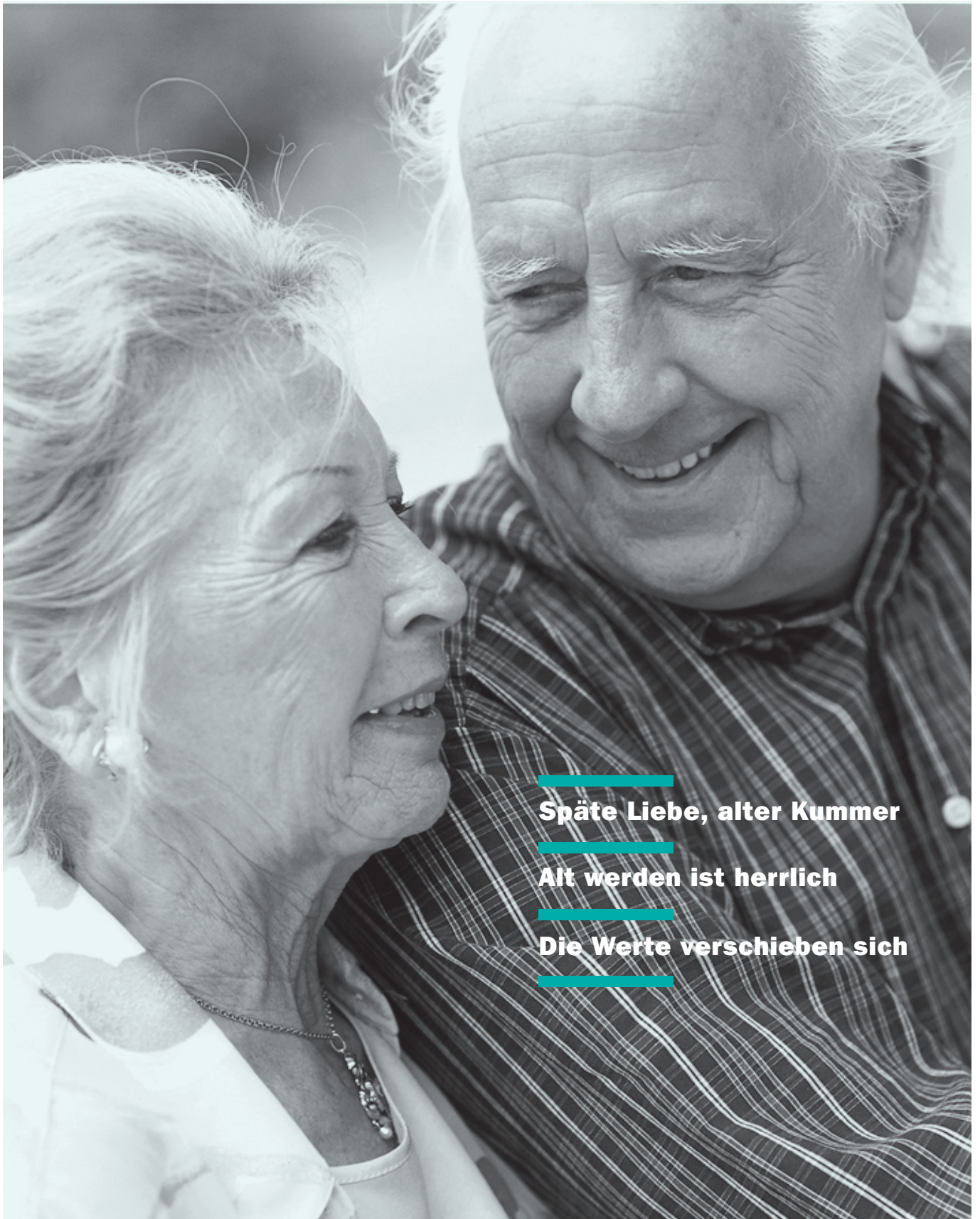


Stubat

Pb.b.
Verlagspostamt Dornbirn
GZ 02Z034723 M

Mit und für Senioren gestaltete Zeitung der Stadt Dornbirn / März 2006 / Nr. 46



Späte Liebe, alter Kummer

Alt werden ist herrlich

Die Werte verschieben sich

Liebe Leserinnen und Leser!

Schon wieder sind drei Monate vergangen - Zeit für die aktuelle Ausgabe der Dornbirner Seniorenzeitung „Stubat“. Mit großen Schritten meldet sich der Frühling an. Der „Lenz“ lässt nicht nur die Bäume ausschlagen, er verhilft - zumindest in der Tierwelt - verstärkt der Art-erhaltung. Mit den länger werdenden Tagen, der ersten Blütenpracht und der wärmenden Frühlingssonne erwachen auch bei den Menschen neue Lebensgeister. Der Frühling ist die beste Zeit, um Mädchenherzen höher schlagen zu lassen - das gilt heute genauso wie früher. Aus eigener Erfahrung kann ich hinzufügen, dass in dieser Zeit auch die Bubenherzen leicht nervös werden.

Partnerschaft ist nicht nur in der Jugendzeit ein Thema. Die Liebe kennt keine Grenzen und keine Schranken, und sie kann immer wieder neu entfacht werden. Beziehungen und Partnerschaft sind, der Jahreszeit angepasst, das Thema dieser Ausgabe der Stubat. Aus dem Nähkästchen geplaudert kann ich Ihnen versichern, dass die Artikel der Redaktion gar nicht schwer gefallen sind.

Albert Bohle hat herausgefunden, dass es in unserem Dialekt keine Entsprechung für „Ich liebe Dich“ gibt. Dass die Dornbirnerinnen und Dornbirner dennoch zusammenkommen, verdanken sie offensichtlich der ausgezeichneten „nonverbalen“ Kommunikation. Beziehungen und Liebe sind vor allem im Alter wichtig. Eine Studie, die von 2002 bis 2004 an der Universität Wien zum Thema „Wohlbefinden im Alter“ durchgeführt wurde, belegt dies deutlich. Die Dornbirner Psychologin Mag. Katharina Wehinger hat an dieser Europäischen Studie mitgearbeitet. Ihr Artikel ist sehr interessant zu lesen. „Stubatboubo, Liobschafta und allarlei Händel“ war der Titel eines Erzählcafés, das vom Stadtarchiv veranstaltet wurde. Was damals zu Tage gefördert wurde, beschreibt Stadtarchivar Werner Matt. Ein Höhepunkt dieser Stubat ist sicherlich das Gedicht „Do

Stubat-Buob“ von Armin Diem. Stadtarzt Dr. Andreas Perle hat sich mit dem gesundheitlichen und körperlichen Aspekt von Beziehungen auseinandergesetzt und beim Rätsel wollen wir diesmal von Ihnen wissen, wie viele Goldene Hochzeiten es im Jahr in Dornbirn gibt.

Vielleicht nutzen Sie die Kraft der Frühlingssonne, um sich aufzuraffen, aktiv zu werden. Beispielsweise mit den Seniorentreffpunkten oder den Veranstaltungen der Seniorenvereine, die Sie im Mittelteil der Stubat finden. Nur wer aktiv wird und sich öffnet, wird neue Menschen treffen und kennen lernen.

Bedanken möchte ich mich im Namen der Redaktion für die zahlreichen lieben Weihnachtswünsche, die uns im Dezember erreicht haben. Aus Dortmund, Braunschweig, Vaduz, den Niederlanden - sogar aus Australien und Namibia haben uns Leserinnen und Leser geschrieben. Ihnen allen liebe Grüße aus ihrer Heimatstadt. Jede Ausgabe der Dornbirner Seniorenzeitung soll ihnen Dornbirn wieder etwas näher bringen.

Ich wünsche Ihnen schöne und anregende Frühjahrsstage und viel Spaß mit der neuen Stubat!

Ralf Hämmerle

Impressum:
Medieninhaber, Verleger und Herausgeber:
Amt der Stadt Dornbirn, Rathausplatz 2, 6850 Dornbirn.
Redaktion: Bruno Amann, Dr. Albert Bohle, Mag. Elisabeth Fink, Helmut Fußenegger, Mag. Ralf Hämmerle, Mag. Werner Matt, Alexandra Pinter, Helga Platzgummer, Franz Wehinger.
Sekretariat: Ingrid Fleisch, Nicole Häfele (Tel. 05572/306-3101).
Fotos: Stadtarchiv Dornbirn.
Hersteller: Druckerei Sedlmayr, Dornbirn
Zuschriften an: Amt der Stadt Dornbirn, STUBAT, Rathausplatz 2, 6850 Dornbirn.

