



in-Team

Nr. 64 www.tvqueichheim.de Frühjahr 2021



VIELE SCHAFFEN MEHR –
SO HELFEN WIR GEMEINSAM.



Unterstützen Sie Ihren Verein
und gemeinnützige Projekte
in Ihrer Nachbarschaft.

Wir legen bei allen Projekten für jede erste Spende eines Unterstützers ab 10 Euro nochmals 10 Euro dazu. Einfach unsere Crowdfunding-Plattform im Internet aufrufen, Lieblingsprojekte aussuchen und gewünschten Betrag spenden!

10 Euro von
uns für jede
Spende ab
10 Euro.

www.vrbank-suedpfalz.viele-schaffen-mehr.de

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.



Wir machen den Weg frei.

 VR Bank Südpfalz



Liebe Mitglieder, liebe Leser,

als ich das Vorwort schrieb, hatten wir Samstag, den 20. Februar 2021. Ich hoffe ihr seid mittlerweile gut im Jahr 2021 angekommen. Es ist noch frisch heute Morgen, aber die Sonne scheint und ich bin unterwegs auf meiner Hunderunde, um ein paar Botengänge für den Turnverein zu erledigen. Dazu gehört heute Morgen auch ein Blick in die Turnhalle, um etwas abzuholen. Es ist seltsam, da liegt sie, die Turnhalle, im Schlaf wie

Dornröschen und keiner weiß, wann sie wach wird. Irgendwie tut sie mir auch leid, eine Halle, die normal mit Leben erfüllt ist, liegt da still, fast wie ein verwaistes Kind. Ich atme den Geruch ein und hoffe, dass hier bald wieder Kinder und Erwachsene sich bewegen dürfen.

Ein wenig anders sieht es in unserem Team aus, jede Woche steht auf unserer Homepage ein Bewegungsprogramm für unsere Mitglieder und Nichtmitglieder, der Vorstand und der Turnausschuss schauen nach vorne und einer sofortigen Aufnahme des Turnbetriebs steht nichts im Wege. Die Konzepte stehen, das Gerätesortiment wird aufgefrischt, Reparaturen und Optimierungen der Turngeräte und der Geräteräume wurden vorgenommen. Die Mitgliederversammlung auf September 2021 verschoben, alles Weitere liegt nicht in unserer Hand. Mit Zuversicht schaut der Verein in ein gutes Turnjahr 2021 und wünscht allen viel Gesundheit und Zuversicht.

Eure Sylvia Dahlinger (1. Vorsitzende)

!!! FEHLERTEUFEL !!!

In unserer letzten Ausgabe von unserer „in-Team“ Nr. 63 / Herbst 2020 haben sich 2 kleine Fehlerteufel eingeschlichen. Gleich auf der Titelseite hat der erste zugeschlagen: Der Turnverein wünscht ein frohe Weihnachtszeit – es sollte natürlich eine frohe Weihnachtszeit heißen.

Der zweite Fehlerteufel war allerdings noch etwas größer, auf Seite 18 der Beitrittserklärung standen noch die alten Jahresbeiträge drin, in dieser Ausgabe erscheinen nun die richtigen Jahresbeiträge für die Mitgliedschaft.

Wir bitten dies zu entschuldigen und wünschen uns natürlich keine Fehlerteufel mehr, falls doch einer zuschlägt, bitten wir um euer Verständnis.

Aktuelles	
Vorinformation	5
Erhaltung der Vereinszeitung	9
Mut und Gelassenheit	14
Bewegung 50+	17
TVQ-Onlinesport 2021	21
Übungsleiterbericht - Ein Leben lang...	25
Ungewöhnliche Verabschiedung	29
Einblicke oder Ausblicke...	33
Am Ende des Tunnels	37

Rückblick	
Das verspätete Weihnachtsgeschenk	10
Yoga in Mühlhofen	13
Erste Hilfe Kurs	16
Turnerjugendheim gewährt Unterkunft	30
Kinderseite	
Beitrittserklärung	6
Übungsstundenplan	18
	20

Herausgeber: TV Queichheim

**Redaktion und Verantwortlich
für den Inhalt:**

Sylvia Dahlinger, Melanie Drewniok-
Heid, Jürgen Prokop

Fotos: Verschiedene

Anschrift und Anzeigenannahme:

Turnverein Queichheim
76829 Landau
E-Mail: in-team-zeitung@web.de
www.tvqueichheim.de

Auflage: 1600 Exemplare

Verteilung:

Kostenlos an alle Queichheimer
Haushalte und Vereinsmitglieder



Apotheke-Queichheim

Susanne Leskovar

76829 Landau

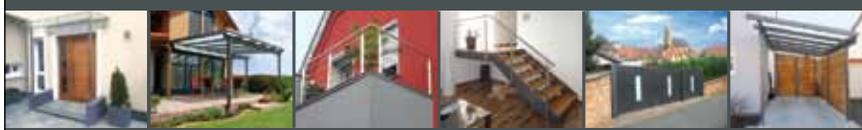
Queichheimer
Hauptstraße 31

Tel. 0 63 41-95 96 00
Fax 0 63 41-95 96 02



Nicklis Metallbau

Wenn schon,
dann richtig!



Nicklis Metallbau | Lise-Meitner-Straße 4 | 76829 Landau | Tel. 06341 9699199
E-Mail: uli.nicklis@nicklis-metallbau.de | www.nicklis-metallbau.de

*****Vorinformation***
(Überraschung)**

Liebe Mitglieder des TVQs, Liebe Eltern, Liebe Kinder,

Eigentlich war für dieses Jahr im Juni 2021 ein schönes Fest als Überraschung für Euch geplant, es sollte sozusagen eine Corona - Party werden, dass wir Alles geschafft haben.

„So wäre der Plan gewesen, doch leider wurden wir eines besseren belehrt, und können im Moment nichts der Gleichen planen.“

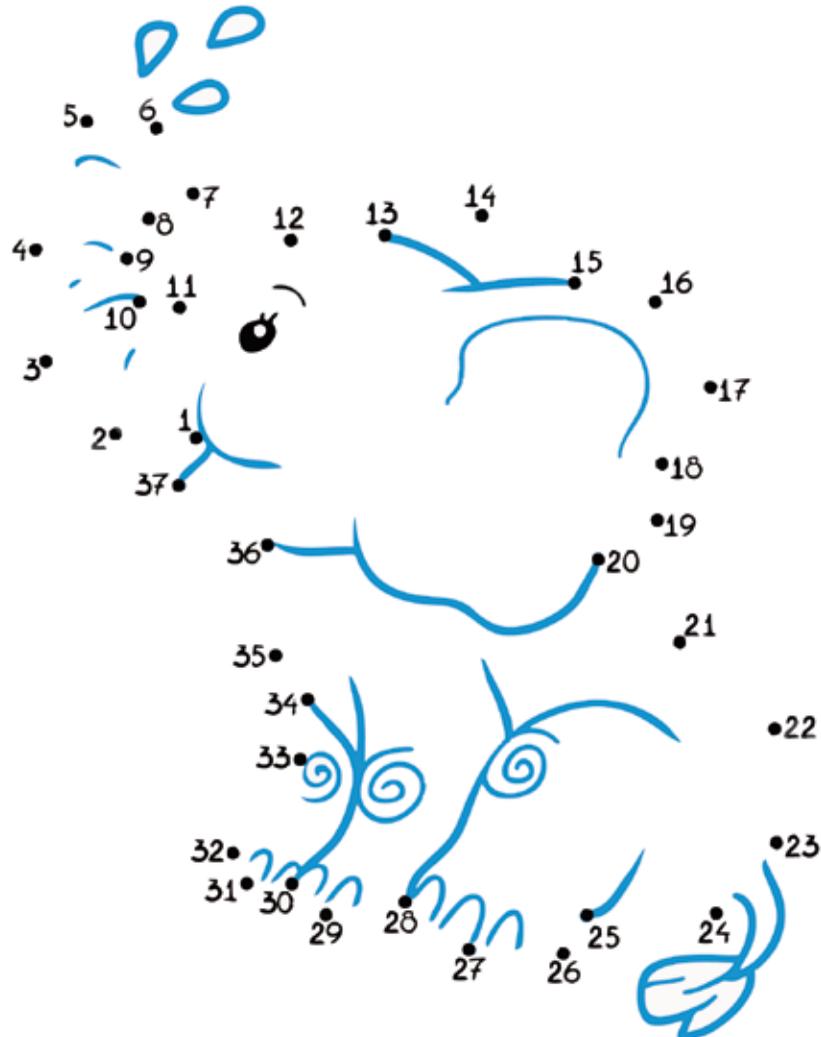
(<https://www.landau.de/corona> Stand 07.04.2021 um 20:30 Uhr)

