

# Forum



Das Magazin für ein aktives Leben

Ausgabe 1/2006

## Lifta-Produkte

Doppelter Durchblick mit moderner Sehhilfe  
Seite 4

## Kurzgeschichte

Wie ärgerlich Amselgesang sein kann  
Seite 6

## Wohlfühl-Tips

Rezepte fürs Leben: Zeit  
Seite 7

## Titelgeschichte

# Das gab`s nur einmal, das kommt nie wieder!

## Ein Fußball-Sieg und seine Bedeutung

Als die deutsche Nationalmannschaft 1954 die Fußball-Weltmeisterschaft gewann, war der Jubel unbeschreiblich. Spätere Erfolge wie die Titelgewinne bei der WM 1974 und 1990 begeisterten zwar auch, lösten aber nicht mehr solche Euphorie aus wie das „Wunder von Bern“. Denn der damalige Sieg kam völlig überraschend und war viel mehr als nur ein Titelgewinn: Er war der Start für ein neues Deutschland.



## Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,



in ca. acht Wochen beginnt ja nun endlich, worauf so viele fußballinteressierte Menschen fieberhaft warten – die Weltmeisterschaft in Deutschland. Da-

mit die Chancen auf den Titel möglichst groß sind, bedarf es einer enormen Teamarbeit. Denn nur wenn sich alle Spieler aufeinander verlassen können, werden sie auch ihr Ziel erreichen.

Auch bei uns im Kundendienst steht der Teamgedanke ganz oben. Auch wir arbeiten Hand in Hand und versuchen immer wieder, für Sie die bestmögliche Lösung zu realisieren. Wenn Sie uns zu Fragen oder ggf. aufgrund von Problemen mit Ihrem Lifta-Treppenlift im Kundendienst telefonisch kontaktieren, können wir durch eine innovative Vernetzung des Mitarbeiterwissens in unserem Hause sehr schnell konkrete Lösungen für Sie erarbeiten und anbieten. Wir lassen dabei ein Ziel nie aus den Augen: Ihre Zufriedenheit! Daran arbeiten wir kontinuierlich und setzen auch bei uns die Maßlatte immer wieder ein Stück höher. Wenn also nun im Juni der erste Anpfiff die WM einläutet, hängt auch hier die Maßlatte sehr hoch und es wird sich zeigen, ob die Teamarbeit unserer „Kicker-Elf“ Früchte trägt. Wir sind bestimmt ebenso wie Sie auf den Verlauf gespannt und hoffen, daß unser WM-Team es bis ins Endspiel schaffen wird.

Herzliche Grüße!

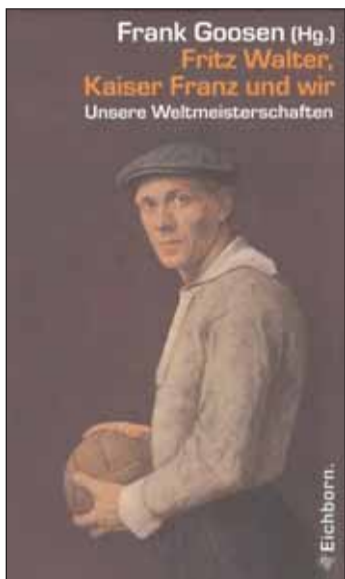
*Peter Schwartz*

Ihr  
Peter Schwartz

## Buchtip

### Fritz Walter, Kaiser Franz und wir

#### Unsere Weltmeisterschaften



In diesem Buch erzählen 22 Autorinnen und Autoren vom Leben. Denn das Leben ist rund. Wie Onkel Heinz' Geburtstagsfeier von Uwe See-

ler gerettet wurde. Wie die erste Freundin dafür sorgte, daß man das dramatische Halbfinale gegen Frankreich verpaßte. Und wieso Gerd Müller schuld war, daß ein Rauhaardackel an die Zimmerdecke flog: Es gehört zu den prägendsten Kindheitserinnerungen von Millionen von Deutschen, in welchen Lebensumständen und mit welchen Leidenschaften sie die dramatischen WM-Spiele der deutschen Nationalmannschaft erlebt haben.

„Vier Jahre, das ist eine schöne Distanz, eine, die Unterschiede macht in der Erinnerung, der Selbstwahrnehmung, der Gliederung der Lebensphasen. Es gibt WM-Erinnerungen mit Koteletten und Schlaghosen, solche an bierselige Familienfeiern in überfüllten Wohnzimmern und andere im Gang eines Studentenwohnheims, mit dem verschneiten Bild des winzigen tragbaren Fernsehers. Und an den Tor schrei, bei dem das Baby wach geworden ist.“

Die Autoren dieser Anthologie lassen in literarischen und kabarettistischen Erzählungen, Essays und Erinnerungen die Atmosphäre vergangener Weltmeisterschaften wieder erstehen – vom ganz persönlichen „Spiel des Jahrhunderts“ bis zu den Kindheitserlebnissen mit sinnlos herumgröhlenden Erwachsenen und dem eigenen begeisterten Mitfiebern.

