



 KREISSTADT **SIEGBURG**

65ER NACHRICHTEN

VIERTELJAHRESZEITSCHRIFT
FÜR DIE ÄLTEREN MITBÜRGER

In dieser Ausgabe lesen Sie:

Allgemeines

Seniorenstiftung 2012/Die positive Wirkung des Schreibens	3
Urlaubsvertretung für pflegende Angehörige schafft Entlastung/Reiseapotheke: Das muss rein!	4
Gönnen Sie sich jeden Tag eine gute Mahlzeit!/Ergänzung zur „Kalten Ente“	5
Veranstaltungen der Stadt Siegburg für Senioren/Betreutes Wohnen-Häusliche Pflege-Altenheime-Essen auf Rädern-Kurzzeitpflege/Senioreneinkaufsdienst der Kreisstadt Siegburg/Aufruf Freizeittipps	6
Denksport: Buchstaben-Symbole	7
Nachlese zur Seniorenstiftung 2011/Fleischlos grillen	8
Reise nach Lappland	9/10/11
Das schwache Herz	11
Über die zwischenmenschlichen Beziehungen/Schwimmspaß ohne Nebenwirkungen/Auflösung	12
Denksport	12
Cholesterinspiegel - wie hoch darf er wirklich sein?/Nachruf	13
PC-Speicherprobleme/Einfache und schnelle Hilfe im Trauerfall	14
Fotorätsel	15
Die Engel der Stadt Siegburg	16
Schön wie Lassie/Bilder vom alten Siegburg gesucht!	17
Bewegung im Alter - Fitnessstraining fürs Gehirn/Salat lieber selbst schnippeln	18
Deine Wirbelsäule	19/20
Heiße Zeit für Salmonellen - Im Sommer mehr Lebensmittelvergiftungen/Alzheimer Sprechstunde	21
Veranstaltungen bis September 2011	22-24

Besinnliches

Der Duft des Sommers/Maß halten!	25
Eine schwierige Frage/Ein Prost auf die Gesundheit!/Frühlingserwachen?	26
Blumensträuße für besondere Anlässe	27
Es leuchten die Sterne/Guten Morgen/Gebet einer Sekretärin	28
Lachen ist gesund/Urlaubsmoment/Blume am Wegesrand/Mädchen am Fluss	29

Vom wahren Jakob und dem weiten Weg zu ihm/Liebe Nacht	30
Der liebe Gott/Schlaflos/So kann es gehen!	31
„Gefreiter“/Einwohner des Universums bin ich/Mein Leben/Sommerzeit.../Doris	32
Ich will nie ins Altenheim, denn.../Begegnung!	33
Ein romantischer Abend	34
Erinnerung/Gedanken zum Wetter/Spätsommer/Vater	35
Schicksal eines Vogels/An dä Thek - Dä Pitter un et Marie	36
Was die Liebe ist!/Juli/Zum Nachdenken	37
Mein Dr. Wald/„Spitzbub“/Über die Verantwortung	38
Glückwünsche	39/40

Nostalgisches

Notenfund in Kaldauen komplettiert GERMANIA-Archiv	41
Die Häuser der oberen Mühlenstraße Teil I	42/43
Fotoerinnerung	43
Milchpils/Meine Zeit in Wolsdorf	44
Circus Franz Althoff, Tiger, Fleischvergiftung	45/46
Fotoerinnerung	46
Erinnerungen an meinen Mitbruder Pater Rhabanus Haacke Teil I	47/48
Leserbrief	48
Markttage in Siegburg	49/50
Pfingsten 1947 an der Urfttalsperre	51/52
Erinnerungen an meine Schulzeit ab 1941/Finderlohn	53
50 Jahre Mauerbau	54
Ministrant in der Siegburger Benediktinerabtei	54/55
Oma mochte es deftig und kräftig	55/56
Weiteres zu den Gebrüdern Busch/Fotoerinnerung	56
Erlebnisse und Erinnerungen mit dem Schubertbund Teil XV	57/58
Fotoerinnerungen	59
Zur Geschichte der Schule in Wolsdorf Teil IV	60
Jugend auf dem Bauernhof 1936-1945	61
Turnen in Buisdorf	62/63
Mein erster Schulausflug	63
Ausgewandert vor 140 Jahren Teil IV/Fotoerinnerung	64
Heirat 1951	65

Herausgeber:

Kreisstadt Siegburg, 53721 Siegburg, Nogenter Platz 10,

Finanzielle Unterstützung zur Herausgabe dieser Ausgabe gewährten:

Optiker Hilbich, Siegburg; Kreissparkasse Köln; Seniorenzentrum Siegburg GmbH; Orthopädie Kurenbach, Siegburg; Comp-/S R. Ballensiefen, Siegburg; Dr. med. dent. Cato Ferrier, Siegburg

Redaktion:

Heinz-Dieter Gessner, Tel: 02241/102-290 (heinz-dieter.gessner@siegburg.de)

Marion Ulmke Tel: 02241/102-254 (marion.ulmke@siegburg.de),

Andrea Hermes, Tel: 02241/102-291 (andrea.hermes@siegburg.de)

Auflage:

8.000

Titelbild:

Sommerrodelbahn in Kaldauen in den 50er/60er Jahren

Redaktionsschluss:

Um Beiträge für bestimmte Quartale zeitgemäß berücksichtigen zu können, bitten wir, folgende Abgabetermine zu beachten:

für die **Frühlingsausgabe: 01.01.** **Sommerausgabe: 01.04.**

Herbstausgabe: 01.07. **Weihnachtsausgabe: 01.10.**

Ein Bezugspreis für die Seniorenzeitung wird nicht erhoben. Jedoch freuen wir uns über Spendenüberweisungen an die Stadtkasse Siegburg unter Angabe 459101 5000000 315010101 auf Konto 200330013 bei der Brühler Bank eG, BLZ 37069991 oder Konto 1005958 bei der Kreissparkasse Köln, BLZ 370 502 99. Für Spenden bis zu 200,00 Euro gilt der Überweisungsträger als Spendenbeleg. Für höhere Beträge erhalten Sie eine gesonderte Spendenbescheinigung der Stadt Siegburg. Allen Spendern herzlichen Dank!

Senioren-sitzung 2012

Am 14. Februar 2012 findet wieder die große Senioren-Karnevalssitzung der Kreisstadt Siegburg zusammen mit den Funken Blau-Weiß, den Stadtsoldaten Rot-Weiß und der Damenkarnevalsgesellschaft Sonnenschein in der Rhein-Sieg-Halle statt. Wir freuen uns, auch 2012 wieder ein Spitzenprogramm mit Stars aus Funk und Fernsehen anbieten zu können.



Die **Kartenreservierung** für die Sitzung ist ab dem 20.09.2011 telefonisch unter folgender Rufnummer möglich: 02241/102-291 oder persönlich, Zimmer 117 im Rathaus. Die Veranstaltung ist vorrangig für in Siegburg wohnende Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren bestimmt, aber auch auswärtige Seniorinnen und Senioren sind herzlich willkommen, sofern Sitzplatzkapazitäten frei sind.

Der Preis der Karte beträgt 23,50 €. Für die über 70-jährigen Siegburger gibt es eine Ermäßigung von 2,50 €. Im Kaufpreis enthalten sind Kuchen, Kaffee, ein „kölscher Tapasteller“ und alle Getränke. Die Verteilung der Plätze erfolgt über die Stadtbetriebe Siegburg AöR, Frau Andrea Hermes. Der **Kartenverkauf** startet ab dem 04.01.2012, dienstags bis freitags von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr an der Kasse des Stadtmuseums. Die Karten sollen möglichst bis zum 20. Januar 2012 abgeholt werden.

Wegen der jährlich großen Nachfrage ist eine Reservierung empfehlenswert.



Die positive Wirkung des Schreibens

Vielen Lesern sind fritzderjohann (Fritz Johann Andrzejewski), der vor mehr als zehn Jahren „Schreiben als Medizin“ für sich entdeckt hat, und seine Bücher ein Begriff.

Im März 2011 erschien ein neues Werk.

Der Verfasser schreibt dazu:

In meinen bisherigen Sachbuchveröffentlichungen habe ich mich hauptsächlich mit dem kostengünstigen (Selbst-)Verlegen von Büchern beschäftigt, was einige von Ihnen zu einer eigenen Buchveröffentlichung angeregt hat.

Mit SchreibMedizin möchte ich Ihnen, wie auch schon mit Kreaktiv das Schreiben von eigenen Gedichten, Geschichten und Merksätzen schmackhaft machen und Ihnen dabei die positive Wirkung des Schreibens nahebringen.

Neben Schreibbeispielen aus der eigenen Textwerkstatt stelle ich Ihnen Arbeiten von Autoren vor, die ebenfalls über gute Erfahrungen mit dem entlastenden Schreiben berichten können. Am besten lesen und testen Sie SchreibMedizin für sich selbst.

Innerhalb kurzer Zeit sind bereits zwei Auflagen des neuen Buches vollständig vergriffen. Eine dritte Auflage ist in der Vorbereitung und wird in Kürze gefertigt.

Die weiteste Buchbestellung hat mich aus Neuseeland erreicht. Von dort aus wurde das Buch bereits an eine deutsche Leserin weiterempfohlen, die ebenfalls bestellt hat. Wie klein unsere Welt doch ist!

Ich wünsche Ihnen ein entspanntes Lesevergnügen mit viel Freude beim Schreiben Ihrer eigenen Texte.

Ihr fritzderjohann

SchreibMedizin erscheint im praktischen Handtaschenformat A 6, hat insgesamt 110 Seiten und kostet 2,80 € (Druckkosten).

Bei Postversand kommen Portokosten hinzu.

Bestellung bei F. J. Andrzejewski,

Telefon: 0178 395 6900

E-Mail: fj_andrzejewski@yahoo.de

Urlaubsvertretung für pflegende Angehörige schafft Entlastung

Johanniter bieten in der Ferienzeit Unterstützung durch „Verhinderungspflege“

Aufopferungsvoll und oft bis an die Grenze der eigenen Belastungsfähigkeit übernehmen viele Angehörige die Betreuung und Pflege ihrer Familienmitglieder. In der Urlaubszeit oder im Krankheitsfall stellt sich dann oft die Frage: Wer kann die Versorgung übernehmen?

Mit der „Verhinderungspflege“ in der häuslichen Umgebung bieten die Johanniter-Sozialstationen für die bevorstehende Ferienzeit auch kurzfristig eine Entlastungsmöglichkeit. Das kann ein regelmäßiger kurzer Besuch sein, bei dem geschaut wird, ob alles in Ordnung ist, oder aber die Lieferung von täglichen Mahlzeiten für die Senioren.

Auch eine umfangreiche pflegerische Versorgung können die Johanniter gewährleisten. Mit dem Wissen um diese Unterstützung genießen die Angehörigen dann sorglos die für sie so notwendigen Ferientage.

Weitere Informationen zur Urlaubsvertretung gibt es in einer Broschüre, die über die Johanniter-Sozialstationen vor Ort erhältlich ist. Interessenten wenden sich bitte an:

- Sozialstation Siegburg, Martina Kastenholz:
☎ 02241 2342364
- Sozialstation Troisdorf, Judith Leiß:
☎ 02241 883311



Wer trotz der Pflege von Angehörigen einmal sorgenfrei Ferien machen möchte, wird von der Urlaubsvertretung der Johanniter-Sozialstationen zuverlässig und professionell unterstützt.

Reiseapotheke: Das muss rein!

Eigene Medikamente sparen Zeit und Nerven

Magen-Darm-Erkrankung, Erkältung, Sonnenbrand – rund 35 Prozent der Deutschen sind im Urlaub krank. Wer sich in dieser Situation auch noch auf die Suche nach Medikamenten machen muss, steht oft vor ungeahnten Hindernissen. „Apotheken im Ausland sind nicht immer leicht zu finden“, sagt Dr. Stefanie Schellhammer, Apothekerin bei der DAK. „Außerdem kann es sein, dass für uns gängige Mittel in anderen Ländern gar nicht frei verkauft werden.“

Auch das sprachliche Problem ist nicht zu unterschätzen: Medikamente heißen oft anders als in Deutschland und der fremdsprachige Beipackzettel verwirrt mehr als dass er hilft. Wer seine eigene Reiseapotheke dabei hat, spart deshalb Zeit und Nerven.

Zur Grundausstattung gehören:

Pflaster, Verbandsmaterial, Einmalhandschuhe, Fieberthermometer, Schere, Pinzette, Schmerz- und Fiebermittel, Nasentropfen und Schleimlöser bei Husten. Medikamente gegen Reisekrankheit und Durchfall, Abführmittel, Salbe gegen Insektenstiche, Brand- und Wundsalbe.

„Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, sollte vorher die benötigte Menge für den Urlaub berechnen und sich entsprechend bevorraten“, rät Dr. Schellhammer. Chronisch Kranken empfiehlt sie, die Reisepläne vorher mit dem Hausarzt zu besprechen.

Da Koffer auch alleine auf Reisen gehen, gehören lebenswichtige Medikamente immer ins Handgepäck. „Wegen der hohen Sicherheitsbestimmungen für Flüssigkeiten und Ähnliches muss der Patient allerdings nachweisen können, dass er die Medikamente während des Fluges benötigt“, sagt Dr. Schellhammer. „Deshalb sollte die Mitnahme vorher vom Arzt bescheinigt werden, möglichst auch in englischer Sprache.“

Quelle: DAK PresseServer

Gönnen Sie sich jeden Tag eine gute Mahlzeit!

Sicher ist: Essen hat nicht nur die Aufgabe, den Körper mit Energie und Nährstoffen zu versorgen, es hat viele Facetten.

Neben köstlichen Speisen gehören zu einem richtig guten Essen für manch einen auch ein schön gedeckter Tisch mit Servietten, Blumen, Kerzen und guten Getränken oder nette Menschen. Warum gönnen wir uns diese Freuden nur zu bestimmten Anlässen und Feiertagen? Kann und sollte Essen nicht jeden Tag zu einem beglückenden Erlebnis werden?

Gehen Planung, Vor- und Zubereitung mit Lust und Freude einher, kann auch das „Alltagsessen“ bewusst zelebriert, kann auch der Eintopf zur auserlesenen Köstlichkeit werden. Schon kleine Variationen bei Zutaten und Zusammenstellungen können den „Speisealltag“ verzaubern.

Viele ältere Menschen leben allein; da fällt es bisweilen schwer, sich zu motivieren, eine Mittagsmahlzeit ansprechend zuzubereiten. Es fehlt die Gemeinschaft; es fehlt der Austausch. Mit etwas Mut und nachbarschaftlichem Engagement könnten sich allein lebende ältere Menschen zu Tischgemeinschaften zusammenfinden: Man könnte - für den Anfang vielleicht einmal in der Woche - gemeinsam essen und die Mahlzeiten abwechselnd oder gemeinsam zu dritt oder viert planen, vor- und zubereiten. Das gemeinsame Essen kann dann jedes Mal aufs Neue zu einem Erlebnis werden und Lebensfreude bereiten.

