit lukrative Jobs auftun. Wie sonst ist das Entstehen der verschiedenen Netzwerke zu erklären. Die Nebenprodukte, wie Autoren, Referenten usw. schießen wie Pilze aus dem Boden. Zu erwähnen ist noch, dass diese Personengruppen, welche ihre diversen Angebote unterbreiten **1.** ca. 25 bis 40 Jahre alt sind, **2.** in fast allen Fällen aus dem Verwaltungsbereich kommen, **3.** Sozialarbeiter, Pädagogen oder aus ähnlichen Berufen

sind. Auffällig ist das Interesse, was den Senioren entgegengebracht wird. Es drängt sich die Vermutung auf: Die Werbung ist auf eine Gruppe gerichtet, die durch den Bezug ihrer Renten finanziell abgesichert ist. Aber ein Schufft ist, wer Böses dabei denkt.

Die Senioren, welche nicht nur eine lange Lebenserfahrung haben und einen qualifizierten beruflichen Weg gegangen sind, müssen sich nun bevormunden lassen. Oder besser gesagt: Wir, die Netzwerke, zeigen Dir den Weg, der Dich zum ehrenamtlichen Erfolg führt.

Es kommt in jedem Fall auf die Betrachtungsweise dieses Problems an. Aus der Sicht der Arbeitsmarktpolitik mag es richtig sein, dass sich einige wenige mit der Seniorenarbeit goldene Nasen verdienen. Wie heißt es in einem Sprichwort: „Den letzten beißen die Hunde.“! In diesem Fall sind es die ehrenamtlichen Senioren, die wirkliche Arbeit leisten.

Die jungen Alten / Eine Generation engagiert sich

Herbert Kramer

Zu diesem Thema hatte das Städte - Netzwerk NRW nach Duisburg in das Wedau Stadion geladen. Mitarbeiter des Seniorenbüros, der Senioren Zeitung und des **Sicht** nbeirates waren dieser Einladung gefolgt. Die Thematik war auf drei Arbeitsgruppen verteilt, die von den hiesigen Teilnehmern nach Absprache besucht wurden. Die

behandelten Kernpunkte waren:

1. Rahmenbedingungen schaffen
2. Öffentliche Räume mitgestalten
3. Generationen vernetzen

Mehr zu diesem Thema lesen Sie unter dem Titel „Fast ein Rezept“.

Ein Ministerialbeamter des Mi-

nisteriums für Familie und Gesundheit hat den Lesern **Sicht** seine Grüße übermittelt.

*Herzliche Grüße aus
die Senioren und fast
das 'Sicht'
Peter Schmitt
(PIETER FETWEIS)*



Wer macht mit?
Urlaub – Freizeit – Reisen – Theater/
Kino – Vorträge – Basteln usw.



Viele Reaktionen erfolgten auf unseren Aufruf in der **Sicht** - Ausgabe 11.
Nun können wir Ihnen gleich einige interessante Reisen anbieten.

1. Tagestour nach Paderborn am 25. Juli 2002

Dombesichtigung unter fachkundiger Führung, Mittagsrast in einem gemütlichen Lokal und Stadtführung.
Der Preis wird noch ermittelt.

2. Eine Erlebniswoche im "Dreiländereck"

Schweiz-Österreich-Deutschland nach Höchst am Bodensee
vom 21. bis 29.09.2002

Der Bodensee und dessen Umgebung ist ein reizvolles und interessantes Urlaubsziel mit abwechslungsreichen Ausflugsmöglichkeiten in die nahe Schweiz, nach Liechtenstein, auf die Insel Mainau, ins Hochgebirge oder zur Festspielstadt Bregenz.

Das Programm wollen wir, den Teilnehmern gemäß, gestalten. Es soll ein herbstliches Highlight werden!

Die Unterkunft erfolgt im "**Landhotel-Gasthof Linde**" in Höchst.



475,00 Euro; Zuschlag f. Einzelzimmer (max. 8 Zimmer) 77,00 Euro

Im Preis enthalten:

Fahrt in einem modernen komfortablen Reisebus mit WC, Schlafsesselbestuhlung, Klimaanlage, Bordküche, Kühlschrank und CD-Player, Unterbringung in Zimmern mit Dusche/WC, Telefon, Radio, TV, teilweise Balkon; Halbpension mit Salatbuffet, Frühstücksbuffet, Begrüßungsobstler, Musikabend und div. Eintrittsgelder, Bustransfer zu und von den Wanderungen, Rundfahrten und Besichtigungen.

