

DREHSCHEIBE

Erscheint
vierteljährlich
15. Januar
15. April
15. Juli
15. Oktober

Kosten für einen Pflegeheimplatz – Pflegeversicherung und dann?

Seite 4–5

Foto © Richard Heskamp

- 2 „Wussten Sie schon, dass...“;
Nachrücker in der Seniorenvertretung
- 3 Vorwort – Christof Helming; Gedicht
- 4–5 Senioren aktuell – Heimkosten und
Eigentum
- 6 Senioren aktuell – Seniorennachmittag
beim Altstadtfest; Konzert des
Lingener Männerquartetts
- 7 Senioren aktuell – 21. Internationales
Fest der Puppen in Lingen
- 8–9 Senioren aktuell – Plattdeutsch:
Renaissance einer Sprache
- 9 Senioren aktuell – Moin Lingen
- 10 Senioren aktuell – Tan’t Marie
- 11–14 Veranstaltungen in Lingen
- 15 Unterhaltung – Rätsel; IN FORM Essen
- 16–17 Senioren aktuell – Geliebte Erinnerungen
- 18 Senioren aktuell – Essen muss man
auch im Alter
- 18–19 Senioren aktuell – Seniorenkonferenz
Hannover
- 19 Senioren aktuell – Große Unzufriedenheit
bei Landwirten
- 20 Senioren aktiv – Edeltraud Musekamp
- 21 Senioren aktiv – Bridge Club Lingen
- 22 Senioren aktiv – Betreuungsgruppe der
Johanniter im Bevölkerungsschutz;
Senioren Gymnastikrunde beim
Deutschen Roten Kreuz
- 23 Kolumne „OPA Lingen“

In den nächsten Ausgaben werden weitere redaktionelle Beiträge der Lingener Seniorenverbände vorgestellt. Die nächste Ausgabe erscheint im Oktober 2024.

Wir freuen uns auf Ihre Mitarbeit!

IMPRESSUM

Herausgeber/V.I.S.D.P.	Seniorenvertretung der Stadt Lingen (Ems) Mechthild Goldschmitt mechthild.goldschmitt@online.de
Redaktionsleitung	Johannes Ripperda redaktion.drehscheibe@web.de
Konzept/Gestaltung/Satz	© MEDIENWERKSTATT GmbH & Co. KG Neue Straße 2, 49808 Lingen (Ems)
Geschäftsführung Kommunikation	Thorben Koop T. +49 (0) 591 61075-30 info@medienwerkstatt-lingen.de
Erscheinungsgebiet	Lingen
Erscheinungsweise	vierteljährlich: Januar, April, Juli, Oktober
Erscheinungsdatum	Juli 2024 – 40. Ausgabe
Vertrieb	Kostenlos an verschiedene Auslagestellen
Quellennachweis	Foto Titelseite © Richard Heskamp

Eine Haftung für die Richtigkeit der Bekanntmachung besteht nicht. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers dar. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck von Anzeigen und Wortbeiträgen ist nicht gestattet und benötigt der ausdrücklichen Genehmigung durch den Herausgeber. Zuwiderhandlungen werden als Verstoß gegen das Urheberrecht und das Wettbewerbsgesetz verfolgt. Alle Preise verstehen sich plus gesetzlicher Mehrwertsteuer. Geringe Farbabweichungen berechtigen nicht zu Preisänderungen oder Ersatzansprüchen.

*Wussten
Sie schon,
dass...*

... vor 50 Jahren, 1974, die Lookenstraße zur ersten Fußgängerzone im Emsland ausgebaut wurde?

Die Gaststätte Korte an der Kivelingsstraße wurde 1974 abgebrochen und dort entstand ein Aldi-Markt mit eigenem Parkhaus.

... vor 40 Jahren, 1984, das Parkhaus an der Neuen Straße fertiggestellt wurde?

Quelle: Dr. Andreas Eiyneck, Emslandmuseum Lingen

Hintergrundbild © pixabay.com

Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems) NACHRÜCKER

Die Vorsitzende Mechthild Goldschmitt sowie der Stellvertretende Vorsitzende Heinz-Peter Gebhardt begrüßten die Nachrücker Alfons Führs (für Werner Schnieders, der sein Amt aus persönlichen Gründen niederlegte) sowie Werner Otte (für die verstorbene Gudrun Ahrens) im Kreise der Seniorenvertretung Lingen.

Mechthild Goldschmitt bedankte sich bei Werner Otte und Alfons Führs für die Bereitschaft, ehrenamtlich diese Aufgabe zu übernehmen. Sie wünschte sich eine gute und erfolgreiche Zusammenarbeit für die anstehenden Aufgaben bis zum Ende der Legislaturperiode.

Text und Foto: SVL, Lingen



Mechthild Goldschmitt, Vorsitzende (l.), und Heinz-Peter Gebhardt, Stellvertretender Vorsitzender (r.), begrüßten die nachgerückten Vertretungsmitglieder Alfons Führs (2. v. l.) und Werner Otte (2. v. r.).

Liebe Leserinnen und Leser,

wir fühlen uns mit unserer Stadt Lingen (Ems) verbunden.

Egal, ob Sie hier geboren wurden und auch die Kindheit und Jugend in Lingen verbracht haben, ob Sie der Liebe wegen oder aufgrund einer Arbeitsstelle zugezogen sind oder ob Sie in Lingen Zuflucht gefunden haben. Lingen als Stadt ist für die meisten eine Heimat (geworden), in der insbesondere soziale Netzwerke wie in Nachbarschaften und Vereine das Leben lebenswert machen. Und dennoch, oder gerade auch deswegen, lassen sich Gedanken nicht wegwischen, die sich mit der Frage beschäftigen, wie denn ein Leben in unserer Stadt Lingen (Ems) bei zunehmender Pflegebedürftigkeit weiterhin möglich sein wird.

Wie lange kann die Pflege durch Angehörige oder auch durch professionelle Pflegekräfte in den eigenen vier Wänden sichergestellt werden? Und auch die Frage nach dem, was danach kommt, wird bei der oder dem einen oder anderen schon im Kopf herumkreisen. Vielleicht wird oder wurde diese Frage auch schon im Familien- oder Bekanntenkreis offen diskutiert. Die Möglichkeiten sind vielfältig. Der Ein-

zug in eine seniorengerechte Wohnung, das Einmieten in eine Seniorenwohngemeinschaft oder die Aufnahme in eine vollstationäre Pflegeeinrichtung. Dazu braucht es ausreichend Platz und finanzielle Möglichkeiten. Der Fachdienst Soziales der Verwaltung der Stadt Lingen (Ems) steht Ihnen bei diesen Fragestellungen ebenso beratend zur Seite wie die Beraterinnen und Berater des Pflegestützpunktes des Landkreises Emsland, die regelmäßig Sprechstunden im Rathaus der Stadt Lingen (Ems) anbieten. Je früher Sie beginnen, sich diesen Fragen zu widmen, je größer wird – wenn es soweit ist – Ihr Gestaltungsspielraum sein, sich für eine Wohnform im Alter zu entscheiden, die den eigenen Bedürfnissen gerecht wird.

Insofern gehen Sie es an – wir unterstützen Sie gerne.



Christof Helming
Fachbereichsleiter Jugend, Arbeit und Soziales
Stadt Lingen (Ems)

Sommerzeit

Endlich ist es nun so weit.

Es beginnt die schöne Sommerzeit.

Schon früh am Morgen geht die Sonne auf.

Ein warmer Tag nimmt seinen Lauf.

*Sommerzeit, das heißt viel Schwitzen,
und abends lange draußen sitzen.*

Jetzt werden Urlaubspläne wahr.

Man freut sich drauf das ganze Jahr.

*Schön ist auch ein Tag am Strand,
doch Vorsicht, es droht Sonnenbrand.*

*Wer dieses will vermeiden,
der sollte sich mit Sonnencreme einreiben!*

*Ich wünsche allen ganz viel Spaß und Freud,
in dieser schönen Sommerzeit.*

H.-G. Roters, Juni 2017

Kosten für einen Pflegeheimplatz – Pflegeversicherung und dann? HEIMKOSTEN UND EIGENTUM

Was passiert mit dem Eigenheim, wenn ein Partner im Heim ist und die Einkünfte nicht ausreichen?

Immer wieder hört man von Lebensgeschichten rund um die Finanzierung eines Pflegeheimplatzes, wenn die häusliche Versorgung des Ehepartners nicht mehr in den eigenen vier Wänden möglich ist. Allen dürfte mittlerweile bekannt sein, dass die Gelder der Pflegeversicherung eine Art „Teilkaskoversicherung“ darstellt. Je nach Pflegegrad bewegen sich die Zuzahlungsbeträge für einen vollstationären Pflegeheimplatz so um die 2.000 €.

Da ist das Ersparte schnell verbraucht. Das Eigenheim wird noch bewohnt. Wie geht es dann weiter!

Um insbesondere rechtlich auf der sicheren Seite zu stehen, ist der nachstehende Bericht, der von dem BIVA-Pflegeschatzbund (www.biva.de) veröffentlicht wurde, ein verständliches Hilfsmittel, sich der doch recht komplizierten Frage zur Verwendung von Vermögenswerten, die die Pflegeheimkosten absichern, zu nähern.

„.... Das Rentenniveau vieler Paare reicht nicht aus, wenn ein Partner stationär in einer Einrichtung versorgt werden muss. Was zuvor im eigenen Haus noch gerade so gereicht hat, kann eine Heimversorgung oft nicht finanzieren. Zunächst einmal kommt, wenn ein Partner die Heimkosten aus eigenen Alterseinkünften nicht tragen kann, das Unterhaltsrecht zum Tragen. In einer ehelichen Gemeinschaft ist man sich grundsätzlich bis zu einer (niedrigen) Selbstbehaltsgrenze zum gegenseitigen Unterhalt verpflichtet. Vorhandenes Vermögen ist ebenfalls einzusetzen, im schlimmsten Fall bis zur Schonvermögensgrenze von jeweils 10.000,- € bzw. 20.000,- Euro (ab 01.01.2023) bei Ehe-/Lebenspartnern, bevor Hilfe zur Pflege bzw. andere Unterstützungsleistungen beantragt werden können. Leben beide Ehepartner im Heim, haben Sie ihre vollen Einkünfte und das Vermögen bis zum Schonbetrag einzubringen. Ungedeckte Heimkosten stellen dann den Bedarf gegenüber dem Sozialhilfeträger dar. Lebt nur ein Partner im Heim, ist alles einzusetzen, bis auf den Betrag, den der zu Hause Verbleibende benötigt, um ein „angemessenes“ Leben zu bestreiten. Einsparungen durch den Heimaufenthalt sind zu berücksichtigen. Die Frage ist, was „angemessen“ bedeutet: Grundsätzlich darf ein Ehegatte von seinem Einkommen nach Unter-

Kosten für Pflege im Heim steigen deutlich

Durchschnittliche finanzielle Belastung von Versicherten in Pflegeheimen nach Dauer ihres Aufenthalts (in €)



Quelle: VDEK



statista

haltsrecht regelmäßig die Hälfte des gemeinsamen Nettoeinkommens behalten. Viele Sozialhilfeträger gehen dennoch in ihrer Forderung bis auf Hartz IV-Niveau herunter und begründen dies mit § 19 SGB XII. Das Bundessozialgericht hat aber erkannt, dass dies ein Anreiz für eine Trennung sein könnte, wenn ein Partner ins Heim muss, was wiederum gegen Art 6 des GG (Schutz von Ehe und Familie) verstößt. Außerdem enthalte der § 19 SGB XII nur die gesetzliche Vermutung, dass die Ehegatten bereit sind, ihr Einkommen und Vermögen bis an die Grenze der eigenen Sozialhilfebedürftigkeit füreinander einzusetzen. Eine Rechtspflicht des Ehegatten, Einkommen und Vermögen über die familienrechtlichen Pflichten nach dem Bürgerlichen Gesetzbuch hinaus für die Einstandsgemeinschaft einzusetzen, gibt es aber nicht. Der Ehegatte bzw. die Ehegattin des Pflegebedürftigen hat nur Unterhalt in der Höhe zu leisten, wie es dem Trennungsunterhalt entspricht. Auch sozialhilferechtlich kann nicht mehr vom Ehegatten des Pflegebedürftigen gefordert werden. **Was aber geschieht mit dem Eigenheim, das man sich über die Jahre mühsam erarbeitet hat und das als Alterswohnsitz dienen soll?** Das bewohnte Eigenheim ist geschützt, wenn der pflegebedürftige Heimbewohner (Mit-)Eigentümer ist, ein Angehöriger in dem Haus lebt, dieser Angehörige auch künftig darin verbleiben will und die Größe von Haus und Grundstück „angemessen“ ist. Die Formulierung „angemessen“ bedeutet, dass es auf den Einzelfall ankommt. 90 Abs. 2 Nr. 8 S. 1 SGB XII schützt das Hausgrundstück jedenfalls solange als Schonvermögen, wie

der Hilfesuchende das Hausgrundstück selbst bewohnt. Der Wohnraum wird darüber hinaus auch dann noch zum Schonvermögen gerechnet, wenn der Hilfesuchende die Wohnung z. B. bei Umzug in ein Alten- oder Pflegeheim endgültig verlässt. Dies soll jedenfalls gelten, wenn festgestellt werden kann, dass die Wohnung nach dem Tod des Hilfebedürftigen von den Angehörigen übernommen werden soll, die auch jetzt schon in der Wohnung wohnen, also insbesondere den verbliebenen Ehepartner:innen. § 90 Abs. 2 Ziff. 8 SGB XII will ein Hausgrundstück vor einer Verwertung insoweit schützen, als es dem Leistungsberechtigten, einer anderen Person der Einsatzgemeinschaft (§ 19 Abs. 1 bis 3 SGB XII) oder den mit ihnen dort zusammen lebenden Angehörigen, die auch nach dem Tod des Leistungsberechtigten oder der anderen Person der Einsatzgemeinschaft dort wohnen sollen, als Wohnstatt dient.

