

Inhalt	Seite
Editorial	02
Programm	04
Mittagstisch	05
Digitales	06
Veranstaltungsprogramm Juli & August	08
Digitale Schnitzeljagd rund um das Seniorenzentrum	14
Gesucht: Kursleitung offener Spieletreff und Rasen mähen	15
Vorstellung Kurs „English Conversation“	14
Rätselspaß	17
Der Kaiser von China – Heinrich Heine	18

Impressum

Herausgeber: Seniorenzentrum Weststadt

**Beiträge dieser Ausgabe: Kirsten Seidel, Marina Schrader, Dr. Karl-Heinz Wüst,
Achim Roth (ARo)**

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe ist der 17.08.2026

Editorial

Liebe Seniorinnen und Senioren,

liebe Leserinnen und Leser,

die ersten Hitzewellen haben wir dieses Jahr bereits hinter uns und die letzte hatte es wirklich in sich. Auch dieses Jahr beschäftigen wir uns wieder mit dem Thema „Hitzeschutz“. Bei der aktuellen Entwicklung ist es dringend geraten sich zu informieren, was man für sich persönlich und die Menschen im eigenen Umfeld tun kann, um gut durch diese Zeit zu kommen. Wir stellen Informationsmaterial zur Verfügung und natürlich können Sie uns auch gerne ansprechen.

Bitte haben Sie Verständnis, wenn wir bei extrem heißen Temperaturen das ein oder andere Angebot absagen. Leider ist es dann in unseren Räumlichkeiten und im Garten auch nicht mehr angenehm und der Weg zu uns ist zudem eine vermeidbare Belastung.

Wir wünschen Ihnen trotzdem einen schönen Sommer, kommen Sie gut durch die heißen Tage!

Ihr Team vom Seniorenzentrum Weststadt/Südstadt



Foto: Achim Roth, 2026

Kursübersicht - Seniorenzentrum Weststadt/Südstadt

Freitag

Vormittag:

English
Conversation
10:00 – 11:00
English
Beginner
11:15 – 12:15

Nachmittag:

Gesprächsrunde
(1x im Monat)
13:15 – 14:15
Tango
15:00 – 16:30

Donnerstag

Vormittag:

Tai-Chi im Sitzen
9:30 – 10:30

Nachmittag:

Stammtisch Ü55
15:00 – 17:00
1. im Monat

Mittwoch

Vormittag:

Yoga mit Stuhl
09:30 – 10:45
Gehirntraining
Neueinsteiger
10:00 – 11:15
Gymnastik auf dem
Willi
10:00 – 10:30
Bewegungstreff
Südstadt
10:00 – 10:30

Nachmittag:

Lebenslinien -
Autobiografien
schreiben
14:30 – 15:45
2. & 4. im Monat
Darts
15:30 – 17:30

Dienstag

Vormittag:

Gehirntraining
Fortgeschrittene
10:00 – 11:15

Nachmittag:

Bingo
14:00 – 16:00
1. im Monat
Nachbarschafts-
strickcafé
14:30 – 16:30
2. und 4. im
Monat

Montag

Vormittag:

Sturzprophylaxe
9:30 – 10:30
Bridge
10:00 – 12:00
Tai Chi
11:00 – 12:15

Nachmittag:

Fit wie ein
Turnschuh
13:00 – 14:00
Montags-
Wanderer
14:45
Rommé/ Skat
14:00 – 16:30
Digitalstammtisch
15:00 – 16:30 Uhr

Mittagstisch im Seniorenzentrum

Gerne können Sie in geselliger Runde bei uns Ihre Mittagsmahlzeit einnehmen.

Unser Mittagstisch wird von Montag bis Freitag angeboten.

Die Kasse ist von 11.45 – 12.15 Uhr geöffnet. Serviert wird das Mittagsmenü von 12.00 – 12.30 Uhr. Anschließend können Sie entspannt das Menü genießen und, wenn Sie möchten, auch noch mit Kaffee, Tee und Kuchen bis in den Nachmittag verweilen.



Das Menü besteht aus einer frisch gekochten Suppe, einer Hauptspeise mit Fleisch bzw. Fisch oder einer vegetarischen Hauptspeise sowie einem Salat bzw. Gemüse. Das Menü wird von einem süßen Dessert abgerundet.

Der Preis pro Menü beträgt 6,50€.

Für Personen ab 65 Jahren, die einen **Heidelberg Pass** oder **Heidelberg Pass plus** besitzen, beträgt der Preis € 1,50.

Speisepläne erhalten Sie bei uns im Seniorenzentrum oder auf unserer Homepage.

