

Magazin für Soester Bürgerinnen und Bürger

Zum Mitnehmen!

Füllhorn

I/2013

Stadt Soest - Seniorenbüro



Kultur
Geschichte
Gesundheit
Informatives
Erinnerungen
Land und Leute
Unterhaltsames
Geistliches Wort



Ostern

Woran denken wir, wenn wir das Wort „Ostern“ hören?

Da hat jeder seine eigenen Erinnerungen. Da ist das Osterfest, das christliche Fest.

Wir haben das Ostereiersuchen in den eigenen Kindertagen, mit den Kindern oder Enkeln vor Augen. Das hat uns großen Spaß gemacht, nennen wir es also nicht „albern“.

Ich denke zurück an Osterurlaub in südlichen Ländern am Mittelmeer, wo die Natur der unseren um Monate vorher lief und zu Ostern bereits voll entfaltete Blütenpracht präsentierte.

Oder ich sehe die Landschaften vor mir, die wir in diesen Wochen auf unseren Wanderungen auf der Haar oder im Arnsberger Wald durchstreifen. Die Felder und Wälder zeigen den ersten zarten Hauch von frischem Grün. Aber man muss schon genau hinsehen, wenn man frische grüne Blätter oder Halme auch wirklich entdecken will, so klein sind sie. Die finden wir dann auch und größer in der Hecke am Wegesrand, wo sie durch das alte trockene braune Laub des Vorjahres ans Licht drängen: Aronstab und Brennesseln etwa, oder den einen oder anderen Frühblüher, Huflattich

zuerst, dann auch Buschwindröschen, Schlüsselblumen oder Lerchensporn, blühend im Sonnenschein an geschützten Orten.

Im Grün vor der Haustür und hinterm Haus beobachten wir ebenfalls, wie sich das Leben neu ordnet. Die Meisen inspizieren schon mal den Nistkasten und der eine oder andere Zitronenfalter zeigt den Beginn der neuen Jahreszeit an.
Frühling.

Das ist die Zeit, in der wir zum ersten Mal in diesem Jahr mit dem Fahrrad durch die Stadt und ihre Umgebung fahren oder zu Hause bei einem kräftigen Eintopf zu Mittag draußen auf der Gartenterrasse sitzen oder, noch besser, auf dem Markt unserer kleinen Stadt mit einem Kaffee die Außengastronomie neu eröffnen und zuschauen, wie die ganz Kleinen den ungewohnten weiten Raum in immer größeren Kreisen erobern. Wir sitzen in der Sonne und schauen mit den Eltern und Großeltern ihrem Treiben zu und freuen uns. Daran und überhaupt.

In diesem Sinne wünsche ich
„Frohes Fest!“

Hans-Werner Gierhake

Inhaltsverzeichnis

Land und Leute	Menschen im Gespräch	Irmgard Grotjohann	4
Geistliches Wort	...wie Gott in Soest	Pastor Werner Günther	6
Information	Medikamente zur Vorbeugung von Schlaganfällen!	Hubert Mues	10
	Wolken	Hans-Werner Gierhake	14
	Der Seniorenbeirat berichtet	Heide Albrandt	16
	Der Kranich	Dr. Jobst Oehmichen	35
	Social Network	Hety Büchte	31
	Patientenverfügung, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht	Sabine Lehnert	22
Kultur	Impressionen zum Thema Füllhorn	Joseph Kleine	8
	Die Kirche und ihr Lied (R. A. Schröder)	Dr. Wolf Kalipp	18
	Gottes Häuser: Der Braunschweiger Dom	Hannelore Johanning	25
Unterhaltung	Die Lerche	Jupp Balkenhol	5
	Ostern	Joseph von Eichendorff	7
	Dachterrasse mit Kater	Barbara Gaubitz	12
	Im Füllhorn	Josef Baumhof	9
	Florenz hat schöne Frauen	Johanna Hoffmann	20
	Dorfkind	Christine Koch	29
	Ein halbes Pfund Glück	Erika Goulden	30
	Rätsel	Wolfgang Hoffmann	38
	Rätsellösung	Wolfgang Hoffmann	38
	Humor	Günter Marske	39
Küchentipps	Ostermenü	Anja Lehnert	33

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

Menschen im Gespräch Dr. Peter Lierz

Das große Aquarium in seinem Sprechzimmer taucht den Raum in gedämpftes Licht. Kurz vor Weihnachten treffe ich den ärztlichen Direktor des Marienhospitals, Dr. Peter Lierz. Hier bleibt Hektik vor der Tür. Der übliche Tagesrhythmus des Anästhesisten steht in großem Kontrast zu den ruhigen Schwimmkreisen, die die Fische im Becken ziehen. Die hier eingefangene Stille lässt die Gedanken ebenso ruhig fließen. Mit sonorer Stimme beginnt er zu erzählen. Mehrfach bin ich ihm im vergangenen Jahr im OP begegnet, da konnte ich als Patientin nur mit seinen Augen kommunizieren, die ruhig, auf den Punkt konzentriert, immer Zuversicht ausstrahlten.

„Mein Elternhaus in Korschenbroich war wohl die Quelle, aus der ich bis heute schöpfen kann. Mutter war Hausfrau, Vater Lehrer; meine drei Brüder und ich erlebten eine schöne, lebendige Kindheit und Jugend.“ Samstags ging die Familie gern in den Zoo, das Interesse an Tieren war dann wohl für einen der Brüder für den späteren Beruf richtungsweisend, denn er wurde Tierarzt.

Gern erinnert sich der heute 50-jährige Lierz an manchen Urlaub auf Texel. Der Vater, ein begeisterter Vogelkundler, nahm dann immer einen der Jungs mit auf seine Erkundungstouren, der Reihe nach kamen aber alle dran und kannten sich bald in der Welt der Vögel bestens aus. Diese Methode des Vaters war pädagogisch eine kluge, wie die Söhne später begriffen.

Nach abgeschlossener Schulzeit war Peter Lierz Sanitäter bei der Bundeswehr. **„Arzt zu werden, war immer schon mein Wunsch, mein Patenonkel war Arzt, und ich hörte ihm schon damals gern zu, vielleicht war das für meinen Berufswunsch ausschlaggebend“**

Es folgten Praktika, und er bekam dann bald einen Studienplatz. Vier Semester verbrachte er in Düsseldorf, wechselte dann nach Aachen. **„Ich habe mir mein Studium selbst erarbeitet, denn den Eltern waren bei vier Söhnen finanzielle Grenzen gesetzt.“**

Die harte Arbeit auf dem Bau schreckte ihn nicht, und sein noch heute durchtrainierter Körper lässt einen das ohne weiteres glauben. Meine Wahrnehmung kommentiert Dr. Lierz mit einem fragenden Lächeln. **„Glauben Sie mir, ich kämpfe auch mit dem Winterspeck.“** Der anschließende Dienst auf



der Intensivstation brachte ihm auch viele Erfahrungen. Ein Anruf aus Hamburg bot ihm die Chance, in der Anästhesie tätig zu werden, allerdings mit der Auflage, stets zur Verfügung zu sein. Da war Dr. Lierz 28 Jahre alt. Sechseinhalb Jahre war er in der Hansestadt tätig. Dort begegnete er auch seiner späteren Frau, einer Pinnebergerin, 1996 heirateten sie.

Wieder bot sich ihm eine Chance an der Uniklinik **Wien. „Der Schmerztherapie** wollte ich mich hier vor allem widmen. Die Wiener Klinik hatte 2500 stationäre Betten, jährlich wurden 22000 Patienten in der Schmerzambulanz behan-

delt.“ In dieser Zeit lebte Frau Lierz in Hamburg. Das Ehepaar führte eine Fernbeziehung. Als gebürtiger Rheinländer fand der Arzt es schwierig, die wienerische Mentalität ganz zu akzeptieren. Wieder entdeckte Peter Lierz eine Stellenausschreibung in Soest. Große Städte kannte er jetzt zur Genüge, folgte seinem Instinkt ins vergleichsweise kleine Städtchen Soest.

Hier ist er nun schon 14 Jahre lang, möchte hier nicht wieder fort, weil er sich hier wohlfühlt, Freunde gefunden hat, und seine Zwillingstöchter hier gut aufwachsen lassen kann. Zwölf Jahre alt sind die Mädchen, und wohl das schönste Erlebnis in seinem Leben. Schnell holt er ein älteres Foto von seinen **„drei Frauen“ vom Schreibtisch: In der Mitte** zeigt das Bild seine attraktive Frau, die beiden Mädchen rechts und links. Dieses Gespräch in der Vorweihnachtszeit bot mir Einblick in ein geglücktes Leben eines sympathischen Arztes.

Irmgard Grotjohann



*Unermüdlich singend und tirilierend schwebt sie hinauf zum Himmel.
Die Lerche ist unsere erste Frühlingsbotin.
In letzter Zeit gibt es immer weniger Lerchen in Feld und Flur.
Die Landschaft ist nicht mehr so vielfältig
und abwechslungsreich wie noch vor Jahren.
Wenn die erste Lerche singt, dann ist der neue Frühling da!*

**Noch vielmals besser singt die Lerche als unser Küster in der Kirche.
Sie tiriliert im hohen Dom noch schöner als der Papst von Rom.
Ihr heller jubelnder Gesang währt eine ganze Messe lang.
Und singend klettert sie nach oben und hört nicht auf, den Herrn zu loben -
folgt uns´res lieben Gottes Spur und preist den Schöpfer der Natur.
Je mehr sie schwebt zum Himmel hoch, erscheint sie immer kleiner noch.
Will also in den Himmel einer, der muss sich selber machen kleiner!
Der Weg ist schmal und steil und weit - empor zur Ew´gen Seligkeit!
Doch steigt man fröhlich singend, heiter - beschwingt hinauf die Himmelsleiter
und klopft mit Frohsinn und Humor ans unverschlossene Himmelstor.
Kommt unsre Lerche wieder runter, dann ist sie gar nicht mehr so munter!
Man weiß, dort oben liegt ihr Glück - doch muss zur Erde sie zurück!
Hört plötzlich auf zu jubilieren - und himmelhoch zu triumphieren...!
Sie fällt herunter wie ein Stein, als wollt´ sie hier nicht gerne sein!**

(Gedicht aus dem Band „Poesie der Singvögel“ von Jupp Balkenhol)

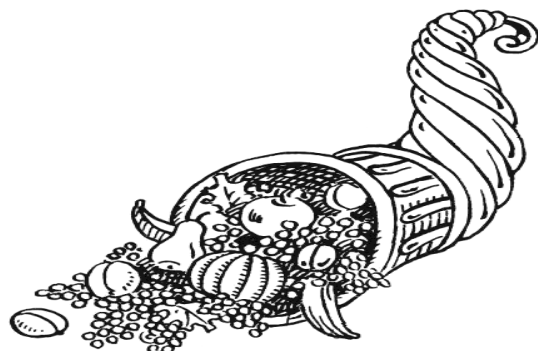
Herr Josef Baumhof erhält das Füllhorn regelmäßig von Soester Freunden zugeschickt.
Das hat ihn bewogen, sein Dankeschön in diese beiden hübschen Strophen zu gießen:

Im Füllhorn

**Im Füllhorn liegt des Lebenskraft -
drum schütt' es aus und trink den Saft,
den Saft des prallen Lebens!**

**Und für 12 Monde lebe dann
und schau des Lebens Wunder an,
so lebst du nicht vergebens!**

(Josef Baumhof, Düsseldorf)



... wie Gott in Soest

Liebe Leserinnen und Leser! Vielleicht kommt Ihnen das bekannt vor: „Leben wie Gott in Frankreich“. Bei dieser Redewendung denken viele an die französische **Küche**: ausgezeichnet, weltweit berühmt! „Leben wie Gott in...“ - dabei ist aber nicht an den in einem französischen Restaurant vornehm speisenden Gott gedacht. Gemeint sind bei der Formulierung „...wie Gott in...“ vielmehr die französischen **Kirchen!** In Frankreich hat fast jede mittelgroße Stadt eine prachtvolle Kathedrale. Im letzten Herbst haben meine Frau und ich auf dem Weg zum Grab ihres Vaters auf einem Soldatenfriedhof in der Bretagne wieder gestaunt über die Fülle der eindrucksvollen Gotteshäuser selbst in kleinen Orten. Leben wie Gott in Frankreich: in diesen romanischen und gotischen Glaubens-Palästen!

Unsere Überschrift lautet: „...wie Gott in Soest“. Gibt es diesbezüglich denn Gemeinsamkeiten zwischen Frankreich und Soest? Ja! Mit Sicherheit ist es die überdurchschnittliche Dichte von bemerkenswerten alten Soester Gotteshäusern: St. Patrokli, St. Petri, St. Pauli, Alt-St. Thomä, Neu-St. Thomä, St. Maria zur Höhe, St. Maria zur Wiese. - **Sieben Pfarrkirchen, die alle „in Betrieb“ sind, und St. Petri ist wahrscheinlich die älteste Kirche überhaupt zwischen Rhein und Weser, vielleicht schon um das Jahr 700 gegründet.**

Etwas Besonderes haben wir zum Stichwort „Dom“. Da ist zunächst der „St. Patrokli-Dom“, über tausend Jahre alt! Aber er ist eigentlich gar kein Dom; denn er war nie eine Bischofskirche, sondern wurde erbaut als Stiftskirche eines mächtigen Chorherrenstifts, das so reich war, dass es sich eine Kirche wie einen Dom leisten konnte. Vor allem der Kirchturm mit dem Ehrentitel „Turm Westfalens“ trug und trägt zu diesem Dom-Eindruck bei.

Da ist aber auch noch St. Maria zur Wiese. Die Wiesenkirche, wie sie im Volksmund genannt wird, diese hochgotische doppeltürmige Hallenkirche, gilt als eine der schönsten Kirchen im Land überhaupt. Vor siebenhundert Jahren wurde ihr Grundstein gelegt. Vom Land Nordrhein-Westfalen mitgegründet und mitgetragen, erneuert die Bauhütte des „Westfälischen Dombauvereins St. Maria zur Wiese Soest“ ihre

Türme seit rund 25 Jahren. Und seit einiger Zeit hat sich die Wiesenkirche auch fast zu einem „heimlichen Dom“ der evangelischen Kirche Westfalens entwickelt (die Kirchenleitung aber ist in Bielefeld).