Auf dem Programm steht der bekannteste Aussichtspunkt am Bodensee, der Pfänder. Das Zeppelin Museum in Friedrichshafen, eine Fahrt über die Silvretta Hochalpenstrasse mit dem Blick auf den Piz Buin stehen ebenso auf dem Programm wie "die Stadt auf der Insel", Lindau. Das genaue Programm wird den Teilnehmern noch mitgeteilt.

Haben Sie Lust, Lust auf Erlebnis, auf Begegnung ? Wenn ja rufen Sie an unter:

Karola Clarke ☎ 02931/ 4791; Helmut Röttger ☎ 02932/34311. Anmeldungen erforderlich bis zum 28. Juni 2002!

3. Tagestour im Herbst!

Diese Fahrt ist für den Monat November geplant. Termin, Kosten und Ort der Einkehr werden noch bekanntgegeben. Bei Interesse bitte umgehend melden!

Für alle Anmeldungen stehen Ihnen die oben angegebenen Ansprechpartner zu Verfügung!

Herzliche Grüße

Ihr Senioren Reiseteam Arnsberg

Museum vor Ort

Herbert Kramer

“Klein aber fein.” Mit diesem Wort muss man das **Museum der Besonderen Art** in der Binnerfeldschule beschreiben. Es handelt es sich um eine Berufswahlwerkstatt. Schülerinnen und Schüler sowie das Lehrpersonal haben viel Arbeit in dieses Projekt investiert. Es hat sich gelohnt. Die pädagogischen Ziele, welche mit dem Museum erreicht werden, bilden eine ganze Palette.

Der Besucher des Museums ahnt nicht die Vielfalt an Ar-

beitsmöglichkeiten, welche auf die Schülerinnen und Schüler zukommen. Da wird gesammelt, geordnet, repariert, restauriert, archiviert, für den Mathematikunterricht benutzt und gerechnet und letztendlich noch eine Fachbibliothek angelegt. Mit Fug und Recht lässt sich hier sagen: Dieses Modell ist beispielhaft. Zum Besuch des Museums hatte die Senioren-CDU geladen. Die zahlreich erschienenen Gäste wurden nicht enttäuscht. Die Diaschau, verbunden mit dem Vortrag,

spiegelte den Wert der erbrachten Leistung wieder.

Interessenten, Vereine, Seniorengruppen, die eine Besichtigung planen, oder Personen, die evtl. Sammlerstücke oder antiquarische Werkstücke beisteuern möchten, setzen sich bitte mit **Herrn Michael Meisterjahn** ☎ 02932/700140 in Verbindung oder schauen ins Internet unter www.berufswahlwerkstatt-arnsberg.de

Einsamkeit

Josef Meinschäfer

Liebe Einsamkeit

weißt du
heute abend schreibe
ich dir einfach mal

Das Radio
hab ich ausgedreht
das Buch weggelegt
ich hab jetzt
Zeit für dich

Du
ich find das nicht gut
was du mit mir machst
es ärgert mich
dass du mich traurig
sehnsüchtig machst
du schleichst dich
an Abenden herein zu mir
wo ich eigentlich
meine Ruhe haben will
du bist ein
ungebetener Gast
und kümmerst dich
überhaupt nicht darum
ob du stören könntest

Du bist einfach da
Muss das denn sein?

Ja, natürlich
du hast recht
ich bin ja einsam
aber musst du mich
das denn so spüren lassen?

Meinst du deine Anwesen-
heit
macht mich zweisamer
statt einsamer?
Sicher nicht

Natürlich
könnte ich dir
den Stuhl vor die Türen
setzen
aber es hilft nichts
du hast ja wirklich recht
ich bin einsam

Geh geh
Nein
halt
bleib hier

Meine Einsamkeit

ein Stück von mir
du gehörst doch
zu mir
bleib
um Gottes Willen bleib
laß dich nicht vertreiben
von dem Krimi
und dem Plattenspieler
bleib bei mir
laß mich nicht los

Solange du da bist
weiß ich
um meine Einsamkeit
wenn du da bist
dich mir aufdrängst
zwingst du mich
mit dir zu leben
und mich mit dir zu arrangieren

Vielleicht
ist das ehrlicher
als der Krimi
oder der Plattenspieler.

