

Magazin für Soester Bürgerinnen und Bürger

Zum Mitnehmen!

Füllhorn

11/2014

Stadt Soest - Seniorenbüro



- Kultur
- Geschichte
- Gesundheit
- Informatives
- Erinnerungen
- Land und Leute
- Unterhaltsames
- Geistliches Wort

Im Sommer

*In Sommerbäder
Reist jetzt ein jeder
Und lebt famos.
Der arme Doktor,
Zu Hause hockt er
Patientenlos.*

*Von Winterszenen,
Von schrecklich schönen,
Träumt sein Gemüt,
Wenn, Dank der Götter,
Bei Hundewetter
Sein Weizen blüht.*

Wilhelm Busch

Inhaltsverzeichnis

Geistliches Wort	Alle Morgen weckt Gott mir das Ohr...	Heinz-Georg Scholten	4
Information	Der Seniorenbeirat berichtet	Heide Albrand	5
	Ein Tag ohne Lachen ...	Christa Sanavia	7
	Bis hier hin und nicht weiter ...	Ludmilla Dümichen	25
	Der Rechenschieber	Hans Werner Gierhake	27
	Wissenswertes von Blätterteig und Plunderteig	Gisela Scharnowski	30
	Das Immunsystem	Hubert Mues	31
	Latschen und Tratschen in Bad Sassendorf	Angelika Hummelsheim	37
	Programme richtig vom Computer entfernen	Hety Büchte	40
Kultur	Ankh – ein 5000 Jahre altes Symbol	Erhard Kayser	6
	Regenbogenzüge	Erika Goulden	9
	Gottes Häuser: Cornelius und Cyprianus, Lippborg	Hannelore Johänning	12
	Der Soester Orgelbaumeister J. P. Möller	Dr. Wolf Kalipp	17
	Der verlorene Ehering	Barbara Gaubitz	19
	Wiegen und Wägen	Hannelore Johänning	29
	Krieg und Trauma – Künstler im Ersten Weltkrieg	Wilfried Huck	34
	Gelber Neid	Hannelore Johänning	39
Unterhaltung	Reisen	Hans Werner Gierhake	10
	Eine Beckumer Geschichte	Jupp Balkenhol	18
	Urlaubsreif	Erika Goulden	20
	Deutsche Sprache – schwere Sprache	Ludmilla Dümichen	21
	Casting für Wildwest	Johanna Hoffmann	23
	Frühstück mit Überraschungen	Angelika Hummelsheim	33
	„Bei mir fängt es auch schon an“	Ludmilla Dümichen	36
	Rätsel – Buchstabenschlange	Wolfgang Hoffmann	38
	Rätselauflösung	Wolfgang Hoffmann	38
	Exzellente Probanden	Barbara Gaubitz	39
Küchentipps	Sommermenü – leicht & lecker	Gerhild Oehmichen	42

Wir haben die Lupe in der Brille für Sie!

Augenoptik

Berner

Helmut Berner - Soest

Rathausstraße 15 neben der Post Telefon 0 29 21 / 1 20 39

Spezialist für vergrößernde Sehhilfen

Ihr Augenoptiker in Soest

Geistliches Wort

„Alle Morgen weckt Gott mir das Ohr, dass ich höre, wie Jünger hören“. (Jesaja 54, 4)

Wie Jünger hören? Ist das etwas Anderes als gewöhnliches Hören? Ich höre doch, wenn jemand redet.

Doch unsere Sprache verrät, dass unser Hören keineswegs eindeutig ist. Das zeigen Wortverbindungen wie:

Zuhören – Weghören – Heraushören – Mithören – Abhören – Verhören.

Es ist nicht sicher, ob mein Wort bei einem anderen so ankommt, wie ich es gemeint habe.

„Das hast du falsch verstanden“, „du hörst mir ja gar nicht zu“, „das hast du in den falschen Hals bekommen“-Missverständnisse und Konflikte können leicht entstehen. Deswegen ist Vorsicht geboten.

Der Prophet bittet Gott um das rechte Hören:

„Gott weckt mir das Ohr“ sagt er. Damit gewinnt er einen Halt und kann sich zugleich öffnen. Bei Auseinandersetzungen kann er gelassen bleiben. „Was können mir Menschen tun?“ sagt der Beter des 56. Psalms. Er kann etwas aushalten.

Aggressionen eines Menschen rühren manchmal aus einer Wunde, die ihm ein anderer zugefügt hat. Nun lässt er sie beim Nächsten aus. Er will sich befreien. Da

rum falle ich ihm nicht ins Wort. Er muss ja seinen Ärger los werden. In der Regel wird er nach einer Weile ruhiger. Er hat sich ausgegärt. Schweigendes Zuhören hat ihm geholfen.

Beim Zuhören denke ich auch nach, ob der andere nicht irgendwo recht hat. Ich versuche ihn zu verstehen. Auch ich weiß nicht alles. Ich bin fehlerhaft, korrektur- und verbesserungsbedürftig wie der andere. Sagt jemand „ich mache keinen Kompromiss“, schlägt er eine Tür zu.



„Richtet nicht, so werdet ihr auch nicht gerichtet“, sagt Jesus (Matth. 7, 1).

In der Offenheit des Hörens und Redens entsteht eine Brücke. Zu Beginn eines guten Gesprächs wissen beide nicht, wo sie sich treffen. Manchmal ist auch ein zeitlicher Abstand zu einem begonnenen Gespräch nötig, um eine Lösung zu finden.

„Gott hat unter uns aufgerichtet das Wort von der Versöhnung.“ (2. Korinther 5, 19) Das ist unser Ziel. Die Art „zu hören wie Jünger hören“ müssen wir ein ganzes Leben lang lernen, „jeden Morgen“.

Vieles im privaten Bereich, in der Gesellschaft und in der Politik würde besser laufen, wenn wir um den rechten Geist bitten würden.

Heinz-Georg Scholten

Der Seniorenbeirat berichtet:

Apotheken-Notdienst „Wenn Hilfe gebraucht wird, dann muss sie auch erreichbar sein.“

Seit langem fordern die örtlichen Seniorenvertretungen einen Apothekennotdienst, der auch wirklich erreichbar ist. Die Vorstandsvorsitzenden der Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen trafen sich nun in Begleitung von Mitgliedern der örtlichen Seniorenvertretung (für uns Werner Mußholt und Andreas Müller) mit der Präsidentin der Apothekerkammer Westfalen-Lippe und deren Mitarbeiter zu einem Gespräch. Man war sich über die Problematik des Apotheken-Notdienstes einig.

Die Präsidentin der Apothekerkammer machte dabei deutlich, dass die Apothekerkammer immer redebereit sei und jede Beschwerde **ernst nehme. „ Der Notdienst ist ein ständiges Thema, und wir tun alles, um ein effizientes System zu entwickeln.“**

In der Diskussion ging es auch darum, ob denn die bisherige Öffnungsstruktur beim Notdienst noch zeitgemäß ist, da nach 22 Uhr kaum noch Kunden kämen. In den Abendstunden werde vor allem für Kinder nachgefragt, ältere Menschen seien kaum betroffen. Hier habe ich den Eindruck, es solle noch mehr gekürzt werden.

Wo bleibt hier der einzelne Mensch?

Die angegebene Luftlinie von zehn Kilometern zur nächsten Notfallapotheke sei wohl nicht realistisch, merkten die Seniorenvertreter an, denn sie bedeute in manchen Regionen eine tatsächliche Entfernung von 30 bis 40 Kilometern.

Fazit für sie: Das gesamte System müsse im Sinne der Kunden optimiert werden.

Nur wo bleiben die Ergebnisse?

Die Spezialisten, die bisher solche Systeme erstellten, kommen wahrscheinlich nicht in die Situation, dass sie hilflos sind und auf dringend benötigte Arzneimittel verzichten

müssen, so dass ihre Gesundheit auf der Strecke bleibt.

Nicht nur ältere Menschen, die spät abends oder an einem langen Wochenende noch ärztlich versorgt werden müssen und nicht in einem sozialen Netzwerk eingebettet sind haben keine Möglichkeit, die notwendigen Arzneimittel zu bekommen. Wenn kein Fahrzeug zur Verfügung steht, wie sollen diese Menschen zur nächsten geöffneten Notfall-Apotheke kommen, wenn diese 30 oder 40 Kilometer entfernt ist. Mit einem Taxi? Ich glaube kaum, dass dafür die finanziellen Mittel zur Verfügung stehen.

Ähnlich ist es bei alleinerziehenden Müttern mit Kindern. Auch Alten- und Pflegeheim stehen vor diesem Problem. Dort informiert man die Angehörigen der Pflegepersonen, um die Medikamente zu besorgen. Sollten keine Angehörigen mehr da sein, muss sich das Pflegepersonal auf den Weg machen oder ein anderer Fahrdienst organisiert werden. Ein letzter Ausweg ist der Notarzt und die Krankenhauseinweisung.

Wir hier in Soest haben, wenn ich mich nicht ver zählt habe, 13 Apotheken. An manchen Tagen sind 3 Apotheken in Soest im Apotheken-Notfall-Kalender für den Apotheken-Notdienst eingeteilt, sonst in keinem Ort im Umkreis. An anderen Tagen muss man sich nach Arnsberg, Wickede, Lippstadt, Warstein, Hamm, Rüthen, Beckum usw. auf den Weg machen. Dieses unsinnige System macht auch in anderen Orten den Menschen zu schaffen.

Hoffen wir, dass kurzfristig hier etwas zum Positiven für uns verändert. Wir bleiben an dem Thema dran.

Bleiben Sie gesund!

Für den Seniorenbeirat der Stadt Soest
Heide Albrand

ankh - Ein 5.000 Jahre altes Symbol

Das ankh ist ein altägyptisches Symbol, das besonders als Amulett Verwendung findet. Als Amulett sorgt es für den Schutz des Lebens, Gesundheit und Wohlergehen. Bekannt ist das Symbol bereits zur Zeit des frühen Alten Reiches (2640 – 2134).

Verwendung findet es besonders in der Zeit des Neuen Reiches (1552 – 1070). Hier begegnet es uns auf Tempelwänden, in Gräbern und als Accessoire der Pharaonen; sie tragen es an seinem oberen Teil, dem Henkel mit sich; daher rührt der Name „Henkelkreuz“.

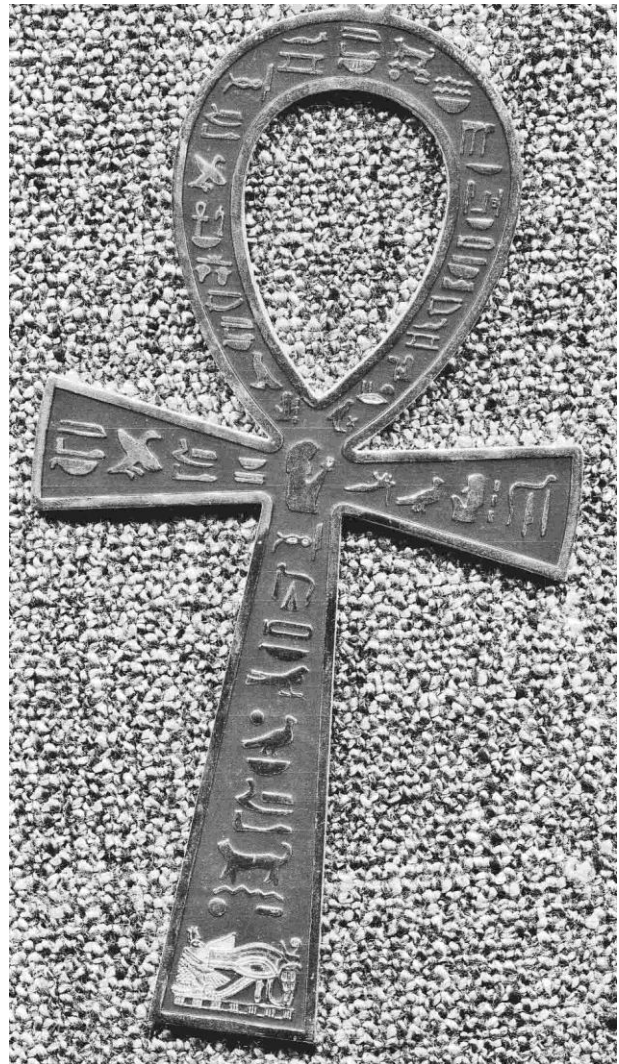
Ein ankh ist ein Lebenszeichen. Da das Leben in Wüstenländern eng mit dem Wasser verbunden ist, ist das ankh ein Wassersymbol.

Man denke an die Wüstenreligion des Islam. Bei den Muslimen gilt Allah als Schöpfer des Lebens. Als guter Vater lässt er seine beseelten Geschöpfe nicht im Stich. Vom Himmel her schenkt er den beseelten Lebewesen (Menschen und Tieren) ständig seinen Segen (arabisch: baraka; dasselbe Wort wie das hebräische baruch). Dieser Segen manifestiert sich im Wasser, ohne dass Menschen und Tiere, (sogar die nicht beseelten Pflanzen!) nicht existieren könnten. In Ägypten werden heute Wasserflaschen verkauft, die **folgerichtig den Namen „baraka“** tragen! So erinnert jeder Wassertropfen den gläubigen Muslim an die Güte Gottes!

Die Form des ankh weist direkt auf die Wasserbezogenheit hin. Ägypten lebt vom Nil; **Herodot: „Ägypten ist ein Geschenk des Nils“**. Sein großes Wasserreservoir erneuert sich ständig und bringt die Wüstengebiete der arabischen und libyschen Wüste zum Blühen, wenn der Mensch es versteht, das Wasser sinn voll zu verteilen.

Darauf weist das ankh hin: Der untere Zweig ist der Verlauf des Nils vom Süden in den Norden. Die Querzweige symbolisieren tausende von Nil-Seitenkanälen, durch die das **Wasser aufs Land geleitet wird. Der „Henkel“** oben stellt das Nil-Delta dar.

Nach dem Ende Alt-Ägyptens hat die christliche koptisch-orthodoxe Kirche (ab dem 2.



Jahrhundert) in Sprache und Ritus das alt-ägyptische Erbe teilweise übernommen und weiter geführt. Das ankh übernahmen sie als Kreuzeszeichen. Auch die alte Wasserbedeutung wurde aufgenommen: Mehrere ankhs aneinander gereiht bedeuten nämlich „Taufe“.

In Deutschland wird derzeit das ankh wieder bekannt. Der jährlich international begangene **„Weltgebetstag der Frauen“** wird in den christlichen Gemeinden in Deutschland gefeiert. Diesmal stammen die Lesungen, Gebete und Meditationen von Frauen aus Ägypten. Dabei wird auf die Tradition des ankh am Nil hingewiesen. Die deutschen Frauen bieten unter anderem ein formschönes ankh an, das aus Gebäckteig hergestellt wird!
Erhard Kayser



Jeder tut es, und zwar meistens gerne: **lachen**.

Mal heben sich die beiden Mundwinkel nach oben, mal machen wir uns fast in die Hose, so werden wir von einem Lachanfall geschüttelt.

Fröhliche Kinder, eine gesellige Runde, ein Film, Theaterstück, Situationskomik oder auch eine peinliche Begebenheit: täglich gibt es unzählige Gelegenheiten zum Lachen.

Lachen ist ein angeborenes Ausdrucksverhalten des Menschen, das vor allem in der Gemeinschaft seine Wirkung entfaltet.

In der sozialen Bedeutung im menschlichen Miteinander ist das **Lachen** als Ausdruck für Sympathie und gegenseitiges Einverständnis zu verstehen und entfaltet dadurch eine besänftigende, konfliktbegrenzende Wirkung, die dem Zusammenleben in Gruppen förderlich ist.

Unbewiesen, aber nicht unwahrscheinlich ist die Einschätzung mancher Forscher, das **Lachen** sei eine der grundlegenden Kommunikationsformen des Menschen, das der Entwicklung von Sprache deutlich vorausgehe. Als Beleg dient der Umstand, dass das **Lachen** in einer Gehirnregion ausgelöst und gesteuert wird, die deutlich älter ist als das Sprachzentrum.

Ursprünglich war **Lachen** eine Drohgebärde; entstanden aus dem **Zähnefletschen**: Es zeigte, dass jemand ein gesundes Gebiss hat, demonstrierte also Kraft.

Innerhalb einer Gruppe aber hat es etwas Verbindendes: sich untereinander die Zähne zu zeigen heißt, Teil einer starken Gemeinschaft und ein gleichberechtigter Partner zu sein.

Warum lachen wir?

Lachen ist die Reaktion auf einen Reiz. Kinder lachen, bevor sie sprechen können. Sie lachen im Schnitt 400 Mal am Tag. Erwachsene lachen in Deutschland viel seltener, nämlich nur 14 Mal am Tag. In den 1950er Jahren, wollen Wissenschaftler ermittelt haben, lachte man noch 18 Minuten täglich, heute sechs; traurig, aber wahr, in dieser heute so hektischen Zeit.

„ Ein Tag ohne Lachen ist ein verlorener Tag“

(Charlie Chaplin)

Vor ungefähr zwei Jahren beschlossen meine Freundin und ich, an einem **>Lachseminar<** teilzunehmen.

Wir wollten wissen, ob **Lachen** in Verbindung mit anderen Menschen wirklich wieder gute Laune macht. Wir waren beide waren „nicht gut drauf“ und hatten so recht keinen Schwung mehr. Also - gesagt getan!

Für diesen Kursus hatten sich noch mehrere Teilnehmer angemeldet; alle warteten gespannt auf die Dinge, die da kommen sollten. Ein netter Dozent begrüßte die kleine Gruppe recht freundlich, schaute in die Runde und fing plötzlich schallend an zu lachen. Es dauerte nicht lange, und wir mussten mitlachen. Mehr und mehr lachte einer über den anderen und dann wieder über den Dozenten, der umherging, und jedem Einzelnen ins Gesicht lachte, mit einer witzigen Mimik und Gestik. Ja, Lachen ist ansteckend, und ich lache besonders gerne und manchmal auch über mich selber.

Menschen sind emphatische Wesen, sie empfinden Sympathie und Mitleid. Dasselbe erfahren wir aber auch beim Weinen oder Gähnen. Lachen bereitet Lust. Deshalb wird eben lieber gelacht als mitgeweint.

Anlässe zum Lachen gibt es für jeden Menschen, der gerne lacht, genug.

Der Dozent hatte uns also überzeugt, denn wir fühlten uns danach jedes Mal rundherum sehr wohl und wieder gestärkt.

Was passiert beim Lachen?

Im Gesicht werden 18 Muskeln in Bewegung gesetzt. Die Augenbrauen gehen hoch, die Nasenlöcher weiten sich, der Jochbeinmuskel hebt die Mundwinkel und die Augen verengen sich.