So ist Soest also die Stadt mit zwei Domen, obwohl sie eigentlich **keinen haben „dürfte“!** Das ist wieder eine Gemeinsamkeit mit Frankreich: da scheint es an manchen Orten auch mehr als eine Kathedrale zu geben.

Aber passt das denn überhaupt zum christlichen Glauben? Solche Gottes-Paläste? Nehmen wir als Beispiel die Wiesenkirche. Betrachten Sie bitte das Bild auf der Rückseite dieses Heftes. Sie sehen ein sehr gut gelungenes Foto von den Fenstern im Hauptchor der Kirche (Foto: Peter Dahm, Soester Anzeiger). Die Fenster stammen noch aus der Zeit der Erbauung der Wiesenkirche, sind also auch bald siebenhundert Jahre alt. Welch eine Pracht! Sie vor allem machen diese Kirche berühmt, und das wohl mit Recht.



DUO med
HÄUSLICHER PFLEGE- UND BETREUUNGSDIENST

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

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 Zentrumslage von Soest bieten wir Ihnen in unserem herrschaftlichen Fachwerkhaus individuelle Pflege und Betreuung im Wohn- und Pflegebereich.



Doch ist da nicht ein Widerspruch zwischen dem, **was** abgebildet ist und dem, **wie** es erscheint? Da sehen wir in der Mitte das Jesuskind auf dem Schoß seiner Mutter Maria, geboren in einem Stall. Und darüber hängt der Gottessohn am Kreuz, grausam hingegerichtet (auf dem Foto kaum zu erkennen). In den Fenstern links und rechts davon erscheinen Gotteszeugen aus der Bibel und der Kirchengeschichte. Viele haben für ihren Glauben ihr Leben eingesetzt. - Darf man das so herrlich und prächtig darstellen?

Ich sehe und erlebe das so: Vor 700 Jahren wurde hier aus Stein und Glas ein wunderbares Transparent des Himmels gebaut. Die Menschen kamen aus ihren meistens kleinen Häusern und engen Räumen mit ihrer (verglichen mit heute) kurzen Lebenserwartung in dieses Gotteshaus. Und dieser herrliche Raum konnte ihren Ängsten Hoffnung geben, ihrem Suchen Orientierung anbieten, ihrem Lebensweg ein Ziel verheißen. Sie wurden (und werden bis heute) durch

diese Fenster begrüßt und willkommen geheißen von Jesus Christus und denen, die mit ihm schon auf der anderen Seite dieses Lebens sind.

„...wie Gott in Soest“. Ja, Gott in Soest. Die Kirchen als Kunstwerke bezeugen das nach wie vor. Sie laden uns ein. Die Kirchen als Institutionen aber machen es uns zurzeit oft schwer. Es findet viel Entfremdung statt, und das haben manche Verantwortlichen sich wohl selbst zuzuschreiben.

Doch das Zeugnis dieser wunderbaren Gotteshäuser wird die Enttäuschungen durch **derzeitiges „Bodenpersonal Gottes“** überleben. Das war früher auch schon so! Darum möchte ich Sie ermutigen zu einem **Leben mit Gott in Soest**. Vielleicht suchen Sie sich in einer dieser heimatlichen Kirchen einen guten Platz zum Atemholen für Leib und Seele, wo Sie immer wieder Kraft finden können für sich selbst und für andere. - Das wünscht Ihnen

Ihr Werner Günther



Joseph Freiherr von Eichendorff

(1788-1857)

**Vom Münster Trauerglocken klingen,
Vom Tal ein Jauchzen schallt herauf.
Zur Ruh sie dort dem Toten singen,
Die Lerchen jubeln: wache auf!
Mit Erde sie ihn still bedecken,
Das Grün aus allen Gräbern bricht,**

**Die Ströme hell durchs Land sich strecken,
Der Wald ernst wie in Träumen spricht,
Und bei den Klängen, Jauchzen, Trauern,
So weit ins Land man schauen mag,
Es ist ein tiefes Frühlingsschauern
Als wie ein Auferstehungstag.**

Füllhorn – Impressionen

Das „Füllhorn“ (griech. *keras Amaltheias*, „Horn der Amaltheia“; lat. *cornu copiae* „Horn des Überflusses“) ist uns als Symbol für Reichtum, Fruchtbarkeit, reiche Ernte, Freigebigkeit, für Glück und Frieden vertraut.

Ein hornförmig gewundener Flechtkorb mit weiter Öffnung ist mit Früchten, Blumen, Ähren und weiteren Gaben der Natur angefüllt, die sich über seinen Rand ergießen. Zwei Bedeutungsträger kommen hier zusammen.

Das Füllhorn ist ein mythologisches Symbol. Die Ziege Amaltheia säugte, dem griechischen Mythos zufolge, in einer Höhle auf Kreta das neugeborene Zeuskind. Ihre Hörner spendeten Ambrosia und Nektar. Sie versetzte Kronos, der den kleinen Zeus töten wollte, einen kräftigen Stoß mit ihren Hörnern, wobei sie ein Horn verlor. Von Zeus wurde das abgebrochene Horn in ein unerschöpfliches Horn verwandelt. Dies wurde bekannt als „Füllhorn“.

In der Antike war es auch ein Attribut von Erd- und Muttergöttinnen, wie der Gaia und Demeter/ Ceres. Es war ferner den Gottheiten des Friedens (Eirene), des Schicksals (Tyche) und des Reichtums (Pluto) beigegeben.

Der Flussgott Acheloos, verantwortlich für den Reichtum an Süßwasser und die Fruchtbarkeit des Landes, hatte sich in Deianeira, Tochter des Oineus, verliebt. Das führte zu einer Auseinandersetzung mit Herakles. Acheloos, der die Gestalt eines Stieres angenommen hatte, wurde von Herakles besiegt. Dieser brach ihm auch noch eines seiner Hörner ab. Acheloos musste ein Horn der Ziege Amaltheia preisgeben, um sein Horn zurückzubekommen.

Werfen wir einen Blick auf die römische Welt. **„Felicitas“, die römische Personifikation des Segens und Glücks, wurde auf Münzen der Kaiserzeit weiblich, mit Füllhorn und Merkurstab, dargestellt. „Abundantia“, römische Göttin des Wohlstands und Überflusses, wurde mit Füllhorn, Scheffelmaß oder Ähren abgebildet. „Liberalitas“ war Personifikation von Freigebigkeit und Großzügigkeit.**

Sie wurde mit Füllhorn und Geldabzählbrett dargestellt. So auf einem ‚Antonian‘ des Ca-

racalla. (‚Antonianus‘ war die Bezeichnung für unterschiedliche Silber- und Goldmünzen.) Auch die Göttin „Annona“ stellte man auf Münzen der Kaiserzeit mit Füllhorn und Ähren oder Kornscheffel dar.

Erwähnt werden sollte noch der „Genius“. Bei den Römern war er der persönliche Schutzgeist eines Mannes. Er war Ausdruck seiner Persönlichkeit wie auch seiner Schicksalsbestimmung und vor allem seiner Zeugungskraft. Sein „Genius“ erlosch mit dem Tod des Mannes. Der „Genius“ wurde meist bärtig dargestellt (später auch als Knabe), mit Füllhorn und meist mit einer Schale, mit freiem Oberkörper.

Der Prophet Joel aus dem Alten Testament ist mit einem Füllhorn dargestellt, da Petrus in seiner Pfingstpredigt (Apostelgeschichte 2, 16ff) auf Joels Prophezeiung Bezug nimmt, dass der Herr nämlich in jenen Tagen seinen Geist über seine Knechte und Mägde ausgießen werde (Joel 3, 1ff).

Den Tabernakelaufbau des Hochaltars (1753) im Brixener Dom schmücken zu beiden Seiten zwei füllhorntragende Engel (Bildhauer Dominikus Molling aus Wengen).

In der Heraldik gibt es zwei Darstellungsformen vom Füllhorn. Es ist einmal ein Symbol für Wohlstand und Glück. In diesem Fall ist es ein trichterförmiger Korb, aus dem sich der Reichtum ergießt. Wappenfiguren können das Füllhorn halten (Wappen von Peru, Panama und Venezuela). Im zweiten Fall sind es Büffelhörner, die den Namen „Füllhorn“ tragen.

In der Literatur taucht das „Füllhorn“ im übertragenen Sinn auf. In dem Kapitel „Fülle des Wohllauts“ aus „Der Zauberberg“ (Thomas Mann, 1924) erweist sich für Castorp, gefangen im eintönigen Sanatorium, ein Grammophon „als ein strömendes Füllhorn heitern seelenschweren künstlerischen Genusses“.

Auf der zweiten Ebene spielt das Horn eine Rolle. In Gebrauch war ein Trinkhorn (Rhyton), ein aus dem Orient überkommenes Trink- und Spendegefäß in Hornform. Die Kelten kannten Hörner als Trinkgefäße, auch

für rituelle Zwecke. Trinkhörner wurden auch aus kostbaren Materialien hergestellt, aus Glas oder purem Gold, wie die Goldhörner von Gallehus (germanische Eisenzeit, um 400 n. Chr. datiert).

Hörner wurden als „Rufhorn“ benutzt, um in einer Schlacht oder auf See Signale geben zu können. Die Spitze des Horns schnitt man ab und konnte so einen lauten Ton erzeugen. Das Horn begegnet auch als „Jagdhorn“. Der Erzengel Gabriel bläst ein Horn bei der Jagd auf das Einhorn.

Zurück zum „Füllhorn“. Bei den Jahreszeiten wird es in erster Linie mit dem Herbst, der

Erntezeit, in Verbindung gebracht. Die Verbindung von „Horn“ und „Fülle“ taucht in Deutschland im 18. Jahrhundert auf. Bleibt noch zum Schluss die Redewendung: „Über jemanden das Füllhorn ausschütten.“ D. h. jemanden reich beschenken, überschütten mit Gunsterweisen. So mag denn am Ende der Wunsch stehen:

„Möge das Jahr Sie reich beschenken!“ – Mit allen guten Wünschen für Gesundheit und Lebensglück!

Joseph Kleine



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.

Medikamente zur Vorbeugung von Schlaganfällen!

Wenn ich überdenke, welche Arzneimittel häufig von unseren Kunden benötigt werden, dann gehören die Gerinnungshemmer des Blutes dazu. Allen voran das Ass 100, mittlerweile so günstig, dass es in den meisten Fällen selbst gekauft werden muss.

Auf Rezept verordnet folgt das Mittel Marcumar, welches den Nachteil hat, dass in der Praxis alle paar Wochen ein Quicktest gemacht werden muss, um den Zielbereich der Gerinnung zu kontrollieren. Zuviel, aber auch zu wenig ist eben ungünstig!

Jetzt drängen neue Mittel in die Verschreibungsfähigkeit, z.B. Pradaxa und Xarelto, die eben diesen Quicktest nicht mehr benötigen, also Praxisingänge sparen, aber in die Schlagzeilen wegen angeblich stärkerer Nebenwirkungen kamen.

Grundsätzlich werden alle diese Mittel ärztlich dringend verordnet, wenn die Gefahr eines Schlaganfalles besteht und die Neubildung eines Thrombus oder Verschlusses verhindert werden soll!

Auch hier können wir nur Achtung vor der Schöpfung bekommen, wie kompliziert, aber auch ausgeklügelt das Konzept der Blutgerinnung ist, welches uns aber auch davor bewahrt, zunächst bei Verletzungen einfach zu verbluten!

Welches Medikament gegeben wird, hängt vom Entstehungsort des Verschlusses ab.

Zunächst wäre da unser Venensystem, es bringt verbrauchtes Blut zum Herz zurück, nur herrscht hier eine relativ langsame Fließgeschwindigkeit des Blutes und die regelmäßigen Venenklappen sorgen für zusätzliche Wirbel und Staus. Betroffen sind meist die Beine oder der Lungenkreislauf.

Hier wirken typische Gerinnungsfaktoren, die Thrombozyten(Blutplättchen) arme, aber Fibrinfaser-reiche Verschlüsse bewirken. Jetzt schlägt die Stunde des Marcumars oder der Heparinspritzen.

In den Arterien, wo sauerstoffreiches Blut vom Herz weg zum Bestimmungsort gebracht wird, herrschen andere Bedingungen.

Die Fließgeschwindigkeit ist deutlich höher. Der erste Herzschlag(Systole), die Gefäßmus-

kulatur, die Innenhaut(Intima) und die fehlenden Klappen kommen zum Tragen. Hier sind es andere Faktoren, die jetzt Thrombozyten-reiche und Fibrin-arme Verschlüsse herstellen. Hier sind vor allem Ass und Clopidogrel gefragt, welche das Zusammenlagern der Thrombozyten verhindern.

Die dritte Variante besteht am Herz selber. Obwohl Arterien der Ort sind, entstehen durch Rhythmusstörungen und Herzklappenfehler, Blutflußbedingungen, die wieder den Venenproblemen ähneln, also müssen wieder Marcumar oder die neuen Medikamente verordnet werden.

Marcumar ist nun aber schwer zu führen, es wird nur langsam abgebaut, über Tage hinweg, daher können Dosierungsveränderungen nur sanft vorgenommen werden. Zudem hängt seine Wirksamkeit vom Gehalt von Vitamin K in unserer Nahrung ab, welches vor allen in den grünen Gemüsen zu finden ist. So wird der Zielbereich öfters verfehlt!

Die neuen Arzneien dagegen werden schnell abgebaut, daher ist die regelmäßige genaue Einnahme wichtig, sind aber auch vom Essen völlig unabhängig. Nur müssen Leber und Niere eben auch in Ordnung sein, damit es

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

nicht zu schnellen Überdosierungen kommt, welche das Risiko von inneren Blutungen nach sich zögen. Natürlich sind diese Arzneien zunächst auch viel teurer!

Nach vielen geschriebenen Kommentaren der Presse und der Fachwelt würde ich sagen, ist es doch eindeutig, dass die Blutungsrisiken unter den neuen Mitteln geringer ausfallen, wenn Leber und Niere in Ordnung sind und auch andere Medikamente beachtet werden, welche ja auch die Leberleistung verändern können. Aber natürlich kommen die Ärzte schnell auch an die Kostengrenzen, sie müssen eine ausgewogene Mischung der Verordnung finden, was nicht einfach ist.

