## Aktiv-"Älterwerden in Euskirchen"



# **Die Sonne**

## Vereinsinformationen August 2022

Langausgabe

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



#### **Unser Verein lebt.**

Die Spätzünder sangen wieder.

Vorstand plant "Olympische" Spiele.

In Dom-Esch wurde Geburtstag gefeiert.

Zwei neue Gruppen feierten ihre Premiere.

Essen wie einst zu Ostern mit den Kochmötzen

Der Männerstammtisch dät im Mediterran schwaade.

Die Montagsmaler schmückten den Saal mit neuen Bildern.

Das Lesecafé genoss die neuen Gedichte von Renate von Elm.

Der Festausschuss vergnügte sich auf einer Rheinpartie nach Linz

und das Büro hat wieder jeden Tag jemand vor Ort, sogar mit einer Ersatzbank.

#### Tanz im Grünen - Eine Landpartie In Dom-Esch wurde Geburtstag gefeiert. Für Otti regnete es Rosen.



Ottilie Riehl, von allen Otti genannt, hatte zum 85. Geburtstag nach Dom-Esch geladen. Otti wohnt dort in einem Haus mit Wintergarten, Garten, vielen Blumen, kleinen Hügeln und mehreren freilau-



fenden Katzen. Einmal in der Woche fährt sie nach Euskirchen, um dort zu tanzen. Zuerst tanzte sie beim Seniorentanz. Vor einer Weile wechselte sie zum Sitztanz. Mit ihrem Frohsinn war und ist sie in beiden Gruppen sehr beliebt. Das Fest stand ganz im Zeichen der Ro-

se, eine von Ottis Lieblingsblumen. Nach dem Verzehr von

schmackhaftem und selbst-gemachten Kuchen überreichte Gruppenleiterin Martina Roth Otti eine große Topfrose.

Auch danach ging es um Rosen. Beide Gruppen hatten einen Rosentanz einstudiert. Die beiden Gruppen vereinigten sich beim Tanz zu einer Gruppe. Jede Tänzerin tanzte mit eine Rose in der Hand. Als



die Musik verstummte und der Tanz endete, wurden die Rosen dem Geburtstagskind überreicht. Als die Tänzerinnen wieder auf der Terasse Platz genommen hatten, ging es



zum Sitztanz über. Solch einen schönen Sommertag mit Tanz, Kuchen, Gesprächen, Garten und Sonnenschein hatten die meisten lange nicht mehr erlebt. So macht Gruppenleben in

unserem Verein Vergnügen. Das Leben kann schön sein. Man hatte zuletzt zu wenig davon.

### Sag mir, wo die Blumen sind! Die Montagsmaler schmückten den Saal mit neuen Bildern.





Seit dem Montag, den 18. Juli, gibt es eine Antwort: Bei uns im Verein. Am Montagmorgen kamen die Montagsmalerinnen mit den Bildern, die sie in den Monaten zuvor gemalt hatten. Man hatte sich damals auf ein gemeinsames Motiv für die neuen Bilder geeinigt: Blumenbilder sollten es werden. Das Ergebnis ist nun im Saal unseres Vereines zu bewundern. Die



Gruppe geht nun in eine wohlverdiente Sommerpause.





#### Das Lesecafé genoss die neuen Gedichte von Renate von Elm.

Bevor der Artikel beginnt, sei noch ein Pflicht gerne erfüllt. Die Dichterin hat eigens für unser geplantes und ausgefallenes Jubiläumsfest ein Gedicht geschrieben, welches ich vortragen sollte. Dazu ist es aus bekannten Gründen nicht gekommen. Sie können es jetzt in der **Sonne** lesen.

## 25 Jahre: "Wir...."

Liebe Vereinsmitglieder!

Heut' feiern wir ein großes Fest, das auf "weitre" hoffen lässt... Hoch lebe er – unser Verein! Wie heut' – soll es auch morgen sein... Und damit ihr es nicht vergesst, wurde uns dieser Reim geschrieben, über das – was wir tun und lieben...