Manchmal muss man sich vor Lachen schütteln, dann sind 300 Muskeln in Aktion. Dabei atmet man dreimal so viel Luft ein als normalerweise und prustet sie mit 100 kmh wieder aus. Lachen ist eine Art Ganzkörpermassage: Zwerchfell, Leber, Galle, Milz und der Magendarmtrakt werden durchgeknetet. Die Muskeln in den Beinen und im Unterbauch entspannen sich. So soll sich schon mancher vor Lachen in die Hose gemacht haben...

Ein herzhafter Lachanfall kann – kurzzeitig – ähnliche Empfindungen auslösen wie die Einnahme von Kokain. US-Wissenschaftler konnten nachweisen, dass Lachen die gleichen Hirnregionen anregt. Die Gehirnregionen die einen Witz verarbeiten, sind schon lange bekannt. Die Euphorie, die sich danach einstellt, wird im Belohnungszentrum ausgelöst.

Warum ist Lachen gesund?

Das Lachen hat auch eine therapeutische Wirkung: Der Puls wird beschleunigt, der Kreislauf und die Produktion von Endorphinen (körpereigene, opiumartige Gute-Laune-Stoffe) angekurbelt. Die Verdauung wird gefördert, die Immunabwehr aktiviert, die Durchblutung angeregt. Lachen strafft die Haut. Es senkt den Cholesterinspiegel, verbessert die Blutwerte, löst Verspannungen auf, baut Stress ab und lindert Schmerzen. Es wird immer Tage geben, an denen es für uns scheinbar keinen Grund zum **Lachen** gibt. Arbeit, Beziehung, große und kleine Sorgen verlangen nach unserer Aufmerksamkeit. Ganz automatisch wird unsere Miene ernst. Aber gerade dann sollten wir die Mundwinkel hochziehen zu einem **Lächeln!**

Die Wissenschaft bestätigt, dass die physikalischen und mentalen Effekte eines künstlichen Lächelns genauso positiv sind wie die des echten. Mit anderen Worten: **Lächeln macht fröhlich.**

Wenn dieses Gefühl so gut ist, warum nutzen wir es dann nicht häufiger? Ein indischer Arzt, Dr. Madan Kataria, hat sich darüber gewundert, als er mit seinen Studien zu den heilenden Effekten des Lachens begann. Er entwickelte gemeinsam mit seiner Frau, der Yogalehrerin Madhuri, eine neue Therapie: **das Lachyoga.** Davon vielleicht im nächsten Heft noch einiges mehr.

Sollten Sie jetzt große Lust haben, von ganzem Herzen zu lachen, hier einige Witze:

Ein Mann fragt einen anderen: Entschuldigung, ist das da oben der Mond?“ Darauf der andere: „Keine Ahnung, ich bin nicht von hier.“

Zwei Frauen unter sich. „ Stell Dir vor, ich habe eine Neurose bekommen!“ Na, freu dich doch! Mein Mann schenkt mir schon seit zwanzig Jahren keine Blumen mehr!“

Zwei Freunde unterhalten sich beim Bier: Wie ist denn dein gestriger Krach mit deiner Frau ausgegangen?“ „Ha, auf den Knien kam sie angekrochen!“ „ Und was hat sie gesagt?“ „ Ewig kannst du nicht unter dem Tisch bleiben, du Feigling!“

„Wer den Tag mit einem Lachen beginnt, hat ihn bereits gewonnen“ (Weisheit aus Tschechien)

„Lachen ist wunderbar, es ist wie eine tiefe Reinigung“ (OSHO)

„Jedes Mal, wenn ein Mensch lacht, fügt er seinem Leben ein paar Tage hinzu“ (Curzio Malaparte)

„Das Lachen ist die sicherste Probe eines Menschen.“ (Dostojewski)

Ich grüße Sie mit einem Lächeln!
Christa Sanavia

Quellenverzeichnis:
Wikipedia/Internet



- Individuelle Pflege
- Hilfsmittel
- ständige Erreichbarkeit
- hauswirtschaftliche Versorgung
- hauswirtschaftliche Organisation
- Beratung in allen Pflegeangelegenheiten
- Finanzierung durch alle Krankenkassen

HÄUSLICHER PFLEGE- UND BETREUUNGSDIENST
Ihr Wohlbefinden ist unsere Aufgabe...
 Pflegen zu Hause, wir helfen Ihnen als kompetenter Pflegedienst Ihres Vertrauens!
 Sie erreichen uns:
 59494 Soest, Höggenstraße 1 59457 Werl, Kämperstraße 42
 Tel. 0 29 21 / 22 67, Fax 0 29 21 / 3 10 47 Tel. 0 29 22 / 86 74 60

SENIORENHEIM
Paulistraße

Paulistraße 1 a-c
59494 Soest
Tel. 0 29 21 / 48 50
Fax 0 29 21 / 1 77 56
www.seniorenheim-paulistrasse.de

In ruhiger Zentrums-lage von Soest bieten wir Ihnen in unserem herrschaftlichen Fachwerkhaus individuelle Pflege und Betreuung im Wohn- und Pflegebereich.





Regenbogenzüge

Man könnte sagen
auf einem Bahnsteig küsst
es sich eigentlich leichter,
als unter einem Regenbogen,
aber dann auch wieder
nicht.

Wenn man nun die Wahl

hätte,
auf einen Zug zu warten, oder auf einen Regenbogen,
dann sollte man doch wirklich überlegen,
wo man ein Taschentuch braucht
und wo keins,
denn Winktücher können teuer werden auf die Dauer,
besonders, wenn man sie zu oft benutzt.

Vielleicht sollte man sich doch besser
für das Küssen unter einem Regenbogen entscheiden,
weil man dann sowieso weiß, dass es unwichtig bleibt,
ob der Zug nun abfährt
oder ankommt.

Erika Goulden

Wir möchten Sie „AnStiften“

Jetzt direkt spenden und stiften -
mit der Stiftungsgemeinschaft der Sparkasse Soest

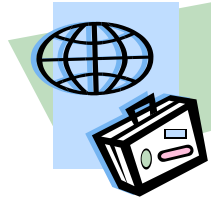


Finden Sie den passenden Verwendungszweck und spenden oder
stiften Sie direkt, bequem und sicher im Internet mit dem Online-
Bezahlverfahren „giropay“.

www.soesteranstifter.de.



SoesterAnStifter
Stiftungsgemeinschaft für die Region



Reisen

„Warum tun wir uns das eigentlich an?“ fragen wir uns, wenn wir mal wieder unterwegs sind und es richtig ungemütlich oder anstrengend ist.

Bekanntermaßen sind die Deutschen Reise-weltmeister und meine Frau und ich wollen helfen, dass diese Verallgemeinerung zutrifft.

Warum reisen wir? Haben wir das in unseren Genen und ist das bei uns wie bei den Lemmingen, die periodisch von Wanderlust gepackt werden, die sie gelegentlich sogar ins Verderben führt? Wenn wir Zeit und Geld haben und die Gesundheit es erlaubt, ist jeder Ort und jeder Reisezweck auf diesem Erdball für uns erreichbar. Nicht nur theoretisch. Eine ganze Industrie mit weltweit Millionen Beschäftigten steht zu unseren Diensten bereit; sogar wenn uns selbst die Fantasie fehlt, verhilft sie uns gern zu unvergesslichen Erlebnissen.

Klar, wir wollen unsere Kinder oder Geschwister oder Freunde besuchen, die der Beruf wer weiß wohin verschlagen hat. Das ist ein guter Grund zu reisen

Viele andere Antworten sind ebenso denkbar: Sehnsucht nach Sonne über weißem Strand an blauem Meer; der Wunsch, auch den letzten der Viertausender im Wandergelände, auf dem man noch nicht war, endlich zu bezwingen; gemütlich dem Kurorchester im Kurbad lauschen und danach im Kur-Café eine heiße Schokolade trinken usw., usw. Alle diese Antworten beschreiben berechtigte Wünsche.

Aber erstaunlich ist das schon. Warum sind diese Wünsche so stark, dass wir die Geborgenheit unseres Hauses, den Umgang mit unseren hiesigen Freunden und die Regeln unserer erprobten Tages- und Wochenplanungen zeitweise verlassen?

Ich denke, wir brauchen Kontraste. Wenn der Winter kalt war, zieht es uns zur Sonne an südliche Strände. Wenn der Sommer heiß ist, wollen wir über die Gletscher in den Alpen wandern. Gelegentlich wollen wir aus der Beschaulichkeit unserer kleinen Stadt aufbrechen und in die Namenlosigkeit einer gigantischen Metropole eintauchen, mit Hochhäusern so zahlreich, wie die Bäume im

Arnsberger Wald (leichte Übertreibung). Wer auf dem Lande lebt, will auch mal in einer Stadt einkaufen und ins Theater gehen. Wer die geordnete Aufgeräumtheit unserer Siedlungen kennt, weiß sie erst zu schätzen, wenn er chaotisch wuchernde Quartiere der großen Städte nahe dem Äquator erlebt hat.

Solche Kontraste zwingen zum Vergleich. Ja, es gibt zu unserer Lebensart Alternativen. Aber sind sie attraktiv für uns? Möchte der griesgrämige deutsche Pensionär, der sich in der brüllenden Hitze den Schweiß von der Stirn wischt mit dem lachenden Afrikaner wirklich tauschen, der mit blendend weißen Zähnen kalte Cola trinkt und gerade jetzt offensichtlich glücklich ist? Wir wissen, tauschen können wir nicht mit ihm aber wir könnten diese oder jene Anschauung korrigieren. Anregungen dazu könnten wir insbesondere auf unseren Reisen finden. Das sinnliche Erlebnis eines kühlen Getränkes bei großer Hitze als Glück erleben, das könnten wir von jenem Afrikaner lernen. Bei den blitzenden Zähnen wird das schon schwieriger.

Die zärtliche Fürsorge einer jungen Frau zu ihrem Baby in der elenden Umgebung ihres Slums macht sie uns sympathisch. Dazu

Wohnen und Leben in schönster Soester Lage Zu jung für's Altenheim?

Innovative Wohnkonzepte für die 3. Lebensphase.
Unsere Wohnanlage innerhalb des historischen Stadtwalls von Soest im Schatten der Thomäkirche bietet Ihnen

- Eigenständiges Wohnen
- 24 Stunden besetzte Rezeption für Service, Rat, Hilfe und Sicherheit
- Appartements 28 m² bis 56 m²
- Café / Restaurant, Sauna / Solarium, großer Garten mit Sonnenterrasse, Bier- / Weinstube
- Frisör / Fußpflege
- Hauswirtschaftsdienst
- Kooperation mit Pflegedienst
- und vieles mehr

Wohnen 60plus:
Das Leben leben.

Weitere Informationen:

Soester Altstadt-Appartements
Bischofstraße 2 - 59494 Soest
Tel. 0 29 21 / 3 46 60
Fax 0 29 21 / 6 10 76



www.soester-altstadt-appartements.de

müssen wir nur aufmerksam und ohne Vorurteile die anderen, deren Länder wir besuchen, beobachten.

Vielleicht müssten wir uns dort auch auf wirkliche Abenteuer einlassen und unsere gewohnte Umgebung verlassen. Die gewohnte Umgebung, wie ich sie jetzt meine, ist auch das Zimmer im Hotel in der chinesischen Millionenstadt, das mit raffinierter Kühlung und temperierten Getränken Bequemlichkeiten bietet wie vor 200 Jahren nur der Palast des Kaisers. Dieses Zimmer liegt vielleicht nur 500 m vom Slum der Wanderarbeiter entfernt. Wir müssten nicht gleich in den Slum ziehen. Eine andere Sicht auf die Dinge könnten wir schon erleben, wenn wir ein Zimmer mit der Ausstattung beziehen, wie es ein normaler Bürger des Gastlandes bewohnt. Wir müssten auch mit dessen normalem Budget zurechtzukommen versuchen und nicht mit urlaubsbedingter Verschwendung über unsere Verhältnisse leben.

Ich gestehe, dass ich viele Ausreden vor mir selbst gefunden habe, um solche Abenteuer zu vermeiden.

Meist begnügen wir uns damit, anstelle des hoteleigenen Restaurants ein anderes mit

mehr Folklore in der Nachbarschaft zu besuchen. Dann finden wir uns schon ungeheuer originell.

Es gibt viele Möglichkeiten zu reisen. Reisen bildet. Wir müssen uns nur darauf einlassen. „Der Herr N. will nur seine Vorurteile bestätigt finden“ vermutete der Leiter unserer Reisegruppe verzweifelt, als wir vor vielen Jahren in Norditalien unterwegs waren und er vergeblich versuchte, auch Herrn N. für die Landschaft, die Architektur und die Lebendigkeit der Italiener zu begeistern. Der sah überall nur Müll und Müßiggang. Selbst in den Ruinen sah er nicht Zeugen einer großartigen Vergangenheit sondern nur Verfall. Dabei war Herr N. ein gebildeter Herr, in seiner kleinen Stadt galt er als Mann mit Übersicht und Urteil. Er bekleidete einen herausgehobenen Posten in seinem Gemeinwesen.

Dass Herr N. nicht den richtigen Ansatz gefunden hatte, durch Reisen die Welt besser zu verstehen, liegt auf der Hand.

Seien wir mutiger und fleißiger. Seien wir auf unseren Reisen unterwegs zu besonderen Genüssen und auch zu besonderen Erkenntnissen.

Hans-Werner Gierhake

WIR BERATEN SIE INDIVIDUELL UND KOSTENLOS IN ALLEN BEREICHEN DER PFLEGE.

COESTER
MOBILE
PFLEGE 

Hauptsitz:

Westenhellweg 62
59494 Soest

Beratungsbüro:

Klinikum Stadt Soest
Senator-Schwartz-Ring 8
59494 Soest

Telefon: 02921 33300

Telefax: 02921 33301

COESTER
TAGES
PFLEGE 

Tagespflegezentrum

Jakobstraße 63a
59494 Soest

**Beratung zur Tagespflege
erhalten Sie über die
Kontaktdaten der
Mobilen Pflege!**

**Neu
ab
Januar
2014**

info@coester-pflege.de · www.coester-pflege.de



Gottes Häuser:

Cornelius und Cyprianus Lippborg

Cornelius, obgleich sein Märtyrertod nicht eindeutig feststeht, wird und wurde von den Katholiken dennoch schon sehr lange als Heiliger verehrt. Aber sein über zweijähriges Amt als Bischof von Rom und das Todesjahr 253 gelten als belegt.

Der bedeutende Heilige und Märtyrer Cyprian wird außer Gläubigen der römisch-katholischen Kirche auch von den armenischen und koptischen Christen verehrt. Die evangelische und anglikanische Kirche kennt und nennt ihn als Zeugen des Glaubens.

Diesen beiden frommen Männern haben die Lippborger ihre Kirche geweiht. 1189 findet die Pfarre erstmals urkundliche Erwähnung: „Bischof Hermann von Münster verschreibt dem Benediktinerkloster in Liesborn, den Zehnten in Lippborg“

Seit 1835 existiert mit Beschreibung der Kirche von 1520, dem Einweihungsjahr, ein schriftliches Zeugnis. Die Abmessungen sind in Fuß-Maßen überliefert, umgerechnet in Metern lauten sie: Länge: 29,75 m; Breite: 8,00 m. Der Westturm, ohne Geschosseinteilungen, maß 8,00 m im Quadrat, gemauert aus rohem Bruchstein. Die Turmspitze war eine Eichenholzkonstruktion. Seine Gesamthöhe betrug 32,00 m. Der Chor war aus grünen, behauenen Sandsteinen gemauert und innen geweißelt. Unter abblätterndem Kalk zeigten sich jedoch auch Bemalungen. In die Wände waren sechs Fenster eingelassen. Das Kreuzgewölbe wurde vermutlich später ein-

gezogen. Die Tonnengewölbe der Kirche waren Holzfertigungen. Im Chor stand ein Hochaltar, der szenisch eine Kreuzigungsgruppe darstellte. In der kreuzgewölbten Sakristei befand sich ein gesonderter Altar. Die beiden Nebenaltäre waren den heiligen Frauen Maria und Katharina gewidmet. Türen in Turm und Chor gewährten Einlass. Für männliche Besucher gab es unter der Orgelempore eine Bühne. 1856 wurde die Kirche abgerissen. Noch brauchbare Steine und Hölzer fanden Wiederverwertung beim Neubau.



Während der Bau-phase gab es eine Notkirche. Als Standort wird die „Pastor Kämpken-Wiese“ vermutet. Auftraggeber des Fachwerkbaus war im Oktober 1856 der Bischof von Münster. Die alte Orgel zog auch mit ein. Nach Fertigstellung des Kirchennebaus wurde die Notkirche erst versteigert, dann abgebrochen, die Orgel für hundert Reichstaler an den Wiedenbrücker Orgelbauer Barkhoff verkauft.

Für ein Honorar von ebenfalls hundert Reichstalern fertigte der Kölner Architekt

Vincenz Statz (1819-1898) die Pläne für den Kirchenneubau an. Grundsteinlegung war Juni 1857. Der Baubeginn ist nicht überliefert. Die Bauausführung wurde dem Beckumer Maurermeister Hamerle übertragen. Die Bauleitung übernahm ein C. Crone aus Münster. Am 19. 09. 1859 konnte Johann Georg Müller (1798-1870), Bischof von Münster (1847-

1870), die dreischiffige neugotische Basilika feierlich ein/weihen. Und 1875 ließ, anlässlich seiner Goldenen Hochzeit, der Patron Graf Mathias von Galen (1800-1880) aus eigenen Mitteln den 64,00 m hohen Turm bauen. Eine diesbezügliche Inschrift gibt davon Kenntnis. Das Hauptgeläut besteht aus drei Glocken. Sie sind auf das Te-Deum-Motiv: **dis' – fis' – gis' gestimmt. Die Glocken I und II** bezeugen, dass sie 1527 von dem aus Münster stammenden Wolter Westerhuis gegossen wurden. 1949 lieferte die Briloner Gießerei Junker den Ersatz für die Glocke, die dem Zweiten Weltkrieg geopfert werden musste.

1915 erfolgte die Ausmalung der Innenräume. 1958 wurde der Kirchturm mit Eternit gedeckt statt Schiefer und von 1962-1965 die Kirche

umfangreich renoviert: die Orgelbühne aus Holz abgebrochen und durch eine Stahlkonstruktion ersetzt, zudem wurden das gesamte Chorgestühl, Kanzel samt Schalldeckel, die Seitenaltäre und die reichgeschnitzten Beichtstühle entfernt, die

neuen wandgleich in den Seitenschiffen eingebaut, in Mittel- und Seitenschiffen die Holzbänke erneuert. 1970 wurde der Chorraum umgestaltet: die Kommunionbank entfernt und ein Zelebrationsaltar aus Stein aufgestellt. In seinem Sockel präsentiert sich der gotische Cornelius-Reliquienschrein, (60 cm lang, 65 cm hoch, 26 cm breit). Die Fertigstellung dieser kunsthistorisch bedeutsamen Arbeit datiert von 1498. Der neue Ambo fand Aufstellung neben der Sakristei. Ein weiterer Natursteinaltar wurde im Seitenschiff an der Epistelseite platziert, im Sockel sichtbar ein monstranzähnliches Ostensorium eingestellt, das die Reliquien des heiligen Liudgers bewahrt. **Es trägt die Gravur:** „Gestiftet im Jahre 1866 von Mathias von Galen



und Anna von Ketteler-Harkorten, im Gedenken an Friedrich von Galen". (1828-1866)

Graf Matthias von Galen ließ an der nördlichen Chorseite auf eigene Kosten für seine Familie ein Oratorium (Hauskapelle) errichten und darunter einen Totenkeller zur Beisetzung verstorbener Familienangehörigen vorsehen. Im Rahmen der Renovierung in den 1960er Jahren tauschte Graf Christoph Bernhard von Galen (1907-2002) das Oratorium mit der gegenüberliegenden Sakristei an der Epistelseite und nach entsprechenden Änderungen, ist jetzt die ehemalige Galen-Kapelle Sakristei. Im Totenkeller, heute überbaut, ruhen Matthias Graf von Galen (1800-1880), seine Ehefrau Anna, geb. von Ketteler-Harkorten (1802-1884), Christoph Bernhard Graf von Galen (?) und Stiftsdame

Clementine von Galen (?).