Aber aufgeschoben ist nicht aufgehoben:

- dann feiern wir halt einfach in 2022
- Datum wird rechtzeitig bekannt gegeben
- unter der Voraussicht, dass es bis dahin läuft
- und, dass unsere Finanzen stabil bleiben



**Wir vermissen Euch, bitte bleibt alle gesund :-*
Euer TVQ**

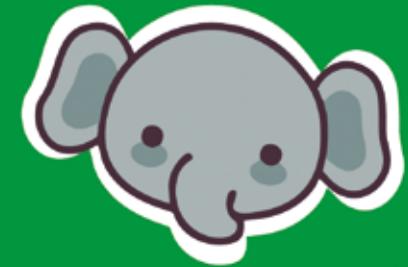


Elefant -fant -fant

Der Elefant-fant-fant
kommt gerannt-rannt-rannt
mit dem langen-langen-langen-langen Rüssel.

Wollte raus-raus-raus aus dem Haus-Haus-Haus
hatte leider-leider-leider keinen Schlüssel.

Armer Elefant, bist umsonst gerannt,
kriegst zum Trost dafür
ein Zuckerstück von mir.



Anleitung:

Wir singen dieses Lied vor allem nach Geburtstagen, wenn die Kinder Süßigkeiten mit in die Turnstunde bringen. Alle Kinder sitzen auf dem Boden. Die ausgewählten Kinder spielen den Elefanten: Jeder hat seine eine Hand an der Nase, der andere Arm ist durch den Arm gezogen. Während des Liedes gehen sie im Kreis auf und ab. Am Ende des Liedes verteilt das Geburtstagskind die Süßigkeiten an die anderen Kinder.





**Nutzen Sie unseren AUTOSCHALTER
für den schnellen und bequemen Einkauf**

5% sparen Sie mit unserer Kundenkarte

(außer bei verschreibungspflichtigen Medikamenten)

**Apotheker Ludwig Trauth - Tel. 14660
Max-Planck-Straße 1, 76829 LD-Queichheim
Mo. bis Fr. 8.00-19.00 Uhr, Sa. 8.00-14.00 Uhr**

24-STUNDEN-BESTELLSERVICE

**APOTHEKE IM
MED·ZEN
MEDIZINISCHES ZENTRUM**

- **Augenärztenetz Südpfalz**
Dr. Atzler / Dr. Libera / Dr. Müller, Tel. 8 67 67
- **Die Hausarztpraxis**
Dr. Frank Fleischer, Dr. Friedrich Fleischer,
Dr. Ulrike Hage, Tel. 87035, Fax 89315
- **Frauenärztin**
Hildegard Konieczny, Tel. 2.0539

- **Praxisklinik Urologie Landau**
M. Bruch / Dr. K. Klocke / Dr. A. Rhein / P. Mertel
Dr. Endmann / Dr. Hartinger, Tel. 80620
- **Praxis Dr. M. Nowak**
Kinder- und Jugendpsychiater, Psychotherapie,
Suchtambulanz, Tel. 96 02 96, Fax 96 93 86
- **Psychotherapeutische Praxis**
Luise Dellwo, Anna-Maria Pfaff
Tel. 91 92-07, Fax 91 92-09
- **Facharzt für Chirurgie**
Dr. Willy Sebastian, Tel. 93 95 93
- **Palliativnetz Süd- und Vorderpfalz**
SAPV-Stützpunkt Landau
Tel. 38 07-40



TURNVEREIN QUEICHHEIM 1892 e.V.



Erhaltung der Vereinszeitung Hilfe und Unterstützung gesucht

**Zurzeit ist unser Team für die Vereinszeitung unterbesetzt,
darum suchen wir Hilfe in jeglicher Form:**

- **Mindestalter 18 Jahre**
- **Spaß und Freude an Ideen finden**
- **Neue Anregungen für die Vereinszeitung**
- **Neue Anzeigenkunden finden od. ansprechen**

Es darf auch jeder einfach so etwas an uns senden z.B.

- **Fotoserie für ein Workout**
- **Einfach mal eine Seite gestalten**
- **Rezept für ein gesundes Essen....**
- **Mal ein Interview führen....usw.**

Und dies sind nur ein paar Punkte, die euch vielleicht ansprechen, wir sind für alles dankbar und wenn du jetzt denkst da kommt eine Menge Arbeit auf dich zu, dann können wir dich beruhigen, so ist das nicht. Unsere Vereinszeitung erscheint 2 x im Jahr und dafür finden höchstens 2 Treffen pro Zeitung vorher statt von 1 ½ Stunden. Alles Weitere kann digital besprochen oder gelöst werden. Bitte helft uns, dass die Zeitung erhalten bleibt und gemeinsam geht alles leichter und besser.

**Bitte melden bei Sylvia Dahlinger Tel.: LD 52 7 52
sylvia.dahlinger@web.de**

Das verspätete Weihnachtsgeschenk

von Jessica Reither

Das Jahr 2020 hat uns allen gezeigt, dass einfach nichts sicher ist und dass Dinge, die zuvor undenkbar waren, doch tatsächlich funktionieren. Wir haben vieles umstellen müssen und alte Gewohnheiten durch Neue ersetzen oder ergänzen dürfen. Bei einem waren wir uns sofort einig ... auch wenn wir keine Jahresabschlussfeier und auch keine letzte Turnstunde vor den Ferien haben, an unserem alljährlichen Weihnachtsgeschenk wollen wir trotzdem festhalten. Gesagt, getan: Nach kurzer Überlegung stand fest, dieses Jahr gibt es Trinkflaschen. Wir entschieden uns ganz bewusst für ein etwas „größeres“ Geschenk als in den Vorjahren und weil alle Gruppen von der aktuellen Lage so gebeutelt sind, weiteten wir die Weihnachtsgeschenke auf ALLE aktiven Mitglieder aus (sonst kriegen nur die Kinder eines ;-)). Nach kurzen Recherchen entschieden wir uns für einen regionalen Anbieter: Fer-

di Schupp von „Werbeheld“ war da der ideale Ansprechpartner. Durch die schnelle Kommunikation mit der Firma konnten wir sogar noch im November bestellen. Aber dann holte uns Corona wieder ein ... Lieferverzögerungen. So kamen unsere Weihnachtsgeschenke erst im Januar. Mittlerweile haben die Übungsleiter angefangen, ihre Flaschen zu verteilen, manche warten auch darauf, sie den Kindern oder Gruppenmitgliedern zu überreichen, wenn man sich mal wieder live sehen darf. Ihr dürft euch also entweder schon über oder noch auf eure Flasche freuen. Wir hatten auf jeden Fall viel Spaß beim Organisieren, Packen und teilweise auch schon beim Verteilen. Besonders viel Freude, haben uns die vielen Reaktionen von euch allen gemacht. Uns erreichten viele Bilder, Videos und Nachrichten, wie sehr sich die Kids (und auch die Großen) über ihre Flaschen gefreut haben. Danke dafür! Wir halten weiter durch und sehnen uns dem Turnbetrieb entgegen!

