

November,  
Dezember 2024  
Januar,  
Februar 2025

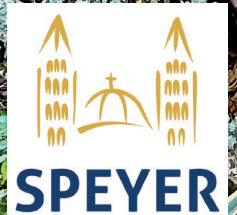
# aktiv dabei



Seniorenbüro



Seniorenbüro der Stadt Speyer



# Vorwort

Sehr geehrte Senior\*innen,  
sehr geehrte Leser\*innen,

ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen der Ausgabe der „Aktiv dabei“ für November 2024 bis Februar 2025.

Folgende Termine können Sie sich für 2025 hinsichtlich des Erscheinens der „Aktiv dabei“ notieren:

Die erste Ausgabe der „Aktiv dabei“ für 2025 erhalten Sie Anfang März. Die Redaktionsfrist ist Montag, der 27. Januar 2025. Sie können mir Beiträge an die E-Mail-Adresse [constanze.konder@stadt-speyer.de](mailto:constanze.konder@stadt-speyer.de) zukommen lassen oder Beiträge im Seniorenbüro vorbeibringen.

**Ausgabe 2: Juli 2025**  
Redaktionsfrist:  
Montag, 05. Mai 2025

**Ausgabe 3: November 2025**  
Redaktionsfrist:  
Montag, 15. September 2025

Ihre Constanze Konder  
Leitung des Seniorenbüros Speyer

**Kontakt:**  
Seniorenbüro Speyer, Maulbronner Hof 1a,  
67346 Speyer  
Tel.: 06232 14 2661  
E-Mail: [seniorenbuero@stadt-speyer.de](mailto:seniorenbuero@stadt-speyer.de)  
Internetseite:  
<https://www.speyer.de/de/familie-und-soziales/senioren/seniorenbuero/>

**Öffnungszeiten:**  
Montag bis Donnerstag 09.00 -12.00 Uhr  
und nach Terminvereinbarung

### Termine 2024

#### **Tanz in St. Hedwig - Für Tanzbegeisterte und Musikliebende**

mit Live-DJ, Musiker und Alleinunterhalter:  
Andreas Maier  
Ausgerichtet von der Gemeindeschwester plus, Alexandra Mally, & dem Seniorenbüro Gemeinde St. Hedwig, Heinrich-Heine-Straße 8

**Freitag, 22. November 2024, 13 bis 16 Uhr**  
ohne Anmeldung  
Eintritt: Geben Sie so viel Sie möchten.

#### **Konzert am Nachmittag**

Ausgerichtet vom Kulturbüro, unterstützt vom Seniorenbüro  
**ACHTUNG! Die Termine finden in der Stadthalle, Kleiner Saal, Obere Langgasse 33 statt! (barrierefrei)**

**Mittwoch, 04. Dezember 2024, 15 Uhr**  
Gitarrenensemble der Musikschule Speyer,  
Leitung Christian Straube

#### **Purmanns Welt im Licht der Fotografie: Matisse, Liebermann, Rilke & Co.**

Online-Führung durch die Ausstellung in Kooperation mit dem Seniorenbüro

**Donnerstag, 12. Dezember 2024, 10 Uhr**  
Anmeldung über das Seniorenbüro:  
Tel. 06232 14 2661  
Teilnahme kostenfrei

Bei Anruf Kultur: Inklusive Telefonführung durch die Ausstellung: Kuratorin Maria Leitmeyer beschreibt die visuellen Inhalte des Ausstellungsrundgangs am Telefon.

**Mittwoch, 22. Januar 2024, 17 Uhr**  
Anmeldung: [buchung@beianrufkultur.de](mailto:buchung@beianrufkultur.de)  
oder per Tel. 040 209 404 36  
Teilnahme kostenfrei

Weitere Termine im Rahmen der Ausstellung finden Sie im Flyer des Museum Purmann-Hauses.

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>Seite</b>	<b>Digitales</b>	<b>Seite</b>
Constanze Konder	2	Purrmanns Welt im Licht der Fotografie: Matisse, Liebermann, Rilke & Co. <u>Museum Purrmann-Haus, Redaktion</u>	20
<b>Neue Entwicklungen</b>	<b>Seite</b>		
Neuer Seniorenbeirat der Wahlperiode 2024 bis 2029 bestellt	5		
<b>Soziales</b>	<b>Seite</b>	Whats App schützt vor betrügerischen Anrufen!	21
Gedicht: Eine Tüte ... <u>Ulla Fleischmann</u>	6	<u>Digitalbotschafter Maria Schmid &amp; Alexander Walch</u>	
Hobbywerkstatt beim Herbstmarkt in Speyer Süd <u>Redaktion</u>	7	Reisen mit dem Smartphone – Roaming, WLAN und Co. <u>Maira Böhm, silvertipps.de</u>	22
„Tanz in St. Hedwig“ gut Besucht - Für Tanzbegeisterte & Musikliebende <u>Redaktion</u>	8	Internet, Computer und Smartphone - Hilfen für ältere Menschen in Speyer <u>Thomas Schmid, Redaktion</u>	25
Karpfen im Springbrunnen - Eine Rikscha-Fahrt bringt Erinnerungen hervor <u>Eleonore Winkler</u>	12	<b>Kultur</b>	<b>Seite</b>
		Bernhard Adamys interessanter Vorlass für Speyerer Stiftung <u>Susanne Kühner</u>	27
Demenz – Information für Helfende <u>Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung</u>	14	Gedicht: V E R G Ö N N E M I R ... <u>Dr. Bernhard Adamy</u>	29
Information Polizei – Flyer Achtung Betrug! Falscher Polizeibeamter, Enkeltrick, Schockanrufe <u>Polizeipräsidium Rheinpfalz – Zentrale Prävention, Rayk Schomburg</u>	16	Büchertipps: Verlust <u>Ursula Franz-Schneider</u>	30
Dekosteine selbst kreieren <u>Heidi Gangkofner, Redaktion</u>	18	Das 1. Hilbertsche Problem, ein mathematisches Jahrhunderträtsel ist gelöst. <u>Dr. Volker Hönig</u>	33
		Sütterlin <u>Gertraud Niopek</u>	36
		Gute Karten.... <u>Rosemarie Riegel</u>	38

## 4 aktiv dabei

<b>Kultur</b>	<b>Seite</b>	Brüssel, Antwerpen, Brügge und Gent – die Perlen Flanderns erleben <u>Michael Stephan</u>	59
Galerie im Glashaus – Prominenter Besuch und viele Gäste <u>Theo Germann</u>	40		
Wie aus der Frau Perchta die Frau Holle wurde... <u>Rosemarie Riegel</u>	42	<b>Selles und Jenes</b> Fußbruch vor Jahren So isses eben... <u>Marga Fedder</u>	<b>Seite</b> 63
<b>Lokalgeschichte</b>	<b>Seite</b>	Gedicht: Fußbruch <u>Marga Fedder</u>	65
Stadtgeschichte(n): Ein verschwundenes Dorf <u>Wolfgang Kauer</u>	44		
Speyer – meine stille Stadt <u>Theo Germann</u>	45	<b>Anzeigen</b> GEWO Gemeinnützige Baugenossenschaft Beisel Hüte Sankt Vincentius Krankenhaus Behördennummer 115 Förderverein des Seniorenbüros Stadtwerke Speyer	<b>Seite</b> 24 39 44 62 66 67 68
Eisblumen blühen nicht mehr <u>Helga Licher</u>	46		
Stadtgeschichte(n) <u>Robert Wolf</u>	47		
Stadtgeschichte(n): 1949 erster Weihnachtsmarkt in Speyer <u>Wolfgang Kauer</u>	48	<b>Impressum</b> <b>Redaktion:</b> Constanze Konder, Karin Scholz, Hanna Schnörr <b>Herausgeber:</b> Seniorenbüro Speyer Maulbronner Hof 1A, 67346 Speyer Tel. 06232/14-2661 E-Mail: <a href="mailto:constanze.konder@stadt-speyer.de">constanze.konder@stadt-speyer.de</a> Jede*r Ersteller*in eines Beitrags ist inhaltlich selbst verantwortlich für den jeweils eigenen Beitrag in der Zeitschrift „aktiv dabei“. <b>Titelbild:</b> Günthergasse, Alexander Walch <b>Fotos &amp; Logos:</b> Stadt Speyer: S. 5, 7, 9ff., 18f., 41; pixabay: leopictures: S. 6; A. Maier: S. 8; google maps.de: S. 8; A. Mally: S. 13; ullstein bild collection - Berliner Illustrations-Gesellschaft: S. 20; S. Kühner: S. 27; Pixelio: Andreas Hermsdorf, <a href="https://www.pixelio.de/media/687935">https://www.pixelio.de/media/687935</a> : S. 30; V. Hönig: S. 33, 35; G. Niopek: S. 36f.; pixabay: jackmac34: S. 38; T. Germann: S. 40; G. Hennig & T. Germann: S. 41; pixabay: Darkmoon_Art, strichpunkt, Couleur: S. 42f.; M. Stephan: S. 49ff., 56ff., 59-62; C. Kohler: S. 55; M. Fedder: S. 63ff.	
<b>Natur/Tiere</b>	<b>Seite</b>		
Bildimpressionen aus der Natur <u>Michael Stephan</u>	49		
Gedicht: Atem = Lebenskraft = Prana <u>Ulla Fleischmann</u>	53		
Vögel reden nicht mit jedem <u>Hans Wels</u>	54		
<b>Reisen</b>	<b>Seite</b>		
Gengenbach – ein romantisches Kleinod im Schwarzwald <u>Michael Stephan</u>	56		

**Erscheinungsdatum:** November 2024

# Neuer Seniorenbeirat der Wahlperiode 2024 bis 2029



Der neue Seniorenbeirat der Wahlperiode 2024 bis 2029 ist am 26. September 2024 zusammengekommen.

Die Mitglieder und ihre Stellvertreter/innen sind von Frau Oberbürgermeisterin Stefanie Seiler schriftlich bestellt und von der Beigeordneten Frau Irmgard Münch-Weinmann in der ersten Sitzung mit Handschlag auf die Gemeindeordnung verpflichtet worden. Auch die beratenden Mitglieder sind neu benannt und in der Sitzung willkommen geheißen worden.

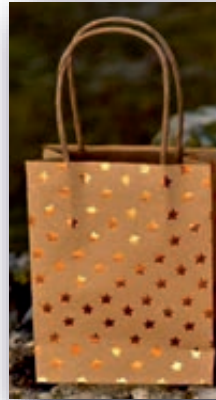
Als Vorstand wurde Herr Ludwig Schultheis erneut von den Mitgliedern des Beirates in das Amt gewählt. Als seine Stellvertretungen wurden Herr Daoud Hattab und Frau Anne Philipp-Schaffartzik gewählt.

Der Seniorenbeirat freut sich auf die gemeinsame Arbeit für die älteren Bürger\*innen der Stadt Speyer und

Die Bürger\*innen sind herzlich eingeladen, den Sitzungen beizuwohnen oder Themen an den Seniorenbeirat weiterzugeben. Die Sitzungen sind zumeist öffentlich und finden aktuell im Veranstaltungsraum des Seniorenbüros, Maulbronner Hof 1A, statt. Der Raum ist barrierefrei zugänglich. **Der nächste Sitzungstermin ist am Donnerstag, der 14. November 2024, von 13:30 bis 15:30 Uhr.**

Den Internetauftritt des Seniorenbeirates finden Sie unter:  
<https://www.speyer.de/de/familie-und-soziales/seniorinnen-und-senioren/seniorenbeirat/> .

Eine Tüte ...



Eine Tüte voll Licht in Dunkelheiten  
Eine Tüte voll Ruhe in stressigen Zeiten  
Eine Tüte Geduld, wenn es stürmt und kracht  
Eine Tüte Humor, wenn keiner sonst lacht  
Eine Tüte Frieden für Menschen in Not  
Eine Tüte Stille, wenn Lärm uns bedroht  
Eine Tüte getröstete Traurigkeiten  
Eine Tüte Gespräche für einsame Zeiten  
Eine Tüte Ideen für freie Stunden  
Eine Tüte Verlorenes wieder gefunden  
Eine Tüte Blumen zu jedem Fest  
Eine Tüte Gesundheit, die dankbar sein lässt

Wie ist die Liste der Wünsche doch lang  
Kein leichtes Spiel für einen Weihnachtsmann...



# Hobbywerkstatt beim Herbstmarkt in Speyer Süd



Am Samstag, den 28.09.2024, war auch die Hobbywerkstatt des Seniorenbüros beim Herbstmarkt des Stadtteilvereins in Speyer Süd auf dem Platz der Stadt Ravenna vertreten.

Die Schreiner und Schnitzer präsentierten Ihre Kreationen. Auch Glückswürmchen (Foto links) konnten bestaunt werden.

Die Hobbywerkstatt können Sie auch auf dem Weihnachtsmarkt Speyer auf der Maximilianstraße in der Zeit vom 25.11.2024 bis zum 24.12.2024 wieder treffen. Kommen Sie vorbei!

Redaktion

# „Tanz in St. Hedwig“ gut besucht Für Tanzbegeisterte & Musikliebende

Seit Mai 2024 laden die Gemeindeschwester plus, Alexandra Mally, und das Seniorenbüro Speyer monatlich zum „Tanz“ in den Räumlichkeiten der Gemeinde St. Hedwig ein.

Unterstützt wird das Angebot von Pax Christi, den Lebensmittelrettern, Silbertaler von der Beyond Unisus Stiftung. Ein Team aus ehrenamtlicher und hauptamtlicher Hilfe setzt den Nachmittag um, gibt Getränke und Kuchen aus, ist Ansprechpartner für die Teilnehmenden. Sowohl Silbertaler als auch der Ambulante Pflegedienst Puls unterstützen mit ehrenamtlichen und hauptamtlichen Kräften. Herzlichen Dank dafür!

Die Idee zum „Tanz im Mai“ entstand bei den Hausbesuchen von Gemeindeschwester plus Alexandra Mally, als die Senior\*innen von ihren Abenden in Tanzlokalen erzählten und ihre schönen Erinnerungen teilten. Tanzen vor Ort ist erwünscht – auch mit Gehstock, Rollator oder Rollstuhl!

**Der letzte Termin in 2024 findet am Freitag, 22. November 2024, von 13 bis 16 Uhr in der Gemeinde St. Hedwig, Heinrich-Heine-Straße 8, 67346 Speyer statt.**

ohne Anmeldung  
Eintritt: Geben Sie so viel Sie möchten.

Der Live-DJ, Musiker & Alleinunterhalter Andreas Maier begleitet durch den Nachmittag.

**Mit ÖPNV:** Haltestelle Speyer, Quartiersmensa West, Linie 566  
**Parkplätze** gibt es in der Umgebung.

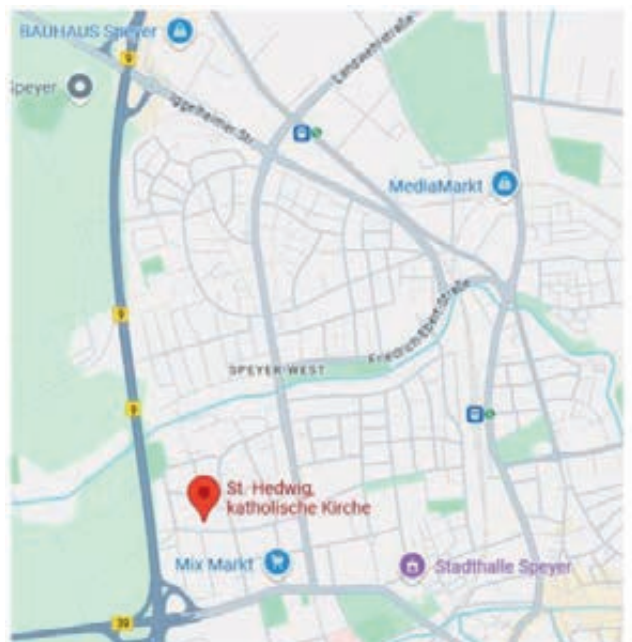


© Andreas Maier

Die nächsten Termine für 2025 werden rechtzeitig über die Presse, Internetseite der Stadt Speyer und Flyer bekannt gegeben. Sie erhalten den Flyer über das Seniorenbüro oder die Quartiersbüros.

Auf den folgenden Seiten haben wir Ihnen Eindrücke des Tanzes vom 13. September 2024 zusammengestellt. (Quelle Fotos: Constanze Konder, Stadt Speyer)

Redaktion



[google.de/maps](https://google.de/maps)





## 10 aktiv dabei





# Karpfen im Springbrunnen

## Eine Rikscha-Fahrt bringt Erinnerungen hervor

Beim Besuch der Gemeindeschwester plus Frau Heidi Gangkofner im Sommer 2023, fragte ich sie nach einer Rikscha-Fahrt.

Ich möge mich an ihre Kollegin wenden, die sei dafür zuständig. Ich habe dann über das Jahresende nicht mehr an die Rikscha-Fahrt gedacht.

Im Mai dieses Jahres kam dann die Gemeindeschwester plus, die mich einmal monatlich besucht, und überraschte mich mit einer Einladung gemeinsam mit ihr zu einer Rikscha-Fahrt im Juni und ich durfte wählen was ich gerne sehen wollte.

Ich wünschte mir natürlich noch einmal über die Hauptstraße zu fahren und noch einmal den Rhein zu sehen. In diesem Frühjahr hat es geregnet und geregnet, der Rhein führte Hochwasser und ich hatte Bedenken das mein Wunsch nicht in Erfüllung gehen könnte.

Aber am 4.Juni war ein strahlender Sonntag. Die Gemeindeschwester plus kam mit dem Rikscha-Fahrer Herrn Bünde in meinen Hof. Ich wurde zur Fahrt vorbereitet und dann ging's los.

Der erste Halt war auf der Sonnenbrücke, weil ich auch da das Hochwasser des Speyerbachs sehen wollte. Dann ging es über die Tränkgasse zum Stuhlbruderbuckel und ich bedauerte den Rikscha-Fahrer für seine hier so sehr schwere Arbeit, aber er belehrte mich: diese Rikscha fährt elektrisch. Sie ist die einzige, die so bewegt wird.

Wir kamen zum Dom, wir hielten am Dornapf, der Domschüssel, wie die Speyerer sagen, für ein Erinnerungsfoto. Dann ging es weiter auf die Hauptstraße und ich hatte

Muße, mir die Versicherung (das neue Stadthaus), das alte Regierungsgebäude, das Hohenfeldsche Haus, den Jakobspilger mit der Dreifaltigkeitskirche im Hintergrund, das alte Stadthaus, den Kriegerbrunnen und die Münz anzuschauen.

Überall winkten und die Leute freundlich zu und auf den Freisitzen der Cafés genossen die Leute genau wie ich das schöne Wetter.

Die Fahrt ging weiter über die nun etwas engere Hauptstraße und mir fielen die Namen der vielen jüdischen Geschäfte ein, die früher hier waren. Am Altpörtel machte die Rikscha kehrt, wir fuhren zurück zum Dom und weiter ging's an seiner Nordseite vorbei an der Afrakapell im nördlichen Domgarten, bis zur Apsis des Domes mit Sicht auf das Heidetürmchen und weiter zum Springbrunnen, der gerade eine Fontäne in den Himmel schoss. Mein Begleiter staunte sehr, als ich ihnen sagte, dass vor dem Krieg jeden Sommer, einige Karpfen in dem Becken schwammen. Die von den Speyerer Fischern eingesetzt worden waren.