**ISBN: 3-8218-4884-7**

**Preis: 16,95 Euro**

## Titelgeschichte

### Ein Lifta-Kunde erinnert sich

„Als das Spiel zu Ende war, da waren wir plötzlich alle Brüder“, erzählt Herbert Krämer aus Fürstfeldbruck. Damals, am 4. Juli 1954, hielt er sich im Freibad seiner Heimatstadt auf, als er die erlösenden Worte über die Lautsprecher hörte: „Aus, aus, auuus! Das Spiel ist aus. Deutschland ist Weltmeister, schlägt Ungarn mit drei zu zwei Toren im Finale in Bern!“



„Der Jubel war unbeschreiblich“, erzählt Herbert Krämer weiter. „Menschen, die sich noch nie vorher gesehen hatten, lagen sich in den Armen und weinten Tränen der Freude.“ Drei Tage nach diesem unerwarteten Titelgewinn traf er die „Helden von Bern“ auf dem Odeonsplatz in München. Dort entstanden die Fotos, die er uns aus seinem Privatarchiv zur Verfügung gestellt hat.



Herbert Krämer ist seit kurzem Besitzer eines Lifta-Treppenlifts und freute sich sehr, der FORUM-Redaktion von seinen Erinnerungen an die WM 1954 erzählen zu können. Als wir ihn fragten, worin sich denn die damaligen Spieler von den heutigen unterscheiden, da meinte er, „das waren ganz volkstümliche Leute zum Anfassen, Menschen wie du und ich.“

### Menschen wie du und ich

Diese Leute waren damals nicht die Stars, die man heute aus ihnen macht. Sie gingen ganz „normalen“ Berufen nach. Die Eltern der Brüder Walter betrieben die Vereinsgaststätte des 1. FC Kaiserslautern. Bei Ottmar Walter, dem „kleinen Bruder“ von Fritz, wurde getankt, wenn man denn ein Auto hatte. Werner Liebrich betrieb einen kleinen Zeitungsladen und Horst Eckel arbeitete in einer großen Fabrik. Und auch Fritz Walter war einer wie du und ich. Wenn man

ihm begegnete und freundlich grüßte, kam eine ebenso freundliche Antwort zurück, ganz ohne Dünkel eben.

### Kein Gedanke an Siebprämien

„Einer für alle“ und „Elf Freunde müßt ihr sein“ – solche Worte in der heutigen Fußballwelt, undenkbar. Kaum vorstellbar, daß sie einem Fußballprofi von heute über die Lippen kämen. Doch für jene Männer, die den Krieg überlebt hatten, die beim 1. FC Kaiserslautern monatlich 320 Mark verdienten – wenn sie Deutscher Meister wurden, 1.000 Mark –, waren sie so selbstverständlich, daß sie bis zum Finaltag nicht an Siebprämien dachten. Kapitän Fritz Walter versicherte im letzten Interview vor seinem Tod: „Keiner verlor ein Wort über Geld. Nicht ein einziger unserer Spieler ist zu mir gekommen und hat eine Andeutung gemacht. Sie waren einfach froh, ins Endspiel gekommen zu sein.“

### Mehr als nur ein Fußballspiel

Kein anderer Sporterfolg hat die Deutschen jemals so beglückt und überrascht wie der 3:2-Triumph über die hoch favorisierten Ungarn im Endspiel der Fußballweltmeisterschaft 1954. Der Gewinn der Weltmeisterschaft war weit mehr als nur ein Titelgewinn. Es war der Start für ein neues Deutschland. Er richtete die Deutschen nach dem Zweiten Weltkrieg wieder auf und erfüllte ein ganzes Land mit großem Stolz.

Fußballfan Norbert Blüm faßte Jahre später zusammen, was viele damals empfanden: „Deutschland hat um seine Anerkennung in der Welt gekämpft. Man fühlte sich als Notgemeinschaft. Insofern war diese Fußballnationalmannschaft „Fleisch von unserem Fleisch“. Jetzt hatten die



## Titelgeschichte

Deutschen wieder etwas, worauf sie stolz sein konnten.“ So gesehen war das „Wunder von Bern“ die eigentliche Geburtsstunde der Bundesrepublik Deutschland.

### Heimlich mit dabei

„Wir mußten Fenster und Türen schließen, damit uns niemand hörte“, erzählt Kurt Bischoff aus Stendal. Auch er besitzt seit einigen Jahren einen Lifta-Treppenlift und freute sich, über seine Erlebnisse aus dieser Zeit berichten zu können. „Unsere Region war von den Russen besetzt, und es war verboten, Westradio zu hören. Aber irgendwie schafften wir es, und als Deutschland dann Weltmeister wurde, da lagen wir uns vor Freude in den Armen, selbst eine Flasche Sekt wurde irgendwie organisiert. Wir hatten zwar kein Geld, aber das mußte einfach sein, an so einem denkwürdigen Tag.“

### Nicht nur dabei, sondern mittendrin

Der am 6. März dieses Jahres 82 Jahre alt gewordene Ottmar Walter, der „kleine Bruder“ von Kapitän Fritz Walter, führt noch bis heute vor seinem Bruder Fritz die „ewige“ Torschützenrangliste im Südwesten an. Er hatte in fast allen Vorrunden-Spielen getroffen, doch im Endspiel am 4. Juli 1954 blieb er ohne Torerfolg. Dafür riß Ottmar Walter die Abwehr der Ungarn auseinander und schuf so Platz für die Torschützen Rahn und Morlock. Gemeinsam mit seinem Bruder Fritz Walter und Werner Baßler bildete er in der Zeit von 1947 bis 1956 beim 1. FC Kaiserslautern nach Meinung vieler Sportjournalisten das beste Sturmtrio in Deutschland.