Hinsichtlich der Angemessenheit als zusätzliche Voraussetzung muss das Hausgrundstück bzw. die Wohnung genau angeschaut werden.

Beispiele für Angemessenheit Grundstücksgrößen:

- Reihenmittelhäuser bis zu 250 qm
- Reihenendhäuser/Doppelhaushälften bis zu 350 qm
- Freistehendes Haus bis zu 500 qm (Stadt) bzw. 800 qm (Land)

Wohnflächen:

- Einfamilienhaus bis 130 qm
 - Eigentumswohnung bis 120 qm
- Der übliche Ausstattungsstandard sollte nicht überschritten sein. Ein örtlicher Bezug und die



Bild © Freepik.com

Verkehrswerte vergleichbarer Grundstücke sind für eine gleichwertige Betrachtung sinnvoll. Ist das Hausgrundstück als Schonvermögen zu groß, wird nur der unangemessene Teil bei der Bewertung berücksichtigt. Man muss entsprechend zunächst prüfen, ob das Hausgrundstück teilbar bzw. ein Teil verwertbar ist, wenn man es nicht aufgeben möchte. Eine weitere Möglichkeit ist die darlehensweise Erbringung von Leistungen seitens des Sozialhilfeträgers. In diesem Fall wird regelmäßig eine entsprechende Grundschuld zur Sicherung eingetragen, die das Hausgrundstück entsprechend belastet. Um die Verwertung des Hausgrundstückes zu umgehen, sollte man sich frühzeitig beraten lassen...“

Wir seitens der Redaktion der „Lingener Drehscheibe“ hoffen, Ihnen mit diesem Leitartikel einige hilfreiche Informationen gegeben zu haben.

Text: Erwin Heinen; Foto Freepik

- Anzeige -



**Ihr kompetenter Partner
für die Wasserversorgung
und die Abwasserentsorgung**

**Am Darmer Wasserwerk 1
49809 Lingen (Ems)**

**Telefon: 05 91 / 61 04 - 0
Telefax: 05 91 / 61 04 - 19**

**E-Mail: info@wvll.de
web: www.wvll.de**

Seniorenachmittag beim 42. Altstadtfest Lingen 2024 auf dem Universitätsplatz SENIOREN FEIERN ALTSTADTFEST

Der Seniorenachmittag beim Altstadtfest in Lingen am Samstag, 21.09.2024 verspricht ein buntes und unterhaltsames Programm für alle Besucher.

Von 15:00 bis 17:00 Uhr können sich die Gäste auf Auftritte des Mundharmonika Orchesters „Harmonikas“, der Kinder der Plattdeutsch AG der Grundschule Darne/Heimatverein Darne, sowie auf ein Mit-Mach-Programm der Gemeinschaftspraxis Fastabend & Bartschat-Jansen mit dem Thema „Sport ab 60 – was ist wirklich gesund“ freuen. In dem Mitmachvortrag werden viele wertvolle Tipps und alltagstaugliche Übungen an die Hand gegeben, wie man mit einfachen Tricks die passende Bewegung ins Leben bringen kann, verspricht Sabine Fastabend. „Dazu packen wir eine große Portion Spaß, denn auch Lachen hält gesund.“ Auch die Tanzmariechen des Karnevalvereins Lingen werden ihr Können präsentieren. Karten für den Seniorenachmittag sind im Vorverkauf für 6,50 € erhältlich, an der Tageskasse kosten sie 8,00 €.

Die Senioren werden gebeten, die Karten möglichst im Vorverkauf zu erwerben, da dann der Kuchen- und Platzbedarf für den Karnevalsverein besser planbar ist.

Jede Eintrittskarte ist gleichzeitig

ein Los und nimmt an einer Verlosung teil. Im Eintrittspreis ist ein Kaffeegedeck enthalten – mit Kaffee und Kuchen so viel man möchte.

Wir laden alle Senioren herzlich ein, an diesem abwechslungsreichen Nachmittag teilzunehmen und gemeinsam zu feiern.

Text und Foto: Lingen Wirtschaft + Tourismus GmbH

Seniorenachmittag auf dem Lingener Altstadtfest 21. September 2024



Vorverkauf: 6,50 €
Tageskasse: 8,00 €

Mundharmonika Orchester „Harmonikas“ / Tombola / Mit-Mach-Programm / Kaffee & Kuchen / Auftritte der Plattdeutsch AG der Grundschule Darne & Heimatverein Darne / Tanzmariechen des KVL



Lingener Männerquartett: Konzert Samstag, 28. Sept. 2024, 19:00 Uhr, Theater an der Wilhelmshöhe ZEITLOS

Das Motto des Konzertabends des Lingener Männerquartetts lautet „Zeitlos“ und verspricht eine Mischung aus flott arrangierten Songs und Ohrwürmern und lässt einige musikalische Überraschungen erwarten.

Dabei wird das LMQ unter der Leitung von Eline Harbers erneut seine thematische und gesangliche Vielseitigkeit unterstreichen. Die Sänger haben sich für dieses Konzert das Instrumental-

ensemble „Simply Strings“ aus Enschede an die Seite geholt, mit dem sie bereits in 2022 erfolgreich gemeinsam musiziert haben. Auch die singende Dirigentin des LMQ wird mit ihrer vollen Altstimme gemeinsam mit den Sängern begeistern. Der vierstimmige Männerchor und das niederländische Instrumentalensemble laden Freunde des anspruchsvollen Chorgesangs zu einem Musikerlebnis der besonderen Art herzlich ein.

Karten gibt es im Vorverkauf für 15 € bei Tourist Info Lingen sowie für 17 € an der Abendkasse.

Text und Foto: Lingener Männerquartett



In Lingen und im Emsland zum 21. Mal: INTERNATIONALES FEST DER PUPPEN



Vom 13.–19. September 2024 lädt das TPZ Lingen zum 21. Mal zum „Internationalen Fest der Puppen“ in Lingen und in der Region. Mit diesem Festival möchte das künstlerische Leitungsteam dem Publikum die

faszinierende Bandbreite und Interdisziplinarität der Welt des Theater der Dinge präsentieren.

Das diesjährige Festival-Motto „wesenhaft verwoben“ lenkt den Blick auf das Wesen der Dinge im Großen wie im Kleinen. Zu erwarten sind Produktionen, die das Publikum mit Puppe, Objekt, Material und Mensch in eine Welt voller Verflechtungen und Beziehungen zwischen menschlichen und andersartigen Wesen und Dingen entführen.

Das vielseitige Programm bietet etwas für jedes Alter und bewegt sich zwischen neuen und experimentellen sowie traditionellen Spielweisen.

So wird es nachmittags Kinder- und Familienstücke geben, an Vormittagen Aufführungen für Schulklassen und Kindergärten, an den Abenden Erwachsenenstücke. Im Rahmen eines Fachforums für Studierende und Interessierte in Kooperation mit dem Studiengang Theaterpädagogik der Hochschule Osnabrück werden die Aufführungen reflektiert und diskutiert. Ein umfangreiches Rahmenprogramm und Aktionen im öffentlichen Raum begleiten das Festivalgeschehen. So wird es dieses Jahr erstmalig ein Kooperationsprojekt mit Schüler*innen des Franziskus Gymnasiums und Studierenden der Hochschule Ernst Busch, Abteilung zeitgenössisches Puppenspiel, geben, sowie einen mehrtägigen Objekttheater-Workshop, der sich gezielt an Senior*innen richtet.

Objekt-Theater-Workshop für Seniorinnen und Senioren

11. bis 14. September 2024 im Rahmen des 21. Internationalen Fest der Puppen in Lingen und im Emsland

Biografisches Erzähltheater mit der poetischen Sprache des Objekttheaters

In diesem Workshop mit Puppenspielerin Sophie Bartels können Sie die vielfältigen Möglichkeiten und die Poesie des Objekttheaters entdecken und ausprobieren. Alltägliche und außergewöhnliche, anonyme und ganz persönliche Gegenstände werden zu Spielpartnern und laden sich mit neuen und alten Geschichten auf. So enthüllen sie nicht nur sehr persönliche und intime, sondern auch universelle Welten und bieten mitunter ungewohnte Perspektiven auf unsere eigenen Erzählungen und Wahrheiten.

Sie werden das Universum des Objekttheaters mit Übungen zum Verständnis des Objekts (sein Material, seine Form, seine Funktion, seine Symbolik), Improvisationen und Spielen kennenlernen... Sie werden Ihre Gegenstände nie mehr auf die gleiche Weise betrachten! Und diese auch Sie nicht... Die Ergebnisse Ihrer szenischen Entdeckungsreise präsentieren wir in Form einer kleinen Werkschau im Rahmen des 21. Internationalen Fest der Puppen.

Mit Puppenspielerin Sophie Bartels (s. Foto) Der Workshop richtet sich an Senior*innen mit und ohne Erfahrung im Theaterspiel 6–8 Teilnehmer*innen, die Teilnahme ist kostenfrei. Bei Interesse melden Sie sich gerne bei julia.windisch@tpzlingen.de, 0591 9166323



Umfang/Zeiten:

11.09.2024, 16:00-19:00 Kennenlernen
12.09.2024, 10:00-13:00, 15:00-18:00 Proben
13.09.2024, 10:00-13:00, 15:00-18:00 Proben
14.09.2024, 10:00-12:00 Proben
und ca. 14:00-15:00 Werkschau

Die genaue Probenräume und Bühne für die Werkschau (beides in der Lingener Innenstadt) werden noch bekannt gegeben.

Text: Julia Windisch, TPZ Lingen; Foto TPZ Lingen

Renaissance einer Sprache, die von vielen Laien-
theatergruppen unterstützt wird
PLATTDEUTSCH

In den örtlichen Zeitungen stehen fast wöchentlich Presseberichte zu den vielen kleinen Laien-theatergruppen insbesondere im Emsland und in der Grafschaft Bentheim. Inszenierungen angefangen vom Ohnesorg-Theater bis hin zu Musicals – alles ist dabei. Aber was macht sie so einzigartig? Genau, die plattdeutsche Sprache!

Aber zunächst einmal etwas Grundsätzliches zur plattdeutschen Sprache. Gefunden in Wikipedia!

„Die niederdeutsche Sprache ist eine Westgermanische Sprache, die vor allem in Norddeutschland und im Osten der Niederlande gesprochen wird. Im nördlichen Westdeutschland und in den Niederlanden wird auch die Bezeichnung Niedersächsisch bzw. Niedersächsisch verwendet, in Ostdeutschland nicht.“

Übrigens ist die plattdeutsche Sprache 1990 in die Carta der Minderheitensprachen von der Generaldirektion für Demokratie des Europarates der EU in Straßburg aufgenommen worden.

Plattdeutsch ist also eine Sprache. Für viele Norddeutsche erstmal nichts Neues! Im Internet finden sich viele Fundstellen. Insbesondere die Homepage „www.reiseland-niedersachsen.de“ aber auch die Seiten des Landes Niedersachsen geben viel Informatives zu dieser eher norddeutschen Sprache.