Jetzt möchte ich auch ein wenig auf die eigenen Möglichkeiten zu sprechen kommen, die vorbeugend zu wirken vermögen.

Ursachen für diese Verschlüsse können in den Genen liegen, wenn Gerinnungsfaktoren von vorne herein gestört sind. Im Venensystem stört dann alles, was die Fließgeschwindigkeit herabsetzt, zu viel sitzen, liegen und stehen.

Alles spricht also für ständige moderate Bewegung in unserem Bauplan. Sind die Venen geweitet, die Klappen schließen nicht mehr, (Besenreiser bis zur Krampfader), sind Kompressionsstrümpfe sehr wirksam.

In den Arterien sind vielfach Beschädigungen dieser wichtigen, sehr dünnen Innenhaut die Ursache. Hier sind Bluthochdruck, hoher Blutzucker, hohe Blutfette, dringend auch das gefäßverengende Rauchen zu nennen. Aber auch Umweltgifte und eine schlechte Ernährung ohne entgiftende Faktoren, wie sie nun mal nur Obst und viel Gemüse mitbringen.

Und ich rate allen, ihre Leber pfleglich zu behandeln, denn viele Gerinnungsfaktoren werden dort gebildet. Die Leberleistung wird durch Stress (können wir oft nicht ändern) aber auch durch Verfettung, also durch zu viel Essen - Fruchtzucker sei auch noch explizit erwähnt (zur Hälfte übrigens Bestandteil des Haushaltszuckers) und Alkohol herabgesetzt.

Ihr Apotheker Hubert Mues



**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



Dachterrasse mit Kater

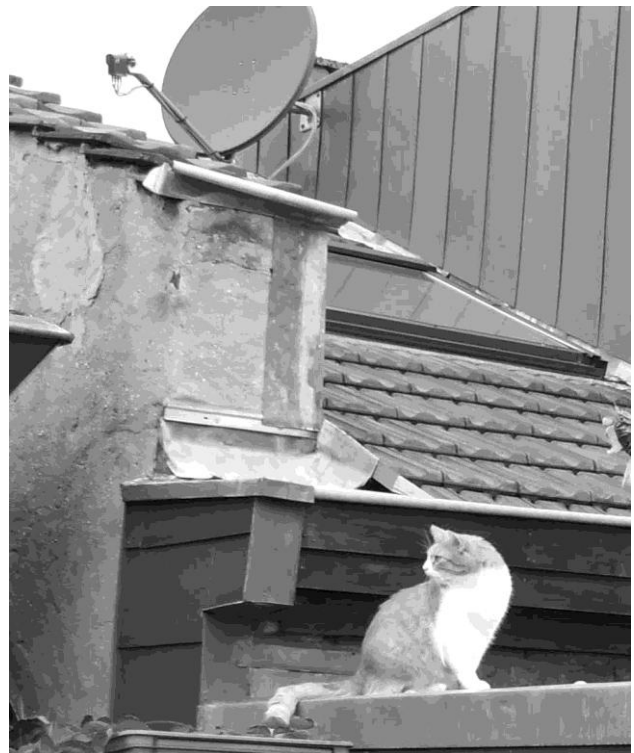
Julie hatte ihr Studium beendet und wollte nach Aachen ziehen. Aber erst einmal eine Wohnung finden in der großen Universitätsstadt, das war ein Problem! Des Öfteren saß sie bei ihren Großeltern auf der kleinen Küchenbank und berichtete, wie schwer es ist, in Aachen eine nette Wohnung zu finden. Endlich hatte sie eine Bleibe über eine Maklerin vermittelt bekommen.

Doch dann telefonierte sie mit uns und sagte voller Stolz: „Denk dir Oma, man hat mir jetzt eine Wohnung mit Dachterrasse angeboten. Du kannst dir nicht vorstellen, wie schön es über den Dächern von Aachen ist. Aber das Wichtigste ist ja, dort wird sich der Kater „Moppi“ (den sie von Soest mitgenommen hatte) ganz wohl fühlen!“

Es ist ein kastrierter Kater, der keinen Freilauf kennt, außer er büxt aus über die Terrassen und Dächer von Aachen.

Endlich zog sie mit Freund, Möbeln und Kater in die herrliche Dachbodenwohnung im 5. Stock eines Mietshauses mit einer 30 qm großen Dachterrasse. Für Julie und den Kater war es ein einmaliges Erlebnis. Als Belohnung für das Master-Examen kaufte Oma mit ihr für 100 Euro Kübelpflanzen. Von Soest mitgenommen, standen diese nun entlang der Hauswand und des 1,40 m hohen Geländers. Sie zeigte uns auch Fotos auf der Digitalkamera. Da sah man das hängende Weidenbäumchen, die Kamelie, das Mandelbäumchen, den Balkonkasten mit den Frühlingsblumen: Hyazinthen, Osterglocken und Primeln. Doch auch in Aachen gibt es viele Blumenläden, die von Holland gut bestückt werden, und so wurde der Dachgarten immer üppiger. Sie pflanzte Erdbeeren und Tomaten in Kübeln und Kater Moppi war immer dabei. Wenn sie von ihrer Dachterrasse in Aachen erzählte, kam sie jedes Mal ins Schwärmen, und wir mussten uns die Digitalfotos ansehen und alles bewundern.

Im November habe sie an der Hauswand gesessen und sich mit dem Kater gesonnt. Ja, im Übrigen wäre der Himmel in Aachen viel blauer und die Sonne scheinete viel wärmer! In der Begeisterung über Aachen konnte man sie nicht bremsen. Nun hatte der rotbraune Kater sein Reich in der Wohnung und auf der Dachterrasse. Eine Oma, die unten in der Straße wohnt, hat ihn aus der Tiefe bewundert. Als Julie die alte Dame einmal auf der Straße traf, fragte diese: „Gehört Ihnen der schöne dicke rote Kater?“ Julie war stolz. „Er ist ja so artig, Oma!“ Doch dann erzählt sie, welche großen Sorgen er ihr manchmal macht. Eines Tages muss dem Kater der Duft einer Mieze um die Nase geweht sein, und da ist er dem Geruch folgend von seiner Terrasse auf die nächste gesprungen, über Dächer hinweg und saß zum Schluss erbärmlich maunzend auf einem entfernten Dach, wo er seinen



Weg nicht zurück fand. Julie klingelte bei den Bewohnern des Nachbarhauses und erklärte

ihnen, dass ein „neuer Mitbewohner“ auf ihrer Dachterrasse sitzt. Die Nachbarn staunten nicht schlecht, als sie den dicken roten Kater auf ihrem Balkon sahen. „Frauchen“ nahm ihren liebeshungrigen Kater auf den Arm und trug ihn heim.

Den nächsten Tag beobachtete er wieder die Vögel, die sich in einer Tanne tummeln. Dieser Baum ist so groß wie ein 5-geschossiges Haus, so dass Julie und der Kater in die Krone des alten Baumes schauen können. Ob solcher Begeisterung über die Dachterrasse in Aachen brauchte Oma beim Weihnachtsgeschenk nicht lange zu überlegen. Sie kaufte ein Buch „Kübelpflanzen-Soforthelfer“. Jetzt im Winter kann sich Julie nun schon in

das Buch vertiefen und Pläne schmieden, welche Bäumchen und Sträucher noch geeignet wären für ihren Dachgarten. Oma schenkte ihr ein Fachbuch, nun ist sie in einem Verlag tätig, wo sie neben anderen Aufgaben auch Fachliteratur vertreibt. Vielleicht gibt sie nach all den Erfahrungen, die sie bis jetzt gemacht hat und in diesem Jahr noch machen wird, ein eigenes Buch zum Thema „Kübelpflanzen“ heraus. Aber ohne ihren roten Kater Moppi wäre die Dachterrasse ja nicht so lebendig, er gehört einfach dazu!

Barbara Gaubitz

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 35a · 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

meist nicht weiter: die wissen das nicht oder wollen nicht zugeben, dass es in der Urlaubsregion gelegentlich auch regnet.

Was bleibt uns anderes übrig, als mit regensicherer Outdoorkleidung für jeden Fall gerüstet zu sein – oder eben den Regenschirm immer mitzunehmen. Oder beides. (Auch so ein Rezept für Pessimisten.)

Zusammenfassend kann ich sagen: Die Wettermeldungen im Internet sind schon etwas Feines und geben Sicherheit. Der Mann von Welt (oder seine Frau) und seine Kinder und

Enkel sowieso haben Internet via Smartphone ohnehin immer dabei. Wo ist also das Problem?

Die Wolken brauchen wir dann aber doch noch. Nämlich für unsere Fotos mit der Digitalkamera. Ganz ohne Wolken sieht das schönste Landschaftsfoto fad aus. Aber auch da helfen Computer und Internet weiter.

Schöne neue Welt?

Beobachtet von
Hans-Werner Gierhake



Wir möchten Sie „AnStiften“

Vermögen zu erhalten - Werte zu bewahren
mit Ihrer Stiftung in der Stiftungsgemeinschaft der Sparkasse Soest.



Umfangreiche Informationen zur Gründung einer Stiftung finden Sie in unserer Stiftungsbroschüre, erhältlich in allen Geschäftsstellen der Sparkasse Soest und auf unserer Internetseite www.soesteranstifter.de.



SoesterAnStifter
Stiftungsgemeinschaft für die Region

Der Seniorenbeirat berichtet: Der neue Seniorenbeirat stellt sich und seine Ideen vor

Im Herbst wurden einige Mitglieder in den Seniorenbeirat der Stadt Soest neu gewählt für die Periode von 2012 bis 2017.

Mit uns arbeiten werden zukünftig:

**Heidelinde Briedigkeit
Georg Brill
Hans Werner Dulleck
Ortrud Froberg
Wolfgang Glaremin
Volker Holz
Jutta Kant
Günter Liedmann
Heinz Müller
Gerhard Wohter**

Geblichen sind aus dem vorherigen
Seniorenbeirat:

**Werner Mushold,
Horst Dicke,
Horst Koch,
Annemarie Hecker
Eva Lipps
Hans-Ulrich Mutschke
Hannelore Werner
Heide Albrand
und für den Integrationsrat:
Karla Pätzold.**

Bürgermeister Dr. Ruthemeyer verabschiedete die aus dem Seniorenbeirat ausgeschiedenen Aktiven mit einem Dankeschön für ihre jahrelange ehrenvolle und ehrenamtliche Arbeit. Als Präsent überreichte er eine kleine Grünsandsteintafel mit der Soester Kirchturmsilhouette von Andreas Müller an

Bernhard Burbank, Christel Berger, Marlies Droste, Hans-Günter Eickhoff, Luzia Gröblichhoff, Franz Menzel, Wolfgang Potthast, Dr. Herbert Reckmann, Jürgen Wiengarn.

Als **Vorsitzender des Seniorenbeirates** wurde **Werner Mushold** wiedergewählt. Seine **Stellvertreter** sind künftig **Horst Dicke und Wolfgang Glaremin**. Sie übernehmen die Posten von Wolfgang Potthast und Waltraut Eickhoff, die aus gesundheitlichen Gründen schon früher ausgeschieden ist.

Die einzelnen Ausschüsse wurden wie folgt besetzt:

Soziales, Bürgeranregungen und Beschwerden:

Wolfgang Glaremin, Hans Werner Dulleck

Stadtentwicklungsausschuss:

Hans-Ulrich Mutschke, Horst Dicke

Jugendhilfeausschuss:

Gerhard Wohter, Georg Brill

Schul- und Sportausschuss:

Hans Werner Dulleck,
Heidelinde Briedigkeit

Ausschuss für Umwelt, Natur- und Klimaschutz:

Günter Liedmann, Heinz Müller

Nachbar in Not und Bürgerpreis:

Werner Mushold

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

Visionen für die zukünftige Arbeit des Seniorenbeirates:

Einen Spielplatz für alle Generationen, auf dem Jung und Alt nebeneinander spielen und in Kontakt kommen, möchten wir gern initiieren. Der Generationenspielplatz steht dabei an oberster Stelle. Werner Mushold hat sich bereits in anderen Orten umgesehen und ist von dieser tollen Idee begeistert. Dies fördert auch die Mobilität im Alter durch Sport und Bewegung.

Weiterentwicklung des Projektes „Aktiv im Alter“

Veranstaltungen mit der Polizei:

Senioren als Fahrradfahrer: Sicherheit am Fahrrad, Sicherheit auf dem Fahrrad, Benutzung der Radwege, parkende Fahrzeuge auf Radwegen, Helm und sichtbare Kleidung, Verhalten bei Gruppenfahrten.

Sicherheit: Verhalten und Gefahren an Geldautomaten, der Enkeltrick und ähnliches, Taschengelddiebstahl.

Ausflug- und Veranstaltungsprogramme:

Wanderung mit Förster, Musik für und mit Senioren

Mobiler Einkaufswagen:

Senioren werden zum Einkauf abgeholt und wieder nach Hause gebracht.

Umsetzung des Projektes „Die demographische Entwicklung und deren Auswirkung auf die Arbeit des Seniorenbüros und des Seniorenbeirates“:

Einrichtung einer Ehrenamtsbörse, Vernetzung der Akteure in der Seniorenarbeit in der Stadt Soest, Sammelpunkt aller Seniorenveranstaltung in der Stadt.

Seniorenbüro „Am Seel“ ist täglich vormittags geöffnet von 9:00 bis 12:00 Uhr.

Für den Seniorenbeirat der Stadt Soest
Heide Albrand



"Die Kirche und ihr Lied" Gedenken an Rudolf Alexander Schröder (1878-1962)



Bundespräsident **Theodor Heuss** (1884-1963) meinte es gut, als er seinen Freund **Rudolf Alexander Schröder**, den »*Erneuerer des Kirchenliedes*«, wie er ihn nannte, 1950 bat, den Text einer neuen Nationalhymne zu schaffen. War doch das Deutschlandlied (»*Deutschland, Deutschland über alles*«) nach Krieg und Holocaust vollständig diskreditiert. Schröders (bekanntermaßen nicht verwirklichter) Vorschlag beschwört das »*Land des Glaubens, deutsches Land*« unter anderem als »*Haus und Herberg, Trost und Pfand*«.