Ottmar Walter ist einer der noch lebenden Weltmeister von 1954, und die FORUM-Redaktion freute sich, ihm persönlich ein paar Fragen zur WM 1954 stellen zu können.

**FORUM:** Herr Walter, in diesem Jahr regiert wieder König Fußball das Land. Alles dreht sich schon seit Wochen und Monaten um dieses Thema. Gab es diesen „Rummel“ im Vorfeld auch schon 1954?

**O.W.:** Ich erinnere mich noch gut an die Zeit vor dem Endspiel. Natürlich wurde es in der Presse nicht so hochgespielt, da man meinte, wir hätten gegen die übermächtigen Ungarn nicht wirklich eine Chance. Aber wir waren nicht nur körperlich fit, wir waren auch von unserem Trainer Sepp Herberger mental gut eingestellt worden. Er kam zu jedem einzelnen von uns, sprach mit ihm über seine Stärken und bereitete uns auf mögliche Situationen im Endspiel gegen die Ungarn vor.

**FORUM:** Herr Walter, was hat Sepp Herberger Ihnen gesagt?

**O.W.:** Zu mir sagte er: „Sie kennen Ihre Stärken“, das hat mir gereicht. Ich war hinten, um dichtzumachen, und vorne im Sturm machte ich Druck. Ich war dort, wo ich gebraucht wur-



Ottmar Walter

de. Nach dem Spiel kam Herberger zu mir in die Kabine und sagte nur: „Ottes, danke.“ Er war kein Mann der großen Worte, aber das, was er sagte, das paßte.

**FORUM:** Was hat die Mannschaft beim Endspiel gegen den haushohen Favoriten so motiviert, um eine derartige Leistung erbringen zu können?

**O.W.:** Wie gesagt, wir waren fit und wir haben immer an uns geglaubt. Selbst als schon kurz nach dem Anpfiff das zweite Tor für die Ungarn fiel, war unser Glaube und unser Wille zum Sieg nicht gebrochen. Im Gegenteil, wir schafften noch vor der Halbzeit den Ausgleich zum 2:2, und die Ungarn wurden zunehmend unruhiger. Und obwohl wir ihre Sprache nicht verstanden, begriffen wir, daß sie anfangen, sich zu streiten. Ja, und als uns dann kurz vor dem Ende das 3:2 gelang, da haben wir noch einmal alle unsere Kräfte mobilisiert, um die letzten Minuten des Spiels ohne weiteren Gegentreffer über die Zeit zu bringen.

**FORUM:** Herr Walter, hat der Gewinn der Weltmeisterschaft Ihr Leben geprägt?

**O.W.:** Ich denke, daß mein Leben auch ohne den Sieg weitestgehend so abgelaufen wäre, wie es dies getan hat. Aber der Gewinn der Weltmeisterschaft 1954 zählt zu den schönsten Erinnerungen in meinem Leben. Es hat uns alle mit großem Stolz erfüllt. Nach diesem Spiel wußte die Welt plötzlich wieder, wo Deutschland liegt. Wenn wir heute über dieses Ereignis sprechen, dann sind wieder alle Erinnerungen so lebendig, als wäre es erst gestern gewesen – einfach einmalig und großartig.

**FORUM:** Wenn Sie heute der Trainer unserer Nationalelf wären, was würden Sie ihnen sagen?

**O.W.:** Wir haben sehr gute Spieler, und sie werden sicher bestens auf die bevorstehende Weltmeisterschaft vorbereitet. Ich glaube, daß sie immer für eine Überraschung gut sind und daß mit allem zu rechnen ist. Ich vertraue unserer Mannschaft!

## Menschen

### Fußball und Partnerschaft

Der Spielplan hängt seit Wochen an der Wand, die wichtigsten Spiele sind markiert. Verabredungen werden nur nach „Rücksprache“ mit diesem Kalender getroffen. Selbst die Geschäftsreisen werden so gelegt, daß sie nicht auf die Spieltage fallen. Und wenn man doch einen Spieltag erwischt, dann muß die Besprechung bis zum Anpfiff beendet sein.

Der Juni wird eine Zerreißprobe für jede Partnerschaft, denn für Zweisamkeit ist hier kein Platz. Die WM hat Vorrang. Die wichtigste Beziehung besteht nun zum Fernseher und zu den Fußballfreunden. Der Konsum an Bier und Chips steigt: Jeder Ernährungsberater wäre entsetzt, und die Waage wird wochenlang nicht genutzt. In großer Runde trifft man sich privat oder im Biergarten vor der großen Leinwand, denn allein macht die WM keinen Spaß. Und dabei geht es hoch her: Spielzüge werden analysiert, die Fähigkeiten der Schiedsrichter bewertet und jede Entscheidung des Trainers von allen Seiten beleuchtet. Lauthals wird diskutiert, wurde der Stürmer wirklich gefoult, oder hat er ein hervorragendes schauspielerisches Talent? Beim Sieg der favorisierten Mannschaft wird gemeinschaftlich gejubelt, bei einer Niederlage trocknet man sich gegenseitig die Tränen. Wunderbare Freundschaften entstehen. Es ist herrlich! Die WM 2006 beherrscht unser Leben.