Die Stubat gibt es auch im Internet unter <http://dornbirn.at>

Späte Liebe - alter Kummer

Albert Bohle

**„Ich nur und die Liebste wissen,
wie wir uns recht sollen küssen!“**

hat vor mehr als 350 Jahren der Barockdichter Paul Fleming kenntnis- und abwechslungsreich sein hübsches Gedicht über den Kuss beendet.

Ein Bursch, ein Mädchen, die einander gern haben, können bei uns zulande im Dialekt nicht sagen: „Ich liebe Dich!“. Ein bekannter Vorarlberger Schriftsteller schloss daraus, dass wir betrüblicherweise ein besonders karges Seelenleben hätten. Soweit wird er ja Recht haben: bei uns (wie anderswo) gibt es grobe Knochen und weibliche Trockenblumen. Aber wohl nicht deswegen, weil wir unsere Gefühle nicht in geläufigen Formeln oder überhaupt nicht leicht aussprechen können oder wollen, oder weil wir meinen, Liebessachen seien - wie sonst wenig andere Dinge - Privatangelegenheit.

Ja, Liebeshändel gehen die andern natürlich nichts an. Ebenso wahr ist freilich: sie sind und waren immer schon Gegenstand der öffentlichen Neugier. „Wündrig bin i nid, abr weossa tät i's halt gearn!“ heißt es. Kein Wunder: die Liebe und die Geschlechtskraft, aufs Engste ineinander verflochten, sind einer der wichtigsten und stärksten Antriebe (nicht nur) des Menschen. Da möchte manche(r) gern wissen, wie's da die andern treiben. Ungefähr weiß man's zwar selbst. Und schließlich künden Millionen von Romanen und Gedichten vom süßen, vom bitteren Begehren und Entbehren, vom wilden Aufbäumen und zarten Erdulden der Liebenden; von ihrer sanften Güte

und von schäbigem, ausgelaugten Versagen, vom Leuchten und Verbrennen der Liebe, von Hingabe, Verstiegenheit, Lüge und Niedertracht, von Blumen und Blut, halt - von „Lieb, Leid und Seligkeit“.

Auch wenn es im Alltagsleben (gottlob!) nicht immer so hitzig zugeht, - wer die Liebe erfährt, lebt immer am Rande des Vulkans. Zwar weiß man: die Stürme der jungen Jahre flauen ab und die Lebensströme fließen schließlich meist zwischen zähmenden Dämmen. Alte Wunden vernarben, und über erkalteten Feuerstellen wächst neues Gras. Die prägende Erinnerung bleibt dennoch, und die verborgene Glut in der Tiefe kann noch einmal ausbrechen. Man kennt ja unsere alten Sprüche: „Brennt as nid, so mottot as!“, „Do heat wiedor amol dar alt Schimmol gwihorat!“, oder: „Dio krigt ou nio gnuo!“. So neu und fremd sind derlei Dinge nicht.

Man darf natürlich zuweilen ein bisschen spotten und sich wundern. Auch weiß jeder, wie verschieden wir Menschen nach Alter, Temperament, Partnerschaft, Rüstigkeit und Umfeld sind. Zwar ist die Liebe in den Altersjahren fast immer ein Tabu. Man spricht kaum davon, aber viele, die Partner, die



Heimleiter und Betreuer kennen die Probleme. Sie wissen, dass es für den „Sex im Alter“ schwerlich simple Rezepte gibt: Verständnis, Einfühlung, Diskretion, Behutsamkeit, Trost wird es zweifellos brauchen. Aber die gibt es nicht zu verschreiben, zu kaufen, man kann sie schwer in die Paragraphen der Altenbetreuung oder einer Heimordnung einbauen - und ohne Selbstbeherrschung, Verzicht und Traurigkeit gibt es sowieso auf diesem Gebiet in keiner Altersstufe eine „Lösung“.

Dennoch müssen sich die Behörden und Heimleitungen Gedanken machen, welche „Rahmenbedingungen“ für ein spätes Glück, späte Sehnsüchte geschaffen werden können, es ist zu hoffen, dass es behutsam geschieht. Wir von der alten Generation (Ausnahmen gibt es da sicher auch!) haben da ja meist eine strengere Vorstellung von Privatbereich und Intimsphäre. Wir schütteln schnell einmal den Kopf, wenn es uns vorkommt, als ob junge Leute von Erotik und Geschlechtssachen reden, als ob es sich um das Verspeisen eines Speckbrotes oder um den Genuss eines Viertels handle. Mit vielen aus unserer Generation meine ich, dass die intimen Erlebnisse durch

ein ungeniertes Diskutieren leicht flach geredet werden (natürlich ist es auch wahr: manche Probleme werden verhockt und verstockt, wenn sie nicht durch ein befreiendes Gespräch gelockert werden). Ob es nicht mit der Liebeskraft meist ähnlich bestellt ist wie mit einer guten Zentralheizung: die sollte im Heizkeller gut isoliert sein und ihre wohlige Wärme bis in die entfernten Zimmer schicken und nicht um den Ofen herum ausstrahlen. So sollte die Liebe sich nicht in „Show“ und „Fun“ verpuffen und erschöpfen. Nicht umsonst heißt das in der wirklichkeitsnahen Weisheit des Dialekts: „A hoassos Gsprang hebt nid lang!“

Allerdings: man mag verstehen und helfen; aber die alternden Jahre verwandeln auch den, der sich dagegen sträubt. Der „süße Vogel Jugend“ (war er immer süß?) entfliegt, - gut tut und gut ist, ihm dankbar nachzuwinken und zu wünschen, dass er das kostbare Ei des Lebens, die Liebe in allen ihren schillernden Formen, in junge Nester lege. Zurück bleibt vielleicht die einsame Hoffnung, dass hinter der dunklen Wolke vor uns alle vergangene Köstlichkeit und Helle als Same für eine Frühlingsvollendung aufgespeichert ist. Aber das ist eine andere Geschichte.

Alt werden ist eine herrliche Sache . . .

Katharina Wehinger

Wie wichtig sind eigentlich Beziehungen im Alter? Wie wichtig sind Partner, Freunde, Bekannte oder Nachbarn wenn man älter wird? „Altwerden ist eine herrliche Sache, wenn man nicht verlernt hat, was anfangen heißt.“ Passt dieses Zitat Martin Bubers nicht wunderbar zum Thema Beziehungen im Alter? Immer wieder anfangen muss man als Alleinlebende/r, wenn man Gesellschaft genießen möchte. Immer wieder anzufangen, auch wenn es schwer fällt, heißt es nach dem traurigen Verlust eines Partners oder Freundes. Und immer wieder anfangen, sich kennen und verstehen zu lernen, das gilt auch für Ehe- oder Lebenspartner, wenn sie sich in einem

neuen Lebensabschnitt mit unbekanntem Herausforderungen wiederfinden. Aber lohnt sich das auch? Sind Beziehungen tatsächlich so wichtig im Leben, und den Aufwand wirklich wert? Ja, das sind sie! Es gibt inzwischen eine Vielzahl von Untersuchungen, die sich diesem Thema gewidmet haben, und die Ergebnisse weisen auf viele positive Einflüsse von befriedigenden Beziehungen hin. Es hat sich gezeigt, dass soziale Unterstützung die negativen Auswirkungen von Belastungen, die eine Person erlebt, abschwächen oder dämpfen können. Der Volksmund kennt diesen Zusammenhang freilich schon lange, indem



er meint: „Geteiltes Leid ist halbes Leid.“ Aber nicht nur das, gute Beziehungen und soziale Unterstützung, sei dies ein Partner, die Familie oder ein guter Freund oder Bekannter, wirken sich nachgewiesenermaßen positiv auf das Wohlbefinden, die Gesundheit und auf die Genesung und Erholung nach einer Erkrankung aus.

Gute Gründe, um positive und befriedigende (und das ist wichtig) Beziehungen zu finden und zu pflegen!

Leichter gesagt als getan?

Ja. Tatsächlich ist es in jedem Lebensalter ein wichtiges Ziel für uns, Zeit mit guten Freunden zu verbringen und Menschen um uns zu haben, auf die wir uns verlassen können. Dies auch zu erreichen ist nicht immer leicht und erfordert immer wieder viel Zeit und Energie. Mit zunehmendem Alter wird dies allerdings oft besonders schwierig.

