

Älterwerden in Euskirchen

die Sonne im März 2026



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

Termine

Donnerstag, 19.03., 14:00	LINEDANCE - Probestunde
Donnerstag, 19.03.	Installation der Lichthofüberdachung
Samstag, 21.03., 15:00 Sonntag, 22.03.03., 15:00	Theater REGENBOGEN
Donnerstag, 26.03., 15:30	Mitgliederversammlung: u.a. Neuwahl des Vorstandes
Mittwoch, 01.04., 15:30	Ralf Kramp besucht uns zu „mehr als einer Lesung“.

Das



REGENBOGEN

präsentiert

am Samstag, den 21. März und
am Sonntag, den 22. März
ihr neues Programm.

Beginn: 15 Uhr

Dauer mit Pause ca. 2 Stunden - **Eintritt frei**
für 35 Zuschauer*innen pro Vorstellung
Die Listen zum Eintragen sind im Büro.

Achtung: Es gibt noch einige Restplätze.

Was wir zu sehen bekommen, ist noch ein Geheimnis.

Aber wer das Theater REGENBOGEN kennt, ahnt:

Die Lachmuskeln werden zu tun bekommen.

Als Amuse-Gueule gibt es aus einer Theaterprobestunde ein paar Schnappschüsse. S.1



So sieht die Gruppe aus, wenn sie sich ausnahmsweise einmal ernst gibt:
Apropos: Einige Mitglieder scheiden leider aus. Die Gruppe braucht also frisches Blut.

Et Jebootssdachskäffche

Samssdaachnomeddachs, fuffzehn Uhr,
datt weeiß en de Eefel jede Buer,
alle zwei Mond,
dat ess wunderbar,
treff sich de janze Jebootssdach-Schar.

Bei dämm Termin,
dat ess emmer famos,
jonn bei de enjeladene Jubilare de Zonge los
Dann setzen se zesamme, all Hätze senn wigg,
un schwaade sich de Fott platt, wie mer he sütt.
Schweb dann et Johanna met Schwung on Scharm
on Elejanz erinn met de Kann
wid veröck bei de Lück dä Hongk
en de Pann.

Dä Jebootssdachkaffe rüsch e su joot,
dat jitt däm Leeve wedder neue Moot!

„Saach ens, Christel,
ess dat Kooche met Kies?“
Bei sunem leckere Kooche ess
kenem mi mies.

Ob et zwick en de Knauche oder im Rögge,
beim Sektche fleje de Sorje fott wie de Mögge,

„Mir sin kein ahle Iese, säht me,
mir sin joot in Schuss,



Jebootsdach fiere met Christel on Johanna
ess de pure Jenuss!“
Mir hann ossere Spass
Dröcke fott de Sorje on haalen dat fass.



Denn in Öskerche, on och dröm
eröng weiß jedes Köngk:
Mer esse su jung,
wie me sich he
beim Kaffe on Kooche föngk!
Dröm heffen ich met Schmackes ming Tass jetz huh
un roofen üsch zo:
Hätzliche Jlöckwönsch – on bess zom nächste Johr;
denn dann ess doch jewiss,
dann sed ühr all wedder do.

So entstand dieses „Gedicht“,

1) An unseren Willy wurde die Frage gerichtet: „Kann deine KI auch ripuarisch?“

Denn man weiß mittlerweile in Euskirchen: Willy und die KI!

Sie haben eine fruchtbare Beziehung.

Willy sprach: „Ich weiß es nicht, aber ich versuch es mal.“

2) Willy ging nach Hause und seine KI erhielt folgenden Auftrag:
„Schreib ein Gedicht zum Geburtstagskaffee, aber auf Ripuarisch,
wenn du weißt, was das ist?“

3) Die KI startete ihre Bemühungen,
und es dauerte nur eine kleine Weile:

Dann war ein Gedicht erstellt und es hatte viel Ripuarisches drin.

4) Voller Stolz wurde es verschickt. Der Empfänger war beeindruckt.
Aber er sah noch Verbesserungsbedarf.

Das Gedicht oben ist das Ergebnis der Verbesserungsbemühungen.

5) Beim Geburtstagskaffee wurde es voller Stolz vorgetragen

6) und – damit noch mehr Leute es kennenlernen –
wurde es nun in die **Sonne** gesteckt.