Bitte melden Sie sich am vorherigen Werktag bis 9.30 Uhr an unter **Tel.: 58 38 360 / - 361** oder **szweststadt@heidelberg.de**

Unterstützt durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg und aus Mitteln der gesetzlichen Pflegeversicherung.

Digitalsprechstunde

Was Ihr Smartphone alles kann!

Das Digital-Paten-Projekt möchte ältere Menschen dabei unterstützen, Ihr Smartphone, Ihr Tablet oder Ihren Laptop besser kennenzulernen.



Quelle: pixabay

Digital-Paten-Sprechstunde: Bei uns können Sie alle Fragen rund um Iphone, Smartphone, Tablet oder Laptop stellen. Egal, ob WhatsApp nicht klappt oder Sie Probleme mit Ihrer Kamera haben, die Digital-Paten haben bestimmt eine Lösung!

Sie bekommen in Einzelberatungen alles schrittweise und in Ruhe erklärt. Ehrenamtliche Digitalpaten beantworten Ihnen all Ihre Fragen. Scheuen Sie sich nicht, sprechen Sie uns einfach an und vereinbaren Sie einen Termin mit uns.

Termin nur mit Voranmeldung:

Tel.: 58 38 360

Digitalpaten Sprechstundenzeiten:

Montags von 14:00 – 17:00 Uhr und donnerstags von 10:00 – 12:00 Uhr

Digital dabei sein – Einfach & verständlich!

Ob es darum geht, schnell ein Foto der Enkelkinder zu empfangen, Termine online zu verwalten oder das neue Lieblingsrezept auf dem Tablet zu finden: Die digitale Welt macht vieles im Alltag leichter – wenn man weiß, wie es geht!

Wir möchten Sie dabei unterstützen, sich sicher im Internet und am Smartphone zu bewegen. Daher haben wir einen **zentralen Info-Tisch** für Sie eingerichtet. Dort haben wir für Sie wertvolle Broschüren und Ratgeber verschiedener Fachstellen zusammengestellt.

Unser „Digital-Thema der Woche“

Jede Woche nehmen wir uns ein spezielles Thema vor und legen dazu passende, leicht verständliche Anleitungen und Tipps für Sie bereit. Freuen Sie sich auf wechselnde Schwerpunkte wie:

Handykauf, Sicher E-Mails schreiben und empfangen, Koch-Apps und vieles mehr!

Schauen Sie einfach bei Ihrem nächsten Besuch an unserem Flyer-Tisch vorbei und nehmen Sie sich die Informationen mit, die Sie interessieren.



Veranstaltungsprogramm Juli & August

Donnerstag, 02.07.

15:00 – 17:00 Uhr

Stammtisch Ü55

im Wintergarten

Dienstag, 07.07.

14:00 – 16:30 Uhr

Bingo

im Saal

Mittwoch, 08.07.

13:15 Uhr

Wii Bowling

im Saal

Dienstag, 14.07.

13:30 – 15:00 Uhr

Offener Spieletreff

im Saal/Garten

Donnerstag, 16.07.

14:30 – 18:00 Uhr

Sommerfest (Achtung: kein Mittagstisch)

im Garten

Montag, 20.07.

15:00 – 16:30 Uhr

Digitalstammtisch

im Gruppenraum

Freitag, 24.07.

10:00 – 11:30 Uhr

NEU: Sommerkurs: Positive Psychologie

im Garten/ Saal

Donnerstag, 30.07.

13:30 – ca. 17:00 Uhr

Ausflug Biergarten Bruchsee

Treffpunkt: Eingang SZ

Dienstag, 04.08.

14:00 – 16:30 Uhr

Bingo

im Saal

Mittwoch, 05.08.

14:30 – 15:30 Uhr

Sommersingen

im (Winter-) Garten

Donnerstag, 06.08.

15:00 – 17:00 Uhr

Stammtisch Ü55

im Wintergarten

Montag, 10.08. – Freitag 14.08. – kein Mittagstisch!

Dienstag, 18.08.

14:30 – 16:30 Uhr

Gartencafé

im Garten

Mittwoch, 19.08.

14:30 – 15:30 Uhr

Sommerklänge zum Mitsingen

im (Winter-) Garten

Montag, 24.08. und 31.08.

14:30 – 16:30 Uhr

Lebenslandkarten gestalten

im Garten

Dienstag, 25.08. und 01.09.

14:30 – 16:30 Uhr

Makramee – Blumenampel selbst gestalten

im Garten

Mittwoch, 26.08.

14:30 – 16:30 Uhr

Abstrakte Bilder mit Perlen

im Garten

Donnerstag, 27.08.