In einer Studie, die wir von 2002 bis 2004 auch an der Universität Wien zum Thema „Wohlbefinden im Alter“ durchgeführt haben wurden insgesamt 12.478 ältere Menschen aus ganz Europa befragt*). Es stellte sich heraus, dass Alter einen negativen Einfluss auf die Zufriedenheit mit Beziehungen, auf die soziale Unterstützung und die familiären und außerfamiliären Kontakte hatte. Das heißt, dass ältere Menschen im Durchschnitt weniger Kontakte zu Familienmitgliedern, Freunden und Bekannten haben und dabei auch weniger

zufrieden sind, als es beispielsweise noch bei den 50 bis 60jährigen Menschen der Fall ist. Obwohl dies einerseits verständlich ist, weil die Wahrscheinlichkeit eines Verlustes oder einer Erkrankung von Angehörigen und Vertrauten mit dem Alter zunimmt, stimmt es andererseits doch auch nachdenklich, wenn man bedenkt, wie viele positive Auswirkungen sich gerade in diesem Lebensabschnitt verringern.

Den Schluss, den man daraus ziehen kann: Es erscheint besonders wichtig, weiterhin am gesellschaftlichen und familiären Leben teilzunehmen, auch wenn man sich mit dem Eintritt in die Pension ein gewisses „Zurücklehnen“ verdient hat. Es gilt trotzdem, seinen Platz im Beziehungsgefüge so lange wie möglich beizubehalten, den man sich ein Leben lang erarbeitet hat. Das heißt den Kontakt mit Freunden, Kindern, Enkelkindern, Vereins- oder Kirchenmitgliedern etc. unbedingt zu pflegen, solange sie einem gut tun. Dass man sich damit wohl fühlt ist dabei entscheidend.

Wer es schafft in dieser Hinsicht aktiv zu bleiben, wird eher das Glück erleben, gebraucht und geschätzt zu werden. Dabei kommt es nicht unbedingt nur darauf an ein guter Partner zu sein. Ein interessierter Opa, eine verständnis- und liebevolle Oma, ein guter Jasspartner, eine vertraute Kaffeefreundin oder ein hilfsbereiter Nachbar zu sein kann viel bewirken und anderen Kraft, Energie und Geborgenheit geben. Im Idealfall kommt dies auch auf die eine oder andere Weise wieder zurück. Dabei ist es, nach meiner persönlichen Erfahrung mit einer wunderbaren Oma und einer tollen Großtante, weniger wichtig ein guter Ratgeber, als vielmehr ein guter Zuhörer zu sein.

Ein Kaffee alleine schmeckt ohne Zweifel gut, aber zu zweit schmeckt er vielleicht noch viel besser! Es ist nie zu spät wieder einen Schritt auf andere zuzugehen. Vielleicht fällt es ja gerade dem Gegenüber einfach noch schwerer, aber er oder sie würde sich sehr über Gesellschaft freuen.

Trotzdem ist es auch wichtig zu erwähnen, dass sich Beziehungen nicht immer so leicht finden, besonders für Menschen, die ihren Partner nach einer langen, gemeinsamen Zeit verloren haben. Es ist von großer Bedeutung, sich selbst nicht

unter Druck zu setzen, sondern sich einfach zu bemühen, offen und neugierig zu sein für Neues und für die Begegnung mit anderen.

„Man muss dem Körper etwas bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.“

So lautet ein bekanntes Zitat. Und ich möchte Sie ermuntern, sich Zeit für sich selbst zu nehmen, sich ein wenig zu verwöhnen und die Veränderung des eigenen Körpers zu bejahen, sich nicht gehen zu lassen sondern das Äußere zu pflegen. Verhaltensweisen, die gerade in diesem Lebensalter einen hohen Stellenwert haben und oft übersehen werden.

Das gilt auch für Ehe- und Lebenspartner. Das Erleben der Sexualität kann sich erfahrungsgemäß mit dem Älterwerden verändern.

Gerade dann ist es wichtig, dass man darüber vertraut miteinander spricht, wenn nötig auch eine Einzel- oder Paarberatung in Anspruch nimmt. Nicht für jeden spielt dieses Thema dieselbe Rolle. Das Für-einander-dasein und die Hand des Ehepartners beim Einschlafen zu

halten kann viel wichtiger sein und noch viel mehr bedeuten, als dies vielleicht in jüngeren Jahren der Fall war. Trotzdem ist es mir ein Anliegen, auch zu betonen, dass Sexualität und Zärtlichkeit durchaus noch bis ins hohe Alter einen wichtigen Platz im Leben einnehmen können.

Offen und interessiert an der Welt rundherum zu bleiben ist wichtig, für Alleinstehende genauso wie für Ehe- oder Lebenspartner.

Der Grund dafür ist denkbar einfach: Dadurch erhöht sich die Möglichkeit wertvolle, positive, humorvolle und bereichernde Erfahrungen zu machen, auf die wir alle angewiesen sind, um ein zufriedenes und er-lebenswertes Leben zu führen.

*) Die Dornbirnerin Mag. Katharina Wehinger ist Psychologin und arbeitete an der Europäischen Studie zum Wohlbefinden im Alter mit. (Weber & Glück et al. ESAW; 2005)

Die Werte verschieben sich

Anni Gruber

Das nöü Leobo	Aber	Ney!
Eobo	I mah	Nöü
Wo focht as aa?	Numma vo Allom	Focht s'Leobo a
I mah		Ka
I ka	I g'fallom	Wenn i will
Numma vo Allom	A bitzle	Still
I mah, wenn i mah	A bitzle a Glüschtle?	Odor lut
	A Männerbrüschtle?	Kon Tut
A bitz a Glüschtle	Ney!	Odor alls leoba
A Hennobrüschtle	A Bruscht!	Eobo!
A Tröpfle vom Roto	Zum Luohna	Das nöü Leobo!
Vorboto?	Guhona	
Ney!	Dürfo	
Nöü	Dürfo röschta	
Focht s'Leobo a	Köschta?	

Im Stadtbus

Eine alte Dame mit Stützstock steigt in den Bus ein. Alle Plätze sind vorwiegend mit Schülern besetzt. Keiner bietet einen Platz an. Die Frau hält sich am Haltegriff, wobei ihr lose herunterhängender Stock immer wieder an die Haltestange schlägt und damit ein lautes Geräusch verursacht. „Sagt ein Schüler zu ihr: „Oma, wenn Du jetzt einen Gummi für die Stockspitze hättest, dann hätten wir jetzt nicht so einen Krach.“ Drauf die alte Dame: „Wenn Dein Vater vor 14 Jahren einen Gummi gehabt hätte, dann hätte ich jetzt sogar einen Sitzplatz!“

Wahrscheinlich könnten wir jetzt dreierlei Arten von Lesern unterscheiden: Die einen, die über die Episode schmunzeln, die anderen die sich über diese Veröffentlichung ärgern und die Dritten, die gar nicht wissen, auf was die alte Dame anspielt, nämlich auf das „Verhüterle“ (Kondom), wie die Vorarlberger so schön sagen. Nun, die alte Dame war auf jeden Fall aufgeklärt, auch wenn es heißt, Aufklärung sei jenes Thema, bei dem sich herausstellt, dass der Opa nur halb soviel weiß wie sein Enkel, oder es sei jener Vorgang, bei dem Erwachsene mit Hilfe aller ihrer Erkenntnisse den Kindern ein Viertel von dem erzählen, was die schon wissen.

Natürlich war zu unserer Zeit noch alles ganz anders. In meiner Jugend habe ich einen „Wie man sich benimmt“ Vortrag gehört, in dem die Referentin über die schamlose Jugend schimpfte, die Händchen haltend durch die Stadt bummelten. Und meine Mutter hat mir erzählt, dass sie mit meinem Vater, als er endlich Fronturlaub erhielt, Arm in Arm vom Bahnhof nach Hause ging. Daraufhin wurde sie von meinem Großvater gefragt, ob ihr Mann blind sei dass sie ihn am Arm halten müsse. Aber hat sich diese Situation bei uns geändert, oder haben wir das in unserer Jugend „Mitbekommene“ einfach weiter übernommen? Ich erinnere mich, ich war noch nicht 40 als ich mit meiner Frau an einer Omnibusreise teilnahm und wir uns wohl auch umarmten oder küssten, als wir in den Rastpausen am Meerufer standen

und vom herrlichen Ausblick an der Amalfiküste überwältigt waren. Zwei Jungverliebte gesellten sich zu uns und das Mädchen sagte. „Ihr seid die einzigen Alten dieser Reisegruppe, die liebevoll miteinander umgehen. Ich habe zu meinem Freund gesagt, dass ich gar nicht heiraten will weil man keine älteren Leute sieht, die noch Gefühle füreinander zeigen.“ Tatsächlich war der Großteil der Anwesenden, soweit sie schon einen erfolgreichen Toilettengang erkämpft hatten, damit beschäftigt, zu fotografieren, die Gratisjause zu verzehren oder einander gegenseitig zu erzählen, wo es auch schon schöner gewesen sei. - Wie gesagt, wir waren noch nicht vierzig, aber wir schluckten die Bezeichnung „Ihr Alten“ tapfer hinunter und nahmen den zweiten Teil des Satzes als Kompliment.