Im Domgarten ging es weiter, vorbei an den Statuen der salischen Kaiser, hinunter auf die Domwiesen und den Unteren Domgarten. Wir passierten links die Minigolfanlage und kamen auf die Brückenstraße, die früher auf die Pontonbrücke führte. Am alten Brückenhaus war die Straße wegen dem Hochwassers gesperrt, der Rhein hatte am Tag zuvor seinen Höchstwasserstand von 7,66 m, aber der Rikscha-Fahrer passierte mit Eleganz die beiden alten Sandsteinpoller und brachte uns zum Flaggenmast. Von dort habe ich wie so oft die Aussicht auf den Rheinbogen

von Altlußheim bis zum Kirchengrün genossen. Die Schifffahrt war ja eingestellt, aber ein Landungssteg tanzte auf dem hohen Wasser. Aber so hoch war das Wasser nicht, Helmut Kohl hätte beim Gehen über die nach ihm benannte Promenade keine nassen Füße bekommen.

Vom Flaggenmast ging's weiter rheinaufwärts bis fast zum neuen Hafen. Ich war enttäuscht, dass man wegen einer Absperrwand nicht auf den Rhein sehen konnte und auch der am Rheinufer stationierte Aalschokker kaum noch zu sehen war.

Vom Rhein ging's dann an der Jugendherberge vorbei auf den Parkplatz des Technikmuseums, wo wir im Schatten des dort noch liegenden U-Bootes nochmal eine längere Pause einlegten. Dann ging es zurück auf den Schillerweg vorbei an der alten Rheinstation, von der aus man früher mit dem Zug nach Heidelberg fahren konnte, in den Hasenpfuhl.

Im Hof meines Anwesens half man mir von der Rikscha herunter, etwas steif und etwas müde brachte man mich in mein Haus zurück.

Den beiden Begleitern sprach ich meinen Dank aus.

Es war für mich ein sehr schönes Erlebnis, das ich nicht mehr missen möchte.

Bericht von der 100jährigen  
Frau Eleonore Winkler \*19.03.1924



### Anmeldung und Information für Rikschafahrten:

Alexandra Mally  
Gemeindeschwester plus  
Tel. 06232 142673  
E-Mail: [alexandra.mally@stadt-speyer.de](mailto:alexandra.mally@stadt-speyer.de)

Wir fahren Sie über die Maxi bis zum Dom, an den Rhein, in den Wald oder an geliebte Orte.

Immer montags ab 10 Uhr gibt es nun das Angebot, mit der Rikscha zum städtischen Friedhof gefahren zu werden. Sie werden zu Hause abgeholt, auf Wunsch kann auch bei einem Blumengeschäft für den Kauf von Blumenschmuck für die Grabstätte gehalten werden. Die Länge des Aufenthalts am Grab entspricht Ihren Bedürfnissen. Anschließend bringt die Rikscha Sie zurück nach Hause.

## Demenz – Informationen für Helfende

### Demenz im Alter

Bei einer Demenz handelt es sich um eine dauerhafte, fortschreitende Störung der geistigen Leistungsfähigkeit. Den Betroffenen fällt es zunehmend schwerer ihren Alltag eigenständig zu bewältigen und sie sind auf Hilfe angewiesen. Demenz kann jeden Menschen treffen und tritt vor allem im höheren Lebensalter auf. Eine Demenzerkrankung beeinflusst nicht nur das Leben der Betroffenen, sondern auch das Leben von Angehörigen und des gesamten Umfelds.

Sie müssen sich darauf einstellen, dass die erkrankte Person sich verändert und in verschiedenen Bereichen des Lebens zunehmend Unterstützung benötigt. Für die meisten Menschen ist es nicht einfach, die Erkrankung eines nahestehenden Menschen an einer Demenz zu akzeptieren. Das Wissen, wie die Krankheit verläuft und sich auswirkt, kann dabei helfen, leichter mit den Veränderungen umzugehen.

### Früh erkennen, früh handeln

Je früher eine Demenz festgestellt wird, desto eher kann mit einer Behandlung begonnen werden. Derzeit ist Demenz noch nicht heilbar.

Doch es gibt einige Medikamente, die den Verlust des Erinnerungs- und Denkvermögens hinauszögern können. Auch Bewegung, Gedächtnisstimulation und soziale Kontakte können das Fortschreiten der Erkrankung verlangsamen.

### Anzeichen richtig deuten

Alltagsanzeichen für eine mögliche Demenz sind:

- Vergesslichkeit (z. B. häufiges Verlegen von Gegenständen, stetes Wiederholen kurz zuvor gestellter Fragen) und Schwierigkeiten neue Informationen zu speichern
- sprachliche Probleme (z. B. verstärkte Nutzung von Floskeln, Schwierigkeiten dem „roten Faden“ in Gesprächen zu folgen und Inhalte zu erfassen)
- Orientierungsschwierigkeiten (z. B. wiederholte Verwechslung des Datums, Schwierigkeiten sich an gut bekannten Orten zurechtzufinden)
- Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen (z. B. Übersehen von Ampeln im Straßenverkehr)
- Schwierigkeiten bei der Alltagsbewältigung (z. B. Einkaufen, Waschen, Anziehen)
- Schwierigkeiten bei komplexen Handlungen oder dem Lösen von Problemen (z. B. Rasen mähen, Auswahl der Kleidung, Wechselgeld zählen)
- Verhaltensveränderungen (z. B. sozialer Rückzug, Stimmungsschwankungen, erhöhte Reizbarkeit)



Ziehen Sie in jedem Fall eine Ärztin oder einen Arzt zu Rate, wenn Sie andauernde und fortschreitende Veränderungen der geistigen Leistungsfähigkeit über mehrere Wochen oder Monate beobachten. Die erste Anlaufstelle ist für gewöhnlich eine Hausärztin oder ein Hausarzt, ggf. erfolgt eine Überweisung in eine fachärztliche Praxis.

Wenn Sie bei einer nahestehenden Person Anzeichen für eine Demenzerkrankung erkennen, diese sich aber nicht untersuchen lassen möchte, kann es helfen, offen über Ihre Sorgen zu sprechen und die Vorteile einer Diagnose

aufzuzeigen. Zeigen Sie Verständnis für die Ängste der betroffenen Person und versichern Sie, dass diese nicht allein ist.

## Tipps für das Zusammenleben mit Menschen mit Demenz

- **Informieren Sie sich:** Eine persönliche Beratung durch Fachleute vor Ort ist besonders hilfreich, um Fragen zu klären und Unterstützungsangebote in der näheren Umgebung zu finden. Solche Fachleute finden Sie z. B. bei einer örtlichen Alzheimer-Gesellschaft, bei einem Pflegestützpunkt, bei der Pflegeberatung der Krankenkassen. Auch der Austausch mit anderen Angehörigen, z. B. in Selbsthilfegruppen, kann hilfreich sein.
- **Passen Sie das Wohnumfeld an:** Dazu gehören z. B. der Einbau einer Herdsicherung, das Entfernen von Stolperfallen oder das sichere Verschließen von Haushaltsreinigern. Eine Beschilderung der Schrank- und Zimmertüren und eine möglichst übersichtliche Ordnung erleichtern die Orientierung für die betroffene Person.
- **Klären Sie rechtliche und finanzielle Fragen:** Sprechen Sie mit der erkrankten Person frühzeitig über die Verwaltung ihrer Finanzen, die zukünftige Pflege, und gewünschte oder nicht gewünschte ärztliche Maßnahmen. Halten Sie die Entscheidungen schriftlich mit Datum und Unterschrift fest.
- **Finden Sie Unterstützung:** Bitten Sie Familie, Freundinnen und Freunde sowie Nachbarinnen und Nachbarinnen um Unterstützung. Auch ehrenamtliche Helferinnen und Helfer, Betreuungsgruppen, Tagespflegeeinrichtungen oder ambulante Pflegedienste können im Alltag helfen. Pflegebedürftige Menschen aus der Ukraine haben Anspruch auf Leistungen der gesetzlichen Kranken- und Pflegekassen.
- **Gehen Sie offen mit der Erkrankung um:** Das Verhalten von Personen mit Demenz kann zu Irritationen und Verärgerung bei Menschen im Umfeld führen. Es kann hilfreich sein, im Freundes- und Bekanntenkreis sowie mit Nachbarinnen und Nachbarn offen über die Krankheit zu sprechen. Vorausgesetzt, die Person mit Demenz ist damit einverstanden.
- **Nutzen Sie die gemeinsame Zeit:** Eine Demenzerkrankung schreitet meist langsam voran, sodass für einige Zeit noch gemeinsame Unternehmungen möglich sind. Versuchen Sie sich darauf einzustellen, dass manche Dinge an einem Tag machbar sind, an einem anderen Tag jedoch nicht.

## Vergessen Sie sich selbst nicht

Wenn Sie gut für eine andere Person sorgen wollen, müssen Sie darauf achten, dass es Ihnen selbst gut geht:

- Sorgen Sie frühzeitig für **regelmäßige Auszeiten** und nutzen Sie sie, um einen Ausgleich für sich zu finden, z. B. bei einem Spaziergang.
- Lassen Sie eigene **Krankheiten behandeln** und kümmern Sie sich bei neu auftretenden Beschwerden schnell um eine ärztliche Einschätzung.
- Achten Sie auf Ihre Ernährung. Ein vermehrter Griff zu Tabak, Alkohol oder Schlafmitteln ist ein **Warnzeichen**.
- Wiederkehrende Kopfschmerzen, Schlafstörungen, häufige Infekte oder ständige Ängste sind oft **Anzeichen für belastenden Stress**. Spätestens, wenn sie auftreten, ist Handeln geboten. Sprechen Sie mit einer Ärztin oder einem Arzt darüber.

## Weitere Informationen

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung**  
Gesund & aktiv älter werden – Demenz (deutsch)  
[www.gesund-aktiv-aelter-werden.de](http://www.gesund-aktiv-aelter-werden.de)

**Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. Selbsthilfe Demenz**  
Demenz und Migration (russisch)  
[www.demenz-und-migration.de/ru/informacija-na-russkom-jazyke/](http://www.demenz-und-migration.de/ru/informacija-na-russkom-jazyke/)

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend**  
Wegweiser Demenz (deutsch)  
[www.wegweiser-demenz.de/](http://www.wegweiser-demenz.de/)



Weitere Hinweise und  
Präventionstipps finden Sie hier:

[www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)



Polizeipräsidium Rheinpfalz - Zentrale Prävention

Hier geht es zur Online-Wache der  
Polizei RLP:



[www.polizei.rlp.de/de/onlinewache](http://www.polizei.rlp.de/de/onlinewache)

Herausgeber:

Polizeipräsidium Rheinpfalz  
Zentrale Prävention  
Bismarckstraße 116  
67059 Ludwigshafen  
(0621) 963-1151

[beratungszentrum.rheinpfalz@polizei.rlp.de](mailto:beratungszentrum.rheinpfalz@polizei.rlp.de)

Polizeipräsidium Rheinpfalz - Zentrale Prävention

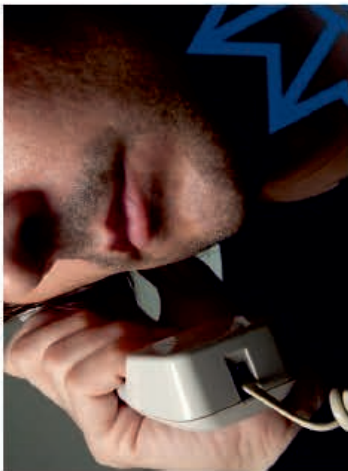
## Achtung Betrug !



**Falscher Polizeibeamter**  
**Enkeltrick**  
**Schockanrufe**



## Falscher Polizeibeamter am Telefon



Trickbetrüger geben sich am Telefon als Polizisten aus und behaupten, dass ihr Geld und ihre Wertsachen zuhause nicht sicher sind - etwa weil Einbrecher es darauf abgesehen hätten. Oder sie berichten von korrupten Bankmitarbeitern und raten, Geld und Wertsachen von der Bank zu holen.

### **ALLES GELOGEN! Diese Kriminellen wollen nur ihr Geld!**

Deshalb rät Ihre Polizei bei Unbekanntem am Telefon:

- **Die Polizei ruft Sie niemals unter der 110 an!**
- Das tun nur Betrüger! Unsicher? Wählen Sie selbst die 110. Aber nutzen Sie nicht die Rückruftaste!
- Legen Sie den Hörer einfach auf. Das ist nicht unhöflich!
- Übergeben Sie niemals Geld oder Wertsachen an unbekannte Personen!
- Sprechen Sie am Telefon nie über Ihre persönlichen und finanziellen Verhältnisse.
- Informieren Sie die Polizei!

Polizeipräsidium Rheinpfalz - Zentrale Prävention

## Enkeltrick



Mit den Worten „Rate mal wer dran ist“ rufen Betrüger bei älteren Menschen an und geben sich als Verwandte, Enkel oder Bekannte aus und bitten um Bargeld. Als Grund wird ein finanzieller Engpass oder eine Notlage vorgetäuscht und die Lage sei angeblich sehr dringlich. Wenn die Angerufenen das Geld nicht zuhause haben, sollen sie sofort zur Bank fahren und das Geld holen. Anschließend würde eine Bekannter das Geld abholen.

### **ALLES GELOGEN! Die Täter wollen nur Ihre Ersparnisse!**

Tipps Ihrer Polizei gegen den Enkeltrick:

- Raten Sie nicht, wer anruft. Fordern Sie Anrufer auf, ihren Namen selbst zu nennen!
- Fragen Sie die Anrufer Dinge, die nur der echte Verwandte kennen kann.
- Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen!
- Übergeben Sie kein Geld an Unbekannte!
- Informieren Sie die Polizei!

Polizeipräsidium Rheinpfalz - Zentrale Prävention

## Schockanrufe



Schockanrufer sind Betrüger, die sich am Telefon als Verwandte, Polizeibeamte, Staatsanwälte oder Anwälte ausgeben und erzählen, dass ein angeblicher Verwandter (meist Sohn, Tochter oder Enkel) einen schweren Verkehrsunfall verursacht haben soll oder dabei schwer verletzt wurde. Sie behaupten, dass der Angehörige nur gegen sofortige Zahlung einer Kaution nicht ins Gefängnis muss oder dass der Angehörige dringend eine Operation benötigt, die aber vorher zu bezahlen sei.

### **ALLES GELOGEN! Die Täter wollen Ihnen Angst machen!**

So schützen Sie sich vor den Telefonbetrüggern::

- Es gibt keinen Unfall—legen Sie sofort auf!
- Sie müssen keine Kaution bezahlen!
- Es muss keine Operation bezahlt werden.
- Rufen Sie Ihren „echten“ Angehörigen unter einer Ihnen länger bekannten Rufnummer an.
- Übergeben niemals Geld an fremde Personen!

Polizeipräsidium Rheinpfalz - Zentrale Prävention

# Dekosteine selbst kreieren

Die Gemeindegewerkschaft plus, Heidi Gangkofner, lud am 11. September 2024 um 15 Uhr in den Veranstaltungsraum des Seniorenbüros im Maulbronner Hof 1A ein. Gemeinsam konnten Dekosteine mit Serviettenteknik künstlerisch gestaltet werden. Den Prozess und die Ergebnisse wollen wir Ihnen natürlich nicht vorenthalten. Eventuell hat jemand von Ihnen Lust, ebenfalls Dekosteine selbst zu Hause zu gestalten?



Heidi Gangkofner erklärt

Sie brauchen:

- helle Steine in verschiedenen Größen (vorher saubermachen)
- Schere
- Servietten mit verschiedenen Mustern
- Serviettenlack & -kleber, geeignet für Steine, Holz, Glas, Terrakotta, Keramik. (erhältlich im Fachhandel oder online), geeignet für Stoffe und Seide
- Pinsel (am besten mit flachen Borsten)
- z.B. Föhn (wenn man nicht genug Zeit zum so Trocknen lassen hat)
- Zeitung als Unterlage
- (Küchen-) Tücher



**Wie Sie vorgehen:**

Motiv auswählen und aus der Serviette ausschneiden. Beim Motiv die oberste Schicht der Serviette ablösen und auf dem Untergrund, z.B. Kieselstein, positionieren. Den Serviettenlack & -kleber gut schütteln und dann mit einem flachen Pinsel von der Mitte nach außen vorsichtig aufstreichen. Trocknen lassen.

Für eine bessere Haltbarkeit kann man nach dem Trocknen entweder eine zweite Schicht Serviettenlack & -kleber auftragen oder das Motiv mit Klarlack überstreichen.

Falls Sie noch Fragen haben, können Sie gerne bei Frau Gangkofner anrufen (Tel. 06232 14 2636).



Die Gruppe kreiert konzentriert ihre Dekosteine.



Dekosteine selbst gestalten mit der Gemeindegewesther plus, Heidi Gangkofner, können Sie auch an folgendem Datum:

**Wann?**            **Donnerstag, der 07. November 2024, 15 Uhr**

**Wo?**                **Quartierstreff Speyer Süd, Windthorststraße 18, 67346 Speyer**

ohne Anmeldung, kostenfrei

# Purrmanns Welt im Licht der Fotografie: Matisse, Liebermann, Rilke & Co.

Im Rahmen der neuen Sonderausstellung im Museum Purrmann-Haus, die vom 12. Oktober 2024 bis zum 27. April 2025 gezeigt wird, weisen wir an dieser Stelle auf zwei besondere Führungen im digitalen und telefonischen Format hin.

## Online-Führung durch die Ausstellung in Kooperation mit dem Seniorenbüro

**Donnerstag, 12. Dezember 2024, 10 Uhr**

Anmeldung über das Seniorenbüro:

Tel. 06232 14 2661

Teilnahme kostenfrei

Den Link für die Teilnahme erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung einen Tag vor der Online-Führung.

## Bei Anruf Kultur: Inklusive Telefonführung durch die Ausstellung:

Kuratorin Maria Leitmeyer beschreibt die visuellen Inhalte des Ausstellungsrundgangs am Telefon.

**Mittwoch, 22. Januar 2024, 17 Uhr**

Anmeldung: [buchung@beianrufkultur.de](mailto:buchung@beianrufkultur.de)

oder per Tel. 040 209 404 36

Teilnahme kostenfrei

Weitere Termine im Rahmen der Ausstellung finden Sie im Flyer des Museums Purrmann-Haus.

