

Vereins-Mitteilungen

2011



SENIORENHILFE  
MAAR E.V.

Für Lauterbach und  
seine Stadtteile



Burghof in Lauterbach

Foto: H. Greb

## Inhalt

Begrüßung	1
Programm 2011	2
Hilfen	3
Alt und Jung	4
Chronik	5
Statistik 2010	7
Unser Verein im Internet	8
Vorsorgevollmacht	9
Manche Menschen wissen nicht ...	9
Der „Dienstagsclub“ lebt	10
Friedrich-Wilhelm Möller erzählt	11
Heilkräfte vor der Haustür	14
Ich sage ja	15
Aktivenfahrt	16
Alzheimer – Demenz – was ist zu tun?	17
Zu Hause oder im Heim? Pflegefall – was nun?	19
Endlich eine Lösung	20
„Das ist Politik“	21
Die Schönheit einer Frau	22
Rätsel	23
Humoriges	24
Gut zu wissen . . .	25

## Impressum

Seniorenhilfe Maar e.V. (☎ 06641-4050)  
Hauptstraße 6 (Altes Rathaus)  
36341 Lauterbach-Maar  
Internet: seniorenhilfe-maar.de  
e-mail: seniorenhilfe.maar@yahoo.de

### Sprechzeiten:

Mo., Mi. 9.30 – 11.30 Uhr

Fr. 14.00 – 15.30 Uhr

In **Lauterbach** jeden ersten Donnerstag im Monat Sprechstunde im Sitzungssaal des Rathauses, von 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr, außer in den Schulferien

### Vorstand

Kurt Sorg, Wallenrod	06638-646	Vorsitzender
Gerda Krömmelbein, Wallenrod	06638-200	stellv. Vors.
Heidi Neidhart, Lauterbach	06641-62119	stellv. Vors.
Marion Horstmeyer, Lauterbach	06641-1860577	Rechnerin
Inge Jöckel, Lauterbach	06641-1465	Schriftführerin
Erwin Greb, Lauterbach	06641-917120	Beisitzer
Hans-Kurt Dietz, Maar	06641-919540	Beisitzer
Hannelore Greb, Lauterbach	06641-2111	Beisitzerin
Erika Stöppler, Maar	06641-2662	Ehrenvorsitzende

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

vor 12 Jahren erschienen die Vereinsmitteilungen der Seniorenhilfe Maar zum ersten Mal. Das Heft sollte die Mitglieder und Freunde der Seniorenhilfe informieren über die vielfältigen Aktivitäten des Vereins im abgelaufenen Jahr. Andererseits unterrichtete es die Leserschaft über die für das gerade begonnene Jahr geplanten Vorhaben. Das ist bis heute so geblieben.

Das Redaktionsteam hat in 6 Arbeitssitzungen zusammengetragen, was im Jahr 2010 im Verein alles geschehen ist. Hervorheben möchte ich an dieser Stelle die Mitgliederversammlung am 20. März 2010 im „Landgasthof Tenne“ in Maar. Damals standen Neuwahlen für den Vorstand auf der Tagesordnung. Herr Harm Hartig kandidierte nicht mehr, was mich veranlasst, ihm an dieser Stelle noch einmal herzlich zu danken für seine langjährige Arbeit als Rechner der Seniorenhilfe Maar. Frau Hannelore Greb wurde als 3. Beisitzerin in den Vorstand gewählt. In einer außerordentlichen Mitgliederversammlung am 27.05.10 wurde Marion Horstmeyer zur Finanzwartin gewählt. Alle anderen Vorstandmitglieder wurden einstimmig in ihren Ämtern bestätigt.

Einen breiten Rahmen nahm die Diskussion um eine Satzungsänderung ein, die von Herrn Dr. Liller angeregt wurde. Der Vorstand hat sich im Rahmen seiner Sitzungen im Laufe des Jahres mit diesen Problemen befasst und wird der Mitgliederversammlung am 24.03.2011 einen entsprechenden Entwurf zur Abstimmung vorlegen.

Aus der Vielzahl der Veranstaltungen möchte ich hier beispielsweise unseren Begegnungsnachmittag „Alt und Jung“ hervorheben. Er ist immer wieder ein Höhepunkt in unserem Vereinsleben.

Ich hoffe und wünsche, auch im Namen der Vorstandsmitglieder, dass Sie in großer Anzahl die Ihnen angebotenen Veranstaltungen besuchen werden.

Abschließend wünsche ich Ihnen für das Neue Jahr Gesundheit und Wohlergehen. Bleiben Sie der Seniorenhilfe treu.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr *Kurt Sorg*

# VERANSTALTUNGEN 2011

Bitte beachten Sie, dass die Veranstaltungen an verschiedenen Orten stattfinden:

- Sa. 19.03.11 14.00 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus LAT-Maar  
Begegnungsnachmittag „**Alt und Jung**“ mit den Kindern der Gudrun-Pausewang-Schule u. a.
- Do. 24.03.11 19.00 Uhr im „Landgasthof Tenne“ in LAT-Maar  
**Mitgliederversammlung**
- Do. 14.04.11 16.00 Uhr in der Gudrun-Pausewang-Schule in LAT-Maar **Kochen** für den kleinen Haushalt mit Erika Stöppler und Kurt Sorg (wegen begrenzter Arbeitsplätze ist Voranmeldung erforderlich).
- Do. 12.05.11 19.00 Uhr im „Landgasthof Tenne“ LAT-Maar  
Information über den neuen **Pflegestützpunkt** und über **Tagespflege**. Referenten Frau Monique Abel und Herr Dipl. Soz. Päd. Oliver Will.
- Do. 19.05.11 15.00 Uhr **„Heilkräuterspaziergang“** mit Apothekerin Christiane Pflug
- Do. 09.06.11 19.00 Uhr im „Landgasthaus Tenne“ in LAT-Maar  
Vortrag von Rechtsanwalt Tobias Schul **„Schenken und Vererben / Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung“**
- Do. 22.09.11 16.00 Uhr in der Gudrun-Pausewang-Schule in LAT-Maar **„Malen“** mit Margarethe Schönherr
- Aktivenfahrt im September (Einladung erfolgt)
- Do. 17.11.11 19.00 Uhr **Erfahrungsaustausch der Aktiven** mit Jahresplanung für 2012.

An jedem **zweiten Mittwoch** des Monats ist unser **Spiele-Nachmittag** im Posthotel Johannesburg um 14.30 (außer in den Ferien).

## ***Wenn jemand Hilfe braucht***

Das Büro ist die Vermittlungsstelle für die Hilfen, die der Verein anbietet:

Besuchsdienste, Einkaufen, Hilfen im Haushalt, Begleitung zu Ärzten und Behörden, Entlastung pflegender Familienangehöriger, Schreibhilfen, Reparaturhilfen Holz und Textil, andere Reparaturhilfen, Fahrdienste, . . . .