Werden wir im Alter abgestumpfter, passen wir unsere Lebensweise dem an, was wir unbewusst von unseren Eltern als Kindheitserinnerungen mitbekommen haben oder sind es unsere Erfahrungen?

Erfahrungen - so habe ich einmal gelesen - ist das, was uns geblieben ist, wenn wir für Experimente zu alt geworden sind. Wie alt sind Sie?

Vor einigen Jahren saß ich im Bus neben einem Mädchen, das die Tasten seines Handys wie wild bearbeitete. „Sie wählen eine lange Telefonnummer“ sagte ich. „Überhaupt nicht“ meinte sie, „ich schreibe ein SMS!“ und damit hielt sie mir kurz das Gerät unter die Nase, so dass ich die Wörter im Leuchtfenster erkennen konnte. Ein Brief übers Telefon. Mir war das neu.

„Ich such mir nämlich einen Mann!“ - „Nicht in der Disco?“ Sie zog die Augenbrauen hoch: „Nicht nur!“. Wir sahen uns öfters im Bus, setzten aber das Gespräch nicht mehr fort. Vor kurzem traf ich sie auf dem Markt, mit Kinderwagen und entsprechendem Inhalt. „Hallo“ grüßte ich, „Ist das das Happy End vom SMS?“ Sie lachte zustimmend. „Ob Sie es

glauben, oder nicht, aber es hat funktioniert! Wir hatten unsere Telefonnummern tatsächlich in der Disco ausgetauscht. Von da an schrieben wir uns ab und zu ein SMS, irgendwann begann es dann zu funken und wir trafen uns wieder. Heute ist das ja schon viel einfacher. Ein Tastendruck im Internet und Sie finden allein bei Vorarlberg Online 500 Partnersuchinserate. Die moderne Technik macht das möglich! - „Und Euer Kind?“ - „Keine Sorge, das ist noch nach altem Brauch hergestellt worden!“ lachte sie. „Die Jugend hat keine Romantik mehr“, sagte ich zuhause zu meiner Frau. „Stell Dir vor, die lernen sich über die Technik kennen und lieben. Mich wundert nicht, dass sich so viele Paare schon im ersten Jahr wieder scheiden lassen, wahrscheinlich dann, wenn der Akku im Handy leer ist.

Das war bei uns noch anders. Erinnerst Du Dich noch an die Bälle im Vereinshaus, wo Damen- und Herren-Eintrittskarten verkauft wurden, damit das Geschlechterverhältnis im Saal auch halbwegs stimmte, wo kleine, aber feine Tanzorchester mit einer Lautstärke spielten, bei der man der Partnerin noch schöne Worte ins Ohr flüstern konnte und das unter den Augen wohlwollender oder besorgter Mütter, die von der Galerie aus dem Ballgeschehen zuschauten?“ - „Ich erinnere mich vor allem“ - sagte



meine Frau - „dass ich damals einen Kavalier hatte, der keinen Tanz mit mir versäumen wollte und der Blumen mitbrachte wenn er mich zu einem Ball oder einer Veranstaltung einlud. Heute fehlt uns die Romantik. Du kannst wahrscheinlich keinen Chachacha mehr von einem Tango unterscheiden und Blumen bekomme ich nicht einmal mehr am Valentinstag!“

So ist die süße Mehrheit der Weltbevölkerung! Romantisch und nachtragend! Aber jetzt muss ich bei der nächsten Bushaltestelle aussteigen. Ich will noch eine Rose besorgen, dunkelrot natürlich, wie damals - und dann schick ich ihr ein SMS mit dem Spruch von Maurice Chevalier nachhause: „Ein Mann mit weißem Haar ist wie ein Haus mit Schnee auf dem Dach. Es beweist noch lange nicht, dass im Herd kein Feuer brennt!“

Schließlich ist man ja noch lernfähig - oder?

Meint Ihr Stadtbushfahrer

Interessante Daten

Die durchschnittliche Lebenserwartung unserer Bevölkerung steigt stetig: Während sie 1991 bei Frauen bei 79 Jahren lag und bei Männern bei etwa 72 Jahren, betrug 2004 die durchschnittliche Lebenserwartung bei Frauen mehr als 82 Jahre, bei Männern über 76 Jahre

Altersstruktur: Im Jahr 2004 lebten in Vorarlberg 359.388 Personen, davon 50,65% Frauen
Altersgruppe 60 bis 74 Jahre 24.015 Frauen (52,58 %) 21.658 Männer (47,42%)
Altersgruppe 75 Jahre und älter 13.678 Frauen (66,45 %) 6.904 Männer (33,55 %)

2004 war in Vorarlberg jede neunte Frau verwitwet (jeder 50. Mann), jede 14. Frau geschieden (jeder 20. Mann)

Jede 10. Scheidung erfolgte nach der silbernen Hochzeit. Die mittlere Ehedauer betrug 9,5 Jahre.

Seit 1971 hat sich die Zahl der Paare ohne Trauschein österreichweit fast vervierfacht, in Vorarlberg hat sie sich verzehnfacht.

Von 85.700 Ehepaaren waren 31.400 ohne Kinder, 54.300 mit Kinder aller Altersstufen, die durchschnittliche Kinderzahl betrug 1,7 (bezogen mit mind. einem Kind).

(Aus „Frauen in Vorarlberg“ eine Broschüre des Frauenreferates der VlbG. Landesregierung)

Pensionistenverband Dornbirn

Montag, 6. März, 9.15 Uhr, Alpenschifahren Treffpunkt Talstation Diedamskopf

Montag, 6. März, 15.00 Uhr, Jahreshauptversammlung im Gasthof „Schwanen“

7. - 9. März, Bundes-Schi- & Langlaufmeisterschaft in Windischgarsten

Mittwoch, 1. u. 15. März, Mannschaft II, Kegeln um 16.00 Uhr, im Güterbahnhof Wolfurt

Donnerstag, 9. März, Mannschaft IV, Kegeln um 16.00 Uhr, am 23. März um 14.15 Uhr

Dienstag, 14. März, Alpenschifahren Talstation Versettla

Donnerstag, 16. März, 14.00 Uhr, Besichtigung des Medienhauses in Schwarzach

5. - 19. März und vom 20. Mai - 3. Juni, Thermalkururlaub in der Therme Smarjeska Toplice

12. - 18. März, Wintertraumwoche in Mellau
18. März - 1. April, Thermalkururlaub in der Therme Olimia

Dienstag, 21. März, Schisafari von Partenen nach Galtür und zurück

Sonntag, 26. März, „Die Zauberflöte“ im Kulturhaus Am Bach in Götzis

Sonntag, 2. April, 18.00 Uhr, „Die Zauberflöte“ im Theater am Kornmarkt in Bregenz

18. - 25. April, Frühlingstreffen auf der Insel Kreta

Freitag, 28. April, 14.00 Uhr, 1. Radausfahrt nach Meiningen, Treffpunkt Spar Hatlerdorf

Dienstag, 2. Mai, Neigungsgruppe „Schießen“ um 14.00 Uhr in Koblach

Freitag, 5. Mai, Wanderung von Ammenegg nach Schwendealp, Treffpunkt 11.30 Uhr beim Busbahnhof, Abfahrt 11.40 Uhr mit dem Bödele-Bus

8. - 14. Mai, Burgenland-Radwoche

Freitag, 19. Mai, 13.00 Uhr, Busfahrt

Bodenseerundfahrt mit Überraschungen
21. Mai - 4. Juni, Diabetiker-Kurturnus im Thermalbad Smarjeske