Der auffällige Bechertaufstein stammt aus dem 13. Jahrhundert.

Zwischen Säulen zeigt das Mittelmotiv reliefartig die Taufe Jesu, umgeben von sieben Apostelbildnissen. Blattfriese bilden Fuß-Saum

und oberen Abschluss. Heutigen Taufen dient eine, den Stein schließende, aufwendig gearbeitete Deckelschale.

1913 brannte der Hochaltar ab. 1921 konnte ein neuer Flügelaltar eingeweiht werden: eine beeindruckende Feinarbeit des Kunsttischlers Ferdinand Langenberg (1849-1931) aus Goch. Die Rückseiten der Flügel sind bemalt. Das linke Bild zeigt die heiligen Frauen: Ida, Elisabeth und Gertrud. Das rechte die Heiligen: Johannes, Liudger und Paulus, alle sechs jeweils mit ihren Attributen. Bei geschlossenen Flügeln blicken sie auf Kreuz und Monstranz. Ein Werk des Kunstmalers Hanns Lamers (1897-1966) aus Kleve.

Die Speith-Orgel von 1938 musste mehrfach gereinigt, repariert und auf neuen Stand gebracht werden. Die letzte gründliche Instandsetzung wurde 2002 durchgeführt.

Seit Dezember 1984 ist die Kirche in der Liste der Lippetaler Baudenkmäler vermerkt. 1986 wurde umfangreich der Außenbau, bis 1988 das Innere renoviert. Gottes Haus ist markanter Blickpunkt des Ortes, nicht zu verfehlen und ermuntert zum Eintritt. Die angenehme Atmosphäre macht es leicht, sich gut aufgehoben zu fühlen. Die Innengestaltung ist wohltuend schlicht. Harmonisch fügen sich Altübernommenes und zeitzugestandene Neuerungen. Die schönen, unterschiedlich gestalteten bunten Bilderfenster tragen maßgeblich dazu bei, lieben ihr eignes Spiel mit Licht und Farben. Diesem Kirchenschatz gebührt aufmerksames Interesse. Noch viele sehenswerte, zu erkunden lohnende Exponate mit ganz eigentümlicher

Patina, die Zeit und Geschehen ihnen verliehen haben, bewahrt die Gemeinde mit berechtigtem Stolz in ihrer Kirche. Sie hat durchaus ihre eigene Geschichte und ist doch untrennbar verbunden mit der Lippborgs. Bei **der nächsten „Bildungsreise“ also nicht vorbei** fahren und Lippborg schon gar nicht **„links liegen lassen“**. Wozu in die Ferne schweifen, liegt Lippborg doch so nah.

© Hannelore Johanning

Quellen:

Besichtigung vor Ort. Erläuterungen: Herr Konrad Stengel

Wikipedia: letzte Änderung: 17.03.2014

1859-2009 Festschrift zum Kirchenjubiläum der Pfarrkirche in Lippborg
150 Jahre Ss. Cornelius u. Cyprianus

THOMAS
Residenz

...rundum wohl fühlen

Lütgen Grandweg 4-6, 59494 Soest

Tel. 02921 / 376 - 0

Häuslicher Pflegedienst

Wohnen mit Service

Betreutes Wohnen

Tagespflege Noah

Kurzzeitpflege

Pflegeheim

Der Soester Orgelbaumeister Johann Patroclus Möller (1698-1772)



Abteikirche Marienmünster/Kreis Höxter

Die Johann-Patroclus-Möller-Orgel von 1736-38, auf den Originalzustand restauriert im Jahre 2012 durch die Orgelbauwerkstatt Muhleisen/Straßburg

Große Persönlichkeiten der Orgelbaukunst sind in den regionalen landschaftstypischen Gegebenheiten ihres Kunsthandwerks verwurzelt. Je dichter und kontinuierlicher sie Traditionen in sich vereinen, desto eher ist es möglich, dass ein Sprung innerhalb ihrer Kunst Neues hervorbringt. Prominente Beispiele zu Möllers Lebzeiten gibt es da genug: **Arp Schnitger** (1648-1719) bringt rund 200 Jahre hamburgisch-norddeutsche Orgelbaugeschichte zur Vollendung, **Gottfried**

Silbermann (1683-1753) verschmilzt das Beste aus französisch-sächsischer Barockorgelbaukunst, und das Phänomen **Johann Sebastian Bach** (1685-1750) ist, so will es scheinen, nur durch die hohe praktische und theoretische Kunst seiner Vorfahren (innerhalb seines mitteldeutschen Umfeldes) zu erklären. Allen ist aber zu eigen, dass sie keine Revolutionäre sind, sondern dass aus der Verdichtung des traditionellen Materials im kunsthandwerklichen wie auch kompositorischen Prozess erst das Originelle, das Außergewöhnliche entsteht.

Lebensstationen

Johann Patroclus Möller, 1698 in Soest geboren – der an bedeutenden historischen Bauwerken und kulturhistorischem Vermächtnis reichen, ältesten Stadt Westfalens - und am 19. September in der spätromanischen, in der Reformation **evangelisch gewordenen Hohnekirche** getauft, versinnbildlicht mit seinem zweiten **Vornamen „Patroclus“** sowohl die Rückbindung an den Schutzpatron der Stadt, dessen Reliquien seit dem 10. Jahrhundert in der Domkirche gleichen Namens



Stationäre Pflege – Kurzzeitpflege – Seniorenwohnungen

Perthes-Zentrum Soest

Altenhilfeeinrichtung

Bleskenweg 1-3 | 59494 Soest

Tel. 02921 96880 | Fax 02921 968870

E-Mail: pertheszentrum.soest@pertheswerk.de

www.pz-soest.perthes-werk.de

In der angenehmen Atmosphäre unseres Hauses fühlen sich die Bewohnerinnen und Bewohner wohl.

Wir bieten individuelles Wohnen und professionelle Pflege und Betreuung.



Evangelisches Perthes-Werk e.V.

aufbewahrt werden, als auch die spätere **Position eines quasi „ökumenischen“** Orgelbauers, der, selbst evangelisch und als Organist an einer evangelischen Stadtkirche im benachbarten Lippstadt amtierend, frappierenderweise zumeist für katholische Kirchen, Domkirchen und Klöster baut.

Seine Lehrzeit ist bislang noch ganz geklärt: Da erlebt der junge Johann Patroclus zweifellos den bedeutenden reisenden Orgelbauer **Peter Henrich Varenholt** (1637–ca. 1720), der 1717 in der zu Soest benachbarten Dorfkirche St. Severin zu Schwefe zusammen mit Möllers Vater baut, und wächst mit dessen Arbeiten in den Jahren 1712/13 sowohl in St. Maria zur Höhe als auch an der zusammen mit **Andreas Schneider** (ca. 1646/47–1685) im Jahre 1676 erstellten Orgel der Soester Paulikirche auf.

Vermutlich erhält er Orgelunterricht beim Organisten der Soester St. Petrikirche; Voraussetzung für sein späteres Organistenamt in Lippstadt. Weitere Einflüsse der sich im 16. und 17. Jahrhundert ausprägenden, fundierten westfälischen Orgelbautradition konnte Möller in seiner Heimatstadt sowohl durch die Orgelbauten der im niederländischen, norddeutschen und westfälischen Raum von 1600 bis 1742 wirkenden **Familie Bader** (Dom St. Patrokli; Arnold Bader lebte 1632 in Soest), durch die Arbeiten der ostwestfälischen Orgelbauer **Hans Henrich Reinking** (gest. um 1670 in Bielefeld, 1649/54 Neubau in St. Petri) und **Hinrich Klausing** aus Herford (1642/43–1720) als auch durch das innerwestfälische Schaffen des 1607/08 als Organist an St. Maria zur Wiese genannten **Johann Busse** (Wirkungszeit ca. 1607–1665) in und um Soest studieren sowie die grundlegenden handwerklichen Voraussetzungen für das Orgelbauhandwerk in der väterlichen Werkstatt erlangen: **Mertin Möller** war nämlich Kunsttischler, stammte aus Herdecke und war seit 1696 Soester Bürger.

Aber auch mögliche Ausbildungszeiten sowohl beim Beckumer **Heinrich Mencke** (1677–1727) und beim in Thüringen gebürtigen, ab 1701 von Einbeck aus wirkenden **-Johann Jakob John** (1665–1707) als auch Beziehungen zum Osnabrücker Orgelbauer **J. A. Berner d. Ä.** (1693–1737) stehen derzeit zur Diskussion. Wichtige Handwerksgrundlage bildete zu dieser Zeit für die westfälische Orgelbaukunst und damit für den jungen Orgelbauer Johann Patroclus Möller die Tradition des niederländischen

Renaissance- und Barockorgelbaus der vorausgehenden Jahrhunderte mit ihrer archaisierenden Klangfarbenpalette.



Soest-Ostönnen, St. Andreas

Umbau und Versetzung der gotischen Orgel von ca. 1430 aus Alt St. Thomae/Soest durch Johann Patroclus Möller 1721/22. Prospektrahmen und barockes Schleierwerk vermutlich aus der Werkstatt von Möllers Vater Mertin. Restaurierung durch Orgelbau Rowan West/Altenahr 2003.

1720, im Jahr seines Opus 1, der Orgel für Alt St. Thomae in Soest, übernahm Johann Patroclus Möller die vakant gewordene Küster- und Organistenstelle an der Kleinen Marienkirche in Lippstadt und heiratete Anna Maria Elsabein Millius, Tochter seines Amtsvorgängers. Nach deren frühem Tod ging Möller 1732 die Ehe mit der Tochter des betagten Organisten an der Lippstädter Großen Marienkirche, Helena Catharina Erdsieck, ein. 1738 erhielt er zusätzlich die Küster- und Organistenstelle an der Großen Marienkirche, Möller war inzwischen angesehener Lippstädter Bürger. 1744 verstarb auch die zweite Ehefrau, 1746 heiratete er Luise Margaretha Schwollmann. Elf Kinder sind aus diesen Ehen bekannt, von denen nur zwei das Kindesalter überlebten. **Johann Martin Möller** (1723–1754), ältester Sohn aus erster Ehe, konnte die Nachfolge der Werkstatt durch seinen frühen Tod nicht antreten. Möllers Schwiegersohn **Daniel Christoph Vahlkamp** (1731–1777), übrigens Schüler von **Wilhelm Friedemann Bach** (1710–1784), hatte 1754 Johann Martins Witwe geheiratet und wurde neben Möllers Neffen **Johann Arnold Isvording** (1727–1777) zum engsten

Mitarbeiter. Über den von Dringenberg aus wirkenden Familienzweig J. A. Isvordings konnte die Orgelbautradition Möllers noch bis in das 19. Jahrhundert weitergetragen werden.

Möller hatte zu Lebzeiten eine florierende Werkstatt mit bis zu acht Mitarbeitern; nur so konnte er seinen weit verstreuten Aufträgen vom zentralen Westfalen bis zum Niederrhein und zur Weser gerecht werden. Möllers reiches Lebenswerk steht in auffallendem Gegensatz zu seinem familiären Schicksal.

Die „Facietät eines halben Monden“

Die Schauseiten von Möllers großen Orgeln, so auch die der jüngst wiedergewonnenen Ansicht der 1943 kriegszerstörten Münsteraner Domorgel (54 Register auf HW, RP, BW und Pedal), seinem größten Instrument, haben ihr eigenes, unverwechselbares Profil innerhalb der europäischen Orgelbaugeschichte. An das zentrale Hauptwerk mit den westfälischen Prospektmerkmalen (nämlich dem zentralen Rundturm, sich anschließenden seitlichen Rundtürmen) schließen sich beidseitig zu den weit vorspringenden Pedaltürmen gebogene Felder an (exemplarisch in Marienmünster verwirklicht).

Dieser insgesamt bogenförmige Grundriss wird von Müller als „*Facietät eines halben Monden*“ bezeichnet. Stilistische Ähnlichkeiten finden sich, zeitgleich, an thüringischen

Orgeln, so z.B. an der Orgel von **Tobias Heinrich Gottfried Trost** (ca. 1681-1759) in der Schlosskirche Altenburg/Thüringen (1735-39). Die innovatorische, konkave Formgebung bleibt allein Möller vorbehalten. Die Registerpalette weist Klangfarben des altniederländisch-altwestfälischen als auch der norddeutschen Barockorgel auf. Soest kann als ein zentraler Schnittpunkt historischen Orgelbaus in Westfalen gelten.

Ausblick

Ein Blick auf die Möllerschen Orgelprospekte, ein Klangerlebnis mit westfälischen Barockregistern lässt nach wie vor das Außergewöhnliche des Phänomens Möller erkennen, der allen seine Instrumente Betrachtenden, Lauschenden und Spielenden eine besondere Liebe zur Orgel mit auf den Weg gibt. Das hat wohl auch der münsterische Succentor Crins im Jahre 1751 so empfunden, als er dem Domkapitel zum Neubau der Domorgel Johann Patroclus Möllers Orgelbaukunst ans Herz legte: *„... umb demehr, da man das Glück in Händen hat, einen in der Nähe gesebenen so tüchtigen als fleißigen und bei Jahren seienden Orgelbauer zu haben, welcher von so vielen neu aufgerichteten herlichen, großen Orgelwerkeren – welche auch teils von vielen hießigen gnädigen Herren gesehen und gehöret worden – großen Ruhm und Lob erhalten.“* Dr. Wolf Kalipp

Hilfe vor Ort im Kreis Soest



caritas
im kreis soest



- Häusliche Krankenpflege
- Tages- und Kurzzeitpflege
- Pflegeberatung
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Essen auf Rädern
- Hausnotruf / Serviceruf
- Wohnraumberatung
- Familienpflege
- Fahrdienst für Behinderte
- Seniorenwohnheim
- Senioren-Wohngemeinschaften
- Service-Wohnen
- Stundenweise Betreuung
- Sterbebegleitung
- Ambulante Palliativpflege
- Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Caritas Sozialstation Soest · Osthofenstraße 35 a · Telefon 0 29 21/35 90 90

Caritas Sozialstation Bad Sassendorf · Bahnhofstraße 20 · Telefon 0 29 21/3 60 60

Dauerhaft helfen: Caritas-Stiftung für den Kreis Soest · Spendenkonto 10 591 001 · BLZ 472 603 07

Eine Beckumer Geschichte Jupp Balkenhol

Schon seit Jahrhunderten werden sie erzählt - die „Beckumer Anschläge“ - närrische, unglaubliche Geschichten, die vorgeblich in der Stadt Beckum spielen, so wie in Schilda die „Schildbürgerstreiche“. Man hat sie auch „wunderseltsame, abenteuerliche und unerhörte Geschichten und Taten“ genannt. Wenn sich jemand einen dummen, närrischen Streich geleistet hat, dann sagt man an Haar und Möhne auf Platt: „Dat was ne Biekmesken!“ (Das war ein Beckumer Streich!).

De Biekmesken verschiuwet de Kiarke

De Biekmesken harren de Kiarke nit op me rechten Flecke staohn.

Dao har dai oine sagt: „Biu mak ve dat?“

Dao har dai annere sagt: „Vui maitet de Kiarke verschiuwen!“

„Jao - dann män met alle Mann dran!“

Niu fanget se an te schiuwen, säo harre ä et goiht - un dao kuemmet se daobui in Schwoit.

„Lot ues säon biettken resten!“, segget se.

Un dao trecket se iähre Röckskes iut.

„Dai wevve daohenne leggen, bao de Kiarke staohn matt!“

„Jao, dat wevve daun.“

Se fanget van der anneren Suite wuier an te schiuwen.

Dao kuemmet en paar reisende Handwäirksburschen vüörbui.

„Ei“, segget se, „dao ligget jao Joppen ächter der Kiarke. Sövve ues dai nit metniähmen?“

Un dao laotet dai Gesellen de Joppen metgaohn...

Naohier kuiket de Biekmesken, biu wuit dat se sind met der Kiarke, dao siet dai oine:

„Vui briuket nit mähr wichter schiuwen. Vui sind wuit genauch - de Joppen sind all unner der Kiarke!“

Grundpflege

- ... Körperpflege, Hautpflege
- ... künstliche Ernährung
- ... Hilfestellung beim Duschen und Baden
- ... An- und Auskleiden

Behandlungspflege

- ... Insulininjektionen
- ... Blutzucker- und Blutdruckkontrollen
- ... Verbandwechsel
- ... Katheterpflege, Medikamentengabe

Betreuung

- ... Begleitung zum Arzt, Spaziergänge
- ... Einkaufen, Behördengänge
- ... hauswirtschaftliche Versorgung
- ... jede Art von Besorgung
- ... Sterbebegleitung

Fußpflege



- Soest
- Bad Sassendorf
- und Umgebung

Wir beraten Sie gerne!

Tel. 02921 / 54 005 24h

Kaiserstraße 33, 59505 Bad Sassendorf
Westenhellweg 42, 59494 Soest

Der verlorene Ehering

Da „fiel mir doch das Herz in die Hose“, als ich nach mehrwöchigem Aufenthalt im Krankenhaus bei der Entlassung feststellen musste, dass ich auf dem Ringfinger keinen Ehering mehr trug.

Ich fand ihn auch nicht in meinem Kulturtäschchen, als ich zu Hause war. Beim Abschied vom Schwesternteam habe ich nichts von dem verlorenen Ehering gesagt, um die fürsorglichen Helferinnen nicht aufzuscheuchen.

Dann rief ich im Klinikum an. Dort wurde mir eine hoffnungsvolle Auskunft gegeben, jemand hätte etwas gefunden, ich sollte nach Ostern anrufen.

Nun mobilisierte ich meine Erinnerung. Ich wurde mit dem Bett vor den Raum des CT geschoben. Unten auf dem Rand saß eine Ärztin, die sich bereit erklärt hatte, mich zu begleiten, weil ich das erste Mal schlechte Erfahrungen gemacht hatte.