Wir sind: "Die Sonne"— ein Verein, in dem sollt ' jeder Senior sein, eh er in "Stumpfsinn" sich verliert, weil's ihm zu Haus langweilig wird…

Hier wird getanzt – wird musiziert, bewusst: Körper und Geist trainiert, aber auch gerne diskutiert...
Es wird gemalt – wie auch gelesen; Ja, vielfältig ist unser Wesen...
Gleichwohl gewerkelt – Schach gespielt.
Durch Sprachkurse wird man gezielt, weit in die Welt hinausgetragen, an ganz bestimmten Wochentagen.
Organisiert wird – wie ihr seht, wohin der nächste Ausflug geht, oder auch, wo beim Weihnachtsmarkt diesmal unser Vereins-Stand "parkt".
Auf dass wir keinem schuldig bleiben, womit wir uns die Zeit vertreiben....

Ich könnt' euch jetzt noch mehr aufzählen....
Doch will ich euch nicht länger quälen
Mit dem, was ist und dem was war
Durch lange 25 Jahr...

Feiern wir sie doch als ein Fest, das uns auf "weitre" hoffen lässt .... Hoch lebe er - unser Verein! Wie heut - soll es auch morgen sein ... (Renate von Elm, 22.10.2019)

Renate von Elm, der wir das Eingangsmotto der Sonne verdanken, kommt gerne zu uns in die Ursulinenstraße; und im Lesecafé sieht man sie genauso gerne kommen. Das letzte Mal war sie vor fast drei Jahren zu Gast. Umso glücklicher war sie und umso erfreuter war das Lesecafé, dass sie nach fast drei Jahren Pause ihre Gedichte vortragen wollte. Für Frau von Elm war es der erste Auftritt nach einer langen Zwangspause. Sie hat in dieser Zeit viele neue Gedichte geschrieben. In ihren neuen Gedichten



gibt es wunderschöne Naturbeschreibungen und Stimmungsbilder. Auch Verse mit einem humorvollen Blick auf unsere Mitmenschen sowie Wortspielereien finden man. Beispielgebend ist ihr Gedicht "wie absurd". Als "absurd" umschreibt sie einen Menschen, der Probleme mit sich selbst hat; sein Unsicherheiten und Unzulänglichkeiten in vielen Dingen des Lebens aber aber um keinen Preis offen zeigen, bzw. zugeben möchte. Aus diesem Grund heraus versucht er sein äußeres Erscheinungsbild durch ein markantes Auftreten zu kaschieren. Indem

er sich von anderen abhebt, stellt er sich quasi in einer Art "Paradiesvogel in Verkleidung", dar, der es versteht, aus dem Nichts-sein heraus zum Mittelpunkt der Aufmerksamkeit in der Gesellschaft aufzusteigen ... Dies bereitet ihm einen innere Freude, selbst wenn er dadurch auch noch so verrückt wirken mag .... Gerade dieses Gedicht regte die Zuhörerinnen zu einer lebhaften Diskussion mit der Autorin an. Denn absurde Situationen erlebt jede\*r immer wieder im eigenen Leben.

#### Die Spätzünder sangen wieder. Dringend Keyboard gesucht



Erwartungsvoll versammelten sich am gewohnten zweiten Mittwoch im Monat die Freundinnen und Freunde des Gesanges im Saal. Sie wollten wissen, ob die Gruppe der singenden "Spätzünder" die Folgen der Corona-Krise überstehen würde. Es sieht aus, als ob ja. Sehr erfreulich: auch Hannelore Bleeker, die die Spätzünder anführte und hoffentlich weiter anführen wird, war gekommen. Es wurde ein Singkreis gebildet. Im Kreise sitzend wurde zu Beginn das allen bekannte Lied "Kein schöner Land" angestimmt. Das gemeinsame Singen klappte. Das Eis war gebrochen. Man kam ohne eine Chorleiterin klar. Eine Stunde lang sang man mit großem Vergnügen die Lieder, die die Sonne in der Juli-Ausgabe vorgeschlagen hatte und noch das eine oder andere Lied dazu. Die Spätzünder freuen sich schon auf dem Mittwoch, den 27. Juli, 11 Uhr. Es gibt genügend Stühle für alle, die kommen.