Soho

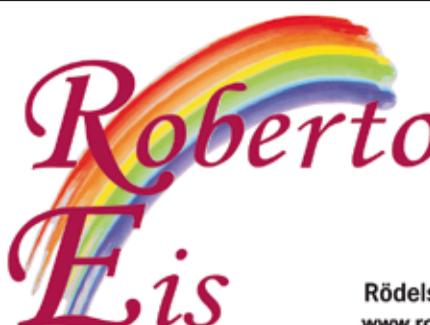
LANDAU

Curious
NINE

{ } ∞ 🍇 🍴 zzzzzz 📺

HOTEL SOHO / Marie-Curie-Straße 7-9 / 76829 Landau

T 06341-141 960 / info@soho-landau.de / www.soho-landau.de



**Italienisches Eis
aus eigener Herstellung**

Das mobile Eiscafé

Roberto Soravia

Rödelsteig 3 • 76857 Gossersweiler-Stein
www.roborto-eis.de • eis-roborto@t-online.de





Projekt zur Sozialraumorientierung des Caritas-Förderzentrums St. Laurentius und Paulus

Yoga in Mühlhofen

von Lili-Leben in Landau

In Mühlhofen konnten wir zweimal Yoga im Garten anbieten. Das hat sehr viel Spaß gemacht! Danke an Birgit Asinger, die uns mit viel Engagement hervorragend unterstützt und uns sogar ein wunderschönes, selbstentwickeltes Yoga-Würfelspiel zukommen ließ.



caritas

Lili *Leben in Landau inklusiv*
Ein Projekt des Caritas-Förderzentrums
St. Laurentius und Paulus

Wir suchen
Ehrenamtliche (m/w)
die Menschen mit Behinderung in ihrer Freizeit begleiten wollen,
ob einmalig zum Fußball, auf Konzerte, regelmäßig zum Vorlesen, Spazieren gehen oder einfach mal ein Bier zusammen trinken. Interesse?
Wir freuen uns über Ihren Anruf:
Projekt LiLi, Telefon 06341-599 507
Mail: alexander.hahn@cbs-speyer.de oder
Dienstags von 9 – 12 Uhr und Donnerstag
von 14 – 17 Uhr in der Waffenstraße 16 in Landau

gefördert durch die
AKTION MENSCH **cbs**
Caritas Betriebsrat
gemeinsam mit Speyer



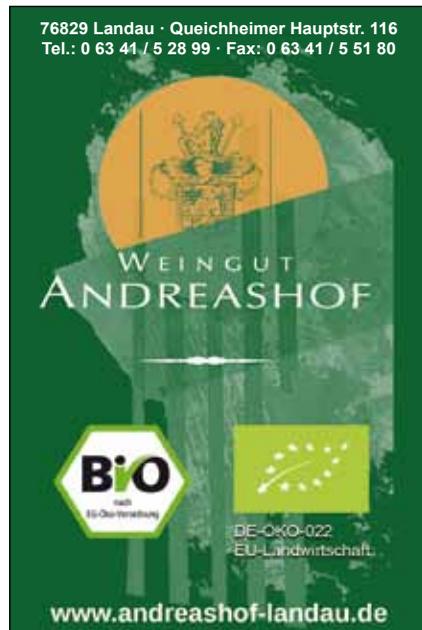
„Mut und Gelassenheit“

von Birgit Asinger

Beim letzten Waldspaziergang fragte mich die Vereinsvorsitzende, ob ich wieder einen Bericht für das In-Team schreiben möchte. Ja, warum nicht, gab ich zur Antwort. Normalerweise berichte ich über die Workshops bei LiLi oder Spendenaktionen. Doch 2020 war ja alles anders. Es waren zwar Spendenaktionen geplant, aber umsetzen konnte ich oder wir sie nicht. Das muss ich nicht erklären. Ich machte im Oktober in kleiner Runde 108 Sonnengrüße und spendete ans Hospiz Landau. Immerhin 160 Euro durfte ich spenden. Der geplante Workshop im Dezem-

ber für Strahlemännchen musste ausfallen. Die nächste Aktion ist in Planung, zum Glück noch ohne Termin. Kontakt habe ich aber schon aufgenommen. Die nächsten Sonnengrüße, die eigentlich im März stattfinden sollen, möchte ich den Lebensheldinnen widmen, „Lebensheldin“ ist ein Verein, der Frauen mit der Diagnose Brustkrebs unterstützt. Gerne könnt ihr im Netz unter Lebensheldin nachschauen.

Da findet ihr alles zu diesem Thema. Bei meiner Weiterbildung in Köln „Yoga und Krebs“ hörte ich, dass es jährlich 500.000 Neuerkrankungen an Krebs in Deutschland gibt. Davon ca. 70.000 Brustkrebserkrankungen. Die Tendenz ist steigend auf Grund der Veränderung der Altersstruktur. Statistisch gesehen erkrankt jeder



Provencal

Das Restaurant
der Familie Höppler

für Familienfeiern, Geschäftsessen
Jubiläen bis 25 Personen
oder nur zu Zweit

Die Geschenkidee
"Schlemmergutschein Provencal"

Für kulinarische Events
Nebenzimmer bis 12 Personen

76829 Landau
Queichheimer Hauptstraße 136
Reservierung unter Tel. 95 25 52
www.provencal-landau.de
e-mail: provencal-landau@f.online.de

Zweite in Deutschland im Laufe seines Lebens an Krebs. Die Überlebensraten steigen, viele finden den Weg zurück ins „normale“ Leben. Das ist sehr erfreulich. Und schon sind wir beim nächsten Thema, das „normale Leben“, das uns alle betrifft. Egal ob gesund oder krank, plötzlich betrifft eine Krankheit uns alle und unzählige Maßnahmen werden ergriffen und müssen durchgesetzt werden. Den einen trifft es, den anderen nicht. Mancher wird krank, manchen trifft die Maßnahme und wird dadurch krank. Aus Angst und Sorge um seine Existenz. Oder aus Verzweiflung seine Liebsten nie wieder zu sehen. Fast wie bei Krebs. Ich möchte bestimmt keinem Angst machen, doch die Zeit fordert auf, genau hinzuschauen, was gerade in der Welt passiert. Angst ist ein schlechter Berater und trübt den Blick. Ich möchte eine Krebserkrankung nicht mit Corona vergleichen, dennoch ertappe ich mich manchmal dabei.

Wir sollten realistisch bleiben. Es ist vielleicht kein schöner Gedanke, doch daran führt kein Weg vorbei. Der Tod gehört zum Leben. Ob wir das wollen oder nicht. Ich glaube wer einmal seine Verletzlichkeit gespürt hat, sieht das Leben mit anderen Augen. Leben ist lernen. Jede Aufgabe fordert uns auf zu lernen, um zu erfahren wie wertvoll das Leben auf der Erde ist. Jede Erfahrung lebt im Moment und ist im nächsten Augenblick Vergangenheit. Üben wir uns in der Gegenwart zu bleiben. Zu Vertrauen, das Leben mit Liebe, Mut und Stärke zu gestalten. Und solange es nicht in der Liebe ist, sollten wir bereit sein, Dinge zu hinterfragen,

die uns zu tiefst unglücklich machen. Das Geburtsrecht des Menschen ist glücklich zu sein und die Freude am Leben auf dieser Erde zu spüren. Wie wollen wir in Zukunft uns begegnen? In Angst oder in der Liebe?

Was kannst du zur Zeit für deine Gesundheit selbst tun? Es gibt immer etwas, das man optimieren kann. Vielleicht ein Spaziergang im Wald mit einer lieben Freundin, tief ein- und ausatmen oder du nutzt das Motivations-Angebot, welches der Verein auf seiner Internetseite hat. Bestimmt hast du selbst viele Ideen, dein Immunsystem zu stärken und dein Herz für das Leben zu öffnen.