Neben dem geschmacklichen und dem sozialen Aspekt spielt der gesundheitliche Wert der Mahlzeiten eine gewichtige Rolle.

Gerade im Sommer lassen sich vollwertige, leichte und vor allem leckere Mahlzeiten schnell zubereiten: mit viel frischem Obst und Gemüse, Kartoffeln und einem hohen Anteil an Vollkornprodukten. Drei Handvoll Gemüse und zwei Handvoll Obst lautet die empfohlene Faustformel. Angesichts leckerer Beerenfrüchte, Kern- und Steinobst, Tomaten, Gurken und Salat heißt das „Genuss ohne Reue!“ Dann ist von

Zeit zu Zeit auch ein Eis mit Sahne oder ein Stückchen Torte kein Problem.

Übrigens: Es trägt auch zur Vermeidung von Erkrankungen und zum Wohlbefinden bei, wenn wir ausreichend Flüssigkeit zu uns nehmen!

In diesem Sinne dürfen eigene Rezepte gern einmal variiert werden: statt Sahne Joghurt oder statt fettem Speck etwas mageres Fleisch. Eine ganze Reihe nützlicher Informationen und guter Ideen für leckere Rezepte zum Nachkochen sind zu finden im AID-Heft „Fit ab 50 durch richtige Ernährung“ (Bestell-Nr. DW 20-1510) zum Preis von 5,- €.

Projekt „Im Alter IN FORM“
Anne v. Laufenberg-Beermann,
Dipl.-Trophologin
Sabine Lacour, Dipl.-Oecotrophologin

Quelle: BAGSO Nachrichten

Ergänzung zur „Kalten Ente“

In den „65er Nachrichten“, Frühjahr 2011, Nr. 157, erwähnt Frau Christine Zimmermann die „Kalte Ente“. Dieses Getränk war wahrscheinlich genauso eine Nachkriegskreation wie „Toast Hawaii“. Für private Feste hatte man zur „Kalten Ente“ sogar ein besonderes Gefäß erfunden. Das war eine Glaskanne mit einem Glaseinsatz zum Kühlen. Der Einsatz wurde mit Eis gefüllt und passte auf den Rand der Kanne. Ich kann mir vorstellen, in einigen Haushalten unserer Jahrgänge steht noch so ein Ding in irgendeiner Ecke.



Franz-Günter Höfer, Siegburg

Allgemeines

Veranstaltungen der Stadt Siegburg für Senioren

Die Stadt Siegburg wird ab Herbst 2011 eine Reihe von Veranstaltungen speziell für Senioren anbieten. In Planung ist ein buntes Programm – es wird für jeden etwas dabei sein:

Neben geselligen Nachmittagen gibt es Ausflüge in die Natur sowie Training von Körper und Geist. Führungen mit historischem und kulturellem Hintergrund sind geplant, aber auch interessante Vorträge zu verschiedenen Themen und ein Nachmittag für Kunstinteressierte werden nicht fehlen.

Die Stadt Siegburg lädt Sie ein und bietet diesen Service kostenlos an.

Das Programm wird in der nächsten Ausgabe der "65er Nachrichten" abgedruckt.

Betreutes Wohnen - Häusliche Pflege - Altenheime - Essen auf Rädern - Kurzzeitpflege!

Haben Sie Fragen zu diesen und ähnlichen Themen?

Oder befinden Sie sich gerade in einer hilfsbedürftigen Lebenssituation?

Die Pflegeberatung der Kreisstadt Siegburg hilft Ihnen mit Informationen, Beratung und persönlicher Hilfestellung.

Sie erhalten schnelle Information zur Pflege und Versorgung in „den eigenen vier Wänden“ bei der Suche nach einem geeigneten Pflegeplatz oder bei sonstigen Fragen zum Angebot im Bereich der Pflege und Versorgung im Alter.

Wenden Sie sich an Frau Jaeger-Katzer, Amt für Senioren, Wohnen und Soziales im Rathaus, Zimmer 2, Tel.: 02241-102209.

Unter der Internetadresse <http://.rhein-sieg.pflege.net> können Sie ausführliche Informationen zu den Themen Wohnen im Alter, Heime, Ambulante Pflege, Beratungsstellen, Essen auf Rädern, Hausnotrufe, Kurzzeitpflege, Tages-Nachtpflege oder sonstige Angebote für Senioren für den gesamten Rhein-Sieg-Kreis finden.

Senioreneinkaufsdienst der Kreisstadt Siegburg

Sie sind Siegburger Bürger und über 60 Jahre alt?

Wir erledigen für Sie kostenlos:

- Ihre Einkäufe
- Abholen von Medikamenten, Rezepten und Überweisungen
- Besorgen von Büchern und Medien der Stadtbibliothek Siegburg

Wir begleiten Sie

- zu Arztbesuchen und zu medizinischen Anwendungen
- zu Behörden, zur Bank und zu anderen wichtigen Terminen

Ihre Bestellungen nehmen gerne Frau Sabine Schwender und Frau Dorothe Röhren, vom Amt für Senioren, Wohnen und Soziales, entgegen.

Bestellannahme:

Mo-Do 9-12 Uhr

13-15 Uhr

Freitag 9-11 Uhr

Telefon:02241/102-460

Telefax:02241/102-436

E-Mail: einkaufsdienst@siegburg.de

Liebe Seniorinnen und Senioren,

wir beabsichtigen, künftig weitere Freizeittipps speziell für Senioren in den „65er Nachrichten“ zu veröffentlichen. Hierzu sind wir auf Ihre Hilfe angewiesen. Gesucht werden Institutionen, Veranstaltungen, Treffs etc. Wir sind schon ganz gespannt auf Ihre Tipps.

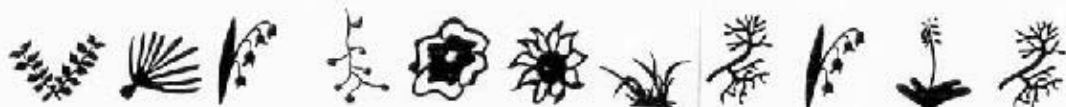
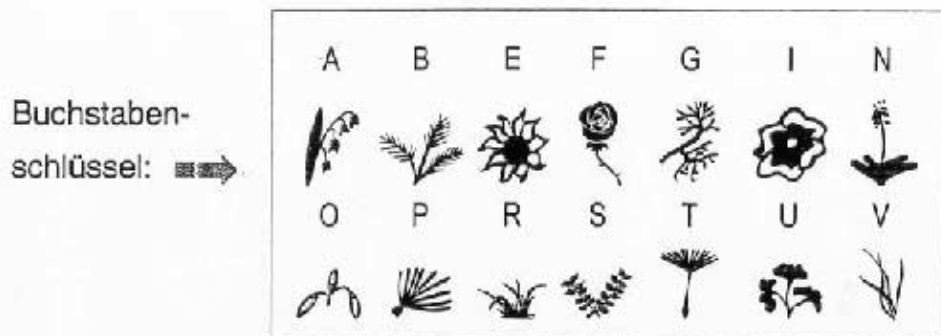
Bitte senden Sie diese an:

Stadtverwaltung Siegburg, Redaktion "65er Nachrichten", Nogenter Platz 10, 53721 Siegburg.

Ihr Team der Redaktion "65er Nachrichten"

DENKSPORT: BUCHSTABEN-SYMBOLS

Ersetzen Sie die Symbole durch den richtigen Buchstaben und Sie entdecken vier Begriffe, die Lust auf Sommer machen. Bei den im Buchstabenschlüssel fehlenden Zeichen müssen Sie allerdings kombinieren!



Für Fragen steht Ihnen die MAT-Trainerin, Liz. der GfG, Ingrid Baum, Tel.: 02241/591582, zur Verfügung

Nachlese zur Senioren-sitzung 2011

Der Andrang am Eingang der Rhein-Sieg-Halle war enorm. Um 13.30 Uhr war Einlass und ich hatte das Gefühl, der größte Teil der Seniorinnen und Senioren war bereits da.

Empfangen wurden wir mit leckerem Kuchen, Kaffee und anderen Getränken. Die Stadt Siegburg hatte zur jährlichen Seniorensitzung eingeladen und viele wollten die Darbietungen auf der Bühne ganz einfach genießen und fröhlich sein. Da die eigentliche Sitzung erst um 15.30 Uhr anfangen sollte, blieb noch genug Zeit für die Leckereien auf den Tischen.

Für schwungvolle Karnevalsmusik sorgte Entertainer Sigi Klein. Völlig neu war für mich das schöne Siegburg-Lied, das ich zum ersten Mal hörte.

Die Stimmung in der schönen Halle war einfach großartig, wer's noch nicht gemerkt hatte, ließ sich gerne anstecken.

Zwischendurch wurde noch ein Teller mit herzhaften Leckereien serviert.

Die Sitzung begann mit dem Aufmarsch der blau-weißen Funken, den rot-weißen Stadtsoldaten und den Sonnenschein-Damen. Die drei Vereine stellten auch das Sitzungskomitee. Die Gruppe der blau-weißen Funken, ob ganz klein oder schon etwas größer, bis hin zu den Jugendlichen, bot ein prächtiges Bild ihres großartigen Könnens. Die Tänze in ihrer ganzen Vielfalt zeigten, mit welcher Begeisterung man dabei war.

Bürgermeister Franz Huhn hielt eine kurze Ansprache und würdigte die beiden ältesten Bürger im Saal (die Dame 96 Jahre, der Herr 91 Jahre alt), ein schöner Orden machte die Ehrung komplett.

Obwohl bedingt durch Krankheit ein Vortragskünstler ersetzt werden musste, tat dies dem Programm keinen Abbruch.

„Et fussich Julche“ (Maritta Köllner) brachte mit ihrem Auftritt die Halle völlig zum Toben.

Ich saß genau an dem Tisch, den sie sich zu ihrer Bühne gewählt hatte. So nah habe ich sie sogar in Köln noch nicht gesehen.

Jede Darbietung, ob von einem oder mehreren Künstlern (Funkentänze, de Boore (Gesangstruppe) oder auch dem Schwiegermutter-Erzähler, war einfach schön.

Den absoluten Höhepunkt des Abends boten zum Schluss die „Höhner“, die die ganze Rhein-Sieg-Halle noch einmal zum Beben brachten. Gegen 20.00 Uhr war das Programm beendet und ich glaube sagen zu können, dass die Gäste die Halle sehr fröhlich und zufrieden verließen.

Ich hoffe, im nächsten Jahr wieder dabei zu sein. Ein herzliches Dankeschön möchte ich an dieser Stelle der Stadt Siegburg und all denen sagen, die dafür gesorgt haben, dass diese Sitzung ermöglicht werden konnte und so schön abgelaufen ist.

Ingrid Beine, Köln

Fleischlos grillen

Wem Würstchen und Steaks auf dem Rost zu langweilig sind, der kann es mit fleischlosen Alternativen versuchen. Zum Grillen eignen sich zum Beispiel fester Tofu sowie der aus Indonesien stammende Tempeh, empfiehlt der aid Infodienst Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz in Bonn. Da Tofu selbst einen eher neutralen Geschmack aufweise, könne er mit vielen Zutaten kombiniert werden.

In Würfel geschnitten lässt er sich in Soja-Soße mit Zitronensaft, Ingwer und Curry einlegen und mit Ananasstückchen aufspießen. Genauso gut schmeckt er zu Gemüse, wenn man ihn in Essig, Öl und Kräutern der Provence mariniert. Tofu sollte, wie andere Grillware auch, in Schalen geröstet werden, damit keine Flüssigkeit ins Feuer tropft. Übrigens: Tofu-Erzeugnisse sind nicht nur vielfältig einsetzbar, sondern auch leicht bekömmlich, kalorienarm sowie reich an Mineralstoffen, hochwertigem Eiweiß und Vitaminen.

Quelle: vigo, AOK Rheinland/Hamburg

Reise nach Lappland

17.08.2010 – 30.08.2010

Zum Kanusport habe ich in den in den 50er Jahren des vergangenen Jahrhunderts als Mitglied der Kanuabteilung des Siegburger Turnvereins gefunden.

Dieser Sportart bin ich bis heute treu geblieben.

Nach den Kanu-Touren in den Jahren 2006 und 2007 und dem Treckingunternehmen durch die unberührte Natur Lapplands im Jahre 2008 gab es 2009 aus organisatorischen Gründen eine Pause.

Zwar wurde an einer Abenteuerreise nach Kamtschatka gearbeitet, doch kam die Tour leider nicht zustande.

Für 2010 sah die Planung eine erneute Bootstour auf dem Harkan vor. Beinahe wäre dieses Unternehmen gescheitert, da einer der Akteure durch einen Verkehrsunfall ausfiel.

Christian (Jahrgang 1976) - Marco (Jahrgang 1977) und ich (Jahrgang 1941) beschlossen dann, die Reise trotz reduzierter Teilnehmerzahl durchzuführen.

Nachdem Christians PKW (Ford C-MAX) mit den notwendigen Dingen beladen war, konnten wir am 17.08.2010, gegen 11.00 Uhr von Mainz aus Richtung Norden starten.

Hamburg - Insel Fehmarn (Puttgarden) - Fähre nach Rodbyhavn (Dänemark) - Kopenhagen - Helsingör - Fähre nach Helsingborg (Schweden) - Stockholm - Sundsvall - Östersund.

Pausen gab es nur, wenn der Tank fast leer war und damit ein Fahrerwechsel anstand.

Nach 19 Stunden und 2.100 km Nordlandfahrt hatten wir schließlich unser erstes Ziel erreicht.

Beim Bootsverleiher in Östersund bekamen wir einen 2er Canadier und einen See-Kajak-Einer.

Nach dem Verladen unserer Ausrüstung und der Boote auf ein Geländefahrzeug, ging es auf Schotterpisten weiter in nördliche Richtung, über die norwegische Staatsgrenze (nicht genau markiert) bis an den Oberlauf des wilden Harkan.

In der Nähe eines tosenden Wasserfalls befand sich unsere Einsatzstelle. Gepäck und Wasserfahrzeuge wurden in schweißtreibender Arbeit nach unten an den Fluss geschleppt, während sich der Bootseigner schon wieder auf der Heimreise befand. Dann ging es an den Zeltaufbau.



Schnell war auch ein Feuer entfacht und eine einfache Mahlzeit gekocht. Wir mussten Energien tanken und Schlaf nachholen, um konzentriert das Wildwasser zu meistern. Doch vor der Zeltruhe gab es noch ein Bad im eiskalten Gebirgs-gewässer.

Fast so kalt wie das Wasser war die Nacht. Der Schlafsack alleine schützte nicht ausreichend gegen die feuchte Kälte. Die Morgensonne dagegen wärmte und trocknete. Angenehme Erfahrungen für Zivilbanausen wie uns.