»*Bürger, Weltmann, Christ, Mittler, Dichter*« - so hat der Verleger **Siegfried Unseld** (1924-2002) ihn charakterisiert. Schröder, der neben seinen dichterischen Qualitäten auch Architekt, Übersetzer, Maler, Musiker, Prediger und Theologe war, entzieht sich allen vordergründigen Zuordnungen.

Aus einer reichen und alteingesessenen Bremer Patrizierfamilie gebürtig (der Vater engagierte sich in der Übersee-Mission), trennte sich Schröder mit 17 Jahren jedoch von der rechtgläubigen Frömmigkeit seiner Familie, fühlte sich dem christlichen Bekenntnis »hoffnungslos entfremdet« und wendete sich der Kunst- und Jugendstilmetropole München zu, wo er ab 1897 Architektur, Musik und Kunstgeschichte studierte.

Zusammen mit seinem Schulfreund und Vetter, dem Millionenerben **Alfred Walter**

Heymel (1878-1914), gründete er die exklusive Literaturzeitschrift »Die Insel«, zu denen solche Berühmtheiten wie **August Strindberg** (1849-1912), **Paul Verlaine** (1844-1896) und **Hugo von Hoffmannsthal** (1874-1929) gehörten, und woraus 1901 der heute noch bestehende Insel-Verlag hervorging. Die Zeitschrift öffnete ihm die Tore in die große literarische Welt, er tauschte sich mit **Rainer Maria Rilke** (1875-1926), **Frank Wedekind** (1864-1918), **Harry Graf Kessler** (1868-1937), **Gerhart Hauptmann** (1862-1946) und **Max Reinhardt** (1873-1943) aus und pflegte enge Kontakte zu diesen.

Als klassischer Philologe und Übersetzer, insbesondere der Odyssee und Vergils Schriften, machte sich Schröder ebenfalls einen Namen. Eine lebenslange Freundschaft, ein intensiver Briefwechsel und nicht zuletzt die gemeinsame nationale, konservative und zugleich an der Antike und dem europäischen Humanismus orientierte Grundhaltung verband Schröder mit dem Dichter und Übersetzer **Rudolf Borchardt** (1877-1945). Auch als Innenarchitekt erzielte er beachtenswerte Erfolge. So war er z.B. vor dem Ersten Weltkrieg von seinem Heimatort Bremen aus für die Ausstattung mehrerer Ocean-Liner zuständig und erhielt auf der Brüsseler Weltausstellung 1910 eine Goldmedaille für seine Kreationen von Innenausstattung und Möbeldesign.

Der erste Weltkrieg sah Schröder als Zensor im deutschen Generalkommando in Brüssel. Auf den Kriegszusammenbruch antwortete er mit einer Rückbesinnung und Wiederentdeckung des christlichen Glaubens:

»*Um mein vierzigstes Jahr herum habe ich dann angefangen, einzusehen, dass das Böse seinen Sitz im*

Herzen eines jeden Menschen hat und dass trotzdem hinter und über allem der eine Gott steht, der jedes seiner Geschöpfe in väterlichen Händen hält.«

Bis in die 1930er Jahre hinein dichtete er zwar noch im nationalistisch-kämpferischen Ton, jedoch vollzog sich in dieser Zeit bereits seine Wandlung zum religiösen Schriftsteller. Die Gedichtsammlungen »*Mitte des Lebens*« (1930) und »*Die Kirche und ihr Lied*« (1937) zeichnen seinen Weg nach.

Die Machtübernahme der Nazis quittierte Schröder mit innerer Emigration, wurde zeitweise Landschaftsmaler. Als Mitglied der »Bekennenden Kirche« zog er aus dem von den sog. »Deutschen Christen« geprägten Bremen nach Bayern mit seiner weitgehend

noch integren Landeskirche und siedelt sich mit seiner Schwester Dora in Bergen am Chiemsee an. Aus den späten 1930er Jahren stammen die Lieder, mit denen er neben **Jochen Klepper** (1903-1942) und **Arno Pötzsch** (1900-1956) seinen Ruf als »Erneuerer des Kirchenliedes« begründete. Der Stammteil des heutigen evangelischen Gesangbuchs enthält noch drei Lieder von Schröder, weitere drei findet man in unterschiedlichen Regionalteilen:

1. EG 184 *»Wir glauben Gott im höchsten Thron, wir glauben Christum, Gottes Sohn, aus Gott geboren vor der Zeit, allmächtig, allgebenedeit«*, 1937 auf dem Höhepunkt der Erfolge Hitlers und ein Jahr nach den Olympischen Spielen in Berlin entstanden, dessen trinitarisches Bekenntnis eine Absage an alle totalitären weltlichen Heilsanmaßungen ist.
2. EG 378 *»Es mag sein, dass alles fällt, dass die Burgen dieser Welt um dich her in Trümmer brechen. Halte du den Glauben fest, dass dich Gott nicht fallen lässt: er hält sein Versprechen«* (1936/39).
3. EG 487 *»Abend ward, bald kommt die Nacht, schlafen geht die Welt; denn sie weiß, es ist die Wacht über ihr bestellt«* (1943).

1942 begann Schröder, dem es ansonsten verboten war, öffentlich aufzutreten, als Lektor und Prädikant der Bayerischen Landeskirche zu predigen und Gottesdienste zu halten, von Anbeginn frei und ohne Anbindung an Predigttextvorgaben. Singular stand er in dieser Zeit auch für die wenigen Christen, die sich der Judenverfolgung widersetzen. Seine Appelle an das Gewissen der deutschen Mitchristen blieben jedoch weitgehend ohne Echo.

In seiner Pfingstpredigt von 1945 klagte er dann auch öffentlich an:

»Was ist von unserer, der Christen Seite geschehen, um dem Blutwahn der mit den höchsten Ämtern und Titeln des Reiches Bekleideten zu begegnen?«

Und er stellte verbittert fest:

»Wo von Russland die Rede war, haben wir das Maul tapfer aufgerissen. Gegenüber unserer eigenen, längst weltkundigen Schande



**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

Pflegfachliche 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

haben wir die Augen zugekniffen, und wo das nicht mehr anging, an ihr vorbei geblickt.«
Schröder nahm als Synodaler am Wiederaufbau der Bayerischen Landeskirche teil und wurde später zum Alterspräsidenten der Synode ernannt, deren Mitglied er bis 1952 blieb. Eine universale Persönlichkeit, nicht leicht zu fassen, jedoch von großer Tragweite für das ethische Gewissen des christlichen Deutschlands. Er blieb sein Leben lang tief verwurzelt im Weltbild der Kaiserzeit, lebte

fortschreitend im Widerspruch mit dem Zeitgeist der Moderne und starb 84-jährig im Krankenhaus in Bad Wiessee.

Siegfried Lenz (*1926) würdigte seinen bedeutenden Kollegen als *»letzten großen Vertreter der deutschen Gelehrtenrepublik«*

Wolf Kalipp, Weihnachten 2012

Florenz hat schöne Frauen

Die Toskana hatten wir schon immer kennenlernen wollen, und nun gab es ein tolles Angebot: Eine Woche Florenz in einem Fünfsterne-Hotel zum Schnäppchenpreis! Allerdings galt das nur bis Ende März. Wir buchten die letzte Woche, in der Hoffnung, dass es dann schon frühlinghaft warm sein würde.

Mein Mann war ganz aus dem Häuschen. Er studierte Reiseführer, Stadtpläne und googelte, bis der Computer rauchte. Dabei sang er immer wieder die Arie aus der Operette Boccaccio: Florenz hat schöne Frauen. Der Flug ging von Dortmund direkt nach Florenz so früh los, dass wir noch fast den ganzen Ankunftstag zur Verfügung hatten.

Nach dem Einchecken und Auspacken im Hotel machten wir uns auch gleich auf den Weg. Unsere Vermutung, dass Florenz in der Vorsaison ziemlich leer sein würde, wurde ganz schnell korrigiert. Die Straßen und Plätze waren voll von Touristen. Wie mag es da wohl während der Sommermonate aussehen?

Während wir so gemütlich dahinschlenderten, gesellte sich ein kleiner Junge zu uns. Er war vielleicht sechs Jahre alt, mit einem schwarzen Lockenkopf, einem hübschen Gesicht und ordentlich angezogen. Ein Bettelkind war er sicherlich nicht.

Als wir an einem Schaufenster stehen blieben und uns über die Auslagen unterhielten, sprach er uns auf deutsch an: „**Sie sind Deutsche?**“ – „**Ja, warum fragst du?**“ – „**Meine Mama ist auch Deutsche, deswegen kann ich Ihre Sprache**“.

Als wir weitergingen, schob er seine kleine Hand in meine, als wäre ich seine Oma, mit der er spazieren geht. Wir fanden das lustig und ließen ihn gewähren. Ein paar Straßen weiter meinte mein Mann, es wäre eigentlich Zeit, sich nach einem Lokal umzusehen. Wir waren ja sehr früh aufgestanden und hatte seitdem nichts mehr gegessen. Der Kleine **sagte sofort: „ Ich weiß eine schöne Trattoria, ganz in der Nähe. Die wird Euch gefallen!“** Tatsächlich führte er uns zu einer **Gaststätte mit einer schönen Terrasse. „Hast du auch Hunger? Möchtest du mit uns essen?“**

fragten wir ihn. Und er antwortete eifrig: „O ja, das wäre schön!“

Er bestellte sich Spaghetti Bolognese und Coca Cola. Während wir uns mit Gabel und Löffel abmühten, die Spaghetti zu essen, ohne uns zu bekleckern, rollte sich der Kleine die Nudeln nur mit der Gabel zusammen und aß in atemberaubendem Tempo den Teller leer, ohne dass etwas daneben ging. Wir waren beeindruckt! Zum Nachtisch wünschte er sich Pannacotta, die er genauso flott und sauber verschwinden ließ.

Eine blonde, junge Frau war inzwischen am Eingang aufgetaucht und rief dem Kind auf italienisch etwas zu. Er rief auf deutsch zurück: **„Das sind ganz nette Deutsche. Komm doch her und sag Guten Tag.“** Die Frau kam an unseren Tisch und entschuldigte sich, **dass ihr Sohn uns wohl belästigt habe. „Ich bin Deutsche, und deswegen hat er so großes Vertrauen. Sonst geht er mit niemandem mit.“** Wir versicherten **Ihr, dass wir uns ganz und gar nicht belästigt fühlen.** Er ist ja auch ein sehr hübsches und wohlherzogenes Kind.

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

In diesem Moment kam unbemerkt ein Mensch von hinten an unseren Tisch, griff sich meine Handtasche und war, ehe wir uns von unserer Verblüffung erholt hatten, wieder verschwunden.

Der Kleine rutschte sofort von seinem Stuhl herunter und lief dem Dieb hinterher. Als wir nach der Polizei rufen wollten, bremste uns **die Mutter: „Was wollen Sie der Polizei – falls sie überhaupt kommt – sagen? Wir sind hier nicht in Deutschland. Diebstähle auf offener Straße sind hier an der Tagesordnung. Da müssten Sie den Dieb schon selbst fangen und der Polizei übergeben. Selbst dann wird man ihn laufen lassen, weil er das Diebesgut nicht mehr bei sich hat.“**

Plötzlich tauchte der Kleine wieder auf und legte mir die Handtasche auf den Schoß. Ich war verblüfft und sah sofort nach. Es fehlte nur das Portemonnaie, sonst war alles da. **„Wie hast du denn das gemacht?“ – „Ganz einfach. Ich bin dem Dieb nachgelaufen, bis er die Tasche weggeworfen hat. Für die ist nur Bargeld interessant.“ Ich hätte den Kleinen vor Freude, dass der Zwischenfall so glimpflich abgelaufen war, knuddeln können! Weil unser Bargeld weg war, konnten wir ihm nicht einmal eine Belohnung geben. Das wehrte er auch energisch ab: „Ihr habt mich schon zum Essen eingeladen, das ist genug!“**

Gottseidank hatte mein Mann eine Kreditkarte eingesteckt, mit der wir das Essen bezahlen konnten. Nach diesem Erlebnis hatte ich keine Lust mehr, die Besichtigungstour fortzusetzen. Wir bummelten langsam zu unserem Hotel zurück.

Am nächsten Morgen wollten wir mit Sightseeing ernst machen und gingen nun nach dem Plan, den mein Mann zu Hause ausgearbeitet hatte, zu den Sehenswürdigkeiten. Gegen Mittag kamen wir wieder in die Nähe der Gaststätte und beschlossen, dort zumindest etwas zu trinken. Nach dem tollen Frühstücksbuffet im Hotel hatten wir noch keinen Hunger.

Als wir um die Ecke bogen, sahen wir die junge Frau am Eingang stehen und dann hineingehen. Dann entdeckten wir auch den Jungen. Er saß bei einem älteren Paar, und die Mutter setzte sich dazu. In diesem Au-

genblick trat ein junger Mann von hinten an den Tisch, schnappte sich die Handtasche der Frau und verschwand blitzschnell in der Menge. Uns kam es so vor, als sähen wir einen Film zum zweiten Mal. Der Kleine rannte hinter dem Dieb her und kam kurze Zeit danach mit der Tasche zurück. Die Besitzerin blickte hinein und stellte wohl wie ich am Tage zuvor fest, das nichts fehlte, außer der Geldbörse. Die Freude war groß. Man verabschiedete sich und Mutter und Kind verschwanden im Gewühl.

Wir gingen sofort zu den Leuten hin und erzählten, dass uns am Tag zuvor haargenau das Gleiche passiert war. Der Mann war wütend, so hereingelegt worden zu sein und bat uns mit zur Polizei zu kommen, um Anzeige zu erstatten. In dem Polizeirevier sprach einer gut deutsch. Wir schilderten die beiden identischen Geschehnisse und, dass wir überzeugt sind, einem Gaunertrio aufgesessen zu sein, dem man schnellstens das Handwerk legen sollte.