Seniorenbund Dornbirn

2. März, Schitag am Bödele

7. März, Landeskegelmeisterschaft in Koblach

8. März, Wintersporttag des Vbg. Seniorenbundes in Raggal / Gr. Walsertal

16. März, Preisjassen des Dornb. Seniorenbundes

23. März, Jahreshauptversammlung

30. März, Umgang mit dem Fahrkarten-Automat

6. April, Verkehrssicherheit u. Unfallverhütung - Vortrag

27. April 2006, Gesundheitsvortrag von einem Arzt

4. Mai, Tageswanderung - Ziel steht noch offen

11./12. Mai, Bodenseeschiffahrt des Vbg. Seniorenbundes

18. Mai, Nordic-Walking - Schnupperkurs



SENIORENTREFFPUNKTE

Kolpinghaus

jeweils Montag, 14.30 Uhr

6. März
Die Geburtstagskinder des Monats März stehen im Mittelpunkt

13. März
Bei der Frühjahrsmodenschau des Modehauses Marchetti erfahren wir, was jetzt Mode ist

20. März
Vizebürgermeister Mag. Martin Ruepp ist bei uns zu Gast und spricht zum Thema: „Lebenswertes Dornbirn - auch für Senioren?“

27. März
Unser erster Ausflug im heurigen Jahr führt uns nach Viktorsberg

3. April
Der Physiotherapeut Hanno Halbeisen spricht zum Thema: „Beweglichkeit und Schmerzfreiheit im Alter“

11. April
Bei einem besinnlichen Tag im Bildungshaus Batschuns stimmen wir uns auf Ostern ein

24. April
Wir feiern die Geburtstagskinder des Monats April

8. Mai
ACHTUNG! Unser Treffpunkt begeht das 30. Jahr Jubiläum und das wollen wir feiern!

15. Mai
Wir lassen alle Mütter und Omas bei unserer Muttertagsfeier hoch leben

22. Mai
Zur Maiandacht fahren wir nach Maria Brunn bei Eriskirch

29. Mai
Die Geburtstagsfeier für die Geburtstagskinder des Monats Mai stehen im Mittelpunkt

Pflegeheim

jeweils Montag, 14.30 Uhr

6. März
Wir singen wieder mit Gretl und Erna

13. März
Mit allen im März Geborenen feiern wir Geburtstag

20. März
Die Firma Marchetti stellt uns die neueste Frühjahr's und Sommermode vor

27. März
Herr Ploner zeigt uns Dias unter dem Motto: „Zwischen First und Ried“

3. April
Halbtagsausflug auf die Fluh über Bregenz

10. April
In der Karwoche feiern wir eine Hl. Messe mit Kaplan Norbert Tscholl

24. April
Geburtstagsfeier mit allen im April Geborenen

8. Mai
Dia - Vortrag

15. Mai
Muttertagsausflug mit Maiandacht nach Buchboden im Großen Walsertal

22. Mai
4-Tagesausflug ins wunderschöne Harz-BRD

29. Mai
Alle im Wonnemonat Mai Geborenen lassen wir bei einer Geburtstagsfeier hochleben

Pfarrheim Oberdorf

jeweils Dienstag, 14.30 Uhr

7. März
Die Geburtstagskinder des Monats März werden gefeiert

14. März
Jassnachmittag für alle Jasser und die es noch werden wollen

21. März
Nach der Modenschau der Firma „Sherry lane“ sind wir bestens informiert über die neue Frühjahrsmode

28. März
Wir basteln unsere eigene Osterkerze

4. April
Besinnliche Ostervorbereitung mit Pfarrer Werner Ludescher

18. April
Wir freuen uns wieder auf einen zünftige Jassnachmittag

25. April
Im Mittelpunkt stehen die Geburtstagskinder des Monats April

2. Mai
Wir singen mit Prof. Karl Rigger

9. Mai
Heute lassen wir die Mütter und Geburtstagskinder hoch leben

16. Mai
Vortrag von Karin Amann, med. Fußpflegerin. „Gut zu(m) Fuß“.

23. Mai
Jassnachmittag. Alle Jasser und selbstverständlich auch Nichtjasser sind herzlich eingeladen.

30. Mai
Ausflug voraussichtlich nach Mellau

Pfarrheim Haselstauden

jeweils Dienstag, 14.30 Uhr

7. März
Geburtstagsfeier und Musik

14. März
Modenschau mit Marchetti Moden und Musik

21. März, 14.00 Uhr
Wir machen einen Besuch bei der Feuerwehr Dornbirn mit guter Jause und Besichtigung für alle Interessierten

28. März
Diavortrag, genaues noch nicht bekannt

11. April
Wir feiern Hl. Messe im Pfarrsaal

25. April
Musik und ein Ständchen für die April-Geborenen.

9. Mai
Mit allen Müttern feiern wir heute Muttertag mit Musik.

16. Mai, 13.30 Uhr
Nachmittagsausflug ins Oberland

23. Mai
Geburtstagsfeier mit Musik von Karl Heinz Mark

30. Mai
Maiandacht in der Pfarrkirche Haselstauden, anschließend gemütliches Beisammensein im Cafe Ulmer.

Pfarrheim Rohrbach

jeweils Montag, 14.30 Uhr

6. März
Spielesachmittag: Fröhliche Spiele aller Art

13. März
Geburtstagsfeier: Mit Musikschullehrer Toni Hämmerle

20. März
Halbtagsausflug: Berghof Reuthe Hohenems

27. März
Diavortrag Syrien/Jordanien: Rainer Elmenreich

3. April
Modenschau der Firma Shery Lane

10. April
Karliturgie zur Vorbereitung auf das Osterfest gestaltet von Dekan Erich Baldauf

24. April
Geburtstagsfeier: Mit froher Musik von Bruno Gmeiner

8. Mai
Muttertagsausflug und Maiandacht im Rossbad Krumbach mit Kaplan Emil Bonetti

15. Mai
Geburtstagsfeier: Für frohe Stunden sorgt Karlheinz Mark

22. Mai
Diavortrag von Artur Ploner über Südtirol

29. Mai
Mundartdichter Egon Moser liest aus seinen Werken

Partnerbeziehung und Sexualität im Alter

Andreas Perle

Wenn auch mit zunehmendem Alter die rein auf die Geschlechtsorgane bezogene Sexualität stark an Bedeutung verliert und eher durch Zärtlichkeit und eine allgemeine Zufriedenheit verdrängt wird, so sind laut Studien über 50% der älteren Frauen und Männer weiterhin sexuell aktiv, wenn sie dazu die Möglichkeit haben.

Sexuelle Probleme im Alter sind aber nicht selten. Die Ursachen sind vielfältig und häufig psychischer und sozialer Natur (Depressionen, Vereinsamung).

In zahlreichen Fällen führen natürlich körperliche Erkrankungen oder ärztliche Maßnahmen (Medikamentenverordnungen, Operationen) zu Störungen von Partnerschaft und Sexualität.

Im Einzelfall spielen somit bei Partnerschafts- und Sexualstörungen immer verschiedenste Einflussfaktoren eine Rolle.

Trotzdem möchte ich im Folgenden einige ausgewählte Problemfelder zum einfacheren Verständnis einzeln und ohne jeden Anspruch auf Vollständigkeit besprechen.

Wechselbeschwerden bei der Frau:

Beim Eintreten in den Wechsel (Menopause, unregelmäßige und schließlich nicht mehr auftretende Monatsblutung) kommt es bei vielen Frauen zu zahlreichen, auch die Partnerschaft belastenden Beschwerden wie Depressionen, Müdigkeit, Hitzewallungen, Trockenheit im Scheidenbereich, Abnahme des sexuellen Verlangens usw.

Nach Rücksprache mit dem Haus- oder Frauenarzt kann trotz der alarmierenden medialen Berichterstattung der letzten Jahre durch Verordnung von Hormonpräparaten in vielen Fällen eine deutliche und gefahrlose Verminderung der Beschwerden erreicht werden.

„Unterleibsoperation“ (Gebärmutter- / Eierstockentfernung) bei der Frau:

Nach Unterleibsoperationen kommt es bei vielen Frauen, aber auch bei deren Partnern vor allem zu psychischen Problemen: Frauen fühlen sich nicht mehr als vollwertige Frau, männliche Partner geben aus falscher „Rücksichtnahme“ den Geschlechtsverkehr auf.