1. Wer eine Hilfe braucht, ruft im Büro an und nennt das Problem, ebenso Namen, Anschrift und Telefonnummer.
2. Das Büro ruft einen geeigneten Helfer an und nennt ihm die Aufgabe, den Namen, die Anschrift und die Telefonnummer.
3. Dieser Helfer setzt sich mit dem Hilfesuchenden telefonisch in Verbindung, bespricht alles Nähere und macht einen Termin aus.
4. Nun kann die Hilfe ausgeführt und abgerechnet werden (1 Stunde € 2,50, für jede weitere angefangene Stunde desselben Einsatzes € 1,50).
5. Der Helfer (Aktive) bringt das Geld ins Büro und erhält für 1 Stunde Hilfe zwei Punkte auf seinem Punktekonto gutgeschrieben.
6. Alle freuen sich, dass es gut gelaufen ist.

## ***Wir leisten Hilfe in:***

Sickendorf

Heblos

Wallenrod

Allmenrod

Rimlos

Reuters

Frischborn

**Lauterbach**

Maar

Rudlos

Wernges

## Alt und Jung 2011

Die allseits beliebte Veranstaltung der Seniorenhilfe findet in diesem Jahr am 19. März wie immer im Dorfgemeinschaftshaus Maar statt.

Im Laufe des wieder sehr bunten Programms unterhalten uns diesmal die **Kinder** der Gudrun-Pausewang-Schule.

Die Herbsteiner **Tanzgruppe** „Vulkan Line-Dancer“ wird uns eine besondere Tanzart vorführen.

Auch das **Handwerk** ist in diesem Jahr sehr außergewöhnlich. Es handelt sich dabei um „Sprang“, eine sehr alte Handarbeitstechnik, die schon vor Tausenden von Jahren angewandt wurde. „Nadelbinden“, „Brettchenweben“ und „Bandweben“ wird uns Frau Sabine Martini-Hanßke aus Dirlammen ebenfalls kurz vorstellen.

Kaffee, Kuchen, Tee, belegte Brötchen und kalte Getränke sorgen für eine gemütliche Plauder- und **Kaffeerunde**, nach der es hoffentlich wieder Beiträge aus dem Publikum geben wird. Jeder, der ein Gedicht, ein Lied, ein Musikstück oder sonstiges Kurzweiliges zum Vortrag bringen möchte, ist uns sehr willkommen.

Weiter haben wir wieder die **Fotoausstellung** im Vorraum geplant, und kein Besucher soll ohne ein kleines **Andenken** nach Hause gehen

Es wäre schön, wenn sich wieder so viele fleißige Kuchenbäcker wie im letzten Jahr finden würden (bitte im Büro ☎ 06641-4050 melden).



## **Chronik 2010**

**06.01.** Letzte Redaktionssitzung für die Vereinsmitteilungen 2010

**13.01.** Erster Spielenachmittag des Jahres im Posthotel Johannesburg mit 12 Teilnehmern.

**18.01.** Der Kurs „Fit und gesund bis ins Alter“ mit Monika van Treek beginnt im DRK-Haus in Lauterbach.

**12.02.** Besuch der Journalistin Frau Hahn-Grimm vom Lauterbacher Anzeiger. E. Stöppler, H. Neidhart und K. Sorg berichten von der Arbeit der SHM für einen Artikel in der Beilage „*Vital im Leben*“.

**26.02.** Herr Reiner Linden vom Hessischen Rundfunk macht ein Interview mit Vorstandsmitgliedern der SHM. (Ausstrahlung am 01.03.).

**16.03.** Gerda Krömmelbein und Kurt Sorg besuchen in Angersbach eine Sitzung der Initiative „*Angersbach aktiv*“, um die Arbeit der Seniorenhilfe Maar vorzustellen.

**20.03.** Um 14.00 Uhr treffen sich Mitglieder und Gäste im DGH Maar zum Begegnungsnachmittag „Alt und Jung“. Ein umfangreiches Programm unterhält die Besucher bei Kaffee und Kuchen.

**25.03.** Zur ordentlichen Mitgliederversammlung 2010 treffen sich die Mitglieder der Seniorenhilfe im „Landgasthof Tenne“ in Maar. In den Vorstand gewählt werden für Harm Hartig Dr. Peter Schwarz als Finanzwart und Frau Hannelore Greb als Beisitzerin.

Der Vorstand wird beauftragt, eine den veränderten Verhältnissen angepasste Satzung zu erarbeiten.

**29.03.** Die „Grünen Damen“ des Eichhof-Krankenhauses lassen sich von Erika Stöppler die Arbeit der Seniorenhilfe vorstellen.

**20.04.** Heidi Neidhart und Inge Jöckel besuchen eine Veranstaltung in Kirchheim auf Einladung von Frau Abel von dem Verein „Die Wühlmäuse“ und stellen dort die Arbeit der SHM vor.

**10.05.** Gerda Krömmelbein und Erika Stöppler nehmen an einem Themenworkshop des Schwalm-Eder-Forums teil und stellen dort unseren Verein vor.

**27.05.** Anlässlich einer außerordentlichen Mitgliederversammlung im „Landgasthof Tenne“ in Maar wird Frau Marion Horstmeyer zur Finanzwartin gewählt.

**10.06.** Frau Henkel von der privaten Pflegeberatung „Concordia“ hält im „Landgasthof Tenne“ in Maar einen aufschlussreichen Vortrag zur „Pflegeberatung im Zusammenhang mit privaten und gesetzlichen Versicherungen“.

**24.06.** Frau Wunsch und Herr Körber von der Nachbarschaftshilfe Schlitz kommen zu einem Informationsgespräch mit einigen unserer Vorstandsmitglieder

**01.07.** Ein Kräuterspaziergang durch Wald und Feld mit Apothekerin Christiane Pflug begeistert die Teilnehmer (s. a. Seite 14).

**19.08.** Herr Ingo Schwalm hält einen beachtenswerten Vortrag über Erkennung und Umgang mit Demenz (s. a. Seite 17).

**21. und 22.08.** Die Seniorenhilfe beteiligt sich am Dorffest in Maar. Das Büro ist geöffnet. Vorstandsmitglieder stehen Interessenten zu Gesprächen zur Verfügung.

**03.09.** Unsere Aktivenfahrt führt uns nach Bad Nauheim. Dort treffen wir im Rahmen der „Bad Nauheimer Gesundheitswoche“ mit Vertreterinnen der Nachbarschaftshilfe zum Erfahrungsaustausch zusammen. Danach bleibt noch Zeit, sich in der Landesgartenschau 2010 umzusehen (s. a. Seite 16).

**08.09.** Vorstandsmitglieder empfangen im Büro Frau Smakal und Frau Stein aus Altenburg zu einem Informationsgespräch wegen Gründung eines ähnlichen Vereins.

**09.09.** Gerda Krömmelbein weist einen Teil der neuen Aktiven in die Arbeit des Vereins ein.

**20.09.** Eine Abordnung aus Lanzenhain trifft sich mit Vorstandsmitgliedern zu einem Informationsgespräch.

**05.10.** Der „Dienstagsclub“ fährt nach Sargenzell, um den Fruchtetepich zu bewundern.

**20.10.** „Gesund und fit bis ins Alter“ beginnt wieder mit Frau Monika van Treek.

**18.11.** Im Jägerhof in Maar treffen sich die Aktiven des Vereins. Die Versammlung blickt auf 2010 zurück und bespricht Pläne für 2011. Herrn August Lang, der aus dem aktiven Vereinsleben ausscheidet, wird mit herzlichen Worten für seine langjährige und stets qualifizierte Arbeit gedankt.