Diese vier Wochen werden schwer für meinen Mann, denn ich habe keine Zeit – ich muß zum Fußball!



Lifta-Mitarbeiterinnen sind auf die WM bestens vorbereitet (v.l.n.r.: Stefanie de Buhr, Kirsten Hedtke, Brigitte Scholz).

## Lifta- Engagement

### Luis ist da!



Lange haben sie auf ihn gewartet, aber nun hat das Reittherapiezentrum (RTZ) „Weißer Bogen“ e.V. es geschafft: Mit Luis, einem neun Jahre alten „Holländer“, ist ein weiteres Pferd für die Therapie angeschafft worden.

Luis ist das zweite Pferd, mit dem Lifta im Rahmen seines sozialen Engagements die Hippotherapie im RTZ in Köln unterstützt.

Luis' bisheriger Werdegang ist gekennzeichnet von zahlreichen Turnieren, die er bestritten hat. „Das erklärt seine ausgesprochen leichte Art, ihn zu reiten“, erklärt uns Ursula Schmidt, die ihn liebevoll unter ihre Fittiche genommen hat. Auch die Befehle, die man ihm gibt, setzt er sofort um – ein ganz wichtiges Kriterium bei der Arbeit mit kranken oder behinderten Menschen. Hinzu kommt sein ausgesprochen liebes Wesen: Wer ihm tief in seine großen braunen Augen schaut, der muß ihn einfach gern haben.



V.l.n.r.: Monika Schäfer, Christa Klees, Ursula Schmidt

## Lifta-Produkte

# Doppelter Durchblick

Brillanter TV-Genuß mit moderner Sehhilfe



Die Zeiten, in denen Sie Ihren Fernsehsessel bis direkt vor den Apparat schieben mußten, um vom Spektakel im TV etwas erahnen zu können, sind vorbei. Und auch Ihre Nase müssen Sie sich nicht mehr an der Mattscheibe plattdrücken. Eine einzigartige Neuheit auf dem Brillenmarkt sorgt ab jetzt für klaren Durchblick und scharfe Sicht – und das gleich zweifach vergrößert. Denn die MAXTV verhilft Ihnen gewissermaßen zu einem optischen Double.

Erreicht wird der doppelte Sichtgenuß durch eine clevere Kombination aus zwei miteinander verbundenen Gläserelementen. Damit passieren die spannenden Bilder aus aller Welt gleich zwei Optimierungsflächen und erreichen Ihre Augen doppelt vergrößert in perfekter Maximierung. Fernsehen hautnah erleben, das ist die Devise, die für dieses optische Novum gilt, und zwar jeden Augenblick.

Ob der Ball über der Torlinie war oder nicht – bei dieser WM werden Sie es wissen, denn Sie sehen es genau. Ob der Quiz-Kandidat Millionär wird oder nicht – Sie wissen es noch vor Günther Jauch, denn Sie können hinter feinsten Mimik fast schon seine Gedanken lesen. TV total gilt auch für spannende Spielfilme oder fesselnde Tierreportagen. Packende Sportreportagen erleben sie wie live, von den größten Kino-

klassikern ganz zu schweigen. Die Brille vor Augen, sitzen Harry Potter, Godzilla und der Herr der Ringe zu Gast bei Ihnen auf dem Sofa, und wenn der Film nicht hinter Glas wäre, würde sicher auch die Bugwelle der Titanic in Ihr Wohnzimmer schwappen: Brillant!

Die pfiffige Sehhilfe präsentiert sich in sportlicher Optik und garantiert komfortabel. Leichte Kunststoffbügel in bequemer Breite sorgen ergonomisch geformt für drucklosen Sitz. Bequemer Halt also für die scharfsichtige Doppeltverglasung, durch die Normalsichtige ebenso gut sehen wie Brillen- und Kontaktlinsenträger. Dank der einzigartigen Technik von MAXTV werden Fehlsichtigkeiten bis zu drei Dioptrien problemlos ausgeglichen und Kurz- und Weitsichtigkeit mit einem Handgriff wirkungsvoll reguliert. Übrigens, ob Sie sich vor den kleinen Zweitfernseher oder den großen Plasmabildschirm setzen, ist völlig egal: Der gläserne Hingucker holt Ihnen die Welt nach Hause, und zwar wohin Sie wollen. Verfolgen Sie das Ereignis des Jahres so nahe, als wären Sie dabei!

Die MAXTV-Brille können Sie direkt bei Lifta-Care bestellen; weitere Informationen finden Sie im beiliegenden Infoblatt.

**Ansprechpartner: Andreas Hofmann,  
Tel.: 0800-20 222 02**

# Da simmer dabei!

„Einmal im Jahr“ steht Köln auf dem Kopf: König Karneval hat das Zepter übernommen und überall wird gefeiert, gesungen und gelacht. Kölns „fünfte Jahreszeit“, weltweit bekannt als fröhliches, buntes Volksfest, ist angebrochen.