Im Regelfall ist aus rein objektiv-medizinischen Gründen vor allem nach Gebärmutterentfernungen mit keinerlei Abnahme des sexuellen Verlangens oder der sexuellen Empfindung zu rechnen. Einschränkungen des Geschlechtsverkehrs sind nicht erforderlich.

(Teilweise) Brustentfernung wegen Brustkrebs bei der Frau:

Natürlich ist gerade bei dieser Operation schon allein wegen der zugrundeliegenden Diagnose „Krebs“ die Belastung für beide Partner sehr groß.



Zum Glück ist es heute vor allem Dank regelmäßiger Vorsorgeuntersuchungen (Mammographie) in den meisten Brustkrebsfällen möglich, „brusterhaltend“ zu operieren. Dabei wird nur die Krebsgeschwulst und nicht die gesamte betroffene Brust entfernt. In Fällen wo trotzdem eine vollständige Brustentfernung erforderlich ist, kann der plastische Chirurg durch entsprechende Operationstechnik eine „neue“ Brust mit meist gutem Ergebnis formen.

Do Stubat-Buob

Armin Diem

Seagars Kätterle1), di Jüngst, ist di schönst und ist die flingst; Öüggle as wi Fraxnar-Kriose2), Schmützle git se ou ko liose - 3) und a fürrots Zucker-Müle, dass uom tromo künnt a Wile. Hionna ringsomm ommo Kopf, so an dicko bruno Zopf, rote Bäggle und natürle, ou a ganz a guots Figürle. - Treoff-e uf om Kloso-Mart4) 's Kätterle und säg: hai wart! Komm, mior kehrod a klä i trinkod gschwind a Gläse Wi, - Uo Woart heat das andor gio, frog-e: „Kätterle, sawio, künnte- nid, du muost vorstoh, bald amol zur Stubat ko?5) Woast du gfallst mor, du aluo, Kätterle, hai säg mors zuo.“ „Brose6) gweoß, mior wärist Gast, - gealt, do Vattor süch halt fast liobor, dass me Kaspä nühm, wo vo üsom Doaf hear küm. Abor komm am Samstag z'Nacht, nid gär z' lutt a kläle gschlacht; ih und d' Muottor siond aluo, Brose, denn kust zöü mor huo.“ -

Und ih bio uf grada Weago, denn zum Kätterle i d' Seago, ist a schöne Mo-Nacht gsi, alls im Glanz-Liocht bis an Rhi. Hi und do im Seago-Bächle, hörst vom Isgang hear a Krächle, 's Wassor heat mit Loufo d' Blog7), gluggat wi a Wassor-Wog. Silbor-Kugla undrom Is, uf und ab gad dutzatwis.

Bi-n-or Seago 's Pflatschar-Rad stoht sa rüobig und ist grad i deam schüono Vollmo-Schi, wi mit Gulde bschlago gsi, und as litt a klä a Schneelee; mior ist zmol a budol wöhle, dass-e healluf juza künnt; wi-n-e omme goh duor Bünt und ih komm zum Gätterle, springt scho hear mi Kätterle, zücht me bi-n-or alto Seago woalle uffe übor d' Steago. D' Muottor sait hai kommod inar, und eotz kutt do Bearnhardinar, schnupft und schwanzat ommanand,

Prostataoperationen beim Mann:

Nach Operationen an der Prostata wegen deren Vergrößerung oder wegen eines Prostatakrebses kann es vor allem zu Potenzproblemen kommen, die teils organisch, meist aber auch psychisch bedingt sind.

Nach Rücksprache mit dem Urologen und dem Hausarzt ist heute, wie in vielen anderen Impotenzfällen, eine Besserung mit Hilfe eines die Potenz steigernden Mittels (Viagra, Cialis u.a.) möglich.

Depressionen:

Vor allem Depressionen können Partnerschaft und Sexualeben beträchtlich belasten. Inanspruchnahme ärztlicher Beratung und Hilfe ist dringend erforderlich!

Sexualstörungen durch Medikamente:

Zahlreiche Erkrankungen (z.B. Zuckerkrankheit, Durchblutungsstörungen der Herzkranzarterien) beeinflussen Partnerschaft und Sexualität vor allem durch das Bewusstsein behandlungsbedürftig erkrankt zu sein, nicht aber durch die Erkrankung selbst.

In manchen Fällen kann es aber auch durch die verabreichten Medikamente zu einer Beeinflussung von Sexualität (v.a. Impotenzprobleme beim Mann) und Psyche und damit der Partnerschaft kommen. Ob tatsächlich Nebenwirkungen eines Medikaments vorliegen und wie Abhilfe möglich ist (Absetzen oder Wechsel des Arzneimittels) lässt sich in einem Gespräch mit dem Hausarzt klären.

Ganz allgemein möchte ich Sie, liebe Leser, einladen und ermutigen, nicht nur körperliche sondern auch psychische, die Partnerschaft oder Sexualität betreffende Probleme mit Ihrem Hausarzt vertrauensvoll und offen zu besprechen. So helfen sie Ihrem Arzt bei seiner Arbeit und damit vor allem sich selbst am besten!

Im Gleichgewicht bleiben

Prävention von Sturzunfällen älterer Menschen

Wir leben immer länger. Das ist die erfreuliche Nachricht. Doch mit dem Alter steigt auch die Gefahr, einen Unfall zu erleiden. Unbeweglichkeit wirkt sich besonders drastisch aus. Schon jetzt sind Stürze bei Senioren die häufigste Unfallursache. Und bereits jeder elfte Sturz mündet in der Pflegebedürftigkeit. Das von der Initiative Sichere Gemeinden in Zusammenarbeit mit dem Land und der IfS-Beratungsstelle „Menschengerechtes Bauen“ organisierte Projekt „Im Gleichgewicht bleiben“ will dieser Entwicklung gegensteuern.

Die Statistik macht es deutlich. In Österreich verletzen sich jährlich mehr als 105.000 Personen über 60 Jahren bei einem Sturz in der Freizeit. Abgesehen von der oft langwierigen Behandlung können Stürze auch gravierende soziale und seelische Folgen haben. Aus Angst

ziehen sich alte Menschen häufig zurück, was oft Einsamkeit und Isolation bedeutet. Gezielte, richtig dosierte und regelmäßige Bewegung senkt hingegen das Sturzrisiko messbar, indem Beweglichkeit, Reaktionsgeschwindigkeit, Balance, Kraft und Ausdauer verbessert werden. Erfahrungen aus Deutschland zeigen, dass es sich auch dann noch lohnt, wenn die Funktionsfähigkeiten eingeschränkt ist.

Im Rahmen des Präventionsprojektes „Im Gleichgewicht bleiben“ sollen landesweit Gruppen unterstützt werden bzw. auch neu entstehen, die Bewegungsprogramme speziell für ältere Menschen anbieten und durchführen. „In diesen Kursen geht es nicht mehr um Leistung, sondern um das Beibehalten der körperlichen Stabilität solange irgendwie



möglich“, verdeutlicht Franz Rein von der Initiative Sichere Gemeinden. Aber auch Ärzte und Physiotherapeuten sind wichtige Partner im Projekt und sollen als Bindeglied zu den Gruppen einbezogen werden. Mit dem Projektpartner IfS-Menschengerechtes Bauen ist geplant, die Wohnberatung zu

intensivieren und Wohn- und Einrichtungsberater sowie Handwerker und Architekten zu schulen. Denn unangepasste Wohnsituationen sind eine der Hauptursachen für Stürze in den eigenen vier Wänden. Es soll Informationsveranstaltungen für Angehörige, Mitarbeiter von Mobilien Hilfsdiensten, Seniorenrunden, aber auch für alle, die sich für das Thema interessieren, geben.

Ein wesentlicher Inhalt des Projektes ist auch die Besinnung auf eigene Verhaltensweisen. So sind auch die regelmäßige Überprüfung des Seh- und Hörvermögens wichtige Voraussetzungen zur Vermeidung des Sturzrisikos. Durch das Angebot von Seh- und Hörtests in den Bewegungsgruppen soll der Zugang zu diesen Themen für die Teilnehmerinnen möglichst vereinfacht werden.

Weitere Informationen bei der Initiative Sichere Gemeinden, Telefon 05572/54343-0 oder sige@sicheregemeinden.at.