**19.12.** Im Rahmen des Maarer Weihnachtsmarktes verwandelt sich unser Büro zum dritten Mal in Folge in eine stimmungsvolle Vorlestube für Jung und Alt.

Ob wir das Schöne in der Welt wahrnehmen  
oder vor allem auf das schauen, was negativ ist,  
liegt ganz bei uns selbst.  
Jeder hat immer neu die Wahl,  
seinen Blick auf die Blüte und ihren Duft zu werfen  
oder auf die schon gefallen Blätter.

## **Statistik 2010**

An jedem Jahresende sehen wir mit verständlichem Interesse auf die vergangenen 12 Monate zurück, um uns auch von den Zahlen bestätigen zu lassen, dass wir erfolgreich gearbeitet haben.

Ausgangspunkt waren am 01.01.2010 420 Mitglieder. Wir verloren 22 durch Tod, Abmeldungen oder Umzug. Dagegen konnten wir 40 Personen als neue Mitglieder begrüßen, so dass unser jetziger Mitgliederstand 438 beträgt. Von den 438 Mitgliedern stellen 56 als aktive Helfer ihre Zeit zur Verfügung, um Mitmenschen ehrenamtlich zur Seite zu stehen. Von diesen 56 Aktiven waren 2010 40 im Einsatz (rund 70%), nämlich 24 Damen und 16 Herren. Sie leisteten 866 Einsätze. In dieser Zahl 866 sind auch die insgesamt 164 Sprechstunden in Maar und Lauterbach enthalten sowie die Arbeitstreffen der Gruppe, die das jährlich erscheinende Infoheft erstellt.

Verteilt man die 866 Einsätze auf 52 Wochen, entfallen auf jede Woche 16 Einsätze, nämlich rund 4 im Büro für Verwaltung, telefonische Vermittlung der Anfragen, Abrechnungen, Beratung, Öffentlichkeitsarbeit, Infoheft u. a. 12 mal pro Woche wird den Mitgliedern vor Ort direkt geholfen, nachdem sie darum gebeten hatten. Das waren 36 Personen (knapp 10% der Mitglieder), die wöchentlich besucht werden, andere, die verschiedentlich die Fahrdienste zu Arztpraxen, Apotheken o. a. in Anspruch nehmen, und wieder andere, die regelmäßig oder unregelmäßig beim Einkauf oder anderen Erledigungen nicht alleine sein wollen oder können. Die Entlastung pflegender Familienangehöriger oder Besuche im Alten- und Pflegeheim sowie Unterstützung bei schriftlichen Arbeiten, beim Umzug und bei häuslicheren Verrichtungen nach einem Klinikaufenthalt z. B. werden nachgefragt und geleistet.

Der Kontakt zu den Mitgliedern wird gepflegt durch das jährlich erscheinende Infoheft, durch „Alt und Jung“, durch Vorträge, Aktionsnachmittage mit Kochen, Malen, Spaziergängen, mit Bewegungskursen und telefonischen Anfragen (siehe auch Seite 2 und Chronik Seite 5).

Der Kontakt unter den 56 Aktiven selbst wird gefestigt durch den jährlich stattfindenden Ausflug mit Erfahrungsaustausch zu einer

auswärtigen, ähnlich arbeitenden Organisation und dem im Spätherbst angesetzten Treffen mit Rückschau und Planung fürs folgende Jahr.

*Wir danken unseren Helferinnen und Helfern ganz herzlich für ihre selbstlose Einsatzbereitschaft im Jahre 2010.*

## **Unser Verein im Internet**

Bisher lief die Arbeit mit und für unseren Verein hauptsächlich über persönliche Kontakte, über die Post und das Telefon. Aber wir verfügen natürlich auch seit längerer Zeit über die Möglichkeit mit Hilfe des Computers (Internet) Kontakt zu unseren Mitgliedern aufzunehmen. Wir setzen nicht voraus, dass alle unsere Mitglieder über Internet-Anschlüsse verfügen, aber wir glauben, dass ein Teil von ihnen schon mit dieser Technik vertraut ist und von den Erleichterungen bei Kontaktaufnahme und Kommunikation profitieren kann.

Von unserem Mitglied, Herrn Gerhard Beetz, wird die Homepage der Seniorenhilfe ständig aktualisiert. Er wird in Zukunft auch den Internet-Auftritt unseres Vereins „barrierefrei“ gestalten, so dass sogar hör- oder sehgeschädigte Mitglieder ihn nutzen können.

Mitglieder, die daran interessiert sind, bitten wir also, uns ihre e-mail Adressen bekannt zu geben, damit wir auch so mit ihnen Kontakt aufnehmen können. Das würde unsere Arbeit einfacher und kostengünstiger machen. Wir sind dankbar für jede Anregung unserer Mitglieder in dieser Beziehung.

Hierzu noch einmal die relevanten e-mail Adressen:

1. Seniorenhilfe Maar: [seniorenhilfe-maar@yahoo.de](mailto:seniorenhilfe-maar@yahoo.de)
2. Herr Gerhard Beetz: [gbeetz@live.de](mailto:gbeetz@live.de)
3. Die Homepage der Seniorenhilfe finden Sie im Internet unter: [www.seniorenhilfe-maar.de](http://www.seniorenhilfe-maar.de)

## **Vorsorgevollmacht**

Letztes Jahr haben wir Ihnen Hinweise zur Patientenverfügung gegeben und Ihnen eine Checkliste für Angehörige empfohlen. Haben Sie sich schon mit Beidem befasst?

Dann wird es Zeit, sich auch um die **Vorsorgevollmacht** zu kümmern. In der Vorsorgevollmacht benennt der Verfasser einer Patientenverfügung verbindlich einen Bevollmächtigten, der ihn in allen Belangen vertreten kann. Die Vorsorgevollmacht wird erst dann wirksam, wenn der Vollmachtgeber nicht mehr selbst entscheiden kann.

Die Benennung des Bevollmächtigten muss nicht beglaubigt werden, muss aber in jedem Fall schriftlich erfolgen, um dem Bevollmächtigten einen Nachweis an die Hand zu geben.

Wenn Sie Näheres über Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Vererben und Verschenken erfahren möchten, besuchen Sie unseren Vortrag von Herrn Rechtsanwalt und Notar Tobias Schul am 09.06.2011 (s. a. *Veranstaltungen* Seite 2).

### ***Manche Menschen wissen nicht . . . .***

Manche Menschen wissen nicht,  
wie wichtig es ist, dass sie einfach da sind.

Manche Menschen wissen nicht,  
wie gut es tut, sie nur zu sehen.

Manche Menschen wissen nicht,  
wie tröstlich ihr gütiges Lächeln wirkt.

Manche Menschen wissen nicht,  
wie wohltuend ihre Nähe ist.

Manche Menschen wissen nicht,  
dass sie ein Geschenk des Himmels sind.

Sie wüssten es, würden wir es ihnen sagen.