Mit Beginn am 11.11. um 11 Uhr 11 bis zum Aschermittwoch feiert Köln mit Hunderten von Sitzungen, Bällen und Umzügen eines der größten Brauchtumsfeste der Welt.



Auch in diesem Jahr war am Rosenmontag die Stadt wieder voller Narren. Der Rosenmontag ist neben Weiberfastnacht ein Höhepunkt des Straßenkarnevals. Der berühmte Rosenmontagszug ging wie immer um 11 vor 11 am Chlodwigplatz los und brauchte für den 6,5 Kilometer langen Weg etwa vier Stunden. In die-



sem Jahr war der Zug etwa 7 km lang. Das Motto des diesjährigen Zuges lautete: „Mir all sin Kölle“.



Stunden, bevor „er“ kommt, beziehen viele Jecke schon ihre Plätze am Straßenrand, mit Campingstühlchen, Proviant und Kölsch ausgestattet. Zur Musik aus den mitgebrachten Kassettenspektakeln schunkelt man sich warm und wartet geduldig auf die vielen Fußgruppen und prachtvollen Festwagen der Karnevalsgesellschaften.

Mittendrin im bunten Treiben war diesmal auch der Lifta-Hublift: Diesen hatte Lifta auf Bitten der Rhein-Energie Köln für die Ehrentribüne des Unternehmens zur Verfügung gestellt. Mit dem Lifta-Hublift konnten auch Rollstuhlfahrer die Tribüne bequem erreichen und hatten freie Sicht auf das fröhliche Treiben im Herzen der Domstadt.



## Lifta unterwegs

### Samsdachs is Badedach!

Baden anno dazumal: Das war ganz schön aufwendig, so ganz ohne die Segnungen der modernen Technik. Hannelore Schmitz, die Frau unseres Montageleiters, erinnerte daran auf einer Lifta-Karnevalsveranstaltung in einer launigen Büttenrede – natürlich auf Kölsch:



Ach wat wor dat fröher schön,  
am Samsdachs en de Bütt zu jehen.  
No Meddach schleppte dä Papa schon  
De Zinkbütt eren – vom Köschebalkon.  
De Herd wood gestoch, met Holz un  
Brikett,  
dann wood Wasser jeschlepp, vom  
Etageklosett.  
De Enkochkessel un et Wasserscheff  
voll,  
un ne große Zuppekessel, de Papp  
schleppten wie doll.  
Dann wood de Desch op de Sick  
jeröck,  
de Mamm rollte ne Teppisch us janz  
flöck.  
Do däten se dann de Bütt drop stelle,  
un ziemlich huh met Wasser fölle.

De Pänz komen zuirsch en de Bütt,  
op de Oven noch schnell jet Holz,  
un ne Klütt.  
Jeder drängte sich führ, dat woor  
janz jewess,  
un mancheiner hät heimlich en de  
Bütt gepiss.  
De Mamm seifte met Kernseef se en  
em Jalopp,  
un dann en Schepp Wasser über dä  
Kopp.  
Erus us de Bütt, de Schlofanzoch aan,  
op de Bank jesatz- dann wohre de  
Eldere dran.

Zuirsch däten se e Bettdoch quer für  
et Büttche hange,  
wäje de Pänz, süns dät me sich  
schamme.  
Zuirsch koom de Mamm, un dann de  
Babb.  
De Mamm rubbelte singe Rögge,  
und dat nit ze knapp,  
un dät noch Wasser beilofe losse.  
Dä Bapp soß em Wasser wie bejosse.

## Wissenswertes



### Die Vogelscheuche

Auf Feldern und in Gärten kann man, sobald die Ernte heranreift und geschützt werden muß, große Figuren sehen. Manche sehen abenteuerlich aus. Wenn der Wind hineinfährt, wehen die Lumpenkleider, und man hört ein gewaltiges Scheppern. Die phantasievollen Gebilde sollen gefräßige Vögel erschrecken und verscheuchen.

Vor einigen Jahren war die Vogelscheuche – zumindest in Österreich – zu einer Kultfigur geworden. Ein Klagenfurter hatte großangelegte „Ackerfeste“ inszeniert mit regelrechten Aufzügen von Vogelscheuchen. Es gab sogar Wettbewerbe für die originellste Figur: Dekorateure gestalteten Schaufenster, wobei die Vogelscheuche zum Beispiel Bettwäsche anpreisen sollte.

Aber auch in unseren Gärten und auf Balkonen gilt es, gefiederte Plagegeister wie beispielsweise Tauben zu verscheuchen. Nicht nur, daß Tauben frühmorgens und den ganzen Tag über mit ihrem aufdringlichen Gegurre nerven, sie sind auch gefährlicher als manch ein Raubtier: Zum einen zerstört der ätzende Taubenkot oft die Bausubstanz, zum andern verbreiten Tauben bekanntlich auch Zecken und Flöhe.

Eine einfache, wirksame und schnelle Lösung für die Taubenabwehr bietet der Rabe. Der Anblick von Raben und Krähen löst bei Tauben einen Mechanismus aus, der sie zur Flucht zwingt: Ein Rabe mit Befestigungsstab für Gärten und Blumenkästen wird Ihnen helfen, die Eindringlinge wirksam abzuwehren.