Der Ruf der Kraniche trieb uns aus den Zelten: Feuer in Gang bringen, Tee kochen, Pfannkuchen herstellen aus Eipulver, Trockenmilch, Mehl und Flusswasser - verfeinert mit Heidelbeeren, die überall ihre blauen Früchte anboten, auch unter dem Zeltboden.

Das Abenteuer Harkan lief sich warm.

Abbau der Zelte, verstauen der Ausrüstung in die beiden Boote, ablegen.

Wir folgten dem Flusslauf. Etwa 180 km lagen vor uns. Was werden uns die nächsten Tage bieten? Wie wird das Wetter sein? Gibt es Hindernisse und wenn, werden wir sie rechtzeitig erkennen und passieren? Werden wir geeignete Rastplätze finden? Was ist, wenn sich jemand verletzt oder erkrankt?

Aber, der Fluss duldet zunächst keine ausgiebigen Gedankenspielchen. Das Wasser war sehr schnell und mit Hindernissen in Form von Gesteinsbrocken gespickt. Äußerste Konzentration war gefordert.

Zwar waren die Ausrüstungsklamotten alle wasserdicht verpackt und mit Leinen gesichert, aber, im eiskalten Wasser kentern mochte niemand von uns.

Nach einer verblockten Gefällstrecke kam dann irgendwann auch ganz sicher ein See. Mal sind es nur wenige 100 Meter, die wir dann auf scheinbar stehendem Wasser zurücklegten, mal

Allgemeines

sind es einige Kilometer.

Je größer die Wasserfläche, umso höher waren die Wellen. Der Sturm blies in Böen von der Seite und ließ die Boote gieren (seitlich vom Kurs abdriften). Die gewünschte Richtung konnte nur mit sehr viel Mühe gehalten werden. Eine kräftezehrende Angelegenheit. Größere Wellen liefen über das Boot. Die Spritzdecke und Paddeljacke verhinderte ihr Eindringen in das Bootsinnere. Aber auch gegen den Regen, der uns in diesem Jahr ungewöhnlich häufig und heftig begleitete, schützten diese Vorkehrungen.

Dafür war die Landschaft grandios. Einsamkeit pur. Birken und Kiefern säumten die Ufer, zogen die Berghänge hinauf, wurden vom Wuchs her immer kümmerlicher, bis die Vegetation fast völlig verschwand.

Wir passierten Biberburgen. Fachgerecht fällen diese Nager ihr Baumaterial in der Weise, dass es von der Uferböschung immer ins Wasser fällt. In den Baumwipfeln - besonders auf höheren Bäumen, die auf kleineren Inseln stehen - hatten Fischadler ihre mächtigen Horste errichtet. Während einer der Altvögel jagt, bewachte Elternteil Numero II das Nest mit der Nachkommenschaft.

Verließen uns die Kräfte, wurde nach einem geeigneten Lagerplatz Ausschau gehalten.

Durch den oft steinigen Untergrund oder die zu ausgeprägte Schräglage des Geländes war die Findungsquote nicht sonderlich hoch.

Außerdem sollte genügend Brennholz in nächster Nähe sein und geeignete Bäume für das Spannen der Wetter-Schutz-Plane.

Lag der Zeltplatz auf einer kleinen Insel, war auch das Problem mit ungebeten Gästen (Braunbären, Elche, Rentiere und Mäuse) geringer. Fängige Angelstellen mussten natürlich auch vorhanden sein, da ein Großteil unserer Nahrung aus schmackhaften Fischen (Saiblinge, Bachforellen, Äschen, Hechte u. Barsche) bestand.

Wenn der Untergrund dann noch mit Heidekraut oder Heidelbeeren bewachsen war, dann war für ein weiches Nachtlager mit entsprechender Schlafqualität gesorgt.

Zum Fisch gab es Brot aus eigener Herstellung. Wurde das Brot knapp, kam die Fertigmischung mit entsprechender Flusswassermenge in einer Plastiktüte zum Ansatz. Der Knetvorgang ge-

schah von außerhalb der Tüte. Dieser Trick verhinderte, dass der Teig an den Händen kleben blieb.

Damit die Hefe oder der Sauerling auch entsprechend "gehen" konnte, kam der Ansatz für eine Nacht mit in den Schlafsack. Die Körperwärme sorgte dann für das entsprechende Kleinklima.

Am Folgetag, nach dem Ansetzen der Brot-Backmischung, wurde der Teig halbiert und zu zwei Kugeln geformt. Inzwischen war man damit beschäftigt, aus Steinplatten einen Ofen zusammenzustellen. Waren keine geeigneten Steine vorhanden, musste eine Grube ausgehoben werden. In beiden Fällen war durch kontinuierliches Verbrennen von Holz die notwendige Backtemperatur zu erzeugen.

Die Brotkugeln kamen auf Alu-Teller, die direkt im Steinbackofen bzw. in einem Topf in der Glut gefüllten Grube verschwanden. Backzeit ca. 45 Minuten. Zeit, um noch schnell ein paar Fische zu fangen, die dann als Filets in die Pfanne wanderten. Der Duft von frischem Brot und gebratenen Fischen ließ das Wasser im Mund in Sturz-bächen zusammenfließen.

War das Wetter gut und roch die Unterwäsche zu streng (auch an den uns verfolgenden Mückenschwärmen erkennbar), dann war ein Washtag angesagt.

Zunächst wurde die wasserdichte Lebensmitteltonne geleert. Anstelle der Nahrungsmittel wanderten Unterhosen, Unterhemden und Strümpfe in das Gefäß. Auf dem Feuer wurde Wasser erwärmt, das dann zusammen mit einem Waschmittel aus der Tube und einigen größeren, runden Steinen zu den Duftspendern in die Tonne kamen. Mit einem Schraubdeckel verschlossen, konnte durch Rollbewegung der Vor- und Hauptwaschgang eingeleitet werden.

Klarspülungen folgten später. Da wir ausschließlich Microfaser-Unterwäsche trugen, lief der Trocknungsprozess relativ schnell ab.

Porentief rein, Hygiene musste sein.

Stand der Wind günstig, kam er also von achtern (hinten) und galt es wieder einmal einen größeren See zu bezwingen, dann wurde gesegelt.

Zunächst bauten wir durch Zusammenbinden der beiden Boote einen Katamaran (Doppelrumpfboot). An den beiden Außenseiten wurde jeweils eine Stange (Mast) mit Schnüren verspannt und an den oberen Enden zusammen

gebunden.

Auf diese Verbindung kam eine Querstange (Rah) und daran ein Poncho aus Heeresbeständen als Segel. Dieses Behelf-Segel war so angebracht, dass es bei zu starkem Wind mit der Rah gerefft werden kann. Ahoi.....Mast- und Schotbruch!!!



Leider hatte der Wettergott auf unserer diesjährigen Tour wenig Freude an unserem Abenteuer. Die letzte Woche in der fast unberührten Wildnis war geprägt durch heftigen Dauerregen. Dieser Zustand konnte negativ auf die Gemüter drücken.

Die Klamotten waren klamm. Die Zelte mussten nass verpackt werden, ebenso die anderen Ausrüstungsgegenstände.

Körperpflege minimal - Menüherstellung eingeschränkt, da Schwierigkeiten beim Feuermachen, - Wäsche waschen entfiel, da Trocknung nur in Feuernähe möglich.

Die letzten Tage der Tour 2010 gipfelten in Kämpfen gegen Wasser, Wind und Wellen.

Wir gönnten uns wenig Ruhe und erreichten damit, früher als geplant beim Bootsvermieter anzulanden.

Hier bezogen wir eine Holzhütte mit Heizung. Auch konnten wir wieder einmal eine warme Dusche genießen. Körper, Geist und Seele liefen zur Höchstform auf. Das gemeinsam konstruierte Abschiedsmahl schmeckte allen vorzüglich.

Am Morgen danach starteten wir die Rückreise, die wir ohne nennenswerte Zwischenfälle meisterten.

Geblichen sind - trotz Wettermisere - Erinnerungen an einen unvergesslichen Abenteuerurlaub.

Helmut Bleifeld, Bacharach

Das schwache Herz

Broschüre zur Diagnose und Therapie der Herzschwäche heute; hilfreiches Herztagebuch

Eine 136seitige DIN A 4-Broschüre hält der Beauftragte der Deutschen Herzstiftung, Rainer Walterscheid, für alle Interessenten bereit. Der Titel: „*Das schwache Herz, Diagnose und Therapie der Herzinsuffizienz heute*“. Es wird umfangreich beschrieben, wie sich ein schwaches Herz zeigt, wie Herzschwäche erkannt wird und was zu tun ist, wenn Therapien nicht mehr helfen, nämlich dann kommen eventuell ein künstliches Herz oder eine Herztransplantation infrage. Und was geschieht danach? Auch das wird in Form eines Interviews beschrieben.

„Psyche und Herz ist ein weiteres umfangreiches Thema in dieser Broschüre, ebenso Betreuungsprogramme und ein Blick in die Zukunft über Ergebnisse der Forschung“, so Walterscheid weiter, der diese Broschüre für 3,- EURO in Briefmarken im Namen der Deutschen Herzstiftung e.V abgibt.

Zusätzlich gibt es noch „*Das Herztagebuch*“, in das man seine täglichen Befindlichkeiten eintragen kann. Es hilft bei der Selbstkontrolle, beispielsweise beim Körpergewicht und dem Verlauf der Beschwerden, die bei der ärztlichen Untersuchung relevante Details sein können.

Hier können für ein ganzes Jahr wichtige Eintragungen neben der Gewichtskontrolle auch die Medikamenteneinnahme dokumentiert werden. Für weitere 1,50 EURO in Briefmarken kann dieser tägliche Helfer neben der Broschüre „*Das schwache Herz*“ unter Telefon 02242/8 56 39 bestellt werden, am besten montags bis freitags in der Zeit von 10-12 Uhr.

Weitere Informationen gibt es unter:

www.herzstiftung.de oder
www.rundumsherz.info.

Allgemeines

Über die zwischenmenschlichen Beziehungen

Mit dem Wort Beziehung verbindet man ja schon das Gefühl, nicht allein auf der Welt zu sein. Es beinhaltet den Austausch mit Freunden und Bekannten, denen man sich anvertrauen kann. Das heißt auch, Kontakt und Spaß zu haben. Oft fällt der Blick auf einen Menschen und man weiß sofort, den kannst du ansprechen. Er hat eine freundliche Ausstrahlung, die ihn für sich einnimmt. Andererseits wird man vielleicht nie auf einen Menschen zugehen mit einem abweisenden Gesicht. Schönheit und Hässlichkeit spielen ebenfalls in der Betrachtungsweise eines Menschen eine wichtige Rolle. Dabei sagt die Betrachtungsweise nichts über den inneren Wert dieses Menschen aus. Bei Menschen, die weniger mit äußerlicher Schönheit bedacht sind, erkennt man erst bei näherer Bekanntschaft innere Werte und Wärme. Schöne Menschen können auf der anderen Seite nichtssagend und kalt sein.

Im Berufsleben arbeitet man oft jahrelang mit Menschen zusammen, mit denen man nie richtig warm wird.

Auch an Beziehungen muss man arbeiten. Man findet Menschen, mit denen man sofort auf gleicher Wellenlänge liegt. Man fühlt sich zu ihnen hingezogen, obwohl man sie gar nicht näher kennt. Es sind Bewegungen, es ist ihre Natürlichkeit, die äußere Haltung, die Farbe der Augen, die einen anziehen. Sie üben einen gewissen Reiz auf ihre Umgebung aus, der ihnen vielleicht selbst gar nicht bewusst ist.

Man lernt auf einer Reise beispielsweise eine Person kennen, man ist sich sympathisch, man läßt sich gegenseitig ein, sich vielleicht auch einmal nach der Reise zu treffen, obwohl das meistens leere Redefloskeln oder reine Höflichkeit sind. Plötzlich erhält man einen Brief mit einer Einladung, mit der man nie gerechnet hat.

Es gibt natürlich auch introvertierte Menschen, die angesprochen werden wollen, von sich aus keinen Kontakt suchen und finden. Gerade bei solchen Menschen erfährt man oft positive Werte, die in ihnen schlummern.

In jeder Beziehung, auch in der Ehe, gibt es Kri-

sen und Probleme, die man versuchen sollte, durch Kompromisse zu beheben. Toleranz und gegenseitige Freiräume gehören dazu. Manchmal muss man dabei über seinen eigenen Schatten springen. Wahre Liebe findet immer zueinander zurück, so sagt man.

Es ist wichtig, gemeinsame Erfahrungen, Sehnsüchte und Liebe auf einen Nenner zu bringen.

Karl Heinz Müller, Lohmar

Schwimmspaß ohne Nebenwirkungen

Im Sommer hat er Hochsaison: der Fußpilz. Wenn sich viele Menschen barfuß in den öffentlichen Schwimmbädern aufhalten, ist die Ansteckungsgefahr besonders hoch.

Das belegen DAK-Zahlen der vergangenen drei Jahre: Während zwischen Oktober und März durchschnittlich 22.000 Fußpilzranke in die Arztpraxen strömen, sind es zwischen April und Juni rund 25.500, in den Sommermonaten Juli, August und September sogar 25.800 - ein Anstieg von über 17 Prozent.

Kein Wunder: Für Fadenpilze, sogenannte Dermatophyte, sind die feuchtwarmen Gemeinschaftsduschen und Toiletten in Schwimmbädern das reinste Paradies.

Die Pilzsporen können lange überleben und warten geduldig auf Fußkontakte. Aufgeweichte Füße sind dann der ideale Nährboden. Cremes gegen Fußpilz sind zwar in Apotheken oder Drogerien erhältlich, doch Vorbeugen ist auch hier besser:

Sofort nach dem Baden oder Duschen sollte man die Zehenzwischenräume sorgfältig trocknen. Außerdem gehören Badelatschen zur Pflichtausrüstung.

Quelle: DAK MAGAZIN fit!

Auflösung von Seite 7:

Blütenduft, Vogelgesang, Spaziergang, Blumenstrauß

Cholesterinspiegel - wie hoch darf er wirklich sein? Mittelmeerküche kann behilflich sein!

Deutsche Herzstiftung: „Grenzwerte hängen vom Gesamtrisiko des Patienten ab“

„Ungünstige Cholesterinwerte im Blut schaden den Blutgefäßen und erhöhen so die Gefahr für Herzinfarkte und andere Herz-Kreislauf-Krankheiten. Allerdings: Ein Gesamtcholesterin, das für den einen Patienten gerade noch akzeptabel ist, kann für einen anderen schon definitiv zu hoch sein. Welche Grenzwerte im Einzelfall gelten, sollte man mit seinem Arzt besprechen“, wie Rainer Walterscheid, der ehrenamtliche Beauftragte von der Deutschen Herzstiftung e.V. empfiehlt. Selbstverständlich sollte es sein, seine Cholesterinwerte überhaupt zu kennen.