Petrus Ceelen, (\*1943)

## **Der "Dienstagsclub" lebt!**

Eine Tasse Kaffee oder Tee zum Kuchen? Am richtigen Platz fühlen sich die Gäste des Maarer Dienstagsclubs, denen im November 2009 das Aus drohte, nachdem sie sich seit 1994 wöchentlich auf Eigeninitiative hin im Maarer Dorfgemeinschaftshaus getroffen hatten.

Wie konnte das Ende abgewendet werden? Die Seniorenhilfe bot sozusagen Rettung für diese segensreiche Einrichtung an, indem sich einige Ehrenamtliche fanden, die abwechselnd vierzehntägig die Treffen nun planen, vorbereiten und durchführen.

Die Gäste unterhalten sich lebhaft, und nach dem Kaffeetrinken, zu dem es statt frischen Kuchen vom Bäcker manchmal auch belegte Brötchen oder anderes gibt, wird oft gemeinsam gesungen. Die Textblätter hat Gisela Schmidt-Winterholler parat und unter ihrer Akkordeonbegleitung wird das Singen zu einem besonders wohltuenden Gemeinschaftserlebnis. Manchmal wird auch vorgelesen, zu einem besonderen Thema referiert oder ein Halbtagsausflug unternommen, so wie am 10. August ins Vogelschutzgehölz und am 5. Oktober von 13–18 Uhr zum Fruchteppich nach Sargenzell.

Die Kosten für Essen und Trinken werden seit der Gründung mit einer Pauschale pro Gast gedeckt, wobei von dem Überschuss u. a. die Beträge für die Küchenbenutzung beglichen werden. Für den Fall, dass es nicht reicht, springt freundlicherweise die Harald und Katharina von Mannteuffel-Stiftung ein, der an dieser Stelle herzlich gedankt sei.

Für alle, die jetzt ein wenig neugierig geworden sind und gute Vorsätze für's neue Jahr gefasst haben, geben wir hier die nächsten Termine bekannt:

25.1.11; 8.2.11; 23.2.11; u.s.w. jeweils von 14.00-17.00 Uhr. Alle Mitglieder der SHM sind herzlich willkommen.

(Bitte das erste Mal im Büro anmelden. Tel.:06641-4050)

## **Friedrich-Wilhelm Möller erzählt**

Nach spätestens einem Satz hört man den etwas singenden Klang aus dem eines norddeutschen Dialektes heraus. Diese Akzent-Färbung in seiner Sprache ist auch nach Jahrzehnten geblieben, seit Friedrich Wilhelm Möller aus Mecklenburg zurück gekehrt ist in seine Heimat im Vogelsberg, in der er am 5. Dezember 1931 in Lauterbach geboren wurde. Noch nicht zwei Jahre alt war er, als er mit Mutter, Vater und seinem kleinen Bruder, der noch in den Windeln lag, übersiedelte nach Klocks in Mecklenburg. Einige Jahre später in 1947 war es, als morgens früh in der Dunkelheit ein LKW auf den Hof der Familie in Mecklenburg rollte. Die jüngste Tochter auf dem Arm, stieg Mutter Möller ins Führerhaus, ihre vier Jungs wurden hinten auf die wackelige „Pritsch“ gepackt. Zu den abstrusen Folgen des zweiten Weltkriegs gehörte es, dass die Familie alles das, was sie sich mühsam im Osten aufgebaut hatte, auf erniedrigende Weise wieder verlassen musste: ein schönes geräumiges Haus und eine 20 Hektar Landwirtschaft mit allem Drum und Dran. Gerade war die letzte Rate getilgt worden.

Zu Hause war die elterliche Familie von Friedrich Möller ursprünglich direkt in Lauterbach. Im Frühjahr 1933 beschloss der Familienrat die Möglichkeit wahrzunehmen, auszusiedeln an die Klocksiner Seenplatte in Mecklenburg. Vater Melchior Möller war als Zeitsoldat ausgezahlt worden und ging in diesem Fall auf das Angebot ein, sich als Siedler selbständig zu machen. Wie damals hier auch beispielsweise viele Melkerfamilien aus der Schweiz an dieser Stelle eine neue Heimat fanden. Gleich zu Kriegsbeginn wurde der Vater eingezogen. Zunächst standen der Mutter Arbeiter zur Seite, auch Friedrich packte von Beginn an handfest und tatkräftig zur Erhaltung des Hofes mit an. Er hütete die Kühe nach der Schule auf der Weide, half beim Melken, bei Mäh- und allen anderen anfallenden Arbeiten. Man brachte alles gut durch - in den ersten Kriegsjahren schien es auf dem Land der fruchtbaren Mecklenburger Seenplatte im Verhältnis relativ ruhig. Je näher der Zusammenbruch rückte, um so schwerer hatte auch die Landbevölkerung zu leiden. Massen flüchtender Menschen durchzogen das Dorf, Versprengte und Soldaten verschiedener Waffengattungen – untergebracht wurden sie vorübergehend in allen Häusern ebenso wie Evakuierte aus den rheinischen Metropolen.

Irgendwann zogen alle immer wieder weiter ihren Weg in Richtung Westen. Eine Erinnerung kommt auf bei Friedrich Möller, die er als Jugendlicher als besonders erniedrigend erlebte: Als die Familie mit den beschäftigten Polen beim gemeinsamen Essen saß und plötzlich englische Offiziere in den Raum traten. Spontan, ohne zu fragen, schoben sie alle Pfannen und Töpfe vom Herd und kochten sich Kaffee. „Da stieg so eine ohnmächtige

Wut in mir hoch!“ Wollte man überleben, blieb nur übrig, sich ruhig zu verhalten und kein Wort darüber zu verlieren.

Als die Rote Armee einrückte, wurden Rinder und Pferde beschlagnahmt, nach Russland getrieben – eine Kuh verblieb jeder Familie. Ab Mai 1945 wurden die Szenen, die sich abspielten, von Tag zu Tag abstruser. „Heute würde man sagen, ein Trauma folgte dem nächsten. Damals, als 15-jähriger Junge, hast du das abgeschüttelt. Damit zurecht kommen musst du alleine – es hat keiner gefragt!“ Wenn die unfassbaren Bilder vor allen Dingen mit wachsendem Alter wieder nach oben drücken.

Schon lange war jedes Zimmer auf dem Klocksiner Hof der Möllers belegt. Darunter Flüchtlinge aus Ostpreußen und Vertriebene aus dem Sudetenland. Alle Kinder wohnten in einem großen Zimmer, Friedrich Möller als ältester mit fünfzehneinhalb lag vorne an der Tür. „Nachts wurden die russischen Soldaten laut und geisterten mit aufgeblendeten Taschenlampen durch die Wohnung. „Mit aufgepflanztem Bajonett standen sie eines Nachts vor der Tür der Kinder.“ Friedrich Möller öffnete: „Vor allen Dingen durftest du keine Angst zeigen!“ Durch sein beherrztes Verhalten konnte er seine Mutter und andere Frauen vor dem Schlimmsten bewahren.

Nach Kriegsende wurden zunächst mit Axt und mit dem Spaten die Häuser von den Kriegsschäden repariert. Man begann zu leben mit dem, was man hatte. Mit dem Geist der Jugend stürzte sich auch Friedrich Möller in die Arbeit, um den geliebten Hof wieder auf Vordermann zu bringen. Bis eines Tages die Enteignungskommission auftauchte. Im Anschluss wurden Enteignungsurkunden ausgestellt und 14 Tage ausgehängt im Schaukasten im Dorf. War man hier genannt, durfte man nicht in seinem Ort bleiben, sondern erhielt Quartier in einem anderen.