Die Magie der Fotografie liegt in ihrer einzigartigen Fähigkeit, flüchtige Momente für die Ewigkeit festzuhalten. Mit einem einzigen Klick wird das Vergängliche unsterblich, das Unsichtbare sichtbar und das Alltägliche außergewöhnlich. Die Ausstellung „Purrmanns Welt im Licht der Fotografie: Matisse, Liebermann, Rilke & Co.“ widmet sich den Persönlichkeiten aus dem illustren künstlerischen, gesellschaftlichen und familiären Netzwerk von Hans Purrmann und Mathilde Vollmoeller-Purrmann. Viele

dieser Persönlichkeiten wie beispielsweise Henri Matisse, Max Liebermann, Rainer Maria Rilke, Leo von König, Lovis Corinth, Karl Vollmoeller, Hermann Hesse, Josephine Baker, Erich Kästner oder Tilla Durioux, zählten zu beliebten Motiven führender Fotojournalistinnen und -journalisten ihrer Zeit. In den rund 100 Fotografien der Speyerer Ausstellung werden ihre Geschichten lebendig und erzählen von den persönlichen Verbindungen zu Hans und Mathilde Purrmann. Dabei öffnet sich ein Kaleidoskop der Avantgarde zwischen München, Paris, Berlin, Rom, Florenz, Langenargen und Montagnola.

Die Ausstellung wird realisiert in Zusammenarbeit mit der fotografischen Sammlung Ullstein bei ullstein bild in Berlin und dem Hans Purrmann Archiv in München.

Die Ausstellung wird gefördert vom Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration des Landes Rheinland-Pfalz.

Museum Purrmann-Haus, Redaktion



Fotografin über Berlin, undatiert, vermutlich 1910, © ullstein bild collection - Berliner Illustrations-Gesellschaft

# Whats App schützt vor betrügerischen Anrufen!

WhatsApp hat eine tolle Funktion, um sich vor betrügerischen Anrufen zu schützen. Sie können einfach alle Anrufe von Nummern, die Sie nicht in Ihrem Telefonbuch haben, stumm schalten. So werden Sie nicht mehr von Betrügern oder nervigen Verkäufern gestört.

So geht's:

1. Öffnen Sie WhatsApp.
2. Gehen auf „Einstellungen“  
(Das Rädchen unten rechts).
3. Wählen "Datenschutz".
4. Suchen nach "Anrufe".
5. Schalten die Funktion "Anrufe von Unbekannt stummschalten" ein.

Warum ist das wichtig?

- **Mehr Ruhe:**  
Keine nervigen Anrufe mehr.
- **Weniger Betrug:**  
Schütze dich vor Betrügern.
- **Mehr Privatsphäre:**  
Entscheide selbst, wer dich anrufen darf.

Häufige Fragen zu WhatsApp-Anrufen:

**Warum bekomme ich so viele Anrufe von unbekannt Nummern?**

Viele Menschen nutzen WhatsApp, um Werbung zu machen oder Betrug zu begehen.

**Was passiert, wenn ich einen Anruf von einer unbekannt Nummer stumm schalte?**  
Das Telefon klingelt nicht mehr. Der Anruf wird aber trotzdem in deiner Anrufliste gespeichert.

**Kann ich einzelne Nummern blockieren?**

Ja, Sie können zusätzlich einzelne Nummern blockieren.

**Ist diese Funktion sicher?**

Ja, diese Funktion hilft dir dabei, deine Privatsphäre zu schützen.

**Kann ich einen Datenschutzcheck durchführen?** Ja, das ist möglich:

1. Öffnen Sie WhatsApp
2. Gehen auf „Einstellungen“  
(Das Rädchen unten rechts)
3. Wählen "Datenschutz"  
Ganz oben lässt sich das Datenschutzcheckfenster öffnen.

Besuchen Sie die digitale Smartphone & Tablett Sprechstunde jeden Freitag im Media:TOR auf der Maximilianstraße. Ab 9.30h bis 12.30h bekommen Sie kostenlose Hilfe, um Ihre Geräte besser zu nutzen.

Maria Schmid & Alexander Walch

## Digitale Sprechstunde im Seniorenhaus am Germansberg im Herbst 2024

In Zusammenarbeit mit der Gemeindegemeinschaft Heidi Gangkofner finden im Herbst 2024 im Seniorenhaus am Germansberg vier offene digitale Sprechstunden statt:

**Donnerstag 7. November 14-15.30 Uhr**  
Offene Runde

**Donnerstag, 28. November 14-15.30 Uhr**  
Offene Runde

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, bitte Geräte mitbringen. Für Nachfragen können Sie die Gemeindegemeinschaft Heidi Gangkofner plus: Tel. 06232 14 2636 oder bei Herrn Walch, Digitalbotschafter, Tel. 0170/5579200 anrufen.

Alexander Walch, Digitaler Botschafter

# Reisen mit dem Smartphone

## Roaming, WLAN und Co.

*Wer mit digitalen Endgeräten auf Reisen geht, muss an vieles Denken. Diverse Ladekabel, vielleicht eine Powerbank und im Ausland natürlich an den Adapter für die Steckdose. Etwas um das man sich meistens nicht kümmern muss, ist das Mobilfunknetz. Sobald das Endgerät das heimische Mobilfunknetz verlässt, verbindet es sich automatisch mit einem Netz eines lokalen Anbieters. Diesen Prozess nennt man dann Roaming. Hier lohnt es sich, aufmerksam zu sein. Sonst können hohe Kosten entstehen.*

*Was es mit Roaming auf sich hat, wie sich hohe Kosten vermeiden lassen und warum öffentliches WLAN nicht immer die Lösung ist, erfahren Sie in diesem Artikel.*

### **Was ist Roaming und wie können dabei zusätzliche Kosten entstehen**

Roaming ist ein englischer Begriff und bedeutet auf Deutsch so viel wie „herumwandern“ oder „schlendern“. Roaming wird als Begriff verwendet, um die Nutzung eines Mobilfunknetzes im Ausland zu bezeichnen. Innerhalb der Europäischen Union und den Mitgliedern des Europäischen Wirtschaftsraums (EWR) gilt: „Roam like at home“. Das heißt, Nutzer\*innen können zum Heimattarif telefonieren, Nachrichten verschicken und im Internet surfen. Ein Flatrate-Tarif aus einem EU-Land gilt also in jedem anderen EU-Land auch.

Diese Regelung gilt nur für die 27 Staaten in der Europäischen Union und den Mitgliedern der EWR, dazu gehören Lichtenstein, Norwegen und Island. Länder wie die Schweiz und die Türkei sind nicht Teil dieser Regelungen. Dort gilt also nicht der Heimattarif, sondern spezielle Konditionen. Auch Großbritannien ist seit dem EU-Austritt von der Regelung ausgenommen. Viele Mobilfunkanbieter wenden jedoch in Großbritannien weiterhin die EU-Regelungen an. Prüfen Sie die Konditionen ihres Mobilfunkanbieters vor der Reise nach Großbritannien.

Zwar haben Roaming-Anbieter die Pflicht, ihre Kunden bei der Einreise in andere Mitgliedstaaten vor dem Risiko zusätzlicher Gebühren zu warnen. Dennoch lohnt es sich, vor einer Auslandsreise selbst zu recherchieren, ob Kosten für internationales Roaming anfallen können.

Um sicherzugehen, dass keine zusätzlichen Roaming-Gebühren anfallen, kann das Daten-Roaming auch ganz deaktiviert werden. Die passende Einstellung findet sich in den Geräteeinstellungen jedes Smartphones unter „Daten-Roaming“.

Vorsicht, wenn Sie in Grenznähe zu einem Nicht-EU Land sind. Hier kann sich Ihr Handy automatisch in das Netz des Landes außerhalb der EU einwählen. Obwohl Sie sich in einem EU-Land befinden, entfällt in dieser Situation der "Roam like at home"-Tarif. Achten Sie daher in Grenznähe darauf, dass sich Ihr Handy tatsächlich in das Netz des EU-Landes einwählt.

## Telefonieren im Ausland und die Nutzung der Mailbox

Auch die Mailbox kann zur Kostenfalle werden. Wird der Anruf zur Mailbox weitergeleitet, tragen Anrufer\*innen aus Deutschland die Kosten nur bis zur Landesgrenze. Für die Verbindung ins Ausland und die anschließende Weiterleitung auf die Mailbox werden häufig weitere Gebühren fällig, für die der Angerufene aufkommt.

Innerhalb der EU zählt weiterhin „Roam like at home“. Außerhalb der EU schafft zum Beispiel eine „absolute“ Rufumleitung Abhilfe. Dabei werden alle Anrufe auf die Mailbox umgeleitet. Wird die Rufumleitung direkt auf die Mailbox schon vor Reiseantritt eingestellt, dann werden die Gespräche erst gar nicht ins Ausland weitergeleitet. Sie gehen in Deutschland auf der Mailbox ein. Die Mailbox lässt sich aber auch ganz abschalten. Anrufer\*innen können dann keine Nachrichten hinterlassen. Bezahlt werden dann nur die Telefonate, die tatsächlich angenommen werden.

## Mit der eSIM auch außerhalb der EU kostengünstig

Bei einer eSIM handelt es sich um das elektronische, rein virtuelle Gegenstück zu der klassischen physischen SIM-Karte und sie wird direkt auf dem Gerät freigeschaltet. Die eSIM ermöglicht die unkomplizierte Nutzung verschiedener Anbieter. Hohe Roamingkosten lassen sich durch die digitale SIM-Karte vermeiden.

Neuere Smartphones unterstützen die digitale SIM-Karte. Auf einem Gerät können mehrere eSIM installiert werden.

## Handynutzung auf Schiffen oder im Flugzeug

An Bord eines Flugzeugs gibt es in der Regel keinen Mobilfunkempfang. Gegen eine zusätzliche Gebühr bieten Fluglinien aber häufig WLAN an. Damit kann dann während des

Fluges ein bestimmtes Datenkontingent genutzt werden.

Mobilfunk auf Kreuzfahrtschiffen ist ein Sonderfall. Die Mobilfunknetze decken die Meeresgebiete nicht ab. Deshalb wird auf Schiffen das Netz über Satellitentechnik zur Verfügung gestellt. Das verursacht hohe Kosten. Ähnlich wie im Flugzeug wird auf Kreuzfahrtschiffen oder Fähren deshalb häufig ein kostenpflichtiges WLAN angeboten. Die Mobilfunkanbieter sind verpflichtet auf zusätzliche Roaming-Kosten hinzuweisen. Es empfiehlt sich vor Antritt einer der Reise beim Schiffsnetz-Satellitennetzbetreiber über die Preise zu erkundigen.

## Hierauf sollte man bei freiem WLAN und der Nutzung öffentliche PCs achten

Kostenlose und freies WLAN können eine Gefahr für die Datensicherheit sein. Mobile Datenverbindungen sind für Hacker immer noch eine Hürde. Wenn es mit der Urlaubskasse vereinbar ist, ist zu empfehlen für sensible Daten das Mobilfunknetz zu verwenden. Für das Online-Banking über das Smartphone sollte außerhalb des eigenen Netzes grundsätzlich „Mobile Daten“ verwendet werden.

Dasselbe gilt für öffentliche PCs in Internet-Cafés oder Flughäfen. Das Anmelden beim E-Mail-Anbieter oder das Einloggen bei verschiedensten Online-Diensten ist zu vermeiden.

## Fazit

Um entspannt und sicher den Urlaub zu genießen, informieren Sie sich über verschiedene Preisaufschläge und Gebühren, die anfallen können. Lieber den Flugmodus einmal mehr anschalten als zu wenig. Weiterhin ist innerhalb der EU Roaming, das automatische Verbinden mit einem Netz eines lokalen Anbieters, unproblematisch. Nach dem Motto „Roam like at home“ können Nutzer\*innen zum Heimattarif telefonieren, Nachrichten verschicken und im Internet

surfen. Für nicht EU-Länder ist eine Lösung, um Roaming-Kosten zu vermeiden, eine eSIM. E\_SIMs sind das elektronische, rein virtuelle Gegenstück zu den klassischen physischen SIM-Karten und werden direkt auf dem Gerät freigeschaltet.

Quellen und Links:

Verbraucherzentrale „Roaming in der EU“: <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/digitale-welt/mobilfunk-und-festnetz/roaming-in-der-eu-wichtige-fragen-und-antworten-13742>

Verbraucherzentrale „Internationales Roaming“: <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/digitale-welt/mobilfunk-und-festnetz/internationales-roaming-bei-wlan-und-mobilfunk-kostenfallen-vermeiden-27954>

Verbraucherzentrale „Kostenfalle Mailbox“: <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/digitale-welt/mobilfunk-und-festnetz/kostenfalle-mailbox-handykosten-im-ausland-8628>

Mobilsicher „Mit dem Smartphone sicher auf Reisen“: <https://mobilsicher.de/ratgeber/mit-dem-smartphone-sicher-auf-reisen>

Dieser Artikel gibt den Sachstand zum Zeitpunkt der Veröffentlichung wieder. Datum: 30. Juli 2024

Maira Böhm

Maira Böhm belegt aktuell die Stelle des Freiwilligen Sozialen Jahres Kultur in der Stiftung Medienkompetenz Forum Südwest (MKFS) und arbeitet beim Offenen Kanal in Speyer mit. Sie ist in der Redaktion von Silver Tipps beschäftigt und unterstützt zusätzlich im Media:TOR Speyer die Senior\*innen Sprechstunde der Digital-Botschafter\*innen.

Silver Tipps! Mit Freude online:

Auf Silver Tipps ist der Artikel unter folgendem Link erschienen: <https://www.silver-tipps.de/reisen-mit-dem-smartphone/>





# Internet, Computer und Smartphone - Hilfen für ältere Menschen in Speyer

Seniorinnen und Senioren tun sich oft schwer mit der Bedienung von Computer oder Smartphone. Dabei können diese Geräte sie dabei unterstützen, Einschränkungen, die das älter werden so mit sich bringen (wie z.B. fehlende Mobilität, Kontakt halten zu Angehörigen, kulturelle Teilnahme etc.), besser zu meistern. In Speyer gibt es einige, regelmäßige Angebote, die Seniorinnen und Senioren dabei helfen, ihre Geräte besser zu nutzen.

**Hier wird Ihnen geholfen:**

## (Smartphone-)Sprechstunden für ältere Menschen durch Digitalbotschafter:

Sie sind 60+ und haben ein Smartphone oder ein Tablet und wissen nicht, wie Sie damit umgehen sollen? Sie würden gerne im Internet einkaufen, mit den Enkeln schreiben oder per Smartphone nachschauen, ob der Bus oder die Bahn Verspätung haben, Ihnen fehlt aber das Wissen hierzu? Nur Mut, wir können Ihnen helfen und die Herausforderungen gemeinsam lösen.

### **Stadtteilbüro West**

Wo: Kurt-Schumacher-Straße 16 a, Eingang: Berliner Platz

Wann: jeden 1. und 3. Montag im Monat von 16:00–18:00 Uhr

Ohne Anmeldung

### **Pfälzische Landesbibliothek**

Wo: Otto-Mayer-Straße 9, Speyer

Wann: An jedem 1. und 3. Donnerstag im Monat, von 14 bis 17 Uhr

Anmeldung unter Tel. 06232 25400 an.

### **Digitale Sprechstunde im Seniorenhaus am Germansberg im Herbst 2024**

In Zusammenarbeit mit der Gemeindegeschwester plus Heidi Gangkofner finden im

Herbst 2024 im Seniorenhaus am Germansberg vier offene digitale Sprechstunden statt:

**Donnerstag 7. November 14-15.30 Uhr**

Offene Runde

**Donnerstag, 28. November 14-15.30 Uhr**

Offene Runde

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, bitte Geräte mitbringen. Für Nachfragen können Sie die Gemeindegeschwester plus: Tel. 06232 14 2636, oder Herrn Walch, Digitalbotschafter, Tel. 0170/5579200 anrufen.

**Media: TOR**

Wo: Maximilianstraße 8

Wann: jeden Freitag von 10:00–13:00 Uhr

Ohne Anmeldung

## **F@irNet (Seniorenbüro):**

### **Multimedia Sprechstunde**

Wo: Digital-Treff F@irNet, Ludwigstraße 15b

Wann: jeden Dienstag, von 10:00-11:30 Uhr

Multimedia Sprechstunde mit Beratung, wenn es wieder mal klemmt in den Bereichen: PC bzw. Notebook, Smartphone oder Tablet für die Hardware, und Microsoft, Android oder Mac für die Software. Eigene Geräte können mitgebracht werden!

Ohne Anmeldung

### **Digital-Treff mit Schwerpunkt-Themen und Diskussion!**

Wo: Digital-Treff F@irNet, Ludwigstraße 15b

Wann: jeden Donnerstag von 10-11:30 Uhr

Jeden 1. und 3. Donnerstag findet eine offene Gesprächsrunde und Austausch zu

Ihren digitalen Themen statt. Jeden 2. und 4. Donnerstag werden zwei vorher festgelegte Themen der Digitalwelt aus der Seniorensicht schwerpunktmäßig behandelt. Die Themen erfahren Sie monatlich aus der Presse oder im Seniorenbüro (Tel. 06232 14 2661, E-Mail: [seniorenbuero@stadt-speyer.de](mailto:seniorenbuero@stadt-speyer.de))  
Ohne Anmeldung

### **Tablet-Schulung**

Wo: Digital-Treff F@irNet, Ludwigstraße 15b

Wann: Wenn genügend Nachfrage besteht. Die Schulung ist für Anfänger gedacht. Dafür werden Samsung-Tablets zur Verfügung gestellt. Anmeldung: Weitere Auskunft im Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A, Tel.: 14 2661,

### **Im Mehrgenerationenhaus (MGH) Speyer Nord:**

#### **Sprechzeit „Handy, Laptop Co.“**

Wo: Mehrgenerationenhaus in Speyer-Nord, Weißdornweg 3

Wann: jeden Mittwoch von 10–12 Uhr individuelle Hilfestellung/Beratung am eigenen Handy/Smartphone und Laptop, Kosten: 10€/Stunde,

Ansprechpartner: Peter Fechter,  
Terminvergabe unter: Tel. 06232 14-2911,  
[p.fechterMGH@gewo-leben.de](mailto:p.fechterMGH@gewo-leben.de)

### **Digital- und Spielertreff**

Wo: Mehrgenerationenhaus in Speyer-Nord, Weißdornweg 3

Wann: jeden Dienstag von 13-16 Uhr

Offenes Angebot mit verschiedenen Spielmöglichkeiten in gemütlicher Caféatmosphäre, Auskunft erteilt auch gerne Gemeindegeschwester Plus in Speyer Frau Alexandra Mally, Tel.: 06232 14-2673, [alexandra.mally@stadt-speyer.de](mailto:alexandra.mally@stadt-speyer.de) oder das MGH, Tel. 06232 142911

### **Im Familientreff Speyer Süd:**

#### **Handy-Sprechstunde: Beratung für Senior\*innen im Umgang mit dem eigenen Smartphone**

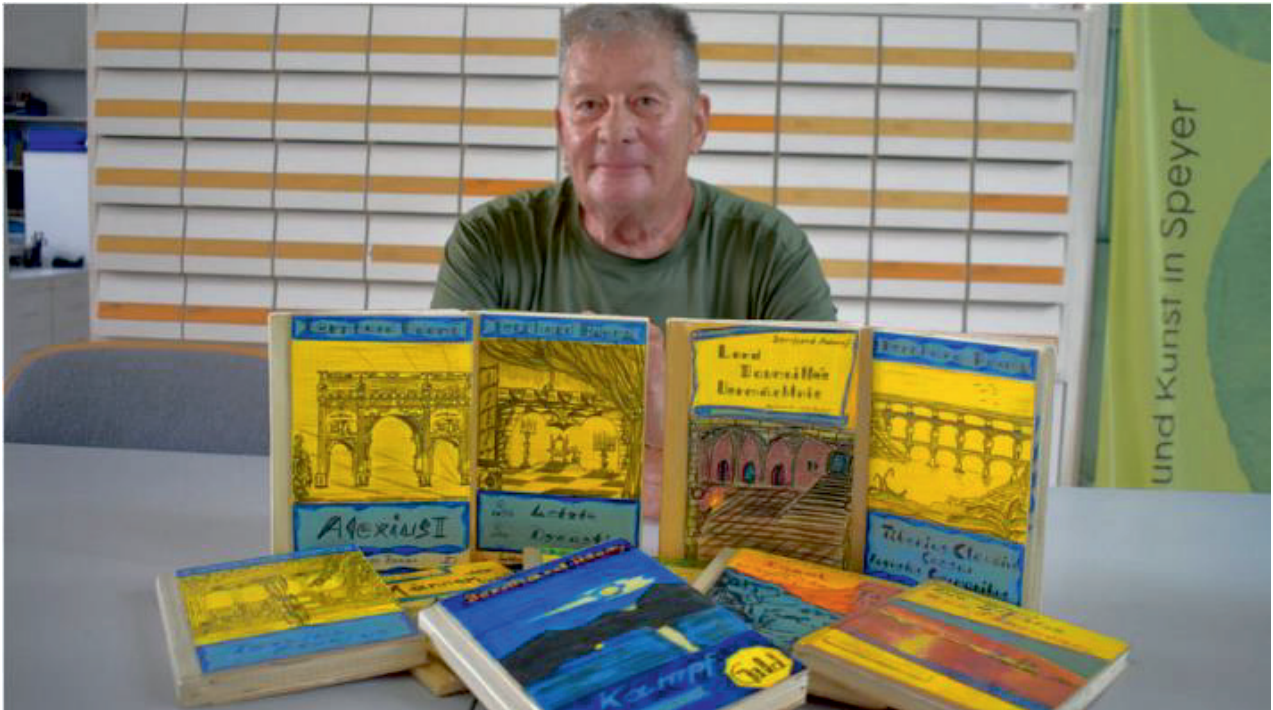
Wo: Familientreff Süd, Windthorststraße 11

Wann: jeden Mittwoch von 9:30 – 12 Uhr  
Bitte vereinbaren Sie einen Termin zur Sprechstunde unter 0151/11201959.