Und die Moral von der Geschicht:
Unterschätze Willy und die KI nicht!



DAS OHR IST DER WEG ZUM HERZEN

(durch KI erstellt)

Das ist ein schönes Zitat, das oft der französischen Dichterin Madeleine de Scudéry zugeschrieben wird.
Es besagt, dass Worte, Komplimente und aufmerksames Zuhören der direkteste Weg sind,
um jemandes Zuneigung zu gewinnen.

Hierzu nun eine Geschichte:

(Willys Euskirchener Verzällche Nr.3)

*In Euskirchen sagt man, dass der Wind, der über die Erftauen weht, die Geschichten der Eifel mit sich trägt.
Für Karl-Heinz, einen 82-jährigen Witwer aus der Südstadt, war es jedoch seit Jahren still geworden. Nicht,
weil es nichts zu hören gab, sondern weil sein Gehör langsam verblasste wie die Farben eines alten Fotos
von der Erftbleiche.*

*Karl-Heinz saß jeden Dienstagmorgen im Café Kramer in der Bahnhofstraße. Er liebte zwar den Duft von
frischem Bienenstich. Doch die Gespräche um ihn herum waren nur noch ein verschwommenes Summen.
Er fühlte sich isoliert, als stünde er hinter einer dicken Glasscheibe, während das Leben in der Euskirchener
Fußgängerzone an ihm vorbeizog.*

*Eines Tages setzte sich eine Dame an seinen Tisch. Es war Martha, die er flüchtig aus dem Seniorenzentrum
in der Nähe kannte. Sie legte eine kleine, hölzerne Schatulle auf den Tisch. „Karl-Heinz“, sagte sie laut und
deutlich, während sie ihn direkt ansah, „ich habe gehört, dass du kaum noch zum Singkreis kommst.“*

Das Herz braucht Töne, nicht nur Gedanken.“

Sie erzählte ihm von einem Ausflug zum Radioteleskop Effelsberg, ganz in der Nähe in Bad Münstereifel.

„Dort lauschen sie auf die Sterne, Karl-Heinz. Auf Signale, die Millionen Jahre alt sind. Wenn die das können, dann können wir auch wieder einander zuhören.“

Angestachelt von Marthas Direktheit, suchte Karl-Heinz einen Akustiker in der Kaplan-Kellermann-Straße auf. Als er wenig später mit seinen neuen Hörgeräten zum ersten Mal wieder durch

den Schillerpark spazierte, traf ihn die Welt wie ein bunter Schlag: Das Knirschen des Kieselsteins unter seinen Schuhen, das Lachen der Kinder am Spielplatz und – am wichtigsten – das sanfte Rauschen des Wassers.

Am nächsten Dienstag im Café Kramer wartete Martha bereits. Karl-Heinz setzte sich, neigte sich zu ihr und sagte leise: „Ich kann dich hören, Martha. Sogar das Klirren deines Löffels.“

Martha lächelte und legte ihre Hand auf seine. „Man sagt, das Ohr ist der Weg zum Herzen, Karl-Heinz. Wenn die Welt verstummt, verriegelt sich die Seele. Aber jetzt ist die Tür wieder offen.“

In diesem Moment, mitten im Herzen von Euskirchen, verstand Karl-Heinz, dass Musik nicht nur aus Noten besteht, sondern aus dem Klang einer vertrauten Stimme, die einem sagt, dass man nicht allein ist. Sie planten ihren nächsten Ausflug: eine Fahrt zur Steinbachtalsperre, um dem Wind in den Bäumen zuzuhören – diesmal mit offenem Ohr und weitem Herzen.

In der Geschichte wird das Zitat „Das Ohr ist der Weg zum Herzen“ auf drei Ebenen zum Leben erweckt, die besonders für Senioren und das soziale Miteinander in Euskirchen von Bedeutung sind:

1. Überwindung der Isolation

Für Karl-Heinz war die Schwerhörigkeit wie eine unsichtbare Mauer. Das Zitat verdeutlicht hier, dass Kommunikation die Grundvoraussetzung für emotionale Nähe ist. Ohne das „Ohr“ – also die Fähigkeit, am Gespräch teilzunehmen – blieb sein Herz einsam. Erst als er wieder hören konnte, fanden die Gefühle und die Herzlichkeit seiner Umgebung (wie Marthas Einladung) wieder einen Zugang zu ihm.

