



# QUBLA

## #eifachhärzlech

Das Quartierblatt für Solothurn West (2. Ausgabe)

# Liebe Leserin, lieber Leser

Ausserordentliche Zeiten wecken kreative Geister! Wir sind von der Vielfalt an lust- und liebevollen Beiträgen beeindruckt, die uns seit dem «Lockdown» erreichen. Gerne teilen wir in dieser Ausgabe zwei davon mit Ihnen...

Wir sind weiterhin für Sie da und wünschen Ihnen frohe Ostern!

Anita Abegglen & Team

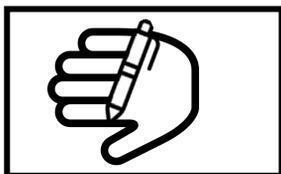
Quartierarbeit Solothurn West



*Tipp von Ruth & Peter, aus dem Quartier*

## Anleitung für eine Umarmung

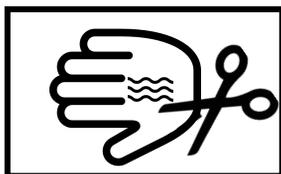
Schicken Sie einem lieben Menschen, den Sie aktuell nicht sehen können und den Sie vermissen, eine Umarmung aus der Ferne.



1. Hände 2x auf Papier nachfahren



2. Nachricht in aufgemalte Hände schreiben



3. Aufgemalte Hände ausschneiden



4. Hände lochen und mit Schnur verbinden



5. Umarmung verschicken

# Drei kurze Texte von Felix Epper

## Begegnung im Frühling

Als Herr K. – inzwischen doch eine Person von gewisser Berühmtheit – unter den Linden im Park gefragt wurde, wie es ihm ginge, formte er die Hände zu einem Trichter am Ohr, um besser zu verstehen. Denn der Fragende war in grosser Distanz. «Die Sonne scheint», sagte Herr K. und weil keine Antwort kam, schrie er fast, denn er sah sich als höflichen Menschen: «Sterben ist eine schlechte Idee. Immer.» – Eifriges Nicken des Fragenden, der sich aber sogleich entfernte. Die Menschen waren ungeduldig in diesen Zeiten. Dann hustete Herr K. – denn alt, das war er und er rief: «Was wiederum heut-zutage fürs Sterben spricht: Keine Staatsbegräbnisse mehr: Nur die Allerliebsten werden an meinem Grab sein.» Und Herr K. drehte den Trichter vor dem Ohr zu einer langen Nase und ging nach Hause.

## Ostern

Einige Tage später hatte Herr K. aufgehört aus dem Haus zu gehen. Er hatte keine Kinder, aber seine Nichte vermisste ihn sehr. So kam mit der Milch, dem Brot und dem Fleisch manchmal ein Brief. K.s Nichte war sieben. Die Buchstaben auf dem Papier waren wild und farbig. Jeder Fehler rührte an Herrn K.s Herz. Ihm selber fiel es, je länger, je schwerer, Fehler zu machen. Herr K. betrachtete das Wort «Ohrsterhase» und musste lachen. –

«Ohneohrsterhase» schrieb er auf ein Zettelchen und malte einen Hasen, dem die Löffel weggebissen worden waren. Und er schrieb darunter: «Ein Rätsel für Nora. Werden die Löffel mit Messer oder Gabel gegessen?» Schon bald würde sie solche Briefe blöd finden. Herr K. verstand das. Was aus seiner Nichte einmal werden würde? Ärztin? Architektin? Bäckerin? Wenn Herr K. an die Zukunft dachte, sah er Nora einfach an einem Tisch sitzen, alte Briefe lesend. Manchmal lächelnd. Ganz still für sich.

## Spuk

Als der ganze Spuk vorbei war, ging Herr K. durch die Strassen seiner Stadt. Er trug einen Hut, wie ihn die Menschen trugen, als der vorletzte Krieg zu Ende ging. Ein Erbstück seines Grossvaters. – – – Herr K. schüttelte den Kopf und strich alle Wörter wieder durch. Die Fantasie fehlt mir, sagte er. Und Träume sind Schäume. – – – Es dämmerte. Die junge Frau öffnete das Fenster und erblickte die Blüten des Kirschbaumes im frühen Tageslicht. Gestern lag doch noch Schnee, sagte sie und die milde Morgenluft strömte durch ihre Nase.

Felix Epper lebt und schreibt in der Solothurner Weststadt. 2019: Solothurner Kunst- und Kulturpreis im Bereich Literatur. Letzte Veröffentlichung: Nachtwind gezürnt – Dichten unter Zwang. Allerlei Anagramme und andere kleine Poesie. Edition la meuth, Solothurn 2020 – [www.felu.ch](http://www.felu.ch)



# Reden hilft!

Sie möchten sich mit anderen Menschen zum Thema Corona austauschen?  
Selbsthilfe Schweiz organisiert neu fünf virtuelle Selbsthilfegruppen:

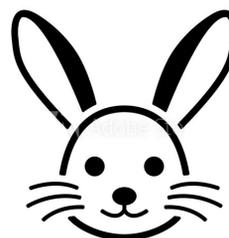
- 1) Angehörige von chronisch kranken Personen und Risikogruppen
- 2) Alltag gestalten während der Corona-Pandemie
- 3) Isolation und Einsamkeit in Zeiten der Corona-Krise
- 4) Angst vor dem Corona-Virus
- 5) Als Angehörige psychisch kranke Menschen durch die Corona-Pandemie begleiten

Anmeldung per Telefon oder Mail bei Selbsthilfe Schweiz: 061 333 86 01,  
info@selbsthilfeschweiz.ch. Weitere Informationen unter  
www.selbsthilfeschweiz.ch/corona.

Die Kontaktstelle Selbsthilfe Kanton Solothurn ist gerne für Fragen zu regionalen  
Selbsthilfegruppen für Sie da: 062 296 93 91, info@selbsthilfesolothurn.ch,  
www.selbsthilfesolothurn.ch.

Erzählen Sie uns, wie  
Sie Ihre Zeit daheim  
nutzen...

Schicken Sie uns Ihre  
kreativen Ideen und  
vielleicht finden Sie  
Ihren Tipp schon in  
der nächsten Ausgabe!



**Altes Spital Solothurn**

**Quartierbüro Solothurn West**

Brunngrabenstrasse 2 – 4500 Solothurn

Telefon 032 621 11 52 – 079 944 77 69

quartierarbeit@altesspital.ch – www.altesspital.ch