#### Essen mit den Kochmötzen wie einst zu Ostern

Auch die "Kochmötze", "Älterwerden"s vegetarische Männerkochgruppe mit einer längeren







Geschichte in unserem Verein, hat nach langer Pause mit dem Kochen wieder begonnen. Die Gruppe hatte sich unter anderem mit ihrem Karnevalssuppen vor der Pandemie Sympathien im Verein erworben. Seit einiger Zeit sorgt vor allem der Tischschmuck von Peter Delzepich für

Aufsehen. Mit viel Phantasie und Geschick gestaltet Peter den Esstisch für die Köche und ihre Gäste. Besonders zu den großen Feiertagen lässt er sich viel Schönes einfallen. In diesem Jahr fiel das Kochen in der Osterzeit aus. Kein Problem für Peter. Er holte es im Monat Juli mit einer großen Portion Humor nach, wie man an den Bildern leicht erkennen kann.



#### Vorstand plant "Olympische" Spiele.

Kaum ist der neue Vorstand im Amt, plant er auch schon Großes. Er möchte eine Vereinsolympiade ins Leben rufen. Die Spiele sollen alle zwei Jahre, anders als beim Vorbild der griechischen Olympischen Spiele, veranstaltet werden. Es wird jedes Mal eine Gruppe geben, die als Gewinner aus dem Wettbewerb hervorgeht. Im Moment rauchen im Vorstand noch die Köpfe; denn es ist noch nicht darüber entschieden, welche verschiedenen Wettbewerbe es geben soll. Aber es deutet sich schon einiges an. Ein Gruppen-Rate-Quiz ist dabei, ebenso ein Boule-Turnier, eine

Schnitzeljagd im Billiger Wald, ein Sportparcour im Stadtwald und ein Backwettbewerb. Da die Zeit zur Vorbereitung der Spiele, die immer im Frühherbst stattfinden

sollen, schon sehr weit schritten ist, könnte es bei Ausgabe ein Miniturnier wenigen Wettbewerben die zweiten Spiele in zwei werden in größeren Umunter Berücksichtigung der gen der ersten Spiele in dieorganisiert. Wenn alles könnte die Erstausgabe der te September ablaufen.

der ersten
mit nur
geben. Erst
Jahren
fang und
Erfahrunsem Jahr
klappt,
Spiele MitMitglieder,

fortge-

die in mehr als einer Gruppe dabei sind, werden sich fest für eine Gruppe entscheiden müssen. Übrigens: Auch der neue Vorstand will sich als eigenständige Gruppe dem

Wettbewerb stellen und er nicht verstehen, was ein argunlängst im Stadtwald entan vielen Tagen, dort auf der wegs. Neben der Laufstrecke Abständen Trimmgeräte, soüblich waren aufgestellt. Sie übergewichtige und bewerung zu sportlicher Betätigung finden keine Beachtung mehr Heute ist etwas anders, heute Trimmgeräten. Seltsam! Un-Übungsgeräten eifrig übende Und noch seltsamer. Die

will sich nicht blamieren. Anders lässt sich

loses Vereinsmitglied deckt hat. Es ist, wie Laufstrecke untersind in bestimmten wie sie vor 50 Jahren sollten damal die Bevölkegungsarme antreiben. Aber sie in der jetzigen Zeit. ist Betrieb an ser Mitglied an einigen Personen. Erstaunlich! übenden Personen



kommen bekannt vor. Tatsächlich! Unter den Personen gibt es auch Vertreter des neuen Vorstandes. Welche Aufgabe haben die anderen beteiligten Personen. Sind es vielleicht Trainerinnen. Zum Beweis werden ein paar Fotos geschossen, Schnappschüsse.

Im Zusammenhang mit den obigen Plänen bleibt für den Autor dieses Artikels nur eine Erklärung. Der Vorstand hat bereits mit dem Training begonnen, dem Training für die Vereinsolympiade. Herrlich! Haben wir nicht einen kreativen und sportlichen Vorstand?



Aber die Story geht - ganz am Ende der Sonne - weiter.