„Hier in Florenz laufen jeden Tag Tausende von Touristen durch die Straßen. Touristen haben Geld. Das lockt Gauner an, die auf leichte Beute aus sind. Beliebte Zielpersonen sind speziell ältere Menschen, weil die am besten bestückt sind und nicht mehr in der Lage sind, ihnen nachzulaufen. Seien Sie froh, dass Sie nur ein paar Euro verloren haben, und passen Sie künftig besser auf Ihre Wertsachen auf. Ich kann Ihnen keine Hoffnung machen, dass wir in Ihrem Fall jemand dingfest machen können und Sie ihr Geld zurückbekommen werden.“

Ja, so etwas hatte uns die junge Frau gestern auch schon angedeutet. Wir nahmen es mit Humor. In meinem Portemonnaie hatte ich schon vorsichtshalber nur ganz wenig Geld mitgenommen. Der Schaden war also zu verschmerzen. Die in der Operette besungenen schönen Frauen sind meinem Mann und mir nicht so stark in Erinnerung geblieben, wie der Diebstahl der Tasche, die Sehenswürdigkeiten und das prachtvolle Hotel – in dieser Reihenfolge.

Johanna Hoffmann

Patientenverfügung - Betreuungsverfügung - Vorsorgevollmacht

Ich besitze einen Organspendeausweis und war bis vor kurzem in dem Glauben, dass im Notfall schon alles in meinem Sinne durch meine nächsten Angehörigen geregelt wird. Nun musste ich mich doch eines Besseren belehren lassen, da sich 2009 das Betreuungsrecht geändert hat. In einem medizinischen Notfall darf – ohne eine Vollmacht – rein rechtlich nicht einmal mein Ehemann über meinen Gesundheitszustand informiert, geschweige denn in die Behandlung eingebunden werden. So habe ich mir das aber nicht vorgestellt. Darum musste ich mich **wohl oder übel mit den Themen „Patientenverfügung – Betreuungsverfügung – Vorsorgevollmacht“ auseinandersetzen.**

Wie das Wort **PATIENTENVERFÜGUNG** schon besagt, geht es darum, was jemand verfügt, wenn er Patient ist. Die Patientenverfügung behandelt daher ausschließlich medizinische Belange für die eigene Person und richtet sich vorrangig an das ärztliche Behandlungsteam. Dieses ist verpflichtet, den Anordnungen der Patientenverfügung Folge zu leisten. Anderenfalls kann es sich der Körperverletzung strafbar machen.

In einer solchen Verfügung kann jeder für sich festlegen, ob und wie er in konkret beschriebenen Krankheitszuständen behandelt werden möchte, wenn er selbst nicht in der Lage ist, Entscheidungen zu fällen. Ausgenommen von dieser Entscheidungsfreiheit sind die Notfallbehandlung, z.B. bei einem Unfall oder Anordnungen, die gegen ein gesetzliches Verbot verstoßen. Deshalb kann in einer Patientenverfügung beispielsweise vom Arzt keine strafbare Tötung auf Verlangen gefordert werden.

Eine Patientenverfügung abzufassen ist nicht so leicht. Denn hier soll der Laie beschreiben, welche Behandlung er in konkreten Situationen wünscht oder auch nicht wünscht. Daher ist es ratsam, den Hausarzt oder einen anderen Arzt seines Vertrauens einzubinden. Dieser kennt die Krankengeschichte und kann am besten einschätzen, welche Situationen am ehesten eintreten könnten und medizinische Maßnahmen und deren Konsequenzen erläutern.

Zusätzlich kann es sinnvoll sein, persönliche Wertvorstellungen, Einstellungen zum eigenen Leben und Sterben und religiöse Anschauungen als Ergänzung und Auslegungshilfe zu schildern.

Auch ein Gespräch mit Angehörigen kann später einmal dem Arzt helfen, die Patientenverfügung im Sinne des Verfassers auszulegen.

Die Patientenverfügung sollte schriftlich verfasst und durch Namensunterschrift eigenhändig oder durch ein von einem Notar beglaubigtes Handzeichen unterzeichnet werden. Mündliche Äußerungen bleiben dennoch nicht wirkungslos und müssen bei der Festlegung des vermeintlichen Patientenwillens beachtet werden. Die Patientenverfügung kann jederzeit formlos widerrufen werden.

Bei der Formulierung seiner Verfügung kann auf eine Fülle von Musterformularen zurückgegriffen werden. Doch so vielfältig wie die Wertvorstellungen und Glaubensüberzeu-

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



**KARSTEN
HUFNAGEL**

**APOTHEKE
AM
BRÜDER-
TOR**



*Ihre Gesundheit...
unserer Verpflichtung!*

gungen aller Menschen sind, so unterschiedlich fallen die Patientenverfügung der einzelnen aus. Daher kann es kein einheitliches Muster zur Anfertigung des eigenen Willens geben.

Das Bundesministerium der Justiz hat im Juni 2012 eine aktuelle Broschüre herausgegeben:

„Patientenverfügung Leiden - Krankheit – Sterben

Wie bestimme ich, was medizinisch unternommen werden soll, wenn ich entscheidungsunfähig bin?“

Hier wird das Thema ausführlich behandelt und Textbausteine für eine individuelle Patientenverfügung bereitstellt.

Die Broschüre kann von der Seite des Bundesjustizministerium heruntergeladen werden (www.bmj.de); sie steht leider zur Zeit nur als Download zur Verfügung.

Da man nur schwerlich eine Patientenverfügung jederzeit mit sich führen kann, empfiehlt es sich, im Portemonnaie auf das Vorhandensein eines solchen Dokumentes aufmerksam zu machen. Selbstverständlich sollte das Papier dann auch für Angehörige, Betreuer oder das Gericht schnell und unkompliziert zugänglich sein.

Die **VORSORGEVOLLMACHT** ist ein wesentlich weiter reichendes Dokument. Hier wird einer anderen Person die Wahrnehmung einzelner oder aller Angelegenheiten für den Fall übertragen, wenn keine Fähigkeit zur selbständigen Entscheidung vorhanden ist. Die Vorsorgevollmacht sollte nicht nur Befugnisse in Gesundheitsfragen, sondern auch in Aufenthalts- und Wohnungsangelegenheiten und Behördenfragen erteilen. Die mit einer solchen Vollmacht betraute Person kann dann ohne gerichtlichen Beschluss die Vorsorge für die zu betreuende Person übernehmen.

Die Vorsorgevollmacht ist im Gegensatz zur Patientenverfügung weitestgehend standardisiert. Die Musterformulare bieten Ankreuzmöglichkeiten und Leerzeilen für eine individuelle Gestaltung. Dennoch verlangen sie eine klare Entscheidung für „Ja“ oder „Nein“ zu den einzelnen Fragestellungen. Auch wenn in den Vorsorgevollmachten Fragestellungen zur Vermögenssorge enthalten

sind, gilt zu beachten, dass Banken und Sparkassen in der Regel eigene Formulare zu diesem Thema haben und allgemeine Vorsorgevollmachten nicht anerkennen.

Da die Vorsorgevollmacht, wie die Patientenverfügung im Bedarfsfall schnell und einfach zur Verfügung stehen sollte, gibt es viele Möglichkeiten diese aufzubewahren. Von der Verwahrung in den eigenen vier Wänden bis zur Registrierung im Zentralen Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer stehen jedem alle Wege offen. Sinnvoll ist es, demjenigen, der die Vollmacht erteilt bekommen soll, das Original zu übergeben. Wer seine Vollmacht widerrufen möchte, fordert dann das Dokument einfach zurück, um es abzuändern oder zu vernichten.

Obwohl das Abfassen einer solchen Vorsorgevollmacht formal wesentlich einfacher als bei einer Patientenverfügung ist, sollte man sich über die Inhalte sehr genau informieren. Nähere Informationen liefern **Broschüren des Bundesministerium der Justiz sowie des Justizministerium des Landes NRW.**

Sie können dort entweder über das Internet heruntergeladen oder in Papierform bestellt werden. Darüber hinaus hat das Landesministerium eine telefonische Bürgersprechstunde eingerichtet, um am ersten Donnerstag im Monat in der Zeit von 15:00 bis 16:30 Uhr Fragen zum Thema Betreuung zu beantworten (0180 3 100 212 für 0,09 Euro/min aus dem dt. Festnetz).

Wer sich weder inhaltlich noch personell wie bei einer Vorsorgevollmacht festlegen möchte, hat die Möglichkeit, eine **BETREUUNGSVERFÜGUNG** zu erteilen.

Hierin wird bestimmt, wer oder welche Personen das Gericht als Betreuer bestellen soll, wenn es ohne rechtliche Betreuung nicht mehr weitergeht. In der Verfügung kann aber auch festgelegt werden, wer auf gar keinen Fall zum Betreuer bestellt werden soll. Diese gerichtlich bestimmte Betreuungsperson hat dann aber im Betreuungsfall einen anderen Status als ein Bevollmächtigter einer Vorsorgevollmacht. Er steht unter der Kontrolle des Betreuungsgerichts und muss seine Handlungen dort darlegen.

Die drei Themengebiete greifen ineinander und können hier nicht abschließend erläutert

werden. Auch auf die Frage hin, ob alle drei Dokumente sinnvoll sind, kann es keine **abschließende Antwort geben**. „Bei einer Patientenverfügung kommt es darauf an, wie wichtig es einem Patienten ist, die genauen Behandlungsvorgängen zu präzisieren. Eine Vorsorgevollmacht ist auf jeden Fall sinnvoll, damit man jemand hat, der die Angelegenheit regeln kann (finanziell und persönlich), wenn man selbst dazu nicht mehr in der Lage ist.

Eine Betreuungsverfügung ist wichtig für Menschen, die keine Vorsorgevollmacht ausstellen möchten. In der Verfügung können sie ihre Wünsche bezüglich der Betreuung (und geeignete Personen) festlegen. Das Gericht ist normalerweise an diese Entscheidung gebunden. Es kann die beauftragte Person nur ablehnen, wenn das dem Wohl des Patienten dient.

Wenn in der Vorsorgevollmacht ein entsprechender Satz über Betreuung steht, kann die Betreuungsverfügung entfallen. Bei einer Vorsorgevollmacht bleibt das Gericht meist **außen vor.** (siehe www.seniorenratgeber.de, Patientenverfügung: zehn Fragen, zehn Antworten)

Ich für meinen Teil habe entschieden, noch keine Patientenverfügung zu erteilen und habe mich stattdessen für eine umfangreiche Vorsorgevollmacht für eine mir vertrauensvolle Person entschieden.

Ich weiß nun, dass im Ernstfall meine Angehörigen schnell und unkompliziert für mich handeln können.

Sabine Lehnert

Wir beraten Sie individuell und kostenlos in allen Bereichen der Pflege.

Seit dem 01.01.2011 finden Sie uns auch in unserem Beratungsbüro im Klinikum Stadt Soest



MICHAEL COESTER Häusliche Krankenpflege

Westenhellweg 62 · 59494 Soest
Tel: **0 29 21/3 33 00** · Fax: 0 29 21/3 33 01
Web: www.krankenpflege-coester.de
Mail: info@krankenpflege-coester.de



Ihre Ansprechpartner (v. l. n. r):
Oliver Wessel, Manja Holtz,
Bianca Roslan, Guido Luhmann



Gottes Häuser:

Braunschweiger Dom

Vis-à-vis seiner Burg Dankwarderode ließ Heinrich III., der Löwe (*1129-1135 † 1195), Herzog von Bayern und Sachsen, zur Ehre **St. Blasius'** und St. Johannis des Täufers eine Kollegiatsstiftskirche errichten und bestimmte sie für sich und seine zweite Ehefrau Mathilde von England (1156-1189) zur Grablege.

Die Bauarbeiten begannen 1173 nach Heinrichs Rückkehr von seiner Pilgerreise. Während seiner Verbannung (1182-1185) nach England ruhte die Baustelle mutmaßlich.

Wahrscheinlich war die Ostseite um 1188 fertiggestellt und der noch heute im Dom befindliche Marienaltar bereits geweiht. In Heinrichs Todesjahr: 1195, brannte das Kirchendach ab. Die Arbeiten am Langhaus und an Teilen

der Turmgeschosse waren vermutlich schon abgeschlossen. Neben Mathilde, die starb 1189, wurde Heinrich in der noch unfertigen Kirche bestattet. Sie wurde im Dezember 1226 geweiht. Die Bezeichnung Dom erhielt die Kirche vermutlich im 14. oder 15. Jh. Nach mittelalterlichem Verständnis war damit nicht vorrangig eine Bischofskirche, sondern Stiftskirche gemeint und dies galt bis ins 19. Jh.

Hinweisende Chroniken auf Baumeister und Arbeitsbeginn existieren nicht mehr. Die Weißen der zahlreichen Altäre geben verlässlichere Auskünfte. Teils sind noch da-

tierte Unterlagen vorhanden. Ursprünglich war eine dreischiffige romanische Pfeilerbasilika geplant mit Querhaus, drei Apsiden, Krypta, Hochchor und sächsischem Westriegel. Errichtet wurde sie aus Elmkalk- und Braunschweiger Rogenstein, vergleichbar dem Dom in Königslutter. Architektonische Besonderheiten sind die Kantensäulen mit würfelförmigen Kapitellen als Wandvorlagen, die Pfeiler und das überhöhte Kreuzgratgewölbe, im Mittelschiff ohne Gurtbögen als Tonnengewölbe ausgeführt. Diese

einfache Rundung ohne Jocheinteilung ist auffällig für einen spätromanischen Kirchenbau. Am wenigsten wurde die Ostseite baulich verändert. Um 1300 erhielten die achteckigen Türme gotische Glockenstuben, unvollendet bis heute.

Von 1322 bis 1346 wurde der Südseite ein weiteres Seitenschiff angefügt, das Nordseitenschiff abgetragen, statt-

dessen eine zweischiffige spätgotische Halle gebaut und 1477 geweiht. Die nördlichen Seitenschiffe sind im Perpendicular Style (englische Spätgotik) ausgeführt. Typisch: Fenster mit Tudorbögen und Gewölbegestaltung. Die tragenden Säulen sind nicht, wie regional üblich, Gewandsäulen, sondern in sich gedreht. Zeugnis meisterhafter Steinmetzkunst. Über dem Hauptportal (Nordseite) ist das Wappen des welfischen Kanzlers und Stiftsherren Ludolf Quirre (1395-1463) mit der Jahreszahl 1469 erhalten. In der Ostseitenmauer steckt eine Kanonenkugel, sichtbar das Datum: 20. August 1615. Hinweis auf die Truppenbelage-



rung durch Herzog Friedrich Ulrich von Braunschweig-Wolfenbüttel.