„Legen sie alle Metallgegenstände, die sie tragen, ab“, war die Begrüßung der Schwestern. Ich legte meinen Trauring ab, aber wohin damit? Mein Nachthemd hatte keine Taschen. In der Not steckte ich den Ring unter das Kopfkissen des Bettes. Daran hatte ich nicht gedacht. Überhaupt riss der Faden der Erinnerung ab, vielleicht auch durch das Einnehmen der Medikamente. Immer und immer wieder versuchte ich, mich zu erinnern.



Es blieb aber ein gutes Gefühl, dass ich den Trauring irgendwann und irgendwie zurück bekomme. Und siehe da, die große Überraschung! Aus einer kleinen Seitentasche der Handtasche wollte ich die Krankenkassenkarte heraus holen, griff etwas tiefer, und ich holte den Ring hervor. Dann sah ich, dass er innen ganz schmutzig war, so dass man die Initialen hätte gar nicht lesen können. Ob die Krankenschwestern den Ring unterm Bett gefunden und da hinein gesteckt hatten? Da fiel mir ein, dass ich vergessen hatte, den Hl. Antonius anzurufen, der für das Wiederfinden von Gegenständen zuständig ist. Aber da wäre der Fund auf das Konto seiner „guten Taten“ gegangen.

Übrigens der Text für eine Anzeige unter der Rubrik „Verloren“ im Soester Anzeiger lag als Spickzettel schon bereit. Jetzt brauche ich diesen glücklicherweise nicht mehr.

Barbara Gaubitz

DER BEHÖRDENFUCHS

Bürgernah-Kompetent-Ergebnisorientiert

Haben Sie Probleme mit Behörden oder Institutionen?

Fühlen Sie sich ungerecht behandelt?

Dann versuche ich Ihnen zu helfen!

Erledige sämtlichen Schriftverkehr!

Helpe Ihnen bei der Antragstellung!

Übernehme auch Betreuungen!

und vieles mehr



**Heribert Brunstein
-Verwaltungsfachwirt-**

Ostermannstr. 16
59505 Bad Sassendorf
Telefon: 0171/1425118



Mail: behoerdenfuchs@gmail.com
Internet: www.behoerdenfuchs.com

**40 Jahre Berufserfahrung garantieren die
notwendige Kompetenz!**

Urlaubsreif...

**Alltags-Ich geht auf Reisen,
drosselt das Tempo,
flüchtet.
Will sich selbst wieder ähnlich werden,
fragt:
Gibt es mich eigentlich noch?**



**Langsam werden längst vergessenen Träume wieder wach,
schon viel zu lange verloren in Routine-Enge
und eingefahrenen Wegen.**

**Muss endlich nach mehr frischer Luft suchen,
lange Pausen machen.
Wie wär's mit Nichtstunmüssen
auf meiner Lieblingsinsel Iona?**

**Glitzer, glitzer Welle,
was glitzert dort so helle?
Das Sonnenlicht, das Sonnenlicht,
Nur in meiner Seele noch nicht,
Aber bald, aber bald,
hoffentlich.**

**Die See leckt und leckt an einem Büschel Gras
mit lila Stecknadelblüten,
fest verankert an einem nassen Stein.
Ein Tropfen Licht fällt auf den Stein,
Philosophengold im Geheimnisschrein.**

**Ich streichele, was man berühren kann,
es flüstert scheu zurück,
alte, staubverschleierte Rätsel.**

**Nach meiner Rückkehr soll alles anders werden.
Versprochen!
Nur leider...**

Erika Goulden



Deutsche Sprache - schwere Sprache

*Gedanken sind nicht stets parat. Man schreibt auch, wenn man keine hat.
Wilhelm Busch (1832-1908)*

Eine Bekannte sagte neulich zu mir: „Du sprichst aber gut deutsch!“

Ihr Lob tat mir gut. Wenn ich daran denke, dass ich deutsch erst mit 40 Jahren lernen musste, dann bin ich stolz auf mich. Irgendwo habe ich gelesen, dass die Germanen ursprünglich vor ca. 10 000 Jahren aus dem Ural kamen und sich Jahrhunderte lang westwärts bis zum "Schwäbischen Meer" verbreiteten. Hinter dem Ural bin ich geboren. Vielleicht half mir das?

Es sollte ein Witz sein, aber genau in diesem Moment denke ich wie viele Wörter deutscher Herkunft in der russischen Sprache zu finden sind. Im 16. Jahrhundert kamen viele Deutsche nach Moskau. Einige waren vom Zar eingeladen, meist Ärzte, Lehrer, Militärpersonen oder Kaufleute. Viele deutsche Wörter wurden von Russen aufgegriffen und sind bis heute zu finden:

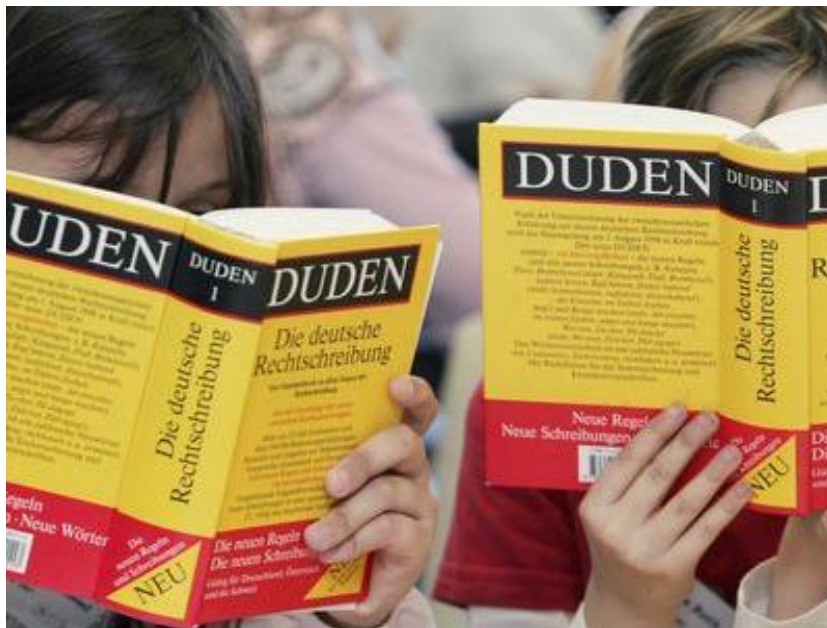
Бутерброт **Butterbrot**, **галстук**
Halstuch, **курорт** **Kurort**, **шнур** **Schnur**,
шахта **Schacht**, **штрек** **Strecke**.

Früher habe ich darüber keine Gedanken verloren, bis ich 1992 nach Deutschland kam. Dass Deutsch lernen so schlimm werden würde, hatte ich nicht gedacht.

Schnell belegte ich einen Sprachkurs. Als nach 4 Wochen kein Erfolg zu spüren war, suchte ich mir Arbeit. Dort werde ich gefordert, dachte ich mir. Doch ein Jahr am Fließband brachte mich auch nicht weiter, denn 80 Prozent der Belegschaft waren Ausländer

aus Afrika, Bulgarien, Polen, Türkei, Vietnam. So konnte es nicht weiter gehen. Ich suchte mir einen anderen Job.

Ein Seniorenheim ganz in der Nähe brauchte eine Aushilfe. Zu meinem Erstaunen stellten sie mich trotz meiner mangelhaften Deutschkenntnisse ein. Hier konnte ich endlich die Sprache lernen. Kollegen und Patienten verwickelten mich in Gespräche, ohne Gedanken daran zu verschwenden, ob ich sie verstehe. Es ging zügig voran.



Allerdings nicht ohne Pannen. Als ich eines Abends einen Bedarfzettel für das Heim ausgefüllt hatte, schrieb ich statt Hundefutter Futterhunde. Als die Chefin am nächsten Morgen um 6 Uhr den Zettel im Keller las, weckte sie mit ihrem lauten und lang anhaltenden Lachen auch den letzten Bewohner. Ihr Mann machte sich Sorgen und eilte zu ihr. Tränen wegwischend entschuldigten sie sich bei mir. Aber eine halbe Stunde später sagte jemand: „Haben wir jetzt Futterhunde oder nicht?“ Und schon bogen sie sich wieder vor Lachen.

Zunächst empfand ich es als eine Blamage, aber bald lachte ich einfach mit. Ich hatte gelernt, mit solchen Situationen umzugehen und suchte Kontakt zu Menschen.

Ich wünschte mir so sehr Freunde mit denen ich lachen und feiern konnte. Ich wollte in die Gesellschaft aufgenommen werden, Fragen nicht nur mit einem kurzen Ja oder Nein beantworten, sondern lebendig diskutieren.

In dem ich über meine manchmal komisch klingenden Fehler selbst gerne lachte, legte ich die Scheu ab, deutsch zu sprechen. Sehr selten hatte ich das Gefühl, wegen meiner Sprache abgelehnt zu werden.

Alle meine Bekannten und Kollegen wurden ausdrücklich von mir gebeten, mein Deutsch zu korrigieren. Aber bis heute folgen fast täglich Blamagen.

Beim Einkaufen möchte ich gern mein Lieblingsbrot mitnehmen. „Sollen wir wieder Pimpernickel kaufen?“- frage ich meinen Mann. Seine zuckenden Schultern verraten mir, ich habe schon wieder etwas Falsches gesagt.

Letzten Freitag probierte mein Mann Schuhe im Schuhgeschäft an, zieht die Hosen etwas in die Höhe und fragte mich, ob es gut aussieht. „Lass doch die Hose runter“, fordere ich ihn auf. „Das hättest du wohl gern“, schmunzelt er. Hinter uns erschallt lautes Lachen.

Es ist mir zwar peinlich, aber ich lache tapfer mit. Mein Mann ist mir eine große Hilfe, aber manchmal beschert er mir solche Lachnummern.

In meinem Kosmetik- und Fußpflege-Studio zeigte mir eine alte Dame ihre Füße und erzählte mir, dass sie selbst versucht hatte, ihre Probleme zu lösen. Ich riete ihr, nächstes Mal sofort zu mir zu kommen, statt selbst an ihren Füßen herumzufummeln. Ihr Gesicht wurde ernst, sie richtete ihre Schulter gerade auf und sagte zu mir: „Sie sprechen aber gut deutsch!“ Ich merkte, irgendwie war sie jetzt anders gelaunt, verstand aber nicht, warum.

Zuhause wurde ich freundlich aber bestimmt aufgeklärt. „Ladylike“ ist das nicht.“ „Aber du sprichst doch auch so“, warf ich meinem Mann vor.

Tja, selber schuld. Ab und zu führt er mich absichtlich aufs Glatteis, um seinen Spaß zu haben. Für ihn klingt es niedlich und charmant. Ich bin ihm auch nicht böse. Denn ich möchte diese Sprache richtig lernen. Wir greifen oft zum Duden um nach Erklärungen einiger Wörter zu suchen. Wenn ich doch sehr frustriert bin, tröstet er mich damit, dass sich in seiner Schulzeit in den 60er Jahren Schüler bemühten, die deutsche Sprache

zu verunstalten. Sie gingen „im Bett“ statt ins Bett und sie waren „am Spielen dran“. Es sollte mich trösten, tut es aber leider nicht.

Ein immer wieder kehrendes Problem sind die korrekten Artikel, z. B. zu Möhre (=russisch weiblich), Kind (=russisch männlich) und Kopf (=russisch weiblich). Dazu hat mein Mann einen Vorschlag parat: ich solle doch, wie es der türkischstämmige Komiker Kaya Janar seinen Landsleuten geraten hat, anstelle „der, die, das“ nur „d´“ sagen.

Es scheint also nicht nur mein Problem zu sein: Deutsche Sprache, schwere Sprache.

In diesem Sinne: Mein und Dein verwechsle ich nicht, das kommt bei mich nicht vor.

Ludmilla Dümichen



HANSE-ZENTRUM

ALTEN- UND PFLEGEHEIM

Für ein umsorgtes, zufriedenes Leben.

Für Frauen, Männer und Paare.

Kasernenweg 11 ❖ 59494 Soest
☎ 02921 96975-0
info@hanse-zentrum.de
www.hanse-zentrum.de

Casting für Wildwest

Wie an jedem ersten Mittwoch im Monat saß Andrea mit Ihren Freundinnen zum Kaffeeklatsch zusammen. Sie waren alle Arzthelferinnen und hatten am Mittwochnachmittag frei, weil ihre Praxen geschlossen waren.

„Habt Ihr in der Zeitung gelesen, die Freilichtbühne will in der kommenden Saison ein Stück aufführen, das im Wilden Westen spielt? Die suchen noch Kleindarsteller und Komparsen!“ – **„Was ist denn der Unterschied?“** – **„Komparsen stehen nur so herum, Kleindarsteller haben schon kleine Rollen und sprechen auch schon mal einen Satz. Wäre das nicht toll, wenn wir da mitmachen?“**

Die vier jungen Frauen waren plötzlich hellwach und redeten alle gleichzeitig. Von der **klaren Ablehnung: „Ich mach mich doch nicht zum Affen! Wenn mich Patienten erkennen, als Indianerin, nur mit einem Lendenschurz bekleidet!“** – **„Unsinn, Indianerinnen laufen nicht halb nackt herum. Die tragen schicke, bestickte Kleidung aus Wildleder.“** Bis zur **Begeisterung: „Mal auf der Bühne zu stehen, das wäre doch prima!“**

Nach langer Diskussion einigten sich die vier. Sie beschlossen, zu dem Casting hinzugehen. Dann könne man ja immer noch ablehnen. Außerdem war ja nicht gesagt, dass sie überhaupt genommen würden. Das Vorstellungsgespräch sollte in einer Turnhalle stattfinden, in sportlicher Kleidung. **„Was zieht man da an?“** fragte Britta und trat damit die nächste Diskussion los. Jede hatte ihre eigene Vorstellung von sportlicher Bekleidung. Andrea entschied sich für den Jogging-Anzug und wollte vorsichtshalber ihre leichten Gymnastikschuhe mitnehmen – man weiß ja nie!

In der Halle hatten sich ca. 50 Leute eingefunden: Männer, Frauen und Kinder. So wie es in dem Zeitungsartikel gewünscht war. Der Leiter der Freilichtbühne erklärte, wie das Stück aufgebaut war. Stellte die Hauptdarsteller vor und beschrieb, für welche Szenen man Nebendarsteller brauche.

Es handelte sich, grob gesehen, um zwei ganz unterschiedliche Lager: Einen Treck von Siedlern, die mit Planwagen nach Westen zu

ckelten und Bewohner eines Indianerdorfes, die im ersten Bild noch friedlich sangen und tanzten, beim Herannahen des Trecks aber ihre Heimat mit Pfeil und Bogen verteidigten.

Um herauszufinden, wer für welche Gruppe am geeignetsten war, gab es einen Hindernisparcours mit dicken Matten auf dem Boden, einem Pferd ohne Pauschen (Handgriffe), ein dickes Kletterseil hing von der Decke herab und einem Bogenschießstand. An jedem Gerät standen Betreuer, die aufpassten, dass sich keiner verletzte. Er vermerkte auch, wie gut sich jeder anstellte.

Als Andrea die Hindernisbahn sah, zog sie ihren Jogginganzug aus und ging in ihrem Gymnastikanzug, den sie vorsichtshalber drunter trug, an das erste Gerät. Es war eine Reihe von hintereinander gelegten Matten. Der Betreuer forderte sie auf, einen Purzelbaum zu schlagen. Wenn es weiter nichts ist, dachte sie, und rollte über die ganze Strecke, drehte sich um und schlug ein Rad nach dem anderen. Sie war nun so richtig in ihrem Element. Schließlich war sie schon als Schülerin in die Kunstturnabteilung des TUS eingetreten, wo sie seitdem Boden- und Geräte-turnen trainierte. Sie zeigte noch einige Flickflacks und einen Salto, stellte sich in Richtung der wartenden Bewerber und verneigte sich, als hätte sie eben eine Aufgabe in einem Turnier absolviert. Die Zuschauer klatschten, und der Betreuer gratulierte zu der unerwarteten Leistung der ersten Probandin.

Als nächstes kam das Pferd. Sie sollte versuchen, irgendwie aufzusteigen. Sie nahm ein paar Schritte Anlauf und sprang mühelos auf **den „Rücken“ des Pferdes, so, wie sie es bei den Kinohelden der Westernfilme gesehen hatte.**

Das Kletterseil machte ihr dagegen ernsthaft zu schaffen. Sie war zwar sehr gelenkig, aber nicht kräftig. Der Betreuer zeigte ihr, wie sie die Beine um das Seil schlingen musste, um nicht wieder abzurutschen, aber sie mühte sich vergeblich. Sie schaffte es nicht, bis nach oben zu kommen. Das ärgerte sie. Der Ehrgeiz hatte sie gepackt, alle Stationen problemlos zu schaffen.

Bogenschießen war auch nicht so ihr Ding, das hatte sie noch nie versucht. Der Bogen war von der einfachsten Sorte. Na klar, die Indianer hatten natürlich keine raffinierten Sportbögen, wie sie heute von Sportlern eingesetzt werden.

Aber bei diesem Test kam es gar nicht darauf an, das Zentrum der Scheibe zu treffen. Der Betreuer bewertete nur die Körperhaltung und die Schnelligkeit, mit der die Kandidaten die Pfeile, zumindest in die Richtung der Scheibe, abschossen. Andrea begriff schnell, worauf es ankam und verschoss ganz fix sämtliche Pfeile, die sie im Köcher hatte.

Der Leiter der Freilichtbühne bedankte sich zum Schluss bei den Teilnehmern und versprach, allen schriftlich mitzuteilen, ob sie engagiert sind und welche Rolle man ihnen zugeordnet hat. Die vier Freundinnen machten sich lebhaft diskutierend auf den Heimweg und kehrten noch in ihr Stammlokal ein, um das aufregende Erlebnis zu begießen. Nach einigen Tagen bekam Andrea einen Brief mit der Zusage, dass man sie gern als Indianerin engagieren möchte. Sie wurde eingeladen, zu einer Stellprobe zur Freilichtbühne zu kommen.

Sie wurde mit einem Kostüm, bestehend aus einem locker sitzenden Oberteil und einer langen Hose bekleidet. Dann ging es auf die Bühne. Sie sollte auf ein ungesatteltes, nur mit einer Decke versehenes Pferd aufspringen und im Galopp zum anderen Ende der Spielfläche reiten.

Andrea konnte zwar mühelos aufspringen, aber vom Reiten hatte sie keine Ahnung. Als sie das dem Begleiter sagte, meinte der: **„Springen Sie nur auf und halten Sie sich an der Mähne fest, alles andere macht das Pferd.“**

Tatsächlich, als sie auf dem Gaul saß, die Beine fest um den Körper des Tieres geklammert und die Mähne als Zügel ergriff, raste das Tier los, genau in die Richtung, in die sie reiten sollte. Am Ziel angekommen, wartete schon ein Mann, der dem Pferd ein Leckerchen vor das Maul hielt, es am Hals

tätschelte und es lobte. **„Das haben Sie gut gemacht!“ lobte** sie nun auch der Mann. Sie begriff allmählich, das sie eigentlich nur so eine Art von Dekoration auf dem Pferde Rücken war. Die Rolle spielte das dafür dressierte Pferd.