Sicherheitstraining:

Notwendige Weiterbildung für PKW- und KradfahrerInnen

Hans-Jürgen Graf

Die Bezirksverkehrswacht Arnsberg bietet in diesem Jahr wieder ein Sicherheitstrainingsprogramm in Olpe auf einem technisch hervorragend ausgelegten Trainingsgelände an. Das Trainingsprogramm ist nach den Richtlinien des Deutschen Verkehrssicherheitsrates entwickelt worden und besteht aus Theorie und Praxistraining. Erfahrene Moderatoren leiten das Training, erklären die Übungen und gehen gern auf Fragen und Beiträge der Teilnehmer ein. Es findet ein ständiger Wechsel von Praxis und Theorie statt, so dass Langeweile kein Thema ist.

In der ersten praxisnahen Trainingsphase stehen Bremsmanöver, Kurven- und Kreisfahren sowie Ausweichmanöver auf dem Programm. Wie muss ich reagieren, wenn auf regennasser Fahrbahn ein LKW quersteht, wenn aus einer Grundstückseinfahrt plötzlich ein Auto herausschießt, wann kommt ein PKW ins Schleudern und was kann man dagegen tun? Das sind kritische Situationen, auf die es eine ganze Reihe guter Antworten gibt. Praktische Übungen und selbst gewonnene Erkenntnisse helfen diese außergewöhnlichen Situationen durch richtiges Verhalten zu meistern. Deshalb ist das Sicherheitstraining für jeden PKW- und Kradfahrer von größter Bedeutung, denn im Mittelpunkt stehen die The-

menbereiche:

Richtiges Sitzen im Fahrzeug; Fahrverhalten und Fahrbahnzustand; Grundlegendes über Bremstechniken; Kurvenverhalten; Ausweichen vor Hindernissen.

Um im Beruf und in der Freizeit erfolgreich zu sein, sind Weiterbildungskurse längst selbstverständlich und unverzichtbar. Auto- und Kradfahrer und -innen dagegen verlassen sich nach der Fahrschul Ausbildung darauf, dass die tägliche Fahrpraxis ihnen die nötige Sicherheit verleihen wird. Eine sehr gewagt und häufig wiederlegte Auffassung. Die Unfallzahlen belegen unstreitig die folgenreichen Fehleinschätzungen. Insofern ist die Teilnahme an einem Sicherheitstraining die richtige Antwort. Denn hier lernen die Teilnehmer Gefahren zu erkennen, sie zu vermeiden und notfalls mit der entsprechenden Fahrtechnik zu bewältigen. Das so oft zitierte Schleudertraining oder gewagte, atemberaubende Wendemanöver gehören nicht zum Trainingsprogramm.

Die Bezirksverkehrswacht Arnsberg führt Kurse an folgenden Terminen durch:

Für PKW-Fahrer am 22. Juni, 17. August und 14. September.

Für Wohnmobilmfahrer am 14. Juli. (14 Teilnehmer)

An einem Kurs können 20 PKW-Fahrer mit ihrem eigenen Fahrzeug teilnehmen. Die Teilnehmergebühr beträgt für Wohnmobilmfahrer 50 Euro und für die übrigen Teilnehmer 30 Euro. Das Training beginnt um 9.00 Uhr und endet gegen 17.00 Uhr, unterbrochen durch eine Mittagspause von 13.00 bis 14.00 Uhr.

Anmeldungen nehmen entgegen: Die Polizeibeamten PHK Franke in Sundern ☎ 02933 /90205140, in Hüsten und Neheim die Oberkommissare Geue und Goßler ☎ 02932 /902021 bzw. 90202138, in Arnsberg der Vorsitzende der Verkehrswacht H.-Jürgen Graf ☎ 02931 / 16985. H.-Jürgen Graf wünscht allen Teilnehmern eine gute Anfahrt, viel Freude und einen erfolgreichen Trainingstag.

Energiespender

Jeder liebt den kraftvollen, lebensbejahenden und harmonischen Menschen, weil von ihm ein Fluidum des Vertrauens und der Zuneigung ausgeht.

Jedem Menschen, dem ich meine Hand entgegenstrecke, teile ich schon durch das Gefühl meine innere Sicherheit mit.