Die Ostfriesische Landschaft hat 2023 eine große Umfrage zu Plattdeutsch durchgeführt. Zu finden unter: <https://platt.ostfriesischelandschaft.de/neues/umfrage-2023-ausgewertet>

Wussten Sie, dass über 40 % der Norddeutschen plattdeutsch sprechen und noch mehr verstehen? Sicherlich ist hier der ländliche Raum sprachlich stärker vertreten als die Städte. Jedoch zeigen diese Zahlen, dass „Plattdeutsch“ nicht vergessen ist. Die Umfrage wurde quer durch alle Altersgruppen durchgeführt und über 95 % der Befragten waren der Auffassung, dass plattdeutsch als Sprache erhalten bleiben soll und gefördert wird.

Die Emsländische Landschaft (www.emslaendische-landschaft.de/) ist einer der großen Multiplikatoren der plattdeutschen Sprache im Emsland und der Grafschaft Bentheim. Und in der „Plattdütske Schaule“ in Rhede sind sogar in der 5 + 6 Klasse Vorlesestunden im Schulalltag integriert. Dieses Beispiel steht aber vermutlich nicht alleine im Emsland und der Grafschaft. Und auch in Darme sorgt Hanni Heskamp für ein Weiterleben der plattdeutschen Sprache. In der



Grundschule in Darme wird den Kindern die plattdeutsche Sprache in einer PlattAG vermittelt.

Nun wieder zurück zu den plattdeutschen Laienschauspielern in den Theatergruppen. Ich selbst bin Mitglied der Theatergruppe des Heimatvereins Darme unter der Regie von Hanni Heskamp. Die Theatergruppe wurde 1985 gegründet. Anfänglich als Schauspielgruppe und dann mit Gründung des Heimatvereins Darme dort integriert. Seit 2011 findet alle zwei Jahre ein Freilufttheater mit jeweils vier Aufführungen statt. Auch in diesem Jahr gibt es wieder ein Stück Ende August mit dem Titel „Kaviar trifft Currywurst“ als Freilufttheater vor der wunderschönen Kulisse des Darme Heimathauses. Und natürlich wird wieder „plattdeutsch“ gespielt. Aber auch hochdeutsch, weil und hier findet sich die eingangs genannte Umfrage wieder: Es sprechen eben nicht alle Beteiligten plattdeutsch.

Und zum Ende soll auch etwas Reklame für die vielen Schauspielgruppen im Emsland und in der Grafschaft Bentheim gemacht werden. Wie auch im Vereinsleben ist auch hier der Nachwuchs ein großes Problem. Immer wieder wird der Zeitaufwand als negatives Kriterium für ein aktives Mitspielen angeführt. Bei näherem Hinsehen stellt sich dieser Zeitrahmen allerdings als überschaubar dar. Ist Ihr Interesse geweckt? Hätten Sie Lust auf der „großen Bühne“ mitzuspie-



Auch die jüngere Generation spielt engagiert beim plattdeutschen Laientheater mit.

len? Alle Schauspielgruppen haben zentrale Ansprechpartner, die auch im Netzwerk der TheaterAG der „Emsländischen Landschaft“ zu finden sind. Eine Kontaktaufnahme bringt Klarheit und führt letztlich vielleicht zu einem neuen wunderbaren Hobby und vielen interessanten neuen Bekanntschaften.

Und nun noch zum Schmunzeln: Een Emsländer stoat in 'n Fahrstuhl un will naoh boaben. Dor kümmp noch 'n Bayer debi un sägg „Grüß Gott!“ „Dütt mi leed“, segg de Emsländer, „oawer so wiet noah boaben wull ik nu ok wedder nich!“ Verstanden?

Und nun zum Schluss noch einmal in eigener Sache! Die Theatergruppe des Heimatvereins Darne spielt in diesem Jahr auch wieder als Freilichttheater vor

dem Heimathaus in Darne das Stück „Kaviar trifft Currywurst“ als plattdeutsche Komödie in drei Akten. Die Veranstaltungen finden statt am
 Freitag, den 30.08.2024 um 20.30 Uhr (Premiere)
 Samstag, den 31.08.2024 um 20.30 Uhr
 Sonntag, den 01.09.2024 um 15.00 Uhr (Nachmittagsaufführung)
 Sonntag, den 01.09.2024 um 20.30 Uhr
 Der Vorverkauf beginnt am 15.07.2024. Karten sind in der Sparkasse Emsland – Zweigstelle Darne und in der Volksbank Lingen – Zweigstelle Darne, beide an der Rheiner Straße, zum Preis von 10,00 € je Karte erhältlich.

Text: Erwin Heinen, Fotos:

Entdecken, Erleben und Erinnern

MOIN LINGEN

Was hat es mit den roten Stelen und Bänken in der Innenstadt auf sich, fragen Sie sich? Unter dem Motto „Moin Lingen“ können sich die Besucher beim Gang durch die Innenstadt auf den Bänken ausruhen, die Stadtgeschichte erleben und die wichtigsten Ecken der Stadt erkunden.

Es handelt sich um das Gestaltungskonzept der Idee „Lingen City Experience“, entwickelt von dem Designer Thomas Schaper aus Rotterdam. Ziel dieses Projektes ist es, den Einzelhandel und die Gastronomie zu stärken und die Verweildauer der Besucher in den Fußgängerzonen zu verlängern. Zahlreiche Sitzmöglichkeiten in der Großen Straße, in der Marienstraße und der Burgstraße werden geboten. Gerade ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger nutzen die neuen Sitzbänke mit Sitzlehnen, die ein leichteres Aufstehen ermöglichen, vor der Tourist-Info und der Laube in der Burgstraße. Dort können zudem die Nutzerinnen und Nutzer sogar ihre Handys aufladen. An zwei weiteren Standorten in der Fußgängerzone, vor der Tourist-Info sowie am Kivelingsspielplatz, freuen sich insbesondere Familien über die neuen Trinkwasserspender.



Bequeme Sitzgelegenheit in der Burgstraße

Diese sind barrierefrei nutzbar und bieten zudem die Möglichkeit, Trinkflaschen aufzufüllen.

Daneben gibt es zahlreiche Infotafeln, die etwas über die Geschichte und Entwicklung der einzelnen Straßen aufzeigen, um somit die Stadtgeschichte erlebbar zu machen und dank eines Rundgangs die wichtigen Ecken der Stadt zu erkunden.

Die roten Infostelen und die Sitzbänke stellen eine Attraktivitätssteigerung und Bereicherung unserer Lingener Fußgängerzone dar. Es ist ein absolutes Vorzeigeprojekt unserer Stadt. Gerade jetzt im Sommer können wir uns gemütlich auf den Bänken niederlassen und das lustige Treiben der Mitbürger und Gäste in der Fußgängerzone erleben.



Wegweiser in der Marienstraße



Für den Durst zwischendurch

Text: Marianne Schlütke-Bühns Bilder: Marianne Schlütke-Bühns

TAN'T MARIE

Wenn Kreimers Patt mit'n Kuffer köömp ...

Ik weet'd noch jüst as vandage:

Use Kinner wassen buten an't spällen. Ik satt inne Köcke und gönde mi dat Twee-Uhrs-Köppken Koffie mit'n Zuckerbeschüt. Sovull Tiedt mott sien, dachte ik, bevör ik n'n Gorn dat Söötkeswerk inne Grund leggen woll. Dorbi wassen mi doch förn Ogenblick wall de Ogen tofallen.

Van'n lutet Gedoo schreckte ik up, un Maria, Hermine, Lisbett, Theo und Berndken röpen: „Mama, Kreimers Patt is jüst mit sien Motorrad up'n Hoff föhrt.“ Kreimers Patt wass en Hausierer, Händler, Tüchkerl, de in de 50/60er Johre öwer Land föhrde, üm siene Ware an den Mann oder Frau to brengen. „Mama, häss du't hört? De Tüchkerl is dor!“ Un er es ik to Verstand köömp, stönn he all inne Köcke. „Dach, junge Frau, dor bin ik mool wer: Wu gaeht'd dann so? Mi dücht, ih werd alle Dage jünger! Un ju Kinner – eene moiher as de annere!“ Jo, moi prötken, dat kann he, de Fraulö mit schmöhe Wörde Honig üm't Muul schmern.

„Hmmm, et ruck hier ja so lecker, son Köppken Koffie kann nu nich schaden“, maende he. „Dött mi leed“, sech ik, „ik hebb de lesten Koffiebohnen dor de Koffiemölle jach. Düttmool moss die den Koffie man woanders uphalen. Mak dienen Kuffer loss, ik bin nejischierig.“

Kreimers Patt lechten sie'n Kuffer up'n Disch, mök den Deckel loss – und dor lach dat heele Sortiment fein akorot vör us. De Kinner stönn'n mit groote Ogen üm den Kuffer to, as wennt n Wundertüte was, un lurden heelmools gespannt, wat he dor alles u den Kuffer tröck. „Jo“, sech ik, „dann wies us es, wat du mitbrach hess!“

Und dann göng es loss:

„Witt Linn, schwatt Linn, wor de Buur de Buxe mit bind

Ösen un Haken für Fraulü Saken

Nodeln un Knoop, holt alles tohoop!

Gummi, kanns
trecken, bis
Münster wall
recken
Seepe för de
Buur, sien Bort is
so stur.
Ruuk, ruuk för
de Wichter, dann

freijt sück dat lichter.

Kiek an, sech de Olske,

nejj Leer för de Holske.

Un Pülverkes för Ferkel

un Blagen,

hebbt se sick verfretten

off Wörmer in'n Magen.

Und jetzt das Feinste vom Allerfeinen,

danach tun junge Mädchen weinen.

10 Meter Spitze für Laken und Decken.

So Moder, nu do man dat Geld ut'n Bühl trecken!“

„Weest du“, sech ik, „öwermorgen kummp de Hu-

usneister. De Utstür för use Hermine mott ferrig.

Bi de Burenwichter mött'd de Tüchkisten vull

sein, wenn se hieroten willt!“ Kreimers Patt söch'n

grootet Geschäft up sück tokummen un he tröck

alle Register!!

Hier watt maen ih dorvan: „Ne heele Rulle feinstet

Linnen, un düssen Durchsatz, dat is wat för Koh-

schulden Döchter. Un hier: Geklöppelte Brüsseler

Festonspitze. De kann ik bi lüttke Lü nich verko-

open. Dat mött ih mi affnemmen.“ In Tüskentiedt

har he use Berndken bi'n Wickel. „Ik hebb hier ne

moiher Buxe, dat wass wat för di. Treck es an!“ „Nee,

will ik nich!“ Et bleew em nix öwer. „Ne, ik will de

Buxe nich, de kratzt!“ „Du hess de jüss enen in

gohn looten, nu moss du se nemmen“, sech Krei-

mers Patt.

Oma lurde achteer de Döre her. „Kiek Oma, hier:

Ne wullene Unnerbuxe för de kohlen Winderdage

oder ne feine bunte Schötte. Dat is doch wat för

ju.“ „Nee, bruk ik nich, du bis mi to dür“ – un wech

was se.

He redete sück üm Kopp un Kragen. He mök noch'n

lesten Versöök. „Aber hier, junge Frau, is dat nich

wat feienes, dorut en Klead för de Hochtiedt, dann

bin ih aber ne moiher Bruutmoder, dat makt ju 10

Johr jünger.“ Moder koffte rund üm sück to.

Kreimers Patt was bestens tofree! Et har sück

lohnt! He pöck den Kuffer und brummde mit sien

Motorrad, ne NSU LUX, no den nöchsten Buur.