Als die Vorstellungen angingen, sprach es sich im Bekanntenkreise schnell herum, das Andrea in dem Western eine rasante Rolle spielte. Bei jeder Vorstellung saßen Freunde von ihr auf der Tribüne, die bei ihren Auftritten wie verrückt klatschten und damit die anderen Zuschauer ansteckten. Die Leute fragten sich, wer denn die Indianerin ist, der sie Szenenapplaus spendeten? Das machte einen Reporter der Tageszeitung aufmerksam, der sie interviewte und ganz groß mit einem Bild in Indianerkleidung in die Wochenendausgabe brachte. Der Titel: Andrea als Squaw im Wilden Westen.

Johanna Hoffmann

Kurze Wege, persönlicher Kontakt und regionales Engagement



Wir unterstützen
Kunst, Kultur, Soziales & Sport
vor Ort.

Stadtwerke Soest
Aldegrewerwall 12
Telefon 02921.392-150
info@stadtwerke-soest.de
www.stadtwerke-soest.de


Stadtwerke Soest
Service Rundum

Bis hier hin und nicht weiter oder wieder kalter Krieg ?

Meine Mutter fragt mich gestern: „Was passiert da gerade mit der Ukraine? Kann es zum Krieg kommen?“

Dass die 97-jährige sich für Politik interessiert, ist nicht neu für mich. Sie schaut gerne politische Sendungen mit Frank Plasberg oder Günter Jauch. Allein das Wort **Krieg** klingt erschreckend für sie.

1992 sind wir vorm Bürgerkrieg in Georgien geflüchtet. Ihr Interesse an der Ukraine hat jedoch einen besonderen Grund. 1917 ist sie dort geboren. Ihre Vorfahren lebten seit 300 Jahren in Russland, einst von Katharina der Großen in das Riesenreich gerufen.

"Die Ukraine ist ein sehr schönes Land" erzählte mir meine Mutter, „vielfältige Landschaft mit gutem Klima. Es gibt kalte Winter und warme Sommer. Der Boden ist äußerst fruchtbar dort. Wir haben auf unseren Feldern Weizen, Hafer, Gerste, Zuckerrüben und Kartoffeln angebaut". Leider verlor sie schon mit 19 Jahren die geliebte Heimat. Im Herbst 1936 wurde ihnen verkündet, dass sie als Deutschstämmige zu Feinden des russischen Volkes erklärt worden sind und deswegen ihre Dörfer und Häuser verlassen müssen.

„Dass sich die ehemaligen Nachbarn, Ukrainer wie Russen, über unsere Verbannung so freuen würden, hat uns hart getroffen. Sie standen am Straßenrand, trommelten auf Eimer, pfißen und lachten. Sie zogen in unsere Häuser mit wunderschönen, gepflegten Gärten, und wir mussten in den weiten Steppen Kasachstans mit seinem rauen Klima neues Leben anfangen. Und wieder gelang es uns, aus dem Nichts ein blühendes fruchtbares Paradies zu schaffen, wie schon einmal in der Ukraine“. Während dessen ging es in der verlorenen Heimat bergab. Ein paar Jahre später erfuhren wir aus der alten Heimat: **„Da, wo eure Blumen standen, liegt ein Haufen Müll und in den Obstgärten wuchert das Unkraut“.**

Das Gebiet der heutigen Ukraine wurde schon seit der Steinzeit besiedelt. Während Völkerwanderungszeit besiegten und verdrängten viele germanische Stämme die ansässige Bevölkerung. Im 9. Jahrhundert errichteten ostslawische Stämme unter dem

Einfluss skandinavischer Waräger (Skandinavier oder auch Wikinger) an den Handelswegen von Skandinavien und Nowgorod nach Süden in Richtung Konstantinopel ein Großreich mit der Hauptstadt Kiew. Es wurde **„Kiewer Rus“ genannt und wird als Vorläuferstaat der heutigen Staaten Russland, Ukraine und Weißrussland angesehen.**

Die Ukraine liegt zum größten Teil (ca. 95%) auf dem Gebiet von Osteuropa. Nur die restlichen 5% zählen zu Mitteleuropa (Karpaten und Lemberg) und Südosteuropa (Odessa und die Halbinsel Krim).

Die Ukraine grenzt an Russland im Nordosten, Weißrussland im Norden, Polen, die Slowakei und Ungarn im Westen, Rumänien und Moldawien im Südwesten, sowie an das Schwarze Meer und Asowsche Meer im Süden.

Nach der russischen Februarrevolution 1917 und während der deutschen Besatzung am Ende des Ersten Weltkrieges entstand die Ukrainische Volksrepublik.

Mit der Gründung der Sowjetunion im Dezember 1922 wurde die Ukraine zur Ukrainischen SSR. Im Zuge der Auflösung der Sowjetunion erlangte die Ukraine im Dezember 1991 nach einem Referendum mit 90,3% Zustimmung ihre staatliche Unabhängigkeit.

Als von der ukrainischen Regierung ein EU-Beitritt angestrebt wurde, begrüßte das die EU. Es sollte doch jedem klar sein, dass Russland das nicht widerstandslos akzeptieren würde.

Viktor Janukowitsch regierte das Land diktatorisch und korrupt, heißt es. Der friedliche Protest der Bevölkerung war legitim, bis Radikale daraus einen bewaffneten Putsch inszenierten.

Zuletzt kamen 30.000 Mitglieder der nationalistischen Partei **„Swoboda“** und die rechtsextreme Organisation **„Rechter Sektor“**. Sie brachten Helme, Molotows und Gewehre.

Heute sitzen 3 Rechtsradikale im ukrainischen Parlament als Minister. Die Ukrainische **Vereinigung „Swoboda ist Nachfolger** der

Organisation der Ukrainischen Nationalisten, deren Anführer Stepan Bandera war.

Als 1941 die Wehrmacht in der Ukraine einmarschierte, wurde sie mit Brot und Salz empfangen. Stephan Bandera hat sofort seine Männer von den Deutschen ausbilden lassen und mit deutschen Waffen kämpfte er gegen die Sowjetunion.

Im Juni 1941 kam es in Lemberg zu einem Massaker, an dem ukrainische Verbände maßgeblich beteiligt waren. 7000 Kommunisten und Juden wurden dort ermordet. Während der kommunistischen Herrschaft durfte der Name Bandera in der Ukraine nicht einmal erwähnt werden.

Erst nach dem Fall des Eisernen Vorhangs erinnerte man sich auf der Suche nach eigenen ukrainischen Identifikationsfiguren wieder an Stephan Bandera. Sein bedingungsloses Motto "Freiheit oder Tod" fand vor allem bei den jungen Nationalisten Gehör.

Doch in der Ostukraine und auf der Krim reagierten die Menschen auf den gewaltsamen Machtwechsel in Kiew. Die Ankündigung des Verbots der russischen Sprache als Amtssprache durch die Übergangsregierung ließ die überwiegend russisch sprechende Bevölkerung protestieren. Es folgte die Vertreibung des Regierungschefs der Krim und die Abspaltung von der Ukraine.

„Ohne die massive Unterstützung der USA und der EU, vor allem Deutschlands, hätte dieser Staatsstreich (in Kiew) von der Straße allerdings weniger Erfolg gehabt“ schreibt Journalist Sönke Paulsen.

Bei „Hart aber fair“ am 17.03.2014 hat der Historiker und Politologe Guido Knopp auf folgendes hingewiesen: **„Bei der deutschen Wiedervereinigung hat der Westen Gorbatschow versprochen, das Nordatlantische Verteidigungsbündnis nicht in Richtung Russland auszuweiten.“**

Mit diesem Wortbruch gegenüber den Russen wiederholt sich die Geschichte. Russland reagiert nun auf die Einkreisung durch die Nato-Ost-Erweiterung.“

Was die Krim betrifft, erklärt Guido Knopp: **„Die Schwarzmeerhalbinsel Krim sei 1783**

von Russland erobert worden“. „Von nun an und für alle Zeiten“ hat Katharina der Große damals groß deklariert.

Die Volksbefragung (auf Krim 2014) sei - so Guido Knopp - obwohl völkerrechtswidrig, doch demokratisch gewesen. Im Gegensatz zur Übereignung der Krim an die Ukraine durch KP-Chef Chruschtschow 1954.

Die Situation in der Ukraine ist immer noch kritisch. In der Ost-Ukraine haben Pro-russische Kräfte seit Tagen mehrere Verwaltungsgebäude besetzt. Sie wollen nicht von Kiew regiert werden, die eine frei gewählte Regierung gestürzt haben.

Die Besetzer fordern ein regionales Referendum über eine Angliederung an Russland. Aus Sorge um die Zukunft in Europa rufen viele Menschen weltweit zur Vernunft in Zeiten der Krise auf: **„Nur durch ein vertrauensvolles Zusammenarbeiten zwischen der Europäischen Union, der Ukraine und Russland kann diese Krise gelöst werden. Dabei sind die sozialen, die historisch-machtpolitischen und wirtschaftlichen Interessen aller drei Partner zu respektieren!**

Alles das versuchte ich meiner Mutter zu erklären.

Ludmilla Dümichen

Perthes-Service

Unser Service für Sie:
Putzen, Kochen, Waschen, Bügeln,
Gartenpflege, Einkaufen, ...

Außerdem Haushaltsauflösungen,
kleinere Renovierungsarbeiten und
seniorengerechte Umzüge.

Perthes-Service-Soest
Oestinghauser Str. 38 | 59494 Soest

Tel.: 02921 9687-35
Fax: 02921 9687-30
E-Mail: perthes-service.soest@pertheswerk.de
www.sozialwerkstaetten.perthes-werk.de

www.pertheswerk.de

Evangelisches Perthes-Werk e.V.

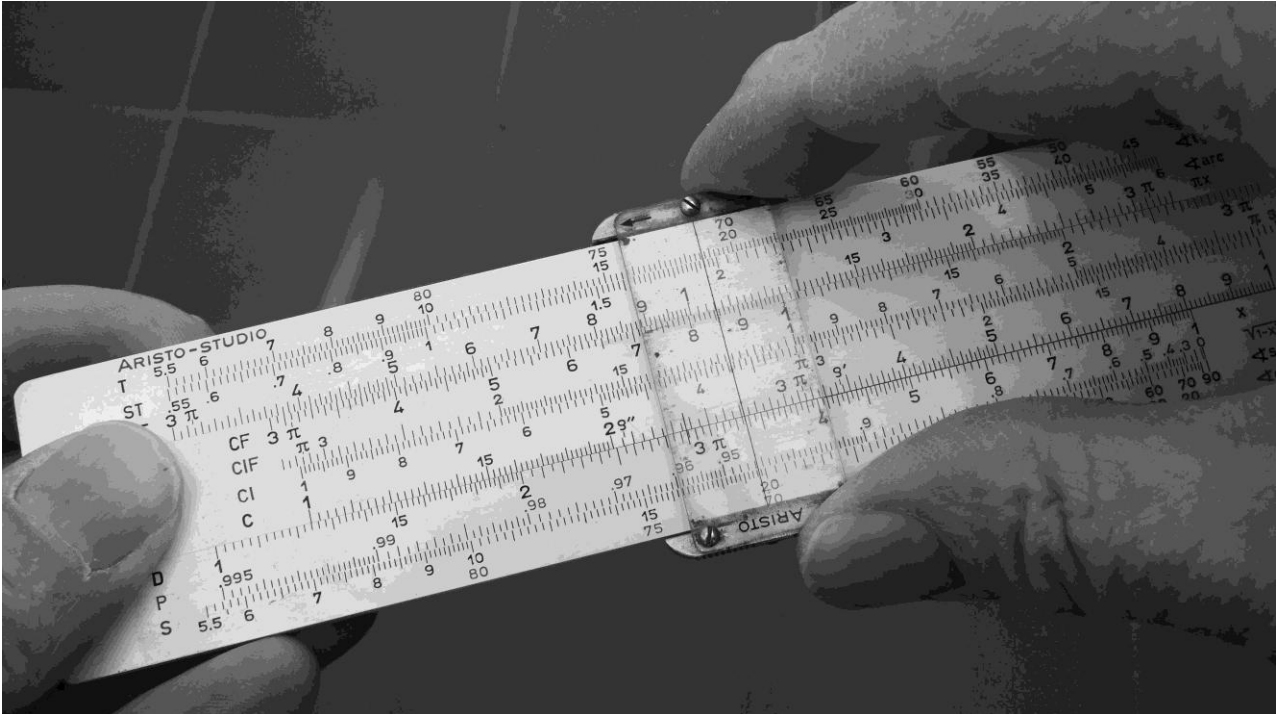
Der Rechenschieber

Mein Vater hatte einen Rechenschieber im Schreibtisch liegen. Er wusste auch damit umzugehen, denn er war der erste, der mir gezeigt hat wie man damit rechnet.

Als Schüler auf der Oberschule im mathematisch-naturwissenschaftlichen Zweig kam ich zum zweiten Mal mit dem merkwürdigen Gerät in Berührung.

vidieren durch einfacheres, schnelleres und deshalb eher fehlerfreies Addieren und Subtrahieren ersetzt

Schon bald versuchten findige Tüftler die Addition und Subtraktion der Logarithmen durch das geometrische Aneinanderfügen von Skalenabschnitten zu ersetzen, zunächst mit Stechzirkeln („Gunterskala“ 1624) und dann mit Geräten ähnlich dem oben be-



Ein Stab mit einer Längsnute, in der ein weiterer Stab, die Zunge, hin und her geschoben werden kann. In beide Stäbe sind feine Skalen eingraviert. Über den Stäben kann man den Läufer ebenfalls in die richtige Position schieben.

Die Skalen haben logarithmischen Maßstab, so dass das Aneinanderfügen von Skalenabschnitten der Länge nach als Multiplikation abgelesen werden kann.

Im späten 16. und frühen 17. Jahrhundert erschienen die ersten Logarithmentafeln, berechnet durch den Schotten John Napiers, den Schweizer Jost Bürgi (der zeitweise in Kassel lebte) und schließlich den Engländer Henry Briggs, die jeweils unabhängig voneinander arbeiteten, und von ihren Werken behaupteten, ihre Tabellen seien neu gerechnet und daher fehlerfrei. Mit Logarithmen wird kompliziertes Multiplizieren und Di-

schriebenen.

Als Erfinder des Rechenschiebers gilt William Oughtred (1574 bis 1660), der 1632 eine runde Rechenscheibe vorstellte. Pikanterweise hatte sich einer seiner Schüler bereits ein Jahr zuvor öffentlich zum Thema geäußert, worüber die beiden dann heftig stritten. Der Rechenstab in der späteren Form mit verschiebbarer Zunge wurde 20 Jahre später von den Engländern R. Bissaker und S Patridge entwickelt.

Im 18, 19. Und 20. Jahrhundert haben viele, auch große Geister an weiteren Verbesserungen gearbeitet wie zum Beispiel Isak **Newton, der den „Läufer“ vorgeschlagen hat.** Durch die vielen Verbesserungen wurden Rechenschieber leichter zu handhaben, genauer ablesbar und vielseitiger; schließlich gab es für jede spezielle Anwendung den geeigneten

Rechenschieber. Vor allem wurden sie immer präziser gefertigt und dadurch genauer.

Mit der technischen Entwicklung stieg der Bedarf an Rechengernäten ganz allgemein; speziell für schnelle Überschlagsrechnungen mit einer Genauigkeit von 3 Stellen, für die der Rechenschieber geradezu prädestiniert ist, kam er dadurch allgemein in Gebrauch. Da die industrielle Entwicklung zunächst in England einsetzte, dann auch Frankreich und schließlich Deutschland erreichte, verlief der Siegeszug des Rechenschiebers denn auch in den einzelnen Ländern in dieser Reihenfolge.

Als ich meinen ersten Rechenschieber 1954 bekam, einen „Aristo Scholar“ lernten wir Multiplizieren, Dividieren, Quadrieren, Wurzelziehen, Dreiecke und Zinseszins zu berechnen, mit einer Fehlergenauigkeit <1 %. Wir lernten auch, die Zehnerpotenzen und die Kommastellen im Blick zu behalten.

Für mein Studium schaffte ich dann einen Rechenschieber an, der noch ein paar Skalen mehr hatte, darunter einige, die vor allem die Geschwindigkeit beim Rechnen erhöhten, was beim Berechnen von Zahlenkolonnen in Tabellen hilfreich war. Das, was früher langwierige Handarbeit war, macht heute auf dem Computer in Excel ein Klick.

Zwar gab es auch Rechenmaschinen, die rechneten absolut genau aber sie waren schwer, laut, teuer, umständlich und vor allem nicht ständig zur Hand.

So, wie ein Arzt sein Stethoskop dabei hatte, trug der Techniker oder Ingenieur den Rechenschieber in der Kitteltasche, immer bereit zu sofortiger Kalkulation.

Der Rechenschieber ist bei aller Einfachheit eine geniale Erfindung. Das Wissen von Mathematikern aller Zeiten war Voraussetzung, ihn zu konstruieren.

Heute benutzt kein Mensch mehr Rechenschieber, weil es Taschenrechner und Computer gibt, die – zugegeben – viel mehr Rechenarten beherrschen und die, die rechnen, viel weiter entlasten; nichts mehr mit Zehnerpotenzen, die man beim Rechnen im Kopf haben muss. Alles wird präzise angezeigt, bis auf die zehnte Stelle genau, auch wenn es nicht sein muss.



Aber das ist eine andere Geschichte. Eine Geschichte übrigens nicht ohne Ignoranz, Komik und einer Menge Cleverness.

Nachtrag: Ich habe doch noch eine Rechenschieber in Betrieb, eine aus Karton. Die liegt in unserem Auto und ist auf die Rückseite der Parkscheibe gedruckt. Mit der kann ich nach dem Tanken den 100-km-Verbrauch unseres Autos und damit meine Fahrweise kontrollieren.

Hans-Werner Gierhake

BRÜDERTOR 19
59494 SOEST
TELEFON 3649-0
TELEFAX 3649-10



APOTHEKE
AM
BRÜDER-
TOR

KARSTEN

HUFNAGEL



*Ihre Gesundheit...
unserer Verpflichtung!*

Wiegen und Wägen

Er tippt an der elektronischen Waage die Artikelnummer ein
und wartet auf den Ausdruck des Preisetiketts,
die Finger schon bereit und am Schlitz in Position,
den Aufkleber anzunehmen.

Nichts tut sich.
Er wiederholt den Vorgang.
Und kommt zum gleichen Nullergebnis.

Verwundert schüttelt er den Kopf,
drückt bei der dritten Eingabe die Zahlen besonders fest.

„Sie haben die Ware ja gar nicht auf die Waage gelegt.“
Er stutzt, sieht auf seine linke Hand,
die eine große Gemüsezwiebel hält.
„Na, so was“, lacht er,
strahlt und ist kein bisschen verlegen.
Sein sympathisches Altengesicht verrät
vielmehr puren Spaß über seinen originellen Schusselwitz.