16:00 – 18:00 Uhr

Jazzkonzert (generationenübergreifend)

im Garten

Freitag, 28.08.

14:00 – 15:30 Uhr

Postkarten gestalten

im Garten

Mittwoch, 02.09.

14:30 – 15:30 Uhr

Sommersingen

im (Winter-) Garten

Für eine bessere Planung bitten wir um Anmeldung zu den Veranstaltungen (ausgenommen Café-Betrieb) unter 06221/5838360 oder an szweststadt@heidelberg.de.

Wii-Bowling, am 08.07.

Wir laden Sie herzlich zu einer Runde Kegeln im Seniorenzentrum ein. Gemeinsam werden wir per Videospiel auf der Leinwand Kegeln. Wir freuen uns auf Ihr Kommen und einen spaßigen gemeinsamen Nachmittag. Sie können auch bequem im Sitzen spielen.

Offener Spieletreff, am 14.07.

Wir wollen gemütlich zusammensitzen und ein bisschen spielen. Im Seniorenzentrum sind einige bekannte Brettspiele, Scrabble, Rummikub, Kniffel, Quirkle und verschiedene Kartenspiele vorhanden, so dass jeder etwas für sich findet. Oder Sie bringen ein Spiel mit, das Ihnen besonders viel Spaß macht.

Sommerfest, am 16.07.

Wir laden Sie herzlichst zu unserem alljährlichen Sommerfest in unseren schönen Garten ein. Genießen Sie Livemusik, kulinarischen Köstlichkeiten und die Gesellschaft. Wir freuen uns auf ein geselliges Sommerfest mit Ihnen.

Digital-Stammtisch, am 20.07.

Unser Digitalstammtisch für Seniorinnen und Senioren bietet Gelegenheit zum Austausch, gegenseitiger Unterstützung und Lernen rund um digitale Themen. Eine erfahrene Ansprechpartnerin steht jederzeit für Fragen und Hilfestellungen bereit – kommen Sie vorbei und entdecken Sie gemeinsam die Welt der Digitalisierung!

Kursstart „Positive Psychologie“, am 24.07.

An vier Vormittagen stellen wir Ihnen die „Positive Psychologie“ anwendungsbezogen vor und zeigen Ihnen, wie Sie mit ihrer Hilfe einen positiven Einfluss auf Ihr Wohlbefinden nehmen können. Bei unserem ersten Treffen führen wir Sie in den Kurs ein und stellen Ihnen die „Positive

Psychologie“ mit ihrer Geschichte, ihren Zielsetzungen und Grundannahmen vor. In den drei folgenden Veranstaltungen beschäftigen wir uns intensiver mit einzelnen Themen wie „Optimismus“, „Selbstwirksamkeit“, „Dankbarkeit“, „Flow“ oder „Verbundenheit“. Neben vielen Anregungen erhalten Sie auch ausreichend Zeit für den Austausch über die Impulse, Ihre eigenen Ideen und praktischen Erfahrungen. Eine Anmeldung bis zum 17. Juli ist nicht zwingend erforderlich, aber gerne gesehen.

Termine: 24.07. / 07.08. / 21.08. / 04.09. (jeweils 10:00 – 11:30 Uhr)

Ausflug Biergarten Bruchsee, am 30.07.

Genießen Sie mit uns einen gemütlichen Nachmittag am idyllischen Bruchsee in Heppenheim. Gemeinsam fahren wir mit unserem E-Bus zum Bruchsee, wo Sie die Gelegenheit haben, im Biergarten bei Kaffee und Kuchen oder einer kleinen Stärkung zu verweilen. Wer möchte kann anschließend einen entspannten Spaziergang rund um den Bruchsee unternehmen und die schöne Umgebung genießen.

Abfahrt: 13:30 Uhr am Seniorenzentrum

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

Sommerklänge zum Mitsingen, am 05.08., 19.08. und 02.09.

Gemeinsam singen macht Freude, weckt Erinnerungen und verbindet. Freuen Sie sich auf eine musikalische Stunde mit bekannten Liedern, Gitarrenbegleitung und guter Gesellschaft. Ob Sie kräftig mitsingen oder einfach den Melodien lauschen – verbringen Sie mit uns einen fröhlichen Sommernachmittag in angenehmer Atmosphäre.

Gartencafé, am 18.08.

Genießen Sie das schöne Wetter in unserem Garten! Bei leckerem Eiskaffee oder Eisschokolade sowie Kuchen lässt es sich bei uns besonders gut entspannen. Kommen Sie vorbei mit Freunden oder lernen Sie neue Leute bei uns kennen und genießen Sie köstliches Essen in angenehmer Gesellschaft und tollem Ambiente!