„Hermine, du löpps forts no de Neister und sech

er, dat se morgen all kummen sall. Gerd, du helps

Papa bit'd Runkel hacken. Oma un ik goht no

Nobers Threse, mool kieken, off Kreimers Patt dor ok

noch Geschäfte maken kann.“



VERANSTALTUNGEN IN LINGEN

JULI 2024

- 18.07. **Fahrt ins Blaue** | GELingen e.V.
Anmeldung erforderlich
- 20.07. **Frühstücksbuffet** 09:00 Uhr | GELingen e.V.
Anmeldung erforderlich
- Spielenacht – Grillabend**, anschl. kann gespielt werden, Kartenspiele, Gesellschaftsspiele, Brettspiele, Würfelspiele, Quizspiele und was das Spielerherz begehrt. Jeder wählt sein eigenes Spiel und die Spielpartner*innen, Anmeldung erforderlich 17:00 Uhr | GELingen e.V.
- 23.07. **Preis-Doppelkopfturnier** 18:00 Uhr
Kolpinghaus Lingen, Infos Tel. 0591 9778615
- 25.07. **Spielenachmittag** 15:00 Uhr | NTH
Doppelkopf, Mühle, Skipbo oder das persönliche Lieblingsspiel, Anmeldung erforderlich
- 27.07. **Repair Café im Gauerbach** 14:00 Uhr
Reparaturen von Haushaltsgeräten, Textilien und mehr im Bürgerzentrum Gauerbach, Jägerplatz 9
- 29.07. **Übungsabend** 18:00 Uhr | Skatclub „Herz Bube“

AUGUST 2024

- 07.08. **SVL stellt sich vor** 08:00 Uhr
Informationsstände auf dem Marktplatz
- 08.08. **Schreibwerkstatt** 10:30 Uhr | GELingen e.V.
Frau Riedel lädt ein zum spaßigen Spiel mit Worten, ein Training für Gedächtnis u. Gehirn
- Seniorenkino** 13:30 Uhr | GELingen e.V.
- 11.08. **Frühstücksbuffet** 09:00 Uhr | GELingen e.V.
Anmeldung erforderlich
- 11.08. **Kaffee, Kuchen und gute Gespräche**, Seniorencafé Ü-60 auf dem Woltershof, Anmeldung erforderlich 15:00 Uhr | NTH
- 12.08. **Übungsabend** 18:00 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
- 13.08. **Entspannungstechniken** 17:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95210, Workshop
- 13.08. **Preis-Doppelkopfturnier** 18:00 Uhr
Kolpinghaus Lingen, Infos Tel. 0591 9778615
- 15.08. **Fahrt nach Lütetsburg/Greetsiel** | GELingen e.V.
Anmeldung erforderlich
- 15.08. **Yoga mit dem Stuhl** 18:15 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95640, Schnupperangebot, 2 Termine
- 17.08. **SVL stellt sich vor** 08:00 Uhr
Informationsstände auf dem Marktplatz

- 17.08. **Bingo für alle** 14:30 Uhr | GELingen e.V.
- 22.08. **Schreibwerkstatt** 10:30 Uhr | GELingen e.V.
Frau Riedel lädt ein zum spaßigen Spiel mit Worten, ein Training für Gedächtnis u. Gehirn
- 22.08. **Spielenachmittag** 15:00 Uhr | NTH
Doppelkopf, Mühle, Skipbo oder das persönliche Lieblingsspiel, Anmeldung erforderlich
- 22.08. **Lingen im Wandel der Zeit** 15:00 Uhr | Halle IV
Informationsveranstaltung der Seniorenvertretung Lingen, Dietmar Weyer-Geers Film- und Fotobericht über Bauarbeiten und Feste in Lingen, Anmeldung über Tel. 0591 4609 oder www.seniorenvertretung-lingen.de Veranstaltung: Lingen
- 24.08. **Entspannungstechniken** 09:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95220, Workshop
- 24.08. **Yoga stärkt die Seele** 09:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95585, Schnupper-Workshop
- 24.08. **Sommerfest für alle** 10:00 Uhr | GELingen e.V.
- 26.08. **Übungsabend** 18:00 Uhr | Skatclub „Herz Bube“
- 26.08. **Hatha-Yoga für Beginnende** 18:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95400, 21 Termine
- 27.08. **Älter werden – fit bleiben 60+** 08:45 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 96220, 14 Termine
- 27.08. **Yoga für den Beckenboden** 09:15 Uhr | VHS
für Frauen, Kurs-Nr. 95820, 12 Termine
- 10.09. **Durchstarten mit Englisch für Fortgeschrittene II (B1)**, Kurs-Nr. 72050, 15 Termine 10:00 Uhr | VHS
- 27.08. **Preis-Doppelkopfturnier** 18:00 Uhr
Kolpinghaus Lingen, Infos Tel. 0591 9778615
- 28.08. **SmoveyAqua** 08:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 96000, 9 Termine
- 29.08. **Qigong** 09:30 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95350, 12 Termine
- 29.08. **Englisch für Profis II (C1/C2)** 10:00 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 72105, 15 Termine
- 29.08. **Yoga mit dem Stuhl** 18:15 Uhr | VHS
Kurs-Nr. 95650, 10 Termine
- 31.08. **Bingo für alle** 14:30 Uhr | GELingen e.V.

SEPTEMBER 2024

- 01.09. **Obstbaumschnittkurs** 15:00 Uhr | NTH
Wie beschneide ich Obstbäume richtig? Der NABU zeigt es, Anmeldung erforderlich

Weitere Informationen finden Sie auf der nächsten Seite!

VERANSTALTUNGEN IN LINGEN

- | | | | | | |
|-------------------|--|--|---------------------|--|---|
| 05.09. | Schreibwerkstatt | 10:30 Uhr GELingen e. V. | 26.09. | Der Garten im Herbst | 19:00 Uhr VHS
Kurs-Nr. 15430 |
| 07.09. | Frühstücksbrunch | 09:00 Uhr GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich | 28.09. | Feldenkrais-Methode® | 10:00 Uhr VHS
Tagesseminar, Kurs-Nr. 95110 |
| 07.09. | Ü 60-Disco | 18:00 Uhr NTH
Kein Tanztee – wir rocken richtig zu alten und neuen Lieblingsliedern, Anmeldung erforderlich | 28.09. | Repair Café im Gauerbach | 14:00 Uhr
Reparaturen von Haushaltsgeräten, Textilien und mehr im Bürgerzentrum Gauerbach, Jägerplatz 9 |
| 08.09.–
14.09. | Mehrtagesfahrt nach Starnberg | GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich | 28.09. | Bingo für alle | 14:30 Uhr GELingen e. V. |
| 09.09. | Übungsabend | 18:00 Uhr Skatclub „Herz Bube“ | OKTOBER 2024 | | |
| 10.09. | Durchstarten mit Englisch für Fortgeschrittene I (B1) | 18:30 Uhr VHS
Kurs-Nr. 72045, 15 Termine | 01.10. | Weltseniorentag | Weitere Informationen entnehmen Sie der Presseankündigung oder unter www.seniorenvertretung-lingen.de |
| 10.09. | Smartphone Kurs für alle Geräte | 18:00 Uhr GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich | 05.10. | Frühstücksbuffet | 09:00 Uhr GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich |
| 10.09. | Preis-Doppelkopfturnier | 18:00 Uhr
Kolpinghaus Lingen, Infos Tel. 0591 9778615 | 07.10. | Übungsabend | 18:00 Uhr Skatclub „Herz Bube“ |
| 11.09. | Frauen um 60 | 14:30 Uhr VHS
Kurs-Nr. 15000, 10 Termine | 08.10. | Traditionelle Erbsensuppe zum Pöttemarkt | 11:30 Uhr GELingen e. V. |
| 12.09. | Seniorenkino | 13:30 Uhr GELingen e. V. | 08.10. | Kaffee, Kuchen und Waffeln zum Pöttemarkt | 14:30 Uhr GELingen e. V. |
| 14.09. | Bingo für alle | 14:30 Uhr GELingen e. V. | 08.10. | Preis-Doppelkopfturnier | 18:00 Uhr
Kolpinghaus Lingen, Infos Tel. 0591 9778615 |
| 16.09. | Progressive Muskelrelaxation | 18:00 Uhr VHS
Kurs-Nr. 95150, 6 Termine | 10.10. | Schreibwerkstatt | 10:30 Uhr GELingen e. V. |
| 17.09. | Smartphone Kurs für alle Geräte – Fortsetzung | 16:00 Uhr GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich | | Seniorenkino | 13:30 Uhr GELingen e. V. |
| 18.09. | Von Anfang an bis heute ... | 14:00 Uhr
Informationsveranstaltung der Seniorenvertretung Lingen, Besuch im Krone Museum Spelle, Busfahrt – Museumsbesuch – Kaffee, Kosten: 35 Euro/Person, Treffpunkt Emslandhalle, Abfahrt mit Bus um 13:15 Uhr, Höchstteilnehmerzahl 35 Personen, Anmeldung über Tel. 0591 4609 oder www.seniorenvertretung-lingen.de Veranstaltung: Lingen | 12.10. | Bingo mit Rita | 14:30 Uhr GELingen e. V. |
| 18.09. | Qualifikation DUO – Seniorenbegleiter/-in | 18:30 Uhr VHS
Kurs-Nr. 99010, 10 Termine | 12.10. | Oktoberfest | 17:00 Uhr GELingen e. V. |
| 19.09. | Schreibwerkstatt | 10:30 Uhr GELingen e. V. | 15.10. | SVL stellt sich vor | 17:00 Uhr
Information und Gespräch im Willkommensbüro für Lingen, Große Straße 19, 49808 Lingen |
| 19.09. | Das 1x1 der Geldanlage | 18:00 Uhr VHS
Kurs-Nr. 15210 | 17.10. | Fahrt nach Cloppenburg Museumsdorf | GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich |
| 23.09. | Übungsabend | 18:00 Uhr Skatclub „Herz Bube“ | 17.10. | Informations- u. Diskussionsveranstaltung | 16:00 Uhr Halle IV
der Seniorenvertretung Lingen über das Leben als Seniorin/Senior in Lingen |
| 24.09. | Preis-Doppelkopfturnier | 18:00 Uhr
Kolpinghaus Lingen, Infos Tel. 0591 9778615 | 19.10. | Frühstücksbuffet | 09:00 Uhr GELingen e. V.
Anmeldung erforderlich |
| 26.09. | Hatha-Yoga 60+ | 09:00 Uhr VHS
Kurs-Nr. 95690, 6 Termine | 21.10. | Übungsabend | 18:00 Uhr Skatclub „Herz Bube“ |
| 26.09. | Spielenachmittag | 15:00 Uhr NTH
Doppelkopf, Mühle, Skipbo oder das persönliche Lieblingsspiel, Anmeldung erforderlich | 22.10. | Preis-Doppelkopfturnier | 18:00 Uhr
Kolpinghaus Lingen, Infos Tel. 0591 9778615 |
| | | | 23.10. | Minimalismus | 19:00 Uhr VHS
Kurs-Nr. 15500 |
| | | | 24.10. | Schreibwerkstatt | 10:30 Uhr GELingen e. V. |
| | | | 26.10. | Bingo mit Rita | 14:30 Uhr GELingen e. V. |

Regelmäßige Termine

adfc | Ortsgruppe Lingen

Treffen der verkehrspolitischen Gruppe im Kolpinghaus, Burgstraße 25 – jeden 3. Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr.

März–Oktober: Jeden jeden 1. Sonntag im Monat um 14:00 Uhr – gemütliche Nachmittagsradtouren für Jedermann Es werden weitere Nachmittags- und auch Tagestouren angeboten. Siehe dazu auf www.emsland.adfc.de bzw. www.touren-termine.adfc.de

Aphasie Regional-Selbsthilfegruppe Lingen e. V.

Treffen: alle 14 Tage, freitags im Monat um 15:00 Uhr im Gemeindehaus Johanneskirche Lingen

AWO

Seniorentreff: jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat von 14:00 bis 16:00 Uhr in der Burgstraße 15, 49808 Lingen, Leitung und Ansprechpartner: Reinhold Hoffmann, Tel. 0591 28845694

Selbsthilfegruppe Demenz: jeden 4. Samstag im Monat von 14:00–16:00 Uhr in der Burgstraße 15, 49808 Lingen, Leitung und Ansprechpartner: Gertrud Berning, Tel. 0591 75313

Senioren-Sozial- und Rechtsberatung in der Burgstr. 15: Termine nach Mitteilung in der Tagespresse und nach Anmeldung unter Tel 0591 28845694

Bridge-Club-Lingen

Spieltermine: montags 17:30 Uhr (außer feiertags)

Spielort: Gemeindezentrum Lingen – Gauerbach, Jägerplatz 9. Auskünfte über Tel. 0591 48050 oder 05903 7623. Homepage: www.bridgeclub-lingen.de, E-Mail: info@bridgeclub-lingen.de. Gäste sind herzlich willkommen!

Christ König Darme

Seniorenmesse: Einmal im Monat, Do. 08:30 Uhr

Seniorenengemeinschaft: Zusammenkünfte im Pfarrheim: i. d. R. an jedem 2. Dienstag im Monat

DMfS Lingen e.V. (Damaschker Mittagstisch für Senioren und Alleinstehende)

Gemeinsames Mittagessen: Jeden Mittwoch 12:00 Uhr im „Haus der Vereine“, Goethestraße 22, 49811 Lingen-Damaschke. Anmeldung montags von 09:00–11:00 Uhr unter Tel. 0172 2809433

Haus der Vereine

Senioren Gottesdienst: jeden 2. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr mit anschl. Kaffee und Unterhaltung

DRK-Kreisverband Emsland e. V.

