



## Ein Zwischenruf

von Inge-Maria Weldemann,  
stellvertretende LSB-Vorsitzende



Landes-Seniorenbeirat  
Hamburg



# Die Hoffnung bewahren – das hilft

Foto: Hans Arnold Eberlein/Adobe Stock

Der Landes-Seniorenbeirat möchte den Mut und die Zuversicht der Älteren in unserer Stadt im Herbst und Winter stärken. Trotz der vielen Herausforderungen sehen Sie nach der Lektüre dieser Zeilen hoffentlich entspannter in die kommende Zeit.

Zu Beginn haben wir in die Botanik geblickt und sind auf die Herbstzeitlose gestoßen. Sie ist die letzte Blühpflanze des Jahres und sieht dem Frühlingsboten Krokus ähnlich. Sie ist eigentlich hochgiftig, wird aber seit dem Mittelalter als Heilmittel gegen Rheuma und Gicht verwendet. Merke: Das Gefährliche kann von kundigen Menschen umgebaut werden mit positiver Wirkung. **Die Herbstzeitlose ist ein Sinnbild für diesen mit Risiken beladenen Zeitraum.**

Die Pandemie ist zurückgegangen, aber das Virus bleibt präsent und es können neue Mutationen entstehen. Weltweit hat Inflation die Volkswirtschaften ergriffen: Lebensmittel und Energien haben sich dramatisch verteuert. Denn der Krieg in der Ukraine grassiert ohne absehbares Ende. Russland hat als Reaktion auf die verhängten Sanktionen die Lieferungen von Gas

und Öl blockiert. Unsere Vorräte könnten nicht reichen für Haushalte und Wirtschaft.

Es braut sich eine Gewitterfront von Problemen zusammen. Wir blicken auf unsere Regierungen im Bund und in den Ländern. Sie arbeiten an Hilfsprogrammen, sind um gerechte Unterstützung bemüht, aber viele sind mit den Maßnahmen nicht zufrieden.

Wir erinnern uns. Vor 77 Jahren stand einer ausgebombten, teils heimatvertriebenen Bevölkerung ein harter Winter bevor. Ehrbare Leute haben damals Kohle geklaut und niemand hat sie gehindert. Alle haben Trümmer beseitigt und nur mit Lebensmittelkarten einkaufen können. Allerdings haben sie an eine bessere Zukunft geglaubt und dann ein „Wirtschaftswunder“ auf die Beine gestellt.

Lassen Sie uns einander ermutigen. Werfen wir einen realistischen Blick auf den Ist-Zustand. Wir sollten uns fragen, was brauche ich wirklich und was kann ich einsparen? Werden wir kreativ beim Entdecken von Alternativen und neuen Quellen. Sich einschränken trägt dazu bei, dass Bedürftigere unterstützt werden können.

Der Motivationsmotor ist die Hoffnung! Sie stärkt unseren Widerstand und hält uns in Bewegung. Zwar haben sich Hoffnungen auch als trügerisch erwiesen und mussten aufgegeben werden, um an anderer Stelle wieder neu aufzuleben und Erfolge zu ermöglichen.

Hoffnung bedeutet jeden Tag eine Portion Freiheit. Denken wir an das Miteinander in schwieriger Situation. Wir brauchen ja Gemeinschaft in der Familie, am Arbeitsplatz, in der Nachbarschaft, im Freundeskreis. Hoffnung ist ein wirksames Medikament für unser psychologisches Wohlbefinden und unsere physische Gesundheit.

**Der Winter 2022 wird herausfordernd. Wenn wir die Zeit mit den Tugenden des Alters – Hoffnung und Geduld – aushalten, werden wir sie bestehen. Glück auf!**

### Landes-Seniorenbeirat Hamburg

Brandstwierte 1, 20457 Hamburg,  
E-Mail: [lsb@lsb-hamburg.de](mailto:lsb@lsb-hamburg.de),  
Tel. 040/42837-1934,  
Karin Rogalski-Beeck (LSB-Vorsitzende)