Lebenslandkarten gestalten, am 24.08. und 31.08.

Sören Kierkegaard hat gesagt „Leben lässt sich nur rückwärts verstehen, muss aber vorwärts gelebt werden.“ In diesem Workshop wollen wir einen Blick auf unsere Lebenswege werfen, welche Täler und Höhenwege wir dabei durchlaufen bzw. erklommen haben und diese kreativ festhalten. Beim Betrachten der fertigen Lebenslandkarten tauschen wir uns darüber aus, welche Erlebnisse und Erfahrungen damit verbunden sind, welche Stärken und Erkenntnisse dabei entstanden sind.

Maximal 8 Personen können teilnehmen.

Makramee – Blumenampel selbst gestalten, am 25.08 und 01.09.

Entdecken Sie die kreative Knüpftechnik Makramee und gestalten Sie Ihre eigene dekorative Blumenampel. In gemütlicher Runde lernen Sie Schritt für Schritt die wichtigsten Knoten kennen und fertigen unter Anleitung ein schönes Unikat für Ihr Zuhause an. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Freude am kreativen Gestalten genügt. Der Kurs umfasst zwei Nachmittage à 2 Stunden. Das benötigte Material wird von uns bereitgestellt. Materialkosten: 3,00 € pro Person (für eine Blumenampel). Wir freuen uns auf kreative Stunden mit Ihnen!

Maximal 8 Personen können teilnehmen.

Abstrakte Bilder mit Perlen, am 26.08.

Die Huchiol sind eine mexikanische Volksgruppe, die wunderschöne farbenfrohe Kunst schaffen. Nach ihrem Vorbild können Sie unter der Anleitung von Frau Lima-Wüst abstrakte ebenso farbenfrohe Bilder aus kleinen Perlen gestalten. Die Technik ist ganz einfach und lässt sich schnell erlernen. Die Perlen werden auf eine mit Bienenwachs beschichtete Holzplatte gedrückt, es benötigt lediglich ein bisschen Fingerspitzengefühl. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und lassen Sie sich vom Ergebnis überraschen.

Jazzkonzert, am 27.08.

„Campfire Tales“ (Lagerfeuer-Geschichten) - Das sind Lena van Bebber (Klavier und Gesang) aus Mannheim und Ralf Kuhlen (E-Gitarre) aus Heidelberg.

Der Name ist Programm. Sie spielen zeitlose Lagerfeuer Klassiker aus Rock und Pop in einer frischen Neuinterpretation. Die Instrumente erzeugen einen harmonisch schwebenden Klangteppich. Darüber liegen die Gitarrensoli von Ralf Kuhlen und die klare Stimme von Lena van Bebber.

Die Musik groovt, geht gut in die Beine und animiert zum Mitspielen und Mitsingen.

Postkarten gestalten, am 28.08.

So vielfältig wie die Blumen in der Natur können Sie Ihrer Kreativität beim Gestalten der Postkarten freien Lauf lassen und verschiedenes ausprobieren. Mit getrockneten Blumen und Vogelsand können Sie individuelle Postkarten für ihre Liebsten gestalten und einen kreativen Nachmittag bei uns im Garten verbringen.

Maximal 8 Personen können teilnehmen.

Café Ü60

Montag bis Donnerstag von 14.00 bis 16.30 Uhr können Sie auf einen Kaffee oder Kuchen zu kleinen Preisen vorbeikommen, und diesen im (Winter-)Garten oder großen Saal genießen. Schauen Sie vorbei und informieren Sie sich über bei uns stattfindende Kurse, Vorträge, Ausflüge und andere Freizeitaktivitäten. Bringen Sie Freunde mit, treffen Sie Bekannte oder nehmen Sie sich eine Zeitschrift zum Lesen mit. Es gibt auch die Möglichkeit Bücher aus unserer Bücherstube zu lesen oder die Tageszeitung zu durchstöbern sowie Spiele auszuleihen.

Wir freuen uns auch jederzeit über Kuchenspenden.

Neue digitale Schnitzeljagd rund um das Seniorenzentrum

Bewegung, Spaß und interessante Entdeckungen direkt vor der Haustür: Ab sofort gibt es rund um das Seniorenzentrum eine digitale Schnitzeljagd, die viel Wissenswertes beinhaltet und gleichzeitig Spaß mit Bewegung verbindet.