Smartphone, Passwörter, SIM-Karte, App, Play Store, PIN und PUK ... Was ist das alles? Und wie bediene ich ein Smartphone richtig? Der Umgang mit dem Smartphone ist für viele jüngere Menschen selbstverständlich. Sie besitzen inzwischen auch ein Mobiltelefon, haben bei der Bedienung aber gelegentlich noch Schwierigkeiten? In unserer Handy-Sprechstunde für Senior\*innen sind Sie mit Ihren Fragen genau richtig!

Thomas Schmid, Redaktion

# Bernhard Adamys interessanter Vorlass für Speyerer Stiftung



Dr. Bernhard Adamy und seine besonderen gesammelten Werke. Quelle: Susanne Kühner

*Der pensionierte Gymnasiallehrer Bernhard Adamy hat Wilhelm Molitor erforscht – aber nicht nur. Jetzt übergab der 70-Jährige bewusst noch zu Lebzeiten seinen Nachlass.*

Speyer. Dr. Bernhard Adamy (70) ist den Speyerern ein Begriff. Im Besonderen denken sie beim Namen des pensionierten Gymnasiallehrers an Wilhelm Molitor, den Domkapitular des Kaisersdomes und dessen lyrische „Domlieder“. Ihm hat Adamy viel Zeit und zwei Veröffentlichungen gewidmet. Nicht nur diese sind seit kurzem im Stadtarchiv zu finden, im Vorlass des Mannes.

Mit dem Beitritt zur Kulturstiftung Speyer im vergangenen Jahr (unsere Zeitung berichtete) [Anmerkung Redaktion: Schwetzinger Zeitung berichtete] machte Adamy zuletzt auf sich aufmerksam. Durch 30 000 Euro ist

diese ausgestattet und soll Publikationen über Themen der Literatur, der klassischen Musik, der Geschichte und Kirchengeschichte sowie speziell auch künftige Arbeiten einer vielleicht weitergehenden Wilhelm-Molitor-Forschung fördern.

**Noch zu Lebzeiten wurde der Nachlass an das Speyerer Stadtarchiv gegeben**

Der Nachlass Adamys, den er bewusst noch zu Lebzeiten an das Stadtarchiv gegeben hat, ist in drei Abteilungen gegliedert. „Ich habe den Bestand in Gruppen aufgeteilt, damit er besser zu handhaben ist“, erklärt Adamy im Gespräch über sein Vorgehen. Gut acht Wochen Zeit kostete ihn das Ordnen unter die Schlagworte Manuskripte, Typskripte und Memoriale.

„Die Textteile der Hinterlassenschaft enthalten das literarische Lebenswerk und bestehen aus größtenteils unveröffentlichten, also völlig unbekanntem und germanistische nicht erschlossenen belletristischen Texten“, erklärt Adamy.

Eine große Themen- und Formenvielfalt herrsche vor, dramatische, erzählerische und vor allem lyrische Dichtungen aus einem Zeitraum von über 50 Jahren seien einzusehen. „Darunter zu finden sind 120 Kurzgeschichten und mehrere hundert Gedichte und Zyklen in unterschiedlichen traditionellen anspruchsvollen Formen“, zeigt Adamy auf. Auch Einblicke in den Entstehungsprozess von Gedichten und deren sprachkünstlerische Gestaltung erhalten Archivbesucher in allen Einzelheiten. Für Adamy eine besondere Freude: ein Karton voller Kinder- und Jugendbücher. „Ich habe mit neun Jahren schon angefangen, 100-seitige Abenteuergeschichten zu schreiben“, verrät er. Dazu zeichnete er die passenden Bilder und band die Bücher.

### **Germanist, Historiker, Musikwissenschaftler: Speyerer ist ein Multitalent**

Woher er diese Gabe hat, weiß Adamy nicht. „Mein Vater war ein ganz korrekter Jurist, aber sehr literatur- und kunstaufgeschlossen. Meine Mutter war eine einfache Hausfrau. Wir haben viel Musik und Oper gehört – das war's aber“, erzählt der Germanist, Historiker und Musikwissenschaftler. Der eigenen Kreativität und Schreibkraft entsprangen als Jugendlicher also Bücher mit Titeln wie „Die Schätze der Pharaonen“, „Alexius II“, „Männer der Urzeit“ oder „Die Schätze der Pharaonen“.

Erst spät hat er damit begonnen, seine literarischen Arbeiten zu publizieren. So wie die Monografie über Wilhelm Molitor (1819-1880), die dessen Werk und Wirkung als eine bedeutende Persönlichkeit im Bistum Speyer des 19. Jahrhunderts vergegenwärtigen soll. „Ich habe ein ganzes Leben lang

nichts dafür getan, um bekannt zu werden“, betont Adamy – und ein wenig Bedauern schwingt da dann doch mit.

Die Gründe nennt er zum einen seine wissenschaftliche Arbeit, zum anderen seinen Beruf, aber zum Dritten auch die Scheu vor den Hürden, die genommen werden mussten. Nun jedoch soll sein Schaffen für die Nachwelt zugänglich sein. Zu 95 Prozent sind es unveröffentlichte Werke. „Vielleicht wären sie von literarischer Bedeutung, wenn ich bekannt gewesen wäre“, lenkt Adamy lächelnd ein.

Der Kulturstiftung Speyer ist er dankbar. Durch sie wurde der Weg ins Stadtarchiv geebnet, wo seine Materialien nun gesichert sind. Adamys publizierte Werke sind nicht dabei, jedoch in einer Liste aufgeführt. Ergänzt werden soll der Bestand um Dichtungen, an denen der Autor derzeit noch arbeitet.

Susanne Kühner

Artikel aus der Schwetzinger Zeitung vom 04.08.2024, veröffentlicht mit Erlaubnis

URL des Artikels: [https://www.schwetzinger-zeitung.de/orte/speyer\\_artikel,-speyer-bernhard-adamys-interessanter-vorlass-fuer-speyerer-stiftung-\\_arid,2231513.html](https://www.schwetzinger-zeitung.de/orte/speyer_artikel,-speyer-bernhard-adamys-interessanter-vorlass-fuer-speyerer-stiftung-_arid,2231513.html)

## VERGÖNNE MIR ...

Vergönne mir die Stunde,  
in der die Morgenstille liegt  
und auf in kühle Frühe  
ein rascher Vogel fliegt, –

vergönne mir die Stille,  
die sich dem Takt der Zeit entzieht,  
den Nebelraum der Ferne,  
in dem mir nichts geschieht,

vergönne mir das Warten  
auf jenes sanfte Dämmerlicht,  
das glitzernd sich im Spiegel  
des dunklen Wassers bricht,

du ruhelose Seele,  
verwirrt, verspannt und voller Angst,  
oh gönne dir den Frieden,  
nach dem du so verlangst,

enteile nicht! verweile!,  
vergönne dir, ein Bild zu sehn –  
und lasse es als Zeichen  
vor deinem Auge stehn,

und höre, um zu lauschen:  
Der menschenleere Raum ist frei, –  
die alte Erde atmet,  
drei Schwäne ziehn vorbei,

die ersten Schatten steigen  
aus einem aufgehellten Schein,  
und in den brachen Feldern  
bleibt jeder Schritt allein.

Dem Hauch der alten Erde,  
den nun der leichte Atem spürt,  
vergönne, meine Seele,  
dass er auch mich berührt,

und gib in diesem Morgen  
dem gleichen Bleiben seinen Sinn,  
dass ich es mir vergönne  
zu sagen: ja, ich bin. –



Andreas Hermsdorf / pixelio

## Verlust Büchertipps:

Ein Unglück lag in der Luft. Seit dem frühen Morgen fegte der Wind unstedet durch die Straßen, pfiß um die Häuser und drang durch die Ritzen von Türen und Fenstern. *Es wird eben Winter*, redete Rudolf Adler sich gut zu, doch die Beklemmung, die ihm seit Monaten die Brust eng machte, konnte er schwerlich dem Wetter oder der Jahreszeit anlasten. Die Angst war ein Gestank von Rost und Unrat, der ihm beständig in der Nase hing.“

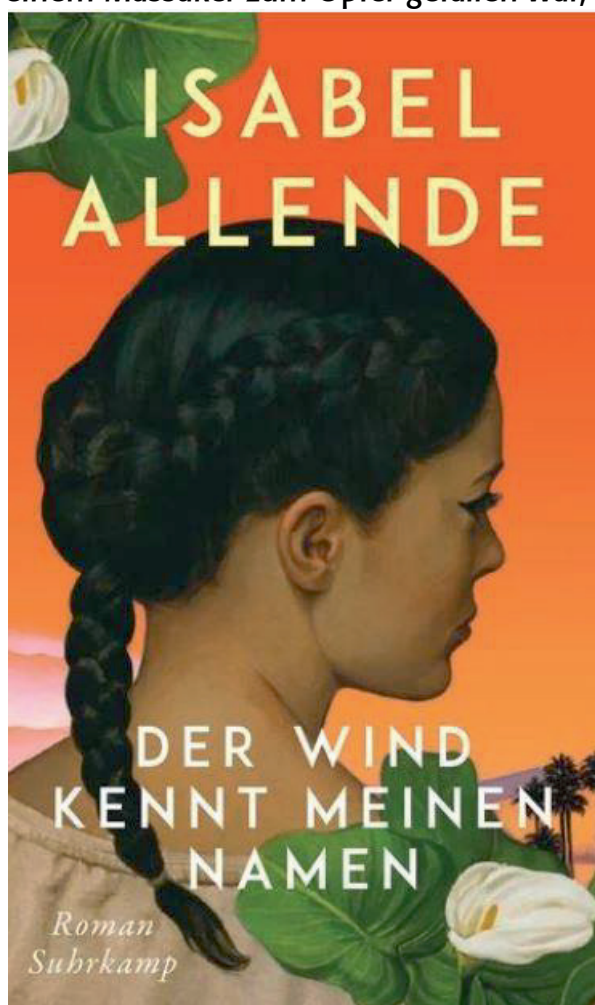
So beginnt Isabel Allendes Roman „**Der Wind kennt meinen Namen**“.

Wir befinden uns nicht, wie bei Allende erwartbar, in Südamerika, sondern in Wien während der Pogromnacht 1938.

Rudolf Adler verschwindet, während seine Frau Rachel ihre Verzweiflung erstickt und ihrem sechs Jahre alten Sohn Samuel einen Platz in einem Kindertransport nach England verschafft. „An diesem Tag endete seine Kindheit.“ Zeitlebens wird den sensiblen Menschen das Gefühl, verlassen worden zu sein, begleiten. Seine Geige damals und die Musik überhaupt bleiben sein Trost.

Zu Samuel reiht Allende im Fortlauf des Romans weitere Personen, denen der Verlust der Heimat gemeinsam ist.

Leticia verfügt zwar über einen amerikanischen Pass, aber als Kind musste sie zusammen mit ihrem Vater, dessen Familie einem Massaker zum Opfer gefallen war,



aus San Salvador fliehen. Jahre später führt sie Samuel, der schon lange in den USA lebt und dessen Frau gestorben ist, den Haushalt.

Selena wiederum, eine junge engagierte Frau, setzt sich für Geflüchtete aus Mexiko ein. Für ihr Projekt gewinnt sie überraschend einen Staranwalt, der sich zwar in erster Linie für sie als Frau interessiert, der aber nach und nach seine Grundeinstellung ändert und wie Selena die restriktive Flüchtlingspolitik des amerikanischen Präsidenten bekämpft. Die Hilfe gilt vor allem der kleinen Anita, die an der Grenze von ihrer Mutter getrennt wurde. Um Verlust und Einsamkeit zu ertragen, sucht Anita Zuflucht in Azabahar, einer Welt, die nur in ihrer Fantasie existiert.

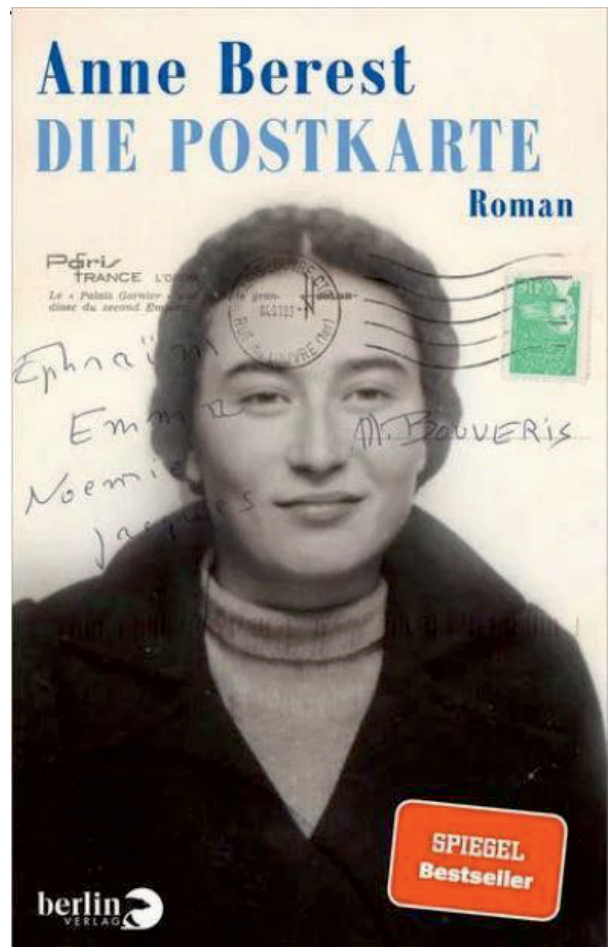
Gegen Ende des Romans werden die Lebensläufe miteinander verwoben und enden beim inzwischen fast neunzigjährigen Samuel in Berkley, der eine neue Aufgabe gefunden hat.

Ein wunderbarer Roman, der Räume, Zeiten und Problemfelder eröffnet, die uns klüger machen und tiefes Mitgefühl wecken.

Eine Karte im Briefkasten mit vier Namen ist der Katalysator in **Anne Berests autofiktionalem Roman „Die Postkarte“**, in dem alles um das Thema „Verlust“ kreist.

Eine Recherche über Jahrzehnte beginnt, an deren Anfang Ephraim steht. „Die Melancholie ergreift von ihm Besitz. Sie wird zu einer mentalen Landschaft, in der er umherwandert, manchmal ganze Tage lang.“ Seine Melancholie ist nicht von ungefähr. Als Jude und Sozialrevolutionär ist es ihm nicht vergönnt, irgendwo heimisch zu werden. So verlässt er in den Zwanzigerjahren des letzten Jahrhunderts mit seiner Familie Russland, um nach Palästina auszuwandern und später nach Frankreich, seinem eigentlichen Wunschziel, von wo er, seine Frau und zwei seiner Kinder nach Auschwitz deportiert werden. Sie fallen der

Vernichtung anheim, während seine älteste Tochter überlebt.



Anne, Ephraims Urenkelin, erzählt Jahre später einem Freund und praktizierenden Juden anlässlich des Pessachfestes von ihrem komplexen Verhältnis zum Judentum. „Ich war mit einem latenten Widerspruch konfrontiert. Auf der einen Seite gab es diese Utopie, von meinen Eltern als Modell einer Gesellschaft beschrieben, die es noch aufzubauen galt, während sie uns Tag für Tag die Überzeugung eintrichterten, die Religion sei eine Geißel, die man unbedingt bekämpfen müsse. [...]. Aber inmitten dieser aufklärerischen Reden [...] tauchte immer wieder dieses eine Wort auf, wie ein schwarzer Stern, wie ein bizarres, vom Lichthof des Mysteriums umgebenes Sternbild. Jude.“

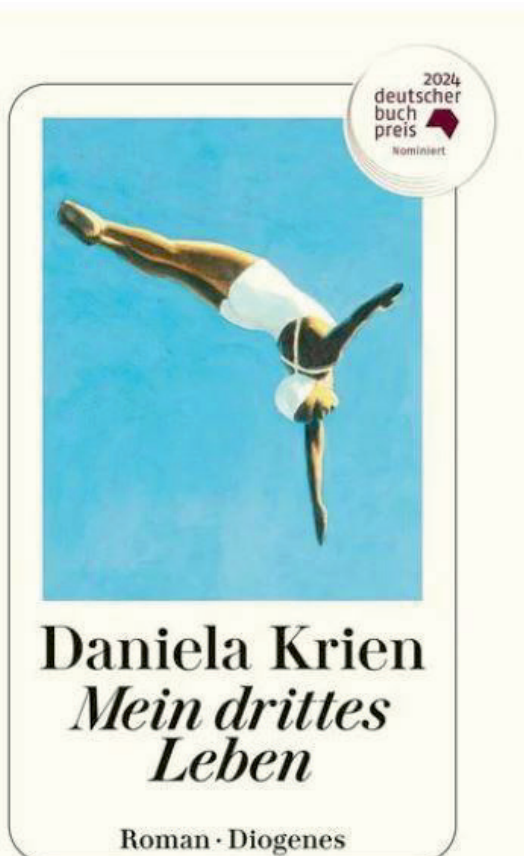
Annes Recherche folgend, deren Tochter gerade erste Erfahrungen mit Antisemitismus gemacht hat, durchleben wir den Lei-

densweg einer Familie, nicht in Deutschland, dem Land der Täter, sondern in Frankreich, wo es zwar die Résistance gab, aber auch die Kollaboration mit den Nationalsozialisten.