„Ab wann mit einer deutlich erhöhten Gefahr für Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu rechnen ist, hängt vom individuellen Gesamtrisiko des Patienten für diese Krankheiten ab“, erläutert die Stiftung. So unterscheiden sich die empfohlenen Cholesterin-Obergrenzen für gesunde Menschen ohne Risikofaktoren erheblich von denen, die für Patienten mit Herz- oder Gefäßleiden als akzeptabel eingestuft werden.

Zuerst mit der Ernährung gegensteuern

Bei allen Menschen ohne Herzerkrankung sollte der erste Schritt zur Senkung eines erhöhten Cholesterinspiegels darin bestehen, die Ernährung umzustellen. Besonders vorteilhaft ist dabei die traditionelle Küche der Mittelmeerlande. Zu ihren wichtigsten Merkmalen gehören viel Obst, Gemüse und Vollkornprodukte, öfter Fisch statt Fleisch sowie als Fettlieferanten Olivenöl oder Rapsöl. „Wie eine aktuelle Studie mit mehr als 500.000 Personen klar belegen konnte“, so die Deutsche Herzstiftung, „vermindert die mediterrane Küche nicht nur das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall, sondern auch für Krebs, die Alzheimer- und die Parkinson-Erkrankung.“

Nach einem Herzinfarkt vermindert die Mittelmeerküche die Gefahr, dass es erneut zu einem Gefäßverschluss im Herzen kommt. Gerade Menschen mit Herz- und Gefäßkrankheiten oder einem hohen Risiko hierfür sollten zusätz-

lich zur Ernährungsumstellung versuchen, ihr gesamtes Risikoprofil zu verbessern.

Ausführliche Informationen zum Thema enthält der Sonderdruck der Deutschen Herzstiftung „*Wie gefährlich ist Cholesterin? – Welche Chancen bietet die Cholesterinsenkung?*“, der gegen € 1,45 in Briefmarken vom ehrenamtlichen Beauftragten Rainer Walterscheid unter Telefon 02242/ 8 56 39, am besten montags bis freitags von 10 – 12 Uhr, bezogen werden kann. Dazu gibt es einen weiteren Sonderdruck zum Thema „*Länger leben durch die Mittelmeerküche*“ und die Broschüre „*dolce vita – herzgesund leben*“ mit Herzinfarkt-Risiko-Test.



Nachruf

Die Redaktion der "65er Nachrichten" trauert um Herrn Dr. Karlheinz Birkmann, verstorben am 7. März 2011 und Frau Elisabeth Mücher, verstorben am 8. Mai 2011. Durch die humorvollen, teils tiefgründigen Beiträge haben sie die Leser der "65er Nachrichten" im besten Sinne unterhalten.

Wir werden Herrn Dr. Birkmann und Frau Mücher ein ehrendes Andenken bewahren.

PC - Speicherprobleme

Vor einigen Jahren, die Computertechnik begann ihren unaufhaltsamen Siegeszug in deutsche Wohnzimmer und ich stand noch im vollen Berufsleben, spielte sich folgende Geschichte ab:

Während der Frühstücks- und Mittagspause wurde im Büro nicht nur gegessen, sondern sich auch erholt; hierzu diente auch der Computer. Im Büro war zu dieser Zeit nicht jeder Arbeitsplatz damit ausgestattet, sondern vier Mitarbeiter teilten sich diesen PC, der längst nicht eine so hohe Speicherkapazität enthielt, wie es heute üblich ist. Eine Kollegin hatte eine private Diskette mit einem Computerspiel dabei und so wurde eifrig gespielt, natürlich alle mit einem Spiel an einem Computer. Am Ende der Pause wurde der jeweilige Spielstand abgespeichert und in der nächsten Pause weitergespielt. Die Diskette nahm die Kollegin wieder mit nach Hause, um dort ebenfalls weiterzuspielen. Kopieren konnten wir die Diskette auch und eine andere Mitarbeiterin nahm die Diskette ebenfalls mit nach Hause und wollte da auch das Spiel weiter vorantreiben. So entstand dann am anderen Tag folgender Dialog:

„Du“, sagte die Kollegin mit der Diskettenkopie, „das Spiel konnte ich zu Hause gar nicht spielen, der Computer stürzte ständig ab.“ Darauf sah sich die andere Kollegin mit der Originaldiskette die Kopie auf dem Arbeitsplatzrechner an und konnte keinen Fehler feststellen. Daher kam von ihr die Frage: „Sag mal, wie groß ist denn dein Speicher?“ Nun sah die Kollegin mit der Kopie die andere ganz entgeistert an (ich habe es heute noch vor Augen) und fragte entsetzt: „Was hat denn mein Speicher mit dem Computerspiel zu tun?“

Natürlich klärte die Mitarbeiterin auf und sprach dann von der Speicherkapazität des Computers, aber das Gelächter war sehr groß und oft wird noch heute daran erinnert – so ist eben das Computerzeitalter.

Udo Heinen, Neunkirchen

Einfache und schnelle Hilfe im Trauerfall

Auf der Internetseite der Verbraucherinitiative Aeternitas erfahren Verbraucher, was im Trauerfall zu tun ist. Der Verein klärt alle Fragen zum Thema Bestattung und zeigt, mit welchen Kosten Hinterbliebene rechnen müssen. Aeternitas hat seinen Internetauftritt inhaltlich überarbeitet, so dass die Besucher einfach und schnell konkrete Informationen finden.

Die Verbraucherinitiative für Bestattungskultur hat ihre Internetseite www.aeternitas.de um eine Reihe von Themen erweitert. Gleichzeitig erleichtern klar gegliederte Bereiche die gezielte Suche in der Fülle an Informationen – im Vorfeld einer Bestattung ebenso wie im konkreten Trauerfall. Die Besucher der Seite entscheiden selbst per Mausklick, ob sie kurz die wichtigsten Fakten oder detaillierte Informationen rund um Trauerfall und Bestattung erhalten.

Aeternitas bietet den Verbrauchern einen Bestattungskostenrechner und Hilfen, wie eine Friedhofsgebührendatenbank und einen Rechtsbereich zu juristischen Fragen. Die Internetseite enthält neben ausführlichen Texten zahlreiche Tabellen, Bilder und Filme. Neuigkeiten aus dem Bestattungswesen, Hinweise auf Publikationen und Downloads von Broschüren ergänzen das Wissen für die Verbraucher. Im Forum können sich Besucher mit anderen Betroffenen und den Aeternitas-Fachleuten austauschen. Jeder, der eine Frage rund um den Trauerfall hat, wird unter www.aeternitas.de fündig – nicht nur Verbraucher, auch Fachleute finden wertvolle Informationen.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Alexander Helbach
Aeternitas e.V. – Verbraucherinitiative Bestattungskultur
Dollendorfer Straße 72, 53639 Königswinter
Telefon: 0 22 44 / 92 53 85,
Fax: 0 22 44 / 92 53 88
E-Mail: alexander.helbach@aeternitas.de

Fotorätsel



In welcher Straße befindet sich diese LKW-Waage auch heute noch?

eingereicht von Werner Thelen, Siegburg

Unter den richtigen Einsendungen werden - unter Ausschuss des Rechtsweges - verlost:

- 1 x 1 Siegburg Krawatte
- 1 x 1 Siegburg Handtuch
- 2 x 1 Buch „Kreuz und Quer durch Siegburg“
- 2 x 1 Buch „Mord in St. Michael“
- 2 x 1 Buch „Roh oder Zärtlich“

Ihre Lösung schicken Sie bitte an:
Stadtverwaltung Siegburg
Preisrätsel „65er Nachrichten“
53719 Siegburg

Einsendeschluss ist der 03.08.2011

Teilnahmeberechtigt sind alle Leserinnen und Leser ab 65 Jahren

Auflösung des Rätsels aus Heft 157:

Auf dem Bild ist das alte städtische Krankenhaus zu sehen.

Gewonnen haben:

- Günter Schiffelmann, Siegburg
- Manfred Meurer, Siegburg
- Dr. Franz Bange, Bergisch-Gladbach
- Hans-Dieter Schmidt, Siegburg
- Elisabeth Hertrampf, Siegburg
- Edith Over, Siegburg
- Monika Pick, Lohmar
- Erhard Schönfeldt, Siegburg
- Ursula Ulb, Troisdorf
- Anneliese Batzenschlager, Siegburg

**Allen Gewinnerinnen und Gewinnern
herzlichen Glückwunsch!**

Die Engel der Stadt Siegburg

In Siegburg wohnte ein vermögendes Ehepaar, Helena und Paul Schmitz. Diese stadtbekanntesten Eheleute hatten es sich zu Eigen gemacht, ihr Vermögen der Stadt Siegburg zu vererben, weil sie selber keine Nachkommen hatten. Paul Schmitz hatte in der Frankfurter Straße eine kleine Fabrik zur Herstellung von Garagentoren. Seine Frau Helena machte die Buchführung. Beide waren sportliche Menschen, die das Gebirge liebten. Helena Schmitz lief für ihr Leben gern Schlittschuh in Davos, in der Schweiz. Auch nachdem ihr Ehemann Paul verstorben war, reiste sie mit den Siegburger Chören um die Welt.

Helena Schmitz war eine beliebte Frau, die sich den Sorgen und Nöten der alten Menschen in Siegburg nicht verschloss. Sie half mit Geld aus, wo sie konnte, in jeder Hinsicht. Sie sorgte dafür, dass es ihrer Schwester, die im evangelischen Altenheim lebte, an nichts fehlte. Ja, solche Engel wie diese beiden, Helena und Paul Schmitz, müsste es mehr auf der Erde geben. Ihr ganzes Vermögen vermachte Helena Schmitz ihrer Heimatstadt Siegburg. Für ihr Engagement verlieh man ihr die Ehrenbürgerschaft der Stadt Siegburg.

Ich saß oft mit Helena Schmitz im Café Fassbender und erzählte mit ihr über frühere Zeiten. Im Winter trug sie einen wunderschönen beigen Nerzmantel mit Kapuze. Sie war in ihrem Haus in der Lessingstraße sehr nobel eingerichtet. Auch dort war ich manches Mal zum Kaffee eingeladen. Sie trug sehr schönen, aber schlicht gehaltenen Schmuck. Ansonsten legte sie nicht viel Wert auf Äußerlichkeiten.

Nach ihrer Erkrankung musste sie dann rund um die Uhr gepflegt werden. Das war dann das Ende einer wunderbaren Freundschaft. Als Gott sie dann von ihrem Leiden erlöste, sangen die Siegburger Chöre in der Trauerhalle das letzte Mal ihr zu Ehren.

Nach einigen Jahren wurde aus dem Vermögen u.a. der Städtische Einkaufsdienst gegründet. Die Mitarbeiter des Einkaufsdienstes nehmen Bestellungen auf und besorgen, was die Seniorinnen und Senioren zum Leben brauchen und fahren die Behinderten und Senioren zum Arzt

oder zur Bank. Sie sind auch mal der Kummerkasten und immer für die Sorgen und Nöte der Senioren da.

Ja, diese Damen und Herren sind nach den verstorbenen Eheleuten Helena und Paul Schmitz nun für Viele die anderen Engel, die dieses Werk fortsetzen.

Ich glaube, dass ich diesen Beitrag im Interesse von vielen älteren Menschen in Siegburg schreiben, die nicht mehr alleine zum Einkaufen gehen können und diesen Einkaufsdienst in Anspruch nehmen.

Einen riesengroßen Dank an alle die Damen und Herren, die diesen Dienst in ihrer freundlichen Art verrichten. Danken möchte ich auch dafür, dass die Lebensmittel und die alltäglichen Sachen bis in die Wohnung gebracht werden, egal ob ins Erdgeschoss oder mehrere Etagen hinauf. Selbst schwere Gegenstände, die man braucht, um im täglichen Leben zurechtzukommen.

Was diese Damen und Herren für uns leisten, ist mit Geld nicht zu bezahlen.

Wenn andere schon Feierabend haben, opfern sie ihre Zeit und sind für die älteren Menschen da. Ohne Wenn und Aber.

Schön, dass es solche Menschen noch gibt.

Ich bin durch einen Treppensturz im Jahre 2002 eine schwerbehinderte Frau und kann nicht alleine in die Stadt gehen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Senioreneinkaufsdienstes waren immer für mich da, auch als ich zeitweise im Altenheim Friedrich-Ebert-Straße 16 lebte.

Und als ich wieder eine eigene Wohnung hatte, freuten sie sich mit mir, dass ich es geschafft habe, wieder alleine zu leben.

Sie bringen einem auch bei einem Telefongespräch Freude in den Alltag. Selbst, wenn man etwas vergessen hat zu bestellen und man wieder anruft, bekommt man immer ein freundliches Wort zu hören. „Ach Frau Lindner, haben Sie was vergessen? Kein Problem, das machen wir noch, ich sag den Herren Bescheid.“

Ja, so etwas müsste es auch in anderen Städten geben.

Ich hoffe, die beiden sehen vom Himmel aus, welchen guten Dienst sie getan haben und dass es auch hier unten auf Erden noch Engel gibt.

Edeltraud Lindner, Siegburg

Schön wie Lassie

Kolumne des Kabarettisten Jürgen Becker

Kennen Sie mein Gesicht? Sie brauchen es sich nicht zu merken, denn es sieht bald ganz anders aus. Ich werde mich wegen einer Schönheits-OP beraten lassen. Das machen doch jetzt alle. Ich habe meinen Arzt mal gefragt, wie man mich richtig schön kriegt. Der meinte, das kostet 20.000 Euro. Und das nur für den Kostenvoranschlag!

Obwohl, ich finde, beim Thema Schönheit wird heute sowieso zu viel Heckmeck gemacht. Ich habe gelesen, über 80 Prozent der deutschen Frauen können sich eine Schönheitsoperation vorstellen ... und zwar bei ihrem Mann. Klar, Frauen wollen, dass wir immer besser aussehen. Die meisten Frauen wünschen sich bei einem Mann große, treue Augen, ein markantes Kinn und Haare auf der Brust. Gut, da sagen viele: Treue Augen, markantes Kinn und Haare – das ist kein Mann, das ist Lassie.