Freizeitgestaltung: Jeden Montag 15:00 Uhr im DRK-Heim – Gemütliches Beisammensein

Bewegungsprogramme – Training für Körper, Geist und Seele: Jeden Montag 09:00 Uhr und 09:45 Uhr – Wassergymnastik im Linus-Bad; jeden Mittwoch 09:30 Uhr – Tanzen in der Turnhalle Lengericher Str., Lingen-Laxten; jeden Dienstag 14:45 Uhr und 15:45 Uhr – Gymnastik, Bodengymnastik in der Turnhalle Bäumeistraße; jeden Mittwoch 09:00 Uhr, 10:15 Uhr sowie 11:00 Uhr – Sitzgymnastik im DRK-Heim; jeden Donnerstag 14:30 Uhr – Sitzgymnastik, St. Josef Kirchengemeinde, Lingen-Laxten

DRK-Kleiderladen „Stoffwechsel“, Clara-Eylert-Straße 6, 49809 Lingen: Jeden Montag 14:00–18:00 Uhr, jeden Mittwoch und Freitag 10:00–14:00 Uhr

Emsdullen – Doppelkopfrunde

Doppelkopf nach DDV-Turnierregeln von 16:00–22:00 Uhr, Ort: Haus der Vereine Reuschberge e. V., Scharnhorststraße 101, 49808 Lingen (Ems); Kontakt: Volker Lessing, eMail: vlessing@t-online.de, Tel.: 0591 48636

GELingen e. V.

Bürozeiten: Mi. 15:00–17:30 Uhr

Offener Treff: Mo.–Fr. 10:00–12:00 Uhr

Offener Treff mit Programm (wöchentlich): Di. 11:30–13:30 Uhr – Mittagstisch, 13:00 Uhr – Englisch für Interessierte; Mi. 14:30 Uhr – Kartenklopperclub; Do. 11:30–13:30 Uhr – Mittagstisch; Fr. 14:30 Uhr – Internetcafé, 14:30 Uhr – Kaffee und Klönen

Veranstaltungen im Monat: jed. 2.k Do. 13:30 Uhr – Seniorenkino

Heimatverein Darne

Kontakt: Heinz Gehring, Vorsitzender

Volkstanzgruppe: Christel Drees

Heimathausmusikanten: Hanni Heskamp

Integrative Medizin Emsland e. V.

Kostenlose Gesundheitsberatung an jedem Mittwoch von 15:00–17:00 Uhr (Termine nach telefonischer Vereinbarung 0157 39018857) im Mehrgenerationenhaus, Mühlentorstraße 6

Lingener Briefmarkensammler e. V.

Briefmarkentausch: Jeden 2. Sonntagvormittag im Monat 10:00–12:00 Uhr im Haus der Vereine Reuschberge e. V., Scharnhorststraße 101, 49808 Lingen (Ems); (außer März + September)

Lingener Hospiz e. V.

Trauercafé: Jeden 1. Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr in den Räumen des Hospizvereins, Mühlentorstraße 6b

Pinke Panther e. V. – Offener Seniorentreff

Öffnungszeiten: montags 11:00 bis 17:00 Uhr, dienstags bis samstags von 10:00 bis 17:00 Uhr

Mittagstisch: täglich von 12:00 bis 13:00 Uhr nur mit Anmeldung am Vortag bis 12:00 Uhr unter 0591 120 79 470

Spielenachmittag: mittwochs + samstags m. Kaffee u. Kuchen

Hockergymnastik: dienstags 10:45 bis 11:30 Uhr

Seniorentreff der Stadtverwaltung Lingen

Jeden 3. Donnerstag im Monat ab 15:30 Uhr im Waldhotel Neerschulte, Lingen-Schepsdorf

Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems)

SprechZEIT: jeden Diestag: 09:00–12:00 Uhr im Seniorentreff GELingen, Lookenstraße 10

Skatclub „Herz Bube“

Übungsabende montags um 18:00 Uhr; **Preis-Doppelkopf-Turnier** dienstags um 18:00 Uhr; im Kolpinghaus Lingen, Burgstraße 25, 49808 Lingen (Ems); Gastspieler herzlich willkommen

Weitere Informationen finden Sie auf der nächsten Seite!

VERANSTALTUNGEN IN LINGEN

St. Bonifatius Lingen

Seniorengruppe: Jeden Mittwoch von 15:00 bis 17:30 Uhr

St. Gertrudis Bramsche

Seniorengruppe: Treffen s. Programmheft oder auf Anfrage
Herz-Jesu-Freitage: jeden 1. Freitag im Monat Begegnung beim Frühstück mit geistlicher Begleitung

St. Marien Brögbern

Mittagstisch: jeden Donnerstag 12:15 Uhr im Pfarrheim St. Marien, Duisenburger Straße 12, 49811 Lingen, Anmeldung dienstags von 09:00–12:00 Uhr unter Tel. 0151 23141497

Seniorenmesse: jeden 2. Dienstag im Monat um 15:00 Uhr mit anschl. Kaffeetrinken im Pfarrheim
Spielenachmittag: jeden 3. Dienstag im Monat um 15:00 Uhr im Pfarrheim

Förderkreis Wohnpark Gauerbach e. V.

Mittagstisch für Junioren & Senioren: Jeden Dienstag 12:00 Uhr im Bürgerzentrum Gauerbach, Jägerplatz 9, 49811 Lingen. Anmeldung montags von 09:00–11:30 Uhr unter Tel. 0175 5985743

Zukunftsbüro WABE Holthausen-Biene

Mittagstisch für Senioren: Von montags bis donnerstags ab 12:00 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Biene, Am Gemeinschaftshaus 1, 49808 Lingen. Anmeldung montags von 09:00–10:00 Uhr im Büro WABE, Biener Str. 65, 49808 Lingen, Telefon 0591 9662786, oder per E-Mail mittagessenwabe@gmx.de

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen unter:

adfc | Ortsgruppe Lingen | www.adfc-emsland.de

AWO | Burgstraße 15 | Tel. 0591 28845694

Campus im Dialog | Kaiserstraße 10c | Anmeldungen in der Geschäftsstelle der Seniorenvertretung Lingen | Tel. 0591 4609 | Email: post@seniorenvertretung-lingen.de

Christ König Darne | Seniorengemeinschaft | Tel. 0591 51465

DRK-Kreisverband Emsland e. V. | Jahnstr. 2–4 | Tel. 0591 80033-0

DRK-Kleiderladen „Stoffwechsel“ | Clara-Eylert-Straße 6

DMfS Lingen e. V. | Friedrich-Ebert-Straße 113 | Hubert Schwerdt | Tel. 0591 9739515

EA | EmslandArena | Lindenstraße | Tel. 0591 91295-0

EH | Emslandhallen | Lindenstr. 24a | Tel. 0591 91295-0

Emsdullen | Haus der Vereine Reuschberge e.V. | Scharnhorststraße 101 | Tel. 0591 48636

GELingen e. V. | Lookenstr. 10 | Tel. 0591 97787194

HV Darne | Heimatverein Darne | Tel. 0591 1606

Halle IV | Kaiserstr. 10a | Tel. 0591 91512-90

Joh.-Kirche | Johanneskirche | Ev. luth. Gemeinde Lingen | Loosstraße 37 | Tel. 0591 91506-13

Lingener Briefmarkensammler e. V. | Haus der Vereine Reuschberge e.V., | Scharnhorststraße 101 | Tel. 0591 53555 | www.lingener-briefmarkensammler.de

Lingener Hospiz e. V. | Mühlenortstraße 6b | Tel. 0591 831647 | Mobil: 0160 6864303 | www.lingener-hospiz.de

LWT | LWT GmbH | Neue Straße 3a | Tel. 0591 9144-142

MGH Lingen | Mehrgenerationenhaus | Mühlenortstraße 6 | Tel. 0591 9101880

MHD | Malteser Hilfsdienst | Lengericher Straße 39 | Tel. 0591 610590

NTH | natürlich to huus e.V. | Woltershof | Rottumer Straße 12b, 49811 Lingen | Tel. 0591 14053099-20 | www.natuerlich-to-huus.de

Pinke Panther e. V. | Große Straße 20 | Tel. 0591 12079470

PH | Professorenhaus | Universitätsplatz 5–6 | Tel. 0591 91663-0

Seniorenkino | Filmpalast Cine-World | Willy-Brandt-Ring 40 | Tel. 0591 9661600

Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems) | Geschäftsstelle | Tel. 0591 4609 | Email: post@seniorenvertretung-lingen.de | www.seniorenvertretung-lingen.de

Skatclub „Herz Bube“ | Vereinslokal Kolpinghaus Lingen | Burgstraße 25 | 49808 Lingen | Tel. 0591 9778615 | www.0444012.dskv.de

SkF | Sozialdienst katholischer Frauen e. V. | Burgstraße 30 | Tel. 0591 80062-0 | www.skf-lingen.de

Stadt Lingen | Elisabethstraße 14–16 | FD Soziales | Tel. 0591 9144-520

St. Gertrudis Lingen-Bramsche | Seniorengemeinschaft | Tel. 0176 23982606

TW | Theater an der Wilhelmshöhe | Willy-Brandt-Ring 44 | Tel. 0591 64554

VHS | Volkshochschule Lingen gGmbH | Elsterstraße 1 | Tel. 0591 91202-0 | Anmeldung bei der VHS, **Uhrzeiten etc. entnehmen Sie bitte dem aktuellen Programmheft**

Unsere Angebote für Senioren in Lingen

Hausnotruf

- | erweiterbar z.B. Rauchmelder, Fallsensor, Sensormatte
- | Hintergrunddienst mit Schlüssel hinterlegung

Fahrdienste

- | Krankenfahrten, Dialysefahrten, Ausflugsfahrten, ...
- | für Rollstuhlfahrer, Fußgänger und im Tragestuhl

Menüservice

- | „Essen auf Rädern“ täglich, auch Sonn- und Feiertage
- | Auf Porzellangeschirr heiß auf den Tisch

Ausbildung

- | Erste Hilfe - für Senioren und Enkel

Besuchs- und Begleitungsdienst

- | ehrenamtlich in Lingen und Umgebung

Mobiler Einkaufswagen

- | immer donnerstags ab 14:30 Uhr
- | wir holen Sie kostenlos ab und begleiten Sie beim Einkauf

Malteser Hilfsdienst

Lengericher Straße 39
49809 Lingen

Tel.: 0591/610 590

www.malteser-lingen.de

info.lingen@malteser.org

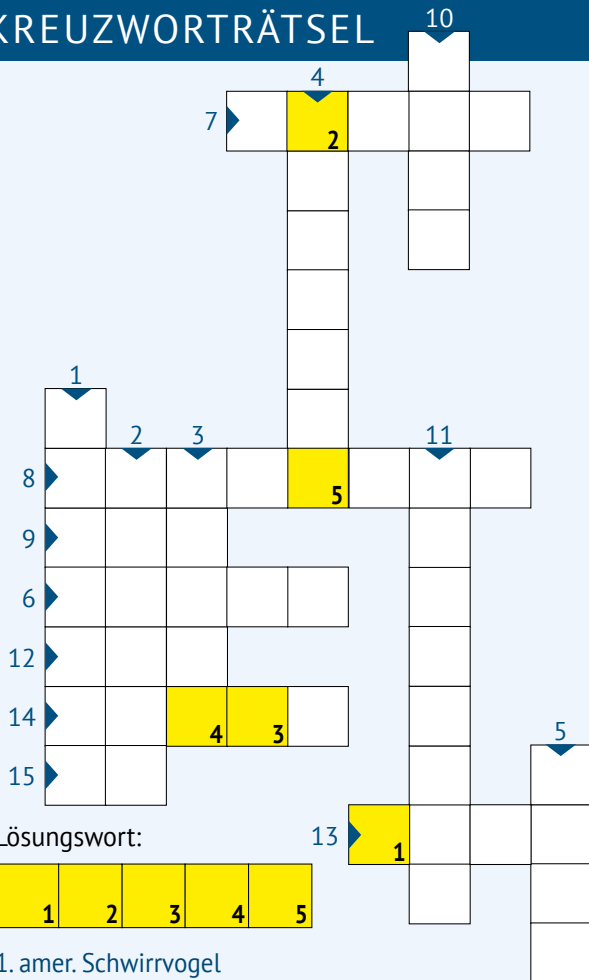


Malteser

...weil Nähe zählt.