Für den Einstieg hat das Seniorenzentrum in Kooperation mit dem Projekt Mobilität und Teilhabe eine kurze Tour konzipiert, die im eigenen Tempo und mit ausreichenden Pausen auch für Mobilitätseingeschränkte machbar ist. Es gibt keinerlei Zeitdruck und entlang der Strecke finden sich zahlreiche Möglichkeiten zum Sitzen und Ausruhen.

Die Schnitzeljagd funktioniert über die App „Actionbound“ und startet ganz einfach über einen QR-Code, der vor dem Zentrum angebracht ist. Nach dem Scannen gelangen Sie direkt zur Tour.



Besonders spannend sind die integrierten Quizfragen. Diese beziehen sich auf verschiedene Orte und Gebäude entlang der Strecke und laden dazu ein, den Stadtteil mit neuen Augen zu entdecken. Zusätzlich gibt es interessante Hintergrundinformationen, die selbst langjährige Bewohnerinnen und Bewohner überraschen können. So ist für jeden etwas dabei – ob Rätselspaß, Bewegung oder interessante Informationen über die eigene Umgebung.

Am besten ist es, die Schnitzeljagd gemeinsam mit Freunden, Nachbarn oder anderen Besucherinnen und Besuchern des Seniorenzentrums zu unternehmen. In der Gruppe macht das Beantworten der Fragen besonders viel Spaß, und neben der Bewegung entsteht ganz nebenbei eine gesellige Zeit miteinander. Es reicht in diesem Fall vollkommen, wenn ein Smartphone mit der Actionbound-App genutzt wird.

Seniorenexpress Weststadt/Südstadt

Wer Unterstützung beim Herunterladen oder Einrichten der App benötigt, kann unser Digitalpaten-Angebot oder den Digitalstammtisch nutzen. Dort erhalten Interessierte unkomplizierte Hilfe und können sich bei Fragen rund um Smartphone und App ausführlich beraten lassen.

Probieren Sie es aus und entdecken Sie die Weststadt auf eine neue, spielerische Art!

Bei Fragen können Sie sich auch an die Kolleginnen aus dem Projekt Mobilität und Teilhabe wenden.



Foto: Achim Roth, 2026

Ehrenamtliche Kursleitung gesucht – Offener Spielertreff

Wir möchten ein neues, gemütliches Angebot ins Leben rufen: einen offenen Spielertreff, bei dem gemeinsam gelacht, erinnert und gespielt wird. Dafür suchen wir eine engagierte ehrenamtliche Kursleitung – gerne auch zwei Personen, die den Treff gemeinsam gestalten und begleiten möchten!

Im Mittelpunkt stehen klassische Spiele aus der Kindheit, die Erinnerungen wecken und für gute Stimmung sorgen. Der Treff soll Raum für Begegnung, Austausch und Freude bieten.

Geplant ist der Spielertreff vorzugsweise **mittwochnachmittags ab 13:30 Uhr**, andere Nachmittage sind jedoch ebenfalls möglich und können flexibel abgestimmt werden.

Was Sie mitbringen sollten:

- Freude am Umgang mit älteren Menschen
- Interesse an Spielen und gemeinschaftlichen Aktivitäten
- Zuverlässigkeit und ein offenes, herzliches Auftreten

Was wir bieten:

- Eine wertschätzende Gemeinschaft
- Unterstützung bei der Organisation
- Die Möglichkeit, eigene Ideen einzubringen und den Treff aktiv mitzugestalten
- Eine von uns organisierte Weihnachtsfeier und einen Tagesausflug für alle bei uns tätigen Ehrenamtlichen

Können Sie sich vorstellen, einen offenen Spielertreff mitzugestalten und zu begleiten? Dann freuen wir uns sehr über Ihre Unterstützung!

Melden Sie sich gerne bei uns für weitere Informationen.

Ehrenamtliche Unterstützung für unseren Garten gesucht 🌿

Gesucht wird ein ehrenamtlicher Helfer oder auch ein kleines Team, das **zwischen April und September flexibel unseren Rasen mäht**.

Unser Garten ist eine beliebte grüne Oase in der Weststadt und insbesondere an warmen Tagen auch ein wichtiger Ort der Abkühlung und Erholung für unsere Besucherinnen und Besucher – umso schöner, wenn er einladend und gepflegt ist.

Die Einsätze können zeitlich flexibel abgestimmt werden, gerne auch **zu zweit**.

Gartengeräte stehen selbstverständlich zur Verfügung.

Können Sie sich eine solche Tätigkeit gut vorstellen oder möchten sich gelegentlich an der frischen Luft engagieren? Dann freuen wir uns sehr über Ihre Unterstützung!

Melden Sie sich gerne bei uns für weitere Informationen.