Größere architektonische Baumaßnahmen fanden unter den Herzog-Brüdern Rudolf August (1627-1704) und Anton Ulrich (1633-1714) um 1687 bis 1700 statt. Zwischen 1866 und 1910 wurde vorwiegend unter Kreisbaumeister Wiehe (1842-1894) der Dom, damaligem Zeitgeschmack (Historismus) entsprechend, grundlegend renoviert und umgestaltet.

Von den zwischen 1230 und 1250 ausgeführten Secco-Malereien sind heute noch rund 80 Prozent erhalten. Sie wurden 1845 unter der Übermalung entdeckt, abgepaust und anschließend restauriert. Entgegen heutiger Auffassung von Restaurierung, war es damals durchaus üblich, einfallsreich Ergänzungen im Sinne des Historismus zuzufügen, die mit Original und Wirklichkeit nichts gemein haben müssen.

Die umfangreichen Wandmalereien beeindrucken aber insgesamt durch Farbenpracht und phantasievolle Szenenerzählungen. Gegenüber der einstigen Kaiserempore befinden sich Hinweise auf Heinrichs Pilgerreise nach Jerusalem. Gleichzeitig bekundet der Fries das welfische Selbstverständnis



als direkte Erben des römischen Kaisertums. Der südliche Querhausarm zeigt die beste Wiedergabe des Originalzustandes. Mühevoll von Fritz Herzig (?) 1954-1956 wieder hergestellt. Insgesamt beanspruchten die mehrfachen Ergänzungs- und Restaurierungsarbeiten einen Jahrzehntezeitraum.

Außer umfangreichen beeindruckenden Malereien, birgt der Dom weitere Kunstschatze: Das Imervard-Kreuz soll aus dem Jahre 1150 stammen und wäre somit älter als der Dom. Der Christushinterkopf birgt eine kleine Lade zur Reliquienaufbewahrung. Der Siebenarmige Bronzeleuchter, vermutlich um 1190 entstanden, gehört seit 1196 zum Inventar. Er ist ein imposantes Schaustück: Höhe fast 5 Meter, Spannweite 4 Meter, Gewicht über 400 Kilogramm und entspricht in der Gestaltung einer Menora.

In einer Stiftungsurkunde gleichen Jahres verpflichtete sich Ludolf von Volkmarode (?)



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



Evangelisches Perthes-Werk e.V.

für Kerzen zu sorgen. Der Leuchter war für Mathildes Grabmal bestimmt gewesen. Das Gemeinschaftsgrab befindet sich vor dem Marienaltar. Das Paar ist übergroß, gleichaltrig und ausdrucksvoll dargestellt in der Hochzeit seines Lebens. Es gilt als Stifter des Altars. Die polierte Steinplatte (168 cm x 89 cm), ruht auf fünf Bronzesäulen (Höhe 95 cm). Die mittlere enthält den Reliquienbehälter.

Er ist der einzige, der die über 800-jährige Dom-Geschichte überdauert hat. Die Entstehungszeit des Grabmals ist annähernd genau datierbar: Am Kirchenmodell, das **Heinrich „hält“, sind erste** gotische Veränderungen abzulesen. Alle anderen Altäre sind verschwunden.

Die vier Sonnenuhren stammen aus den Jahren 1334, 1346, 1518 und 1723.

Die große Krypta ist auch Grablege welfischer Fürsten der braunschweigischen Linie vom 17. bis ins 19. Jh.

Die Schuke-Orgel von 1962 hat auf vier Manualen 55 Register, mechanische Spiel- und elektrische Registertraktur. Durch Schuke 1992 erneut umgebaut und modernisiert. Die Firma „Freiburger Orgelbau Hartwig Späth“ intonierte sie 2002/2003 komplett neu.

Mit zwölf Glocken, die überwiegend vom Anfang des 16. Jh. stammen, gehört es zu den bedeutendsten Geläuten Deutschlands. Die drei größten wurden 1502 vom berühmtesten Glockengießer: Gerhard van Wou: (1440-1527) gegossen. 1660 stürzte die Thomasglocke ab. Erst 1989/90 wurde sie durch Deutschlands älteste Glockengießerei: Rincker unter dem Namen **Thomas von Canterbury** nachgegossen und dem Geläut eingefügt. Im Zweiten Weltkrieg sollten alle Glocken zum Einschmelzen abgegeben werden. Die drei größten verblieben aber an Ort und Stelle. Nach Kriegsende kehrten **auch die anderen unversehrt vom „Glockenfriedhof“ an ihre Plätze zurück.**

2006 verließen die drei größten zu Restaurierungsarbeiten erstmalig ihren seit über 500 Jahren angestammten Platz, um zwei Monate später wieder klangvoll mitzuwirken. Mehrfach wurde ein schonenderer Umgang mit den alten Denkmalglocken ange-

mahnt. Vergeblich. Sie klingen bislang täglich mindestens zehn Minuten.

Eingedenk Heinrichs 1147 unternommenen Kreuzzug gegen die slawischen Völker nordöstlich Braunschweigs bis zur Ostseeküste, ihre Unterwerfung sowie die danach verstärkte Ostkolonisation, versuchten **eifrige Nationalsozialisten den „Löwen“ nun als Vorkämpfer ihrer Ideologie, zum „Kolonisten des Ostens“ zu küren.**

Besonders eigennützige Interessen zeigte der Ministerpräsident des Freistaates Braunschweig Dietrich Klagges (1891-1971). Er wollte für Braunschweig den Titel **„deutscheste Stadt“ erringen. Hitler (1889-1945)** sprach ihn später Nürnberg zu. Klagges schwebte ein „Gau Ostfalen“ vor, mit ihm als Gauleiter und Braunschweig als Hauptstadt.

1935 unterrichtete Klagges den Landesbischof Dr. Helmuth Johnsen (1891-1947), dass er als Hausherr des Doms veranlasst habe, die Grabstätte Heinrichs des Löwen für archäologische Untersuchungen öffnen zu lassen. Der Dom war Eigentum des Landes Braunschweig, nicht der Landeskirche,



**GEHOBENES FAMILIÄRES LEBEN UND
WOHNEN FÜR SENIOREN IN LIPPSTADT –
BAD WALDLIESBORN DIREKT AM KURPARK**

In einer persönlichen und familiären Atmosphäre bieten wir Ihnen 2 Raum Appartements mit großem Balkon, Dusche/WC, Telefon, TV, begehbarem Kleiderschrank, Kühlschrank – Aufzug im Haus – inkl. täglich frisch zubereiteter Verpflegung, Wäsche- und Putzservice, Notruf, und vieles mehr. Gern heißen wir Sie bei einem unverbindlichen persönlichen Gespräch willkommen und zeigen Ihnen unser Haus.

Probewohnen möglich.

Rufen Sie uns an!
FAMILIE LEMAIRE,
Am Kurpark 6,
59556 Bad Waldliesborn
Tel. 02941 / 94 49 0
www.hausulrike.de



somit entfiel eine Enteignung. Die ideologisch begründeten Bauarbeiten begannen 1936 und wurden 1938 mit einer neuen Gruftanlage abgeschlossen. Die Stätte war schon mehrfach geöffnet worden: 1640 / 1814 / 1880 / 1935. Letztmalig 1946, um die 1936 entnommenen Haarlocken wieder beizulegen.

In der Ansprache am 20. Juni 1935 versuchte Klagges, Hitler auf eine Ebene mit Heinrich dem Löwen zu stellen:

„Wir gehen nicht fehl, wenn wir die Politik Adolf Hitlers als gradlinige Fortsetzung jener Volks- und Bauernpolitik ansehen, die einst Heinrich der Löwe von Braunschweig aus betrieben und durchgeführt hat.“

Nachdem Klagges es geschafft hatte, Braunschweig, Heinrich, den Dom, die Ausgrabungen und sich selbst ins politische Rampenlicht zu stellen, kam es an der Grabungsstelle im Juli 1935 zu Hitlers Blitzbesuch, im Schlepp höchste NS-Prominenz.

Nach der Besichtigung erklärte Hitler, dass ab sofort nur er über Art und Umfang der **Baumaßnahmen zur „nationalsozialistischen Weihestätte“** entscheide. **Sämtliche** erteilten Aufträge wurden storniert. Das Reich beteiligte sich an den Kosten, das Volk sah im Führer den Stifter und den Braunschweiger Sakralbau als **„Staatsdom“** an.

Nach Abschluss der Grabungsarbeiten wurde es um Heinrich ziemlich schnell wieder still. Hinweise auf die Zuordnung der sterblichen Überreste kann die anfängliche Figurenanordnung am Grabmal geben, die durch vorsätzliche Fehleutung der Nazis 1936/38 verändert und erst nach Wiederherstellung der Tumba rückgängig gemacht wurde.

Doch nach Kriegsende entstand um die Identität der Gebeine eine teils heftig geführte wissenschaftliche Debatte. Experten zweifeln die angeblich eindeutige Zuordnung der sterblichen Überreste an. Wessen Gebeine seinerzeit gefunden wurden, ist bis heute nicht zweifelsfrei geklärt.

Zwischen 1935 und 1940 wurde die aus dem 19. Jahrhundert stammende Inneneinrichtung vollständig entfernt, teils der Nazi-Denkweise entsprechend baulich verändert und umgestaltet. Schlussstein des Gewölbes über dem Grufteingang bildete ein stilisierter Löwenkopf. An den Seiten prangten die Wappen der von Heinrich gegründeten Städte: München, Lübeck, Lüneburg und seiner Residenz Braunschweig. Das stilisierte Hakenkreuz an der Westwand wurde nach Kriegsende entfernt.

Trotz der über vierzig schweren und schwersten Luftangriffe auf Braunschweig zwischen 1940 bis 1945, wurde der Dom, im Vergleich zur bis zu neunzig Prozent zerstörten Innenstadt, in der er über 830 Jahren dominierte, relativ geringfügig beschädigt. Lediglich die Gewölbe der nördlichen Vorhalle, Dach und Fenster wurden in Mitleidenschaft gezogen, nach Kriegsende, wo möglich, die Veränderungen aus nationalsozialistischer Zeit weitestgehend korrigiert.

Der Braunschweiger Dom diente wieder wie schon seit 1543 den Protestanten als Gotteshaus. Durch einen zwischen Niedersachsen und der Evangelisch-lutherischen Landeskirche geschlossenen Staatskirchenvertrag wurde der Dom mitsamt der Kunstschätze 1954 Eigentum der **Stiftung Domkirche St. Blasius zu Braunschweig**. Als Verwalter fungiert das Landeskirchenamt.

In den 1960-er Jahren wurde der Dom grundlegend saniert, 2005 innen das gesamte Sichtmauerwerk aus Elmkalkstein mit glänzender acrylartiger Farbe überfüncht. Die in über 800 Jahren erworbene charakteristische Patina ging verloren.

Dem interessierten Braunschweig-Tourist in spe kann Gottes Haus also eine Menge spannende **Geschichte/n** „erzählen“.

© Hannelore Johanning

Quelle: Wikipedia: 15.09.2012

Christine Koch, die „Sauerländer Nachtigall“, hat uns ein herrliches Gedicht geschenkt, in dem sie beschreibt, wie schön es ist, ein Dorfkind zu sein - zu allen Jahreszeiten, in Frühling, Sommer, Herbst und Winter.

Duorpkind

*Wann de Sunnenvuile flaiget, wann de Flaitepuipen got,
wann de Schwattdörenhiegen in Blaumen stott,
wann de Biärkensapp schmecket ä Tokajerwuin:
Biu schoin ieset dann, en Duorpkind te suin.*

*Wann vui Schwattebiären saiket, wann vui foihert int Hai,
wann vui Roggen hoime halt oder hött de Kaih,
nao der Kiärmisse got, blink, blank un fuin:
Biu schoin ieset dann, en Duorpkind te suin.*

*Wann de Appeln, wann de Biären, wann de Priumen ruipe sind,
wann de Iäkern un Bauknüette schürret de Wind,
an der Gaorenwand glögget de wille Wuin:
Biu schoin ieset dann, en Duorpkind te suin.*

*Wann de Uistappen hanget un de Schluienbahn goiht,
wann vüör jedem Hiuse en Schnoikärel stoiht,
wann de Äppelkes miuket in Mutters Schruin:
Biu schoin ieset dann, en Duorpkind te suin.*

(Sunnenvuile = Schmetterlinge / Iäkern un Bauknüette
= Eicheln und Bucheckern)

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

Ein halbes Pfund Glück

Guten Morgen mein Herr, Sie wünschen?
Ein kleines Stück Glück bitte, so ungefähr ein halbes Pfund.
Ein halbes Pfund?
Ja, bitte.
Tut mir sehr leid, alles ausverkauft.

Ich wollte eigentlich nur ein ganz kleines Stückchen.
Leider nein.
Ich bin doch hier richtig?
Ja, das schon.

Also wissen Sie, es wird wirklich immer schlimmer.
Letzte Woche sagten Sie mir, dass Sie auf eine Lieferung warten.
Ich weiß, man hat auch alles andere geschickt:
Traurigkeit, Schmerzen, Illusionen, Lügen, Angst,
Sie wissen schon, das Übliche

Was war noch Ihre Liebessorte, holländisch, dänisch, französisch?
Das ist mir eigentlich egal, Hauptsache frisch.

Konnten Sie vielleicht nächste Woche noch mal reinschauen?
Ich lege sofort ein kleines Stückchen für Sie in die Tiefkühltruhe,
sollte doch noch eine unerwartete Lieferung eintreffen,
könnte eigentlich auch etwas davon gebrauchen,
um ganz ehrlich zu sein

Erika Goulden

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



Was ist das eigentlich: ein Social Network?

Haben Sie soziale Kontakte, zu Freunden, Nachbarn oder/und Bekannten?

