

19.10.2021 Parki Treff (Ein Überblick – kein Protokoll)

Nach Weihnachten 2019 das ERSTE Treffen im ORH!

Die Pandemie ist noch immer nicht völlig beendet, aber wir dürfen wieder ins ORH.
Die wenigen Meter bis in den Saal zwar mit Maske, danach waren wir aber im „Normalzustand“
ohne die Hilfsmittel für einen Banküberfall ;-)

Nach der langen Zeit hatte sich großer Gesprächsbedarf angesammelt, der sich leider nicht ganz entladen konnte. Zu viele Themen zu den Ereignissen der vergangenen 22 Monate mussten angesprochen werden. Interessante Ausführungen zur Hippotherapie brachte Dr. Georg Straeten (Wachtendonk) auf die Wand und in Worte.

Neue Namen aber auch manche Verschlechterung des Zustandes waren zu erkennen. Mut machen gehörte aber besonders zum Programm, gleich das Eingangsgedicht „Die 5 Seniorengedichte“ die Ulla Berns zu Gehör brachte waren ein richtiger Starter.

"Diesmal zum Thema "Gebote", nur 5, aber eine ernste Angelegenheit :-(Mit der uns die liebe Ulla sehr erfreut hat ;-)

Das erste Gebot

Ihr sollt nicht immer von Krankheiten reden!
Irgendwas plagt heut' doch Jeden.
Ein bisschen Rheuma, ein schlechtes Gehör',
verschlissene Knochen, das Gehen fällt schwer.
Der Kreislauf wird träger und schlechter das Sehen,
so wie einst kann keiner mehr tanzen gehen.
Trotzdem ist das Leben immer noch schön,
man muss nur die kleinen Dinge seh'n.
So wie die Schneeglöckchen tapfer steh'n,
die Kinder sich beim Spielen dreh'n,
Osterglocken heraus sich schieben,
die Sträucher sich schmücken mit neuen Trieben.
Und über allem lacht die Sonne,
Freunde, das Leben ist doch eine Wonne.

Das zweite Gebot

Ihr sollt mit eurer Rente nicht sparen!
Ihr habt sie erschuftet in vielen Jahren.
Jetzt gönnt euch noch was Schönes vom Leben,
nicht alles sollt ihr den Enkeln geben.
Ihr habt nach dem Krieg mit Null angefangen,
so ist es den Jungen noch nie ergangen.
Und stets ins gemachte Bett sich zu legen,
ist nicht so unbedingt ein Segen.
Haut auf die Pauke und macht es euch schön,
wer weiß wie die nächsten Tage ausseh'n.
Doch noch lacht über allem die Sonne,
Freunde, das Leben ist doch eine Wonne.

Das dritte Gebot

Ihr sollt Euch getrost in der Welt umsehen,
nicht nur in den nahen Stadtgarten gehen.
Fahrt ins Gebirge, oder auch an die See,
gönnt euch die Sonne, das Wasser, den Schnee.
Es treibt euch niemand, jetzt habt ihr Zeit,

die Welt ist so schön und herrlich weit.
Dann erfreut jeden wieder die heimische Sonne,
Freunde, das Leben ist doch eine Wonne.

Das vierte Gebot

Niemals sollt ihr resignieren,
und vom Gerede der Leute nicht irritieren.
Seid ihr noch zusammen, ein älteres Paar,
seid dankbar dafür, es ist wunderbar.
Einsamkeit kann oft schrecklich sein,
sucht die Gesellschaft, bleibt nicht allein.
Gebt Wärme, genießt die Gemütlichkeit,
vor allem auch die Zärtlichkeit.
Es gibt gar nichts schöneres unter der Sonne,
Freunde, das Leben ist doch eine Wonne.

Das fünfte Gebot

Eure Hände sollt nicht in den Schoß ihr legen.
Wo ihr noch könnt, Geist und Glieder bewegen.
Geht schwimmen und wandern, macht Gymnastik und Tanz,
dann bleibt ihr fit und schenkt euch Glanz.
Bei Diskussionen spitzt das Ohr.
Sprecht mit den Jungen, so lernt ihr dazu,
denn der Geist braucht Bewegung und nicht die Ruh'.
So steht ihr noch lange und frisch in der Sonne,
Freunde, das Leben ist doch eine Wonne.