## Zwei neue Gruppen feierten ihre Premiere.

In der Juli-Ausgabe der Sonne wurde die Geburt zweier neuen Gruppen gemeldet. Einige Wochen später haben beide

In der Juli-Ausgabe der Sonne wurde einige Wochen später haben beide Gruppen ihre Premierentermine gehabt. Dafür sei Herrn Schmidt und Frau Schneider gedankt. Beide Gruppen können noch den einen oder anderen Zugang vertragen. Beide Gruppenleiter sind sogar bereit, ihr Angebot auszuweiten; ein zweiter Yoga-Kurs könnte bei entsprechender Nachfrage eröffnet werden, die Gymnastik-Kurse von Frau Schneider sogar weitere zwei Angebote ausgrdehnt. Für die Gymnastikkurse gibt es bereits Terminangebote, die einen Eintrag in den Terminplan gefunden haben.



### Der Festausschuss vergnügte sich auf einer Rheinpartie nach Linz Reisen in Zeiten der Epidemie



Auch die Reisesaison bei "Älterwerden" hat nach der erzwungenen Untätigkeit in den Zeiten der





Epidemie wieder begonnen,

allerdings noch sehr zaghaft. Die Epidemie ist zwar noch nicht zu Ende. Aber die strengen Regeln sind ausgelaufen und werden hoffentlich nicht sobald wieder installiert. Das ermöglicht es unseren Gruppen, mit ihren Sommertouren zu beginnen. Die neue und alte Möglichkeit wurde vom Festausschuss zu einer Rheinpartie nach Linz genutzt. Eine Teilnehmerin der Gruppe erzählte, dass es auf dem Rhein schön, dass Essen in Linz lecker und die Hitze groß gewesen sei.

#### Thema:PC-Raum

#### Wasserschäden beseitigt – Der Raum ist wieder voll funktionsfähig Gedanken zur künftigen Nutzung

(Bezug:Leserbrief Frau & Herr Dahmen in der Sonne vom Juli 2022)

Wie bekannt, wurde auch unser PC-Raum im Keller von der Flut betroffen. Edmar Knies und Manfred Botz haben den Raum wieder eingerichtet, damit auch in Zukunft PC-Kurse durchgeführt werden können. Im einzelnen wurden acht Tische mit Arbeitsplätzen für Teilnehmer sowie ein Tisch für den Leitenden der Kurse aufgestellt. Die Arbeitsplätze (bestehend aus PC, Bildschirm, Maus und Tastatur) wurden aufgestellt und angeschlossen. Alle Arbeitsplätze werden wie bisher internetfähig sein, das Betriebssystem ist weiterhin Windows 10. Reservegerät ist vorhanden.

Nachdem schon vor zwei Jahren das große Interesse an Anfängerausbildung erheblich nachgelassen hat, können wir uns Kurse vorstellen, die sich um das Internet drehen, oder speziell die Internet-Sicherheit im Auge haben; aber auch Fotobearbeitung sowie weitere Themen kommen infrage. Anregungen und Wünsche sind willkommen. Hierzu bitte direkt Verbindung mit uns aufnehmen oder über die Bürokräfte.

E. Knies und M. Botz

(Ergänzung der RED): Im genannten Lesebrief ging es auch um den Sessellift zum Basement. Es gibt bezüglich seines Einsatzes noch ein paar offene Fragen. Aber das Problem ist beim Vorstand präsent.

## Warum ein Leserbrief aus dem Jahre 2015 aktuell ist, aktuell sein sollte!

Den Leserbrief zum 20. Geburtstag von "Älterwerden" hat Eva Louis geschrieben, damals 93 Jahre alt, heute verstorben. Eva Louis hat die Gründungsphase miterlebt und war beeindruckt von Vorstellungen in den Köpfen der Gründungsväter und –mütter.