„Wenn es so ist, gehen wir lieber nach Hessen zurück“, beschloss die Mutter, damals 39 Jahre alt. Ein alter Bekannter, der mit einem Lastwagen die Gegend bis Rostock befuhr, bot ihr eines Abends an: „Morgen früh nehm’ ich euch mit!“ Dem knapp 16-jährigen Friedrich Möller zerriss der Abschied das Herz. Bereits im Westen, hielt sich der Traum von der baldigen Rückkehr noch lange Jahre in seinem Inneren. Viel später, nach der Wiedervereinigung, erfuhr Friedrich Möller, dass nicht einer der Flüchtlinge, die im gleichen Haus lebten, etwas mitbekommen hatte von der Flucht der Mutter mit ihren fünf Kindern. Bis nach Berlin ging die Fahrt, dort erlebte man Trümmerfrauen bei ihrer Arbeit in der schwer zerstörten Metropole. Auf abenteuerliche Weise wurde der Vogelsberg wieder erreicht. Dadurch, dass man verwandtschaftliche Beziehungen hatte, ging es der Familie um vieles besser als anderen Flüchtlingen oder Vertriebenen. Unterkommen konnte man zunächst beim Großvater.

Seinen Traumberuf als Zimmermann konnte Friedrich Möller nicht erlernen. So besuchte er die Lauterbacher Schule für Landwirtschaft und arbeitete in vielen verschiedenen Betrieben bis hin nach Ostfriesland. Schließlich wurde Friedrich Möller der letzte Betriebsleiter auf dem Lauterbacher Lehrhof. 1968 wurde ein Bauplatz in Sickendorf gekauft mit Ehefrau Gertrud, ein Haus wurde gebaut. Eines Tages schenkte ihm ein Schäfer zwei kleine Lämmer. Friedrich Möller zog sie auf, seine spätere Liebe zur Schafzucht fand hier ihren Ursprung. Noch heute vergnügen sich ein paar Schafe in der fürsorglichen Obhut des Ehepaares. Auf keinen Fall zu vergessen ist Florian, der 16-jährige Ziegenbock - Mittelpunkt und Maskottchen der Familie.

Ehrenamtlich engagierte sich Friedrich Möller lange unter anderem im „Schafhalterverein Vogelsberg“ und im „Verein landwirtschaftlicher Fachschulabsolventen“. Heute noch ist er aktives Mitglied der Seniorenhilfe Maar.

Übrigens: In den 90er Jahren zog einer seiner Brüder nach seiner Pensionierung zurück in das Haus in Klocksın. Ziemlich verfallen war alles, er baute es Stück für Stück wieder auf. Immer, wenn Friedrich Möller zu Besuch kommt, erlebt er herzlichste nachbarschaftliche Sympathien. Bis heute.



*Text und Bild von Margaret Perkuhn*

## **Heilkräfte vor der Haustür**

„Gleich hier die Brennnessel“ – so abweisend sie tut, so segensreich kann sie wirken! Die Samen enthalten Phytoöstrogen und leisten dadurch in der Frauenheilkunde ihre Dienste, und die jungen Triebe liefern, gekocht und zubereitet wie Spinat, eine preiswerte und wohlschmeckende Speise, die reich an Mineralstoffen und Vitaminen ist. Kräftigend und reinigend wirkt der Tee aus frischen oder getrockneten Blättern. Das war eine der häufig vorkommenden Pflanzen, die uns die Apothekerin Christiane Pflug aus Lauterbach beim Kräuterspaziergang zeigte.

Der ursprünglich geplante Termin 25. Mai musste wegen lang anhaltender Kälte und Nässe verschoben werden, und der danach anvisierte 1. Juli überraschte jedoch mit dem Gegenteil, nämlich mit drückender Hitze bei +29° C. Da erschienen gar die Baumschatten im und am Wald den Teilnehmern als Inseln der Glückseligkeit, auf die sie aus dem grellen Sonnenschein flüchten konnten. Auch dort auf Schritt und Tritt auffällige sowie auch unscheinbare Pflanzen – allesamt aber mit Wirkstoffen, die die Menschen zur Linderung zahlreicher Leiden einsetzen können.

Frau Pflug zeigte den Beifuß, den Stein-, Horn- und Hopfenklee, Weiß- und Rotklee, das Kleine Habichtskraut, weißes und gelbes Labkraut und das Johanniskraut, welches das Dunkle und Böse zu vertreiben vermag. Gegen das Licht gehalten, erscheinen die Blätter des Johanniskrautes fein durchlöchert. Das sind die Öldrüsen, die die Kraft der Sonne speichern können.

Weitere Schritte führten zum Spitzwegerich, der blutstillend wirkt, zur Wiesenglockenblume, zum Klebkraut und zur Karthäuser Nelke. Waldwachtelweizen, Ziest, Storchenschnabel, Huflattich und Rainfarn rundeten den kurzweiligen Spaziergang ab.

Philosoph und Arzt Paracelsus (1494 – 1541) hatte in seinen Schriften zur Heilkunst die einheimischen Pflanzen beschrieben. In den Wirren der Zeit musste er vor der Obrigkeit zugeben, sein Wissen auch von Hebammen und kräuterkundigen Frauen bezogen zu haben. Weil diese aber oft als Hexen galten, wurden seine diesbezüglichen Schriften als „Hexenwerk“ verbrannt.

Somit sei in Mitteleuropa, wie Frau Pflug erläuterte, die althergebrachte traditionelle Heilkunst des Volkes weitgehend verloren gegangen.

Eine Veranstaltung war es, die durch neue Erkenntnisse, genaues Beobachten und die persönlichen Begegnungen als gelungen bezeichnet werden kann.

Auch 2011 geht es wieder hinaus ins Grüne! Am 19. Mai 2011 um 15.00 Uhr mit Christiane Pflug. Der Treffpunkt wird noch bekannt gegeben.

## ***Ich sage ja***

Ich sage ja  
zu jedem neuen Tag!  
Noch blüht der Flieder,  
gaukeln Schmetterlinge,  
noch hab ich dich  
noch hab ich die Musik,  
noch gibt's so viele  
wunderschöne Dinge.

Auch du: Sag ja  
zu jedem neuen Tag!  
Noch bringt's was,  
sich fürs Leben stark zu machen.  
Sieh doch das Kind dort spielen,  
sieh die Wolken ziehn.  
Komm, öffne dich, nimm teil,  
trau dich zu lachen!

*(Gudrun Pausewang)*



## Aktivenfahrt

Ein Dankeschön – verbunden mit Fortbildung und der Möglichkeit, außerhalb des gewohnten Alltags sich zu entspannen und neue Kräfte zu sammeln, und das alles mit netten Menschen – das bietet alljährlich der Besuch bei einer auswärtigen Einrichtung, die die selbe Zielsetzung hat wie die Seniorenhilfe Maar.

