



## Newsletter September 2020



### Schöner Altweibersommer

Wissen Sie, woher der Begriff kommt? Wikipedia definiert Altweibersommer so:

Die Herkunft des Wortes ist nicht sicher, zumal neben dem Begriff *Altweibersommer* auch zahlreiche weitere wie *Ähnlsommer*, *Frauensommer*, *Mädchensommer*, *Mettensommer*, *Mettkensommer*, *Metjensommer*, *Nachsommer*, *Witwensommer*, *Michaelssommer*, *Martinssommer*, *Allerheiligensommer* und *fliegender Sommer* vorkommen, was die sprachgeschichtliche Deutung erschwert.<sup>[1]</sup> Nach der einen Erklärung leitet sich der Name von Spinnfäden her, mit denen junge *Baldachinspinnen* im *Herbst* durch die Luft segeln (vgl. *Spinnenflug*). Der Flugfaden, den die Spinnen produzieren und auf dem sie durch die Luft schweben, erinnert die Menschen an das graue Haar alter Frauen. Mit „weiben“ wurde im *Althochdeutschen* das Knüpfen der *Spinnweben* bezeichnet. Nach der anderen Erklärung, in der von Kluge/Seebold die „vielleicht“ ursprüngliche, von Pfeifer hingegen „wahrscheinlicher“ eine sekundäre Bedeutung gesehen wird, liegt dem Wort das Motiv der zweiten Jugend bei Frauen, die als unzeitig und nur kurze Zeit dauernd angesehen wird, zugrunde. An diese letztere Deutung können das schweizerische *Witwesömmmerli* und der bairische *Ähnlsommer* („Großvatersommer“) angeschlossen werden, vielleicht liegt aber auch das Bild des alten, schwachen Sommers vor.

Andere Begriffe für das Phänomen der milden Herbsttage kann man einfacher deuten, sie sind jedoch zum Teil lediglich weitere sekundäre Interpretationen der – unsicheren – Urbedeutung. So nennt man in norddeutschen Dialekten den Altweibersommer *Mettkensommer* und ähnlich, die Altweibersommerfäden *Metten*, *Mettken* oder *Mettjen*. Dabei liegt eine Verkleinerungsform von *Made* vor, das heißt, man hielt sie für Raupengespinste. Wegen der lautlichen Ähnlichkeit wurde dieser Begriff wohl *volksetymologisch* zu *Mädchen* umgedeutet.

Übrigens: Das *Landgericht Darmstadt* hat im Jahr 1989 festgestellt, dass die Verwendung des Ausdrucks *Altweibersommer* durch die Medien keinen Eingriff in die *Persönlichkeitsrechte* von älteren Damen darstellt.<sup>[2]</sup>

Die letzten Wochen waren so ausgefüllt, es gibt viel zu berichten, sowohl Privates, als auch Wolliges.



Wie viele wissen, habe ich mich Anfang August endgültig von meiner Mutter verabschieden müssen, die im hohen Alter von 98 Jahren im Beisein meiner Schwester und mir friedlich einschlafen durfte. Dieser Abschied beschäftigt mich sowohl emotional als auch zeitlich nach wie vor ziemlich. Die Auflösung des Haushaltes meiner Mutter im Münsterland und alle damit einhergehenden Arbeiten bedeuten einen hohen Zeit-, Energie- und Organisationsaufwand, weil es für mich ja immer mit Fahrten von an die 1000 km verbunden ist. Es beschert mir dann aber auch z. B. Spaziergänge mit Bieni im nahen Kreislehrgarten in Burgsteinfurt, der durch seine Pracht mein "Gärtnerinnenherz" erfreut. Auch Besuche von und bei Freunden und Verwandten sind erfreuliche und schöne Begleiterscheinungen.



Der "Unfall" (beim Bettenbeziehen), bei dem ich mir die Strecksehne am linken Mittelfinger abgerissen habe (man sagt auch "Zimmermädchenkrankheit" dazu), hatte zur Folge, dass ich acht Wochen eine Fingerschiene tragen musste, die vorgestern entfernt wurde. Jetzt gilt es abzuwarten, ob die Sehne richtig wieder angewachsen ist. Zurzeit ist der Finger - wahrscheinlich durch die lange Stilllegung - nur begrenzt einsetzbar und lässt sich nicht zu 100% belasten. Stricken war und ist auch wohl noch eine Weile nur eingeschränkt möglich. Dazu nehme ich einfach die Schiene nochmal als Stabilisierung, da der Finger beim Beugen schmerzt. Ich hoffe natürlich, dass alles wieder in Ordnung kommt und ich keine OP benötige.