Für den Supermarkt taugt es nicht.
Aber so sollte es sein:
Nicht alles auf die Waage legen.

© Hannelore Johänning



Wissenswertes von Blätterteig und Plunderteig

Wenn wir vor einer Kuchentheke stehen, sehen wir eine große Auswahl von verschiedenen Gebäckstücken. Lecker aprikotiert, glasiert, teils in Schokolade getaucht oder mit Puderzucker bestäubt.

Fragen wir die Verkäuferin, dann wird sie uns aufzählen, was wir dort sehen. „Dies hier ist ein Amerikaner, ein Flachgebäck, er wird mit Hirschhornsalz gelockert, dies ist ein Hefeteig, mit Hefe gelockert und gefüllt, z. B. mit Äpfeln. Und dies hier ist ein Plunderteig, auch mit Hefe gelockert und gefüllt mit Marmelade. Dies hier sind Schweineöhrchen aus Blätterteig.“

Wir werden sagen: „Plunder, Blätterteig? Sieht doch gleich blättrig aus.“

Blätterteig besteht aus Mehl, Salz, Wasser und Fett. In der Bäckerei unterscheidet man zwischen einem französischen, holländischen und deutschen Blätterteig.

In Deutschland verwendet man ausschließlich den deutschen Blätterteig.

Zunächst wird ein Teig aus Mehl, Salz und Wasser hergestellt, er wird auf etwa 30 x 40 cm ausgerollt. Darauf legt der Bäcker eine kleinere Fettplatte und schlägt die Enden über das Fett und rollt das Teigstück solange, bis es wieder die Größe von 30 x 40 cm hat.

Dieser Vorgang wird immer wieder wiederholt und das Teigstück wird immer wieder um 90 Grad gedreht, so dass der Teig gleichmäßig belastet wird und nicht reißt. Diese schichtweise Einarbeitung des Fettes in den Teig nennt man auch tourieren oder einziehen.

Ein Blätterteig bekommt in der Regel zwei einfache Touren und zwei doppelte Touren. Das heißt, er besteht aus $3 \times 3 \times 4 \times 4 = 144$

Fettschichten und 288 Teigschichten. Die Verarbeitung muss bei niedrigen Raumtemperaturen erfolgen, da sonst das Fett weich wird und die Schichten verkleben.

Blätterteiggebäcke müssen splittern und rösch sein und werden deshalb schon vor dem Backen geschnitten bzw. portioniert. Während des Backens geht der Teig locker und blättrig auf. Durch die Backhitze verdampft das im Teig vorhandene Wasser, dehnt sich dabei aus und hebt das Gebäck an. Das Aufgehen des Teiges wird dabei nur durch den im Teig entstehenden Wasserdampf hervorgerufen.



Aus Blätterteig werden z.B. Schweineöhrchen, Apfeltaschen, Nusshörnchen, Pasteten, Käsegebäcke und Strudel hergestellt.

Blätterteig ist ein sehr kalorienreiches Gebäck, denn es wird auf 1 kg Mehl 0,620 kg Zieh Fett eingearbeitet. Dagegen ist im Plundergebäckteig nur 30 kg Zieh Fett auf 100 kg Mehl enthalten.

Was ist **Plunderteig**? Der Begriff hat nichts mit altem Kram, Krempel oder altem Zeug zu tun, sondern kommt von **pludern; was soviel wie „aufgehen“ oder „lockern“** heißt.

Ein Hefeteig wird so wie der Blätterteig touriert (verarbeitet). Somit ist der Plunderteig doppelt gelockert, einmal durch die Hefe und durch den Wasserdampf.

Es gibt viele leckere Plundergebäcke: Quarktaschen, Puddingschnecken usw. Plundergebäck zählt zu den feinen Backwaren.

Gisela Scharnowski

Internet/Wikipedia freie Enzyklopädie

Das Immunsystem

in den Apotheken spielen immer Arzneimittel eine große Rolle, die mit Infektionen oder Allergien zu tun haben. Kaum ist das kalte, nasse Frühjahr vorbei, drängen sich die Pollenallergien nach vorne und manche Erkrankungen spielen immer eine Rolle!

Sie haben aber alle etwas mit dem Immunsystem zu tun! Wir sind ja nicht alleine auf der Welt, Bakterien, Viren, Pilze, Würmer und sonstige Gesellen kämpfen mit uns um den Lebensraum und um die Nahrungsquellen.

Ende April gab die Weltgesundheitsorganisation, die WHO, die Meldung heraus, dass wir uns langsam auf das Zeitalter der Unwirksamkeit von Antibiotika einstellen sollen und Infektionen wieder mehr zu ernstesten Erkrankungen führen werden.

Und warum? Tja, die Bakterien sind widerstandsfähig (resistent) geworden, weil zu viele Antibiotika im Umlauf sind. Das liegt zu einem großen Teil an der Massentierhaltung, denn auf engem Raum könnten so viele Tiere sonst nicht gehalten werden, sie würden krank und brächten ohne Antibiotika nicht genug Ertrag! Das alles, weil wir so viel Fleisch essen wollen. So sind nun mal die Fakten, auch wenn es keiner gerne hören und schon gar nicht seine Essgewohnheiten ändern möchte!

Das Immunsystem besteht aus mehreren Bestandteilen, einem angeboren Teil und einem der sich an gegebene Umstände schnell anpassen kann, dieser fehlt Pflanzen übrigens weitgehend , daher sind dort Züchtungen schon wichtig.

Angeboren sind der Säure-Schutzmantel der Haut, der Schleim der Schleimhäute, die Salzsäure im Magen, die Schutzenzyme im Augenwasser, im Speichel und beim sich immer wieder Entleerenden und Durchspülen von Blase und Darm.

Dann besitzen wir das sogenannte Komplementsystem aus 30 verschiedenen Plasmaeiweißen, die Zellen zerlegen, Durchblutung und Entzündungsprobleme fördern können. In den Geweben arbeiten verschiedene Sorten Fresszellen, die sich auf fremde Stoffe und Eindringlinge stürzen, um sie zu verdauen. Sie entstehen häufig aus weißen Blutkörper-

chern. Gesteuert werden diese oft durch verschiedenste Botenstoffe, die unsere Zellen miteinander austauschen!

So und nun gibt es eben noch unsere lernfähige Immunantwort, verschiedene B- und T-Lymphozyten, die aus dem Knochenmark entwickelt werden, die im Blut oder in den Körperzellen aus Teilen der Eindringlinge Antikörper entwickeln, die sich mit dem Fremden in einer Art und Weise verbinden, so dass sie für unsere Abwehr noch angreifbarer werden. Anschließend bleiben sogar Gedächtniszellen übrig, so dass wir gleich für einen weiteren Angriff gerüstet sind. Diese Mechanismen nutzen wir ja gegen viele Krankheiten beim Impfen aus. Das Lymphsystem mit den Lymphknoten ist ein ganz wichtiges Verteilungssystem für das Immunsystem.

Als Neugeborene greifen wir für wenige Monate auf den Nestschutz der Mutter zu. Antikörper aus der Plazenta und der Muttermilch schützen uns. Anschließend beginnt unsere Biologie ganz viele Abwehrstoffe zu bilden, die dann nach Freund- Feinderkennung aussortiert werden, alles was uns selbst angreifen, könnte wird vernichtet. Die Thymusdrüse ist hier maßgeblich beteiligt.

Leider läuft hier schon mal was falsch, Autoimmunkrankheiten können entstehen. Allergien gehören dazu. Statt nur die Pollen zu vernichten, gehen die Abwehrkörper auf uns selbst los. So entstehen rheumatische Erkrankungen, MS, Typ 1 Diabetes und andere Beschwerden.

Die Thymusdrüse bildet sich bis zum 50. Lebensjahr zurück, die Ausreifung von T-zellen findet dann kaum noch statt, neue Keime führen dann nur noch in geringem Maße zu neuen Antikörpern, ein Grund warum wir im Alter anfälliger werden, gut wenn wir dann schon viele Gedächtniszellen angelegt haben.

Übrigens weiß man mittlerweile, dass auf Grund der großen Darmoberfläche ungefähr 80 Prozent des lymphatischen Immunsystems im Umfeld des Darmes zu finden sind, unsere Bauchbefindlichkeiten also auch Einfluss auf ein funktionierendes Immunsystem haben. Davon später dann mehr!

Ihr Apotheker Hubert Mues

Frühstück mit Überraschungen

Nun wohnte ich bereits seit 1,5 Jahren in Bad Sassendorf und doch hatte ich noch nie das Vorhaben in Angriff genommen, welches mir bereits vor einiger Zeit in den Kopf gekommen war – ein morgendliches Picknick am Möhnesee oder am Hevearm, ganz für mich alleine in der erwachenden Natur.

Es war ein Sonntagmorgen im Juli, ich wachte dank Vogelgezwitschers sehr früh auf und spontan kam mir die Idee den Plan genau an diesem Morgen in die Tat umzusetzen. Beschwingt packte ich ein Körbchen mit Obst, Brot, Käse, Radieschen, Kaffee und Milch, sowie Teller, Tasse, Besteck und Serviette. Es sollte so richtig stilvoll sein. Auch ein Sitzkissen und eine Kuscheldecke durften – wegen der morgendlichen Kühle – nicht fehlen. Gegen kurz vor sechs Uhr in der Frühe startete ich per Auto gen Möhnesee und entschied mich am Torhaus zu parken, um dort die Ruhe des Hevearmes zu genießen.

Unterwegs begegnete mir kaum ein Auto. Also tatsächlich die Stille, die ich mir gewünscht hatte. Der Möhnesee glitzerte herrlich in der aufgehenden Sonne und ich fragte mich, warum ich dieses Unternehmen nicht längst schon einmal in Angriff genommen hatte.

Am Parkplatz angekommen hielt fast zeitgleich neben mir ein sportlicher Flitzer an und ein athletisch aussehender Mann im Laufdress sprang heraus.

Während er ausgiebige Dehnübungen vornahm, packte ich zufrieden meinen Picknickkorb aus. **„Das sieht ja nach üppigem Essen aus. Wäre Bewegung am frühen Morgen nicht besser?“** hörte ich ihn reden **„So wie sie aussehen laufen sie für mich mit. Und meinen Kreislauf bringe ich anderweitig in Schwung“** konterte ich und zeigte auf meine Kaffeekanne. **Dann bemerkte ich, wie er mich beobachtete, als ich auch noch die Decke und das Sitzkissen aus dem Kofferraum hervorholte. „Und was haben Sie jetzt vor“** fragte er und stand mit einem Mal neugierig neben mir – ein sportlicher Riese neben einer kleinen Frau.

„Jetzt werde ich zum Hevearm gehen, mich auf eine Bank setzen, die wärmende Decke um mich legen, lecker frühstücken und heißen Milchkaffee trinken. Außerdem werde ich die Wasservögel und das im Wind kräuselnde Wasser beobachten, ein wenig vor mich hin träumen und die Gedanken mit dem Wasser

fließen lassen – sprich, einfach diesen wunderschönen Sonntagmorgen in aller Ruhe genießen.“

Der Mann blieb wie angewurzelt stehen, schaute auf mich herab, wirkte erstaunt und **dann lächelt er. „Sie fahren an diesen Ort, um in der Natur zu frühstücken und um zu Träumen? Ich gebe zu, das ist etwas Besonderes. Wirklich beachtlich. Hut ab! Es gibt nicht viele Menschen, die dies tun. Dann frühstücken und träumen Sie schön – genießen Sie den Tag“.** **„Besten Dank“ erwiderte ich „ich wünsche Ihnen ebenfalls einen guten Tag und einen angenehmen Lauf“.**

Dann marschierte ich los, wobei ich mich kurz darauf intuitiv und vorsichtshalber noch einmal umschaute. Der Sportler stand wie angewurzelt an seinem Auto, irgendwie so, als hätte er plötzlich gar kein Ziel mehr. Doch er schien nicht bedrohlich zu sein, so dass ich meinen Weg unbekümmert fortsetzte.

Das Wasser der Heve schimmerte in der Sonne und auf den leichten Wellen schienen viele blinzelnde Lichter zu glitzern. Obwohl!

Seniorenose am Aldegrewerwall Im Herzen von Soest!



Aldegrewerwall 31
59494 Soest
Telefon
0 29 21 / 1 57 94
oder
01 70 / 5 68 85 97

Wir möchten die Gelegenheit nutzen, um unsere neue Seniorenwohngemeinschaft

„Seniorenose am Aldegrewerwall“

vorzustellen. In unserer Seniorenose ist Platz für zwölf Bewohner, die von unserem Personal 24 Stunden betreut, unterstützt, versorgt und nach Bedarf gepflegt werden.

Unsere Seniorenose zeichnet sich durch einen gehobenen Standard und ein gemütliches, einladendes Ambiente aus.

Jede(r) Bewohner(in) hat den Luxus, ein eigenes Zimmer mit eigenem Badezimmer sowie Zugang zum Balkon oder aber einer Terrasse mit direkter Anbindung zum Garten zu mieten.

Außerhalb der eigenen Privatsphäre können nach Belieben gemütliche Stunden am Kamin, oder ein gemeinsames Mahl in unserem Gemeinschaftsraum verbracht werden.

Von hier aus haben die Bewohner einen wunderbaren Ausblick auf den schönen Garten direkt an der Soester Gräfte.

Die zentrale Lage, mit direktem Durchgang in die Gräfte der schönen mittelalterlichen Stadt Soest, lädt zu erholsamen Spaziergängen ein.



Lassen Sie sich unverbindlich beraten.

es ein sehr schöner Sonntagmorgen war, war es – wegen des Windes – etwas frisch. Doch auf einer Bank sitzend, fühlte ich mich in meiner warmen kuscheligen Decke richtig wohl. Mit großer Freude genoss ich den heißen Kaffee, das Käsebrod, die Radieschen und das frische Obst. Ein paar Gänseblümchen neben der Bank schienen mich irgendwie anzulächeln. Vorsichtig zupfte ich einen Blütenkopf ab und warf diesen auf die leicht bewegte Wasseroberfläche hinaus. Es wirkte wie ein schaukelndes kleines Boot auf den kleinen Wellenkämmen. Mit dem Auf und Ab schwammen auch meine Gedanken dahin Bei der Rückkehr zum Parkplatz fand ich hinter meinem Scheibenwischer ein zusammengefaltetes Blatt. Darin verborgen lag eine Visitenkarte von Herrn Dr. (der Name wird hier nicht verraten) und der Notiz „Bitte fahren Sie nicht fort. Ich würde Sie gerne zu einem zweiten Frühstück einladen.“

Ich war leicht irritiert, da hier offensichtlich eine Verwechslung vorlag. Wem sollte wohl der Zettel gelten? Was sollte ich tun, damit der richtige Adressat diesen Zettel finden würde? Sollte ich den Zettel an einem Ast aufspießen. Wäre das ein geeigneter Ort? Kämen dann der Zettel (bzw. der Absender) und der Empfänger zusammen? Der Parkplatz war inzwischen voller Autos und viele Menschen hatten den Weg hierher gefunden. Welche Person sollte wohl der richtige Adressat dieseszettels sein? Ich schaute mich erneut um.

In der widerspiegelnden Autoscheibe sah ich, dass der Wind meine Haare leicht zerzaust hatte, meine Wangen waren gerötet und das herrliche Frühstück in der Natur hatte mein Gesicht ganz entspannt gemacht. Irgendwie war es ein schöner Morgen – herrlich ruhig und genussvoll. Und nun der Zettel und meine Ratlosigkeit.

Dann sah ich den flotten Sportler vom frühen Morgen, der seinen Pullover lässig über seine Schultern geschlungen hatte. Er kam direkt auf mich zu – etwas verlegen und mit leicht fragender Miene. „Na gut gefrühstückt und alle Träume auf den Weg geschickt?“ Seine Worte begleiteten ein jungenhaftes, verschmitztes Lächeln. Ich konterte „Und wie war es bei Ihnen – haben Sie jetzt das perfekte Kreislauftraining hinter sich?“

Unser beiderseitiges spontanes herzhaftes Lachen löste bei einem vorbeigehenden Paar einen belustigten Blick aus. Dann fragte er mich „Würden Sie gerne hier mit mir einkehren – z.B. auf ein Gläschen Sekt oder auf et

was Antialkoholisches?“ Ich guckte ziemlich erstaunt. „Sie haben mit Ihrem Picknickkorb nicht nur meinen wohlgeordneten Magen ein wenig durcheinander gebracht, sondern mich ebenso“ sagte er und schaute mich dabei an. „Ich habe äh...ich,“ stotterte ich und versuchte irgendetwas zu dieser erstaunlichen Situation zu sagen. Überraschender Weise nahm er meinen Arm und entführte mich in das wunderschöne Torhaus. Ich war zu perplex, um vernünftig zu reagieren – stattdessen ließ ich es einfach geschehen – und irgendwie war es sogar ein tolles Gefühl. Mein Hunger war zwar längst verschwunden, doch ein Cappuccino passte noch sehr gut und später tatsächlich auch noch ein zweiter. „Hat die Frau an meiner Seite eigentlich auch einen Namen“ fragte er. „Oh Entschuldigung, ich habe ganz vergessen mich vorzustellen. Ich heiße Angelika.“ „Wow, das heißt – aus dem Griechisch-Lateinischen kommend – die Engelhafte bzw. die von Gott Gesandte. Ein wirklich schöner Name“ stellte er fest. Ich schmunzelte und bemerkte, dass vor dem Wort „Engel“ auch manchmal ein „B“ gesetzt werden kann.

Beim Anstoßen mit Cappuccino (Sekt wollte ich lieber nicht) sagte er strahlend „Auf diesen wundervollen Morgen“. „Verrückt“ dachte ich „es scheint wie ein unwirklicher Traum. Ich gehe doch sonst nicht mit wildfremden Männern aus Und überhaupt, ich wollte doch heute einfach nur meine Ruhe und die Natur genießen“. Doch es war kein Traum, es war ein wunderschöner heller sonniger Morgen. Das Stimmengewirr der übrigen Gäste klang herüber, mein Gegenüber war Wirklichkeit und die Tasse Cappuccino in meiner Hand ebenfalls. Wir unterhielten uns angeregt und entspannt, vergaßen ein wenig die Zeit und es war fast, als würden wir uns längst kennen. Dabei lachten wir immer wieder herzlich und die Themenvielfalt schien kein Ende zunehmen. „Wissen Sie, dass ich lange nicht mehr soviel gelacht habe“ bemerkte mein Gegenüber.

Später begleitet er mich noch zum Auto. Beim Losfahren schaute ich in den Rückspiegel. Ich war irgendwie beschwingt und hatte leicht glänzende Augen – auch ohne Sekt!

Das Leben kann manchmal wundervoll sein und es steckt immer wieder voller Überraschungen. An diesem Morgen hatte ich definitiv nicht nur geträumt sondern intensiv gelebt!