Bei den meisten Menschen ist das jedenfalls so! Damit sind sie integriert in einen gesellschaftlichen Kreis; sie sind Teil eines Netzwerkes, in dem sie mit anderen Menschen kommunizieren, also mit ihnen verbunden sind.

Übertragen auf das Internet wird dies als **soziales Netzwerk** oder auch **„Social Network“** bezeichnet. Damit sind digitale Plattformen – Webseiten – gemeint, auf denen Sie soziale Kontakte aufnehmen und pflegen können.

Übertragen auf das Internet wird dies als **soziales Netzwerk** oder auch **„Social Network“** bezeichnet. Damit sind digitale Plattformen – Webseiten – gemeint, auf denen Sie soziale Kontakte aufnehmen und pflegen können.

Anders als im „wahren Leben“ ermöglichen diese Plattformen eine Vielzahl neuer Verbindungen, die sonst – ohne Internet – gar nicht zustande kämen. Man kommuniziert miteinander, stellt eigene Informationen ins Netz, damit andere Mitglieder des Netzwerkes sie nutzen, diskutieren oder kommentieren können. Social Networks sorgen für eine sehr schnelle Verbreitung von Informationen im Internet.

Wie werden Sie nun Teil eines solchen sozialen Netzwerkes? Nun, das ist recht simpel: Sie müssen sich registrieren, also ein eigenes Profil anlegen, auf dem neben den persönlichen Daten, Texte, Fotos oder auch Videos hinterlegt werden können. Es ist auch Ihre Aufgabe, die Zugriffsrechte auf diese Daten festzulegen. Zum Beispiel könnten Sie engen Freunden gestatten, andere Fotos zu sehen, als Nachbarn oder Bekannte.

Je mehr Informationen Sie über sich preisgeben, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, andere Menschen mit gleichen Interessen kennenzulernen oder auch zu treffen. Das ist einerseits sicherlich eine sehr gute Sache, erfordert aber andererseits auch sorgfältige Überlegung, welche Daten ich wem zugänglich mache. Alle Daten jedermann öffentlich zugänglich zu machen, ist

ganz sicher nicht empfehlenswert. Inzwischen gibt es in allen „Social Networks“ Einstellungsmöglichkeiten der Sichtbarkeit privater Informationen, die den Nutzer befähigen, selbst zu entscheiden WIE sichtbar WELCHE Informationen für WEN sein sollen. Hier ein Beispiel: auch wenn es sich um noch sehr junge Dame handelt, so ist es doch übertragbar.

Rufen Sie doch mal im Internet die Seite www.feierabend.de auf, dort werden Sie sich auch Profile (Visitenkarten) - von Gleichaltrigen anschauen können.



Feierabend.de ist ein soziales Netzwerk für Senioren. Dort tauschen sie sich aus, informieren sich gegenseitig über alles Mögliche und pflegen rege Kontakte untereinander. In dieser Community (=Gemeinschaft) bestehen zahlreiche Regionalgruppen. Hier finden

sich Mitglieder einer Stadt oder Region zusammen, gestalten gemeinsame Unternehmungen, Feste, Ausflüge und vieles andere mehr.

Sicher haben Sie schon von anderen sozialen Netzwerken gehört oder kennen sie auch be-



reits: z. B. Facebook, Feierabend.de, Xing
igung der Abgebildeten veröffentlicht werden.

Auch Beleidigungen und Verleumdungen sind strafbar und Inhalte wie z.B. rechtsradikales Gedankengut sowie Pornografie sind illegal.

Einen weiteren problematischen Aspekt stellt das gezielte Mobbing innerhalb der Sozialen Netzwerke dar. Negative Einträge auf Pinnwänden und abfällige Kommentare zu Fotos gehören da noch zu den „harmloseren“ Fällen. Durch Meldebuttons, die inzwischen in jedem Netzwerk vorhanden sind, kann man all diese Verstöße dem Seitenbetreiber mel-

oder Stayfriends. Meistens sind die digitalen Netzwerke nach bestimmten Themen oder Zielgruppen ausgerichtet und dienen dem Austausch persönlicher Meinungen, Nachrichten und Informationen. Als Beispiel seien hier vor allem **Facebook, Stayfriends oder Xing** genannt.

Stayfriends ist ein Netzwerk, das sich sehr gut eignet, ehemalige Klassenkameraden wieder zu finden und sich mit ihnen auszutauschen. **Xing** dagegen ist ein Social Network, das den Schwerpunkt auf das Anbahnen, Herstellen und Pflegen geschäftlicher Verbindungen legt. Mehr als 500 Millionen Menschen nutzen inzwischen die Internet-Plattform **Facebook**. Sie plaudern mit Freunden und Bekannten, sie „posten“ (senden) Musikclips, Bilder und Filme, machen Werbung für alles mögliche oder teilen einfach nur mit, was sie gerade machen.

Darüber hinaus gibt es zahlreiche sozial Netzwerke, die der Unternehmenskommunikation dienen. Hier ist es für Kunden und Interessenten möglich, mit den Unternehmen direkt zu kommunizieren, d. h. Fragen zu stellen und Beiträge zu kommentieren und möglichst schnell Antworten des Unternehmens zu bekommen. Das fördert den Dialog auf allen Seiten und verhilft den Unternehmen zu einem modernen Image.

Was gerne „vergessen“ wird - rechtliche Grundlagen gelten auch im Internet. So dürfen Bilder nicht ohne Genehm

den, der dann die Verursacher verwarren oder deren Profil löschen und/oder ihn auch anzeigen kann.

Wer weiß – vielleicht begegnen wir uns bald im Social Network

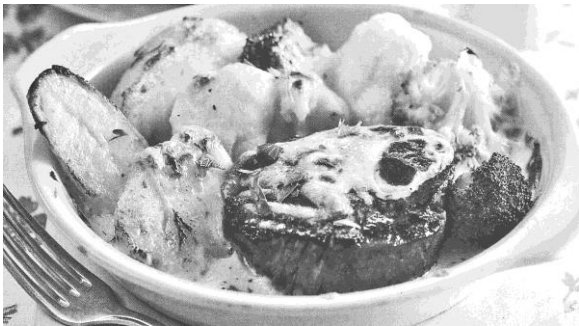
www.feierabend.de?
Ich würde mich sehr freuen!

Bis dahin leben Sie wohl!
Hety Büchte

Ostermenü

Warme Tomaten mit Fischfüllung

8 mittelgroße Tomaten
150 g Kabeljau
Basilikumblättchen, Dill
Zitronensaft
Zucker, Salz, Pfeffer



Von den Tomaten einen Deckel abschneiden und aushöhlen. Den Fisch ganz klein würfeln und mit Zucker, Salz, Pfeffer und Zitronensaft marinieren. Basilikum nach Geschmack fein hacken und zum Fisch geben.

Die Tomaten etwas salzen, mit dem Fisch befüllen und großzügig mit Öl beträufeln.

Die Tomaten in eine passende Auflaufform setzen und im Ofen (vorgeheizt, 200 Grad) für ca. 10 min garen. Mit gerösteten Baguettescheiben servieren und mit etwas Dill garnieren.



Steakpfännchen mit Pfeffer-Frischkäse

750 g kleine Kartoffeln
1 kleiner Blumenkohl
500 g. Broccoli
Salz, Pfeffer
½ Bund Petersilie
4 Rinderfiletsteaks (à 175 g)
1-2 EL Öl, 1 EL Butter
2 gestrichene EL Mehl
¼ l Milch
150 g Pfeffer-Frischkäse
75 g Emmentaler

Kartoffeln waschen und zugedeckt 15-20 min garen. Das übrige Gemüse putzen, waschen und in kleine Röschen teilen. Blumenkohl in gut ½ l kochendem Salzwasser zugedeckt ca. 12 min garen; Broccoli ca. 4 min mitgaren. Anschließend abgießen, das Gemüsewasser auffangen und ¼ l abmessen.

Petersilie waschen und hacken. Die Steaks trocken tupfen und im heißen Öl pro Seite 2-3 min braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und herausnehmen.

Butter im Bratfett erhitzen und das Mehl darin anschwitzen. Gemüsewasser, Milch und Petersilie, bis auf etwas zum Bestreuen, einrühren. Aufkochen und ca. 5 min köcheln. Anschließend den Frischkäse in der Soße schmelzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Nun die Kartoffeln abschrecken, pellen und halbieren. Zusammen mit dem Gemüse und den Steaks in einer Auflaufform verteilen. Soße darüber gießen. Den Emmentaler raspeln und darüber streuen. Im vorgeheizten Backofen (Ober-Unterhitze 200 Grad, Umluft 175 Grad, Gas Stufe 3) 10 - 12 min gratinieren. Zum Anrichten mit der restlichen Petersilie bestreuen.

Mangomousse

1 reife Mango
50 ml brauner Rum
3 TL Limettensaft
6 Blatt weiße Gelatine
150 g Sahne
30 g Zucker
Granatapfelkerne für die Garnitur

Mango schälen und das Fruchtfleisch würfeln. Den Rum erhitzen. Mangowürfel und Limettensaft zufügen und alles für 2 Min bei geringer Hitze dünsten. Die in kaltem Wasser eingeweichte Gelatine ausdrücken und hinzufügen. Wenn die Gelatine sich aufgelöst hat, die Masse pürieren und vom Herd nehmen. Wenn die Masse anfängt zu gelieren (ca. 30 min), die Sahne mit dem Zucker steifschlagen und unterheben. In Schälchen füllen und im Kühlschrank fest werden lassen (min. 6 Std., besser über Nacht). Zum Servieren mit Granatapfelkernen garnieren.

Avocado-Nocken

½ reife Avocado
2 EL Zitronensaft
125 g Frischkäse
4 TL brauner Zucker
4 EL Ahornsirup
Pistazienkerne und frische Minze für die Garnitur

Avocado schälen, entkernen, fein pürieren und sofort mit Zitronensaft verrühren. Frischkäse und Zucker mit den Quirlen des Handrührers unterschlagen. Die Masse zugedeckt 1 Std. kalt stellen. Dann mit zwei Teelöffeln Nocken abstechen und auf vier Teller verteilen. Die Nocken mit etwas Ahornsirup beträufeln und mit Pistazienkernen und Minze garnieren.

Lammlachse in Balsamico-Soße

4-5 Stiele Thymian
1 Knoblauchzehe
5-7 EL Öl
4 Lammlachse (à ca. 150 g)
400 g Zuckerschoten
1 kl. Zwiebel
Salz und Pfeffer

1-2 EL Zucker
6-8 EL Balsamico-Essig
½ l Gemüsebrühe
Evtl. 1-2 EL dunkler Soßenbinder

Thymian waschen und, bis auf etwas zum Garnieren, abzupfen. Knoblauch schälen, vierteln. Beides mit Öl verrühren. Fleisch trocken tupfen und mit dem Würzöl mind. 1 Std. abgedeckt marinieren.

Zuckerschoten putzen und waschen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Das Fleisch aus der Marinade nehmen. 1-2 EL des Würzöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin 8-10 min rundherum anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und in Alufolie gewickelt etwas ruhen lassen.

Zwiebel im heißen Bratfett glasig dünsten. Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Essig, 100 ml Wasser und die Brühe zufügen. Einmal aufkochen und bei milder Hitze unter Rühren 5 min köcheln lassen.

Zuckerschoten in wenig kochendem Salzwasser zugedeckt 3 min blanchieren. Abgießen. Fleisch aus der Folie nehmen und den Fleischsaft in die Balsamico-Soße rühren. Die Soße abschmecken und ggf. mit Soßenbinder andicken. Alles anrichten, mit Rest Thymian garnieren. Dazu passt Kartoffelgratin

Rhabarber-Himbeer-Gelee

6 Blatt weiße Gelatine
½ l Rhabarbersaft (Reformhaus)
2 TL Zucker
2 TL Zitronensaft
150 g Himbeeren (frisch oder TK)
Vanillesoße oder süße Sahne nach Geschmack

Himbeeren auf 4 Dessertgläser verteilen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Rhabarbersaft zusammen mit dem Zucker und dem Zitronensaft erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Gelatine ausdrücken und im warmen Saft auflösen. Den Saft über die Himbeeren verteilen und im Kühlschrank mind. 6 Std. stocken lassen. Dazu passt Vanillesoße oder süße Sahne

Frohe Ostern und
einen guten Appetit wünscht
Anja Lehnert

Der Kranich

Nun fliegen sie bald wieder, diese stolzen Vögel, von ihren Winterrastplätzen in den Mittelmeerländern zur Pommerschen Boddenküste auf den Darß und nach Skandinavien. Ihr Zug in großen keilförmigen Schwärmen geht unter anderem über Soest und Sassendorf.

Um übergroßen Schaden bei den Landwirten zu vermeiden organisiert der NABU „Ablenkfütterungen“, die gleichzeitig der Beobachtung dienen. Bis in den Sommer finden die Tiere auf Wiesen genügend Nahrung, danach suchen sie abgeerntete Felder auf. Dort wer-



Die Brutgebiete des Kranichs sind der Nordosten Europas bis Asien. Weser und Aller markieren das westliche Verbreitungsgebiet, der 51. Breitengrad die südliche Grenze.

Der Kranich hat schon immer den Menschen fasziniert. Daher beobachten ältere und jüngere Zeitgenossen den Kranich und seinen Flug. Der NABU hat in Groß Mohrdorf am östlichen Ende des Darß- zwischen Barth und Stralsund- ein „Kranich- Informationszentrum“ errichtet, in dem nicht nur vielseitig über den „Kranich“ informiert wird, sondern auch Kraniche störungsfrei beobachtet werden können.

Die im Frühjahr in der Boddenlandschaft einfallenden Vögel nutzen die flachen Bodengewässer als Brut- und Sommerraststätten. Später suchen sie auf benachbarten Grünländereien und Getreidefeldern nach Nahrung. Insbesondere abgeerntete Maisfelder werden gern aufgesucht.

den zuerst die an der Oberfläche liegenden Körner gefressen und durch Wühlen tiefer liegende sowie Würmer und Insekten. Maiskörner werden auch vom Kolben direkt gefressen.

Bei Sonnenuntergang kehren die Kraniche zu ihren Schlafstätten zurück. Von den Häfen auf dem Darß, aus Prerow, Zingst, Wieck, Barth und Born, fahren in dieser Zeit Boote zu bestimmten Stellen in den Bodden und ankern dort, von denen die zurück kehrenden Kraniche gut beobachtet werden können.