Die Äpfel unserer 17 Apfelbäume sind in diesem Jahr besonders schön, und es sind auch sehr viele. Geerntet sind sie zwischenzeitlich, ein großer Teil wurde professionell zu Saft verarbeitet, d. h. kalt gepresst, dann auf 80°C erhitzt, damit der Saft haltbar ist. Abgefüllt in 5 l-Vakuumschläuche ist er nun min. ein Jahr haltbar.



## Zum Thema *Gesünder leben dank Handarbeit*

mit der provokanten Forderung "Stricken auf Rezept?" habe ich am 18. September in den Räumen der Firma addi Gustav Selter in Altena ein hochinteressantes Seminar besucht. Vorab an dieser Stelle vielen Dank an die Geschäftsführung der Firma addi, die uns allen ein Wohlfühlambiente beschert. Danke auch an die Veranstalter vom "Projekt Sinnvoll" mit Projektleiterin Jana Stein für dieses interessante Seminar. Referentin Dr. Edda Jaleel stellte eindringlich, anschaulich und sehr gut verständlich in diesem Basisseminar den wissenschaftlich fundierten Zusammenhang zwischen Gesundheit durch Handarbeiten und Stressabbau dar. Sie berichtete auch von ihren Forschungen zu diesem Thema. Mich interessiert diese Thematik schon lange. Auf jeden Fall werde ich das Aufbauseminar besuchen und mich intensiver damit beschäftigen. In der Zeitschrift "The Knitter, Ausgabe 44/2020" war übrigens ein Interview mit Frau Dr. Jaleel zu lesen, das ich für Interessierte hier gern einfüge.

**The Knitter**  
INTERVIEW

# Stricken auf Rezept?

Dr. Edda Jaleel, Neurowissenschaftlerin und Mentaltrainerin, setzt sich in Vorträgen und Schulungen leidenschaftlich dafür ein, der für viele Menschen heute übermäßigen Belastung durch Stress und Überforderung mit vorbeugenden Maßnahmen zu begegnen. Wissenschaftlich fundiert kann sie belegen: Handarbeit ist gesund.

Das Interview führte Sarah Leif



Dr. Edda Jaleel ist eine international arbeitende Neurowissenschaftlerin und Mentaltrainerin, die sich aus Überzeugung für die Kraft der Handarbeit engagiert. Sie erhebt wissenschaftliche Studien und führt sie durch. Ihre Erkenntnisse sind in ihrer Arbeit als Coach und in ihren Vorträgen und Schulungen zu sehen. „Gesünder leben dank Handarbeit“ belegt sie, dass jeder, der zu den 100 Millionen gehört, seine Gesundheit etwas besser machen kann.

Wie ist die wissenschaftliche Basis eines solchen Rezeptes? Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung.

Die Welt ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung.

Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung.

**Interview**






Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung.

Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung.

Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung.

Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung. Handarbeit ist ein sehr wichtiger Punkt in der Prävention von Stress und Überforderung.

# Neues im Schopf

Herbstzeit = Neue Wollqualitäten, neue Farben

**Atelier Zitron** hat eine neue (Traum-)Qualität entwickelt.

Facebook- und Instagram-Follower wissen es schon.

Bis auf eine Farbe habe ich alles in meinem Schopf:



## Tasmanian Tweed

Begreifen Sie es, um es zu begreifen. Original Tasmanian Tweed in Merino extrafine. Ein unvergleichliches Garn in höchster Güte und bestem Tragekomfort. Eine Neuentwicklung von Atelier Zitron. 50 g 7,95 €

Lauflänge: 50 g  $e$  = 106 m

Zusammensetzung: 95 % Schurwolle (Merino extrafine), 5 % Viskose

Nadelstärke: 4 - 4,5 mm



Ich habe daraus (aus der Herbst-Trendfarbe - ich nenne sie Curcuma - ein Set gestrickt bestehend aus Mütze, Handstulpen und Cowl.



Entstanden sind aus diese extrafeinen tasmanischen Merinowolle auch schön Babymützchen und Söckchen. Leider habe ich kein Foto.



Petra Fritzing

(Sie finden sie auf Instagram - und ihre Anleitungen unter ravelry)



hat daraus eine tolle Herbstjacke gestrickt.

Und hier sind alle 18 Traumfarben:



Ergänzt hat *Atelier Zitron* die Farbpalette der Qualität "Wind und Wetter"

um aktuelle Herbstfarben. Sind die nicht einfach spitze?