„Sommerliches Vergnügen“

KREUZWORTRÄTSEL



Lösungswort:



- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1. amer. Schwirrvogel | 9. Windschattenseite |
| 2. schönste Zeit des Jahres | 10. Stadt in Thüringen |
| 3. hinterer Teil des Fußes | 11. planlose Reise |
| 4. Prahlerei | 12. so lang so weit |
| 5. in hohem Grade | 13. franz. Weichkäse |
| 6. unrichtig | 14. Ankerplatz vor dem Hafen |
| 7. männl. Elternteil | 15. ugs.: zeitgemäß |
| 8. angriffslustig | |

Die Lösung können Sie mit dem Betreff: „Seniorenzeitung-Rätsel“ an die Geschäftsstelle der Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems), Emdener Straße 7, 49809 Lingen oder per E-Mail an redaktion.drehscheibe@web.de. Betreff: „Seniorenzeitung-Rätsel“ senden. Zu gewinnen gibt es drei Freikarten zum Besuch des Emsland Museum Lingen, gesponsert vom Emsland Museum Lingen. Der Gewinn wird Ihnen zugestellt! Einsendeschluss ist der 24. September 2024.

Lösung des letzten Rätsels (Brückwörter): Ball – Stadt – Schlüssel – Auflauf – Stein – Dampf – Motor – Spiel – Stern – Salat – Besen

Die Gewinnerin ist Valentina Reich, Lingen. Sie hat ein modernes Schreibset, bestehend aus Kugelschreiber und Gelschreiber, gestiftet von der Seniorenvertretung Lingen, gewonnen.

Herzlichen Glückwunsch!

Logisches Denken

SUDOKU

Füllen Sie die leeren Zellen mit Ziffern zwischen 1 und 9. Dabei darf innerhalb einer Box (3 x 3 Zellen) sowie in jeder horizontalen und vertikalen Reihe des Gesamtfeldes jede Ziffer nur einmal vorkommen.

2		3			4			
						6	1	
		5	8		2			
	8		7		9			
	9				6		2	8
5	7		3					
1								9
4						5		
			5	9	8			3

IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung

IN FORM ESSEN

In dieser Rubrik erhalten Sie ab jetzt Rezepte der BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V.) aus dem Projekt IN FORM, Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung

EISBERGSALAT MIT JOGHURTDRESSING UND THUNFISCH

Zutaten für 1 Portion: 80 g Eisbergsalat, 30 ml Joghurt 1,5% Fett, 15 ml Zitronensaft, 20 g Thunfisch, Salz und Pfeffer

Nährstoffe: 58 kcal, 23 g Kohlenhydrate, 5 g Fett, 22 g Eiweiß

Zubereitung: Den Eisbergsalat waschen, trocknen, tupfen und in Streifen schneiden. Den Thunfisch hinzugeben und mit dem Dressing vermischen.



Foto © pixabay.com

Quelle: IN FORM Deutschland

Verbindungen von Gestern zu Heute

GELIEBTE ERINNERUNGEN

Haben Sie auch noch Spielzeug, Bücher aus Kindertagen, oder auch Souvenirs, Möbel und Erbstücke aus Ihrem Leben?

Im ersten Moment zögert man und meint, man verfüge nicht über derartige Dinge. Doch je länger man darüber nachdenkt, umso mehr liebende Erinnerungsstücke fallen einem ein. Die Beziehung zu unseren geliebten Erinnerungsstücken durchzieht unser gesamtes Leben, verbindet das Gestern mit dem Heute. Sie stellen eine Zeitreise in vergangene Jahrzehnte dar und erzählen auch von sich aus ihre Geschichte.

An dieser Stelle möchten wir unsere Erinnerungsstücke vorstellen:

Walter Ahlrichs

Schon viele Jahre steht dieses Schmuckstück auf unserer Truhe. Es ist eine Teekanne aus Zinn,



die ich vor 62 Jahren erworben habe. Eines Tages sprach mich unsere Hausgehilfin an, ob ich Interesse an einer alten Teekanne hätte, sie wollte diese gerne verkaufen, da sie knapp bei Kasse sei. Erst jetzt habe ich mich mit dem antiken Stück beschäftigt und unter dem Boden von der Kanne eine winzige Inschrift entdeckt. Es handelt sich wirklich um eine alte Teekanne die ca. um 1912 in England von der Firma Gerhardt & Co hergestellt wurde.

Dr. Gunther Bensch



Zwei Utensilien aus der Zeit bei der Marine auf der „Gorch Fock“ im Herbst 1967 habe ich auf-

bewahrt: eine Bootsmannsmaatens-Pfeife und ein Hilfsmittel für die Reparatur (Nähen) eines Segels. Mit der Bootsmannsmaatens-Pfeife wurden Befehle gegeben oder angekündigt. Der „Segelmacher-

Handschuh“ diente als „Nähhilfe“ bei Reparaturen der Segel. Diese beiden Gegenstände erinnern mich an die Monate auf dem Segelschiff, die für mich in mancher Hinsicht prägend waren. Ich habe dort gelernt, wie wichtig Kameradschaft, Teamgeist, Verlässlichkeit, Korrektheit und Fairness sind. Es resultierten lebenslange Freundschaften.

Brigitte Brüggmann



Eines meiner Lieblingsstücke ist eine Spardose aus Blech, geformt wie ein Haus mit rotem Dach. Auf den beiden Längs-

seiten sind Szenen aus den Grimms Märchen. An einer Seite sieht man das Rotkäppchen mit dem Wolf, der das Mädchen keineswegs böse anschaut. Auf der anderen Seite ist eine Szene aus dem Märchen «Hänsel und Gretel» abgebildet. An den Querseiten ist jeweils ein Käfig abgebildet. Die Spardose habe ich Anfang der 50er Jahre von einem Nachbarn geschenkt bekommen, weil ich des öfteren Einkäufe für ihn getätigt hatte. Dieser Nachbar wurde von uns Kindern nur «Opa Weihnachtsmann» genannt, weil er einen langen, weißen Bart hatte, der dem des Weihnachtsmannes ähnelte.

Mechthild Goldschmitt

Vor ungefähr 15 Jahren entdeckte ich beim Aufräumen auf dem Dachboden, gut verpackt in einem Karton meine



alte Schultafel, die ich tatsächlich im 1. Halbjahr meiner Grundschulzeit 1959 benutzt habe. Eigentlich zu schade um sie auf dem Dachboden in einer Kiste zu verstecken. Nach kurzer Überlegung fand sie einen neuen Platz an meiner Küchenwand. Ich übertrage seitdem meine Wochentermine auf die Schiefertafel – natürlich nur mit einem Griffel – die gibt es tatsächlich noch zu kaufen. So habe ich meine Woche immer im Blick.

Erwin Heinen



Vor rd. 40 Jahren lernte ich „meine Edith“ als Mensch mit einer körperlichen und geistigen Beeinträchtigung als Vormund – genannt nach damaligem Recht – kennen. Hieraus wuchs aus einer rechtlichen Vertretung eine Freundschaft, die auch familiär viele Weichen gestellt hat. Edith war Jahrzehnte bis zu ihrem Tod im Jahr 2013 quasi eine Tante in unserem Haus. Unsere Kinder erlernten, dass „gesundsein“ nicht selbstverständlich ist. Dieses Wertgefühl ist noch heute in unserem Zuhause durch „meine Edith“ lebendig!

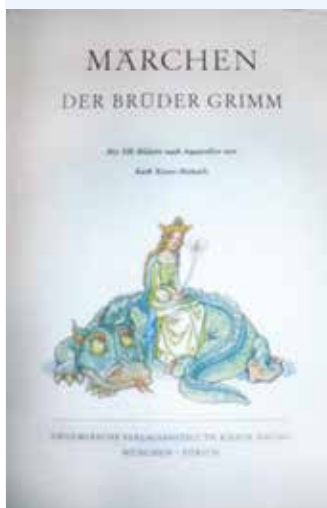
Edith war Jahrzehnte bis zu ihrem Tod im Jahr 2013 quasi eine Tante in unserem Haus. Unsere Kinder erlernten, dass „gesundsein“ nicht selbstverständlich ist. Dieses Wertgefühl ist noch heute in unserem Zuhause durch „meine Edith“ lebendig!

Johannes Ripperda

Mit 11 Jahren bekam ich das erste Karl May Buch „Der Ölprinz“ als Hardcover Ausgabe mit Golddruck auf dem Buchrücken geschenkt. Für mich damals ein Schatz der bis heute in meinem Bücherregal steht. Es war mein Anfang als Karl May Fan, dem 25 weitere Bücher folgten. Aber nicht alle waren Hardcover Ausgaben. Die meisten Ausgaben waren dann im Taschenbuchformat.



Heinz-Gerd Roters



Auch heute habe ich noch viele Erinnerungen an meine Kinderjahre. Ganz besonders erinnere ich mich daran, dass mein Vater und meine ältere Schwester mir beim Zubettbringen und vor dem Einschlafen Märchen vorgelesen haben. Es waren Märchen aus dem Märchenbuch der Gebrüder Grimm und

aus einer Märchensammlung von Bechstein. Noch heute erinnere ich mich daran, wie ich dieses Vorlesen genossen habe, und manchmal vor lauter Spannung nicht einschlafen konnte. Das alte, und schon etwas zerfledderte Märchenbuch der Gebrüder Grimm habe ich heute noch. Es hat schon einige Umzüge überlebt, und bleibt für mich immer eine Erinnerung an meine Kinderjahre!

Marianne Schlütke-Bührs

Ein Küchensofa aus der Gründerzeit begleitet mich seit über 40 Jahren. Es ist ein Geschenk von meinen Eltern. Das dreisitzige, „altmodische“ Sofa stand in meinem Elternhaus im „besten“ Wohnzimmer. Man saß nicht gerade bequem, aber mit geradem Rücken. Heute steht das Sofa noch in meinem Arbeitszimmer.



Hans-Joachim Wiedorn

Kanada 1997: «The Chief» (Der Häuptling) ist eine Handarbeit aus «red Cedar» (48 cm hoch) von Stan Joseph, selbst indianischer Herkunft von den Salish- und Tsimshian-Indianern, die im Norden von Vancouver-Insel (Canada) zu Hause sind. Jetzt wohnt er bei mir im Wohnzimmer.



Fotos: Privat

Lösung des Rätsels von Seite 15

Logisches Denken

SUDOKU

2	6	3	1	7	4	8	9	5
8	4	7	9	3	5	6	1	2
9	1	5	8	6	2	4	3	7
6	8	4	7	2	9	3	5	1
3	9	1	4	5	6	7	2	8
5	7	2	3	8	1	9	6	4
1	5	8	6	4	3	2	7	9
4	3	9	2	1	7	5	8	6
7	2	6	5	9	8	1	4	3

Ernährung auf Bedürfnisse abgestimmen ESSEN MUSS MAN AUCH IM ALTER

Unter diesem Titel gab Birgit Hüer, Diätassistentin und Diabetesberaterin im Bonifatius-Hospital in Lingen, wertvolle Hinweise bei einer gemeinsamen Veranstaltung von Sozialverband (SoVD) und Seniorenvertretung (SVL) der Stadt Lingen im Saal des Gasthauses Sperver in Lingen-Brögbern. Matthias Otto, Vorstandsmitglied im SoVD, und Heinz-Peter Gebhardt, stellvertretender Vorsitzender der SVL, konnten zahlreiche Seniorinnen und Senioren begrüßen.

Birgit Hüer erwähnte zu Beginn ihres Vortrages, wie wichtig es ist, sich regelmäßig zu bewegen, sozial aktiv zu bleiben, gut zu schlafen und bewusst zu essen und zu trinken. Weiter erklärte sie, dass im Alter der Zellstoffwechsel langsamer wird, Muskel- und Knochenmasse weniger werden, das Immunsystem schwächer wird und dass es erforderlich sei, das Essen genau auf den individuellen Bedarf abzustimmen. Sodann erläuterte sie mittels einer „Ernährungspyramide“ den Bedarf an Nahrungsmitteln zur gesunden Ernährung:

- Grundlage ist ausreichende Flüssigkeitsaufnahme, empfohlen werden mindestens 1,5 l pro Tag
- oberste Priorität hat die Aufnahme von Gemüse und Obst, beides ist schmackhaft und enthält wenig Energie. Empfohlen werden 5 Portionen pro Tag.
- an nächster Stelle stehen Getreideprodukte und Kartoffeln, wobei Vollkornerezeugnisse absoluten Vorrang haben sollten. Auch Haferflocken sind empfehlenswert.
- Fleisch und Wurst sollten nur in Maßen aufgenommen werden, als Alternative wird Fisch aller Art empfohlen.
- auch bei Fetten ist Zurückhaltung angezeigt. Statt tierischer Fette werden Öle empfohlen, vorzugsweise Oliven-, Raps- und Leinöl. Und auch Nüsse aller Art sind gesunde Nahrungsmittel.
- an der Spitze der Pyramide, also am wenigsten zu empfehlen, stehen Zuckerprodukte, also auch Süßigkeiten aller Art.