Sie hatten die wunderbare Idee, dass Menschen mit mit viel Lebenserfahrung nach Ende ihres Arbeitslebens sich in einem Seniorenverein zusammentun und ihr Wissen und Können an andere Senioren weitergeben. Diese Menschen gründeten einen Verein in Euskirchen und nannten ihn "Älterwerden in Euskirchen". Es sollte ein Verein des "Gebens" und "Nehmens" werden, mit dem Wort "Geben" als zentrales Wort. Eva Louis stellte in ihrem Brief dann die Frage, ob 20 Jahre später Mitglieder nur wegen des "Nehmens" im Verein sind. Die Möglichkeit, "geben" zu können, sei ihnen kaum mehr bewusst. Falle der Vorteil des "Nehmens" weg, sind sie schnell weg. Aber, schreibt sie weiter, wisse sie natürlich, dass es im in unserem Verein viele "gebende" Mitglieder gibt. Von diesen habe sie in ihren fast 25 Mitgliedsjahren sehr viel "genommen", sehr viel Wärme, sehr viel Freundschaft und sehr viel Wissen, wie z.B. im Lesecafé. Für das, was sie bekommen habe, sei sie "Älterwerden" sehr, sehr dankbar. Aus Dankbarkeit blieb sie, auch wenn sie bis zu ihrem Tode mehrere Jahre lang das Vereinshaus nicht mehr besuchen konnte, bis zu ihrem Lebensende Mitglied des Vereins.

Warum habe ich diesen Leserbrief hervorgekramt? Das kam so:

Die Nachfrage für unsere neue Yoga-Gruppe war rege. Es interessierten sich mehr als die vorgesehenen zehn Mitglieder. Mehreren musste abgesagt werden. Fünf Angemeldete haben kurzfristig abgesagt. Schade für die Ausgeladenen!

Und dann hörte ich, dass es Mitglieder gebe, die meinten, im Moment habe der Verein nicht genug zu bieten. Wir sind aber kein Senioren-ALDI, in denen Angebote zum Schnäppchenpreis zu haben sind und in denen man nur abgreift, was sich für einen lohnt, nach dem Motto "Geiz ist geil." Und wenn man unzufrieden ist, geht man zum Senioren-LIDL. Da fiel mir der Leserbrief von Eva Louis ein. Und ich dachte mir, es könne nicht schaden, die Idee der Gründer\*innen von "Älterwerden" zu beleben, mit dem wichtigsten Motto: "Geben **und** Nehmen".

## **EINLADUNG**

#### zur Seniorenfahrt am 04.08.2022 zur Steinbachtalsperre mit dem Bürgermeister Sacha Reichel

Die Projektgruppe Freizeit, Kultur und Mobilität der Seniorenvertretung SIE (Senioren in Euskirchen) lädt alle Seniorinnen und Senioren zu einem Ausflug mit dem SVE Stadtbus zur Steinbachtalsperre ein. Am 04.08.2022 starten wir um 14.05 Uhr mit der Linie 873 vom Bahnhof in Euskirchen. Wer teilnehmen möchte, sollte sich ab 13.45 Uhr am Info-Point der SVE einfinden. Dort besteht die Möglichkeit das 9 € Ticket zu erwerben, mit dem man noch den ganzen Monat August durch ganz Deutschland fahren kann. Von der Haltestelle Steinbachtalsperre werden wir einen Spaziergang zur Staumauer machen, wo uns Herr Bürgermeister Sacha Reichelt und Herr Rolf Stupp, Einsatzleiter der Feuerwehr während der Flut, Informationen zur Flut und den Wiederaufbau der Steinbachtalsperre und des Waldfreibades geben werden. Im Anschluss daran bieten wir am Kinderspielplatz Getränke und Kuchen an. Dort steht auch eine Toilette zur Verfügung. Die Rückfahrt ist um 16.42 Uhr oder um 17.42 Uhr möglich. Auch in der Mobilität eingeschränkte Personen können an dieser Fahrt teilnehmen. Das Tragen eines Mund-Nasenschutzes im Bus ist vorgeschrieben.

Der Bürgermeister, die SIE und die SVE hoffen auf reges Interesse und freuen sich auf den Ausflug mit Ihnen.

#### Was denken Prominente über die Sonne?

Udo Jürgens wünscht sich in einem seiner Lieder tägliche Sonne:

Denn immer, immer wieder geht die Sonne auf und wieder bringt ein Tag für uns ein Licht, Ja, immer, immer wieder geht die Sonne auf, denn Dunkelheit für immer gibt es nicht. Die Redaktion meint: Lieber Udo Jürgens im Musikerhimmel: Den Wunsch auf eine tägliche Sonne können wir dir leider nicht erfüllen. Wir wären überfordert; denn wir sind nur euin Seniorenverein.