Wind und Wetter

Ein volumiges Garn in einer raffinierten Spinn- und Zwirntechnik für ausdrucksstarke große und kleine Strickteile. 100 % Natur! Reine Merino extrafine.

Lauflänge: 100 g  $e = 100$  m, Zusammensetzung: 100 % Schurwolle (Merino extrafine)

Maschenprobe: 10x10 13 R 9 M. Nadelstärke: 8 - 10 mm . Preis: 100 g Strang 13,95 €.

Auch diese Qualität habe ich vorrätig.

Auch die Trekking XXL von **Atelier citron** wurde durch neue Farben ergänzt. Auch hier wieder eine schöner als die andere. Sehen Sie selbst:



Die Qualität kennen Sie:

## Trekking 4-fach Color

Wenn ein Sportgarn von unseren Färbespezialisten in Hirschhorn ein Gesicht erhält, dann entsteht daraus die unvergleichliche Trekking. Die Optik, der Griff, die Qualität – rundherum zertifiziert durch Oeko-Tex Standard 100, Produktklasse 1 – mehr geht eigentlich nicht. Und dennoch entwickeln wir ständig weiter, aus tiefer Überzeugung, das Beste für Sie, für uns und für die Umwelt zu tun.

Lauflänge: 100 g  $e = 420$  m, Zusammensetzung: 75 % Schurwolle 25 % Polyamid. Nadelstärke: 2 - 3 mm. 100 g 7,95 €

### Für die Kleinsten keine Kompromisse

hat **Atelier citron** ein neues Anleitsheft genannt, in dem Frauke Zenka entzückende Mützen und Hosen aus der Qualität "Herbstwind", Waschhandschuhe aus der biologisch angebauten Baumwollqualität "Echt"vorstellt. (Schutzgebühr: 1 Euro)



Ab sofort bei mir erhältlich.

Nicht umhin sie für meinen Wollschopf zu kaufen, konnte ich, als mir die **Ferner** Lungauer Sockenwolle 8fach gezeigt wurde. Im letzten Winter habe ich sie verstrickt, sie ist so toll weich und schmuselig und die neuen Farben sind sooo schön. Sehen Sie selbst:



Lauflänge 150 g 225 M. Nadelstärke 4,5 bis 5 mm, 75% Wolle, 25% Polyamid., 150 g 13,95 €

Zur Erinnerung:

Für Enkel und Schwiegersohn entstanden letzten Jahr die Socken: Wenn der Vater mit dem Sohne..., Söckchen und Handstulpen für den Enkel



## Neues aus dem Schopf

Leider noch nicht ganz fertig - aber ich will ihn heute zeigen: Mein Bärchenpullover für große Jungs (Gr. 104)

Eine Kombination aus Schoppel "Edition 3" mit Atelier Zitron Life Style.

Verbrauch 2 x Edition 3 und je 1 Knäuel in Gelb, Hellblau und Royal der Life Style.

Ein Ärmelbündchen will noch gestrickt werden und dann zusammennähen und die Fäden vernähen.

Wie immer habe ich mich bemüht, möglichst wenig Reste übrig zu behalten. Deshalb habe ich gerechnet und gewogen.

So sind die Ärmel dann in Life Style entstanden. Nur im Bündchen verstricke ich die Edition 3 noch einmal.

Ohne - oder mit ein bisschen -Eigenlob: Ich glaube, ich werde und darf mit dem Ergebnis zufrieden sein.



Im nächsten Newsletter zeige ich den Pullover dann ganz fertig.  
Anleitung schreibe ich natürlich auch....

## Ereignisse im und rund um den Wollschopf: Herbststricken am Samstag 12. September 2020

Corona-bedingt war dieses Mal Anmeldung erforderlich. Es gab auch kein Überraschungsbuffet, aber es gab Kaffee und kalte Getränke und zum Schluss auch noch ein Glas Sekt. Die Stimmung war gut, das Wetter ebenso. Es wurde gelacht, erzählt, gestrickt, gesponnen, einige waren mit dem Rad gekommen....

Es war eine rundum gelungene kleine Strickveranstaltung. Das machen wir wieder! Hier ein paar Eindrücke.





Besonders gefreut hat mich folgendes Ereignis:

## Besuch der Schwarzwald Maidle von Waldkirch Kollnau

Vor kurzem erhielt ich eine E-Mail mit einer Anfrage, ob eine Gruppe strickfreudiger Frauen, die einen Ausflug nach Karlsruhe machen möchte, mich und meinen Wollschopf besuchen dürfen. Selbstverständlich durften Sie!

Am Montag, 28. September 2020, kurz vor 14 Uhr standen sie vor der Tür.