Sowohl bei Gemüse und Obst als auch bei Fisch können auch Konserven verwendet werden.

Im weiteren Verlauf des Vortrages erwähnte die Referentin, dass Gewichtszunahme im Alter durchaus als normal zu bezeichnen ist. Allerdings sei eine regelmäßige Kontrolle unbedingt zu empfehlen. Aber auch Mangelernährung kann im Alter zum Problem werden. So liegen bei rd. 60% aller Patientinnen und



Brigitte Hüer, Diätassistentin und Diabetesberaterin im Bonifatius-Hospital in Lingen (links)

Patienten in der Geriatrie Mangelerscheinungen vor. Im Anschluss an den Vortrag beantwortete Birgit Hüer einige Fragen aus dem Publikum, wobei sie hervorhob, dass eine individuelle Ernährungsberatung unbedingt zu empfehlen ist.

Als kleines Dankeschön überreichte Matthias Otto ein Präsent mit einigen „Genussmitteln“, wobei er empfahl, nicht alles sofort und auf einmal zu verzehren.

Text und Fotos: Hajo Wiedorn

Seniorenvertretung Lingen gibt Einblicke SENIORKONFERENZ HANNOVER



Johannes Ripperda, Seniorenvertretung Lingen, bei seinem Vortrag
Foto: SVL, Lingen

Anlässlich der 20. Niedersächsischen Seniorenkonferenz in Hannover war die Seniorenvertretung in der Stadt Lingen (Ems) mit Heinz-Peter Gebhardt, Georg Thole und Johannes Ripperda vertreten. An die hundert Seniorenbeiräte und Seniorenvertretungen aus Niedersachsen nahmen an der Konferenz des Landes-seniorenrates Niedersachsen e. V., der Landesvereinigung Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. sowie der Landesagentur Generationendialog Niedersachsen teil.

Im Rahmen der Rubrik gute Beispiele der kommunalen Seniorenarbeit aus Niedersachsen gab Johannes Ripperda, Geschäftsführer der Seniorenvertretung Lingen, Einblicke in die Seniorenmesse Lingen. Zuerst stellte er die Seniorenvertretung Lingen und ihre Arbeit den Gästen vor. Danach referierte er über die Vorbereitungen, Umsetzung und Durchführung

der 3. Lingener Seniorenmesse 2023. Nach den Ausführungen gab es viele Nachfragen an die Vertreter der Seniorenvertretung Lingen.

Weiteres Thema der Konferenz war Einsamkeit im Alter. Hier ging es um die Folgen der Einsamkeit mit



Martin Schumacher und Sandra Surrey (Landesagentur Generationendialog Niedersachsen), Johannes Ripperda (Seniorenvertretung Lingen), Minister Dr. Andreas Philippi, Horst-Dieter Dörr (Landesseniorenrat Niedersachsen e. V.) Thomas Altgeld und Antonia Halt (Landesvereinigung Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.) (v.l.n.r.) Foto: LVGAFS

Blick auf das Alter(n), Vorstellung der Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit sowie Einsamkeit vorbeugen mit guten Beispielen von Aktivitäten. In seinem Grußwort machte der Niedersächsische Minister für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung, Dr. Andreas Philippi dieses zum Thema.

Horst-Dieter Dörr, Vorsitzender des Landesseniorenrates Niedersachsen e. V. dankte allen Referenten für ihre informativen Vorträge und sprach von einer gelungenen Veranstaltung.

Text: Johannes Ripperda

In den letzten Monaten herrscht bei Landwirten GROSSE UNZUFRIEDENHEIT

Ihrem Frust und Ärger haben sie mit tausenden Traktoren luft gemacht. Auslöser war die geplante Streichung der Agrardieselhilfe und der wKfz-Steuerbefreiung. In Lingen-Laxten betreibt Familie Stöppelmann einen landwirtschaftlichen Betrieb. Wir haben den Bauernhof besucht und wollten hören, wie die derzeitige angespannte Situation aussieht.

Herr Stöppelmann, was sind Ihre wichtigsten Forderungen?

Wir Bauern fordern Beibehaltung der Steuerermäßigung für Agrardiesel, Kfz-Steuerbefreiung und Kontrollen von importierten Produkten.

Was gibt es an den Importen zu bemängeln?

Im Ausland sind Personalkosten niedriger, weil die Arbeiter schlechter untergebracht werden und soziale Absicherung meistens fehlt. Dadurch kann die gleiche Ware günstiger angeboten werden.

Wir erfahren, dass viele schriftlichen Regularien aus Brüssel vorgegeben werden, die eingehalten werden müssen und sehr aufwendig sind.

Das ist richtig. Um alle Büroarbeiten für Brüssel und dem eigenen Betrieb abzuwickeln, nimmt es sehr viel Zeit in Anspruch.

Gibt es noch weitere Kritikpunkte?

Wir wünschen uns faire Preise für unsere Produkte.

Können Sie ein Beispiel nennen?

Ich denke da an unsere Milchvermarktung. Wir haben in einen vorbildlichen Boxenlaufstall für unsere freilaufenden sechzig Milchkühe investiert. Alle Kühe sind mit einem Sensor (Responder) am Halsband ausgestattet. Die Kuh wird via Antenne vom

Roboter erkannt. Dort wird entschieden, ob die Kuh Anrecht zum Melken hat und im Roboter wird ihr eine auf die Milch abgestimmte Menge Kraft- bzw. Zusatzfutter gegeben. Diese Investitionen werden nicht entsprechend gewürdigt und finanziell unterstützt.



Landwirt Remi Stöppelmann und Enkelin Maya sind gerne bei den Milchkühen. Milchkuh Sabrina liefert jeden Tag ca. 60 Liter Milch. Eine tolle Leistung.

Wie reagieren sie auf den Preisdruck?

Wir werden Kosten sparen müssen durch effizienteren und intelligenteren Einsatz von Maschinen und Eigenanbau von Viehfutter, allerdings Kosten einsparen ist nur begrenzt möglich. Eigenvermarktung unserer Agrarprodukte ist ein weiteres Standbein unseres Hofes. Der Umsatz wird getätigt durch den Verkauf von Waren aus dem eigenen Hoflädchen, genannt Milchbüdchen. Ein Highlight ist die selbst gezapfte gekühlte Frischmilch von eigenen Kühen. Wenn wir unsere ca. 3,8% Milch abliefern, erhalten wir 40 Cent pro Liter. Der Ladenverkaufspreis liegt bei ca. 1,20 €. Ein toller Aufschlag für den Handel. Es zeigt sich: Wer einen Landwirtschaftsbetrieb in Deutschland betreibt, muß viele Ideen und Tätigkeiten beherrschen. Morgens muß der Landwirt das Vieh versorgen, anschließend mit den Landmaschinen arbeiten, zwischenzeitlich die Kühe melken, das Ackerland bearbeiten und abends wartet im Büro noch die Büroarbeit. Hof Stöppelmann ist trotz der schwierigen Zeit auf einem guten Weg.

Text und Foto: Walter Ahlrichs

Malerin aus Überzeugung

EDELTRAUD MUSEKAMP

„Die Malerei hat mir immer wieder über die Probleme des Lebens hinweggeholfen und zu deren Bewältigung beigetragen“. Mit diesem Satz erklärt die heute 85-jährige rüstige Lingenerin ihr Hauptmotiv, sich für die Kunst entschieden zu haben.

Geboren in Parsow, Kreis Köslin, Hinterpommern im heutigen Polen, flüchtete sie mit Bruder und Mutter vor Kriegsende gen Westen. (Der Vater war zuvor in der Elbe ertrunken). Im Güterzug erfolgte die Deportation. Hier wurde sie Zeugin von Vergewaltigungen. In Groß-Ösingen westlich von Celle fand die Familie eine erste Bleibe. Hier lernte sie auch ihren späteren Ehemann kennen, mit dem sie in den 50er Jahren nach Lingen in die Martha-Straße zog.

Die Malerei sei ihr, so Elisabeth Musekamp, quasi in die Wiege gelegt. Bereits während ihres Schulbesuches, der erst in Niedersachsen begann, war sie von Lehrerinnen und Lehrern als „die Beste“, als Vorbild bezeichnet worden. „Malt so wie Edeltraud!“, das sei für sie stets Ansporn gewesen. „Mit dem Malen konnte ich mich befreien,



Gunther Bensch und Elisabeth Musekamp vor ihrem Werk „Klimawandel“

es war mir ein starkes inneres Bedürfnis, ja ein Zwang, und zugleich eine Therapie. Es war eine Empfindung aus dem Erlebten heraus. Die Bilder habe ich als Befreiungsschlag empfunden.“

„Welche Themen lagen Ihnen besonders am Herzen?“ fragten die Besucher. „Im Vordergrund standen der Missbrauch von Frauen und Kindern – auch aus persönlichem Erleben – der Missbrauch in der Kirche sowie Gewalt in der Pflege. Aber auch allzeit gültige Themen wie Flucht und Vertreibung, Umweltproblematik und Klimawandel sowie Gesellschaftskritik gehören zu den Motiven ihrer großformatigen Bilder.“

Da sie tagsüber mit der Betreuung und Versorgung der Familie beschäftigt war, nutzte sie die Ruhe in den Abend- und Nachtstunden für ihre künstlerischen Aktivitäten; ihr Wohnzimmer wurde zum Atelier. Die Kinder nahmen ihr Schaffen kommentarlos zur Kenntnis. Die Maltechniken

erlernte sie in der Lingener Kunstschule. Es entstanden fast ausschließlich farbenprächtige Bilder in Öl auf Holz oder Leinwand. Ausstellungen im Lingener Rathaus, im Rahmen der „Schaufensterwochen“ des Lingener Kunstvereins und in den Räumlichkeiten des Vereins Gelingen boten Gelegenheit, auf sich aufmerksam zu machen. Allen Menschen möchte sie mit auf den Weg geben: „Lebenslanges Lernen und Interesse zeigen hält auch geistig fit und gesund!“ Ihr Wunsch: kleinformatige Bilder zu schaffen, in die sie „Herzblut“ einfließen lassen kann.



Ausdrucksstark: Elisabeth Musekamps Werk „Vertreibung und Flucht“

Kartenspiel mit Strategie und Spannung

BRIDGE CLUB LINGEN

Bridge Club Lingen



Wissen Sie, dass wir einen bekannten Bridge Club im Bürgerzentrum Gauerbach haben? – An jedem Montag treffen sich die Bridge Freunde im Gauerbach. Ca. 20 bis 25 elegant gekleidete Damen und Herren versammeln sich im Bürgerzentrum, räumen die Tische und Stühle zurecht, starten Notebooks und überprüfen das Netzwerk, um ein Turnier zu spielen.

Neugierig taste ich mich zu den Damen und Herren vor und fragte ganz vorsichtig, was denn eigentlich Bridge ist, wie sie sich als Gruppe gefunden haben und wie das Spiel nach Lingen gekommen ist. Dazu habe ich Frau Gronauer, die Vorsitzende des Clubs, und Frau Leuschner, Ansprechpartnerin des Bridge Clubs Lingen, befragt.

Was ist eigentlich Bridge?

Bridge ist ein Kartenspiel mit 52 Karten, 13 für jeden der vier Spieler. Diese vier Spieler sitzen an einem vorzugsweise quadratischen Tisch, jeder Spieler an einer Seite. Bridge ist ein Kampf zwischen 2 Paaren (genannt Partnerschaften), die sich gegenüber sitzen, gegen die Spieler links und rechts von ihnen. Eine Partei ist Nord-Süd, die andere ist Ost-West. Auf der ganzen Welt wird Bridge und Schach nach einheitlichen Regeln gespielt, also auch bei uns in Lingen/Gauerbach. Ein Spiel dauert nur ca. 7–10 Minuten.

Es gibt 2 Phasen: Die Reizung und das Spiel. Die Reizung erfolgt zuerst. Das Spiel hat das Ziel, möglichst viele Stiche zu machen und Kontrakte zu erfüllen. Von jedem Paar werden ca. 24 bis 28 Spiele gespielt, und an jedem Tisch werden die Ergebnisse mittels spezieller Funkgeräte an das Notebook gesendet und mit einem Auswertungsprogramm hinterher ausgewertet und schon am Abend können die Teilnehmer online über die Homepage ihre Ergebnisse und Platzierungen einsehen.