Autorin: Helga Frenzel

Bemerkungen:

Die verschiedenen Themen finden sich im folgenden Konzeptpapier zum Treffen.
Ein wichtiges Thema war die verschiedenen Aufgaben zur Organisation der Selbsthilfegruppe.
Problem: Die Anzahl der Kümmerer ist von 5 auf 2 gesunken, wobei besonders Jörg Lehmann durch manche Vorfälle, inzwischen in einer sehr schwierigen Situation ist, weswegen er auch erst zur 2. Stunde kommen konnte und auf einen Rollator angewiesen war.

Dankbar sind wir für die engagierte Unterstützung durch Renate Schäfer, Ulla Berns, sowie Marga Ostermann, Brigitte Springl und Hannelore Hoenen, die alle durch ihren besonderen Einsatz sehr positiv zur Situation der Gruppe beitragen, durch Anrufe, Glückwunschkarten und als Küchenfeen.

Bei dieser Gelegenheit konnten auch einige Teilnehmer angesprochen werden, die Leitung der Gruppe auf mehrere Schultern zu verteilen, Gespräche sollen im November stattfinden, bei gleichzeitiger Planung des nächsten Jahres inklusive der Flyer Gestaltung.

Auf Anfrage soll Herr Ronecker (Gruppenmitglied) angesprochen werden, eine reale Vorstellung seiner Tango Kurse bei einem Treffen beizusteuern. Das wird uns in „Schwung“ bringen! Auch die angebotene Senioren Assistenz ist dabei ein Thema, vor allem für alleinstehende essentiell.

Mit Vor und Nacharbeiten kommen für einige 3-5 h Aufwand zusammen, das Treffen hat 2h Länge, was manchmal zu kurz wirkt, aber für viele Betroffene eine Herausforderung ist. Für viele gilt: gerne würde wir uns mehr austauschen.

Plan-Struktur zum Treffen: 19.10.2021 Parki Treff

Hymne(n)
Kaffee
Gymnastik ?

DANK

Einspringer: Renate Schäfer, Ulla Berns
Küche: Brigitte Springl, Marga Ostermann (80), Hannelore Hoenen

Wolfgang+Eva Schoefinius (nicht anwesend wg Problemen bei Wolfgang)

Kümmerer: Jörg und Elenor

Verzogen:

R. Brocki nach Bad Camberg; Fam. Bester nach Freiburg zur Tochter

----Verstorben-----

Benno Pacofsky	81	+31.03.2020
Uwe Mühlig	77	+11.06.2021
Hubertus Korf	85	+04.02.2021
Heinrich-W. Hülsewig	83	+23.08.2021

Wir suchen: (Lothar Meuskens, Fam. Elfeld, Willi Smitmans, Fam Patorra)

- # Kümmerer
- # Stellvertreter Leitung
- # Ausflug Planung
- # Finanzen verwalten
- # Jahresprogramm Planung 22: 12 Termine!
- # Flyer Entwurf
- # Spenden

Überregional:

- # Vertretung in der dPV (Regionalleiter Treffen)
- # Kontakt zur SH Kontaktstelle KR
- # AKM (Arbeitskreis Mitglieder)

Ca. 16:00

- Dr. Straeten, Hippotherapie
- Frau Herchenbach - TMS Dr. Wojtecki
- Kliniken + Erfahrungen ==> Fragen?
- REHA Krefeld (Raeder), Willich (Comeback), Krefeld (Rehagruppe aus der ParkiGrp)

Zum Abschluss noch ein Lied! Ludwig van Beethoven der Jubilar des Jahres!

Ode an die Freude verarbeitet zu einem Parkilied; Wer hätte das gedacht – LvB 250 Jahre und das rechte Lied für Parkis. Meistens grimmig gestimmt, hat er für die Krefelder Parkis ein Lächeln mit einem gehobenen Daumen ;-)

----- evtl -----

- Bett für Parki? (Merkmale)(Bonat - KKasse)
- Beitrag für Webseite: Info - Gedicht - Geschichte - Erfahrung
- Hilfen fürs Älterwerden ; Ronecker, (Tango: Interessenten?)



=====