Die Nachbarschaftshilfe Bad Nauheim war am 03.09.2010 unser Ziel. Auffallend war für uns, dass sie ihre Hilfsangebote viel breiter und detaillierter in ihrem Info- und Anmelde-Faltblatt dargestellt hatten als wir in unserem. Jeder Hilfebereich war noch einmal unterteilt, zum Beispiel bei „Besuchsdienste“ wurde zum Ankreuzen angegeben: Besuch im Krankenhaus, Besuch im Alten- und Pflegeheim, Besuch zu Hause (z. B. Gesellschaft leisten, Vorlesen), Entlastung pflegender Familienangehöriger.

Diese Ausführlichkeit soll, wie es sich im Gespräch erwies, hilfsbereiten Mitbürgerinnen die Entscheidung erleichtern, sich ehrenamtlich zu engagieren. Die stetige Ausschau nach Helfenden und nach Menschen die Hilfe gebrauchen könnten, ist ebenfalls im besuchten Verein ein zentraler Punkt der Arbeit, denn es ist auch da ein stetiges Kommen und Gehen in der großen Mitgliederschar.

Der Nachmittag bot Gelegenheit zum Besuch der Landesgartenschau, und eine sonnige Rückfahrt in den Vogelsberg rundete den Tag ab.



Einige Teilnehmer im Kurpark von Bad Nauheim

## **Alzheimer – Demenz – Was ist zu tun?**

Wie oft nehmen wir die Worte „Alzheimer“ oder „Demenz“ bei den verschiedensten Gelegenheiten in den Mund? Haben wir nicht schon häufig, bei eigenem Vergessen irgendwelcher Tätigkeiten, von uns behauptet: „Ich glaube ich habe Alzheimer“, oder mit einem gemeineren Hintergrund gesagt oder gedacht: „der/die ist doch dement“? Jeder weiß, diese Erkrankung will niemand, wir wissen wenig darüber, wollen am besten nichts damit zu tun haben. Ein kluger Mann hat einmal gesagt: „Jeder bekommt Alzheimer, man muss nur alt genug werden!“ Was ist aber Alzheimer / Demenz und wie kann ich diese Krankheit verstehen, wie kann man diese Krankheit erkennen, wie behandeln und was kann man dagegen tun?

Wir vergessen alle mal etwas, z.B. gehen wir in die Küche, um etwas zu holen, stehen da und wissen plötzlich nicht mehr, warum wir dorthin gegangen sind. Es fällt uns in diesem Moment nicht mehr ein. Wir verlassen die Küche und kurze Zeit später erinnern wir uns wieder an den Grund. Der wichtige Unterschied ist hier, dass ein demenzkranker Mensch das Vergessen „vergisst“ und es ihm nicht wieder einfällt. Das Verlegen von verschiedenen Gegenständen ist uns auch nicht fremd, ist aber zunächst nicht krankhaft. Ältere Menschen, die an einer Form der Demenz leiden, haben zunehmend diese Ausfälle des Kurzzeitgedächtnisses, sie finden eventuell ihr Bügeleisen im Kühlschrank wieder und im fortgeschrittenen Stadium der Demenz wissen sie nicht mehr, wozu man ein Bügeleisen benötigt.

An einer Demenz leiden in Deutschland etwa 1,2 Millionen Menschen – mit steigender Tendenz. Der Grund: Das Risiko steigt mit dem Alter. So leidet im Alter zwischen 65 und 69 Jahren jeder Zwanzigste daran, aber zwischen 80 und 90 ist schon fast jeder Dritte betroffen.

Der Anteil älterer Mitbürger in unserer Gesellschaft wird zunehmen und deswegen erwartet man auch eine Zunahme an Demenzkranken.

Der von dieser Krankheit betroffene Mensch merkt, dass etwas mit ihm nicht stimmt und schämt sich oft dafür. Liegen einige dieser Verdachtsmomente vor, sollte ein Angehöriger oder Lebenspartner diese folgende Checkliste beachten:

1. Mit dem Angehörigen zum **Hausarzt** gehen, diesem die Verdachtssymptome schildern und um einen **Überweisungsschein** zu einem **Facharzt für Psychiatrie / Neurologie** oder einer **Gedächtnisambulanz** eindringlich bitten.
2. Bei einem Facharzt bzw. einer Gedächtnisambulanz einen **Termin zu einer Demenztestung und genauer Diagnostik** vereinbaren und durchführen lassen. Eventuell auf einem bildgebenden Verfahren (CT, MRT) bestehen, um eine **optimale anschließende Behandlung** zu erreichen, die dem Demenzkranken sein **Recht auf Behandlung** sichert.
3. So viele Informationen wie möglich über die genaue Diagnose durch z. B. Informationsbroschüren, Internet, Beratungsstellen, Angehörigengruppen u. s. w. sammeln.
4. Auf seine eigene Gesundheit achten, ausreichende persönliche Freiräume schaffen, sich zur Verfügung stehende Hilfen, auch soziale und finanzielle Rechte, durch Fachpersonal in Rat und Tat sichern.

Nur wenn es dem pflegenden Angehörigen letztlich gut geht, kann es auch dem betroffenen Demenzkranken so gut wie möglich gehen.

**Medizinisches Zentrum Eichhof**  
**Ingo Schwalm**  
*Psychiatrische Ambulanzen*  
*Eichhofstraße 1*  
*☎ 06641/82-608*  
*schwalm@eichhof-online.de*  
*www.eichhof-online.de*

## ***Zu Hause oder im Heim?***

Rund 186.000 Pflegebedürftige gab es 2010 in Hessen. Nur ein Viertel von ihnen lebt in Pflegeheimen. Von den übrigen rund 140.000 wird der Großteil – nämlich rund 100.000 – ausschließlich durch Angehörige zu Hause gepflegt, während bei 40.000 Pflegebedürftigen ambulante Dienste unterstützend im Einsatz sind.

Langzeitpflegeeinrichtungen werden immer später aufgesucht. Ältere Menschen wollen solange wie möglich ihr Leben selbständig in der eigenen Wohnung und in der gewohnten Umgebung führen. Mit dem Ausbau der ambulanten Dienste und des Betreuten Wohnens ist die Zahl der Altenwohnheime zurückgegangen. Altenheime werden immer mehr zu reinen Pflegeheimen mit einer immer älter werden Bewohnerschaft. Weiterhin werden vermehrt Tagespflegeplätze angeboten, die es ermöglichen, dass die Pflegebedürftigen in ihrer eigenen Häuslichkeit verbleiben, tagsüber aber in der Einrichtung betreut werden. Dadurch werden auch die pflegenden Angehörigen entlastet.

*Hess. Sozialministerium  
Pressemitteilung vom 4.12.2010*

## ***Pflegefall – was nun?***

Im Vogelsbergkreis gibt es endlich einen "Pflegestützpunkt", den die Pflegeversicherungsreform einforderte. Nunmehr erleichtert diese Einrichtung es, aus einer Hand alle Informationen über die pflegerischen, medizinischen und sozialen Leistungen zu erfragen, wenn ein Pflegefall in der Familie eintritt. Und das kann manchmal ganz plötzlich geschehen.

Frau Monique Abel und Frau Sabine Leskien sind die Ansprechpartnerinnen (☎ 06641/977-2091 und 2092).  
Siehe auch *Veranstaltungen* am 12.05.11 (Seite 2).