Do Stubat-Buob

litt denn mit am Pfnäst8) a d' Wand.
Dionn im Stüble fling und frisch,
hockad mior zwoa hiondro Tisch.
's Kättorle ist frei und gspröch9),
ist sa subor und sa wäch10);
bi-n-or Muottor hio-n-e Gust11)
däne norat uf or Kust12).
's Kättorle ist zöü mor gruckt,
und ih hio's zu mior hear druckt ...
d' Wäldar-Uhr schlecht Stund om Stund,
uosmol murrat still do Hund ...
"Brose, los, do Vattor kutt!
Gang eotz glai und tuor nid z'lutt ..."
„Kättorle, woast ih vorgeoss
nio dea schüono-n-Obod gweoss.
No a-n-Ahle voar-e goh",
und denn heat s' me usse glo. -

Guott g'humörta will-e huo,
springod uosmol hiondram Ruo13)
drei die größte Laggol füror;
härad14) he! du Doarobiorar,
lass du üsre Moattla goh15),
wart, mior lond dor d' Ohro stoh!
Und as haglat Klöck und Ströa,
bröülat16) händ se grad wi's Veah,
und a rota Függe gär17),
lot grad bsundrig wüoste Blär18).

Ih hou zruck sa fest-e ma,
wi-n-e numma-n-andorst ka
bio-n-e gflocho - uf o Sprung,
jo, gottlob, ih bio no jung. -
Diose drei wi Metzgar-Hünd,
leachad19) hiona nochar gschwind ...
All a-n-ettle Sprüing voarus,
komm-e denn zu üsom Hus;
bi-n-or Hustüor fiend-e doch
mit dom Schlüssol 's Schlüssol-Loch,
spring gnot ine und schlach zuo,
diöse stond voaruss aluo.
Hör-e-wi die erste Zwio,
gseit zum Roto händ: Sawio,
Kaspa, geob is du an Rot,
wio ma-n-i di Hütto goht. -
Wio-n-e denn am Fiostor bio,
kutt ma gäralls zmol in Sio.
Luo, ih bio gad bös vorschleglat,
hio binoh an Arm uskeglat;
p'Füoß vortailfat und vorjuckt
und die golde Uhr vordruckt,
's Gsicht voll Kretz und blutog Schrämmo,
's Häß vorheit20) und gäralls zämno,
Büla21) gad wi Wälscho-Nuss -
sioch-e, wi di drei voaruss22)
i-o me23) grad arholat knapp -
springod hiondors Hus im Trapp,

üb'ro großo Lägolo-Kasto24),
wo ma sit dor letsto Fasto25)
numma glärt heat - dass ma'n füll26) -
uf di fulo Bruggo-Dill27).
Zmol an Tatsch und glo heat alls,
dio drei steackad bis an Hals
i dear dicko, tüfo Brüo,
spöüzad28) as ist numma schüo.
Pflatschat29) händ se as wi Krotta,
gschimpft und gfluochat ou nach Notta.
Heolft ko Fust und heolft ko Krallo,
kuana kut me us or Fallo.
So a Fehde gitt Humor,
grad wi Kugol us om Rohr
spring-e usse, zuoche ganz30)
mit am lango Hago-Schwanz31).
„Wend32) iohr mi in Friodo lo,
wenn-e denn zur Stubat goh?
Hä, iohr Südore33), iohr freacho,
wend iohr mior eotz das vorspreacho?"
Und ih schwing do Hago-Schwanz,
übor k'Köpf im Voll-Mo-Glanz.
„Brose, gweoss mior geabod Ruob34),
züch üs blos us dearo Gruob!"
Säg-e: "Jo, ih hol an Strick,
neammod bis an festo Schick35)."
-
Wio se mit dom tränkto Lodo36),
widor stond uf festom Bodo,

sägad zöüanand di drei37):
„So, das hettom mor vorbei;
stinko tuom mor as wi d' Iltis38)
und us alla Secko strült is39)
g'Gülle-Suppo undorhalb;
zeott'rad wi a nassos Kalb40)!"
hend se brummlat still und knappat,
und denn siond se huowärts tappat ...
Ih rüof lustig hionna dri:
„s'Kättorle, das ist denn mi41)!"
Wenn-e gäralls zämno riß,
eotz erst reacht und grad mit Fliß42).

1) Sägers Katharinen 2) Äuglein wie Fraxner Kirschen
3) Küsschen gibt sie auch keine öden (ungesalznen)
4) Nikolaus-Markt 5) Heiratsbesuch kommen 6) Ambrosius
7) die Plage 8) faulen Schnauer 9) redselig 10) sauber
gekleidet 11) Gunst 12) diese döst auf dem Ofensitz 13) Rain
14) rufen 15) Mädchen gehn 16) gebrüllt 17) ein Rothaariger
gar 18) Schreie, Blärer 19) keuchen, lechzen 20) die Kleider
verheert, zerrissen 21) Beulen 22) seh ich, wie die drei vordra-
ußen 23) ich habe mich 24) über den großen Jauche-Kasten
25) seit der letzten Fastenzeit 26) damit man ihn fülle, er voll
werde 27) auf die faulen Brücken-Dielen 28) spucken
29) geplantscht, gerudert 30) springe ich hinaus (zu hin), hinzu
ganz 31) Ochsenziemer 32) wollt 33) Schweinskerle 34) Ruhe
(Frieden) 35) Stück Kautabak (spottweise) 36) getränktem
Loden 37) sagen zueinander die drei 38) wie die Iltisse
39) strült, läuft uns 40) zittern wie ein nasses Kalb 41) mein
42) zu Fleiß, eigens noch

Stubatbuobo, Liobschafta und allerlei Händel

Werner Matt

Unter diesem Titel fand 1998 ein Erzählcafé statt. Stadtarchiv Dornbirn und Stadtmuseum Dornbirn bieten jedes Jahr mehrere Veranstaltungen an, bei denen zu einem gewissen Thema selbst Erlebtes, Gehörtes oder auch Anekdoten erzählt werden können. Im „Archiv der mündlichen Geschichte“ werden die Tonbänder aufbewahrt, bieten sie doch - wie die folgenden Beispiele zeigen - wahre Schätze an Geschichten.

Leicht hatten es die alten Dornbirnerinnen und Dornbirner nicht. Etwas näher kennen gelernt hat man sich zuerst bei der Fasnacht, beim Tanzen. Dort fragte dann der Bursche das Mädchen, darf ich zur Stubat kommen. Falls ja, hatte man eine Weile Stubat, und dann hat man dann schon gemerkt, ob es passt oder nicht. Die Stubat dauerte in der Regel zwei bis drei Jahre, bevor ans Heiraten gedacht wurde. Die Stubattage waren traditionellerweise Donnerstag und Sonntag. An einem anderen Tag zu erscheinen war nicht ratsam. Es gab sogar einen Teilnehmer, der erzählt hat, dass es unter seinen Vorfahren eine Reihe von Wirtstöchtern und Kellnerinnen gebe, ein Zeichen, dass seine Vorfahren zu scheu waren, zur Stubat zu gehen. Es war eben einfacher in die Wirtschaft zu gehen und ein Getränk zu bestellen.

Der Stubatbuob durfte zwar prinzipiell selbst ausgesucht werden, die Eltern hatten dann aber eine Reihe von Fragen: „Was ist er, was kann er, was hat er, wem gehört er, wo kommt er her, was arbeitet er, ist er ein ‚Fabriklar‘?“ Eine Teilnehmerin erzählte, dass ihr Großvater verlangt habe, dass der Stubatbuob sich zuerst bei ihm vorstellte. Ihr späterer Vater entsprach, wurde aber darauf hingewiesen, dass er um 21.55 das Haus verlassen müsse. Es war damals ein Drei-Mäderl-Haus, und alle drei hatten zur gleichen Zeit Stubat. Und wenn es einmal zu spät wurde, dann habe die Großmutter im Zimmer über dem Stubatzimmer

angefangen zu „tappen“. Während der Stubat wurde erzählt und gesungen, sonst sei nichts passiert. Die Stubatbuobo gingen anschließend immer gemeinsam zum Secklar (Gasthof Adler im Hatlerdorf). Dort haben die drei Burschen dann ausgemacht, dass abwechselnd immer zuerst zwei zusammen gehen, damit wenigstens einer ein paar Minuten mit seinem Mädchen alleine sei.

Ein anderer Stubatbuob musste gehen, wenn die zwei Lampen, die die Turmuhr von St. Martin beleuchteten, angingen. Es hieß dann: „Franz, die Nachteulen kommen.“ Eine weitere beliebte Methode war, die Stubenuhr aufzuziehen und dann hat auch jeder Stubatbuob gewusst, wie spät es war.