Absolut lesenswert ist dieser durch Dokumente unterfütterte autofiktionale Roman, der in seiner schonungslosen Darstellung erschüttert und zum Nachdenken zwingt.

„Ich halte die Gedanken und Bilder nicht fest. Sie kommen und gehen. Und je länger ich laufe, umso flüchtiger werden sie, umso uneindeutiger. Wenn ich lange genug laufe, sind es nur noch farbige Gefühle, die in mir aufblühen, durch mich hindurchgehen, von den Poren meiner Haut ausgeatmet werden und sich im Wind verlieren.

Dann bleibe ich stehen, halte mein Gesicht in die Sonne oder den Regen, und die Grenzen meines Körpers beginnen, zu fließen und nahtlos überzugehen in Luft und Erde, und dann weiß ich. Ich bin da. Ich lebe.



So zu lesen gegen Ende von Daniela Kriens Roman „Mein drittes Leben“. Bis zu diesem Moment der Lebendigkeit ist Linda, die Ich-Erzählerin, einen langen Weg durch die Hölle gegangen. Dabei war sie einst glücklich, im Einklang mit ihrem Beruf und mit ihrer kleinen Familie, mit Richard, ihrem Mann, und Sonja, ihrer Tochter. Aber ein Unfall reißt Sonja abrupt aus ihrem siebenjährigen Leben, Linda komplett aus ihrem seelischen Gleichgewicht.

Wir werden nun Zeugen ihrer unerbittlichen Trauer. Es treibt sie in die völlige Isolation fernab von wohlmeinenden Freunden und ihrem Mann, den sie aus ihrem Leben aussperrt. Die quirlige Stadt Leipzig tauscht sie mit einem einsam gelegenen Bauernhof, wo sie nur das Nötigste arbeitet, ihr Äußeres vernachlässigt und die Nacht mit Psychopharmaka betäubt. Sie fällt in eine todesähnliche Starre, die allenfalls von Erinnerungen belebt wird. Ganz allmählich und zart stellt sich aber eine Veränderung durch einen neuen Ortswechsel und die vorsichtige Annäherung an Menschen ein, und sie wird offen für Aufgaben, die ihrem „dritten Leben“ einen Sinn zu geben vermögen.

Gerade dieser lange Heilungsprozess nach einem schweren Verlust macht Kriens Roman lesenswert und erfüllt uns mit Zuversicht.

Ursula Franz-Schneider

### Leseempfehlungen

1. Isabel Allende  
Der Wind kennt meinen Namen,  
Suhrkamp Verlag, Berlin 2024
2. Anne Berest: Die Postkarte,  
Berlin Verlag, Berlin 2023
3. Daniela Krien: Mein drittes Leben,  
Diogenes Verlag, Zürich 2024



# Das 1. Hilbertsche Problem, ein mathematisches Jahrhunderträtsel ist gelöst.

## Ein Blick auf die Lösung in einigen Fragen und Antworten.



Dr. Volker Hönig

### (1) Wer war David Hilbert?

David Hilbert (1862 – 1943) war wohl der berühmteste Mathematiker zu Beginn des 20. Jh. Allein schon durch die Herausarbeitung von 23 ungelösten mathematischen Problemen in seinem Vortrag, gehalten auf dem Mathematikerkongress anlässlich der Weltausstellung in Paris 1900, später als Hilbertsche Probleme bezeichnet, wäre er in die Annalen der Mathematik eingegangen. Viele dieser Probleme führten zu neuen Disziplinen in der Mathematik.

### (2) Was ist das 1. Problem und seit wann besteht es?

Das 1. nach Hilbert benannte Problem geht auf den Mathematiker Georg Cantor (1845 – 1918), den Begründer der Mengenlehre, zurück, der es 1873 zuerst formuliert hat. Das war 27 Jahre vor Hilberts Vortrag.

Das 1. Hilbertsche Problem ist die Frage, ob sich die unendlich vielen Dezimalzahlen zwischen 0 und 1, also alle mit „0.“ beginnenden Zahlen, in der gleichen Weise abzählen lassen wie die unendlich vielen natürlichen Zahlen 0, 1, 2, .... Das Problem ist einfach zu verstehen und man glaubt deshalb, eine Antwort müsse sich ebenso einfach finden lassen. Genau das war nicht der Fall.

### (3) Was bedeutet „Abzählen der natürlichen Zahlen“?

Als natürliche Zahlen bezeichnet man 0, 1, 2, ... Abzählen bedeutet, sie nach bestimmten, nach dem italienischen Mathematiker Giuseppe Peano (1858 – 1932) benannten und von ihm formulierten Gesetzen (Axiomen) nacheinander aufzuzählen, wobei mit 0 begonnen und dann in 1-Schritten fortgefahren wird. Dabei darf keine Zahl ausgelassen oder mehrfach gezählt werden. Der Abzählprozeß geht gedachtermaßen bis Unendlich und hört also nicht auf.

### (4) Gibt es unendlich große natürliche Zahlen?

Die Frage scheint auf den ersten Blick überflüssig zu sein. Gäbe es keine unendlich großen natürlichen Zahlen, so wäre die Menge dieser Zahlen endlich und das 1. Hilbertsche Problem würde sich gar nicht erst stellen. Doch es gibt auch heute noch Mathematiker, welche die Existenz unendlich großer natürlicher Zahlen als Denkbjekte leugnen.

Ein Beispiel für eine unendlich große natürliche Zahl wäre z.B.

die Zahl	...333
mit Vorgänger	...332
und Nachfolger	...334

### (5) Welche Dezimalzahlen zwischen 0 und 1 entsprechen unendlich großen natürlichen Zahlen?

Um dem Beispiel aus der vorangegangenen Frage zu folgen, spiegelt man die dort angegebenen unendlich großen natürlichen Zahlen am Dezimalpunkt und erhält so die Dezimalzahlen mit unendlich vielen Nachkommastellen, also

die Dezimalzahl	0.333...
mit Vorgänger	0.233...
und Nachfolger	0.433...

### (6) Historische Lösungsversuche zum 1. Hilbertschen Problem.

Zuerst ist Georg Cantor zu nennen, der mit dem nach ihm benannten Diagonalbeweis glaubte, bewiesen zu haben, daß die Dezimalzahlen des Kontinuums zwischen 0 und 1 nicht abzuzählen seien. Der logische Trugschluß in diesem Beweis ist nicht leicht zu entdecken, sonst hätte er sich nicht seit 1873 bis heute, also gut 150 Jahre lang, gehalten.

Zwei weitere Lösungsversuche wären noch zu nennen: Kurt Gödel hat 1938 eine Abhandlung dazu verfaßt, später 1963 dann Paul Cohen. Beide haben jedoch keine konkreten Resultate erzielt, wenn man darunter Aussagen über die Dezimalzahlen

des Kontinuums zwischen 0 und 1 versteht.

### (7) Die Lösung des 1. Hilbertschen Problems (Hönig).

Der Beweis für die Abzählbarkeit der transfiniten Menge der Dezimalzahlen zwischen 0 und 1 beruht auf der Spiegelung der Elemente der transfiniten Menge der natürlichen Zahlen am Dezimalpunkt „0.“. Damit ist eine eindeutig umkehrbare Abbildung beider transfiniten Mengen gegeben und sie sind gleichmächtig. Damit kann es keine weitere transfinite Menge geben, die sozusagen zwischen die Menge der Dezimalzahlen zwischen 0 und 1 und die Menge der natürlichen Zahlen passt.

Ferner sind die Peano-Axiome, welche die Gesetze bzw. Regeln für die Abzählbarkeit der Elemente von Mengen beschreiben, etwa der natürlichen Zahlen, jetzt auch für die Dezimalzahlen zwischen 0 und 1, erfüllt, da sie bei Spiegelung gültig bleiben.

### (8) Warum ist der Diagonalbeweis von Cantor für die Nichtabzählbarkeit der reellen Zahlen zwischen 0 und 1 falsch? Einige Bemerkungen dazu.

(a) Hilbert hat im Gegensatz zu Cantor bereits vermutet, daß die unendliche Menge der Dezimalzahlen zwischen 0 und 1 abzählbar unendlich ist.

(b) Darum hat Hilbert diese Frage nach der Abzählbarkeit gleich als erstes Problem in seine Liste aufgenommen. Hätte sich die Cantorsche Vermutung der Nichtabzählbarkeit als richtig erwiesen, hätte es die angegebene Lösung mit der Spiegelsymmetrie beider Mengen zum Dezimalpunkt gar nicht geben dürfen. Überdies bestätigt die angegebene Lösung die Hilbertsche Vermutung glänzend.

(c) Der logische Fehler im Cantorsche Diagonalbeweis tritt dann zutage, wenn man den Beweis auf endliche Zahlenmengen,

etwa alle 20-stelligen Dezimalzahlen  $0.0\dots 0, \dots, 0.9\dots 9$  zwischen 0 und 1 auf ihre Abzählbarkeit hin untersucht. Hier müßte der Cantorsche Beweis klar zeigen, daß diese Zahlenmenge endlich ist. Genau das ist nicht der Fall..

Das angegebene Beispiel zeigt, daß der Cantorsche Beweis gegen das 5. Peano-Axiom verstößt. Anders formuliert: dem Cantorschen Beweis fehlt der Induktionsbeginn.

#### Zur Person.

Volker Hönig (geb. 1939 in Breslau) studierte in Heidelberg und Freiburg Mathematik und Physik. Nach seiner Promotion in Kernphysik ging er zunächst in die Industrie und wechselte dann in den Lehrerberuf für Mathematik und Physik nach Speyer. Er hat u.a. über den Mathematiker Karl Wilhelm Feuerbach, zu Pascal und Brianchon, später auch zu astrophysikalischen Themen, vor allem Schwarze Löcher, gearbeitet und veröffentlicht. Für die astrophysikalischen Arbeiten erhielt er 1998 den Kepler-Preis.

#### Literatur.

Zum 1. Hilbertschen Problem erschien von Hönig 2013 das Buch über die „Abzählbarkeit transfiniten Zahlenmengen und das Cantorsche Kontinuumsproblem“ (ISBN 978-3-9814835-3-6) sowie im Jahr 2022 „Das 1. Hilbertsche Problem und seine Lösung“ (ISBN 978-3-00-071364-4). Die Bücher sind u.a. in der Landesbibliothek Speyer einzusehen.

Dr. Volker Hönig



## Sütterlin

1. Du lieber,heil'ger frommer Geist,  
 Der für uns Thunnen kommen ist,  
 Damit wir selber weiß und rein  
 und reinste Kinder Gottes sein;  
 2. Du Licht, vom lieben Gott gesandt,  
 in unser dunkles Land,  
 Du Gemüthlich und Gemüthsam,  
 Damit wir sollen Gemüths sein;  
 3. Du lieber,heil'ger, frommer Geist,  
 wonil frucht ein Ulvortag ist,  
 denn ist auf dem weiten Land  
 bei allen Thunnen frohe Zeit.
4. U, sagen wir! ich bin noch klein,  
 u, mach mir das Gucke rein!  
 O, dein mir den Tadel soll  
 in einem weichen Gemüth sein!  
 Ich bin ein Kind, das ich ein Engel Gottes sei  
 in dem ich in den Tadel  
 daß ich ein Kind für mich sei  
 du heil'ger Geist, der frucht mir!

Ein Weihnachtsgruß, den Frau  
Niopeks Mutter 1910 verfasst hat:



Übersetzung von Frau Niopek:

Ihren lieben Eltern  
zu Weihnachten 1910  
von ihrer Tochter Dorchchen (10 Jahre)

1. Du lieber heil'ger frommer Christ,  
der für uns Kinder kommen ist,  
damit wir sollen weiß und rein  
und rechte Kinder Gottes sein.
2. Du Licht, vom lieben Gott gesandt  
in unser dunkles Erdenland,  
du Himmelskind und Himmelschein,  
damit wir sollen himmlisch sein.
3. Du lieber, heil'ger, frommer Christ,  
weil heute dein Geburtsdag ist,  
drum ist auf Erden weit u. breit  
bei allen Kindern frohe Zeit.
4. O, segne mich, ich bin noch klein,  
und mache mir das Herze rein,  
o, tröste mich obiz Seele heile  
in deinem reichen Himmelsquell!  
daß ich ein Engel Gottes sei  
in Demut und in Liebe dreu  
daß ich dein bleibe für und für  
du heil'ger Christ, das schenke mir.

Gertraud Niopeke

## Gute Karten.....

Die rechteckigen Pappendeckel, auf der einen Seite bebildert auf der anderen gemustert, faszinieren die Menschheit seit 650 Jahren. Das charakteristische schlafende Geräusch, wenn Karten gemischt und sich die Spannung am Tisch langsam aufbaut („mach weiter, unlängst soll sich einer totgemischt haben“); diese fiebernde Erwartung, wenn der Geber die Karten austeilt. In der linken Hand die geordneten und aufgefächerten Karten, verbunden mit dem Bemühen, sich keinerlei Gefühlsregung anmerken zu lassen, die den Mitspielenden Rückschlüsse auf die Qualität des Gesehenen erlauben, schließlich der innere Triumph, wenn ein angesagtes Spiel aufgeht; demonstrativ auf den Tisch geknallte Karten, resignierendes Zugeben der Mitspieler: fünfundfünfzig, sechzig, sechsundsechzig, eine Million. Danke für die Mitarbeit! Und dann wieder, das schlafende Geräusch des Mischens. Neues Spiel, neues Glück!

Vermutlich gibt es kaum einen Menschen, der Spielkarten nicht eine Reihe von unbeschwertem Stunden verdankt. Da steigen unauslöschliche Kindheitserinnerungen auf – an unterhaltsame Nachmittage mit „Schwarzer Peter“. Oder mit „Quartett“. Oder früher in meiner Frauenclique mit „Schwimmerles“ mit Einsatz pro Spiel von 0,50 Pfennige (damals). Beim Kartenspielen geht es um den Spaß, da muss man lachen können, da muss man blödeln können, die dummen Sprüche inklusive. Was macht Kartenspiel so attraktiv: man braucht nur ein Packerl Kartenblätter, das sich leicht transportieren lässt, und man kann sich stundenlang damit beschäftigen. Spielkarten sind ein geniales Spielzeug, vielleicht das genialste von allen. Die Vielfalt der Möglichkeiten auch innerhalb eines einzigen Spiels sind praktisch unendlich. Wer je Karten gespielt hat, weiß: Kein Blatt kein Spiel gleicht



dem anderen. Der Siegeszug der Spielkarten und Kartenspiele in Europa begann vor etwa 650 Jahren. Ende des 14. Jahrhunderts brachten Seeleute, fahrende Völker und andere Reisende die neue Unterhaltung aus dem arabischen Raum mit. Erstmals waren Spielkarten in China aufgetaucht, wo sie bereits im 9. Jahrhundert erwähnt wurden. Über die Seidenstraße und andere Handelswege wanderten die Karten westwärts. Man vermutet, dass damals die Eckpunkte des Erfolgs entstanden, die vier Farben sowie zwei sogenannte Hofkarten. Das Ganze ist im Grunde eine Auseinandersetzung zwischen vier Königreichen am Kartentisch. Die katholische Kirche etwa brandmarkte Spielkarten als „Gebetbuch des Teufels“, weil so mancher Haus und Hof verspielte, und verbrannte Spieler gelegentlich auf dem Scheiterhaufen. Doch das alles blieb ohne Wirkung. Der neue Zeitvertreib verbreitete sich wie ein Lauffeuer in ganz Europa. Die Grundzüge schon vor 650 Jahren funktionierte wie heute: es gab vier Farben, drei Hofkarten, zehn Zahlenkarten und 52 Blatt. Das älteste noch heute gebräuchliche Spiel ist Tarock. „Tarock ist ein Sinnbild des Lebens“. Man muss sich das so vorstellen wie einen mittelalterlichen Triumphzug durch italienische Städte um das Jahr 1400. Die Trionfi (Trümpfe) stellten die Welt mit allegorischen Figuren dar – etwas dem Papst, dem König oder einen Gehängten. Tarot ist der französische Begriff für Tarock. Die

höchste Tarock-Karte, der Sküs oder Gstieß, genannte Narr. Anfangs wurden die Karten in aufwendiger Handarbeit bemalt. Erst mit der Erfindung des Holzschnitts- und der Kupferstichtechnik gelang die serienmäßige Produktion. Die Rückseiten der Karten waren bis ins 19. Jahrhundert weiß, was Schummeln durch versteckt angebrachte Zeichen begünstigte. Wie fest Kartenspiele inzwischen mit unserem Leben verknüpft sind, zeigen auch zahlreiche Redewendungen: Wir lassen uns nicht in die Karten schauen, wir schnapsen uns etwas aus, haben ein Ass im Ärmel und sind aus dem Schneider. All das ein deutlicher Hinweis auf den Spaß, der mit dem Kartenspielen winkt. Kartenspielen trainiert auch das Gedächtnis und mathematische Fähigkeiten sowie strategisches Denken. Und es erlaubt uns ganz besondere psychologische Einblicke. „Beim Kartenspielen verhalten die Menschen sich so, wie sie wirklich sind“. Dadurch lernt man sie charakterlich viel besser kennen.

Kartenspielen hat noch einen anderen Vorteil: Weil man dazu beide Hände braucht, hat auch das Mobiltelefon Pause.

Die Rommé-Damenrunde- und Herren-Skat-Runde freuen sich immer auf das wöchentliche Treffen mit den Spielkameraden. Auf ein gutes Blatt...man kann auch mit einem schlechten Blatt erfolgreich sein, in dem man etwa beim Bauernschnapsen einen Bettler spielt oder beim Tarockieren einen Piccolo. Wenn man gewinnt, dann hat man gut gespielt. Wenn man verliert, dann hat man halt schlechte Karten gehabt. Na dann, viel Spaß beim MauMau, bei Sechsendsechzig, bei Schwimmerles, bei Rommé, bei Skat, bei Schafkopf, beim Poker.....

Gruß von der Kartenpeltch  
Rosemarie Heide Riegel



**Baugenossenschaft  
Speyer eG**

📍 Burgstraße 40,  
67346 Speyer  
☎ +49 (0) 6232 6013-0  
✉ info@gbs-speyer.de  
🏠 gbs-speyer.de



**BEI UNS ZU HAUSE**

## Galerie im Glashaus Prominenter Besuch und viele Gäste

Die 'Galerie im Glashaus' in Speyer, Am Rübsamenwühl 22, war bereits zum vierten Mal Plattform einer Kunstausstellung.