Eine Gruppe aus Waldkirch, die sich zum Stricken zusammengefunden hat.

Organisiert hat das Ganze Brunhilde Moser, die den anderen innerhalb der Gruppe wohl auch mit Rat und Tat zur Seite steht.

Auslöser für die Fahrt und den Besuch bei mir war der Artikel über mich und meinen Wollschopf in der Zeitschrift "The Knitter" (Ausgabe 46/2020).

Glücklicherweise war schönes Wetter, sodass ein Teil immer draußen sitzen konnte, sonst wäre der Wollschopf absolut überfüllt gewesen.

Mit Masken (stillecht mit Bollenhüten drauf) ging es aber alles irgendwie.

Ein Foto haben wir auch gemacht - man beachte die schönen Schwarzwald Maidle-T-Shirts.



Es hat viel Spaß gemacht. Vielen Dank für den schönen Nachmittag.

# Termine:

## Strickwochenenden und Strickwochen

Zu meiner großen Freude trauen sich einige wieder.... Ich habe einige Anfragen für Wochenenden und Strickwochen. Es gibt auch die eine oder andere Corona-bedingte Absage, wofür ich volles Verständnis habe. Hier noch einmal die Termine

### Strickwochenenden in Sulz/Glatt am Neckar



Pension Himmelreich „**Stricken wie im Himmel**“

**Herbst-Termine 2020:**

**20. – 22. November 2020**

**27. bis 29. November 2020** (es sind noch Plätze frei)

**NEU: 2021: (corona-bedingt jeweils vorläufig nur jeweils ein Wochenende im Frühjahr und Herbst)**

**Frühjahr: 19. - 21. Februar 2021**

**Herbst: 19. - 21 November 2021**

### Strickwoche am Schliersee in Oberbayern im Haus Seegarten



**Herbststrickwoche am Schliersee vom 24. - 31. Oktober 2020**

Wegen der vielen "Corona"-Absagen werden wir jetzt nur in der ursprünglich geplanten Woche vom 24. - 31. Oktober stricken. Ich habe meine Buchungsbedingungen "Corona"-angepasst und neu gestaltet. Wenn Sie noch Lust haben - ausnahmsweise haben wir dieses Mal keine Maximalteilnehmerinnenzahl von 8, lassen Sie es mich wissen, ich melde mich gern bei Ihnen, um die Details zu besprechen.

Für alle Facebook-Nutzer:

Wer sich Appetit holen möchte, Haus Seegarten hat auf Facebook ein Video eingestellt, das einen wunderbaren Eindruck vom See, vom Haus, vom Garten vermittelt. Sie finden es unter:

<https://www.facebook.com/112148725471509/videos/303490717517013/>

Viel Spaß beim Anschauen.

**Termine Haus Seegarten direkt am schönen Schliersee 2021:**

**20. bis 27. März 2021** (es sind noch Plätze frei)

**23. bis 30. Oktober 2021** (es sind noch Plätze frei)

Sie möchten mehr wissen?

Nehmen Sie Kontakt zu mir auf!

Schauen Sie auf meine Website unter [Strickurlaub](#) und/oder fordern Sie Unterlagen an.

# Stricktreff:

An den Terminen hat sich aufgrund von Planungsunsicherheit nichts geändert.

Der wöchentliche Stricktreff, der in den letzten Wochen im Garten stattfinden konnte, muss neu geplant werden. Zum Dienstag-Stricktreff im Seniorenzentrum Kirchfeld gibt es eine Perspektive. Die Heimleitung will die Cafeteria mit einer corona-gemäßen Lüftung ausstatten. Das dauert aber noch eine Weile. Wenn alles gut geht, können wir vielleicht Anfang November dort wieder stricken.

Ich melde mich wieder.

## **Zu guter Letzt:**

Leider ist mein neuer Online-Shop aufgrund meines zurzeit recht vollem Privatlebens auf der Strecke geblieben. Ich hoffe sehr, dass alles bald in ruhigeres Fahrwasser gerät und ich ihn gestalten kann.

## **Und:**

Bitte daran denken: Wenn ich in Schliersee bin, d. h. in der Zeit vom 27. - 29. Oktober, ist der Wollschopf geschlossen.

So: Ich hatte, wie zu Anfang schon angekündigt, dieses Mal wirklich viel zu erzählen.

Jetzt verbleibe ich wie immer mit wollig-kreativen Grüßen mit meiner Bieni (gestern Morgen im Wald)



Alle Termine und Details wie immer auf meiner [Website](#).

Sie</Du möchten/möchtest den Newsletter als pdf runterladen. [Hier!](#)