Optimistisch sollte ich wirken, anziehend und sympathisch. Meine Gedanken sind Kräfte.

An die
STADT ARNSBERG
Redaktion des Senioren-
büros
Rathausplatz 1
59759 Arnsberg

Leserbrief

Betr.: Seniorenzeitung

Sehr geehrte Damen und Herren,

zu meiner Freude fand ich in der vorletzten Ausgabe das Gedicht von Adelbert von Chamisso "Die alte Waschfrau" - ein altes Gedicht aus meiner Schulzeit. Jedoch stellte ich zu meinem Bedauern fest, daß der letzte und schönste Teil "unterschlagen" wurde.

Ich habe es nunmehr fotokopiert aus einem alten Lesebuch und füge es hiermit bei. Es wäre schön, wenn Sie es nochmal mit allen 6 Strophen abdrucken würden.

Ansonsten finde ich die Seniorenzeitung prima. Sie ist interessant, amüsan und oft zum Schmunzeln. Ich freue mich über jede Ausgabe.

Mit freundlichem Gruß

H. Weingarten

Fortsetzung aus **Sicht** - Ausgabe 11

Die alte Waschfrau

Adelbert von Chamisso
Sie hat gespart und hat gesonnen
und Flachs gekauft und nachts ge-
wacht,
den Flachs zu feinem Garn gesponnen,
das Garn dem Weber hingebacht;
der hat's gewebt zu Leinwand;
die Schere brauchte sie, die Nadel,
und nähte sich mit eig'ner Hand
ihr Sterbehemde sonder Tadel.

Ihr Hemd, ihr Sterbehemd, sie schätzt
es,
verwahrt's im Schrein am Ehrenplatz;
es ist ihr Erstes und ihr Letztes,



ihr Kleinod, ihr ersparter Schatz.
Sie legt es an, des Herren Wort
am Sonntag früh sich einzuprägen;
dann legt sie's wohlgefällig fort,
bis sie darin zur Ruh' sie legen.

Und ich, an meinem Abend wollte,
ich hätte diesem Weibe gleich
erfüllt, was ich erfüllen sollte
in meinen Grenzen und Bereich;
ich wollt', ich hätte so gewußt,
am Kelch des Lebens mich zu
laben,
und könnt' am Ende gleiche Lust
an meinem Sterbehemde haben.

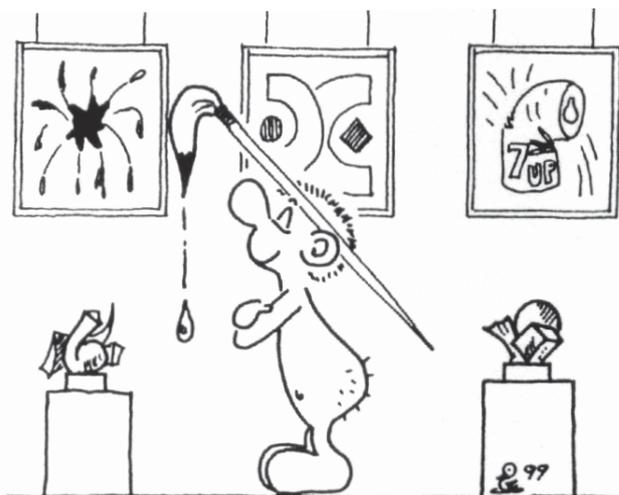
25 Jahre "Aktion Seniorenbildung"

Von den neuen Teilnehmern, die zu den Bildungswochen der „Aktion Seniorenbildung“ gehen, sagt man oft: „Sie fühlen sich sogleich angenommen und erleben harmonievolle und sinnerfüllte Tage in einer Atmosphäre der Offenheit, Hilfsbereitschaft und Fröhlichkeit.“