**'Trotz Parkinson – Parkinson zum Trotz'** war das Motto im letzten Jahr mit mehr als 300 Besuchern an drei Wochenenden.

**'Kunstausstellung der besonderen Art'** war das Motto der Diesjährigen. Fünfzehn kreative, nichtakademische Hobby-Künstler zeigten ihr Werke. Dabei reichte die Palette von Öl- und Acrylfarben, über Kreide- und Aquarellmalerei bis hin zu Tuschezeichnungen und Makro-Fotos von Insekten.

Der Andrang war bereits am ersten Wochenende mit mehr als 150 Besuchern erfreulich groß. Selbst unsere Bürgermeisterin Frau Monika Kabs ließ es sich nicht nehmen, nach einem arbeitsreichen Sitzungstag in Mainz, der Ausstellung noch einen Besuch abzustatten.



Bürgermeisterin Monika Kabs  
& Theo Germann

„Ich bin begeistert, eine solch beeindruckende Ausstellung habe ich hier nicht erwartet“, so Frau Kabs.

Aber nicht nur die Besucher, auch alle Ausstellerinnen und Aussteller sind begeistert. War es doch für die meisten das erste Mal, dass sie die Möglichkeit haben, ihre Werke in einer Ausstellung einem breiteren Publikum zu zeigen.

„Ich bin ganz aufgeregt, wollte schon gar nicht mehr mitmachen“, so eine Ausstellerin, „Aber jetzt bin ich doch froh und ganz begeistert, wie meine Bilder ankommen. Und es tut gut, sich mit anderen Hobby-Künstlern auseinander setzen zu können. Tipps mitzunehmen, Erfahrungen auszutauschen und zu hören, welche Fehler andere auch gemacht haben.“

Besonderes Interesse fanden die Makrofotos von Insekten, zeigten sie doch die Tiere in einer beachtlichen und ungewohnten Größe. Insektennamen wie 'Europäischer Laternenträger', 'Dickkopffalter' oder 'Rotbraunes Ochsenauge' ließen doch den einen oder anderen Besucher etwas schmunzeln.

Mit den mehr als 30 brillanten Fotos will die Fotografin ein Stück weit die Vielfalt aufzeigen und auf diesem Weg für Schutz und Erhalt der Natur und der darin lebenden Insektenwelt werben.

Surrealismus muss nicht jedermanns Sache sein, doch die hier gezeigte Palette war harmonisch und stimmig, sodass sie selbst 'Nichtsurrealisten' zusagte. Ein besonderes Highlight war der Ausstellungsbeitrag eines Künstlers, der in einer eigenen Sprüh-Technik zarte Bilder auf Holz zauberte. "Autochrome" nennt er seine Art der Gestaltung, auf der Suche vom Schatten ins Licht. Immer auf der Suche nach anspruchsvollen Motiven aus der beeindruckenden Architek-



tur, gestaltete Gunter Hennig mit Theo Germann ein originelles Bild der 'Retscherkerch'.

Die interessante Architektur der Gedächtniskirche regte das Duo zu dem, die Vertikale betonenden Bild im Stil von Lyonel Feininger, an. „Es muss in Speyer ja nicht immer nur der Dom sein“, so das Malerduo.



Bei den Acryl-Malereien und der Malerei in Kreide war die gemalte Bandbreite groß. Von Landschaftsbildern, über Abstraktes bis hin zu exzellenten Portraits, auch in Gouachen-Spachtel-Technik und mit Vogelfeder gemalt, war alles vertreten.

Ein besonderer Beitrag waren die Ölbilder eines Speyerer Künstlers, der mit Akribie selbst jeden Pflasterstein auf seinen Speyer-Bildern darstellte und fast foto-graphische Bilder malte. Besonderes Interesse der Besucher fanden zwei großformatige Ölbilder des Domes mit dem 'Gasthaus zum Halbmond' im Sommer und mit Schnee im Winterkleid.

Besondere Beachtung fanden die sarkastischen – gesellschaftskritischen Karikaturen eines weiteren Speyerer Künstlers. Moderne Hexen flogen bei ihm nicht auf dem Besen durch die Lüfte, sondern auf dem Staubsauger oder auf einem anderen Bild, sagt ein rauchender Trinker in breitem Pfälzisch, dass mehr Leute im Krankenhaus sterben, als am Rauchen und Trinken. Makaber. Aber es gab auch vieles zum Nachdenken.

Alle Künstlerinnen und Künstler hier vorzustellen würde etwas den Rahmen sprengen, doch eine Künstlerin darf genannt werden: Frau Karen Plewa. Sie ist vielen Leserinnen und Lesern der 'aktiv dabei' bekannt, da sie beim Seniorenbüro der Stadt ehrenamtlich das Angebot „Kunst erleben“ mit der Reihe „Hören und Sehen“ leitet. Sie organisiert Führungen zu den Werken und Ausstellungen von Künstler\*innen in Speyer.



Karen Plewa und Theo Germann vor Frau Plewas Bildern

Die Ausstellerinnen, die Aussteller, die Besucher und Familie Germann als Veranstalter, alle sind zufrieden - was will man mehr? „Und die nächste Ausstellung vom 13. – 28. September 2025 ist bereits wieder mehr als zur Hälfte ausgebucht“, wie Theo Germann zufrieden vermerkt.

Theo Germann

## Wie aus der Frau Perchta die Frau Holle wurde .....



Es war einmal.....so fangen alle Märchen an.

Als Klein-Rosel-Kind bekam ich manchmal vor dem Schlafengehen Märchen vorgelesen. Meine Mutter hatte ein Märchenbuch. Und wie es so ist, wenn vorgelesen worden ist, bin ich immer so langsam eingedöst. Als ich dann selber Worte lesen konnte, las ich aus meinem Grimm's Märchenbuch mir selber vor. Schaute die Bilder an und fand *Dornröschen* so schön! *Schneewittchen*, *Froschkönig*...Viele Jahre später durfte ich meinen Kindern auch aus dem Märchenbuch Märchen vorlesen. Das Grimm's Märchenbuch habe ich heute noch, und es hat voll die Jahrespatina im Einband und an den Seitenblättern.

In der Zeit zwischen den Jahren sind die sogenannten *Rauhnächte* und die *Perchten* wandern durchs Land.

Früher existierende Bräuche sind damit begründet worden, man wolle die Percht jagen, was noch einigermaßen toleriert wurde, da sich der Brauch gegen den „*Dä-mor'*“ richtete.

Man vermutet, dass diejenigen Germanengruppen, die nach Süddeutschland zogen, dorthin ein weibliches Numen mitbrachten, das dem entsprechenden mitteldeutschen – also der später so genannten Frau Holle – noch sehr ähnlich war.

Frau *Perchta* als Dämonin treibt sich im Wald herum; im Perchtenlauf hat sie ihren festen Platz zwischen Licht und Schatten.

Mit lautem Glockengeläut und wilden Masken wollen die *Perchten* den Winter austreiben. Am Ende des Zugs sind die „*Schlachperchten*“. Grausige Gestalten mit Fratzen, die selbst einem Krampus einen



Schauer über den haarigen Rücken jagen. In der Mitte thront *Frau Percht*. Mit ihren zwei Masken fasst sie das Schöne und das Schreckliche der Perchten zusammen und sorgt dafür, dass niemand vergisst: **Licht und Dunkelheit gehören zusammen**. Perchta bestraft auch Faulheit und Verstöße gegen das Festspeisegebot.

Unter dem Namen *Butzebercht* wird *Perchta* auch als alte Frau dargestellt, die einen verkrüppelten (vom Spinnen zu groß geratenen und auch enten- oder gänseförmigen) Fuß hat, wie die alten Frauen in dem Märchen „Die drei Spinnerinnen“. *Perchta* tritt vor allem in den Raunächten

auf, also der Zeit zwischen der Wintersonnenwende und dem 6. Januar auf.

Ihr entspricht in Mitteldeutschland die Sagengestalt „*Frau Holle*“.

*Frau Holle* ist die germanische Erd- und Himmelsgöttin *Hulda* oder *Berchta*, in deren Weltenbrunnen die Sonne täglich absteigt. Die Aufgaben sind dann die Jahreszeiten (die Wiese im Frühling, der Ofen mit dem Brot im Sommer, Äpfel ernten im Herbst und es schneit im Winter (durch das Federkissen).

Die Germanistin Erika Timm geht davon aus, dass der Name *Holle*, /in etwa; die *Huldvolle*) ursprünglich der Beiname der germanischen Göttin „*Frigg*“ war. Sie wird auch mit der germanischen Göttin *Holda* oder *Hulda* identifiziert. Das Quellheiligtum von Amorsbrunn (Gemeinde Amorbach/Unterfranken) ist als Frau-Holle-Kultstätte bekannt geworden. Das Motiv ist die Vorstellung, dass *Frau Holle* die Teiche hütete, aus denen die Kinderseelen kommen.

Wenn Schulmädchen aus der Umgebung in den Teich schauten und ihr Spiegelbild sahen, dann riefen Sie: „das sind die Kinder der Frau Holle“. Dieser Brauch war noch in den 1930 er Jahren verbreitet.

Am Abend vor dem Dreikönigstag erscheint eine alte Frau, armselig bekleidet, auf einem Stock gestützt und einen Leiterwagen ziehend. Sie wird von einer Schar Kinder begleitet, die ungeboren oder ungetauft gestorben sind und daher noch keinen Namen tragen. Wer diesem Zug begegnet, dem letzten Kind die Hand auflegt und ihm einen Namen gibt, der wird reichlich belohnt.

Märchen kommen aus uralten Zeiten. Und vielleicht ist auch was Wahres in den Märchen drin versteckt. Es ist ein sehr interessantes Hobby, sich mit der Herkunft und Inhalt von Märchen zu befassen. Für mich war es allemal lehrreich von der Frau Holle. Und das ist nur eines von vielen Märchen.

Mal sehen, was ich als nächstes herausstudieren kann.

Aber, wenn ich jetzt ehrlich bin, wenn es so richtig schneit, schau ich in den Himmel, seh den Flocken zu und denk mir, die Frau Holle schüttelt die dicken Kissen aus.....

Ein bißchen noch Kind sein darf man ja noch.



Ein schönes Neues Jahr 2024

Es grüßt die Rosemarie Heide Riegel

Quelle: u.a. wikipedia

## Stadtgeschichte(n): Ein verschwundenes Dorf Winternheimer Straße deutet auf Speyerer Historie

SPEYER. Zwischen der Lindenstraße und der Rheinhäuser Straße im nördlichen Neuland zieht sich auf etwa 450 Metern die Winternheimer Straße hin. Obgleich nicht im ursprünglichen Teil des mittelalterlichen Speyer gelegen, trägt sie einen geschichtsträchtigen Namen.

Die überwiegend gut ausgebaute Straße zwischen großen und kleinen Wohnbauten, weiten Grünflächen mit einem Kindergarten und dem Russenweiher hat im weitesten Sinn mit dem Königsplatz und den einst dort bestehenden Gotteshäusern St. Moritz und St. German zu tun.

Denn bis zur Stadtzerstörung 1689 standen in dem südlich Speyer gelegenen Winternheim eine stattliche Kirche im gotischen Baustil, daneben Gebäude des Sankt-Moritz- und des Sankt-German-Stifts mit ihren Friedhöfen. Bei Ausgrabungen in den Jahren 1946 und 1947 wurden hier die Fundamente eines kleinen Gebäudes freigelegt, das Forscher als spätrömische Friedhofskapelle deuteten.

Diese Kapelle wird mit der von Tuchwebern bewohnten "Wüstung" Winternheim in Verbindung gebracht. Wüstung wurden aufgelassene Orte oder Ackerflächen genannt.

Dazu der Historiker Konrad Engelhardt in seinen 1910 gedruckten und "Geschichtlichen Erinnerungen. Aus vergangenen Tagen" genannten Aufzeichnungen: "Im 12. und 13. Jahrhundert begann eine Strömung gegen neue Ortsgründungen. Damals und in den folgenden Jahrhunderten wurden manche älteren Orte verlassen, besonders solche, die in nächster Nähe von emporblühenden Städten lagen".

Die Bezeichnung "Neuland" erklärt der Historiker so: "Darunter ist ein neu gewonnenes, dem Anbau erschlossenes Gebiet zu verstehen. 1537 und 1955 hörten wir von einem Acker im Neuland, von einem Morgen hinter Sankt German. Hier ist die Stätte des untergegangenen Dorfes Winternheim zu suchen".

Winternheim gab es ab dem 15. Jahrhundert nicht mehr. Reste des Ortes traten 1978 bei Baulanderschließungen auf einer Fläche von 30.000 qm zutage und wurden bis 1981 freigelegt.

Wolfgang Kauer

Beisel **HÜTE** Speyer

...gut behütet!

PROTECT 80

UV STANDARD 801  
03.5.0078  
F1 Hohenstein

Cartoon by J. Steinhäuser

Roßmarktstraße 37 (am Altpörtel)  
67346 Speyer  
T 06232 75317 · www.beisel-huete.de

# Speyer - meine stille Stadt

Es ist kalt. Sehr kalt.

Dezember-Nacht - also normal.

Schnee ist noch nicht gefallen – brauche ich auch nicht.

Ich liebe diese kalte Stadt – besonders bei Nacht.

Weil die meisten zu Hause bleiben.

Ich steige die Stufen hoch, schließe die Tür –  
der Ratskeller liegt hinter mir.

Noch ein, zwei Schritte. Bleibe stehen.

Sauge - sauge die Kälte und die Stille ein.

Die großen Pflasterflächen erschaffen einen Raum,  
einen Raum in dem ich klein werde, fast unsichtbar

.

Die Straße ist fast leer, so gut wie.

Stille und Kälte. Himmlisch.

Hier kenne ich jeden Meter und doch bin ich wieder verzaubert.

Bin verzaubert von meiner Stadt.

Und meine Seele schwebt.

Ich kann das Glücksgefühl kaum fassen.

Theo Germann

## Eisblumen blühen nicht mehr...

Schon immer hat die Zeit vor dem Weihnachtsfest auf mich einen ganz besonderen Reiz ausgeübt.

Ich erinnere mich gerne an die stille, beschauliche Adventszeit in meiner Kindheit. Im alten Küchenherd prasselte das Feuer, und die flackernden Flammen warfen riesige Schatten an die Wand. In meiner Fantasie waren es Riesen und Geister, die in unserer Küche tanzten.

Aus dem Backofen duftete es nach Plätzchen und Honigbrot. Die Kerzen auf dem Adventskranz verbreiteten ein wohliges Licht, während meine Geschwister und ich Weihnachtslieder sangen. Eifrig schrieben wir all unsere Wünsche auf den Wunschzettel und hofften von ganzem Herzen, dass uns das Christkind wenigstens einen dieser Wünsche erfüllen möge.

In den Straßen der Stadt gab es kurz nach dem Krieg noch keine üppige Weihnachtsbeleuchtung. Nur hin und wieder sah man einen kleinen Nikolaus im Schaufenster der Spielwarenhandlung.

In meiner Erinnerung waren nicht nur die Sommer heißer, nein, auch die Winter waren viel frostiger und schneereicher als heute. Nur selten blieb der Schlitten im Keller stehen. Und spätestens zum ersten Adventssonntag zierten viele kleine und große Schneemänner die Vorgärten unserer Siedlungsstraße. Die Pfützen waren bedeckt mit einer Eisschicht, die manches Mal einbrach und uns Kindern nasse Füße bescherte.

Erst wenn die handgestrickten Wollhandschuhe durchnässt und unsere Füße steif gefroren waren, machten wir uns auf den Heimweg.

Mutter zog uns die tiefend nassen Kleidungsstücke aus und brachte sie zum Trocknen in die Waschküche. Auf dem

Herd kochte das Teewasser, und der frische Stuten verbreitete einen aromatischen Duft. Unter den wachsamen Augen meiner Mutter durfte ich die Kerzen auf dem Adventskranz anzünden. Wenn sich draußen langsam die Dunkelheit ausbreitete, und in den umliegenden Häusern die Lichter angezündet wurden, begann die schönste Stunde des Tages. Während wir in kleinen Schlucken den heißen, honigsüßen Tee tranken, erzählte Mutter Geschichten von früher. Nie wieder habe ich dieses Gefühl der Behaglichkeit und Vertrautheit erlebt. Die Erinnerungen an diese vorweihnachtlichen Tage haben sich für immer in meinem Gedächtnis eingegraben.

Und in der Nacht, während der klirrende Frost bizarre Figuren aus Eis an die Fenster zauberte, träumten wir von rasanten Schlittenfahrten und riesigen Höhlen aus Schnee. Unter den dicken Federbetten spürten wir die bitterkalten Nächte nicht. Geheizt wurden nur die Küche und manchmal auch die gute Stube. In den Schlafzimmern dagegen war es eisig kalt.

Wenn wir am Morgen aus unserem wohligen warmen Bett krochen, hatte der Winter über Nacht wunderschöne Eisblumen an den Fensterscheiben blühen lassen.

Staunend standen wir Kinder davor und versuchten mit unserem warmen Atem die Blüten zum Schmelzen zu bringen.

Wie gerne möchte ich noch einmal dieses ganz besondere Gefühl der Geborgenheit spüren und beim Schein der Kerzen den Geschichten meiner Mutter lauschen. Doch ich werde ihn nicht mehr finden – diesen Zauber meiner Kindheit.

Die Eisblumen an den Fenstern blühen heute nicht mehr...

## Stadtgeschichte(n)

Vor mehr als 150 Jahren, am 1. September 1867, wurde Barbara Pfister als viertes Kind des Schreiners Balthasar und dessen Ehefrau Margareta in Wattenheim geboren. Die aus einfachen Verhältnissen stammende Barbara zeigte schon in jungen Jahren eine Neigung zum religiösen Leben. Sie konnte sich in biblische Geschichten vertiefen und das tägliche Gebet war ihr ein großes Bedürfnis.

Zu Speyer hatte Barbara, deren Leben reich an mystischen Erfahrungen und außergewöhnlichen Zuständen war, ein besonderes Verhältnis. 1883 trat sie als junge Postulantin in das Kloster der Dominikanerinnen St. Magdalena in Speyer ein. Hier erlebte die damals Siebzehnjährige erneut Visionen, die die Klosterleitung aber als Krankheit registrierte. Nach nur einem Vierteljahr wurde sie nach Hause entlassen.

Am 30. Juni 1890 sind die Stigmata - die Wundmale Christi - auf ihrem Körper erstmals sichtbar. Der Speyerer Bischof nahm sie mit Zurückhaltung auf. Die vom Dorfgeistlichen erbetene bischöfliche Kommission kam aber nicht. Was stattdessen kam war eine wenig später wieder zurückgezogene Strafanzeige des königlichen Amtsgerichts Frankenthal wegen Betrugs und Gaukelei.

Wattenheims Bürgermeister schrieb damals, dass die deutlich erkennbaren Blutungen anfangs sonntags, später jeden Freitag auftraten. Blutstropfen zeigten sich auf der Stirn in Form eines Kreuzes. Blutmale befanden sich an Händen und Füßen, ebenso auf den Kleidern über der Brust. Medizinische Untersuchungen brachten keine Ergebnisse. Von Betrug konnte, eine Vielzahl von Zeugen bestätigten es, keine Rede sein. Die Zahl der Zeugen, die die

Wundmale an Barbara gesehen hatten, war groß. Auch Ordensschwestern gaben Zeugnis von den Ereignissen um Barbara. Karfreitags umstanden sogar Gendarmen das Pfistersche Haus.