2. Die heilende Kraft der Aufmerksamkeit

Die Geschichte zeigt, dass „Hören“ mehr ist als nur ein biologischer Vorgang. Martha nutzt das Ohr als Brücke: Zuhören als Zuwendung: Indem sie ihn direkt anspricht und ihn ermutigt, öffnet sie den Weg zu seinem Herzen.

Die Analogie zu Effelsberg: So wie das Radioteleskop Effelsberg feinste Signale aus dem All empfängt, braucht auch das menschliche Herz die „Signale“ seiner Mitmenschen, um sich lebendig zu fühlen.

3. Die Rückkehr der Lebensfreude durch Klang

In der Umgebung von Euskirchen – vom Rauschen der Erft bis zum Treiben auf dem Alten Markt – stecken Erinnerungen und Heimatgefühle. Das Zitat bedeutet in diesem Zusammenhang:

a) **Emotionale Resonanz:** Klänge lösen Gefühle aus. Das Knirschen der Kiesel im Schillerpark oder das Lachen von Kindern sind „Nahrung“ für das Herz.

b) **Teilhabe:** Wer hört, gehört dazu. Das Ohr öffnet die Tür, damit Karl-Heinz nicht nur physisch im Café Kramer sitzt, sondern emotional wieder Teil der Gemeinschaft ist.

Fazit: Die Geschichte deutet das Zitat so, dass das Gehör das „Einlasstor“ für das zwischenmenschliche Glück ist. Für Senioren bedeutet technische Hilfe (wie ein Hörgerät) oft nicht nur mehr Lautstärke, sondern eine Rückkehr der emotionalen Wärme in ihr Leben.

Gemeinsam im Takt:

Unser neuer Line-Dance-Kurs startet bald !

Habt ihr Lust, euch zu Musik zu bewegen, ohne erst mühsam einen Tanzpartner suchen zu müssen? Dann haben wir genau das Richtige für euch! In unserem neuen Line-Dance-Angebot steht die Freude an der Gemeinschaft und der Rhythmus im Vordergrund.

Was ist Line Dance?

Ganz einfach: Wir tanzen in Reihen neben- und hintereinander zu festen Schrittfolgen. Ob Country, Pop oder Oldies – die Musik geht ins Ohr und direkt in die Beine. Man braucht keinen festen Partner, nur ein bisschen gute Laune und bequeme Kleidung und Schuhe.



Keine Angst vor den ersten Schritten!

Du hast noch nie getanzt oder glaubst, „zwei linke Füße“ zu haben? Keine Sorge! Wir fangen ganz langsam an. Beim Line Dance geht es nicht um Perfektion, sondern um den Spaß an der Bewegung. Die Schritte sind leicht zu erlernen, und in der Gruppe unterstützt man sich gegenseitig. Jeder war einmal Anfänger – traut euch einfach!

Warum Line Dance so gut tut:

Tanzen ist wie Urlaub für die Seele und Fitness für den Körper – besonders für uns Senioren:

- **Körperlich fit bleiben:** Die sanften Bewegungen stärken das Gleichgewicht und die Beweglichkeit. Das ist die beste Vorsorge, um auch im Alltag sicher auf den Beinen zu stehen.
- **Geistig beweglich bleiben:** Das Merken der Schrittfolgen ist ein hervorragendes Gedächtnistraining. Es hält den Kopf jung und stärkt die Konzentration.
- **Gemeinsam statt einsam:** Das Schönste ist das Lachen in der Gruppe. Nach der Stunde fühlen wir uns nicht nur körperlich fitter, sondern auch psychisch ausgeglichener und froher.

Wann und Wo?

- **Zeit:** ab April 2026 jeden Donnerstag von 14:00 bis 15:30 Uhr
- **Ort:** Im Saal des Vereins, Älterwerden in Euskirchen e.V.

Anmeldung & Informationen:

Habt ihr Fragen oder möchtet ihr direkt mitmachen? Unsere Kursleiterin Beate freut sich über euren Anruf unter **0151 / 11647744**.

Kommt vorbei und probiert es bei einer

Probestunde

aus und zwar am: **Donnerstag, den 19. März 2026 von 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr** im Saal des Vereins



Vogel 1: Was macht ihr da?
Vogel 6: Line Dancing!