Wenn einer zur Stubat gekommen ist, den die Eltern als zu jung empfunden haben, dann hat man ihm „Milch und Bröckle“ vorgesetzt. Umgekehrt konnte auch der Vater der Angebeteten der Meinung sein, dass seine Tochter noch viel zu jung für die Stubat sei. Ein Stubatbuob, darauf angesprochen, meinte nur knapp, dies sei eine Krankheit, die jeden Tag besser werde. Ganz allgemein wurde streng aufgepasst. So saß in einem Falle die Mutter des Mädchens immer dabei und hat aufgepasst, dass der Rock nicht hinaufrutscht und man vor allem die Knie des Mädchens nicht sieht.

Die Burschen in den einzelnen Ortsteilen achteten darauf, dass „ihre“ Mädchen nicht von Fremden besucht wurden. Kamen beispielsweise Dorfer nach Haselstauden, wurden sie vertrieben. Frau K. erzählt, dass ihr Mann von der Stadt ins Oberdorf zur Stubat kam. Er wurde noch drei Wochen vor der geplanten Hochzeit bei einem Besuch im Oberdorf verschlagen und man hat ihm das Hemd zerrissen. Und als sie drei Wochen später geheiratet haben, wurde der Hochzeitszug an der Grenze zum Oberdorf, beim Spiegelbeck unterhalb vom Stadelmann, aufgehalten. Dort musste Zoll bezahlt werden,

üblicherweise Geld für ein Fass Bier oder 10 Liter Wein.

Manche Stubatbuobo übertrieben die Gefahren auch etwas, man konnte so den Mädchen wohl auch mehr imponieren. Franz Albrich berichtete dazu eine vergnügliche Geschichte: „Mühlebach war früher ein heißer Boden. Mein Vater war nach der Jahrhundertwende bei Hämmerles als Webermeister in der Fabrik an der Sägen beschäftigt und hatte zwei Gehilfen. Einer dieser beiden begann in Mühlebach zur Stubat zu gehen. Mein Vater warnte ihn und sagte, er müsse sich vorsehen, dass ihn die Mühlebacher

nicht in den Brunnen werfen oder davonjagen würden. Daraufhin erwiderte der Gehilfe: ‚Mich sicher nicht!‘ Mein Vater hatte Humor und verabredete sich mit einem Kollegen. Und als der Gehilfe wieder einmal zu Stubat ging, warteten die zwei bereits. Und siehe da, als der Webergelilfe sich verabschiedet hatte und nach Hause ging, rollten auf einmal Steine aus dem Dunkeln auf ihn zu. Er drehte sich um, sah allerdings nichts, denn damals gab es dort noch keine Straßenbeleuchtung. Der Mann ging die Haslachgasse entlang und die Kollegen folgten ihm und immer wieder rollten Steine.

Kathi und Marie Wohlgenannt mit Stubatbuob



Dann ging es wieder hinauf zur Traube und als es gleich nach dem Schiffler wieder abwärts ging, kamen ziemlich viele Steine daher gerollt. Da begann er zu rennen, die beiden immer hinter ihm her, die Haldengasse und die ganze Bürglegasse hinunter. Am nächsten Morgen in der Fabrik wurde der Stubatbuob natürlich von den Arbeitskollegen gefragt: ‚Wie war es denn gestern?‘ ‚Ja, gestern‘, gab er zur Antwort: ‚da habe ich es den Mühlebachern gezeigt. Die wollten mich erschrecken, aber die hatten keine Chance. Ich bin ganz langsam gegangen, habe nie zurückgeschaut. Kopfgroße Steine sind links und rechts an meinem Kopf vorbeigesaust, aber ich habe mich nie treiben lassen.‘ Die zwei Arbeitskollegen waren ganz überrascht, dass sie so einen schneidigen Kollegen haben und haben ihm sein Lebtage nie erzählt, dass sie es waren, die ihn so gejagt hatten.“

Wer kennt die Personen?

Der begeisterte Amateur-Fotograf dieser Aufnahme - Johann Wohlgenannt, Schweinehändler, Hintere Achmühle - fotografierte meist in bäuerlicher Umgebung. So wie dieses hochbetagte Paar vor dem Haus Gütlestraße 3, welches mit alten, heute vielen schon unbekanntem Haushaltshilfen (u.a. Waschrumpel und Zuber) oder Werkzeugen abgebildet ist.

Bitte melden Sie sich, wenn Sie uns Informationen darüber geben können unter Stadtarchiv Dornbirn
Helga Platzgummer,
Tel. 306-4904 oder
Email: helga.platzgummer@dornbirn.at



Foto: Elmar Wohlgenannt/Josef Bösch, Sign. 19269



In der vergangenen Stubat wollten wir von Ihnen mehr über das Unwetter-Foto bei der Ebniterstraße wissen. Unter anderem haben sich: Annelies Handrup, Fritz Schneider, ehem. Straßenmeister, DI Anton Ulmer und Walter Wohlgenannt, ehem. Werkhofleiter gemeldet - besten Dank! Die Personen waren demnach von links nach rechts: Johann Hilbe, damaliger Straßenmeister, daneben mit dem Rücken zum Fotografen Hubert Bodemann, ein Arbeiter des Werkhofes und Bürgermeister Dr. Karl Bohle im Gespräch mit beiden Männern. Dieser Rutsch, so weiß Walter Wohlgenannt noch, verschüttete die Ebniterstraße kurz vor dem ersten Tunnel.

Stubat Rätsel

Schnee oder kein Schnee? Das war die Frage, die wir Ihnen beim Rätsel der vergangenen Ausgabe der Stubat gestellt haben. Die Prognose schien zunächst schwierig. Wenige Tage vor dem 24. Dezember war aber bereits klar - es gibt heuer weiße Weihnachten. Der Schnee in Dornbirn hat nicht nur den Kindern Freude gemacht. Auch unsere drei Gewinner, die aus den zahlreichen Zusendungen gezogen wurden, können sich freuen. Sie erhalten einen schönen Buchpreis:

Helmut Sauter, Meine (bei Braunschweig)
Barbara Rein, Dornbirn
Franz Künz, Dornbirn

Wir gratulieren herzlich!

Die Rätselfrage dieser Ausgabe der Dornbirner Seniorenzeitung dreht sich um Beziehungen und Partnerschaft. Wer das Glück hat, mit einem Partner über lange Jahre verheiratet zu sein, darf in verschiedenen Abständen Hochzeitsjubiläen feiern: mit
25 Jahren die Silberne Hochzeit,
50 Jahren die Goldene Hochzeit,
60 Jahren die Diamantene Hochzeit,

65 Jahren die Eiserne Hochzeit,
70 Jahren die Gnadenhochzeit und
75 Jahren die Kronjuwelhochzeit.

Wir wollen von Ihnen wissen, wie viele Goldene Hochzeiten in Dornbirn derzeit jährlich gefeiert werden.

Sind es rund 20, 60 oder 140 Paare, die 50 Jahre lang miteinander verheiratet sind?

Schreiben Sie die Lösung bitte auf eine Postkarte oder einen Zettel, den Sie mit Namen, Adresse und dem Stichwort „Stubat“ versehen im Rathaus abgeben können

Die Adresse der Stubat:

Amt der Stadt Dornbirn
„Stubat“
Rathausplatz 2, 6850 Dornbirn

Aus sämtlichen richtigen Einsendungen, die uns bis Ende März erreichen, verlosen wir wieder drei schöne Preise.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß!

Schweigen ist ein köstlicher Genuss

aber um ihn ganz auszuschöpfen, muss man einen Gefährten habe. Ein Mensch allein ist nur stumm, mit sich selber kann er nicht schweigen und, was noch verdrießlicher ist, auch nicht schwätzen. Ein Glück für redselige Leute, dass wenigstens der liebe Gott allgegenwärtig ist und sich geduldig von jedermann ins Wort fallen lässt mit Beten oder Fluchen.

(aus „Alles Wahre ist einfach“, ein Brevier von Karl Heinrich Waggerl)



Aus der Fotosammlung des Stadtarchivs



Goldene und Silberne Hochzeit, 1953



Ein Liebesbrief



Arbeiten auf der Stiege



*Foto: Hermann Rohner, Stadtarchiv Dornbirn,
Sammlung Franz Beer, Antonia Simcic*