Um den wachsenden Beschuldigungen aus dem Weg zu gehen, nahm Barbara Pfister eine Einladung von Pfarrer Düffels nach Dudenhofen an. Doch Domkapitular Friedrich Molz veranlasste ihre Übersiedlung nach Speyer. Bei Frau Ganninger im Grünen Winkel fand sie ein Unterkommen. Hier habe es ihr gut gefallen, zitiert Nikolaus Lauer in seinem 1939 herausgegebenen Buch „Barbara Pfister“ (Pilger-Verlag), in dem Zeit- und Augenzeugen zu Wort kommen. Im Mai 1896 zog Barbara Pfister zu den Barmherzigen Schwestern in die Engelsgasse, wo sie gepflegt und betreut wurde. Ein Jahr später nahm ihre Mutter eine Wohnung in der Judengasse. Barbara zog zu ihr.

Domkapitular Friedrich Molz ist die 1928 erfolgte Überlieferung des Lebens von Barbara Pfister zu verdanken.

Viele Aussagen bestätigten noch in den vierziger Jahren die blutigen Leidensmale auf Tüchern, Kissen und Jacken. Barbara Pfister starb am 9. März 1909. Ihr Grab auf dem Speyerer Friedhof, unmittelbar hinter einer Autowerkstatt gelegen, ist auch heute noch Wallfahrtsstätte für viele in Bedrängnis Geratene. Auffällig sind die vielen Votivtafeln. „Barbara hat geholfen“. So und ähnlich lauten die unzähligen Dankschriften.

von Robert Wolf

# 1949 erster Weihnachtsmarkt in Speyer

## Stadtgeschichte(n):

Etwa zwei Handbreit hoch stapeln sich die im Stadtarchiv verwahrten Zeitungsberichte über den heute von der Stadt veranstalteten Speyerer Weihnachtsmarkt. Aus einem „Rheinpfalz“-Artikel von 1950 geht hervor, „dass eine solche Veranstaltung in Speyer keine Tradition hat“. Das ist eine Zusammenfassung aus der Erfahrung von 1949, als die Stadt in Zusammenarbeit mit dem einheimischen ambulanten Gewerbe - Auswärtige waren nicht zugelassen - den ersten Weihnachtsmarkt auf dem Marktplatz an der Maximilianstraße ausgerichtet hatte. Eine Fortsetzung stand in Frage.

Um ein Bild von der damaligen Situation widerzugeben, wird im Folgenden aus dem damaligen Zeitungsbeitrag zitiert. Das heißt es: „Die Erfahrungen mit dem Weihnachtsmarkt auf dem Marktplatz konnten den Hauptausschuss des Stadtrats nicht bewegen, dem Drängen des ambulanten Gewerbes nachzugeben, das den Weihnachtsmarkt wieder am alten Platz haben. Dagegen spricht vor allem – von den geschäftlichen Gründen der Angrenzer abgesehen – das städtebauliche Bild. Das ist nun endlich durch den Neubau der Sparkasse zu geschlossener Wirkung gelangt“.

Weiter heißt es: „Der Vorschlag, den Weihnachtsmarkt auf dem Fischmarkt oder Guido-Stifts-Platz aufzubauen, fand beim ambulanten Gewerbe keine Gegenliebe. Beide Plätze seien zu abgelegen“.

Das war bei dem vom Gewerbe vorgeschlagenen Siebertplatz – heute Willy-Brandt-Platz – offenbar nicht der Fall. In der „Rheinpfalz“ vom 16.

Dezember 1950 heißt es: „Dieser Platz schließt sich organisch an die geschäftlich immer stärker betonte Wormser Straße mit ihrem Zusammenfluss zur Gutenbergstraße an. Ein Weihnachtsmarkt dort steht in naher Verbindung mit der Bahnhof- und der Johannisstraße“.

1972 war der zu jener Zeit am 1. Dezember beginnende und am 23. Dezember endende Weihnachtsmarkt längst auf die Maximiliansstraße umgezogen, 1973 wurde er auf die Fläche zwischen Alter Münze und Geschirrplatz begrenzt. Im Laufe der Jahre nach 1984 fand er auf die Strecke zwischen Domvorplatz und Altpörtel Platz.

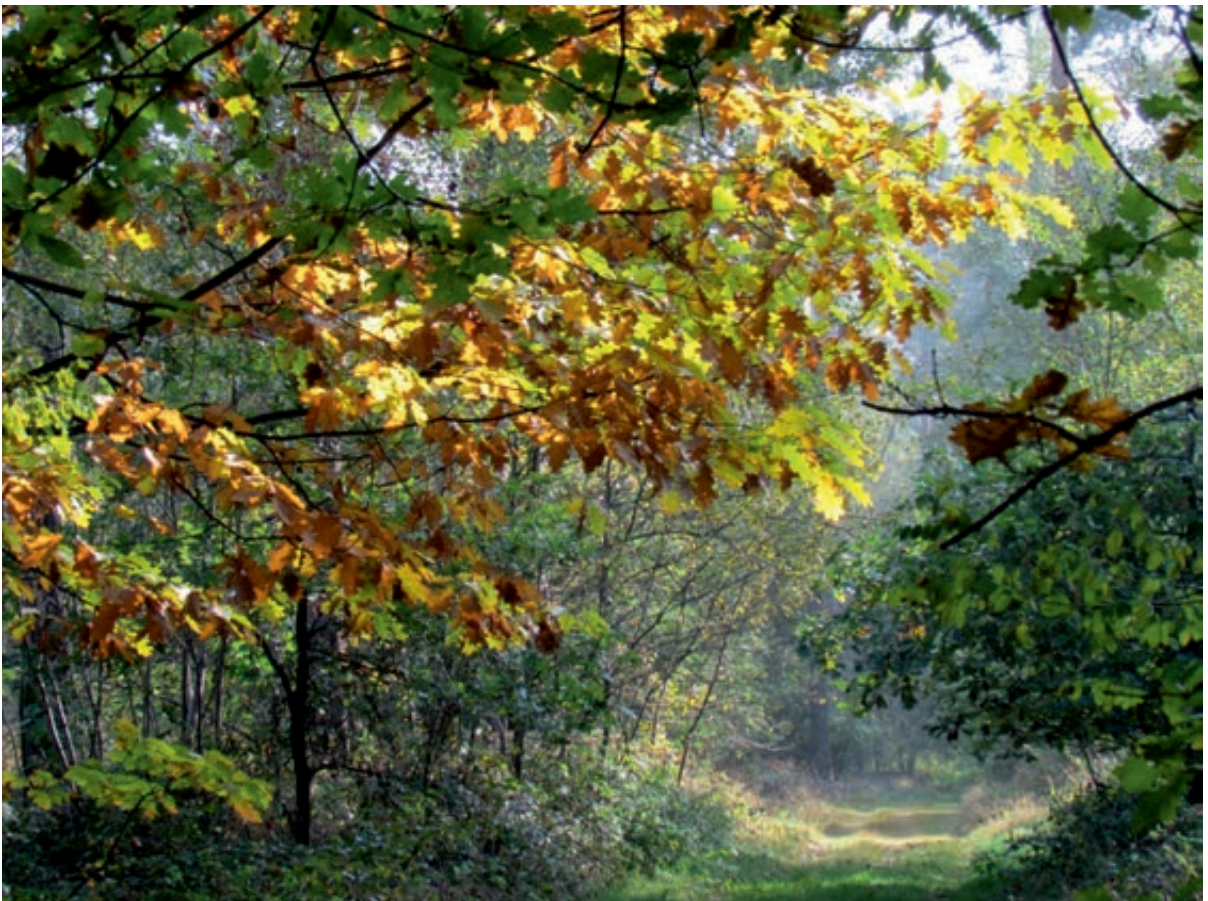
Als ältester Weihnachtsmarkt in Deutschland gilt der 1434 erstmals erwähnte Dresdner Striezelmarkt wird 1434 zum erstmals erwähnt und gilt daher als ältester Weihnachtsmarkt Deutschlands. Handwerkern, Korbflechtern, Spielzeugmachern und Zuckerbäcker wurde erlaubt, hier ihre Produkte zu verkaufen.

Wolfgang Kauer



## Bildimpressionen aus der Natur







Spätherbst im Binsfeld



Atem = Lebenskraft = Prana



INHALE  
EXHALE  
BREATHE

Erster Atemzug eines Neugeborenen  
Leiser Aufschrei in dieses Dasein hinein  
Der Moment, in dem Leben beginnt  
Verbindung zu allem, was ist



FOCUS  
ON YOUR  
BREATH

Jeder neue Atemzug  
Folgt seinem eigenen Rhythmus  
Ein Perpetuum mobile  
Unermüdlich und beständig

Atmen schenkt Energie  
Ist die Lebenskraft  
Die uns antreibt und  
Durch die Tage trägt

Bewusstes Atmen  
Der Schlüssel zur Achtsamkeit  
Besänftigt den Sturm in uns  
Lässt uns ankommen im Hier und im Jetzt

Atmen, heiliges Prana  
Essenz des Göttlichen in uns  
Ein unsichtbares Band  
Das Körper und Seele vereint

Irgendwann der letzte Atemzug  
Ist nicht das Ende:  
Jedoch neues Erwachen  
In anderen Welten

Mit dem letzten Atemzug  
Schließt sich der irdische Kreis  
Das Leben vollendet sich  
Ein neuer Zyklus beginnt



Just  
BREATHE

## Vögel reden nicht mit jedem

Damals in der Hauptstraße, im kleinen Stehkafee trafen sie sich öfters oder rein zufällig, manchmal waren neue Gesichter dabei, kannten sich kaum mit Namen. Hatten meist nette Gespräche, auch politische, selten heftige. Dazu wurde genüsslich eine Tasse Kaffee geleert. Oft regnete es, denn die Sommer waren in den 70iger Jahren verregnet. Sonne pur gab es nur im Süden. Mit unserem tiefhängenden, blassen Wolkensblick fielen wir zur Urlaubszeit scharenweise in Italien ein und belegten die Meeresstrände. Wir schütteten uns Olivenöl über den Rücken und ließen uns von der Sonne braten. Zuhause präsentierten wir dann stolz unseren tiefgebräunten Body. Etwa wie der stattliche Herr mit den angegrauten Schläfen, der sich gerade eine Tasse Kaffee holte und zielstrebig zum Stammstischchen strebte. Mit freudigem Hallo begrüßten ihn der jüngere Mann und eine ältere Dame.

„Auch wieder im Land“, fragte sie. Er ließ einen Zuckerwürfel in die Tasse purzeln und lege los: „Vier Wochen an der Adria, nur schönes Wetter, weiße Strände, schroffe Brandung, einsame Badebuchten, blaues Meer und dann die Sonnenuntergänge – sagenhaft! Bei euch soll es nur geregnet haben.“

„Stimmt, der Regen war zum Rosten!“, scherzte die Dame. Der jüngere, blasse Mann mischte sich ein: „Aber da unten sollen sich die Preise verdoppelt haben“.

„Reisen kostet Geld – dafür sieht man die Welt“, gab der Graumelierte zurück. „Es geht doch einfach darum, mal wieder aus der Alltagsmühle auszubrechen, andere Luft zu schnappen, fremde Küchen zu probieren und wenn man sich dabei seinen Magen verrenkt. Das gibt mir wieder Kraft für ein Jahr Maloche. Meinen Bungalow habe ich gleich wieder für das nächste Jahr gebucht“.

„Na, wenn ich aber an die verstopften Autobahnen und überfüllten Strände denke – nein danke“, meinte der Jüngere.

„Aber du wirst voll dafür entschädigt, mit Sonne, weißen Stränden, blauem Himmel, türkisfarbenem Meer und vergnügten Menschen, die sich ihres Daseins freuen.“

Die Dame dazu mit schelmischem Lächeln: „Ein Glück, dass sich viele Menschen für einen Badeurlaub in Italien begeistern, sonst würde sich ja alles in unseren erlebnisreichen Landschaften zusammenballen“.

Wieder der Jüngere: „Und nirgends kann man so gut wandern wie bei uns. Abenteuer ist, wenn du morgens noch nicht weißt, wo du dich abends zudeckst ... einfach der Sonne entgegen und dazu alle Vögel auf dem Ast, zwitschern lassen, ohne Rast. Du musst nur drauf achten, dass du keine blut-saugenden Zecken heimbringst!“

„Auch am Mittelmeer gibt es gefährliches Viehzeug – aber mit Haifischflossen“, konterte der Graumelierte: „Da wurden doch tatsächlich dreieckige Haifischflossen knapp an der Wasseroberfläche gesichtet. Die Strandaufsicht gab sofort Alarm und alles eilte aus dem Wasser und umgekehrt vom Land an den Strand – ich kann Euch flüstern, da war was los“, erregte sich der Italienfan, begeistert sowas erlebt zu haben. Er schilderte die heillose Verwirrung, das Entsetzen und die Massenangst. Viele schrien durcheinander. Keiner traute sich mehr ins Wasser, rannten am Strand hin und her, um von den bedrohlichen Schwanzzecken noch was zu erblicken. Wie die Verrückten rasten Rettungswagen, Polizeiautos und Feuerwehr mit ohrenbetäubenden Tatütata Richtung Strand. Strandwachtflieger brausten flach über die Köpfe. Dunkel gekleidete feine Herren entstiegen großen schwarzen Limousinen – irgendwelche Offizielle. Egal, ob Retter, Feuerwehr, Polizei oder Touristen, alle hatten eines gemeinsam: Sie standen am Strand und

schauten blöde aufs Wasser. Denn von Hai-fischflossen war natürlich weit und breit nichts mehr zu sehen“. Der Braungebrannte genoss sichtlich die Aufmerksamkeit und leerte seine Kaffeetasse. Dann wandte er sich verschmitzt an die Dame:

„Und, wie sehen den Ihre aufregenden Erlebnisse in unserer heimischen Landschaft aus, von denen Sie vorhin sprachen?“

„Ganz einfach, frühmorgens wenn die Vögel im Wald schwatzen, lärmern und plärren, bin ich bei ihnen und lausche den vielfältigen Stimmen. Dann unterhalte ich mich mit ihnen“. Der Herr bemühte sich ernst zu bleiben, als er fragte:

„Können denn Vögel reden?“ Sie lächelte: „Ja – aber nicht mit jedem!“

Hans Wels

Christoph Kohler von der BUND Kreisgruppe Speyer illustrierte mit Vogelaufnahmen den Text und schrieb zu seinen Bildern: „Der Eisvogel (1) ist ein Juwel, den man in den Auwäldern und im Winter am Woogbach entdecken kann. Den sehr seltenen Grauspecht (2) sehen und hören ist für mich immer ein besonderes Erlebnis und hoffentlich breitet sich der Wiedehopf (3) in Speyer wieder aus. Aufnahme entstand zu Pfingsten in Kroatien“.



(1)



(2)



(3)



Das Rathaus und der Wochenmarkt

## Gengenbach – ein romantisches Kleinod im Schwarzwald

Gengenbach-Perle unter den romantischen Fachwerkstädten“ urteilte einst das Fernsehen; vom romantischen Kleinod schwärmen Reiseführer und Besucher. Schon von weitem laden die Türme und Tore in die historische Altstadt ein und schmale Gässchen entführen in die male- rischen Ecken und Winkel. Aufrecht emp- fängt uns der „steinerne Ritter“ auf dem Marktplatzbrunnen. Er zeugt von Stolz und Selbstbewusstsein der ehemaligen Freien Reichsstadt ebenso, die das imposante über 200 Jahre alte Rathaus und mit den unzähligen romantischen Fachwerkbauten das Stadtbild bestimmt.

Folgen wir den Spuren der Vergangenheit der ehemaligen freien Reichsstadt im Kin- zigtal:

**Das Rathaus:** Mit dem 1784 vollendeten Rathaus hat Baumeister Victor Kretz ein Meisterstück geschaffen. Wie kein anderes Gebäude beherrscht es den Marktplatz und zeugt von Bürgersinn und (reichs)städtischen Selbstbewußtsein. Die prächtige Fassade mit der offenen Bogen- halle vereint Elemente des Rokoko mit denen des beginnenden Klassizismus. Vom Dreiecksgiebel grüßen Gerechtigkeit und Weisheit und der mächtige Reichsadler mit dem Gengenbacher Wappen.

**Der Röhrbrunnen:** Fast schon 500 Jahre stützt sich der Ritter auf dem „Röhrbrun- nen“ – von den Gengenbachern auch „Schwed“ genannt – auf sein Schild mit dem Stadtwappen und verweist stolz auf die Reichsstadtprivilegien in seiner rechten



Hand. Das Original (es befindet sich im Museum Haus Löwenberg) wurde 1582 von Max Spranger aus Straßburg geschaffen.



**Der Obertorturm:** Der markante Wehr- und Wachturm mit dem schweren Fallgitter prägt das Stadtbild auf seine ganz eigene Weise. Wohl in der Mitte des 13. Jahrhunderts erbaut, erhielt der Torturm seinen jetzigen Turmhelm mit dem Wetterhahn aber erst nach 1689; im Tordurchgang wurde auch das letzte öffentliche Back-, Wasch- und Schlachthaus erhalten.

**Die Engelsgasse:** Im trauten Miteinander fügen sich Fachwerkhäuser zur Engelsgasse. Eine besondere Kleinstadtidylle zu jeder Jahreszeit. Setzt in den warmen Monaten üppiger Blumenschmuck fröhliche Akzente, so schafft in den anderen Monaten das Spiel von Licht und Schatten eine Atmosphäre, in der Geschichten leben können. Hier geraten heute Nostalgiker und Romantiker ins Schwärmen.



Darüber hinaus gibt es noch eine Vielzahl von besonderen Attraktionen, die einen Besuch wert sind. Spuren des Gengenbacher Ritters das kleine Städtchen im Kinzigtal entdecken.

### Schatztruhe der Fantasie – Vorweihnachtliches Gengenbach

Das Rathaus in Gengenbach erweist sich seit 1996 in der Adventszeit als magischer Anziehungspunkt: Es verwandelt sich mit seinen 24 Fenstern in das weltgrößte Adventskalenderhaus für große Kunst. Eine Erfolgsgeschichte, die auf einer tollen Idee, viel ehrenamtlichen Engagement und guten Kontakten in die Kunstwelt basiert. Jeden Tag vom 30. November bis 23. Dezember, eingebettet in den wunderbaren Adventsmarkt in den Altstadtgassen und dem Rathausplatz, wird beim Fensteröffnungsritual um 18 Uhr ein Kunstwerk am Gengenbacher Rathaus enthüllt.

Der Adventsmarkt in Gengenbach mit vielen regionalen Produkten ist vom 30. November bis 23. Dezember zu besuchen (14.00 bis 20.00 Uhr, an den Wochenenden 12.00 bis 20.00 Uhr. Alle Fenster sind bis 6. Januar 2025 zu besichtigen.