## Kurzgeschichte

# Wie ärgerlich Amselgesang sein kann

von Klaus Mampel

**F**ür die meisten Leute ist Amselgesang etwas sehr Erfreuliches. Wenn aber mancher im Frühjahr aufhorchend sagt: „Wie schön, da singt schon eine Amsel!“, dann sagt Binsmaier zu seiner Frau: „Da fängt doch wahrhaftig schon so ein Mistvieh an zu singen.“

Binsmaier führt nämlich schon seit Jahren einen Kampf gegen die Amseln, weil er vor dem Haus einen kleinen Garten hat, und in der Mitte des Gartens steht ein Kirschbaum, und wenn der Baum im Sommer Früchte trägt, kommen die Amseln und laben sich daran.

Binsmaier beugt schon lange vor der Kirschernte dem Amselfraß vor, indem er alles in und an und auf den Kirschbaum hängt, was eine Amsel fernhalten könnte. Da sind wirbelnde, metallisch blitzende und knisternde Aluminiumfolien, außerdem aufgeblasene Plastiktüten, die beim leisesten Luftzug hin- und herschaukeln, dann sind da Stoffreste und Fetzen von diesem und jenem, sodann Blechbüchsen und Topfdeckel, die bei Wind gegeneinander klappern, und nur eine regelrechte Vogelscheuche fehlt; aber Binsmaier hat schon vor Jahren zu seiner Frau gesagt, wenn er eine Vogelscheuche in den Baum setzte, würden die vorüberspazierenden Nachbarn sagen: „Guten Tag, Frau Binsmaier“, und das wolle er nicht herausfordern.

Statt dessen hat Binsmaier seiner Frau jedes Jahr zur Kirscherntezeit eine eigene Rolle zugegacht: Sie muß den Baum bewachen, indem sie sich ans Fenster setzt und an einer Schnur zupft, die mit einer im Kirschbaum hängenden Glocke verbunden ist. Sobald eine Amsel auf dem Kirschbaum landet, läutet Frau Binsmaier Sturm, um der Amsel keine Gelegenheit zu geben, sich eine Kirsche auszusuchen.



Allerdings hat diese Methode nie lange gewirkt, weil die Amseln sich an das Geläute gewöhnen und es eher für eine Einladung zum Kirschenschmaus halten. Auch an alle anderen Anhängsel des Baums, ob aus Plastik oder Stoff oder Blech, gewöhnen sich die Amseln schnell. Und weil der Baum mit seinem Schmuck so bunt ist, scheint er die Amseln von weither anzulocken: Mit ziemlicher Sicherheit ist er der von Amseln meistfrequentierte Kirschbaum am Ort.

Deshalb steht Binsmaier im Sommer oft hinter seiner Frau, und während sie die Glocke läutet, ruft er der ihm nächsten Amsel zu: „Du Mistvieh, du trauriges, hau bloß ab!“, und Frau Binsmaier klatscht in die Hände, nicht etwa aus Freude, sondern um damit die Amsel zu verjagen. Aber auch ihr wildestes Händeklatschen erreicht das nicht, und darum ruft auch sie verzweifelt aus: „Jetzt geh doch weg!“, und endlich sagt sie zu der Amsel gänzlich unpassenderweise: „Du Kuh!“

An dieses Elend also denken Binsmaiers, wenn sie die erste Amsel des Frühlings singen hören. Woraus sich ergibt, daß Amselgesang desto ärgerlicher ist, je weniger Kirschen einem zum Eigenverzehr bleiben. Wer aber von vornherein keine Kirschen hat, für den ist Amselgesang eine reine Freude.



# Rezepte fürs Leben: Zeit

von Dr. med. Heinz Pilartz

**U**nter dem Begriff „Zeit“ wird sehr Unterschiedliches verstanden: Zeit erleben, Zeit als Meßwert, als Jahreszeit, als biologischer Rhythmus. Der Spruch „Ach, was vergeht die Zeit so schnell/langsam“ ist der Ausdruck des persönlichen Zeiterlebens. Die objektive Maßeinheit Zeit ist nicht beeinflussbar, das Zeiterleben wohl.

Wie jeder einzelne schon erleben konnte, schleichen die Minuten dahin, wenn man auf etwas wartet. Dagegen vergehen ausgefüllte Stunden „wie im Fluge“. Ist man aktiv, verfliegen die Minuten mit der geleisteten Tätigkeit im Nu. Die Tätigkeit steht im Vordergrund, keiner schaut auf die Uhr. Steht, wie beim Warten, der Zeiger der Uhr im Zentrum des Interesses, gewinnt die „Minute“ eine überstarke Bedeutung.

Das Phänomen „Zeit“ ist nicht nur in der Gegenwart faszinierend, auch zurückblickend gibt es eine interessante Beobachtung: Erlebnisarme, von Routine geprägte Zeitabschnitte hinterlassen kaum eine Spur in der Erinnerung. Dagegen kann man noch Jahre später ausführlich über ein kurzes, eindrucksvolles Erlebnis berichten. Denn die Erinnerung ist an die Verarbeitung neuer Erfahrungen gebunden. Unser Gehirn speichert – aus Sparsamkeitsgründen – nur Neues und selektiert dabei automatisch zwischen wichtig und unwichtig. Erfahrungs- und erlebnisarme Zeiten bedürfen keiner wesentlichen Speicheraktivität des Gehirns: Wir erinnern uns an solche Zeiten kaum.