Es ist ein ganz besonderes Erlebnis, ein großartiges Naturschauspiel, wenn die Kranichschwärme in der untergehenden Sonne nacheinander zu ihren Rastplätzen ziehen.

Im vergangenen Herbst konnten wir nach Angaben des Kapitäns eines der Boote über 30.000 Tiere beobachten.

Bis zu 70.000 Kraniche leben im Frühjahr-Sommer in den pommerschen Boddengewässern. Unter lauten Rufen schreiten die Vögel zunächst in Gruppen zu einem Sammelplatz und fliegen danach zu ihren Schlafplätzen, die bis zu 20 km entfernt sein können. Der „**Kranichtanz**“, die **Balz und Paarung**, findet zwar das ganze Jahr über statt, ist naturgemäß im Frühjahr am intensivsten.

Etwa 3-6 Wochen nach ihrer Ankunft suchen die Vögel einen Brutplatz in feuchtem Gelände, wobei eine Wassertiefe von 30 – 60 cm hinter einer Deckung angestrebt wird und beginnen mit dem Nestbau aus Schilf, Röhricht, Binsen und Gräsern. Das Nest liegt ca. 10-20 cm über dem Wasser und wird bis zu 1 Meter im Durchmesser.

Der brütende Kranich liebt eine freie Sicht auf sein Gelege. Das Gelege von meist nur 2 Eiern wird 29-31 Tage von beiden Vögeln bebrütet; das Schlupfgewicht der Küken liegt zwischen 120 -150 g.

Nach dem Schlüpfen nehmen die Jungvögel trotz Zufütterung durch die Altvögel etwas ab und zeigen durch gegenseitige Schnabelhiebe ihre Aggressionen.

Nach dieser Phase gehen die Familien frühzeitig außerhalb des Nestes auf Nahrungssuche in benachbarte Felder, Wiesen oder Wälder, kommen aber zum Schlafen in ihre Nester zurück. Verluste an Jungvögeln treten dann vermehrt auf, wenn der Brutplatz trocken fällt und Räuber(Greif- und Rabenvögel, Füchse u.a.) die Jungtiere vertilgen können.

Etwa 10 Wochen nach dem Schlüpfen sind die Jungtiere flugfähig und fast so groß wie die Altvögel.

Ab September schließen sich die Kranichfamilien den Nichtbrütern in den Sammelplätzen an und ziehen mit ihnen nach Süden in die Winterquartiere. Während Kraniche noch vor Jahrzehnten im März in die Brutgebiete am Darß zurück kamen, kommen sie jetzt öfters schon im Februar zurück. Ein späterer Abzug und sogar Überwinterungen wurden festgestellt.

Kraniche können recht alt werden, in Gefangenschaft bis zu 40 Jahren; wildlebende Tiere werden aber kaum so alt.

Der Kranich lebt normalerweise monogam; neuere Forschungen zeigen, dass ein Partnerwechsel möglich ist. Der Kranich pflanzt sich i.a. das erste Mal mit 3 Jahren fort. Angestammte Brutpaare nehmen etwa zur gleichen Zeit ihre Reviere in Besitz und ziehen gemeinsam in die Winterquartiere Ungeklärt ist, ob die Brutpaare später auch zusammen bleiben.

Die majestätische Schönheit und die **spektakulären Balztänze** der Kraniche haben die Menschen frühzeitig beeindruckt. Dabei springen sowohl Männchen als auch Weibchen mit ausgebreiteten Flügeln laufend umher und geben Trompeten haft laute Töne, die durch den Resonanzraum der 100- 130 cm langen Luftröhre entstehen.

Durch Aufrichten des Oberkörpers, Abwinkeln der Flügel und durch gurrende Laute fordern die Weibchen ihre Partner zur Paarung auf. Ist der Tretakt vollzogen, springt das Männchen über den Kopf des Weibchens vorwärts ab.

Anschließend geben die Paare längere Zeit laute Duettrufe in einer abgestimmten Tonfolge. Dabei richten sich die Tiere auf und neigen Kopf und Schnabel nach hinten; nun folgt meist eine Putzphase.



Das neue Soest-Buch ist da!

Nach dem Motto „Ein Spaziergang durch die Zeit“ wird durch die Gegenüberstellung alter und aktueller Fotos – aus gleicher Perspektive fotografiert – gezeigt, wie sich Straßen und Plätze mit den Jahren entwickelt haben. Gemacht hat das Buch das Trio Hans Rudolf Hartung (Text), Peter Dahm (Fotos) und Uwe Schedlbauer (Redaktion). Unterstützt wurden sie wieder vom Stadtarchiv der Stadt Soest.

Wer erinnert sich noch an den Bau der Sparkasse in den 70er-Jahren? An das alte Hallenbad? An den Marktplatz vor und nach dem Krieg? An die alte Molkerei, die einst am Bahnhof lag?

Gehen Sie mit auf einen Spaziergang auf über 100 Seiten durch das wunderschöne Soest.

Das Buch kostet 14,95 Euro und ist in den Anzeiger-Lesershops und im örtlichen Buchhandel erhältlich.

Der Kranich erreicht eine stattliche Größe von 1,20 m und ist damit größer als Storch und Graureiher, seine Flügelspanne beträgt ca. 2,20 m.

Seine langen Beine überragen beim Fliegen den Schwanz. Trotz seines Gewichtes (Männchen bis 7 kg, Weibchen bis 6 kg) sind Kraniche gute Flieger, die bis zu 2000 km am Stück zurücklegen können. (Tagesetappen von 100 km und mehr sind die Regel).

Carl von Linne bezeichnete 1758 den Kranich als *Ardea grus*. Der Name **Kranich** ist etymologisch von den altdeutschen Wörtern „Kran“, „Kranach“ und „Krye“ abgeleitet. Der **Kranich** ist in der Heraldik das Symbol der **Vorsicht und der Wachsamkeit**.

Wir erinnern uns hierbei an Schillers Ballade „Die Kraniche des Ibykus“. Den Römern galt der Kranich als Symbol klugen Handelns.

Aus der Vigilantia, der militärischen Wachsamkeit, wurde die „*Grus vigilans*“. Dabei hält der Kranich einen Stein in seiner Klaue hoch, damit er im Falle des Einschlafens der Personen diese durch das Geräusch des fallenden Steines wecken könne.

Kirchenvater **Ambrosius** verwendet das Bild vom Kranich als ein Gleichnis für die Furcht vor Gott zum Schutz gegen Teufel und Sünde. Der fallende Stein des Kranichs wird mit Glockengeläut verbunden und im Übrigen sollten Menschen es dem Kranich gleich tun und die Schwachen schützen.

Im Volksmärchen und in der Literatur wird **der Kranich als etwas Erhabenes** bezeichnet und mit positiven Eigenschaften verbunden, als Verkünder von Geburt, Hochzeiten, aber auch von Tod und Krieg. Der römische Schriftsteller **Varro** berichtet, dass Kraniche als **Hausvögel** zur Bewachung gehalten wurden, um mit ihren Schreien vor Raubtieren und Greifvögeln zu warnen.

Im Mittelalter galt der Kranich als edle Beute, der mit Netzen und Leimruten gefangen wurde.

Im Falknerbuch des Stauferkaisers Friedrich II ist der Kranich als Schönheit aufgeführt, in China und Ägypten wird der Kranich ebenfalls als Ziervogel ersten Ranges bezeichnet.

Demgegenüber hat Friedrich Wilhelm I von Preußen die Jagd auf Kraniche als „Samenräuber“ und „wegen des großen Schadens in den Flusstälern und kultivierten Auen“ angeordnet. Heutzutage ist der **fliegende Kranich das Markenzeichen der Lufthansa**, die ihn seit 1926 als Firmenzeichen verwendet.

Auch ausländische Air Lines in Japan und Afrika verwenden das Kranich-Symbol.

Quelle: Kranich-Informationszentrum Jobst Oehmichen.

Seniorenose am Aldegrevewall Im Herzen von Soest!



Aldegrevewall 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 Aldegrevewall“

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.

Rätsel zum Umdenken

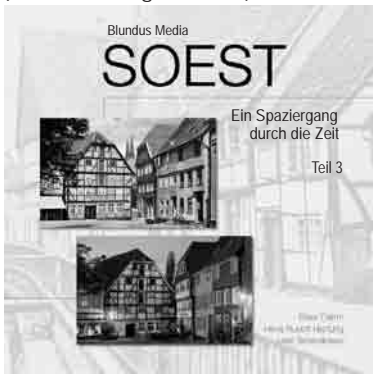
Ändern Sie einen Buchstaben in jedem der Wörter, sodass sich ein neues Wort ergibt. Dabei können aus Hauptwörtern Tätigkeitswörter oder Eigenschaftswörter werden. Die ausgetauschten Buchstaben ergeben, von oben nach unten gelesen, den Lösungsspruch.

Viel Spaß beim Lösen wünscht Ihnen
Wolfgang Hoffmann

Bitte reichen Sie Ihre Lösung bis zum 10. Mai 2013 im Seniorenbüro ein.

Reste -	Weste		Futter -	Butter		grau -	Frau
Balkon -			Hacke -			Schwank -	
Kram -			schlicht -			Schrott -	
Pacht -			Alster -			Ballon -	
rund -			Hektar -			Genf -	
Juni -			Irland -			Gedicht -	
Sohn -			Eiche -			sinken -	
Vortrag -			intern -			Beil -	
			Parat -				
			eisig -				

1. Preis das neue Buch
„Ein Spaziergang durch die Zeit“
(Beschreibung s. S. 36)



2. Preis das neue Buch
„Soester Kirmesgeschichten 2“



3. Preis den Stadtführer
Soest Rundgänge



Die Gewinner werden ausgelost und benachrichtigt.

Rätselauflösung von Heft 4/2012

Die Lösung lautete:

Ski und Rodel gut – Hals- und Beinbruch!

In meiner Heimat Schlesien waren die Sommer heißer und die Winter kälter und schneereicher als hier im Westen. Das kommt durch den Einfluss des Kontinentalklimas in Russland. Ich lernte viel früher Skifahren und Schlittschuhlaufen als Fahrrad zu fahren. Kein Berg war zu steil für unsere Verfolgungsjagden, die oft mitten durch Baumbestände gingen. Stürze – ja, Knochenbrüche – niemals.

Heute bin ich über achtzig und ängstlich, auf die Straße zu gehen, wenn es mal geschneit oder der Regen den Gehweg in eine Rutschbahn verwandelt hat. Es gibt sicher mutigere Menschen meines Alters. Aber stürzen – hoffentlich nicht. Einen Knochenbruch riskieren? Eine furchtbare Vorstellung. Also in diesem Sinne: Ski und Rodel gut – für die Jüngeren! Hals- und Beinbruch für keinen!

Wolfgang Hoffmann

Wenn Sie Ihre (richtige) Lösung im Seniorenbüro abgegeben und bei der Auslosung der Gewinner gewonnen haben, werden sie in Kürze vom Seniorenbüro benachrichtigt.

Humor



Eine 70-jährige Frau, die mit ihrer 90-jährigen Mutter zusammenlebt, bekommt nach der Untersuchung von Arzt gesagt, dass sie nicht mehr allein leben kann und in ein Seniorenheim umziehen sollte. Die alte Dame seufzt und klagt: „Ich will ja schon lange in ein Seniorenheim, aber meine Mutter lässt mich ja nicht.“

Herr Pöppels blättert hastig in der Zeitung. „Was machst du denn da?“ fragt ein Kollege. „Ich suche den Artikel, in dem berichtet wird, dass ein Ehemann seine Frau umgebracht hat, weil sie seine Anzugtaschen durchsucht hat.“ „Und was willst du damit?“ „In meine Anzugtasche stecken.“

„Da gratuliere ich aber,“ sagt die Verkäuferin lächelnd, „Sie sind der erste Kunde, der sich darüber beschwert, dass der Fallschirm nicht aufgegangen ist.“

„Wird man eigentlich stark, wenn man nur Büffelfleisch isst?“ „Wohl kaum, mein Bruder isst seit Jahren nur Fisch und kann immer noch nicht schwimmen.“

Fragt der Sohn seinen Vater: „Papa was isst der Mann da vorne für einen großen Keks?“ Antwortet der Vater: „Das ist ein Amerikaner!“ „Ok, Papa“ erwidert der Junge „was isst der Amerikaner für einen großen Keks?“

Wo kommt Sylvester vor Weihnachten? (Im Duden)

Ein Kunde bemängelt in einem Textilgeschäft bei der Anzuganprobe die Länge der Hosenbeine. Da deutet der Verkäufer auf seine eigene Hose und sagt: „Mein Herr, so trägt man das heute.“ Darauf der Kund knapp: „Ich will ja auch nicht so herumlaufen wie Sie.“

Siegfried ist Mitglied eines „Mittelaltervereins“ in Soest. Er sitzt „gewandet“ im Wartezimmer eines Arztes und wartet, dass er an die Reihe kommt. Da kommt ein Polizist und setzt sich neben Siegfried. Er mustert Siegfrieds Kostüm im Stil des 15. Jahrhunderts und fragt irritiert: „Sagen Sie mal, wie lange warten Sie schon?“

Die Mutter sieht mit ihrem zehnjährigen Sohn im Fernsehen einen Bericht über Schönheitsoperationen. „Mama,“ fragt der Junge, „willst du auch so was machen lassen?“ „Habe ich denn schon so viele Falten?“ „Du musst schon lachen, sonst kann man sie nicht sehen.“

Ausgewählt von Günter Marske

Impressum

Herausgeber: Stadt Soest – Der Bürgermeister

Redaktionsteam: Hety Büchte, Barbara Gaubitz, Hans-Werner Gierhake, Irmgard Grotjohann, Johanna Hoffmann, Wolfgang Hoffmann, Hannelore Johanning, Franziska Kossel, Sabine Lehnert, Anja Lehnert, Diethard Pense,

Redaktionsleitung: Andreas Müller, Seniorenreferent der Stadt Soest

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



Wiesenkirche Fotograf Peter Dahm, Soester Anzeiger