## **Endlich eine Lösung . . . .**

Im Jahre 2009 besuchte Gott Noah jun. und sagte zu ihm: „Die Erde ist wiederum unerträglich geworden. Baue eine Arche und versammle ein Paar von sämtlichen Lebewesen. In zwölf Monaten sende ich Regen, der vierzig Tage und Nächte andauern wird.“

Elf Monate später besucht Gott Noah jun. erneut und sieht keinerlei Hinweise auf die Arche. „Aber Noah, Du hast praktisch nichts getan! Bald wird es zu regnen beginnen“ mahnt Gott Noah Junior.

„Entschuldige Großer Gott, ich habe mein Bestes getan, aber die Zeiten haben sich geändert. Ich habe versucht, die Arche zu bauen, aber ich benötige viele Bewilligungen und die Feuerpolizei hat mir erhebliche Schwierigkeiten wegen des Feualarm-Systems gemacht. Meine Nachbarn haben eine Gemeinschaft gegründet, da die Konstruktion meines Baugerüstes in meinem Hof das Reglement der Miteigentümergeinschaft verletze und ihre Sicht versperre. Ich musste einen Vermittler beiziehen um eine Bewilligung zu erhalten. Dann hat mich die Stadtverwaltung dazu verpflichtet, eine Machbarkeits- und Umweltverträglichkeitsstudie erstellen zu lassen. Es war unmöglich, sie davon zu überzeugen, dass das Meer bis zu mir kommen wird. Sie haben sich schlichtweg geweigert, das zu glauben. Das Fällen der eigenen Bäume für die Schiffskonstruktion löste bei zahlreichen Umweltverbänden Einsprüche aus. Sie argumentieren, dass ich den Lebensraum verschiedener Tierarten zerstöre. Ich habe vergeblich zu erklären versucht, dass es mir bei dem ganzen Projekt um den Artenerhalt geht. Ich hatte gerade angefangen, Paare von Tieren einzusammeln, als mir Tierschutzorganisationen und der WWF per Gericht mitteilten, dass ich die Tiere gemäß Tierschutzgesetz nicht artgerecht halte, weil ich sie gegen ihren Willen aus ihrer natürlichen Umgebung entferne und die Gehege auch nicht dem Tierschutzgesetz entsprechen.

Zur gleichen Zeit kämpfe ich mit dem Arbeitsamt, das mich beschuldigt, gegen das Gesetz betreffend Beizug ehrenamtlicher Mitarbeiter zu verstoßen. Und das Arbeitsamt hat mir untersagt, meine eigenen Söhne anzustellen, mit der Begründung, dass ich bloß hochqualifizierte Arbeitskräfte beschäftigen darf. Schließlich bekam der Fiskus von meinem Vorhaben Wind und behauptete, dass ich das Land verlassen wolle, ohne Steuern zu entrichten. Zu guter Letzt musste ich noch, wie damals Galileo Galilei, vor der Kongregation im Vatikan vortragen.

Mir wurde Gotteslästerung vorgeworfen und man hat mich dafür aus der Kirche ausgeschlossen. Verzeihe lieber Gott, aber mir fehlt der Durchhaltewille, und so habe ich das Projekt aufgegeben.“

Sogleich verzogen sich die Wolken und die Sonne mit einem Regenbogen war zu sehen. „Siehst Du nun davon ab, die Welt zu zerstören?“ fragte Noah jun.

„Unnötig“ antwortete Gott. „Die Selbstgerechten und die Bürokratie kümmern sich darum.“

## **„Das ist Politik“**

Ein Sohn fragt seinen Vater: „Papi, was ist eigentlich Politik?“  
Sagt der Vater: „Ich bringe das Geld heim, also bin ich der Kapitalist. Mutti verwaltet das Geld, also ist sie die Regierung. Der Opa passt auf, dass hier alles seine Ordnung hat, also ist er die Gewerkschaft. Unser Dienstmädchen ist die Arbeiterklasse. Wir wollen alle nur eins, nämlich dein Wohlergehen. Also bist du das Volk und dein kleiner Bruder, der noch in den Windeln liegt, ist die Zukunft.“

Hast du das verstanden, mein Sohn?“

Der Kleine überlegt und sagt, dass er noch eine Nacht darüber schlafen möchte.

In der Nacht wird der Junge wach, weil sein kleiner Bruder in die Windeln gemacht hat und fürchterlich schreit. Weil er nicht weiß, was er tun soll, geht er ins Schlafzimmer der Eltern. Da ist aber nur die Mutter und die schläft so fest, dass er sie nicht wecken kann. Also geht er zum Zimmer des Dienstmädchens, mit der sich der Vater gerade vergnügt, während der Opa heimlich durchs Fenster zuschaut. Alle sind so beschäftigt, dass keiner den Jungen mitbekommt, der vor ihnen steht.

Also geht er unverrichteter Dinge wieder schlafen.

Am nächsten Morgen fragt der Vater den Jungen, ob er denn nun weiß, was Politik ist. „Ja“, antwortet der.

„Der Kapitalist missbraucht die Arbeiterklasse. Die Gewerkschaft schaut dabei zu, während die Regierung schläft. Das Volk wird vollkommen ignoriert und die Zukunft liegt in der Scheiße!“

## **Die Schönheit einer Frau**

oder

ein neues Kapital zum Thema Selbstliebe

Eine Frau schaut in ihren Spiegel.....

Sie ist 3: Sie schaut sich an und sieht eine Königin.

Sie ist 8: Sie schaut sich an und sieht Aschenbrödel oder Dornröschen.

Mit 15: Sie schaut sich an, sieht Aschenbrödel, Dornröschen, eine „Cheerleader“, eine Schauspielerin oder, wenn es einer ihrer schlechten Tage ist, sieht sie sich dick, hässlich, voller Pickel und sagt „Mama, so kann ich nicht in die Schule gehen“

Mit 20: Sie schaut sich im Spiegel an und sieht sich zu dick/zu dünn, zu klein/zu groß, mit zu geradem/zu krausem Haar, aber beschließt, trotzdem los zu gehen!

Mit 30: Sie schaut sich im Spiegel an und sieht sich zu dick/zu dünn, zu klein/zu groß, mit zu geradem/zu krausem Haar, beschließt, dass sie keine Zeit hat, es zu richten und sie geht trotzdem los!

Mit 40: Sie schaut sich im Spiegel an und sieht sich zu dick/zu dünn, zu klein/zu groß, mit zu geradem/zu krausem Haar, aber sagt sich, dass sie zumindest sauber ist und geht trotzdem los!

Mit 50: Sie schaut in den Spiegel und denkt „das bin ich“, lächelt und geht dahin, wo sie will.

Mit 60: Sie sieht sich im Spiegel an, denkt daran, dass manche gar nicht mehr in den Spiegel schauen können, lächelt und zieht los, um die Welt zu erobern!

Mit 70: Sie sieht sich im Spiegel und sieht Erfahrung, Gewandtheit, sie lächelt und zieht los, um das Leben zu genießen!

Mit 80: Sie schaut gar nicht mehr in den Spiegel, setzt ihren kleinen lila Hut auf und zieht los, nur um die Freude zu haben, die Welt zu sehen.