Bridge ist sehr faszinierend, doch leider in deutschsprachigen Ländern, vor allem unter den Jüngeren, relativ unbekannt. Das ist sehr schade; denn Bridge hat alles, was moderne Kartenspiele haben. Ähnlich wie beim Schach kommt es auf die strategische Fähigkeit an, Spielzüge weit im Voraus gemeinsam zu planen und die gegnerischen Karten und Spielzüge präzise einzuschätzen.

Wo kommt das Spiel her?

Bridge geht auf das Kartenspiel Whist zurück, das bereits im 17. Jahrhundert in England weit verbreitet war. Die heutige Form wurde erstmals 1925 von dem Amerikaner Vanderbilt veröffentlicht.

Deutschland ist, gemessen an den USA, Großbritannien, Frankreich, Polen und vielen asiatischen Ländern, noch Entwicklungsland. Aber auch bei uns gibt es bereits ca. 600.000 Anhänger. Weltweit gilt Bridge mit ca. 50 Millionen Spielern, nach Golf und Tennis aber weit vor Schach, als eine der am häufigsten betriebenen Freizeitbeschäftigungen.

Wie haben Sie sich als Gruppe gefunden?

Die Vorsitzende Frau Gronauer berichtet, dass es den Club jetzt seit 36 Jahren hier in Lingen gibt. Er wurde 1988 gegründet. Zwei Namen werden in diesem Zusammenhang immer wieder genannt: Fritz Grothoff, der als Bridgelehrer die ersten Lehrgänge in Lingen durchführte und Friedrich Kirchhelle, der auch seine Fachkenntnisse an viele Bridge Interessierte weitergab. Die Clubmitglieder trafen sich zuerst im Golfclub, später bei Neerschule, dann bis zur Schließung des Gasthofes bei Klass-Schaper in Laxten. Heute treffen sie sich im Bürgerzentrum im Gauerbach.

Was reizt Sie an dem Spiel?

„Ich liebe das Spiel, da man strategisch denken muss, es spannend ist und somit mein Gedächtnis fördert“, betont Frau Leuschner „wir unterstehen dem B-Verband und müssen uns den nationalen und internationalen Regeln unterordnen. Bridge wird mittlerweile weltweit online gespielt. Ich freue mich zudem, jeden Montag meine Clubkolleginnen und -kollegen zu treffen und gemeinsam zu spielen.“

Sollten Sie Lust haben, mehr über Bridge zu erfahren und mitzumachen, melden Sie sich gerne, alle Clubmitglieder freuen sich ganz sicher auf Sie.

Ansprechpartnerin: Maria Leuschner

Telefon: 05903 - 7623

E-Mail: info@bridgeclub-lingen.de

Text und Foto: Marianne Schlütke-Bühns



Betreuungsgruppe der Johanniter im Bevölkerungsschutz EHRENAMTLICH HELFEN



Was ist die Betreuungsgruppe der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. im Bevölkerungsschutz?

Die Betreuungsgruppe der Johanniter im Bevölkerungsschutz ist eine Gruppe von ehrenamtlichen Helfern, die sich im Falle von Katastrophen oder Großschadenslagen um hilfebedürftige Menschen kümmert.

Welche Aufgaben hat die Betreuungsgruppe?

- Betreuung von hilfebedürftigen Menschen (z. B. Senioren, Kinder, Menschen mit Behinderungen)
- Ausgabe von Getränken und Snacks
- Psychosoziale Betreuung
- Unterstützung bei der Evakuierung
- Mithilfe bei Sanitätsdiensten

Wer kann sich in der Betreuungsgruppe engagieren?

Jeder, der über gute gesundheitliche Verfassung verfügt, kann sich in der Betreuungsgruppe engagieren. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, jedoch ist die Bereitschaft zur Weiterbildung wünschenswert.

Was bieten die Johanniter den ehrenamtlichen Helfern der Betreuungsgruppe?

- Eine interessante und abwechslungsreiche Aufgabe in einem motivierenden Team.
- Die Möglichkeit, anderen Menschen in Not zu helfen.
- Regelmäßige Schulungen und Fortbildungen.
- Die Kameradschaft und das Miteinander in der Johanniter-Unfall-Hilfe.

Wie kann ich mich bewerben?

Wenn Sie sich für die Mitarbeit in der Betreuungsgruppe der Johanniter im Bevölkerungsschutz interessieren, können Sie sich gerne mit uns in Verbindung setzen: **Tel.: 0162 2119906 - Jens Bädker**

Text: Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.; Foto Johanniter/Marek Kruszewski

Senioren Gymnastikrunde beim Deutschen Roten Kreuz KÖRPER, GEIST & SEELE FIT HALTEN

„Gymnastik zu machen, das ist heute in, das spart uns den Doktor und die Medizin.“ Mit diesem flotten Lied startet die Seniorengruppe beim Deutschen Roten Kreuz die Gymnastikrunde. An jedem Mittwoch treffen sich um 9 Uhr und um 10.15 Uhr bewegungsfreudige Senioren, um mit Frau Sabrina Behn Körper, Geist und Seele fit zu machen und zu halten.

Frau Sabrina Behn ist Übungsleiterin in der Gesundheitsförderung und sehr versiert. Die Teilnehmerinnen, in der 2. Gruppe traut sich auch ein Mann, sitzen im Kreis. Im Hintergrund spielt leise Musik (alte Schlager) und dann geht's schwungvoll zur Sache. Arme, Beine, Schultern werden mobilisiert, das Gleichgewicht trainiert und auch die Bauchmuskeln werden wieder gespürt.

Wer bei dem Wort „Sitzgymnastik“ müde lächelt und denkt: Na ja, die Beine anheben und die Arme nach oben, was soll das schon bringen, der wird seine Meinung ganz schnell korrigieren. Frau Sabrina Behn trainiert schon seit 15 Jahren Senioren und man spürt, sie macht das mit Leib und Seele. Auch Gedächtnistraining, Sitztanz sowie Bewegungen zur Stärkung von Herz und Kreislauf baut sie in ihre Übungen mit ein. Dienstags gibt es außerdem in der Turnhalle Bäumestraße Bodengymnastik für Senioren.

Auf meinem Nachhauseweg stelle ich mir die Frage, ob das nicht auch etwas für mich wäre und ich mir dank Frau Sabrina Behns Übungen damit manchen Gang zum Doktor sparen könnte. Mal sehen, vielleicht überwinde ich ja meinen inneren Schweinehund.

Text: Brigitte Brüggmann; Foto: SVL, Lingen



Halten sich regelmäßig fit: Teilnehmerinnen der Gymnastikgruppe des DRK mit ihrer Übungsleiterin Sabrina Behns (r. stehend)

OPA LINGEN

Tee trinken, aber richtig.

Eine der schönsten Erinnerungen an meine Kindheit sind die gemeinsamen täglichen Teezeiten. Jeden Tag, pünktlich um 11.00 Uhr vormittags und nachmittags um 15.30 Uhr war bei uns zu Hause gemeinsames Teetrinken. Es kam schon mal vor, dass ein Mittagessen ausfallen konnte, wenn die Eltern zu viel zu tun hatten, doch die Teezeiten wurden immer eingehalten.

Alle Familienmitglieder und Angestellten versammelten sich am großen hölzernen Küchentisch, auf dem meist schon ein Teller mit Brotschnittchen oder Keksen in der Mitte stand. Ebenfalls stand auf dem Tisch ein wunderschönes Teestövchen mit einem brennenden Teelicht darin. Das Teestövchen war ein Erbstück meiner Urgroßmutter und wurde in Ehren gehalten. Rundherum standen sorgsam die kleinen Teetassen, alle mit den typischen Teelöffeln bestückt. Erst wenn alle eingetrudelt waren, wurde der Tee mit frisch gekochtem Wasser aufgegossen. Meine Mutter sagte immer, dass es nicht genüge, wenn das Wasser gekocht hat. Es müsse wirklich sofort nach dem Kochen auf die vorher angewärmten Teeblätter gegossen werden. „Hett kookt Water, is keen kookend Water!“

Hatte der Tee vier Minuten gezogen, begann es ringsumher am Tisch zu klingeln. Wenn die Kluntjes in die Tassen gegeben wurden, entstand ein einzigartiger Klang, an dem jeder von Weitem schon hören kann, dass an einem Ort Tee getrunken wird. Diese Klänge vergisst man nie und sie vermitteln mir heute noch das Gefühl von Geborgenheit und Gemütlichkeit.

Erst dann goss meine Mutter den Tee ritualmäßig in die Tassen. Und wieder entstand dabei ein Geräusch, dass es so nur beim Teetrinken zu hören gibt. Es begann laut und fröhlich zu Knacken und zu Knistern, wenn der heiße Tee über die Kluntjes gegossen wurde.

War der Tee eingegossen, kam das absolute Highlight.

„Dat Wulkje!“ Das Wölkchen, war die Krönung einer leckeren und belebend wirkenden Tasse Tee. In einer breiten, flachen Schüssel stand immer Kuhmilch, die ich täglich vom Bauern holte, bereit. Diese Milch war naturbelassen und enthielt ihren ganzen natürlichen Fettanteil. Ließ man die Milch einige Stunden stehen, dann trennte sich das Fett von der Molke und es entstand eine leckere Sahneschicht an der Oberfläche, die an Köstlichkeit nicht zu übertreffen war. Diese Sahneschicht schöpfte meine Mutter mit einem winzigen Sahnelöffel von der Milch ab und legte sie fast liebevoll auf den Tee in den Teetassen. Da die Sahne oben schwamm, lag sie sich wie eine kleine Wolke auf dem Tee. Für uns Kinder begann daraufhin ein spannendes Ratespiel, bei dem wir versuchten, aus den sich bildenden Formen irgendwelche Figuren oder Dinge zu erkennen. Und wer glaubt, dass jetzt der Löffel zum Einsatz kommen sollte, um den Tee umzurühren und abzukühlen, der irrt! Denn das Besondere am Teetrinken ist, dass man in der Tasse drei verschiedene Geschmacksrichtungen hat und somit auch nur drei Schlucke Tee. Der ersten Schluck ist der sanfte, wo die Sahne den Geschmack bestimmt. Der zweite Schluck ist der herbe, wo das Teearoma sich eröffnet (Banausen sagen er ist bitter) und weil das Beste meistens zum Schluss kommt, folgt als Drittes der süße Abschluss, dessen Geschmack ganz vom sich auflösenden Kluntje bestimmt wird.

Und der Löffel? Der hat natürlich auch eine Funktion. Nach der letzten Tasse Tee, derer es mindestens drei bedarf, kann man mit dem kleinen Löffel, die Reste des Kluntjes herausfischen. Anschließend verbleibt der Löffel als Zeichen, dass man genug Tee getrunken hat, in der Tasse. Oder aber man klingelt mal wieder, in dem man leicht mit dem Löffel an die Tasse klopft. So weiß der Gastgeber, dass man noch Teedurst hat. Mehr noch als bei jedem anderen gemeinsamen Ereignis, fanden zu Teezeiten, die schönsten Gespräche und Döntjes Platz. Ein Austausch zwischen den Menschen, für den man sich einfach Zeit nahm, egal wie viel Arbeit und Sorgen ein Tag mit sich brachte. Somit ist das Teetrinken viel mehr als eine kleine Auszeit, es hat fast therapeutische Wirkung auf Körper und Seele.



Text + Bildrechte Opa Lingen © agkues



Foto © pixabay.com

Der Lingenener DIGITAL



Jetzt auch auf **WhatsApp!**

Jetzt den Kanal des Lingenener abonnieren



Wie das geht?

Kamera oder entsprechende App öffnen und über den QR Code halte, eingescanntem Link folgen und sich als Abonnent für den brandneuen Kanal anmelden.

Als Abonnent erhält man nicht nur garantiert pünktlich die neueste Ausgabe, sondern es sind auch Extras wie exklusive Einblicke, Aktionen und mehr geplant. Lassen Sie sich überraschen!



Der Lingenener DIGITAL

Lösungen bis ins kleinste Detail

Lassen Sie sich kreativ beraten und inspirieren!



Wir zeigen Ihnen gern in unseren Ausstellungsräumen kreative Badgestaltungen - auf verschiedenste, ganz individuelle Wünsche abgestimmt.

Bärbel Wortmann-Abeln, Firma Wortmann



wortmann



Wortmann GmbH

Schillerstraße 18 - 49811 Lingen

Tel. (0591) 710900 - Fax (0591) 7109022

www.wortmann-lingen.de - info@wortmann-lingen.de