#### Em Aujuss witt Platt jekallt

Su heeß de Övverschriv em letzte "Wochenspiegel". Domet sull de Mundartinitiative "Mir kalle Platt" dobei ongestötz wääde, de rheinisch – Eifeler Mundart zo fördere. Mir en ossem Vereen maache dat schon längs met ossere Jrupp " Schwaadlappe". Lang woor se em Pandemie-Wöngkterschlof. Jetz ess se wedder opjewaach. De Jrupp met dem Jupp treff sich jede zweite on veete Mettwoch em Mond öm 10 op de Uur zom Klaave ode Plattkalle oder Schwaade. Em Terminplon senn de Schwaadlappe onger de Sprochjruppe zu fönge. Et heeß do "Ripuarische Konversation". On noch ene Tip für de Fründe der Ripuarischen Schproch: Am Donnesdach, de elefte Aujuss, trädde öm 20 op de Uur en de Schuer am Siechhaus bei Zöllesch sebbe Lück, doronger de bekannte Plattkaller Manni Lang, zo nem bonte Ovend op, selevsverschtändlesch witt vun alle, die opträdde, Platt jekallt.

#### **EINLADUNG**

#### zum Gruppenleiter\*innentreffen am Donnerstag, 18.08.2022, um 15 Uhr im Vereinsheim

Die Gruppenleiter\*innen werden gebeten, in ihren Gruppen darüber zu sprechen, welche Wünsche und Ideen die Teilnehmer\*innen haben, und sie in das Treffen einzubringen. Beim Treffen möchte sich der Vorstand vorstellen und über verschiedene Aktivitäten im Vereinsheim reden.

Das Wort zum Schluss: Der Artikel über geplante Olympische Spiele im Verein ist ein Aprilscherz im August, also quasi ein Augustscherz. Der gewohnte Aprilscherz musste ausfallen. Die Bilder entstammen einer Schneckenwanderung. Die Wanderung führte in den Euskirchener Stadtwald. Der Spaßfaktor der Wanderung: sehr hoch. Man sieht es.



Das Bild zum Schluss: Manchmal, so sagt man, rauchen die Köpfe. Auf dem Bild ist er unsichtbar: Der Rauch, der aus den Köpfen der Männer beim Treffen des Männerstammtisches aufsteigt, verursacht durch die Überhitzung der Synapsen in beiden Gehirnhälften bei den intensiven Gesprächen und Diskussionen der Stammtischler. Gottseidank wird das Denken unterstützt durch die Aufnahme schmackhafter Speisen und kühler Getränke, letztere häufig aus Wasser, Hefe, Malz und Hopfen kunstvoll zusammengemischt. Die kühlen Getränke munden nicht nur gut, sorgen auch für die notwendige Abkühlung der rauchenden Köpfe. Wer es nicht glauben mag, kann sich selbst von der Richtigkeit überzeugen, sofern er ein

Mann ist, immer am ersten Dienstag im Monat um 18:30 im Mediterran.



IMPRESSUM: Älterwerden in Euskirchen, Ursulinenstraße 34, 53879 Euskirchen,
Büro: mo, di. mi, do, fr von 10 -12 Uhr; der Verein ist vom Finanzamt Euskirchen als gemeinnützig anerkannt.
Telefon: 02251/73085 - Mail: <a href="mailto:aelterwerden-eu@freenet.de">aelterwerden-eu@freenet.de</a>, - Internet/Portal: aelterwerden-in-euskirchen.de, Bank:
KSK Konto-Nr.1803535, BLZ: 38250110,IBAN:DE54 3825 0110 0001 8035 35, Bic: WELADED1EUS
Redaktion: Reiner Winkin-viSdP, Petra Macherey-Pfahl (zuständig für das Schaufenster), Inge Kirsten
(Bildarchiv) und der Vereinsvorstand; die nächste Sonne erscheint zum August.