Dieses werden auch Sie gerne bestätigen. Die Gemeinschaft, die für alle religiös interessierten Senioren und Seniorinnen offen steht, die kein Verein ist und keinen Mitgliederbeitrag erhebt, wurde im Jahr 1977 von Männern und Frauen der katholischen Jugendbewegung der 30er Jahre in Elkinghausen gegründet. Sie hatten den Krieg überstanden und lange Berufsjahre hinter sich gebracht und wollten sich nun wiedersehen. Wie ein Lauffeuer ging es durch das Land NRW: Wir treffen uns wieder! Dazu brauchte man keine Betreuung oder Unterhaltung, wie das in der Altenarbeit oft üblich ist. Selbstständigkeit und schöpferisches Denken waren angesagt. In Gemeinschaft zusammensein und Bildungsarbeit durchführen,

was den Erfordernissen mündiger Christen entspricht, ist ihr Weg. Sie gaben sich den Namen "Aktion Seniorenbildung" und feiern in diesem Jahr ihr 25-jähriges Bestehen. 600 Teilnehmer und Teilnehmerinnen erhalten das neue Jahresprogramm für neun Bildungswochen, die in kirchlichen Bildungsstätten in NRW durchgeführt werden, z.B. im Sauerland in dem landschaftlich schönen Elkinghausen bei Winterberg.

Das Tagesprogramm wird so geplant und durchgeführt, dass die Vorträge durch musisches Tun (Singen, Musizieren, Literatur, Spiel und Seniorentanz) harmonisch ergänzt werden. Exkursionen im Nahbereich fehlen dabei nicht, und die von der Gemeinschaft aktiv mitgestalteten Gottesdienste eröffnen den Tag. In diesem Jahr sind in der Diözesanbildungsstätte St. Bonifatius in Elkinghausen einige Bildungswochen vorgesehen, die von ehrenamtlichen Senioren und Seniorinnen durchgeführt werden. Leitung und Auskunft: Willi Kleine-Büning, Arnsberg ☎ 02931 / 10767.



Kalendarium für Landleut!

Juni

Im heißen Hauch mondsilbergrün die Wiese wehet her und hin. Goldamselruf, Hornissenton, den Wald bekrönt die Sommerkron.

Mit seiner Sens` Sankt Barnabas rückt an und schneidet ab das Gras.

Im Dengeltakt und Mäherschnitt und alles, was Hände hat, tut mit. Jetzt regne nur nicht, heilger Veit, bis uns das Heu im Stadel leit. Und Peter-Paul, gestellt ans End, die Deichsel gegen Juli wend.



Juli

Kornblumen blau, Mohn flammig rot. Am Mittag rauscht das heilige Brot. Die Linde schneit, die Wachtel schlägt, der Bauer bang das Wetter wägt. Die erste Brin bricht Margaret, drauf überall die Ernt angeht. Im Schatten steht der Schnitterkrug, die Magd geht mit dem Ochsenzug, der starke Leib, die schwere Fracht. Im fernen Land ein Donner kracht. Mög uns der Himmel gnädig sein, Sankt Jakob, Dank! Das Korn fährt ein.



August

Im Garten vor dem Pfarrhaus blühen Veil, Sonnenblum und Rosmarien. Vincula Petri geht alsdann den Weizen mit der Sense an. Die Traube kocht, es gilbt der Mais, die Störche sammeln sich zur Reis'. Und bleiben sie noch nach Barthelmä, der Winter kommt, der tut nicht weh. Brachüber grast das Weidevieh, und auf den Tennen schlagen sie den Flegeltakt durchs ganze Land. So geht das Ackerland zu Rand.

Der Urlaub

Ein Mensch, vorm Urlaub, wahrt sein Haus,
dreht überall die Lichter aus,
in Zimmern, Küche, Bad, Abort,
dann sperrt er ab, fährt heiter fort.
Doch jäh, zuhinterst in Tirol,
denkt er voll Schrecken: "Hab ich wohl?"
und steigert wild sich in den Wahn,
er habe dieses *nicht* getan.
Der Mensch sieht, schauervoll, im Geiste,
wie man gestohlen schon das meiste,
sieht Türen offen, angelweit,
das Licht entflammt die ganze Zeit!
Zu klären solchen Sinnentzug,
fährt heim er mit dem nächsten Zug
und ist schon dankbar, bloß zu sehn,
das Haus blieb wenigstens noch stehn!
Wie er hinauf die Treppen keucht;
kommt aus der Wohnung kein Geleucht?
Und plötzlich ist's dem armen Manne,
es plätschre aus der Badewanne!
Die Ängste werden unermessen:
Hat er nicht auch das Gas vergessen?
Doch nein! Er schnuppert, horcht und äugt
und ist mit Freuden überzeugt,
dass er – hat er's nicht gleich gedacht? –
zu Unrecht Sorgen sich gemacht.
Er fährt zurück und ist nicht bang. –
Jetzt brennt das Licht vier Wochen lang.