**„Wir sollten alle unseren kleinen lila Hut viel, viel früher nehmen!“**

# Rätsel - Rätsel - Rätsel - Rätsel - Rätsel

## Ergänzungs-Rätsel

Finden Sie in jeder Zeile ein Hauptwort, das sowohl hinter das 1. als auch vor das 2. Wort in der Zeile passt. Anfangs- und Endbuchstabe jeden gesuchten Wortes sind bereits vorgegeben. Auf dem grauen Balken muss sich, von oben nach unten gelesen ein Begriff beim Monopoly ergeben.

PATENT	I						R	AKTIE
TAFEL	F						N	SCHREI
KOPF	P						R	MÖBEL
GOLD	H						R	KÄUFE
KUNST	G						E	STEUER
DAUER	A						G	GEBER
JAZZ	K						T	SAAL
SKI	F						N	GITTER
KREUZ	S						N	NETZ

Man wirft's auf alles, was begehrt, und eins riskiert man unbeschwert, der Sturm hat eins, die Spinne acht, geschlossen ist es in der Nacht.

Hat sie ein Fluss, beugt er sie nie. Werden sie weich, sinkt man in sie.

Er hat den Fuß Richtung Himmel und wächst Richtung Erde. (2 Lösungen).

Er arbeitet für Tagelohn und liegt auf jedem Schreibtisch schon.

Mit **D** man es im Hafen findet, mit **B** mit Schafen ists verbündet, mit **R** tuts auf die Ohren knallen, mit **St** verhindert es das Fallen.

Jemand, der Lebensmittel fesselt.

Hochglänzender Zoo-Bewohner.

# ***Humor – Humor – Humor – Humor – Humor***

## ***Wussten Sie schon, dass***

- Elfen auch zu zehnt sind?
- man keinen einzigen Lift benötigt, um eine Oper in drei Aufzügen aufzuführen?
- Eskimos ihren Whisky immer auf Eis trinken?
- Boxer zwar nach jedem Gong in die Ecke zurücklaufen, Pudel, Dackel und Schäferhunde aber nicht?
- Skilehrer immer schon gleitende Arbeitszeiten hatten?
- Zahnärzte, die niemals Lotto spielen, trotzdem bei jeder Ziehung gewinnen?
- Dachpfannen totaler Schwachsinn sind, weil ohnehin niemand auf einem Dach Spiegeleier brät?
- Wachhunde ganz verlogene Biester sind, weil sie ja doch hin und wieder schlafen?
- man sich den Arztbesuch sparen kann, wenn man schon in der Telefonzentrale verbunden wird?
- dass Verheiratete länger leben – oder kommt ihnen das nur so vor?

## ***Kindermund über Großeltern***

„Oma ist der kostbarste Teil der Familie, die hat schon Altertumswert.“

„Mein Opa hat keinen Beruf, der ist einfach nur Opa.“

„Je älter ein Mensch wird, desto teurer werden seine Zähne“.

„Meine Oma ist so dick, weil sie so voller Liebe steckt.“

„Mein Opa ist am Kopf barfuss.“

„Mein Opa spielt in der Blaskapelle eine echte Thrombose!“

## Gut zu wissen . . . . .

**Gutscheine** für eine oder mehrere Stunden Hilfe in Form von Vorlesen, Besuch, Fahrdienst o. a. erhalten Sie im Büro.  
Die Geschenkidee!

Einsamkeit kann krank machen. Gemeinsam lässt sich etwas dagegen tun. Rufen Sie an!

Vordrucke für **Patientenverfügungen** gibt es verschiedene. Auch im Internet ([www.bmj.bund.de/Service](http://www.bmj.bund.de/Service)) zum Herunterladen.

10,1% der ehrenamtlich Tätigen engagieren sich im Bereich Sport und Bewegung, 6,9% in Schule und Kindergarten, 5,2% im sozialen Bereich, wozu wir uns zählen.

Der neue Kurs **Fit bis ins hohe Alter** mit Monika van Treek beginnt bereits am 2.2.2011. Bitte melden Sie sich möglichst schnell an. ☎ 06641-4050

Wer möchte gerne 1 – 2 mal monatlich im Büro oder beim **Senioren-nachmittag** mitarbeiten?

Freude am **Spielen** erlebt man an jedem 2. Mittwoch im Monat mit netten Menschen von 14.30 Uhr bis ca. 16.30 Uhr in Lauterbach im „Johannesberg“ in der Bahnhofstraße 39. Einfach mal reinkommen!

Einige **Einkaufsmärkte bieten** einen **Einkaufs- und Lieferservice** für **Senioren** an.

Es gibt zwei Varianten:

Variante 1: Der Senior kauft selbst ein und lässt seine Ware nach Hause bringen.

Variante 2: Der Senior bestellt telefonisch und bezahlt bei der Lieferung.

**Fragen Sie in Ihrem Markt nach diesen Möglichkeiten.**

Rätsel-Lösungen (Gitter): *Inhaber, Freuden, Polster, Hamster, Gewerbe, Auftrag, Konzert, Fliegen, Spinnen*; (aussetzen); (Texträtsel): *Auge; Knie; Eiszapfen oder Stalaktiten; Kuli; -ock; Soßenbinder; Lackaffe.*

# Wichtige Telefonnummern:

## Polizei

Notruf \_\_\_\_\_ 110

Polizeistation, Lindenstr. 61 \_\_\_\_\_ 971 0

## Feuerwehr

Notruf \_\_\_\_\_ 112

## Rettungsdienst

Notarzt / Rettungswagen \_\_\_\_\_ 112

Leitstelle (Notarzt) \_\_\_\_\_ 06641-19 222

Krankentransport \_\_\_\_\_ 06641-19 222

## Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Sa., So. u. Feiertage

Eichhof-Krankenhaus Lauterbach \_\_\_\_\_ 82 789

Übrige Tage: Mi. ab 14.00 Uhr,

Mo., Di., Do. u. Fr. ab 18.00 Uhr

über den Anrufbeantworter Ihres Hausarztes  
erfahren Sie, wer den Notdienst übernimmt.

## Senioren

Seniorenhilfe Maar e. V. \_\_\_\_\_ 40 50

Sprechzeiten : Mo u. Mi \_\_\_\_\_ 9.30 11.30 Uhr

Freitag \_\_\_\_\_ 14.00 15.30 Uhr

Seniorenbeirat der Stadt Lauterbach \_\_\_\_\_ 184 119

Hospizdienst Lauterbach \_\_\_\_\_ 8764 55

Pflegestützpunkt des VB-Kreises \_\_\_\_\_ 06641/977-2091 und 2092

## Häusliche Kranken- u. Altenpflege

Sozialstation der AWO \_\_\_\_\_ 96 34 0

Sozialstation der Diakonie \_\_\_\_\_ 82 37 7

Pflegedienst Roth \_\_\_\_\_ 91 97 74

Deutsches Rotes Kreuz \_\_\_\_\_ 96 63 0

Frauen und Kinder in Not \_\_\_\_\_ 97 72 44

Ev. Seelsorge (kostenlos) \_\_\_\_\_ 08001 110 111

Kath. Seelsorge (kostenlos) \_\_\_\_\_ 08001 110 222