Frühling

lässt sein blaues Band wieder flattern durch die Lüfte;
Süße, wohlbekannte Düfte streifen ahnungsvoll das Land.

Veilchen träumen schon, wollen balde kommen.
Horch, von fern ein leiser Harfenton! **Frühling**, ja du bist's!
Dich hab ich vernommen!



Vorboten des Frühlings, die Eduard Mörike in seinem bekanntesten Gedicht beschreibt, sind auch in unseren Räumen aufgetaucht. Wie schön! Wenn man beim Betreten des Vereins nicht so richtig gut drauf ist, hilft die Frühlingsdekoration, die unsere Deko-Gruppe an mehreren Orten platziert hat, dabei, die negative Gefühlslage durch Frühlingsgefühle zu ersetzen, welche die Welt freundlicher aussehen lassen.





Einige der schönen Frühlingsdekorationen unserer Deko-Gruppe könnt ihr auch mit nach Hause nehmen, um den Frühling in eure Wohnung zu holen. Die Preise dafür sind sehr moderat. Annie Hasselbach präsentiert die schönen Stücke im Dekorationsregal im mittleren Flur.



„Älterwerden in Euskirchen“ trauert um Christa Hofmann

Christa Hofmann, ist am 10.10. 1930 geboren und am 16.01. 2026 in Berlin verstorben. Sie war eines unserer Mitglieder aus den frühen Zeiten. Die meisten unserer heutigen Mitglieder werden sie nicht mehr kennen.

Vor einigen Jahren ist sie altersbedingt nach Berlin gezogen, hat aber auch in der Hauptstadt unseren Verein nicht vergessen und ihrer Familie über ihre Zeit bei uns erzählt. Christa Hofmann könnte zum Beispiel von der Spanischgruppe erzählt haben, deren Mitglied sie schon war, als diese noch von Dankwart Cäsar geleitet wurde, auch er bereits verstorben. Beiden ist übrigens gemeinsam, dass sie ihren Lebensabend in Berlin verbracht haben. Als Edmar Knies sein Nachfolger wurde, blieb Christa ihrer Spanischgruppe treu. Sie nahm aber auch rege am Vereinsleben teil. So war sie immer dabei, wenn es in unserem Verein etwas zum Feiern gab. In Erinnerung geblieben ist, dass sie oft mit ihrem Fahrrad in Euskirchen unterwegs war, auch zu uns. Das, was sie in ihrer Familie von ihrem Verein erzählt hat, muss wohl so positiv gewesen sein, dass ihre Kinder auf der Traueranzeige statt um Blumenspenden um eine Spende an „Älterwerden“ gebeten haben. Bis heute sind knapp unter 500 Euro auf unserem Konto eingegangen. Dafür bedanken wir uns sehr und werden das Geld im Angedenken an Christa Hofmann verwenden.

Zu betrauern sind auch **Eva Wittman** und **Manfred Ehnold**, die beliebte und aktive Mitglieder waren, aber kürzlich leider verstorben sind. Eva war in verschiedenen Gesprächsgruppen dabei, so im Damen-Treff und im Lesecafé. Manfred war u.a. in einer Männer-kochgruppe aktiv, die dafür bekannt war, dass es dort sehr lustig zuging. Ich erinnere mich auch noch daran, dass er Filmvorführungen organisiert hat und mit mir zusammen ein Känguruh aus Holz

gebastelt hat, welches unsere Gesangsgruppe einsetzte, als sie das Lied „Halt das Känguruh fest, boy,“ auf einem Vereinsfest intonierte. Das Känguruh kann bei uns im Vereinsheim noch besichtigt werden



Bericht aus der Vorstandssitzung vom 4. Februar 2026

Liebe Mitglieder, der Vorstand hat sich in seiner jüngsten Sitzung mit wegweisenden Themen für das kommende Quartal sowie personellen Veränderungen in unseren Gruppen befasst. Hier die wichtigsten Ergebnisse im Überblick:

1. Finanzen & Spenden

Wir bedanken uns herzlich für eine großzügige Zuwendung im Rahmen eines Sterbefalls in Höhe von 210 €. Zudem erreichte uns eine zweckgebundene Spende über 120 €, die hälftig der Dart- und der Gymnastikgruppe zugutekommen wird. Ein weiterer Dank gilt einem engagierten Mitglied für die Spende neuer Tischdecken für den Malraum.