(entnommen: Eugen Roth „Von Mensch zu Mensch“ Seite 18/19)

Stufen

Hermann Hesse (1877-1962)

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.

Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Wir sollen heiter
Raum und Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen;
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegen senden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...
Wohlan denn, Herz,
nimm Abschied und gesunde!

Mit der Zeit

lernst Du,
dass eine Hand halten nicht dasselbe ist
wie eine Seele fesseln.
Und dass Liebe nicht Anlehnen bedeutet
und Begleitung nicht Sicherheit.
Du lernst allmählich,
dass Küsse keine Verträge sind
und Geschenke keine Versprechen.
Und Du beginnst,
Deine Niederlagen erhobenen Hauptes
und offenen Auges hinzunehmen
mit der Würde des Erwachsenen,
nicht maulend wie ein Kind.
Und Du lernst,
all Deine Straßen auf dem Heute zu bauen,

weil das Morgen
ein zu unsicherer Boden ist.
Mit der Zeit erkennst Du,
dass sogar Sonnenschein brennt,
wenn Du zuviel davon abbekommst.
Also bestell Deinen Garten
und schmücke selbst
Dir die Seele mit Blumen,
statt darauf zu warten,
dass andere Dir Kränze flechten.
Und bedenke,
dass Du wirklich standhalten kannst
und wirklich stark bist.
Und dass Du Deinen eigenen Weg hast.

Meine Wünsche an den lieben Gott

Hallo Gott,

ich wünsche mir einen neuen Kopf,
mit diesem wollte ich schon so oft durch die Wand.
In schweren Zeiten habe ich ihn unschön hängen lassen,
und zwischendurch habe ich ihn einige Male verloren.

Schenke mir bitte auch mal neue Augen.
Zur Zeit verliere ich wichtige Dinge aus den jetzigen.
Ich sehe alles zu schwarz, gerne möchte ich alles wieder in
Farbe sehen.

Vielleicht hast Du für mich auch eine neue Nase.
Meine habe ich überall hineingesteckt, wo es nicht hätte
sein sollen.
Sie ist ziemlich abgenutzt.

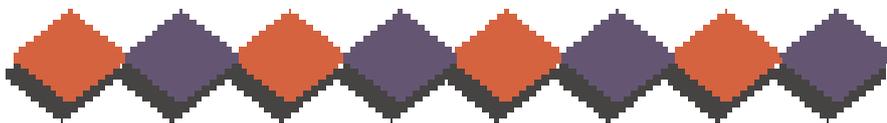
Eine neue Zunge wäre auch sehr schön.
Die ich jetzt habe, ist ein wenig scharf geworden.
Sie redet zuviel und spricht oft unkontrolliert zweideutig.

Selbst neue Ohren könnte ich gebrauchen.
Ich höre mit meinen zuviel Sorgen.
Sie hören zu wenig von Menschlichkeit und Miteinander.

Und zum Schluss - lieber Gott -
mein Mund, ich nehme ihn oft zu voll.
Er hat das Singen, das Pfeifen und auch das Lachen verlernt.
Er schweigt, wenn er sprechen soll.
Bitte gib mir einen Neuen, der wieder lachen kann.

Danke lieber Gott

Verfasser unbekannt



Allen Schützenschwestern
und Schützenbrüdern
ein herzliches „Horido“

Das Redaktionsteam **Sicht**



Sicht ist eine Informationszeitung von und für Seniorinnen und Senioren in der Stadt Arnberg.

Die abgedruckten Beiträge geben die Meinung eines Verfassers, einer Gruppe oder einer Institution wieder. Diese muss nicht der des Herausgebers entsprechen.

Redaktionsteam:

Jutta Beisken, Marita Gerwin,
Otto Hesse, Silvia Junghöler,
Bernd Kipper, Herbert Kramer,
Eduard Kuntz,
Josef Meinschäfer, Helmut Plaß,
Anneliese Welling,
Waltraud Ypersiel

Koordinationsstelle:

Marita Gerwin ☎ 02932/529054
Bürgermeisteramt -Pressestelle-:
Elmar Kettler

Layout: Petra Krutmann