Was es für Männer heute schon alles gibt: Shampoo für Haarwachstum, 1000 Cremes für Männerhaut, Schlamm-packungen fürs Gesicht. Die machen Männergesichter schöner. Zumindest, solange der Schlamm nicht anfängt zu bröckeln. Aber das sind alles Neuerungen. Früher haben sich Männer über die Schönheit doch gar keine Gedanken gemacht. Da hatte man keine Creme für Männerhaut. Da hat man sich das Gesicht nur geölt, wenn man im Brauhaus betrunken ins Eisbein gefallen ist. Aber heute ist Schönheit Thema Nummer eins. Die Amerikaner geben zum Beispiel mehr Geld für Schönheits-OPs aus als für Bildung. Ich finde, das merkt man auch. In Deutschland kommt das auch noch. Immer mehr Leute lassen sich operieren, zum Teil im Ausland, weil das billiger ist. In Bulgarien gibt es Schönheits-Kliniken. Wenn sich eine Frau da beide Brüste machen lässt, bekommt sie eine dritte gratis.

Der berühmte Schönheitschirurg Mang hat sogar eine Klinik in China eröffnet, wo man besonders billige Gesichtsooperationen bekommt. Die haben bislang allerdings nur zwei Gesichter zur Auswahl: „Glück für die ganze Familie“ und

„Ente süß-sauer“. Manche fahren sogar in die Ukraine, um sich die Lippen vergrößern zu lassen. Die machen das da für 20 Euro in der Klitschko-Klinik. Ein Schlag, und die Lippe ist dick.

Ich kenne da aber auch ein Hausmittel gegen kleine Falten: Ich warte, bis sich eine größere Falte entwickelt, wo die kleinen drin verschwinden. Frei nach Wilhelm Busch: Scheint dir auch mal das Leben rau, sei still und zage nicht; die Zeit, die alte Bügelfrau, macht alles wieder schlicht.

Weitere Informationen: www.juergen-becker-kabarettist.de

Quelle: vigo, AOK Rheinland/Hamburg

Bilder vom alten Siegburg gesucht!

Sie haben alte Bilder mit Siegburger Motiven in der Schublade? Fotos von Wiesen, auf denen heute Einfamilienhäuser stehen? Aufnahmen vom Karnevalsanzug im Jahr 1955? Oder von bekannten Gebäuden, die Neubauten weichen mussten?

Für die Veröffentlichung in den „65er Nachrichten“, im Internet-Newsletter „siegburg-aktuell“ und im Extrablatt sucht die Stadt Ihre historischen Erinnerungsstücke an die Kreisstadt.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf! Kontakt: Hanna Hofmann, Telefon 102-409. Bringen Sie die Bilder vorbei, wir scannen sie ein. Rathaus, Nögenter Platz 10, Zimmer 129.

Selbstverständlich geben wir Ihnen die Fotos danach sofort zurück.

Bewegung im Alter - Fitnessstraining fürs Gehirn

Bewegung und sportliche Aktivität wirken nicht nur positiv auf die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System, auch das wohl geheimnisvollste aller menschlichen Organe, das Gehirn, profitiert von körperlicher Aktivität. Das ist auch im Alter so, wie seit Mitte der 1990er Jahre zahlreiche Studien bestätigt haben.

Als einer der ersten hat die amerikanische Forschergruppe um Prof. Arthur F. Kramer den Einfluss von Ausdauersport auf die kognitive Leistungsfähigkeit und das Gehirn untersucht. Sie fand heraus, dass Personen, die an einem sechsmonatigen Walkingtraining teilgenommen hatten, eine bessere Kontrolle der Aufmerksamkeit zeigten als Personen, die lediglich ein sechsmonatiges Stretching-Training absolviert hatten. Das Gehirn der ausdauertrainierten Teilnehmer konnte außerdem wichtige von unwichtigen Informationen effektiver unterscheiden und der altersbedingte Rückgang der Gewebedichte war verlangsamt.

Aber nicht nur ein Ausdauer-, sondern auch ein Koordinationstraining wirkt sich auf die Funktion unseres Gehirns aus, wie eine Untersuchung von Claudia Voelcker-Rehage, Ben Godde und Ursula M. Staudinger von der Jacobs University Bremen ergab. Unterstützt von der Robert Bosch Stiftung und der DAK führten sie eine Längsschnittstudie mit älteren Menschen durch, um erstmals die unterschiedlichen Effekte von Ausdauer- und Koordinationstraining zu erforschen.

Insgesamt 91 Personen im Alter zwischen 65 und 75 Jahren nahmen an der Studie „Bewegtes Alter“ teil. Sie absolvierten ein Jahr lang dreimal wöchentlich in einer von drei Gruppen entweder ein Nordic-Walking-Training, ein allgemeines Koordinations- und Gleichgewichtstraining oder ein Stretching- und Entspannungsprogramm.

Sowohl Teilnehmer des Ausdauer- als auch des Koordinationstrainings zeigten nach Abschluss der Studie eine bessere Kontrolle ihrer Aufmerksamkeit als vorher. Sie brauchten für die schnelle und genaue Lösung von Aufmerksamkeitsaufgaben weniger Gehirnkapazitäten, ihr Gehirn arbeitete also effizienter. Doch es gab auch Unterschiede zwischen den beiden Gruppen: Das Koordinationstraining führte zu Veränderungen in Gehirnbereichen, die mit räumlicher Wahrnehmung zu tun haben, während sich das Walkingtraining

auf Gehirnbereiche auswirkte, die mit Aufmerksamkeitsleistungen in Verbindung stehen. Einzig die Probanden, die nur an dem Entspannungs- und Stretchingprogramm teilgenommen hatten, zeigten keine nachweisbare Veränderung ihrer geistigen Leistungsfähigkeit. Allerdings fühlten auch sie sich deutlich wohler und gaben insbesondere Verbesserungen ihrer Beweglichkeit an. Ein weiterer interessanter Befund ist, dass die Teilnehmer über die zwölf Trainingsmonate nahezu lineare Veränderungen ihrer Hirnaktivierungsmuster zeigten. Das heißt, die Entwicklung verlief kontinuierlich und weder nach sechs noch nach zwölf Monaten war ein Plateau erreicht. Ein längerfristiges Training führt vermutlich zu weiteren positiven Effekten.

Aufgrund der bisherigen Ergebnisse lässt sich nicht abschließend sagen, ob Ausdauer- oder Koordinationstraining die effektivere Trainingsform im Alter ist. Fest steht jedoch, dass beide Formen einen positiven Effekt auf die kognitive Leistungsfähigkeit im Alter haben, denn beide führen zu einer verbesserten Verarbeitung bestimmter Reize.

Quelle: BAGSO Nachrichten

Salat lieber selbst schnippeln

Abgepackte Salatmischungen sind praktisch, wenn's schnell gehen muss. Unter hygienischen Gesichtspunkten schneidet selbst zubereitetes Grünzeug aber besser ab. Zu diesem Schluss kommen die Experten des „aid infodienstes Verbraucherschutz, Ernährung, Landwirtschaft“ in Bonn. Durch die große Oberfläche könnten sich in den Fertigmischungen Bakterien ansiedeln, die beim Essen in den Körper gelangen und unter Umständen eine Infektion auslösen. Wer den Salat aus der Tüte verzehren möchte, sollte den Inhalt in jedem Fall gründlich waschen – auch wenn dies nach Herstellerangaben bereits geschehen ist – und rasch aufbrauchen. Die erhöhte Keimgefahr gelte aber nicht für in Folie verpackte unzerkleinerte Produkte wie Eisbergsalat oder Rucola. Da ihre Blätter unversehrt seien, bildeten sie keine größere Angriffsfläche für Mikroorganismen. Auf der sicheren Seite ist, wer seinen Salat selbst schnippelt. Dabei bleiben nach Auskunft des aid auch mehr Vitamine erhalten.

Quelle: vigo, AOK Rheinland/Hamburg

Deine Wirbelsäule

Solang Du jung bist, ist alles gut:
Deine Wirbel sind auch noch gut.
Wirst älter Du, verändern sich
die Wirbel doch sehr wesentlich.

Die Folgen sind uns wohlbekannt,
doch hast Du's selber in der Hand,
dagegen gleich etwas zu tun –
und das ist meine Botschaft nun:

Du aktivierst die Wirbel frei
und setzt so frische Kräfte frei.
Sechs Übungen, ganz kurz und leicht
und so hast Du schon viel erreicht.

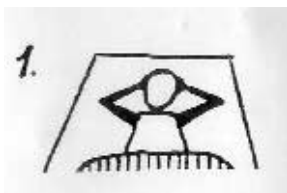
Nur fünf Minuten jeden Tag
und komme, was da kommen mag,
Du bist gerüstet viele Jahr'
und manchmal drüber raus sogar.

Die erste Übung siehst Du nun:
Was Du allein dabei musst tun,
beginne langsam; Schritt für Schritt,
nimm vorsichtig den Kopf zurück.

Lass die Brust nach oben gehn',
dabei kannst Du in Dich gehn'.
Vergiss das Atmen nicht dabei,
dann fühlst Du Dich schon bald sehr frei.

Übung 1:

Hände im Nacken verschränken und die Ellbogen
auf die Matratze runterdrücken. Kopfkissen weg!
Ca. 10 Sekunden so verharren und die Brust
rausstrecken, damit die Spannung spürbar ist.

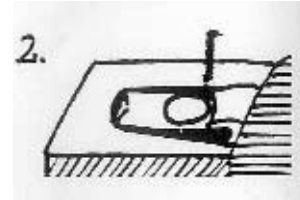


Die zweite Übung leichter dann,
verstärkt, was bei Nummer eins begann:
Du legst Dich ganz entspannt nun hin, drehst Ar-
me, Hände nach oben hin.

Übung 2:

Hände mit verschränkten Fingern (Flechtgriff) und
nach oben gedrehten Handflächen über den Kopf
halten, und die Arme aus den Schultern heraus
nach oben strecken.

Auch hier ca. 10 Sekunden unter Spannung hal-
ten, danach locker fallen lassen und entspannen.



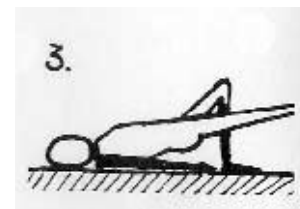
Die dritte Übung konzentriert,
wird gleich nach Nummer zwei probiert.
Ausgestreckt das linke Bein,
das andre soll stets Stütze sein.

Du hebst den Körper langsam an.
Nun spannst Du kurz die Muskeln an;
entspann Dich, fang wieder an,
jetzt ist die andere Seite dran.

Übung 3:

Ein Bein angewinkelt aufstellen, während das an-
dere Bein gestreckt bleibt, die Ferse dabei raus-
drücken. Gestrecktes Bein samt Gesäß leicht an-
heben.

Anfangs drei Sekunden halten. Mit der Zeit auf 10
Sekunden steigern. Das gleiche mit dem anderen
Bein.



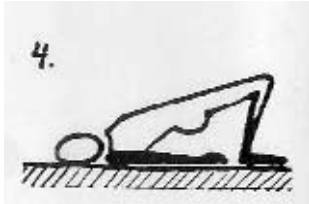
Das wäre eigentlich genug,
doch kommt noch Nummer vier zum Zug.

Den Po hebe schön langsam an
und spann' dabei die Muskeln dann.
Die Arme und die Unterbein'
soll'n dabei feste Stütze sein.

Allgemeines

Übung 4:

Beide Knie anwinkeln und die Füße so nahe wie möglich an den Körper heranziehen. Dann das Gesäß zur Brücke hoch drücken. Auch bei dieser Übung stützt man sich auf die Unterarme.

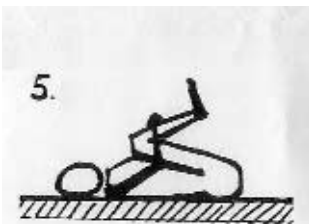


Oh, wie herrlich fühlst Du Dich,
wenn Du die vier machst ordentlich;
vor allem aber, wenn Du dann,
die fünfte Übung schließt gleich an.

Ziehst beide Knie zu Dir hin,
wenn's geht, bis hin zu Deinem Kinn,
beweg' die Bein' zur Seite dann
und halte sie auf Spannung dann.

Übung 5:

Beide Knie bleiben aufgestellt und werden zur Brust gezogen. Kurz halten, danach Knie langsam nach außen ziehen. - Ca. 10 Sekunden unter Spannung halten, dann lockern.

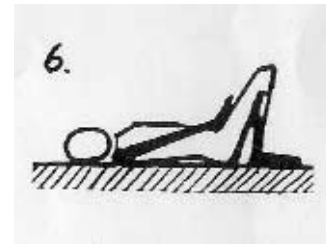


Mit der sechsten Übung, wie sie erdacht,
werden die Wirbel locker gemacht.
Für Druck auf die Leiste, den Po gestrafft
und wie Du sprühst vor Lebenskraft.

Übung 6:

Die Knie sind angewinkelt wie zuvor. Die Füße wieder möglichst nahe an das Gesäß heranziehen und den Po leicht anheben. Nun stützt man sich mit den Händen in Leistenhöhe auf die Oberschenkel ab und drückt sich für ca. 10 Sekunden kräftig davon weg.

Nach einer kurzen Pause die Übung wiederholen. Diese Übung entspannt die Wirbelsäule und vor allem die Lendenwirbel.



Nun hörst Du auf, entspannt Dich schön,
kannst wieder etwas in Dich gehn'.
Dann stehst Du auf, ganz neu beschwingt
und was Du anpackst, das gelingt.

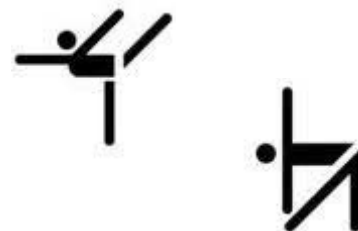
Du lächelst und Du zweifelst gar?
Ich schwöre, es ist alles wahr!
Ich selber hab's ausprobiert
und dann die Wirkung schnell verspürt.

Es sind Übungen, die Jeder kann,
drum fang gleich morgen damit an.
Doch hab Geduld; nur der Anfang ist schwer
aber es lohnt sich, dafür geb' ich Gewähr.

Dies ist ein glorreicher Start in den Morgen! Nun
kann der Tag beginnen!

Wie wunderbar ist jetzt das Aufstehen: locker, ent-
spannt, mit leicht angeregtem Kreislauf.

Wilhelm Weis, Troisdorf



Heiße Zeit für Salmonellen – Im Sommer mehr Lebensmittel- vergiftungen

DAK warnt vor verdorbenen Speisen

Petrus beschert uns hoffentlich den lang ersehnten Sommer. Doch damit beginnt auch die heiße Zeit für manche Krankheitserreger. Nach Angaben der DAK landen in den Sommermonaten etwa doppelt so viele Menschen mit einer Lebensmittelvergiftung im Krankenhaus wie in den Wintermonaten. Vor allem Salmonellen, Staphylokokken und Campylobacter verursachen Erbrechen, Durchfall und Bauchkrämpfe oder Kopfschmerzen und Fieber. Besonders gefährdet sind Kinder, Senioren, Kranke und Schwangere.