Eine 5 Minuten Meditation für zwischendurch, die ich sehr gerne praktiziere:

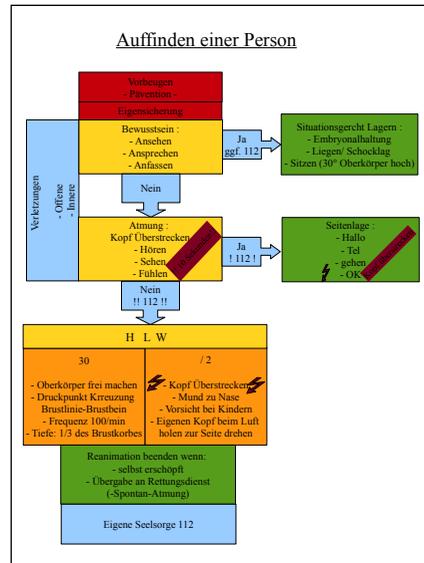
Einatmen, sage still „Mut“, Ausatmen sage still „Gelassenheit“. Wenn andere Gedanken kommen, beobachte, was dich ablenkt und hole deinen Geist immer wieder zu Mut und Gelassenheit.

Hier hab ich noch ein Gelassenheits-Gebet für Euch. Ich finde das passt einfach wunderbar.

**„ Gott, gib mir die Gelassenheit,
Dinge hinzunehmen,
die ich nicht ändern kann,
den Mut, Dinge zu ändern,
die ich ändern kann, und die
Weisheit, das eine vom anderen
zu unterscheiden“
- Reinhold Niebuhr -**

Erste Hilfe Kurs vom 19.09.2020

von Susanne Poujol



kleines Päckchen Verbandmaterial mit Gummihandschuhen, verschiedenen Binden, Pflaster und sterilen Einlagen. Frau Franzen erläuterte die unterschiedlichen Möglichkeiten einen Verband anzulegen, wie Druckverband am Kopf oder Bein, was dabei beachtet werden muss. Dann durften wir selbst ran an uns eigene Verbände anzulegen. Jeder für sich, versteht sich. Dies war durchaus eine Herausforderung. Gummihandschuhe, entweder zu groß oder zu klein, Verbandmaterial öffnen und die verletzten Körperstellen mit den passenden Mullbinden zu versorgen. Wir haben uns nicht schlecht angestellt und hatten viel zu lachen.

Unsere Mittagspause konnten wir draußen in der Sonne genießen. Danke an Sylvia, für das Besorgen der leckeren belegten Laugenstangen, Äpfeln und kleinen Snacks. Nach unserer kleinen Stärkung hat uns Frau Franzen gezeigt was man bei der Beatmung an Erwachsenen und Kleinkindern zu beachten hat. Wir durften an den mitgebrachten Dummy-Puppen die Beatmung selbst ausprobieren. Das Team kam ganz schön ins Schwitzen. Weiter wurde erklärt wie, wann und wo ein Notruf abzusetzen ist, welche Maßnahmen bei Unfällen z. B. auf der Straße, Autobahn, Garten oder beim Turnen zu ergreifen sind, was bei Prellungen, Schock, Verbrennung und Schlaganfall und vielen weiteren unterschiedlichen Unfällen zu tun ist. Mit aufgefrischem und neuem Wissen hatten wir es gegen 16:00 Uhr geschafft.

Am Samstag, den 19.09.2020 hat sich das Team vom TVQ um 8:30 Uhr in der Turnhalle für einen 1. Hilfe Kurs getroffen. Es wurden Corona gerecht Stühle und Desinfektions-Spender aufgestellt. Frau Franzen vom DRK hat uns Verbands- und Anschauungsmaterialien mitgebracht. Nach kurzer Begrüßung gab es für jeden ein



Bewegung 50+

von Ulrike Schmitt-Krage

Ich heiße Ulrike Schmitt-Krage, bin 58 Jahre alt, verheiratet und habe drei erwachsene Kinder. Sport gehört schon immer zu meinem Leben, egal ob Turnen, Leichtathletik, Joggen oder Rad fahren. Aus einer Notlage heraus habe ich beim ASV als Vertretung eine Gymnastikgruppe angeleitet. Das hat mir solchen Spaß gemacht, dass ich beschloss, auf eine Trainer Lizenz C für Allgemeinsport hinzuarbeiten, welche ich 2019 mit Erfolg erwarb. Da ich während meiner Ausbildung verschiedene Hospitationen brauchte, besuchte ich auch das ElKi Turnen bei Sylvia und bekam so näheren Kontakt zum Turnverein Queichheim. Als dann Sylvia fragte, ob ich die Seniorengruppe von Henny Ullemeyer übernehmen würde (Verabschiedung im letzten In-Team), habe ich mit ein bisschen Bauchweh, aber auch viel Freude, zugesagt. So traf ich dann auf eine Gruppe motivierter Frauen und einem Mann, die mich offen und

herzlich aufgenommen hat. Zusammen trainieren wir montags von 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr im Freien oder in der Halle. Mit ausgewählten Übungen und Angeboten wollen wir auch in hohem Alter beweglich, fit und gesund bleiben. Das ist unser Ziel und wer Lust hat, sich unserer Gruppe anzuschließen ist jederzeit herzlich willkommen. Keine Angst, auch sportlich Ungeübte können mitmachen.

Mit hoffnungsvollem Gruß (dass Corona baldigen Trainingsbeginn zulässt) eure Ulli.

„Wer rastet der rostet.“

- Deutsches Sprichwort -



Beitrittserklärung

TURNVEREIN QUEICHHEIM 1892
e.V.



(bitte in Druckbuchstaben leserlich ausfüllen)

Hiermit erkläre ich die Mitgliedschaft im TVQ ab _____ für:

Familienname, Vorname Geburtsdatum Email

Straße, Hausnummer PLZ, Ort Telefon

Jahresbeitrag: (Zutreffendes bitte ankreuzen!)

Minderjährige 48,- € Erwachsene 72,- €

Familien 96,- € Senioren 54,-€

Zahlungsweise: halbjährlich jährlich

Kündigung gemäß Vereinssatzung spätestens 30 Tage vor Ende des Kalenderjahres

Bei Familien bitte alle Familienmitglieder angeben, die beitreten:

Familienname	Vorname	Geburtsdatum	Telefonnr.	Email- Adresse

Datum, rechtsverbindliche Unterschrift
(bei Minderjährigen die eines Erziehungsberechtigten)

SEPA-Lastschriftmandat / Einzugsermächtigung

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE76ZZZ00000848709

Kontoinhaber: _____ Bankinstitut: _____

BLZ: _____ BIC: _____/_____/_____/_____

Konto -Nr.: _____ IBAN: DE ____/_____/_____

SEPA-Lastschriftmandat:

Hiermit ermächtige(n) ich / wir den o.a. Zahlungsempfänger, Zahlungen von meinem / unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich / wir mein / unser Kreditinstitut an, die vom o.a. Zahlungsempfänger auf mein / unser Konto gezogene Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann / Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Datum, rechtsverbindliche Unterschrift

(bei Minderjährigen die eines Erziehungsberechtigten)

Vor dem ersten Einzug einer SEPA-Lastschrift wird mich / uns der Zahlungsempfänger über den Einzug in dieser Verfahrensart unterrichten.