Blick zum Adventskalender

### Advents- und Weihnachtsweg im Garten der Franziskanerinnen Gengenbach

Franz von Assisi gilt als Begründer der figürlichen Darstellung des Weihnachtsgeschehens. 1223 feierte er in einer Felsgrotte bei Greccio/Italien mit Ochs und Esel an einer strohgefüllten Krippe die Geburt Christi, um den Menschen die Geburtsgeschichte Jesu zu vermitteln. Mit einem Krippenspiel „verlebendigte“ er das Geschehen der Menschwerdung. Dieses Geschehen wird mit einem Advents- und Weihnachtsweg im festlich erleuchteten Mutterhausgarten der Franziskanerinnen in Gengenbach besonders eindrucksvoll

inszeniert. Die lebensgroßen Figuren sind in Zusammenarbeit eines Schwesternteams mit der Seniorenwerkstatt und dem Jugendbüro Gengenbach, der Kindertagesstätte am Löwenberg Park, jugendlichen Asylbewerbern und vielen freiwilligen Helferinnen und Helfern entstanden. Der Eintritt ist frei.

Ausstellungszeitraum: 2.12.2024 bis 6.1.2025, täglich von 14.00 bis 21.00 Uhr. Mutterhausgarten, Eingang Scheffelstraße.



Darstellung im Garten der Franziskanerinnen

Weitere Informationen: [www.gengenbach.info](http://www.gengenbach.info)

Michael Stephan

### Redaktionsschluss

Für die Ausgabe 1/2025 der „aktiv dabei“ senden Sie bitte Ihre Beiträge **bis spätestens Montag, den 27. Januar 2025**, an das Seniorenbüro.

Sie können Ihre Beiträge via E-Mail an: [constanze.konder@stadt-speyer.de](mailto:constanze.konder@stadt-speyer.de) senden oder Beiträge im Seniorenbüro vorbeibringen.

### Öffnungszeiten des Seniorenbüros

montags bis donnerstags von 9 -12 Uhr  
oder nach Terminvereinbarung  
Tel.: 06232/14-2661

# Brüssel, Antwerpen, Brügge und Gent – die Perlen Flanderns erleben

Flandern – da denkt man an die weltoffene EU-Hauptstadt Brüssel, malerische Städtchen mit Rat- und Gildehäusern, mächtigen Glockentürmen und Kathedralen. Und natürlich an Waffeln, Fritten und Bier – Genuss pur.



Wahrzeichen Brüssels

## Brüssel – Wo Feinschmeckern und Flaneuren das Herz aufgeht

Brüssel, die Hauptstadt der Schlemmerregion Flandern, ist bekannt für feine Schokolade und seine Vielfalt an Bieren. Doch wir folgen bei unserer Tour durchs Europaviertel zuerst dem unwiderstehlichen Duft frisch frittierter Pommes:



Frittjes besonders lecker

Am Pavillon „Maison Antoine“ werden wir

fündig und bestellen eine große Portion „frietjes – einfach lecker! Die seit 1948 existierende Frittenbude ist eine der berühmtesten in Flandern. Überall gibt es auch köstliche Waffeln und exklusive Pralinen. Läden namhafter Marken sind etwa in den von einem Glasdach überspannten „Galeries Royales Saint Hubert“ zu finden.



Schlemmermeile Rue des Bouchers

Von der stilvollen, 1847 errichteten Einkaufspassage gelangen wir in die Schlemmermeile Rue des Bouchers mit rund 80 Restaurants. Die Brauerei „Brussels Beer Project“ und das für 2.000 Biersorten bekannte „Delirium Cafe“ heben wir uns für abends auf. Wir besichtigen auch das Atomium, 1958 zur Weltausstellung erbaut – ein geniales Kunstwerk.



Blick auf Marktplatz u. Rathaus (links im Bild)



Und natürlich machen wir ein Foto von „Manneken Pis“ – der mit seinen 61 Zentimetern viel winziger ist als erwartet. Mit dem gotischen Rathaus und der barocken Pracht der altehrwürdigen Zunftgebäude blendet der nahe Grand Place.

### Antwerpen – Diamanten und Architekturjuwelen



Blick auf das Rathaus

Antwerpen, die bedeutendste Diamantenmetropole der Welt. Mehr als jeder zweite Diamant geht durch die Hände Antwerpener Edelsteinhändler. Zugleich ist die Stadt an der Mündung der Schelde in die Nordsee eins der städtebaulichen Juwelen Flanderns. Doch vor allem ist es der Glanz der Stadt selbst, der seit dem 17. Jahrhundert Menschen aus aller Welt anzieht. Man sagt, dass in Antwerpen mehr Nationalitäten vertreten seien als in New York. Zur Attraktivität hat neben dem zweitgrößten Hafen

Europas vor allem der Ruf der wunderschönen barocken Altstadt beigetragen. Verspielte Engelsfiguren zwischen geschwungenen Fensterbögen und detailreich verzierte Fassaden lassen Besucher immer wieder aufblicken. Wir passieren diese schicken Giebelhäuser und einen schönen Platz nach dem anderen.



Kleine verwinkelte Gassen in der Altstadt

Verschiedene Baustile wechseln sich ab, das Flair einer seit Jahren weltoffenen, reichen Metropole weht durch die Straßen und Gassen der Innenstadt.



Burg Steen, das älteste Gebäude der Stadt

Seit dem 12. Jahrhundert wacht die sagenumwobene Burg Steen an der Schelde. Sie gilt als das älteste Bauwerk der Stadt. Ein Stückchen weiter öffnet sich der Grote Markt mit dem schmucken Rathaus und den Gildehäusern. Kunterbunt geht's jeden Sonntagmorgen in Antwerpen zu: Es ist „Vogelenmarkt“, eine Institution am Theaterplein. Auch wer keine Vögel, Blumen und Trödel braucht, eintauchen ins geschäftige Treiben muss man einfach mal.

### Brügge – Grachten, Brücken und mittelalterliches Flair



Brügge-am Marktplatz prächtige Giebelhäuser

Exakt 366 Stufen führen hinauf auf die Aussichtsplattform des Belfrieds. Doch der schweißtreibende Aufstieg lohnt sich. Der am Grote Markt gelegene stattliche Turm, Wahrzeichen der Hauptstadt West-Flanderns, bietet einen herrlichen Überblick über die 120000 Einwohner-Stadt, die gerade einmal 15 Kilometer von der Nordsee entfernt ist. In der von der UNESCO zum Welterbe gekürten mittelalterlichen Innenstadt gibt es viel zu sehen. Hier alte Wallanlagen mit Windmühlen, dort enge Gassen mit Kopfsteinpflaster. Und weil Brügge nie durch Kriege zerstört wurde, überall sehr gut erhaltene Gebäude: wie die Liebfrauenkirche, die St. Salvator Kathedrale, den Beginenhof und den früheren Stadtpalast. Das Leben spielt sich vor allem rund

um die vielen Brücken sowie an und auf den teils verwunschenen Grachten ab. Sie werden selbst in der kalten Jahreszeit für entspannte Bootsfahrten genutzt.



Vom Rozenhoidkai Blick auf den 83m hohen Belfried

### Gent – die schöne Unbekannte



Kathedrale St. Nikolaus

Eine Autostunde von Brügge entfernt liegt Gent. Auch hier Fotomotive am laufenden Band. Burgundische Herzöge, die Spanier und Habsburger Herrscher haben in der Geburtsstadt von Kaiser Karl V. (1500-1558) ihre Spuren hinterlassen. Entlang der beiden Altstadtstraßen Graslei am Ufer der Leie und Korentei stehen schmale Gilde- und Speicherhäuser im Stil der Brabanter Gotik, daneben Bürgerhäuser im Renaissance-Stil Spalier. Die St. Bavo-Kathedrale beherbergt eines der bedeutendsten europäischen Kunstwerke, den „Genter Altar“ der Brüder van Eyck von 1432. Von

der St. Michael Brücke hat man den schönsten Blick auf die Altstadt mit ihren stolzen Türmen und der gewaltigen Wasserburg Gravenstein.



Mächtige Wasserschloss Gravenstein

Jeden Sommer ab der dritten Juli-Woche zeigen die Genter, wie sie feiern können:



Waffeln- die besondere Spezialität der Region

Zehn Tage lang finden die „Gentse Feesten“ rund die St. Jakobus Kirche statt: mit Umzügen, Straßentheater, Musik, fröhlichem Tanz und kulinarischen Spezialitäten.

**Weitere Infos:**

**Tourismus Flandern-Brüssel, Stolkgasse 25-45, 50667 Köln; [www.visit-flanders.de](http://www.visit-flanders.de)**

Michael Stephan

[www.vincentius-speyer.de](http://www.vincentius-speyer.de)



## Arthrosesprechstunde bei Schmerzen im Knie oder in der Hüfte

**Sie haben Fragen zu Behandlungsmöglichkeiten Ihrer Knie- oder Hüftgelenksarthrose?**  
Wir beraten Sie gerne im Sankt Vincentius Krankenhaus, Holzstr. 4a, 67346 Speyer.  
**Terminvereinbarung: Mo - Fr von 9 bis 15 Uhr, Tel. 06232 133-366.**



**Dr. med. Martin Sturm**  
Oberarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, spezielle Unfallchirurgie



**Sankt Vincentius  
Krankenhaus  
Speyer**  
Eine Einrichtung der Krankenhaus-Stiftung  
der Niederbronner Schwestern

# Fußbruch vor Jahren

## So isses eben...

Meine Devise ist es „mit beiden Beinen auf der Erde zu stehen“. Und sprichwörtlich „Die Füße in die Hände zu nehmen“, um ans Ziel zu gelangen. Oft schon „brannte es mir unter meinen Füßen“ und es zwang mich zur Eile. Dann passierte der unkontrollierte Tritt. Die letzte Stufe wird mir und dem linken Fuß zum Verhängnis und sicherlich noch lange beschäftigen.



Ab jetzt ist der Wille, immer „auf freiem Fuß zu stehen“ gebrochen. Ich wollte nie auf „großem Fuß leben“, aber auf anspruchsvollem. Habe mir Ansprüche erarbeitet, die ich zwar in etwas „größere Schuhe verpackte“, doch nicht, um damit um zu fallen. Nun ist der linke Fuß eingeknickt, mit der Unterstützung von 70 kg Lebensgewicht. War wohl schon mit dem „linken Fuß“ aus dem Bett gestiegen. An der äußeren Treppe am Hauseingang bekam ich diesen zu spüren. Wollte mit den „Füßen voraus“ – noch nicht aus dem Leben – das Haus verlassen. Bekam „kalte Füße“, die mich zum Absagen sämtlicher Aktivitäten veranlassen musste. Zum Verständnis: Das Fußgelenk ist der untere Teil des Beines, er besteht aus Fußrücken, Fußsohle und Ferse, deren Knochen mit

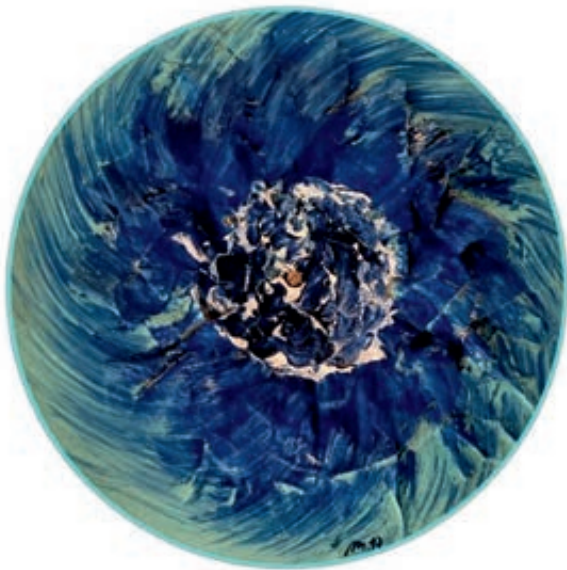
sechs anderen die Fußwurzeln bilden. An diese grenzen fünf längliche Knochen, die Mittelfußknochen und die daran anschließenden fünf freien Zehen. Die Diagnose auf Fachchinesisch: „Methasalschaft Fraktur V links“.



Dieser Mittelfuß hat sich als zu schwach unter den Kilomassen erwiesen und ist durchgebrochen. Nun bin ich nicht mehr „gut zu Fuß“ und kann diesen nicht mehr allein „über die Schwelle setzen“. Viele Freunde gibt es, die mir „auf die Füße helfen“ wollen. Meist sind es Menschen, die mit mir „auf gleichem Fuß“ verkehren. Die, die mir schon oft auf die Füße getreten haben, sind nicht dabei.

Kalte Füße sind an der Tagesordnung und fühlen sich wie Bleifüße an. Ein Fuß muss den anderen ständig vertreten und die Balance halten. Allein Hüpfen, langsame Rollbewegungen mit dem Rollstuhl ausführen, eine Anstrengung besonderer und sehr ungewohnter Art. Einen Fuß habe ich immer zwischen der Tür, nicht um mit zu mischen, sondern um sie mir offen zu halten. Werde hoffentlich bald wieder „auf die Füße fallen“

und meine Eigenständigkeit wiedergewinnen. Mit der Zeit muss ich wieder „Fuß fassen“ und bis dahin mich in Geduld üben. Der Weg dorthin wird „mehrere Fuß breit sein“, in der Hoffnung, dass der gesunde Fuß nicht müde wird. Beide Füße sollen wieder stark werden, wie die „Fundamente eines Säulen Fußes“. Ohne diese Aussicht auf Erfolg, wird das Gebäude instabil bleiben müssen. Trotzdem muss ich nicht über Unglück sprechen, da dem Missgeschick durchaus etwas Gutes zugeschrieben werden kann. Mitleid entwerte ich durch angepasste Selbständigkeit, Freude empfinde ich durch Mitgefühl.



Mein Glück ist es, die meisten Niederlagen mit Geschick an zu packen, in einen autonomen Lebensstil zu propagieren. Allzu viel Bequemlichkeit darf nicht aufkommen, weil es in die Unmündigkeit führen konnte, so Kant. Er appelliert an die Vernunft.

Mein Hinken wird für mich Innovation bedeuten und soll von negativen Bedeutungen Abstand nehmen. Mein „Stelzfuß“ zeigt nur eine Behinderung, die sich auf ein Körperteil und einige Körperfunktionen beschränkt, aber trotzdem den ganzen Körper in Mitleidenschaft zieht.

Noch lange wird das „ein Fuß hinken“ andauern müssen und der Geduldfaden auf die Probe gestellt..

So isses eben...



--- und eine positive Entwicklung für eine Beschäftigung nahm seinen Anfang!

Durch diesen Unfall entwickelte sich bei mir eine neue Herangehensweise meiner Malerei. Aus Platzmangel und der eingeschränkten Beweglichkeit, wurde der große Esszimmertisch zu bei beiden Seiten ausgezogen. Alle Farben in Tuben und Flaschen, Pinsel, Spatel etc. wurden für mich zusammengetragen. Für Leinwände wäre das Platzangebot zu gering gewesen und so kam ich auf die Idee, die alten MP3 Schallplatten mit Acryl zu bemalen oder Collagen zu gestalten. Das hat mir sehr viel Freude gemacht. Meine eingeschränkte Beweglichkeit verhalf mir mit dieser Entdeckung zu ungeahnter Kreativität mit diesem Medium.

Noch heute, bedingt auch durch eine kleinere Wohnung, habe ich die Lust an der Schallplattenbemalung nicht verloren.

Marga Fedder





### **Fußbruch**

Aus der Gegenwart gefallen

in eine unbekante Zeit

120qm Welt, sonnige Lage

rollendes Leben

auf einem Bein

Hoffnung auf

Zweifüßgehen

Marga Fedder 10/2015



## Für alle, die ihren Ruhestand nicht auf dem Amt verbringen wollen.

Sorgen Sie für mehr Ruhe im Ruhestand: Ab wann kann ich Rente beantragen? Wer hilft mir bei Fragen zur Pflegeversicherung? Antworten auf diese und viele weitere Fragen erhalten Einwohnerinnen und Einwohner der Metropolregion Rhein-Neckar unter der Behördennummer 115.

Weitere Informationen unter [www.m-r-n.com/115](http://www.m-r-n.com/115)

Wir lieben Fragen



Verein der Freunde und Förderer des  
Seniorenbüros Speyer e.V.



Ich werde Mitglied im Förderverein und unterstütze somit die Arbeit des Seniorenbüros.

[www.foerderverein-senioren-speyer.de](http://www.foerderverein-senioren-speyer.de)

Damit trage ich zur Sicherung folgender Projekte bei: Zeitschrift des Seniorenbüros „aktiv dabei“, Konzertreihe „Konzert am Nachmittag“; Veranstaltungsreihe „Digitalisierung unserer Gesellschaft“, u.v.m.

### Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich ab \_\_\_\_\_  
meinen Beitritt als Mitglied im Verein der  
Freunde und Förderer des Seniorenbüros  
Speyer

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Der aktuelle Jahresbeitrag beträgt:

- Einzelmitgliedschaft 13,-- €/Jahr
- Familienmitgliedschaft 15,-- €/Jahr
- alternativ .....€/Jahr

Durch meine Unterschrift erkenne ich die  
Satzung des Vereins an.

Datenschutzerklärung:

Mit der Verarbeitung und Speicherung der oben  
genannten personenbezogenen Daten gemäß  
EU-DSGVO bin ich ausdrücklich einverstanden.  
Weitere Infos zum Datenschutz auf:

[www.foerderverein-senioren-speyer.de](http://www.foerderverein-senioren-speyer.de)

Ort, Datum

Unterschrift des Mitglieds

**Bankverbindung:**

Sparkasse Vorderpfalz

IBAN: DE56 5455 0010 0380 0242 40

### Erteilung des SEPA- Lastschriftmandats

Zahlungsempfänger:

Verein der Freunde und Förderer des  
Seniorenbüros Speyer e.V.

Maulbronner Hof 1 A, 67346 Speyer

Gläubiger-Identifikationsnummer des

Vereins: DE 14ZZZ00000139842

Ich ermächtige den Verein der Freunde  
und Förderer des Seniorenbüros Speyer  
e.V., Zahlungen wiederkehrend von  
meinem Konto mittels Lastschrift  
einzuziehen. Zugleich weise ich mein  
Kreditinstitut an, die vom Verein auf mein  
Konto gezogenen Lastschriften  
einzulösen. Der Mitgliedsbeitrag wird als  
Jahresbeitrag am (15.03.) jeden Jahres  
fällig.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht  
Wochen, beginnend mit dem  
Belastungsdatum, die Erstattung des  
belasteten Betrages verlangen. Es gelten  
dabei die mit meinem Kreditinstitut  
vereinbarten Bedingungen.

Kreditinstitut: \_\_\_\_\_

BIC: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_

Kontoinhaber: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ort, Datum

Unterschrift des Kontoinhabers

# MeinSpeyer

Die App für Speyer und die Region!  
Immer informiert sein, was in Speyer läuft.



Kostenlos  
herunterladen:



Telefon: 06232/625-2244  
E-Mail: [meinspeyer@stadtwerke-speyer.de](mailto:meinspeyer@stadtwerke-speyer.de)  
[www.meinspeyerapp.de](http://www.meinspeyerapp.de)