„Fleisch, Fisch, Eierspeisen und Milchprodukte sind optimale Nährböden für Mikroorganismen. Bei höheren Temperaturen und einer hohen Luftfeuchtigkeit vermehren sie sich explosionsartig“, erläutert Silke Willms, Ernährungswissenschaftlerin bei der DAK. Falsch gelagert sind diese Lebensmittel im Sommer daher schnell verdorben. Eine nachträgliche Kühlung rettet sie nicht. Willms warnt vor Speisen, die rohes Ei enthalten oder nicht gekocht werden können: „Von Tiramisu, Tatar oder Sushi lässt man an heißen Tagen besser die Finger.“ Beispielsweise Salmonellen werden erst bei 10-minütigem Kochen auf 75 Grad abgetötet - diese Temperatur muss auch im Inneren der Speisen so lange wirken.

Einige einfache Hygieneregeln mindern jedoch die Gefahr, sich eine Lebensmittelvergiftung einzufangen. „An warmen Tagen gehören die Einkäufe schnellstmöglich in den Kühlschrank. Die Temperatur des Kühlschranks sollte maximal sieben Grad betragen“, rät DAK-Expertin Silke Willms. Fleisch und Fisch müssen gut durchgebraten werden. Zudem sollen Küchengeräte und Hände nach jedem Arbeitsgang gründlich gereinigt werden, damit keine Keime auf andere Produkte übertragen werden. Spül- und Geschirrtücher, Schwämme und Bürsten sind Tummelplätze für Mikroorganismen. Daher gilt: Die Tücher häufig wechseln und bei 60 Grad waschen, Schwämme und Bürsten gut

ausspülen und trocknen lassen und Bürsten in der Spülmaschine reinigen.

Wen es dennoch erwischt, der sollte vor allem viel trinken, um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen - auch wenn einem nicht danach ist. Silke Willms von der DAK empfiehlt, immer wieder kleine Schlucke Fenchel- oder Kamillentee zu trinken, den Tee leicht zu süßen (20 g Zucker auf 1 Liter) sowie eine Prise Salz dazuzugeben. Denn die Wirkstoffe der Heilpflanzen beruhigen die Magen- und Darmschleimhaut. Bei anhaltenden oder starken Beschwerden unbedingt zum Arzt gehen. Kleine Kinder trocknen bei Durchfall und Erbrechen besonders schnell aus, daher gehören sie besser gleich zum Arzt.

Quelle: DAK PresseServer

Alzheimer Sprechstunde

Die nächsten Termine der Alzheimer Sprechstunde sind:

Mittwoch, den 13.07.2011,

Mittwoch, den 10.08.2011,

Mittwoch, den 14.09.2011,

jeweils von 16:30 bis 18:00 Uhr im Seniorenzentrum Siegburg GmbH, Friedrich-Ebert-Str. 16, Siegburg. Die Teilnahme - auch das Parken in der Tiefgarage des Altenheims - ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Die Probleme Angehöriger und Betroffener im Zusammenhang mit einer Demenzerkrankung können ausgiebig unter fachlicher Leitung besprochen werden: Frau Fellmy von der Caritas (Leuchtturm), eine Therapeutin/Pflegekraft des Seniorenzentrums Siegburg und Herr Dr. Weber, Neurologe, sind bemüht, zu medizinischen, pflegerischen oder Umgangsfragen Stellung zu nehmen.

Weitere Informationen können über die Ansprechpartner eingeholt werden:

Beratungsstelle Leuchtturm der Caritas, Siegburg, Frau Fellmy, 02241/12090,
Seniorenzentrum Siegburg, 02241/25040,
Neurologische Praxis Dr. Weber/Dr. Klein, Siegburg, Herr Dr. Weber, Tel. 02241/51511, oder auch im Internet unter www.demenzhilfe-siegburg.de

Dr. Eckehard Weber, Siegburg

Allgemeines

Veranstaltungen bis September 2011

bis 17. Juli 2011, Stadtmuseum, Markt 46

Uta Rings

Drei Lilien für die Damen von Nidau

(Malerei)

jeden 1. Sonntag im Monat, 14.00 Uhr, Haupteingang Stadtmuseum

Stadtführung mit Spaziergang zur Abtei

jeden 3. Sonntag im Monat, Hotel zur Sonne, Waldstraße 28, ab 15.00 Uhr

„Tanz-Tee“ mit Kaffee und Kuchen in der Sonne mit dem Live-Musiker Peter Menden

Samstag, 2. Juli 2011, 12.00 Uhr, Pfarrkirche Sankt Servatius

Musik zur Marktzeit

Samstag, 2. Juli 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Buffetkonzert „Kobra, übernehmen Sie!“

Schönste Melodien aus den 60er und 70er Jahren

Eine Kooperation mit der Studiobühne Siegburg

Sonntag, 3. Juli 2011, 9.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Siegtal pur

Autofreies Siegtal von Siegburg bis Netphen

Sonntag, 3. Juli 2011, 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr, Marktplatz

Keramikmarkt

Sonntag, 3. Juli 2011, 11.00 Uhr, Pumpwerk, Bonner Straße 65

„Fuchs am Sonntag“

Lesung Barbara Teuber

Graham Greene: „Unschuld“ und andere Erzählungen

Sonntag, 3. Juli 2011, 11.30 Uhr, Innenhof der Abtei St. Michael

Abteiserenade

Sonntag, 3. Juli 2011, 16.00 Uhr, Rosengarten am Michaelsberg

Serenade im Rosengarten

Montag, 4. Juli 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Sonaten von Johann Sebastian Bach

Rhein-Sieg-Kammersolisten

Mittwoch, 6. Juli 2011, 15.00 Uhr, Kinocenter Cineplex

Kino für Senioren:

„Die Eleganz der Madame Michel“

Einlass: 14.00 Uhr

Mittwoch, 6. Juli 2011, 18.00 Uhr, Marienkapelle 195

Musik zur Besinnung

Freitag, 8. Juli 2011, 10.00 Uhr bis 12.30 Uhr, Marktplatz

Junge Menschen sehen Israel

Freitag, 8. Juli 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Konzert der Jungen Symphonie Siegburg

Samstag, 9. Juli 2011, 15.00 Uhr, Kranz Park Hotel

Komponistensalon des Vereins Humperdinckfreunde Siegburg e.V.

mit Teilnehmerehrung des Siegburger Kompositionswettbewerbs

Sonntag, 10. Juli 2011, 19.30 Uhr, Musikschule

Solistenkonzert

Karen Falker-Herkenhöfner, Jost Nickel (Flöte) und Hans Peter Herkenhöfner (Klavier)

Montag, 11. Juli 2011, 19.00 Uhr, Musikschule

Konzert der Studienvorbereitenden Abteilung

Mittwoch, 13. Juli 2011, ganztägig

Reichsburg Cochem an der Mosel

Erkundung des romantischen Moselstädtchens.

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Telefon-Nr.: 02241/102-332

Leitung: Dr. Andrea Korte-Böger

Samstag, 16. Juli 2011 bis Dienstag, 19. Juli 2011, Stadtmuseum, Markt 46

Die Gute Form

Ausstellung mit Gesellenstücken der Tischlerinnung Bonn Rhein-Sieg

Eröffnung/Lossprechung: Freitag, 15. Juli 2011, 19.00 Uhr

Samstag, 16. Juli 2011 bis Freitag, 26. August 2011, Pumpwerk, Bonner Straße 65

10 Jahre Pumpwerk, Jubiläumsausstellung aller aktiven Mitglieder

Vernissage: Samstag, 16. Juli 2011, 16.00 Uhr

Dienstag, 19. Juli 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Begegnung mit Israel

Der Staat Israel - Shalom und Marhaba

Sylke Tempel im Gespräch mit Eldad Beck, Europakorrespondent der israelischen Zeitung „Yedioth Ahronot“

Sonntag, 24. Juli 2011 bis Sonntag, 11. September 2011, Stadtmuseum, Markt 46

Seet van Hout

Red Greenhouse (Malerei)

Eröffnung: Sonntag, 24. Juli 2011, 11.30 Uhr

Mittwoch, 27. Juli 2011, nachmittags

Kunst und Ausstellungshalle Bonn

„Max Liebermann - Wegbereiter der Moderne“

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Telefon-Nr.: 02241/102-332

Leitung: Harald Uecker

Dienstag, 2. August 2011 bis Sonntag, 21. August 2011, Stadtmuseum, Forum, Markt 46

Ausstellung der Künstlergruppe GEDOK

Eröffnung: Dienstag, 2. August 2011, 19.30 Uhr

Mittwoch, 3. August 2011, 15.00 Uhr, Kinocenter Cineplex

Kino für Senioren:

„Der ganz große Traum“

Einlass: 14.00 Uhr

Sonntag, 7. August 2011, 11.00 Uhr, Pumpwerk, Bonner Straße 65

Fuchs am Sonntag

100. Lesung mit Klaviermusik von Claude Debussy: die französischen Symbolisten von Charles Baudelaire bis Stéphane Mallarmé

Mittwoch, 10. August 2011, ganztägig

BUGA - Bundesgartenschau in Koblenz

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Telefon-Nr.: 02241/102-332

Leitung: Dr. Andrea Korte-Böger

Donnerstag, 1. September 2011 bis Mittwoch, 7. September 2011, Stadtmuseum, Markt 46

Begegnung mit Israel

„Siegburg reist nach Israel“

Bürgerfahrt in das Heilige Land

Freitag, 2. September 2011, 20.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Resonanzen 2011

„Shooting Star“

Gabriel Schwabe, Violoncello

Werke von Ligeti, Bach, Hindemith, Cassadó

Sonntag, 4. September 2011, 11.00 Uhr, Pumpwerk, Bonner Straße 65

„Fuchs am Sonntag“

Lesung Barbara Teuber

Sylvia Plath: „Das Wunschkästchen“ und andere Erzählungen

Dienstag, 6. September 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

„Goethes Sizilien: Landschaft - Kunst - Kultur“

Vortrag von Dr. Almut Vierhufe

Eine Veranstaltung der Goethe Gesellschaft Siegburg

Mittwoch, 7. September 2011, ganztägig

Treffpunkt Bergisches Land

Besuche und Besichtigungen im Bergischen Freilichtmuseum Lindlar und im „Bergischen Dom“ in Altenberg

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Telefon-Nr.: 02241/102-332

Leitung: Dr. Andrea Korte-Böger

Mittwoch, 7. September 2011, 15.00 Uhr, Kinocenter Cineplex

Kino für Senioren:

„Das Labyrinth der Wörter“

Einlass: 14.00 Uhr

Allgemeines

Samstag, 10. September 2011 bis Freitag, 30. September 2011, Pumpwerk, Bonner Straße 65
Künstler aus der polnischen Partnerstadt Bunzlau
Vernissage: Samstag, 10. September 2011, 16.00 Uhr

Samstag, 10. September 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46
Gitarrenkonzert
Avi Avital
Mandolinenkonzert in der „Begegnung mit Israel“

Samstag, 10. September und Sonntag, 11. September 2011, ganztägig, Musikschule
Meisterkurs Violine mit Prof. Ariadne Daskalakis (Musikhochschule Köln)
Es wird eine Teilnehmergebühr erhoben.

Montag, 12. September 2011, 15.00 Uhr
Führung Nordfriedhof - eine Veranstaltung zum Thema KULTUR DES ERINNERNS
Führung entlang von Ehrenmälern und Ehrengräbern
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!
Leitung: Dr. Andrea Korte-Böger

Mittwoch, 14. September 2011, 18.00 Uhr, VHS Studienhaus Siegburg
Begegnung mit Israel
„Die sephardische Küche“ - Kochkurs

Donnerstag, 15. September 2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1
Martin Rütter
„Hund - Deutsch/Deutsch - Hund“

Samstag, 17. September 2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1
Gypsy Devils (Beethovenfest 2011)

Samstag, 17. September 2011, 20.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46
Junge Stimmen

Sonntag, 18. September 2011 bis Sonntag, 2. Oktober 2011, Stadtmuseum, Markt 46
Amely Spötzl
Preisträgerin des Alanus-Preises für Bildende Kunst 2010
Eröffnung: Sonntag, 18. September 2011, 11.30 Uhr

Dienstag, 20. September 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46
Audiovision Nordsehnsucht

Donnerstag, 22. September 2011, 18.00 Uhr, Marienkapelle
196. Musik zur Besinnung

Freitag, 23. September 2011 bis Samstag, 24. September 2011
Tag des Friedhofes
Informationen Standesamt Siegburg,
Frau Müller, Telefon 02241/102-222

Freitag, 23. September 2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1
„Zwei auf einer Bank“
(Theater-Saison 2011/12)

Samstag, 24. September 2011, 11.00 Uhr
Konzert und Führung Alter Friedhof - eine Veranstaltung zum Thema KULTUR DES ERINNERNS
Konzert in der Nepomuk-Kapelle mit anschließendem Rundgang über den ehemaligen Friedhof
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!
Führung Alter Friedhof: Dr. Andrea Korte-Böger

Samstag, 24. September und Sonntag, 25. September 2011, ganztägig, Musikschule
Meisterkurs Klavier mit Prof. Josef Anton Scherrer
(Musikhochschule Köln/Standort Wuppertal)
Es wird eine Teilnehmergebühr erhoben.

Samstag, 24. September und Sonntag, 25. September 2011, ganztägig, Musikschule
Meisterkurs Violoncello mit Prof. Claus Kanngieser (Musikhochschule Köln)
Es wird eine Teilnehmergebühr erhoben.

Sonntag, 25. September 2011
Internationales Jugendfest

Donnerstag, 29. September 2011, 16.00 Uhr, Seniorenzentrum Kleiberg
Lehrer-/Schülerkonzert

Donnerstag, 29. September 2011, 18.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46
207. Siegburger Museumsgespräche

Der Duft des Sommers

Ich bin ein Sonnenkind...

Ich liebe es, wenn die Sonnenstrahlen meine Haut berühren und mich wärmen.

Es ist ein wunderbares Gefühl, im Morgengrauen mit bloßen Füßen über eine Wiese zu laufen und die Kühle der Grashalme zu spüren. Oder einfach nur den Wolken nachzuschauen...

Ich genieße diese Tage stets sehr intensiv, denn der Sommer erweist sich oft als sehr launisch, und viel zu schnell kündigt sich der Herbst an und die Sonne verliert ihre Kraft.

„Früher waren die Sommermonate wärmer“, sagte meine Mutter oft und erzählte von heißen Sommertagen, von schwülen Nächten und von heftigen Gewittern, die schließlich Abkühlung brachten.

„Das Wetter war nicht so unbeständig und wechselhaft wie heute“, erinnert sie sich.

Wenn ich an den Sommer meiner Kindheit denke, denke ich an unbeschwerte Ferientage, Schwimmen im Kanal und draußen spielen bis zum Dunkelwerden. Immer, wenn der Eisverkäufer mit seinem klapprigen Karren in unsere kleine Straße kam und sich mit seiner Schelle bemerkbar machte, wussten wir – jetzt war er da – der Sommer. Mutter erlaubte uns, die Kniestrümpfe auszuziehen und barfuss durch die Pfützen zu laufen.