1. Vorsitz: Sylvia Dahlinger, Drosselweg 1e, 76829 Landau; 2. Vorsitz: Thomas Dreisigacker, Im Vogelsang 81a, 76829 Landau
Sparkasse SÜW Landau; BIC: SOLADES1SUW; IBAN: DE6954850010000040048

Datenschutzhinweis

Ihre personenbezogenen Daten werden vom TV Queichheim gemäß der europäischen Datenschutzgrundverordnung § 33 (DSGVO) und dem deutschen Datenschutzrecht (BDSG) für die Begründung und Verwaltung Ihrer Mitgliedschaft erhoben, verarbeitet und genutzt. Im Rahmen dieser Zweckbestimmung werden Ihre Daten ausschließlich zur Erfüllung der vereinsinternen Aufgaben an diesbezüglich besonders Beauftragte weitergegeben und genutzt. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nur mit Ihrer gesonderten Einwilligung. Die europäischen und deutschen Datenschutzrechte gelten in ihrer jeweils gültigen Fassung. **Mir ist bekannt, dass ich der Erhebung und Nutzung meiner Daten jederzeit widersprechen kann.**

Ich bin mit der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung folgender personenbezogener Daten durch den Verein zur Mitgliederverwaltung im Wege der elektronischen Datenverarbeitung einverstanden: Name, Anschrift, Geburtsdatum, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Übungsleiterlizenz ... Mir ist bekannt, dass dem Aufnahmeantrag ohne dieses Einverständnis nicht stattgegeben werden kann

Ich bin damit einverstanden, dass der Verein im Zusammenhang mit dem Vereinszweck sowie satzungsgemäßen Veranstaltungen personenbezogene Daten und Fotos von mir in der Vereinszeitung und auf der Homepage des Vereins veröffentlicht und diese ggf. an Print und andere Medien übermittelt. Dieses Einverständnis betrifft insbesondere folgende Veröffentlichungen: Ergebnislisten, Mannschaftslisten, Kontaktdaten von Vereinsfunktionären, Berichte über Ehrungen und Geburtstage ...

Mir ist bekannt, dass ich jederzeit gegenüber dem Vorstand der Veröffentlichung von Einzelfotos und persönlichen Daten widersprechen kann. In diesem Fall wird die Übermittlung/Veröffentlichung unverzüglich für die Zukunft eingestellt. Etwa bereits auf der Homepage des Vereins veröffentlichte Fotos und Daten werden dann unverzüglich entfernt.

Datum, rechtsverbindliche Unterschrift

(bei Minderjährigen die eines Erziehungsberechtigten)

Übungsstunden in Turnhalle und Krone (*)

Uhrzeit	Aktivitäten	Übungsleitung
MONTAG		
14:30 - 15:30 Uhr	Bewegung 50+	Ulrike Schmitt-Krage
16:00 - 17:15 Uhr	Gemischtes Turnen (5-7 Jahren)	Nathalie Trauth
17:15 - 18:45 Uhr	Mädchen (11-15 Jahre)	Brigitte Boy
19:00 - 20:00 Uhr	Frauengymnastik 1	Inge-Rose Ziegler
19:00 - 20:00 Uhr	(*) Kurs: Yoga	Sonja Borchers-Diehlmann
20:15 - 21:15 Uhr	(*) Kurs: Yoga	Sonja Borchers-Diehlmann
DIENSTAG		
17:00 - 18:30 Uhr	Jungen (5-10 Jahren)	Jessica Reither
19:00 - 20:00 Uhr	Jungs und Mädels (ab 15 Jahren)	Susanne Pujol und Jessica Reither
MITTWOCH		
14:30 - 15:30 Uhr	Minikids 1 (3-5 Jahre)	Brigitte Boy
15:45 - 16:45 Uhr	Minikids 2 (3-5 Jahre)	Brigitte Boy
18:45 - 19:45 Uhr	Männnergymnastik	Inge-Rose Ziegler
18:45 - 19:45 Uhr	(*) Kurs: Yoga	Heike Schwamm
20:00 - 21:00 Uhr	(*) Kurs: Yoga	Heike Schwamm
20:00 - 21:00 Uhr	Frauengymnastik	Elisabeth Limmer
20:00 - 21:00 Uhr	(*) Tanzen für P...	Peter Karl
DONNERSTAG		
15:00 - 16:00 Uhr	Mädchen (7-9 Jahre)	Susanne Pujol
16:30 - 17:30 Uhr	Mädchen (9-11 Jahre)	Susanne Pujol
18:00 - 19:00 Uhr	Kurs: Fit und Straff (BBP)	Miriam Föhr
19:30 - 21:00 Uhr	Jonglage (Erwachsene)	Nicolas Danner
FREITAG		
16:30 - 17:30 Uhr	(*) Tanzen Mädchen (4-5 Jahre)	Edith Dreißigacker
15:00 - 16:00 Uhr	Eltern-Kind (ab 2 Jahre)	Sylvia Dahlinger
16:30 - 17:30 Uhr	Eltern-Kind (ab 2 Jahre)	Sylvia Dahlinger
18:00 - 20:00 Uhr	Einradtreff	Kim Anthofer/Vanessa Riedel

Das Angebot der aktuellen Kurse können Sie der Tagespresse entnehmen oder Sie schauen einfach mal auf die Homepage www.tv-queichheim.de.

TVQ-Onlinesport 2021

Über das Stattfinden unsere Übungsstunden informieren wir euch über unsere Homepage.

Hier findet ihr auch unser Onlinesport-Angebot für das ihr euch auch gerne registrieren könnt:

www.tvqueichheim.de

Wir machen mit!

von Sabine Wohnsiedler

Starten wir mit einem Rückblick. Anfang 2020 machen sich Nachrichten über eine neuartige heftige Erkrankung breit, etwas wie ne schlimme Grippe – nur noch heftiger, Corona. Da ist alles noch weit weg, von Deutschland, von der Pfalz, von Queichheim.

Zwei Monate später sieht es schon anders aus. Mitte März betreten wir Neuland: Es geht in den ersten Lockdown. Das Leben aller wird auf den Kopf gestellt. Auch das vom TVQ. Kein Sport mehr in der Turnhalle möglich, Sportgruppen im Freien auch schwierig und erst einmal nicht erlaubt. Im Laufe des Sommers wird es besser, die Beschränkungen etwas gelockert. Wo es geht, treffen sich die Gruppen im Freien. Die Halle ist ja leider noch immer zu. Aber Turnen ohne Turngeräte ist halt so ne Sache... Kurz vor den Sommerferien weitere Lockerungen: Es darf unter Auflagen und Beschränkungen wieder Sport in der Turnhalle gemacht werden.

Nach den Ferien legen die Gruppen wieder in der Halle los. Aber... Um Abstände einhalten zu können, darf

nur eine reduzierte Personenzahl in die Turnhalle, Gruppen müssen halbiert werden. Man braucht ein Hygienekonzept und einen Hygienebeauftragten. Die Materialschlacht mit Desinfektionsmittel und Seife beginnt. Maske an, Maske aus. Sei's drum. Endlich wieder Turnbetrieb, endlich wieder die Freunde in der Halle treffen und gemeinsam Sport machen. Im November 2020 dann schon wieder Teillockdown, der im Dezember 2020 zum zweiten Lockdown verschärft wird. Der Turnbetrieb muss erneut eingestellt werden. Alle Veranstaltungen, die der TVQ üblicherweise über das Jahr so macht, fallen aus oder werden erst mal verschoben und fallen dann aus. Selbst auf die geliebte Jahresabschlussfeier muss 2020 verzichtet werden.

Der Vorstand bzw. der Turnausschuss halten weiterhin ihre (Online-)Sitzungen regelmäßig ab und überlegen, wie man mit den Vereinsmitgliedern besser in Kontakt treten und ihnen trotz all der Umstände ein Sportprogramm anbieten kann. Und so wurde die Idee des Onlinesports auch beim TVQ aufgegriffen.

Am 04. Januar 2021 ist es soweit und das Onlinesport-Programm startet.

Jede Woche gibt es getreu dem Motto „Ran an den Speck“ kleine sportliche Aufgaben, mal aus dem Bereich Turnen, mal Fitness, mal Yoga oder Jonglage. Über die TVQ-Internetseite und den TVQ-Newsletter kann man sich über das aktuelle Programm informieren.