Dieses Wissen können Sie nutzen, indem Sie Tage der Routine vermeiden, viel unternehmen und Neues wagen. Planen Sie Ihre Zukunft unter dem Aspekt „Lernen, Erleben, Beobachten“. Sie mögen dann zwar kaum Mußestunden haben, aber im Rückblick jagen auch die Wochen und Jahre nicht dahin.

Der Spruch „Man ist so alt, wie man sich fühlt“ gehört eigentlich auch zu diesen Phänomenen. Zwar mag man nach der Maßeinheit Zeit schon 70 Jahre alt sein. Aber was bedeutet das schon? Muß man mit 70 Jahren Rheuma haben? Vernünftig sein? Oder vier Enkelkinder haben?

Aufgrund gesellschaftlicher Konventionen lassen sich viele Menschen auf einen unbewußten Vergleich mit Gleichaltrigen ein: Wie diese leben, erleben, sich kleiden, reisen etc. hat einen



starken Einfluß auf die eigenen Entscheidungen und Planungen.

Wenn Sie in der Lage sind, sich von der starren, messenden Bedeutung der Zeit zu lösen, gewinnen Sie viel an Freiheit und Spontanität. Leider muß aus Beobachtungen einer großen Anzahl Senioren geschlossen werden, daß hier viele kampflös resignieren und das Leben ohne Aktivität, Experimente und Spontanität akzeptieren. Aber: Wird die Speicheraktivität des Gehirns nicht genutzt, gibt es auch keine spezifische Erinnerung.

Ruhestand darf nicht bedeuten, daß man im Sessel sitzend den nächsten Tag erwartet. Vielmehr ist es ein wunderbarer Lebensabschnitt, in dem man seinen Neigungen nachgehen kann, ohne große Zeitanzeile des Tages darauf verwenden zu müssen, Geld zu verdienen oder sich um die heranwachsenden Kinder zu kümmern. Nutzen Sie diese Chancen!

Lihta-Partner  
neu+++neu+++neu

**Betreute Flug/Busreisen für Senioren und Menschen mit eingeschränkter Mobilität**

Wir packen den Bus ins Flugzeug und ab geht's nach Mallorca. Ganz so einfach ist es natürlich nicht, aber fast. Denn ab Oktober dieses Jahres bieten Holtappels-Reisen einen neuen Service an:

**Kombinierte Flug/Busreisen nach Spanien, mit dem gewohnten Service der Familie Holtappels!**

Abflugmöglichkeiten bestehen von jedem Flughafen im Bundesgebiet. Am jeweiligen Zielflughafen angekommen, nehmen Sie die Mitarbeiter von Holtappels in Empfang und begleiten Sie mit Ihrem gesamten Gepäck zum eigenen Reisebus. Die Weltenbummler unter Ihnen kennen den gut ausgestatteten Reisebus des Unternehmens mit all seinen Annehmlichkeiten. Während der gesamten Reise wird er Ihr Begleiter sein und Sie sicher und komfortabel von einem Ort zum anderen bringen. Auf allen Ausflügen werden Sie von deutschsprachigen, ortskundigen Reiseleitern begleitet und vorzüglich vom Holtappels-Reiseteam umsorgt.

Für dieses Jahr sind folgende Reiseziele geplant:

- 8 Tage Mallorca (Verlängerung möglich)**
- 8 Tage Golf von Almeria/ Roquetas de Mar**
- 14 Tage traumhaftes Andalusien mit Granada, Cordoba, Malaga, Gibraltar, Jenez u. v. m.**
- 15 Tage erlebnisreiches Andalusien (Golf von Almeria und Costa del Sol)**

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:

**HOLTAPPELS-REISEN**  
**Rolli-Tours**  
**Sabine Holtappels**  
**Zur Oelmühle 10**  
**53347 Alfter**  
**Tel.: 0228/642402**  
**Fax: 0228/644344**



# Lifta-Reisen

Es sind noch Plätze frei!!!

## Gemeinsam reisen 2006

Genießen Sie unbeschwerte, schöne Urlaubstage in geselliger Runde:

### 7. bis 14. Mai 2006: Maurach am Achensee

Erholen Sie sich im schönen Österreich. Wir besuchen Salzburg und die Swarovski-Kristallwelten und unternehmen herrliche Fahrten wie die „Vier-Seen-Fahrt“, eine Dolomitenrundfahrt und eine Fahrt durch das Zillertal.

### 12. bis 18. Juni 2006: Haffkrug

Kommen Sie mit an die Ostsee nach Haffkrug. Von dort aus besuchen wir Timmendorf, Travemünde,

Hamburg, Friedrichstadt, Lübeck und die Holsteinsche Schweiz.

### 21. bis 28. September 2006: Bayerischer Wald

Lassen Sie sich von den Naturschönheiten des Bayerischen Waldes verzaubern, die wir auf unseren Ausflügen nach Regensburg, Passau und Prag entdecken. Eine Donau-Schiffahrt darf natürlich nicht fehlen.