Die Bauern fuhren mit ihren Pferdegespannen auf die nahe gelegenen Felder und die Jungen aus unserer Nachbarschaft liefen ihnen nach. Derjenige, der es schaffte, als erster auf den fahrenden Wagen aufzuspringen, war der Held des Tages. Unserer Freiheit waren keine Grenzen gesetzt.

Die Gärten, Wiesen und Wälder rings um die Siedlung herum waren für uns Kinder ein einziger großer Spielplatz. Wir wussten genau, in welchem Garten es die saftigsten Kirschen und die süßesten Birnen gab. Für uns war kein Baum zu hoch und kein Graben zu tief.

Wenn ich meine Augen schließe, höre ich noch heute die Frösche quaken, die im Morast am Kanalufer heimisch waren. Ich spüre das Kribbeln auf der Haut, wenn sich die Blutegel an meinen Beinen festsaugten, wenn ich barfuss durch den Bach am Rande der Hauptstraße lief.

Ich erinnere mich an den Gesang der Vögel, wenn ich ganz still unter dem alten knorrigen Ap-

felbaum saß und lauschte. Ich sammelte Marienkäfer in meiner Hand und weinte, wenn ich dabei wieder einmal in einen Brennesselbusch fiel. Erinnerungen lassen uns in die Vergangenheit reisen und entführen uns in längst vergessene Träume.

Wer kennt sie nicht – die Gerüche der Kindheit? Wer weiß noch wie ein Lutscher mit Kirschgeschmack riecht? Oder die kleinen runden Mottenkugeln, die immer bei meiner Oma im Kleiderschrank zwischen der Leibwäsche lagen? Wann haben wir das letzte Mal an einem Stück Kernseife geschnuppert?

Es kommt mir vor, als sei es gestern gewesen, als ich, umhüllt von betörendem Fichtennadelduft in einer riesigen Zinkwanne in der Waschküche von meiner Mutter gebadet wurde. Zur Belohnung gab es dann, weil ich so brav war, gezuckerten Holundersaft.

Den Rosengarten meiner Mutter im Sommer, das frische Heu auf der Wiese, die feuchte Erde nach einem Sommerregen, all das ruft Erinnerungen in mir wach, die ich längst vergessen glaubte. Ich will den Duft des Sommers noch einmal riechen. Ich vermisse sie unendlich – die Gerüche meiner Kindheit...

Helga Licher, Hilter

Maß halten!

Exquisite frische Fische
liegen in der Fernsehküche.
Selbst die unter Artenschutz
brutzelt man zum Hochgenuss.

Filets vom Reh und Entenbrüste.
Frucht von allerfernster Küste.
Kochkunst allerhöchster Art.
Keiner zeigt mehr, wie man spart.

Ach da lobt' ich mir den Mann,
der aus „Nichts“ was zaubern kann,
mit Kartoffeln, Möhren, Lauch,
das dem Gaumen schmeichelt auch.

Dies zeige er dann, ohne Zier,
auch dem Empfänger von Hartz IV.

Helga Hamann, Karlsruhe

Besinnliches

Eine schwierige Frage

Der kleine Bub, so wissbegierig und beflissen,
will endlich einmal und das heute unbedingt,
von seiner Mutter Antwort auf die Frage wissen,
wer denn eigentlich die kleinen Kinder bringt.

Diese Frage scheint der Mutter jedoch peinlich,
sie windet sich, erwähnt jedoch so nebenbei,
ihr fehle Zeit dazu, weil das wohl auch an sich
eine lange und recht schwierige Geschichte sei.

So einfach gab der kleine Bub nun keine Ruh,
er fand, so manches könne man ja streichen,
und hätte seine Mutter wirklich keine Zeit dazu,
der Anfang der Geschichte würde ihm ja reichen.

Willi Hänscheid, Eitorf

Ein Prost auf die Gesundheit!

Mit 30 Jahren stirbt ein Pferd,
das niemals ein Glas Bier geleert.
Mit 20 sterben Schaf und Ziegen,
die niemals Schnaps zu trinken kriegen.

Die Kuh trinkt Wasser nie mit Rum,
nach 18 Jahren fällt sie um.
Mit 15 ist das Leben für den Hund schon um,
auch ohne Whiskey, Schnaps und Rum.

Die Katze schleckt nur Milch allein,
sie geht nach 13 Jahren ein.
Das Huhn legt Eier für Likör,
sechs Jahre lang – dann lebt's nicht mehr.

Der Mensch trinkt Schnaps, trotz kranker Galle
und überlebt die Viecher alle.
Damit ist der Beweis erstellt,
dass Alkohol gesund erhält!

Drum lasst uns öfter einen heben,
damit wir alle länger leben.

Horst Jubelius, Lohmar

Frühlingserwachen?

Frühlings-Anfang Ende März,
welch eine Lust, es blüht auf das Herz.

Die Sonne scheint – Alles ist friedlich,
doch die Optik ist falsch, man täuscht sich.

Die Welt gerät zurzeit aus den Fugen –
Erdbeben, Fluten und Atomkraftwerk-Explosionen.

Zur Abwechslung auch wieder ein Krieg –
Jeder gegen Jeden und keiner siegt...

Nach den Bergen in Afghanistan,
ist jetzt mal die Wüste dran.

Das Leid der Menschen ist allen bekannt,
die Menschheit sich selbst zum Untergang verdammt.

Und ausgerechnet gibt's jetzt auch noch Wahlen,
wer soll das am Ende denn alles bezahlen?

Wohlweislich in der Zeit vor den Wahlen,
konnt' man von einer Rentenerhöhung erfahren.

1%, man kann es kaum fassen,
was werden die Leute da wieder „prassen“!

Während ich hier sitze und schreibe,
wird dies ggf. im Juni erscheinen.

Zu raten, was morgen kommt, was wird wohl sein?
Ist heute nicht möglich, wir sind nicht allein!

Doch alles wiederholt sich im Laufe der Zeit,
es geht bergauf und bergunter – wir sind immer dabei!

Die Weisen aus unserem „Morgenland“
haben uns dabei fest in der Hand!

Sie schalten und walten auf ihren Posten,
mal kommt der Wind aus West, mal aus dem Osten.

Alle holen das Beste für sich heraus,
doch wir, das Volk, wir bleiben häufig im „Aus“!

Erich Sieben, Siegburg

Blumensträuße für besondere Anlässe

Alpenveilchen

Was auch kommt vom Himmel 'runter:
Alpenveilchen bleiben munter!
Hart im Nehmen sollt Ihr sein,
und nichts kriege Euch je klein!

Anemonen

Bunte Anemonen sagen,
dass man alles leicht soll tragen.
Man soll froh sein und oft lachen
und sich keine Sorgen machen.

Forsythien

Golden wie Forsythien blüh'n,
soll an Euch vorüberzieh'n
Euer Leben, voll von Glück!
Denkt an heute oft zurück.

Glücksklee

Ich bringe hier ein Kleeblatt,
selbst gepflückt für Euch!
Mög' das Glück Euch lachen
wie im Himmelreich.

Goldlack

Wenn es duftet zart und fein
früh im Jahr, wird's Goldlack sein!
Blumen sollen Euch entzücken,
müsst Ihr Euch auch deshalb bücken!

Krokus (oder anderer Frühlingsbote)

So heiter wie der Morgen
des Frühlings Euer Herz
soll bleiben und verborgen,
was Kummer macht und Schmerz!

Narzissen

Osterglocken läuten fein
jedes Jahr den Frühling ein.
Auch wenn Kirchenglocken läuten
soll Euch das sehr viel bedeuten.

Primeln

Himmelsschlüssel bring' ich Euch,
schließt Euch auf das Himmelreich!
Immer, wenn man kommt hinein
Liebe soll und Frieden sein!

Rosen

Ein Leben wie im Rosengarten
möge auf Euch beide warten.
Möge Euch kein Dorn je schmerzen!
Dieses wünsch' ich Euch von Herzen!

Schneeglöckchen oder Maiglöckchen

Mai-(Schnee-)glöckchen läuten mit lieblichem Klang
froh Euch zur Hochzeit, so zart und schon lang!
Liebliches Klingen, es bring' Euch das Glück
und alles Gute stets wieder zurück!

Schneeglöckchen

Immer eine weiße Weste
haben, ist das Allerbeste.
Hat man vieles „läuten“ hören:
Auf Euch beide soll man schwören!

Traubenhyazinthen

Wie die Traubenhyazinthen
viele Glöckchen an sich binden,
so soll Eure Ehe sein:
Reich beschenkt mit Kinderlein!

Tulpen

Bleibet kräftig und gesund
stets in Eurem Ehebund,
wie die Tulpen hier im Strauß;
Krankheit meide Euer Haus!

Veilchen

Wegen Geld soll niemals – nicht ein kleines Weil-
chen –
Streit es bei Euch geben! Seht, die kleinen Veilchen!
Ganz bescheiden blühen sie, doch mit feinem Duft
füllen schon von Ferne sie frische Frühlingsluft!

Vergissmeinnicht

ich schenke Euch Vergissmeinnicht
und hoffe sehr, Ihr tut es nicht!
Wie diese Blume blau und klein
soll groß und tief die Treue sein!

Das Gedicht eignet sich gut zur Gratulation bei besonderen Anlässen (z.B. Hochzeit), vorzutragen mit einem oder zwei Sträußen der entsprechenden Blumen, auch durch 2 Personen oder Kinder, von denen einer z.B. die kräftigen großen, der andere den Strauß der kleinen Blumen jeweils vorführt.

eingereicht von Rudolf Piper, Königswinter

Besinnliches

Es leuchten die Sterne

Dunkel der Nacht, es leuchten die Sterne.
Ihr Leuchten erstrahlt aus weiter Ferne.
Unerreichbar für uns, trotz allem Streben
und dennoch gehören sie zu unserem Leben.

Wie wunderbar ist eine Sternennacht
und vollends erschauert von dieser Pracht,
schau'n staunend wir zum Himmelszelt,
unbegreiflich bleibt diese Zauberwelt.

So möchten wir gerne die Sterne fragen,
was sie wohl zu unserem Schicksal sagen.
Die Antwort wird immer die gleiche sein,
das weiß nur die Schöpfung allein.

Lasst Ihnen den Glanz und die Herrlichkeit
Lasst Ihnen die Ferne und Unendlichkeit.
Ein Glück, dass wir nicht alles wissen,
nur so können wir noch die Wunder genießen.

ingesandt von Werner Schneider, Siegburg

Guten Morgen

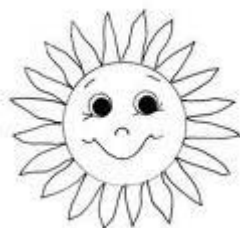
Zarter Nebel schläft noch zwischen Busch und
Baum
auch der Wind ruht noch, bewegt sich kaum.

Guten Morgen lieber Tag
was er heut' wohl bringen mag.

Weißer Wölkchen zieh'n am Himmel
träge noch von dunkler Nacht.

Und der Morgentau wie Schimmel
hat Gras und Blumen feucht gemacht.

Erika Kock, Warder



Gebet einer Sekretärin

Lieber Gott,

gib mir das Gedächtnis eines Elefanten oder zu-
mindest ein unfehlbares Dreijahresgedächtnis.

Lass das Wunder geschehen, dass ich alles zur
gleichen Zeit tun kann, z.B. vier Telefone bedie-
nen und dazu noch einen Brief schreiben, der
unbedingt heute noch raus muss, obwohl ich
weiß, dass er erst morgen unterschrieben wird.

Statte mich mit der Geduld eines Engels aus,
wenn der Chef mich stundenlang eine Akte su-
chen lässt, die ich schließlich auf seinem
Schreibtisch finde.

Vergiss bitte, dass ich als Schulabschluss Mitt-
lere Reife angeben muss, und fülle meine Ge-
hirnwindungen mit dem Wissen eines Univer-
sitätsprofessors.

Hilf mir, alles zu verstehen, auch wenn die In-
formationen unverständlich sind.

Hilf mir, alles richtig zu machen, auch wenn die
Anweisungen falsch sind.

Erleuchte mich, so dass ich allezeit weiß, wo
der Chef ist, was er tut und wann er zurück-
kommt, auch wenn er wieder einmal ver-
schwand, ohne ein Wort zu sagen.

Lass mich am Jahresende, wenn ich weisungs-
gemäß alte Akten vernichte, ahnen, welches
Stück davon der Chef in den nächsten Tagen
unter allen Umständen haben muss („Besorgen
Sie es, egal wie!“).

Gib mir Nerven wie Drahtseile, damit ich uner-
schütterter lächle, wenn Oberchef und Unterchef
daran zerren.

Belohne die vielen Chefs, die bei solchem Zer-
ren nicht mitmachen, die wissen, dass eine Se-
kretärin auch nur ein Mensch ist, und die da-
nach handeln.

AMEN!

aus Manager Superman
eingereicht von Fred Reuter, Siegburg

Lachen ist gesund

Sagt ein Holzwurm zu seiner Freundin: „Nebenan ist eine Holzladung aus Fernost gekommen, gehen wir heute Abend chinesisch essen?“

Peter zu seinem Vater: „Warum dreht sich eigentlich die Erde?“

„Warst du etwa an meiner Kornflasche?“

Brief von der geizigen Schwiegermutter:

„Alles Gute zum Geburtstag! Hoffentlich kaufst Du Dir was Schönes.“

PS: Ich hätte Dir gerne 50 Euro geschickt, hatte aber den Brief schon zugeklebt!“

Das Kind fragte: „Mutti, können alle Engel fliegen?“ „Natürlich mein Kind.“

„Heike aber nicht!“ „Heike ist ja auch kein Engel, sondern unser Hausmädchen.“

„Aber Vati hat neulich „mein süßer Engel“ zu ihr gesagt.“ „So? Das ist was Anderes. Dann fliegt sie natürlich!“

Kunde: „Einmal rasieren bitte.“ Friseur: „Entschuldigen Sie bitte, waren Sie schon mal bei uns?“ Kunde: „Nein, das Ohr habe ich bei einem Verkehrsunfall verloren!“

Treffen sich ein Dicker und ein Dünner. Der Dicke zu dem Dünnen: „Wenn man dich sieht, denkt man, wir haben eine Hungersnot.“ Darauf der Dünne: „Wenn man dich sieht, weiß man, dass du Schuld warst!“

„Schmidt! Komm an die Tafel!“, ruft der Lehrer. „Ist krank!“, ruft die Klasse.

„Ruhe! Das soll mir der Schmidt selber sagen!“

Axel Hardung, Siegburg

Urlaubsmoment

Strahlblauer Himmel
strahlende Sonne
streichelnder Wind

Wonne?
Bestimmt...