Specht aus dem Garten des Seniorenzentrums

Sudoku

Auflösung Ausgabe Mai & Juni

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

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

Viel Spaß beim Lösen!

Der Kaiser von China

Heinrich Heine

Mein Vater war ein trockner Taps,
Ein nüchterner Duckmäuser,
Ich aber trinke meinen Schnaps
Und bin ein großer Kaiser.

Das ist ein Zaubertrank! Ich habs
Entdeckt in meinem Gemüte:
Sobald ich getrunken meinen Schnaps,
Steht China ganz in Blüte.

Das Reich der Mitte verwandelt sich dann
In einen Blumenanger,
Ich selber werde fast ein Mann
Und meine Frau wird schwanger.

Allüberall ist Überfluss,
Und es gesunden die Kranken;
Mein Hofweltweiser Confusius
Bekömmt die klarsten Gedanken.

Der Pumpernickel des Soldats
Wird Mandelkuchen - O Freude!
Und alle Lumpen meines Staats
Spazieren in Samt und Seide.

Die Mandarinensitterschaft,
Die invaliden Köpfe,
Gewinnen wieder Jugendkraft
Und schütteln ihre Zöpfe.

Die große Pagode, Symbol und Hort
Des Glaubens, ist fertig geworden;
Die letzten Juden taufen sich dort
Und kriegen den Drachenorden.

Es schwindet der Geist der Revolution
Und es rufen die edelsten Mantschu:
Wir wollen keine Konstitution,
Wir wollen den Stock, den Kantschu!

Wohl haben die Schüler Äskulaps
Das Trinken mir widerraten,
Ich aber trinke meinen Schnaps
Zum Besten meiner Staaten.

Und noch einen Schnaps, und noch einen Schnaps!
Das schmeckt wie lauter Manna!
Mein Volk ist glücklich, hats auch den Raps,
Und jubelt: Hosianna!

Heinrich Heine: *Werke. Erster Band. Gedichte*. Ausgewählt und
herausgegeben von Christoph Siegrist. Frankfurt am Main 1968. S. 117f.

- der Taps* (umgangssprachlich, abwertend) ungeschickter Mensch;
- der Duckmäuser* (abwertend) jemand, der seine Meinung nicht zu sagen
wagt, sie nicht einer entgegengesetzten entgegensetzen
wagt;
- der Anger* (landschaftlich) kleine Grasfläche, Grasplatz;
- Confusius* Wortspiel mit den Wörtern ‚Konfuzius‘ und ‚konfus‘;
- bekömm* heutige Schreibweise: bekommt;
- der Pumpernickel* schwarzbraunes Brot aus Roggenschrot;
- der Lump* (abwertend) gesinnungsloser, betrügerischer Mensch;
- der Mandarin* bis 1911 zur Führungsschicht gehörender chinesischer
Staatsbeamter (das Wort kommt aus dem Sanskrit und
bedeutet dort ‚Ratgeber‘); gemeint sind also die sehr
konservativen Ratgeber des Königs;
- die große Pagode* eine Metapher für den Kölner Dom; ab 1842 wurde der

unvollendete Dom weitergebaut, das protestantische Preußen wollte dadurch u. a. die Katholiken am Rhein mit dem preußischen Staat versöhnen; nach 632 Jahren Bauzeit war der Dom 1880 vollendet;

der Drachenorden Metapher für den Schwanenorden, den der König 1843 erfolglos zu erneuern versuchte;

Mandschu chinesische Dynastie;

der Kantschu Lederpeitsche;

Äskulap Gott der Heilkunst (im antiken Griechenland);

das Manna vom Himmel gefallene Nahrung für die Israeliten in der Wüste nach ihrem Auszug aus Ägypten;

der Raps plötzlicher Anfall von Verrücktheit;

Hosianna alttestamentarischer Freuderuf.

Der König und sein Volk

Politische Gedichte schildern gelegentlich unerfreuliche Verhältnisse in fremden Ländern oder in vergangenen Zeiten. Sie beziehen sich aber oft auf das eigene Land und die eigene Zeit. Anspielungen, die manchmal schwer zu erkennen sind, ermöglichen es dem Kenner des historischen Kontextes, das Gesagte zu verstehen.

Den Zensoren, von denen es in der deutschen Geschichte viele gab, erschwert diese Verfahrensweise aber die Arbeit.

Auch Heines Gedicht spricht vom chinesischen Kaiser, meint aber den König von Preußen, genauer: Friedrich Wilhelm IV., der von 1840 bis 1861 König von Preußen war. Es spricht vom Reich der Mitte und meint Preußen.