Unsere ausführlichen Reiseprospekte können Sie mit der beiliegenden Karte kostenlos anfordern. Weitere Informationen erhalten Sie auch telefonisch bei Kirsten Hedtke unter: 02234/504 174



## Impressum

### Herausgeber:

Lifta Lift und Antrieb GmbH  
Horbeller Straße 33  
50858 Köln  
Tel.: 0800/22 44 66 1  
www.lifta.de

### Verantwortlich für den Inhalt:

Heide Breimeier  
Christa Klees  
Tel.: 0 22 34/504 421  
Fax: 0 22 34/504 555  
E-Mail: hbreimeier@lifta.de  
cklees@lifta.de

### Text:

Christa Klees

### Redaktion:

heimbüchel pr GmbH,  
Köln/Berlin,  
Frank Geuenich,  
Lifta Lift und Antrieb GmbH,  
Heide Breimeier,  
Kirsten Hedtke,  
Christa Klees

### Gestaltung:

heimbüchel pr GmbH,  
Köln/Berlin,  
Miria Marx,  
Cheryl de Sagun

### Bildnachweis:

akg-images, brandXpictures,  
Herbert Krämer, Lifta Lift  
und Antrieb GmbH, MEV-  
Verlag, Ottmar Walter,  
pixelquelle/Kurt Michel,  
pixelquelle/Uwe Steinbrich

## Lifta-Kreuzworträtsel

Gewinnen Sie ein Überraschungspaket für einen spannenden Fußballabend.

als Sicherheit hinterlegtes	unwirklich	Zwischenzeit-zustand	Teil des Essbestecks	Kurzwort für Jugendliche(r)	ugs.: zählen	Musical von A. Lloyd Webber	17	die fünf Bücher Moses	Schauspiel-, Ballettschülerin	Vornehmer	wunder-tätige Schale der Sage	römi-scher Staats-mann	Trauben-ernte		
Endrunde, Schlussskampf	34			nach etwas schwächen	6			19		altes, wertloses Pferd					
Sorte, Gattung			Wüste-nei			junger Pflanzen-spross		Eloge, Laudatio				31			
				Kron-leuchter		britti-scher Sagen-könig	26	9	Albern-heit			portugie-sischer See-fahrer			
veranlas-sen, den Anstoß geben	27	Brand; Schieß-befehl		Haupt-stadt von Tibet	21			schwie-rige Zeit	Be-schwer-de bei Gericht		33		3		
be-stimmter Artikel	Vorfahr		Gabe, Spende	23			28	beinahe	exo-tische Frucht		7	ein Wa-cholder-brannt-wein	Grazie		
	25			Abstand				4				Fußpfad			
Hafen in Süd-schwe-den	höchste Spiel-karte	Addi-tions-zeichen	29			griechi-scher Buch-stabe		akusti-sches Alarm-gerät	ägypti-sche Göttin	veraltet: Liege-sofa	1				
kleine Schüssel				Schubs, Anprall; Stapel	36			Längs-rinne, Rille	16			Mün-dungs-arm der Weichsel			
eine Anzeige auf-geben	franzö-sische Land-schaft	nordi-scher Hirsch, Eich		allein, ver-lassen	2		Geld-schrank; Bank-fach	24	freund-lich	Baldrian-gewächs	Nacht-vogel		Kuh-antilope	eigen-sinnig, hart-näckig	11
				Körper		zwei Par-teien ein-beziehend					22			Turn-gerät	
Stadt u. See in Pennsylvanien	elektr. gelade-nes Teilchen	Blatt-gemüse; Kalt-speise					13	Heimat des Odysseus	italien. Wall-fahrts-ort	an einer höher ge-legenen Stelle		hollän-discher Käse			
Stadt in Ober-italien	15			mild, zart		Lebe-wesen			süd-amerika-nischer Indianer		5				
		fleißig, uner-müdetlich		20				Güte, Nach-sicht	Räuber, „Lang-finger“	18		Meeres-vogel	mittel-großer Papagei		
britische Insel	Farbe			an Gewicht ver-lieren			32				eng-lisch: ja	latei-nisch: sei ge-grüßt!			
kreisen lassen; wenden				8		früherer türki-scher Titel		Abkür-zung für Ober-geschoss	Strom-erzeuger am Fahrrad				14	chem. Zeichen für Barium	
30				lang-weilig; schlecht gewürzt	35			Vervielfältigung	12		Zeit-Tätig-keits-wort				
Arznei-mittel-form	Auf-schnitt									italie-nisches Wirts-haus				10	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17			
18	19	20	21	22	23	24	25	-	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36

Schicken Sie bitte den Lösungsspruch des Lifta-Rätsels an: Lifta Lift und Antrieb GmbH, Heide Breimeier, Horbeller Straße 33, 50858 Köln, Einsendeschluß: 1. Juni 2006. Gültig ist das Datum des Poststempels.

Bei mehreren richtigen Einsendungen entscheidet das Los. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die Lösung des letzten Lifta-Kreuzworträtsels lautete

„Danke, daß Sie uns weiterempfehlen“.

**Gewinner ist Robert Thielmann aus Bremen.**