Man hat zwei Möglichkeiten mitzumachen:

1. Man übt und trainiert einfach so für sich.
2. Man schickt dem TVQ einen kleinen Beweis (Foto oder kurzes Video) mit dem Namen, Alter und der Turngruppe an folgende Email: tvq.onlinesport@web.de

Als kleine Motivationshilfe gibt es ein Gewinnspiel dazu: Jeder der dem TVQ eine Email mit Bild oder Video schickt kommt in einen Lostopf. Am Ende des Onlinesports (vermutlich Frühjahr 2021) werden drei Namen gezogen. Die gezogenen Namen erhalten ein TVQ-Über-



raschungspaket. Wer öfter etwas einschickt (max. eine Mail pro Woche) kommt öfter in den Lostopf.

Soweit zur Theorie, und in der Praxis?!? Bei uns zu Hause wurde das Programm mit Freude ausprobiert. Bis auf den Papa, der bleibt lieber beim Joggen, machen alle mit.

Aufwärmen:

Schneeschippen, Schneemann bauen bzw. Schneeballschlacht draußen oder wenn kein Schnee liegt drinnen. Dann werden die Matten ausgepackt.

Die Aufgaben:

Mama liest und macht Übung für Übung vor und die beiden Kids (4 und 6 Jahre) probieren es dann mit aus. Gleichzeitig üben sie zählen mit – mal vorwärts, mal rückwärts. Es zeigt sich: Die Tochter ist voll motiviert, kann gar nicht genug Wiederholungen machen. Sohn probiert alles mal aus, beschließt dann, je nach Übung sich bei Mama an die Arme, Beine oder den Rücken dran zu hängen. Ufff... Erschwerte Bedingungen für Mama, aber das Motto ist ja „Ran an den Speck“.

Abschluss:

Ausruhen bei Geschichte und Massage.

So geht es Woche für Woche. Von der Großen kommt regelmäßig: „Mama, wann ist wieder Montag?“ Gefolgt von: „Wann drückst du endlich das neue Aufgabenblatt aus? Ich will doch üben!“ Das Yoga konnte bei den Kleinen jetzt nicht ganz so punkten (bei Mama schon), aber es gibt ja noch die Aufgabenblätter mit den Übungen

aus den Vorwochen... Je nach Lust und Laune werden mehrfach die Woche ein paar Übungen von den verschiedenen Blättern gemacht. Soweit zur Praxis.

Ende Februar 2021 sind wir nach der x-ten Verlängerung noch immer im zweiten Lockdown. Bleibt nur der Blick nach vorn. Hoffen, dass die Infektionszahlen bald wieder dauerhaft sinken und die Rückkehr zum vermissten Turnbetrieb in der Halle endlich wieder möglich ist. Wann und unter welchen Randbedingungen bleibt abzuwarten.

Bis dahin machen wir fleißig beim Onlinesport-Programm mit! Ihr auch? Teilt es mit. Egal ob bei euren Übungsleitern, über die Internetseite, mit Foto/Film oder ohne. Der TVQ freut sich über viele Rückmeldungen von euch!



Das Traditions-Fahrradhaus der Südpfalz

gaab Fahrradhaus

Fahrradhaus Gaab Inhaber Stefan Klein e.K. Tel.: 06341-52306
 Queichheimer Hauptstr. 113 fahrrad-gaab@t-online.de
 76829 Landau www.fahrrad-gaab.de

Bereich: Turnen/Gymnastik

MINI WORKOUT
FÜR ZUHAUSE

1. Ziehe dir bequeme Sportkleidung an.
2. Mache dich ein bisschen warm, z.B. Treppen hoch- und runterlaufen, einmal ums Haus rennen, mit den Armen schwingen usw.
3. Wenn du warm bist, starte das Mini Workout (Bild rechts).
Hier ein paar Hinweise:
- Die Zahlen in den Kreisen sind die Anzahl der Wiederholungen der Übungen (z.B. 20 Hampelmänner).
- Achte bei allen Übungen auf Körperspannung, v.a. bei den Liegestützen.
- Fertig und noch nicht müde? Dann wiederhole das gesamte Workout. 😊

Bildquelle: www.pinterest.de

Wundernadel

Julia Wunder
Änderungsschneiderei

0176 55864141
06341 5986856
wundernadel@gmx.de

Karl-Ziegler-Str.6
76829 Landau



Ein Leben lang Turnverein Queichheim

von Sylvia Dahlinger

Heute berichte ich euch von Brigitte Boy, einer echten Queichheimerin, die schon mit 5/6 Jahren alleine zur Turnhalle laufen durfte, da sie damals gerade um die Ecke im Vogelsang wohnte. Seit dieser Zeit ist sie mit unserem Verein fest verbunden, sozusagen ein Urgestein. Wie so ein Leben im Verein verläuft haben wir schon öfter mal gelesen oder gehört. Wenn man das Alter von 14 Jahren erreicht hat, darf als Helfer eingestiegen werden und dies geschah bei Brigitte 1989. 1991 übernahm sie dann ihre erste Gruppe als Übungsleiterin die Mädchen von 8-11 Jahren. Diese betreute sie bis ca. 1995 und dann zog sie sich aus familiären Gründen etwas zurück. 1997 kam sie nach dem Tod ihres Vaters wieder auf den Verein zu, um sich zu engagieren.

Schon immer hat ihr der Umgang mit den Kindern und Jugendlichen

Spaß gemacht. Die Mini-Kids, unsere alleinturnende jüngste Gruppe im Alter von 3-5 Jahren, damalige Leitung Silvia Rinck, gab die Abgabe der Gruppe bekannt. Dies war 2009 und wir mussten noch nicht mal nach einer Übungsleitung suchen, Brigitte stürzte sich förmlich darauf und ich zitiere „die will ich“, war sie mit großem Eifer neue Übungsleiterin der Mini-Kids. 2019 wurde sie dann von uns für 10 Jahre Übungsleitung geehrt. Und bei unserem Gespräch hatte ich auch nicht das Gefühl das Brigitte ans Aufgaben dieser Gruppe denkt. Sie strahlt, wenn sie berichtet, wieviel Freude es ihr bereitet mit den Kindern zu turnen und zu arbeiten, sie in ihrer Entwicklung zu sehen, sie auch später noch zu treffen und zu sehen wie sie gewachsen sind. Und war sie mal vielleicht auch nicht so motiviert zu ihrem wöchentlichen Termin in die Turnhalle zu gehen, spätestens dort bei den Kindern, war die Welt



LACKIERUNG BOY

Wir lackieren:

- Autos
- Transporter
- LKW
- Busse
- Industrie Teile

Zu unserem Service gehören:

- Smart Repair
- Dellen drücken
- Scheibenservice
- Unfall Instandsetzung
- Unfall Abwicklung
- Leihwagenservice
- Beschriftungsservice




Karl Ziegler Str.1 • 76829 Landau
Telefon: 0157 - 79749537 • Web: www.lackierung-boy.de



Reiseberatung ganz nach Ihren Wünschen
So individuell wie Sie sind, plane ich Ihren Urlaub. Ich lasse Ihre Urlaubswünsche in Erfüllung gehen: Ohne beschwerliche Wege durch den Internet-Dschungel, ohne pauschale Öffnungszeiten.