Angelika Hummelsheim

„Krieg und Trauma“ - Künstler im Ersten Weltkrieg

Was macht der Krieg mit der Kunst? - und die Kunst mit dem Krieg? Dieser Frage, die die kunsthistorische Forschung bisher eher ausgeblendet hat, ging eine Ausstellung der Bundeskunsthalle in Bonn vor einigen Wochen nach. 300 Werke - Malerei, Plastiken und dokumentarische Photos - untersuchten die Bedeutung der Kriegserfahrungen für die Kunstproduktion.

Die Ausstellung spannte den Bogen von der bunten Vielfalt vor dem Krieg über den Militarismus um 1914, die tragischen Fronterlebnisse und den Zusammenbruch aller Ideologie bis zu den künstlerischen Neuanfängen in den letzten Kriegsjahren und dem Aufbruch des Dadaismus. Unter den Dadaisten in Zürich waren einige Kriegsflüchtlinge, die die klassische Malerei und mit ihnen die bürgerlichen Werte gänzlich abschaffen wollten.

Dabei hatte das Jahrhundert für die Kunst doch so bahnbrechend begonnen. Grenzüberschreitend wurde kubistisch gearbeitet. Der Erste Weltkrieg fiel genau in die Blütezeit der Avantgarden und zerstörte die Existenz vieler Künstler. Die Künstler hatten vor dem Krieg Kontakte nach Paris und hatten sich persönliche Netzwerke aufgebaut. Ihr gemeinsamer Feind vor 1914 war eine als „verknöchert“ empfundene Gesellschaft. Man wagte erste Schritte in die Abstraktion und der „Blaue Reiter“ schwelgte im Rausch der Farben.

Schon vor dem Beginn hatten viele europäische Künstler eine Ahnung der bevorstehenden Auseinandersetzung. So veranschaulicht

Ludwig Meidners Gemälde „Apokalyptische Landschaft“ von 1912/13 mit der Darstellung von Zerstörung und Verwüstung eindringlich das Entsetzen über einen möglichen Weltuntergang. Er hatte als einer der wenigen Künstler die zusammenbrechende Welt und den entwurzelten, invaliden Menschen voraus geahnt.



Ludwig Meidner:
Apokalyptische Landschaft (1912-13)

Dass viele Künstler dann freiwillig in einer für uns heute nicht mehr nachvollziehbaren Aufbruchstimmung und begeistert in den Krieg zogen, konnte die Ausstellung in Bonn nicht abschließend erklären. So wurden aus künstlerischen Weggefährten plötzlich politische Feinde. Einige Künstler wählten aber auch den Weg ins Exil wie

Lehmbruck, der nach Paris ging, dann aber des Landes verwiesen wurde, nach Berlin zurückkehrte und in seinem Berliner Atelier 1919 Selbstmord begann, weil er die Kriegserfahrungen nicht bewältigen konnte.

Dass die Künstler in Schützengräben mit wenig Vorwärtskommen, mit Gifteinsätzen und hohen Verlusten enden würden, hatten viele nicht kommen sehen.

Max Liebermann äußerte noch im August 1914, dass ein Krieg nun nötig sei, „um den im Frieden allzu üppig wuchernden Materialismus einzudämmen“. In der deutschen Zeitschrift „Kriegszeit“ veröffentlichte er eine Zeichnung für den Krieg mit der Bildunterschrift: „Marsch, marsch, hurrah!“

Wie viele Künstler seiner Zeit träumte er von

großen Ideen. Franz Marc schwärmte am Anfang noch von der „**reinigenden Kraft**“ des Kriegs. Im Oktober 1914 antwortete ihm Kandinsky **hellsichtig**: „**Der Preis** dieser Säuberung ist entsetzlich“. Er hatte seinem Freund Marc schon 1912 prophezeit, dass es Berge von Leichen geben wird, sollte es zum Krieg kommen. Franz Marc starb 1916 im Feld wie Wilhelm Morgner 1917.

Bald aber verstummten die Jubelschreie. Otto Dix zeigte sich 1915 noch scheinbar heroisch als „**Kriegsgott Mars**“, an dessen Helm alle Schüsse abprallen. Im selben Jahr malt er sich als „**Schießscheibe**“. Man sieht in dem Bild eine Person, die mit starrem Blick ihre Angst verbirgt.

Max Beckmann meldete sich freiwillig, wollte aber nicht auf die Franzosen schießen. Schließlich waren sie seine künstlerischen Vorbilder. Auch nicht auf die Russen, da er sich sehr Dostojewski verbunden fühlte. Er wurde Sanitäter und erlitt 1915 einen schweren Nervenzusammenbruch. Max Beckmann's **Bildsprache verändert sich ebenfalls**. Nichts mehr war für ihn heil. Ein fatalistisches Lebensgefühl griff um sich.

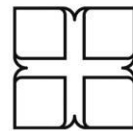
Ernst Ludwig Kirchner malt sich in seinem Selbstporträt von 1915 als Soldat in blau glänzender Uniform. Das Gesicht ist fahl und die Augen sind zwei dunkle Löcher. Der **Figur fehlt die rechte Hand**. Er notierte: „Ich bin innerlich zerrissen und geimpft nach allen Seiten, aber ich kämpfe, auch das in Kunst auszudrücken.“ In Max Slevogts „**Finale**“ (1917) ist die Welt ein Friedhof, an dem ein Kriegsversehrter vorbeihumpelt. Ernst Klee zeigt nicht mehr bunt verschachtelte Stadtlandschaften, sondern nur noch schwarzweiße Zeichnungen. Wassily Kandinsky äußerte, dass er zunehmend Mühe hatte, seine Abstraktion aufrechtzuerhalten, ohne bei jedem roten Farbtupfer an Flächenbrände zu denken. **George Grosz forderte „Brutalität! Klarheit, die wehtut!“**.

Viele der Künstler wie Ernst Ludwig Kirchner brachen unter der Last traumatischer Erfahrungen zusammen und sind seelisch gebrochen nach Hause zurückgekehrt. Kirchner erholte sich nicht mehr von den traumatischen Folgen. Er klagte zusätzlich über Lähmungserscheinungen an Armen und Beinen, entweder Folgen der Einatmung von **Nervengiften oder einer „somatogenen Dissoziation“** als Traumafolgestörung. Einige der zurückgekehrten Soldaten mussten sich als „**Kriegszitterer**“ und „**Rentenneurotiker**“ beschimpfen lassen. Heute würde man von ei-

ner „**Posttraumatischen Belastungsstörung**“ sprechen.

Nach dem Krieg hatte sich die Sicht der Künstler auf den Krieg verändert. Danach konnte nichts mehr so sein wie zuvor. Sie versuchten, das erlebte Grauen, Tod und Leid in Bilder zu fassen. So hat Max Beckmann das erlittene Martyrium in mehreren Schritten festgehalten. Fast alle seine Arbeiten sind schwarz - weiß. In Kirchners „**Tischgesellschaft im Sanatorium**“ und „**Aufbruch**“ von George Grosz scheint hinter den krakeligen Strichen die Verstörung auf. Paul Klee zog sich in rätselhafte Fantasieformationen zurück.

Kokoschkas räumliches und akustisches Orientierungsvermögen versagt, als er unter einer einstürzenden Mauer begraben wird. **Als Käthe Kollwitz's Sohn Peter stirbt**, versucht sie ihren Schmerz nicht zu verdrängen und beginnt ihn in ihrer Holzschnittreihe „**Krieg**“ zu verarbeiten.



Lina-
Oberbäumer-
Haus



Alten- und Pflegeheim

**Geborgenheit geben,
Sicherheit schenken,
Türen zur Geselligkeit öffnen...**

Alten- und Pflegeheim
„Lina-Oberbäumer-Haus“
Feldmühlenweg 17 - 59494 Soest
Tel.: 02921 371-250
info@lina-oberbaeumer-haus.de



Baujahr: 1984, Anbau: 2010

Modernisiert: 2011

Auszeichnungen: 2010 -
Feststellung der Verbraucherfreundlichkeit

Plätze - nur für Frauen:

- 72 Einzelzimmer
- 4 Doppelzimmer

Wohnformen:

- Leben in Hausgemeinschaften
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege

Pflegefachliche Schwerpunkte:

- Versorgung der Schwerkranken und Sterbenden auf der Basis der Palliative Care
- Betreuung von Frauen mit Erkrankungen aus dem dementiellen Formenkreis (Demenz, Alzheimer, etc.)



www.lina-oberbaeumer-haus.de



Auf dem siebten „Das Volk“ betitelte Blatt zeigt sie eine Mutter, die das Kind in ihrem Bauch vor den geifernden Kriegshetzern verbirgt.

George Grosz zeichnete von Leichen übersäte Schlachtfelder

Andere Künstler reagierten in ihrem Exil in Zürich schon ab 1915 mit radikalem Dada-Nonsens und protestierten auf diese Weise gegen den Krieg. Etliche große Künstler sind nun tot, die Überlebenden mussten sich selbst und die Moderne neu **erfinden**. Die Ausstellung zeigte, wie tief sich der Schrecken durch diese Kriegserlebnisse in den Bildern dieser Künstler zum Ausdruck kommt. Schon vorher gab es einen Hang zum Fragment, zu aufgelösten Formen und Körpern. Jetzt aber beschreibt ihre Bildsprache eine bittere und brutale Wirklichkeit.

Wilfried Huck

Exzellente Probanden

Eines Tages während meines Krankenhausaufenthaltes kamen eine seriöse Dame und ein Herr in unser Krankenzimmer und fragten meine Bettnachbarin und mich, ob wir **gewillt wären, als „Musterpatienten“ während der Prüfung der jungen Schwesternanwärterinnen zur Krankenschwester zu fungieren**. Wir beide sagten zu.

Bereits abends bereiteten sich die beiden Anwärterinnen intensiv auf die Prüfung vor. Sie suchten unsere saubere Unterwäsche zusammen und legten sie bereit für den Morgen.

Am nächsten Tag waren die beiden jungen Damen schon früh in unserem Krankenzimmer.

Nun begann die Morgentoilette für uns Probanden, so wie immer. Die Prüfer standen im Eingangsbereich und beobachteten alles mit Argusaugen. Dann saß ich sauber und mit neuer Wäsche angekleidet am Bettrand.

Die Prüfung war gelungen! Später entdeckte ich meine frisch gebackenen Schwestern auf einer Gruppenaufnahme der bestandenen Prüflinge im Soester Anzeiger. Ich freute mich mit ihnen. Eine von ihnen dankte mir mit einem Blumensträußchen.

Es dauerte aber nicht lange, da erschienen wieder zwei Schwesternanwärterinnen und baten erneut, ob wir noch einmal die Probanden für ihre Prüfung sein würden. Es hatte sich inzwischen herumgesprochen, dass da zwei Vorzeigepatienten wären. Wir sagten **natürlich auch bei diesen netten Damen „ja“**. Wir konnten sie ja nun nach dem Erfolg der ersten beiden Schwesternschülerinnen nicht abweisen.

So waren wir im Klinikum der Stadt Soest nicht nur kranke Patienten, sondern auch noch Statisten oder Mitspieler bei zwei Prüfungen.

Barbara Gaubitz

Latschen & Tratschen

in Bad Sassendorf

Im Mai 2013 fiel mir ein Zeitungsartikel auf, in welchem von der Caritas Bad Sassendorf sogenannte „Spazierpaten“ gesucht wurden, um in Bad Sassendorf etwas Neues ins Leben zu rufen. Es sollte der Versuch gestartet werden, ältere - evtl. allein stehende - Personen zu unterstützen, ein wenig an die frische Luft zu gehen, sich auszutauschen und Kontakte zu knüpfen.

Zum ersten Gründungsgespräch im Mehrgenerationenhaus kamen außer mir noch weitere potentielle Spazierpatinnen, von denen letztendlich vier Frauen tatsächlich mit Freude ihr Ehrenamt antraten.

Anfang Juni 2013 war es dann soweit – **„Latschen und Tratschen“ fand das erste Mal** statt. Neben den Spazierpatinnen hatten sich zehn ältere Damen eingefunden, welche testen wollten, **was es mit „Latschen und Tratschen“ auf sich hat.**

Entsprechend ihrer jeweiligen Mobilität starteten wir ab dem Bad Sassendorfer Mehrgenerationenhaus in drei Gruppen, jeweils begleitet von den Spazierpaten. Vorne gingen die Schnelleren, dann folgten die Mittelschnellen, dahinter kamen die etwas Langsameren. Egal ob mit oder ohne Rollator bzw. Elektrowägelchen, führte uns der Gang durch den Kurpark. Auf direktem oder etwas längerem Weg steuerten alle ein Cafe an **(„Latschen“)** und dort konnten die Gespräche in **großer Runde („Tratschen“)** so richtig losgehen.

Schon nach dem ersten Treffen gab es entspannte Mienen auf allen Seiten. Erste Kontakte wurden geknüpft und z.T. wurde schon angekündigt, dass die Eine oder Andere gerne beim nächsten Mal wieder dabei wäre.

Seitdem fanden regelmäßig an jedem Dienstag zwischen 15-17 Uhr die **„La-Tra-Treffen“** statt. Zum Glück war das Wetter an den Dienstagen fast immer trocken, so dass einer kleinen Spazierrunde nichts im Wege stand. Bei Regen bestände aber auch die Möglichkeit direkt am Treffort, dem Mehrgenerationenhaus, zu bleiben und es sich dort gemütlich zu machen.

Sehr schnell hatte sich eine Stammgruppe gebildet, die ziemlich regelmäßig anwesend

war. Der sogenannte **„harte Kern“** besteht inzwischen aus ca. 15 Damen und zwei Herren.

Weitere Herren halten sich bisher noch zurück. Es stellt sich die Frage, ob sie sich keine Zeit hierfür nehmen wollen, weil sie anderes zu tun haben oder ob sie hinsichtlich des **„Latschens und Tratschens“** denken, es sei eher etwas für Frauen?

An dieser Stelle sei angemerkt, dass der **Dienstagnachmittag** auch **„Bewegen und miteinander sprechen“** heißen könnte. Der Begriff **„Latschen und Tratschen“** ist defacto im positiven Sinne gemeint und von anderen Städten - z.B. von Lippstadt - übernommen, wo dieses Konzept schon seit Jahren gut angenommen wird. Vielleicht regt dieser Hinweis den einen oder anderen Herrn an, doch einmal vorbei zu schauen? Es wäre sicherlich einen Versuch wert.

Obwohl „Latschen und Tratschen“ in Bad Sassendorf noch kein Jahr existiert, hat es sich bereits als Institution erwiesen. Der Dienstagnachmittag wird von vielen Teilnehmern schon herbeigesehnt. Neben ausgiebigen Gesprächen und den Schritten durch den Kurpark gibt es auch jedes Mal kleinere Einlagen in Form von Gedichten oder vorgelesenen Geschichten. Diese werden längst nicht mehr nur von den Spazierpaten eingebracht. Gerne beteiligen sich auch manche Teilnehmer. Inzwischen werden auch persönliche Verabredungen für sonstige gemeinsame Unternehmungen getroffen, sei es zu Konzertbesuchen, zu Besuchen von (z.B. Weihnachts-)Märkten oder zu privaten Kaffeeeinladungen. Es ist ein gewisses Miteinander entstanden, es gibt Nachfragen nach nicht Anwesenden oder auch Postkarten für kranke Personen. Obwohl nicht erforderlich, so meldet sich die ein oder andere Person sogar ab, wenn ein Erscheinen am Dienstag nicht möglich ist.

Besonders schön war das gemeinsame Vorweihnachtsfest mit weihnachtlicher Dekoration, vielen Gesprächen, vorgelesenen Geschichten und mit altvertrauten Weihnachtsliedern. Besonders unter die Haut ging dabei das - von unserem nigerianischen männlichen Teilnehmer - **vorgetragene Lied „Alle**

Jahre wieder“, welches er mit wunderschön sonorer Stimme in seiner Heimatsprache vortrug. Diese wunderschöne Melodie in fremdländischer Sprache – das hatte etwas Ergreifendes – danach war es vorübergehend ganz ruhig.

„Latschen und Tratschen“ wächst schon längst über sich hinaus. Das ist weitaus mehr als von den Organisatoren erwartet wurde – eine schöne Entwicklung, welche hoffentlich noch lange anhalten wird. Gerne kann dieser Nachmittag mit weiteren

neuen Teilnehmern bereichert werden. Vielleicht gesellt sich zusätzlich noch ein weiterer Spazierpate hinzu - egal ob männlich oder weiblich.

Es bleibt auf jeden Fall festhalten, dass es viel Freude bereitet ein sogenannter „Spazierpate“ zu sein und es schön ist, wie positiv sich die neuen „La-Tra-Kontakte“ entwickeln.

Angelika Hummelsheim

Rätsel

Buchstabenschlange

Eine Schlange windet sich durch das Buchstabengewirr.
Wenn Sie den Weg der Schlange richtig herausfinden, ergibt sich der Lösungsspruch.
Er besteht aus 52 Buchstaben.

Der Beginn ist links oben, das Ende an der rechten Seite.

E	B	L	U	D	R	O	S	S	T	H	M	E	R	V	A	K	E	M	U	R	D	G	E	B
B	A	K	S	V	I	W	Y	T	H	C	N	X	K	I	Z	L	L	P	E	O	V	T	R	L
O	N	I	T	U	N	D	S	A	I	B	S	G	M	R	T	A	L	U	H	K	A	I	I	N
R	F	N	I	M	D	B	T	S	D	O	U	N	A	C	H	N	G	R	E	U	N	E	N	G
A	D	C	U	R	L	I	E	B	R	M	D	I	M	H	I	V	E	T	R	N	Z	B	O	N
N	F	H	T	O	A	R	B	E	D	E	H	R	B	S	N	I	F	X	O	D	A	R	M	E
N	I	S	C	H	B	K	U	Z	P	N	A	R	Z	Y	P	D	A	L	T	E	N	K	S	N
E	J	A	S	T	R	E	N	U	E	I	N	U	W	H	R	O	L	D	B	F	S	O	D	Z

**Viel Spaß beim Raten wünscht Ihnen
Wolfgang Hoffmann**

Senden Sie Ihre Rätsellösung bitte bis zum **25. Juli 2014** an das
Seniorenbüro, Am Vreithof 8, 59494 Soest

Aus den richtigen Einsendungen werden drei Gewinner durch Los ermittelt,
und in der nächsten Ausgabe des „Füllhorn“ bekannt gemacht.

Rätselauflösung Heft 1/2014

Die Lösung des Rätsels heißt
Tauwetter – Reiselust

Als ich dieses Rätsel verfasst habe, rechneten wir alle mit einem „richtigen“ Winter. Mit Schnee und Kälte, unwillig anspringenden Automotoren und Stoßseufzern wie „Wenn es doch endlich wieder Frühling würde!“ Aber in dieser Saison standen die Skilifte still und die Kinder mussten ihre Rodelschlitten zu Hause lassen. Jetzt fehlt gerade, dass der Sommer kalt und regnerisch wird!