2. Ehrenamt & Anerkennung Ehrenamtskarte:

Die Stadt Euskirchen bietet nun eine digitale Ehrenamtskarte per App an. Inhaber profitieren von Vergünstigungen bei Eintritten und Veranstaltungen. Interessierte finden die Voraussetzungen unter www.euskirchen.de.

Ehrenamtspauschale: Wir weisen darauf hin, dass die steuerlich geltend zu machende Pauschale für ehrenamtliche Tätigkeit aktuell bis zu 960 € beträgt.

3. Veranstaltungen & Termine

Mitgliederversammlung: Bitte vormerken! Unsere Versammlung findet am 26. März um 15:30 Uhr im Gemeindesaal der evangelischen Kirche statt. Die Einladungen inklusive der Tagesordnung werden fristgerecht mindestens vier Wochen vorher versandt.

Neumitglieder: Für den 10. April um 15:00 Uhr ist ein Begrüßungskaffee geplant, um neue Gesichter in unserer Mitte willkommen zu heißen.

4. Vereinsorganisation & Gruppenarbeit

Jahresübersicht: Die Quartals-Terminpläne sind in Arbeit. Der detaillierte Plan für März wird zeitnah fertiggestellt, um allen Mitgliedern eine verlässliche Orientierung zu bieten.

Malgruppe: In der Leitung der Malgruppe steht in naher Zukunft ein Wechsel bevor. Wir freuen uns aber, dass die Gruppe künftig durch ein neues bewährtes Team im Tandem weitergeführt wird

5. Internes & Ausblick

Der Vorstand diskutierte die Frage, in welcher Form Protokolle der Sitzungen künftig veröffentlicht werden. Hierzu gab es einen regen Meinungsaustausch über Transparenz und Datenschutz. Eine abschließende Entscheidung wurde noch nicht getroffen.

Die nächste Vorstandssitzung findet am 4. März 2026 statt. (Willy Mahr)



Was denken Literaten über die „Sonne“

Cäsar Otto Hugo Flaischlen war Anfang des 20. Jahrhunderts ein bekannter Lyriker und Mundartdichter.

Hab Sonne im Herzen, ob's stürmt oder schneit, ob der Himmel voll Wolken, die Erde voll Streit!

Hab Sonne im Herzen, dann komme, was mag! Das leuchtet voll Licht dir den dunkelsten Tag!



Impressum: Älterwerden in Euskirchen, Ursulinenstraße 34, 53879 Euskirchen, Telefon: 02251/73085

Mail: aelterwerden-eu@freenet.de, - Internet/Portal: aelterwerden-in-euskirchen.de

Der Verein ist vom Finanzamt Euskirchen als gemeinnützig anerkannt.

Öffnungszeiten Büro: mo, di, mi, do, fr von 10 -12 Uhr;

Bank: KSK-Konto-Nr.1803535, BLZ: 38250110, IBAN:DE54 3825 0110 0001 8035 35, Bic: WELADED1EUS.

Der Beitrag beträgt 8 Euro im Monat; das sind 96 Euro im Jahr.

Redaktion: Reiner Winkin-viSdP, Petra Macherey-Pfahl (zuständig für das Schaufenster)

Terminplan: Willy Mahr; Homepage: Hartmut Hoffmann;

die nächste Sonne erscheint voraussichtlich Anfang April

Erich Kästner Der März

1)Sonne lag krank im Bett. Sitzt nun am Ofen. Liest, was gewesen ist. Liest Katastrophen.	2)Springflut und Havarie, Sturm und Lawinen, - gibt es denn niemals Ruh drunten bei ihnen.	3)Schaut den Kalender an. Steht drauf: "Es werde!" Greift nach dem Opernglas. Blickt auf die Erde.
4)Schnee vom vergangenen Jahr blieb nicht der gleiche. Liegt wie ein Bettbezug klein auf der Bleiche.	5)Winter macht Inventur. Will sich verändern. Schrieb auf ein Angebot aus andern Ländern.	6)Mustert im Fortgehn noch Weiden und Erlen. Kätzchen blühn silbergrau. Schimmern wie Perlen
7)In Baum und Krume regt sich's allenthalben. Radio meldet schon Störche und Schwalben	8)Schneeglöckchen ahnen nun, was sie bedeuten. Wenn Du die Augen schließt, hörst Du sie läuten.	