TAKE OFF

- ✓ wir buchen alle namhaften Veranstalter
- ✓ modernste EDV für Beratung und Preisvergleich

Ihre Persönliche Reiseberatung

Doris Weißbrod
76829 Landau
06341 / 52 06 49

doris.weissbrod@takeoff-reisen.de
www.takeoff-reisen.de/2971

World of TUI

wieder in Ordnung, und es zählte nur diese Aufgabe und das, was sie von den Kindern zurück bekam: strahlende Augen, Kinder die Spaß mit ihr haben und Freude an der Bewegung. Eine Herzensaufgabe; Ausgleich zum Alltag. Eine Verbindung ohne die sie sich ihr Leben nicht vorstellen kann, die Verbindung zum Verein. Das Schöne daran, dies auch mit der Familie zu verbinden, ihre eigenen Kinder in diese Aufgabe zu integrieren und dabei auch was mit ihnen zu teilen. Ca. 4 Jahre blickte sie auch in die Arbeit des Vorstands mit rein, dies konnte sie aber zur damaligen Zeit mit ihrer Familie nicht vereinbaren. In ihren Gruppen selbst hat Brigitte mit ihren Helfern viel Positives und Lustiges erlebt, und dafür ist sie dankbar. Bei der Frage was sie dem Verein wünscht, antwortet sie: „Nachwuchs im Team, damit der Verein weiterlebt und ein Teil von Queichheim oder wie bei ihr, ein Teil des Lebens sein kann. Wir sind froh und dankbar Brigitte

zu haben, wir danken ihr für die Zeit die sie den Kindern, dem Verein widmet und wünschen uns und ihr, dass sie noch viele Jahre bei uns aktiv sein wird.



Frischer Queichheimer Ziegenkäse

die Meckerei

Michaela Rahm



KRAFTGASSE 61 • 76829 LANDAU-QUEICHHEIM
 Öffnungszeiten: Do + Fr 16 - 19 Uhr • Sa 9³⁰ - 13 Uhr

<https://www.die-meckerei.de/>

HAINFELDER
DRUCKEREI

Etiketten für deine (Wein-)Flasche?
Kein Problem!

Seit fast 50 Jahren hinterlassen wir einen bleibenden Ein-Druck :-)

Hainfelder Straße 7
76835 Flemlingen

Tel.: 0 63 23 / 27 57
Fax: 0 63 23 / 69 15
hainfelder-druckerei@t-online.de
www.hainfelder-druckerei.de
Inhaber: Christian Lergenmüller



Ungewöhnliche Verabschiedung

von Sylvia Dahlinger

Wie verabschiedet man eine Helferin aus der Gruppe, wenn kein Turnbetrieb stattfindet? Naja du lässt dir was einfallen, ohne Kontakt, ohne Kinder, aber schön soll es trotzdem sein. Also wird das Geschenk mit noch mehr Liebe und Gedanken wie sonst verpackt, ein besonders nettes Kärtchen geschrieben und zumindest persönlich und ohne Kontakt bei Amelie Cuadra, Helferin aus der ELKI-Gruppe II abgegeben. Liebe Amelie, der Turnverein bedankt sich bei dir für die Zeit, die du uns mit deiner freundlichen und aufrechten Art geschenkt hast. Es war uns allen eine Freude, dich in unserem Team zu haben. Schade,

dass dein Stundenplan es nicht mehr zu lässt, die Tätigkeit als Helferin auszuüben. Wir wünschen dir für deine Zukunft alles Liebe und Gute und sagen noch einmal vielen Dank für deine Unterstützung. Ich darf noch verraten, dass du eine engagierte Klimaaktivistin bist und wünsche dir auch da, deine Ziele weiter zu verfolgen, denn wir brauchen junge Menschen die für unsere Welt eintreten.

Wir brauchen
vier Umarmungen
am Tag zu überleben,
acht zum Leben und
zwölf zum innerlichen Wachsen
- Virginia Satir -

Turnerjugendheim Annweiler gewährt Unterkunft

Quelle: Pfälzer Turnerbund



Foto: Pfälzer Turnerbund

Mitte November erreichte das Turnerjugendheim Annweiler ein Hilferuf des Caritas Förderzentrums St. Laurentius und Paulus. In ihrem Wohnheim für Menschen mit Behinderung in Mühlhofen hatte es einen Wasserschaden gegeben. Nach kurzen Gesprächen mit der Leitung der Einrichtung stellte das Turnerjugendheim seine komplette zweite Etage mit Übernachtungsräumen für 15 Menschen mit Behinderung und zwei Betreuer bereit. Am 13. November wurden die Räume bezogen. Die Leitung der Einrichtung äußerte

sich sehr dankbar für die Hilfe. Eine zuerst geplante Errichtung von Wohncontainern für die Bewohner direkt neben dem Wohnheim wäre um ein Vielfaches teurer geworden. Da das Turnerjugendheim aufgrund Corona-Auflagen für sportliche und touristische Gäste momentan geschlossen ist, waren ausreichend Zimmer vorhanden, um diese den Bewohnern zur Verfügung zu stellen zu können. In dieser für beide Seiten schwierige Situation ein Gewinn für alle Beteiligten.



*Schmuck. Trauringe.
Mit Liebe ausgewählt.*

WIR SIND FÜR EUCH DA
Marktstr. 96 · 76829 Landau

Tel.: 06341 – 929 74 75

FOLGT UNS AUF



WWW.LIANOA.DE

**WIR ERZEUGEN
NATUR STROM
IN DER REGION**

EnergieSüdwest
Strom | Erdgas | Wasser | Wärme

www.energie-suedwest.de

Mein Hier. Mein Da. Mein Ja!

Mit Solarparks und Windenergie sorgen wir für saubere Energie in der Region

Baumaschinen Mietpark **Raumcontainer** **Service Werkstatt**

Profi-Baushop **Verkehrssicherung & Absperrtechnik**

Schulungszentrum **Schüttgüter**

Wertstoffhof **Containerdienst**

Gerach
Mehr bewegen. Innovativ handeln.
seit 1989

Kleiner Sand 3 | 76829 Landau | Jetzt auch in Münchweiler!
☎ 06341-987710 | ✉ info@gerach-gruppe.de | 🌐 www.gerach-gruppe.de

Einblicke oder Ausblicke ...

von Sylvia Dahlinger

(in das Aufgabengebiet einer 1. Vorsitzenden des TVQ)

Vor einiger Zeit, in einer Vorstandssitzung, ging es in der Gesprächsrunde um die Aufgaben eines Vorstandsteams. Unter anderem auch um die Themen:

- Wie können wir Aufgaben besser verteilen?
- Wie kann man den ein oder anderen entlasten?
- Wie kann man auch den 1. Vorsitz entlasten?

Unter diesen Aspekten habe ich mal zusammengetragen, welche Bereiche und Aufgaben ich als 1. Vorsitzende so alles erledige.

In erster Linie bin ich natürlich die Repräsentantin für den Verein. Dies bedeutet, wann immer der Verein in der Öffentlichkeit steht wie z.B. am Volkstrauertag, beim Neujahrsempfang, an der Queichheimer Kerwe, interne Veranstaltungen, bei Einladungen der Stadtverwaltung zu Ehrungen und so weiter... sollte ich persönlich vor Ort sein und bin es in den meisten

Fällen auch.

In zweiter Linie laufen bei mir die Fäden zusammen. Das heißt alles Bürokratische trifft bei mir ein, sei dies per Email, per Telefon oder per Post. Das können ganz verschiedene Dinge sein:

Korrespondenz mit der Ortsverwaltung, der Grundschule, der Stadtverwaltung, unserer Sportverbände (Pfälzer Turnerbund, Sportbund Pfalz, Deutscher Sportbund), alles was unserer Mitglieder betrifft (Anfragen einer Mitgliedschaft, Auskunft erteilen, Infos weitergeben, Versicherungsdinge beantworten, Unfallberichte weiterleiten, Kündigungen weiterleiten, Adressänderungen oder geänderte Bankverbindungen an den Kasswart weitergeben, Gelegenheitsturner angeben und versichern, und noch so einiges mehr..).

Als drittes bin ich auch als Vorsitzende das Bindeglied zwischen unseren Mitgliedern und unseren befreundeten Vereinen. Ich vermittele, unterstütze, organisiere wie z.B. Turngruppen, Tanzgruppen, Sonderkurse. Da auch ein Verein offen für Ideen und Neuerungen sein sollte, probiere ich immer gerne neue Anregungen aus, suche nach Herausforderungen und versuche

• Tolle Geschenkideen für Mensch und Tier
• Großzügige Vogel- und Nageranlage!
• Riesenauswahl auf 700 qm an Nahrung, Spielzeug und Zubehör für Ihr Haustier!