Wolfgang Hoffmann

Aus den eingegangenen Lösungen wurden folgende Gewinner ausgelost:

Theo Nierkens, Soest - Hildegard Heinze, Soest - Helga Kubon, Soest

Die Gewinner erhalten je ein Buch "Schönes Soest".

Gelber Neid



mein Höhenflug fällt wieder flach,
wie öfter schon: mit Ach und Krach.
Bleib jämmerlich am Boden liegen.

Die Lerche zwirnt ihr Sommerlied
hoch hinauf an langem Faden,
ruft leicht-sinnig: komm mit! komm mit!
Bin mit Schwerkraft schwer beladen,



Heiß nicht Lerche. Kann nicht fliegen.
Die „Nachsicht“ hab ich. Gelb vor Neid.
Wer macht mir schnell ein Federkleid?



© Hannelore Johänning

Jesus ist tot, Marx ist tot - und ich fühle mich heute auch nicht ganz wohl!

[Eugène Ionesco \(1912-94\), rumän.-frz. Schriftsteller](#)

„Bei mir fängt es auch schon an!“

Sonntags beim Kaffeetrinken reden wir über kleine Wehwechen, die bei dem regnerischem Wetter zu spüren sind.

Ich beklage mich über Arthrose in meinen Händen. Ob es Gicht, Arthritis oder Arthrose ist, weiß ich nicht. Ich kenne den Unterschied nicht. Dass die 10 Kilo Übergewicht, Krankheiten und nicht genügend Sport Auslöser sein können, leuchtet mir ein.

Mein Mann zeigt seine Hände. An mehreren Fingergelenken sind kleine Knoten. Vor allem morgens nach dem Aufwachen sind die Finger steif und schmerzen.

Beugung und Streckung sind eingeschränkt. Schon Mitte Dreißig wurden bei ihm Verschleißerscheinungen festgestellt. Seine Mutter hatte die gleichen Probleme.

Die Gelenke waren äußerlich verändert und verformt. Scheint eine familiäre Veranlagung zu sein.

Meine Mutter hört uns aufmerksam zu. Dann streckt sie ihre Hände, zeigt kleine Verdickungen am kleinem Finger und sagt enttäuscht: „Bei mir fängt es auch schon an!“

Meine Mutter ist 97.

Ludmilla Dümichen

Stark für andere

Diakoniestation

Wir helfen Ihnen pflegen

- ➔ Ambulante Pflege für Jung und Alt
- ➔ Pflegeberatung
- ➔ Essen auf Rädern
- ➔ Palliativpflege
- ➔ Haushaltshilfe



Diakoniestation Soest

Senator-Schwartz-Ring 8

59494 Soest

Tel.: 0 29 21 - 36 20 400

diakoniestation@diakonie-
ruhr-hellweg.de

www.diakoniestation.org



Programme richtig vom Computer entfernen

Bei ihrer Installation speichern sich Programme gerne in viele verschiedene Ordner. Sie speichern in dem einen eine Verknüpfung und in anderen viele Informationen, die für den Ablauf dieser Programme wichtig

sind. So geht die Übersicht schnell verloren und wenn Sie ein Programm löschen wollen, weil Sie es nicht mehr benötigen, bleiben dem Programm zugeordnete Ordner und Dateien in ihnen auf der Festplatte. Dort belegen sie nicht nur wertvollen Speicherplatz, die Suche nach einzelnen Dateien wird so unnötig erschwert.

Heute zeige ich Ihnen, wie Sie unter Windows7 nicht mehr benötigte Softwareprogramme deinstallieren können.

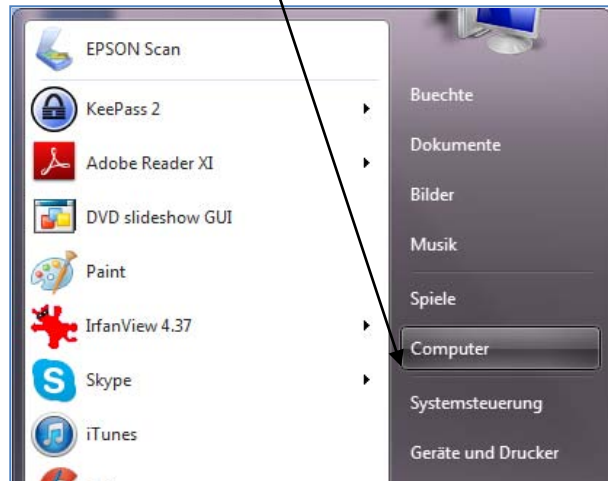
Im Laufe der Zeit kommen einige Programme auf dem PC zusammen, die Sie vielleicht gar nicht benötigen und die deshalb gelöscht werden könnten.

Zum einen lassen sich diese Programme mit Bordmitteln von WINDOWS 7 löschen, es gibt aber auch – kostenlose – Software, mit

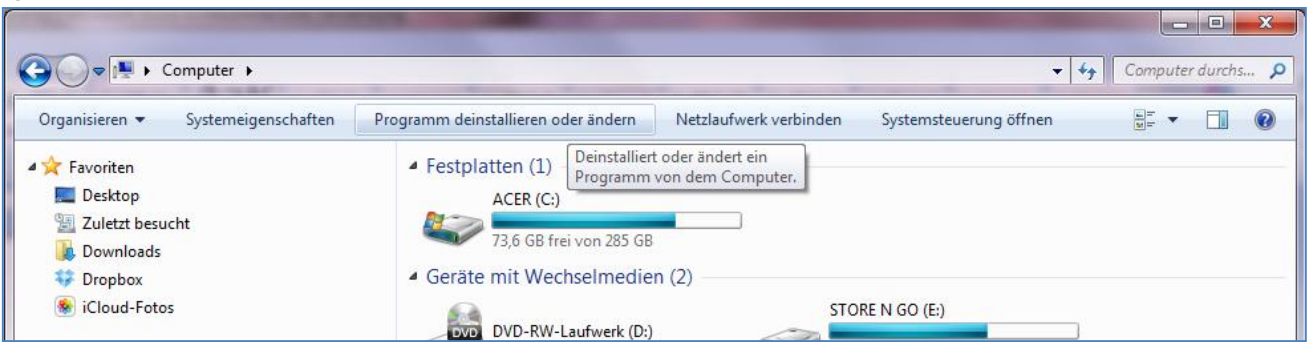
der Sie sogar mehrere Programme auf einmal löschen können.

Zunächst jedoch das Löschen von Softwareprogrammen mittels WINDOWS7:

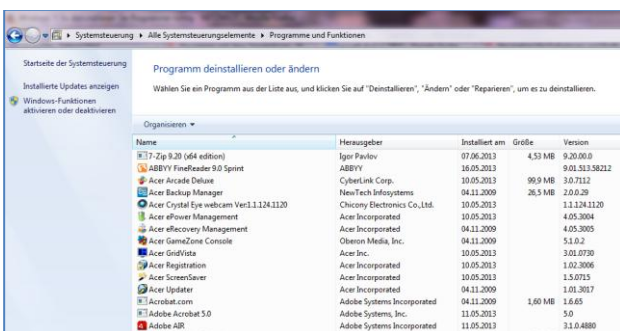
Öffnen Sie das Startmenü und klicken Sie auf den Eintrag „COMPUTER“



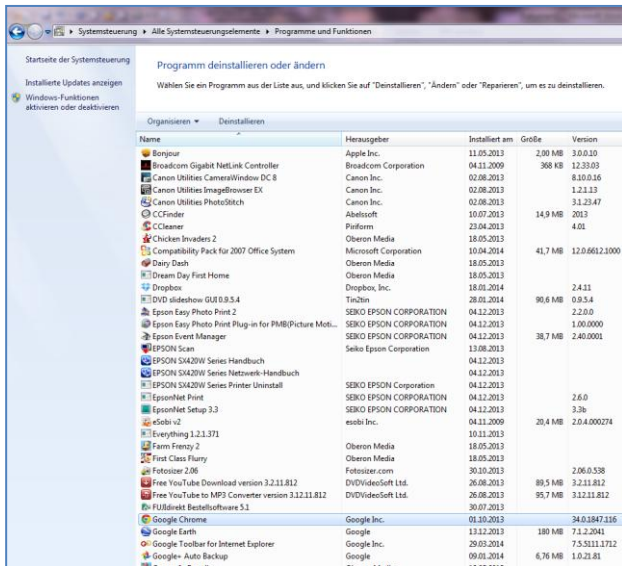
Es öffnet sich ein Fenster des WINDOWS-Explorers. Hier klicken Sie bitte oben in der Menüleiste „Programme deinstallieren oder ändern“ an.



Sie sehen folgendes neues Fenster, in dem Sie dann das entsprechende Programm, das Sie vom Rechner entfernen möchten, auswählen können.



Übrigens: um die Liste der installierten Programme dem ABC nach zu ordnen, klicken Sie die Überschrift „Name“ an. Suchen Sie nun nach dem Programm, das Sie deinstallieren möchten und klicken Sie das Programm an. Sollten Sie es auf Anhieb nicht finden, können Sie den Namen oben rechts am Rand eingeben und danach suchen. Haben Sie das Programm ausgewählt und angeklickt, erscheint oben neben der Schaltfläche „Organisieren“ ein neues Feld mit der Bezeichnung „Deinstallieren“. Je nach gewähltem (markiertem) Programm öffnet sich ein neues Fenster



Mit dem Klick auf „**Deinstallieren**“ beginnt der Prozess. Sind es keine umfangreichen Programme, die Sie löschen möchten, reicht der Klick aus, um das Programm vom PC zu löschen. Handelt es sich jedoch um eine Software im größeren Umfang, müssen viele zusätzliche Daten gelöscht werden. So können mehrere, von Ihnen zu bestätigende Zwischenschritte erfolgen. Ich rate Ihnen, den Anweisungen Folge zu leisten und die Fragen, ob Sie tatsächlich deinstallieren wollen, mit „**Ja**“ zu beantworten.

Alternative Hilfsprogramme zur Deinstallation von Software

Zum Entfernen von Programmen unter Windows gibt es verschiedene Tools, mit denen Sie unerwünschte Software ebenfalls von der Festplatte löschen. **Hilfreich ist die Gratissoftware vor allem dann, wenn sich die Software über die Systemsteuerung nicht löschen lässt.** Hier zwei Beispiele:

IObit Uninstaller Portable

Dieses Hilfsprogramm wird selbst nicht auf Ihrem PC installiert. Es kommt ganz ohne Installation aus und entfernt Programme und deren Rückstände von der Festplatte. Nach einem Doppelklick auf die Programmdatei zeigt der "IObit Uninstaller Portable" dazu alle installierten Programme, Toolbars und Windows-Updates in einer Liste an. Die Deinstallation erfolgt in zwei Schritten: Nach dem regulären Deinstallationsprozess

haben Sie die Möglichkeit, den Rechner nach Datenrückständen und Registry-Einträgen zu durchsuchen und diese ebenfalls aus dem System zu löschen. Übrigens: Toolbars und unerwünschte Zusatzsoftware werden von IObit Uninstaller direkt nach der Software-Installation erkannt und in Echtzeit angezeigt. Diese **Freeware (siehe unten)** finden Sie im Internet:

"IObit Uninstaller Portable" arbeitet in drei einfachen Schritten: Zunächst wird ein Restore-Point (Wiederherstellungspunkt) für Windows erstellt. Dann wird die Deinstallationsroutine des zu löschenden Programms benutzt, um es zu entfernen. Ist es entfernt, scannt "IObit Uninstall Portable" die Registry und löscht dort auch noch eventuell zurückgebliebene Einträge.

Fazit: Der Uninstaller benötigt keine Installation, arbeitet zuverlässig und wird auch ungewollte Toolbars schnell wieder los. Hinweis: Um die Software auf Deutsch nutzen zu können, klicken Sie im Menüpunkt "More" unter "Language" auf die lokalisierte Sprachdatei.

Sie finden dieses Hilfsprogramm im Internet: http://www.chip.de/downloads/IObit-Uninstaller-Portable_47091220.html

Revo Uninstaller Portable

Auch diese Software entfernt installierte Programme, ohne selbst installiert werden zu müssen.

"Revo Uninstaller Portable" listet alle installierten Programme übersichtlich auf. Ungevollte Programme werden per Mausklick gelöscht. Überflüssige temporäre Dateien und Ordner entfernt das Programm zusätzlich.

In der neuen Version 1.9 bietet diese Gratis-Version vom "Revo Uninstaller Portable" nur noch einen eingeschränkten Funktionsumfang. Um alle bisher gewohnten Features nutzen zu können, benötigen Sie die kostenpflichtige Pro-Version von der Homepage des Herstellers.

Sie finden die kostenlose, eingeschränkte Version dieser Software im Internet:

http://www.chip.de/downloads/Revo-Uninstaller-Portable_47091147.html

Bei allem, liebe Leser/Innen, vergessen Sie bitte nicht, vorher eine Datensicherung durchzuführen!!

Ich wünsche Ihnen gutes Gelingen!
Hety Büchte

Sommer Menue - leicht & lecker !

Minestrone

Zutaten:

3 große Zwiebeln,
2 Stangen Staudensellerie,
2 große Kartoffeln,
1 kleiner Fenchel,
100 g Zucchini,
60 g Butter,
50 ml Olivenöl,
60 g durchwachsener, gewürfelter Speck,
1,5 l Hühner- oder Gemüsebrühe
100 g gewürfelte Tomaten
1 Bund Basilikum,
100 g Spaghetti (in kleine Stücke gebrochen)
geriebener Parmesan

Gemüse putzen und in Würfel schneiden. Speck in Olivenöl und Butter rösten, das Gemüse dazugeben und weitere 2 Min. andünsten. Mit Brühe auffüllen und alles zusammen 30 Minuten leise köcheln lassen. In den letzten 10 Minuten Spaghetti, Tomaten und Basilikum dazu geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Parmesankäse servieren.

Rosmarintoast

Ein wenig Olivenöl in einer Pfanne heiß werden lassen, 3 Rosmarinzweige dazugeben. Die Toastscheiben im heißen Fett von beiden Seiten rösten. Zur Suppe reichen.
Statt Rosmarin kann auch Knoblauch verwendet werden.

Grießflammeri

Zutaten:

250ml Milch,
60 g Zucker,
abgeriebene Schale einer Zitrone,
40 g Weichweizengrieß,
3 Blatt Gelatine,
2 Eier,
Salz
200 ml Sahne

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Milch mit Zucker, Zitronenschale und Salz aufkochen. Grieß einstreuen, unter Rühren aufkochen und auf ausgeschalteter Herdplatte zugedeckt ca.5 Minuten quellen lassen. In der Zwischenzeit Eier trennen, Eiweiß und Sahne getrennt steif schlagen. Eigelb unter die nicht mehr ganz heiße Grießmasse rühren. Gelatine ausdrücken und kräftig unterrühren. Sahne und Eiweiß nacheinander unter die lauwarme Grießmasse heben. In einer Schüssel erkalten lassen. Mit einem Esslöffel Nocken abstechen und mit Kompott servieren.

Pflaumenkompott

Zutaten

400 g Pflaumen (frisch oder aus dem Glas)
50 g Zucker,
150 ml Rotwein,
1 Zimtstange,
1 Bourbonvanille,
1 EL Speisestärke
Zubereitung:

Für das Kompott den Zucker karamellisieren lassen, mit Rotwein ablöschen und so lange kochen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Vanille und Zimtstange dazugeben und mit etwas Wasser angerührter Speisestärke binden. Die Pflaumen dazugeben und kochen. Zimtstange entfernen.

Viel Spaß beim Zubereiten und guten Appetit!

Gerhild Oehmichen

Humor



Ein Bankkunde beschwert sich bei dem Mann hinter dem Schalter: „Jetzt bin ich schon zum dritten Mal hier, und mein Konto ist immer noch leer. Wann kommt ihre Bank denn endlich wieder zu Geld?“

Arzt: „Sie haben nur noch fünf Monate zu leben.“
Patient (Musiker): „Wovon denn?“

„Na, Elvira, wie war eure Hochzeitsreise?“, will die Freundin wissen. „Ich bin 10 Tage nicht aus dem Bett gekommen.“ „Donnerwetter!“ „Nix Donnerwetter. Ich hatte Fieber.“

Zwei Computerfans unter sich. „Ich habe meine Ernährung umgestellt. Chipstüte jetzt links von der Tastatur statt rechts.“

Herr Pümpel erzählt am Stammtisch seinen Freunden stolz: „In drei Wochen haben wir ein Klassentreffen zur 25-jährigen Abiturfeier. An solch einem Ereignis kann man feststellen, wie alt man geworden ist.“ Darauf einer seiner Freunde: „Das hätte ich dir auch ohne Abitur sagen können.“

„Paul,“ fragt die Mutter, „hast heute schon deinen Hustensaft genommen?“ „Ja Mama, eine ganze Gabel voll!“

„Mama, ich wünsche mir zum Geburtstag ein Pony.“ „Gut, dann gehen wir morgen gleich zum Friseur.“

Der Cowboy steht im Saloon und nimmt einen Drink, Dann zündet er sich eine Zigarre an, dreht sich um und beobachtet das Treiben im Gastraum. Dabei bläst er genüsslich ein paar Ringe in die Luft. Plötzlich baut sich ein Indianer vor ihm auf und sagt wütend: „Noch so'n Spruch und ich hau dir eine rein!“

Mutter geht mit ihrer vierjährigen Tochter ins Museum. Während die Mutter sich die alten Meister ansieht läuft die Kleine in die Abteilung für moderne Kunst. Plötzlich kommt sie ganz aufgeregt zu ihrer Mutter und sagt: „Mama, Mamma, das musst du dir ansehen, da drüben hängt ein Bild, das ich gemalt habe.“

Ausgewählt von Günter Marske

Impressum

Herausgeber: Stadt Soest – Der Bürgermeister

Redaktionsteam: Hety Büchte, Ludmilla Dümichen, Barbara Gaubitz, Hans-Werner Gierhake, Johanna Hoffmann, Wolfgang Hoffmann, Hannelore Johanning, Anja Lehnert, Günter Marske, Christa Sanavia, Gisela Scharnowski

Redaktionsleitung: Andreas Müller, Seniorenreferent der Stadt Soest

Anschrift: „Füllhorn“, Seniorenbüro/Rathaus, Am Vreithof 8, 59494 Soest
Telefon: 02921/103-2202, email: seniorenbuero@soest.de

Sie finden uns auch im Internet: www.soest.de Rubrik Leben & Wohnen / Familie / Senioren

(Rückseite) Miniatur aus dem Nequambuch - entstanden 1315

Sogenanntes Nichtsnutzbuch der Stadt Soest mit den Namen der in Soest straffällig gewordenen Personen. Das Bild zeigt rechts den Falschspieler, der seinen Partner schon um einen Teil seiner Kleidung betrogen hat. Links steht ein Paar, die Frau schlägt entsetzt die Hände zusammen. Auf der Rückseite des Bildes wird im Nequambuch im Text auf das Spiel mit den falschen Würfeln hingewiesen und die Todesstrafe dafür angedroht.