Der Vater dieses Königs war Friedrich Wilhelm III. Das *Biographische Wörterbuch zur deutschen Geschichte* beschreibt diesen König weniger poetisch, aber ähnlich wie Heine: „Friedrich Wilhelm III. [...] wurde von pedantischen Lehrern in der Entwicklung seiner mäßigen rationalen

Anlagen wenig gefördert [...]. Das hieraus resultierende Gefühl der Minderwertigkeit und Unsicherheit [...] verließ ihn so nicht mehr, verwies ihn auf den Rat seiner Mitarbeiter, bestimmte ihn jedoch zu einer trocken-steifen Zurückhaltung“.

Im Gegensatz zum Vater war der Sohn, so das Lexikon, reich begabt, aber sprunghaft und undiszipliniert. Ein an traditionellen Vorstellungen orientiertes Wunschdenken bestimmte viele seiner Handlungen. „Er war ein Mann reinen Wollens [...] und sicher von früh an nicht ohne pathologische Züge“ (*Biogr. Wörterbuch*, S. 808).

Dieses Wunschdenken bestimmt ab der zweiten Strophe das ganze Gedicht. Der König war bekannt für seine Neigung zu alkoholischen Getränken und für seine Redebegeisterung. Heine verbindet beides: Der König, beseelt vom Genuss geistiger Getränke (fünfmal erwähnt er sein stimulierendes Getränk „Schnaps“), hält eine begeisterte Rede über sein Land.

Die Missstände (bittere Armut, mangelndes Gesundheitswesen, hartes Los der Soldaten, konservative Berater des Königs, Spannungen des protestantischen Preußen mit den Katholiken am Rhein, Benachteiligung der Juden, mangelnde Bereitschaft des Königs, einer Verfassung zuzustimmen) im damaligen Preußen verklären sich ihm zum Idealbild eines florierenden Gemeinwesens.

In der Realität blieb die Ehe des Königs mit einer bayrischen Prinzessin kinderlos; im Wunschdenken des Königs wird sie allerdings schwanger.

Der „Hofweltweise“ ist der Philosoph Friedrich Wilhelm Joseph von Schelling. Er wurde auf Wunsch des Königs nach Berlin berufen, um die Folgen der Hegelschen Philosophie zu bekämpfen. Die Schüler Hegels, darunter Karl Marx, Friedrich Engels, Ludwig Feuerbach, Max Stirner und viele andere, zogen aus dessen Lehre Konsequenzen, die dem preußischen Staat alles andere als willkommen waren.

Schellings schwierige Vorträge über Mythos und Religion wurden als unklar empfunden und stießen auf breite Ablehnung. Der Untertitel von Friedrich Engels Kampfschrift *Schelling und die Offenbarung. Kritik des neuesten Reaktionsversuchs gegen die freie Philosophie*. (MEW Ergänzungsband 2. Berlin 1982, S.171-221) benennt das gespannte Verhältnis der Junghegelianer zu dem alten Schelling.

Die „Mandarinenritterschaft“, die konservativen Ratgeber des Königs, gewinnen wieder Jugendkraft. Die Jugend verkörpert oft das Progressive, das Alter das Konservative (z. B.: Junghegelianer, Junges Deutschland, Junges Europa, Jungtürken; Altdeutschland, Altkonservative). Im Wunschdenken des Königs mutieren seine stockkonservativen Ratgeber zur Avantgarde des Zeitgeistes. Ihre Zöpfe (sowohl im alten China als auch im alten Preußen trugen die Männer Zöpfe, spätere Zeiten benutzten diese Haartracht als Symbol für das Rückständige, das Reaktionäre) behalten sie allerdings, so scheint diese Mutation nicht ganz gelungen.

Das Bestreben der Juden nach Emanzipation löst sich in der Phantasie des Königs durch ihren Übertritt zum Christentum. Für diesen Schritt werden sie mit einem Orden belohnt.

Massenelend und Hungersnöte (der König hingegen: „Allüberall ist Überfluss“) erschütterten das Preußen der 40er Jahre. Revolutionäres Gedankengut und die Forderung nach einer Verfassung (Konstitution), vorgebracht auch von hohen Staatsbeamten (den „edelsten Mantschu“), wurden zusehends lauter. In des Königs Wunschvorstellung wollen diese aber keine Verfassung, sondern befürworten die im Stock symbolisierte, überkommene und autoritäre Staatsordnung.

Am Schluss greift der König wieder zu seinem geliebten Schnaps. Der kommt ihm vor wie ein Geschenk Gottes. Entsprechend vernimmt er in seinem Wahn religiös inspirierte Jubelschreie seines „glücklichen“ Volkes.