DAS FUTTERHAUS
DEUTSCHLANDS GROSSES TIERSORTIMENT.

Landau
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8.30-19.30 Uhr · Sa 8.00-18.00 Uhr
Max-Planck-Str. 4 · Direkt am neuen Messe-Gelände! Tel.: 06341/95 05 14



dies zum Wohl unserer Mitglieder und des Vereins nach meinem besten Gewissen auszuüben.

Seit geraumer Zeit habe ich mich dem Team unserer Vereinszeitung angeschlossen, da mir der Erhalt unserer Zeitung sehr wichtig ist, auch hier gibt es etliche Aufgaben zu bewältigen, von Inserenten anfragen, bis Zusammenfinden von Berichten und ihren Verfassern, Neuerungen weiterzuleiten und zu informieren. Dieses ist natürlich eine freiwillige Geschichte von meiner Seite.

Zuden weiteren Aufgaben gehören Jubilare in unserem Team zu ehren, Teammitglieder zu verabschieden, Teammitglieder zu danken oder ihnen zu runden Geburtstagen meine Aufmachung zu machen oder sie vor Ort zu beglückwünschen. Ich wurde einmal gefragt, wieviel

Zeit ich denn für die Vorstandsarbeit aufbringe. So genau kann ich die Frage leider nicht beantworten, manchmal sind es 2-3 Stunden die Woche, manchmal 5-6, je nach dem was anliegt, können es auch mal mehr oder weniger sein.

Viele Jahre voller Erfahrungen, Veränderungen und schönen Momenten liegen hinter mir und vielleicht noch vor mir. Mein Ziel war immer offen zu sein für Ideen von unseren Jungen im Team, Erfahrungen und Wissen so wie Nachfragen meiner Teamkollegen ernst zu nehmen und mit einfließen zu lassen. Und dabei das eigentliche Ziel nicht aus den Augen zu verlieren:

den Turnbetrieb aufrecht zu erhalten die Kommunikation unter den Teamkollegen am Laufen zu halten den Kindern und unseren Mitglie-

dern mit auf den Weg zu geben, das Bewegung im Verein eine tolle Sache ist das Miteinander bei uns ganz oben steht.

Dies lag mir immer sehr am Herzen. Es war nicht unbedingt mein Erstreben, mich in die Öffentlichkeit zu stellen oder an der Jahresabschlussfeier des Vereins auf der Bühne zu stehen und durch das Programm zu führen. Aber das gehört nun mal zur Vereinsarbeit dazu und ich bin hineingewachsen, habe sehr viele positive Erfahrungen gemacht und mich dadurch in meiner Persönlichkeit weiterentwickelt. Und all das ist gut so und dafür bin ich sehr dankbar. Natürlich gibt es auch unangenehme Dinge. Die Erfahrung, dass man es nicht jedem recht machen kann oder auch mal sagen zu müssen, es

passt nicht und man muss sich trennen (was zum Glück noch nicht mal eine Hand voll vorkam) gehören hierzu. Und das auch ich Fehler machen kann und darf, weil ich ein Mensch bin.

Mit all dem Wissen kann ich nur empfehlen, sich einem Verein anzuschließen, egal in welcher Form. Es bringt Erfahrung, Entwicklung, Dankbarkeit, Respekt, Achtsamkeit, Sozialkompetenz, Freude, innere Zufriedenheit sowie tolle Momente, wertvolle Mitmenschen, Erinnerungen, schöne Rückblicke und noch so vieles mehr..

Schön, dass ich ein Teil davon sein darf. Vielen Dank an all die lieben Menschen, die mich dahin gebracht haben, mit denen ich zusammenarbeiten darf, die mir ihr Vertrauen schenken und ähnliche Interessen und Werte vertreten.



**LIFESTYLE
AUF PFÄLZISCH**

**CAPS / HOODIES / SHIRTS
PULLIS / SPORTSWEAR
U.V.M.**

WWW.MEINLAND-PFALZ.DE

**MEIN
LAND
PFALZ**

Folge uns auf Facebook & Instagram

Am Ende des Tunnels ...

von Sylvia Dahlinger

Corona heißt Geduld, und Geduld heißt warten, warten auf so viele Dinge, die nicht umsetzbar sind. Meine Geschichte aus dem Turnbetrieb, es war alles so schön geplant, zum Rückzug, zur Übergabe meiner ELKI-Gruppe die ich im Juni 2020 seid 25 Jahre leite. Alles nicht so einfach, eine Verabschiedung, einfach so unter den Bedingungen von Corona, die Kinder nicht mehr gesehen, mich die Kinder nicht mehr gesehen, das geht gar nicht. Also beschließe ich, so nicht, ich hole das verlorene halbe Jahr nach, und bleibe, mindestens bis zu Weihnachten. Aber dann auch nach den Herbstferien wieder kein Turnbetrieb und ich bleibe weiter, wieder kein ordentlicher Abschluss, das geht so null, man kann doch nicht gehen ohne sich zu verabschieden. Ich setze mir in meinem Kalender für 2021 zur Übergabe der ELKI-Gruppe einen neuen Termin, letzte Turnstunde ELKI Ende März 2021, sozusagen als Deadline. Puste Kuchen, auch

diese Deadline fällt Corona zum Opfer, denn wir haben seit Ende Oktober keinen Turnbetrieb mehr. Also läuft der Kalender weiter und keiner weiß, wann es wieder zu einer Normalität übergehen wird. Jedoch hat auch alles was nicht so gut erscheint, immer einen Sinn für irgendetwas, nicht immer zeigt sich der Sinn darin gleich, aber in diesem Fall, hat sich dann doch tatsächlich im Dezember vor Weihnachten eine Nachfolgerin für meine ELKI-Gruppe gefunden. Und aus den Gesprächen mit ihr, weiß ich, dass sie mit Herz und Seele dabei sein wird, und dafür bin ich schon jetzt sehr dankbar. Zu wissen, es wird weiter gehen, zu wissen da ist jemand, die mit Freude und Eifer dabei sein wird, und zu wissen, jetzt kann ich langsam loslassen und mich zu gegebener Zeit dann zurückziehen. Wenn mich Corona eines gelernt hat, dann ist es Geduld, Dankbarkeit und Wertschätzung für all das was ich liebe. Und am Ende des Tunnel wird ein Licht sein ...

Blumenshop

Gänseblümchen

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr.: 9.00 - 20.00 Uhr / Sa.: 8.00 - 20.00 Uhr

Zweibrückerstraße 34 • 0151-15975603



**Sie möchten den Turnverein Queichheim
mit Ihrer Anzeige unterstützen
und in unserem
Turnvereinsheft In-Team inserieren?**



Dann senden Sie
uns Ihre Anfrage per Mail
an unser Redaktionsteam
vom Turnverein Queichheim
E-mail: in-team-zeitung@web.de
Stichwort: Anzeige

**VIELEN
DANK!**

**Inserenten
unterstützen die
Öffentlichkeitsarbeit
des TV Queichheim**
*Bitte berücksichtigen
Sie die Inserenten bei
Ihren Kaufentscheidungen*

Wir gedenken unseren
verstorbenen Mitgliedern



Zur Stelle, wenn Sie uns brauchen

Einfühlsam

seit
1947

Vorsorge

Innovativ
Gedenkportal



Tradition



Landau · Zweibrücker Str. 44
Tel.: 06341 / 935 30

Edenkoben · Weinstr. 81
Tel.: 06323 / 944 60



www.drangsal.com
info@drangsal.com



Stark wird man gemeinsam.



www.sparkasse-suedpfalz.de

Nirgends macht uns
Gemeinschaft so stark
wie im Sport. Darum
unterstützen wir den
Nachwuchs und die
Sportvereine vor Ort.

[Wir sprechen südlich.]

 Sparkasse
Südpfalz