Beitrag von Herrn Wüst

Newsletter des Seniorenzentrums Weststadt

Abonnieren Sie unseren Newsletter und erhalten Sie alle zwei Monate unseren aktuellen Seniorenexpress als PDF-Datei per Mail.

Zudem informieren wir Sie über Sonderveranstaltungen und Ausflügen oder bei neuen Angeboten.

Senden Sie hierfür eine E-Mail an szweststadt@heidelberg.de mit Angabe Ihres Namens, E-Mail-Adresse und mit Bestätigung der Einwilligung der Speicherung Ihrer Daten für die Aufnahme in den Newsletter.

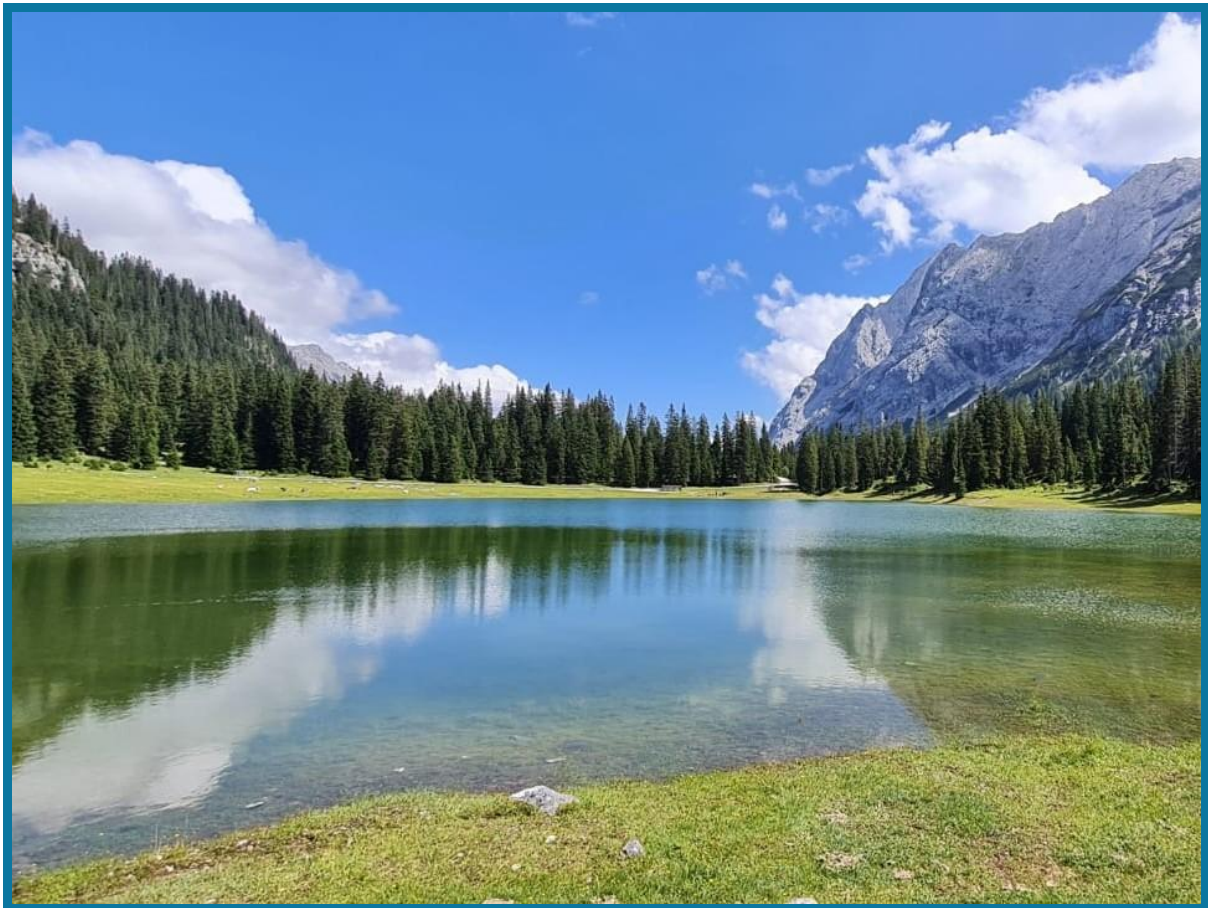


Foto: Achim Roth, 2026

Seniorenexpress Weststadt/Südstadt

Juli	Angebote an denen ich teilnehmen möchte
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.	

Seniorenexpress Weststadt/Südstadt

August	Angebote an denen ich teilnehmen möchte
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.	