Karl Oehler
aus dem Buch von F. J. Andrzejewski

Blume am Wegesrand

Irgendwo in diesem großen, schönen Land, steht einsam ein Blümelein am Wegesrand

Es steht aufrecht, wiegt sich leicht im Wind, spielerisch, vergleichbar einem kleinen Kind.

Unscheinbar, niemand nimmt es wirklich wahr, und doch ein Teil der Natur, die es mal gebär.

Es ist unnütz, so könnte man denn meinen, säuft Wasser und lässt sich meist bescheinen.

Es ist keine Rose und auch sonst nicht schön geschmacklich kann es auch nicht verwöh'n.

Und doch hat es seinen Platz in dieser Welt, das ist es doch, was eigentlich wirklich zählt.

Es nimmt nicht nur, es kann auch so viel geben, es gibt den Insekten Nahrung zum Überleben.

Und so mancher sieht sich wie dieses Blümelein, unnütz, einsam, verlassen und auch so klein.

Und doch hat auch er seinen Platz hier auf Erden, das sollte von niemanden vergessen werden.

Niemand ist minder als es der andere ist, es ist das System, das dieses oft vergisst.

Reiche der Starke dem Schwachen die Hand, wir alle sind wie das Blümelein am Wegesrand.

Norbert Lercher, Siegburg

Mädchen am Fluss

Ein spätes Mädchen saß am Fluss.
Es blickt' stromabwärts voll Verdruss
und zählte traurig und beklommen
die Felle, die ihm weggeschwommen

aus dem Buch „Heiteres Allerlei“ von Gabriele Mertens
eingereicht von Annabell Fengler, Troisdorf

Vom wahren Jakob und dem weiten Weg zu ihm

Die Legende erzählt: Nach seinem Märtyrertod in Jerusalem kamen im Frühmittelalter die Gebeine des hl. Jakobus (der Ältere), der mit seinem Bruder, dem Evangelisten Johannes, und mit Petrus zu den erstberufenen Aposteln gehörte, nach Spanien. Sein Grab in Santiago de Compostela wurde seit dem 10. Jahrhundert zu einer Wallfahrtsstätte, zu der aus allen Teilen Europas Wallfahrtstraßen führten, die zum Teil heute noch daran zu erkennen sind, dass die Kirchen am Weg das Jakobspatrosinium führen.

Die Menschen, die aus Frömmigkeit, Abenteuerlust oder als Strafe für ein Vergehen diese Wallfahrt auf sich nahmen, begaben sich auf einen mühsamen, gefährlichen und monate- oder sogar jahrelangen Weg, den Jakobsweg. Erkennungszeichen der erfolgreichen Jakobspilger, also derer, die nach allen geltenden Regeln ihre Wallfahrt in Santiago de Compostela beendeten, war die Jakobsmuschel oder Pilgermuschel. Die nur bei Santiago zu findende Muschel wurde an den Pilgerhut oder Mantel geheftet und als Trinkgeschirr benutzt. Die Wallfahrt ging in der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts zurück, erlebt aber seit einigen Jahren eine mächtige Wiederbelebung. Wenn der Jakobstag (25.7.) auf einen Sonntag fällt, wird in Santiago ein Heiliges Jahr gefeiert.

Der Kult um den Apostel Jakobus, auch Jakobus der Große oder lat. Jakobus-Maior, der also seinen Gedenktag am 25. Juli begeht, verbreitete sich durch sein Patronat über Kirchen und Klöster. Die **Jakobiner** der Französischen Revolution haben ihren Namen durch ihren Tagungsort, das aufgelöste Jakobskloster der Dominikaner in Paris.

Als Fürbitter der christlichen Spanier, die die „Mauren“ in ihrem Land erfolgreich bekämpften, erhielt Jakobus den Ehrentitel: „Matamoros“ (Maurentöter).

Jakobsbruderschaften bildeten sich und Orden nahmen den Namen an.

Das vergleichsweise häufige Vorkommen von Jakobskirchen brachte auch die entsprechende

Zahl von Kirchweihfesten mit sich, so dass die Jakobskirmes zum bekannten Termin im Jahresablauf wurde.

Der Gedenktag des heiligen Jakobus war Erntebeginn. Die ersten Kartoffeln hießen darum „Jakobskartoffeln“ oder Jakobskrumbiere (von Erdkrume, also auch Jakobsäpfel).

Im Norddeutschen sind es „Ädäppel“.

In der Schweiz begann die Ernte mit der Jakobsfeier, bei der sich Mägde und Knechte erst einmal die „Jakobsstärke“ antranken, damit sie beim Mähen nicht „im Halm stecken blieben“. Im Rheinland, besonders in Düsseldorf, wird der Kellner in den Bierschwemmen nach wie vor „Köbes“ gerufen. So wie die Wirte der Hospitäler am Pilgerweg nach Santiago Jakobswirte waren, hat sich wahrscheinlich der Name Jakob als Bezeichnung für Bedienstete gebildet, wie im Englischen der Einheitsname „James“ für einen Butler.

Der lange Weg nach Santiago de Compostela, den hunderttausend Menschen zu Fuß gehen oder mit dem Fahrrad oder zu Pferde bewältigen, ist auch der Weg zu sich selbst und zu Gott als Personenmitte.

Wohl dem, der die Kraft zum Aufbruch findet.

eingereicht von Werner Schneider, Siegburg

Liebe Nacht

Liebe Nacht
Sanfte Nacht
Dunkles Kleid und Sternenflimmer

Milder Duft
Süßer Hauch
Zierde Mondgeschimmer

Leg mit mildem, sanftem Arm
Dich um alle Kreatur!
Löse von des Tages Schwarm!
Leuchte,
Nacht,
Der Ruhe Spur!

Brigitte Kürten, Bad Honnef

Der liebe Gott

Der liebe Gott sieht auf uns nieder,
den Kopf gestützt, in seiner Hand,
er schüttelt ihn, so hin und wieder,
über der Menschen Unverstand.

An Seelenfäden festgemacht,
ist jeder Mensch im Hier und Jetzt.
Der eine weint, ein anderer lacht,
ein Guter lobt, ein Böser hetzt.

Oft zeigt das Böse seine Macht,
sendet uns Krankheit, Hunger, Not,
Mord und Totschlag, Tag und Nacht,
der Weg war leicht, der sich ihm bot.

Der Herrgott regelt mit Verstand,
was ihm nicht zu gefallen scheint.
Er hält die Fäden in der Hand,
will, dass die Menschheit sich vereint.

Da sitzt er nun, und hat zu denken,
wie er die Not der Armen stillt.
Was will er, kann er das beenden?
Wozu ist er befugt, gewillt?

Regen schickt er in die Wüste,
nach Afrika, Brot für die Welt,
erfüllt die Wünsche und Gelüste
nach Reichtum; sendet Ruhm und Geld.

Er schickt die Engelschar den Kindern,
sie zu beschützen, zu begleiten,
versucht stets Unglück zu verhindern,
will Glück und Liebe nur verbreiten.

Er strengt sich an, gibt keine Ruh,
muss allerorts ein Auge haben,
mitunter drückt er eines zu,
doch tut er das mit Unbehagen.

Nur strafen ist nicht angesagt,
verzeihen ist die große Kunst,
wenn einer fehlt oder versagt,
erfährt er trotzdem milde Gunst.

Wir nehmen es in Demut an,
was uns vom Schicksal vorgeseh'n,
wir können einen Wanderweg,
oder den langen Highway geh'n.

Ingrid Schinschek, Siegburg

Schlaflos

Die Nacht hat mir einfach den Schlaf genom-
men,
dafür habe ich jedoch positive und recht gute
Gedanken bekommen.

Die Luft ist lau und der Himmel sternenklar,
eine so schöne Nacht ist einfach zum Träumen
da.

Es geht kein Windchen und es ist leise,
nur im Teich plätschert das Wasser auf seine
Weise.

Ich höre auf Geräusche und versuche sie zu er-
gründen,
doch nicht immer lässt sich eine Erklärung fin-
den.

Mensch und Tier werden oft erst in der Dunkel-
heit aktiv,
dann kommen die Geister, die man nicht rief.

Die Sterne leuchten klar und hell am Himmels-
zelt,
in solchen Augenblicken bin ich zufrieden mit
mir und der Welt!

Ich liebe diese Momente für mich ganz alleine,
bin mit meiner Seele im Einklang und im Rei-
nen!

Ingrid Beine, Köln

So kann es gehen!

Dicker Nebel. Ein Autofahrer klebt förmlich an
den Schlussleuchten seines Vordermannes.
Der bremst plötzlich und es gibt einen Auffahr-
unfall. Wütend brüllt der Hintermann los: „Wie-
so bremsen Sie so idiotisch?“

Antwort: „Na hören Sie mal, was haben Sie
überhaupt in meiner Garage zu suchen?“

eingereicht von Ernst Englisch, Siegburg

Besinnliches

„Gefreiter“

Der Gert war Soldat, ein gemeiner,
Davor war er einfacher Schreiner.
Er lebte jedoch nicht alleine:
Ein Mädchen - strohblond, lange Beine -
das liebte er schon ziemlich lange.
Doch plötzlich wurd' ihm bange,
dass sie vielleicht ihn verließ,
weil er „Gemeiner“ hieß.
Daher beschloss er ganz schnell:
Ich heirate sie auf der Stell'.
Jung freien, so heißt es doch immer,
bereue man niemals und nimmer.
Und mich bringt's ein großes Stück weiter,
denn ab Hochzeitstag bin ich „Gefreiter“!

Dr. Dieter Grau, Bonn

Einwohner des Universums bin ich

Ausländer wäre ich wie jeder
zwar tausendmal –
Inländer wäre ich nur einmal.

Als Einwohner des Universums
bin ich beides
und noch viel mehr.

aus dem Buch Worte an die Wand gesprochen
von h. h. mod. schmitz

Mein Leben

Bei Dir will ich bleiben
bei Dir will ich sein,
mit Dir will ich leben
und glücklich auch sein.

Mit Dir will ich hoffen
mit Dir stark zu sein,
mit Dir will ich kämpfen
und nicht einsam sein.

Zusammen auch gehen
durch Dick und durch Dünn,
Verantwortung tragen,
das hat seinen Sinn.

Giesbert Sauer, Siegburg

Sommerzeit ...

Es glüht der Mohn
viel roter als die Liebe,
es ist das Grün
viel kühler als das Leid.
Wie bist du reich,
wenn dir auch gar nichts bliebe,
als das Erlebnis dieser Sommerzeit.

Es schlägt das Herz
gehorsam seine Stunden,
und jede Stunde tropft in die Vergangenheit.
Kühle das Brennen deiner Wunden
mit dem Erlebnis dieser Sommerzeit.

Die Lerche steigt
und singt ihr Lied im tiefen Blau,
durchs Korn geht wiegend,
von Gott gesegnet, eine junge Frau.
Der Tag geht hin,
doch allezeit
bleibt das Erlebnis dieser Sommerzeit.

Verfasser unbekannt

eingereicht von Rosemarie Proske, Siegburg

Doris

D Der Duft in meinem Garten dauert
einen Sommer lang
O Ostwind trägt ihn mir beladen
Und schwer entgegen
R Rosen, Reseda, Ringelblume betören
mich
I innig – Hüllen mich ein und berauschen
meine
S Sinne.

D Dunkle und trübe Gedanken umkreisen
mich
Drängen in meine Welt
O Offenbaren mir keinen Sinn
R Rastlos, reglos, rebellisch
I Ich bin in mir selbst zu Hause
S Schön und schwer

Doris Eckert-Mand, Hauneck

Ich will nie ins Altenheim, denn

wenn ich einmal alt und klapprig bin, werde ich bestimmt nicht ins Altenheim gehen, sondern auf ein Kreuzfahrtschiff. Die Gründe dafür hat mir ULLALLALA Schmidt geliefert. Die durchschnittlichen Kosten für ein Altersheim betragen 200 Euro pro Tag!!! Ich habe eine Reservierung für das Kreuzfahrtschiff „AIDA“ geprüft und muss für eine Langzeitreise als Rentner 135 Euro pro Tag zahlen!

Nach Adam Riese bleiben mir dann noch 65 Euro pro Tag über. Die kann ich verwenden für:

1. Trinkgelder: 10 Euro pro Tag.
2. Ich habe mindestens 10 freie Mahlzeiten, wenn ich in eines der Restaurants wackele, oder mir sogar das Essen vom Room-Service aufs Zimmer bringen lasse, d.h. ich kann jeden Tag der Woche mein Frühstück im Bett einnehmen.
3. Die AIDA hat drei Swimming-Pools, einen Fitnessraum, Waschmaschinen und Trockner frei, und jeden Abend Shows.
4. Es gibt auf dem Schiff kostenlos Zahnpasta, Rasierer, Seife und Shampoo.
5. Das Personal behandelt mich wie einen Kunden, nicht wie einen Patienten. Für extra fünf Euro Trinkgeld lesen mir die Stewards jeden Wunsch von den Augen ab.
6. Alle acht bis 14 Tage lerne ich neue Leute kennen.
7. Fernseher defekt? Glühbirnen müssen gewechselt werden? Die Bettmatratze ist viel zu hart oder zu weich? Kein Problem, das Personal wechselt es kostenlos und bedankt sich für mein Verständnis.
8. Frische Bettwäsche und Handtücher selbstverständlich jeden Tag neu und ich muss nicht einmal danach fragen.
9. Wenn ich im Altersheim falle und mir die Rippen breche, komme ich ins Krankenhaus und muss gemäß der neuen Krankenkassenreform täglich dick draufzahlen. Auf der AIDA bekomme ich für den Rest der Reise eine Suite und werde vom Bordarzt kostenlos behandelt.

10. Nun das Beste: Mit der AIDA kann ich nach Südamerika, Australien, Japan, Asien, wohin ich auch immer will. Darum sucht mich in Zukunft nicht in einem Altersheim, sondern just call shore to ship. Ich spare auf der AIDA damit jeden Tag 50 Euro und muss nicht einmal für meine Beerdigung ansparen.

Mein letzter Wunsch: Werft mich nur gerade über die Reling. Kostenlos!!

Darüber muss man nachdenken, nicht wahr?!!

Dr. Karlheinz Birkmann, Siegburg †

Begegnung!

Ich gehe durch die Straßen und fühle mich leer, traurig und verlassen, das Herz ist so schwer.

Die Menschen, sie eilen und hasten dahin, keine Zeit zum Verweilen, nur Pflichten im Sinn.

Da, zwischen den Wegen, ein gebrechlicher Mann,
er kommt mir entgegen und sieht fragend mich an.

Voll trifft mich sein Blick, sein Gang ist sehr schwer.
Ich schau ihn an, ja, alt ist er sehr.

Doch plötzlich sehe ich, mit leuchtendem Blick betrachtet er mich, ich schaue zurück.

Ich lächle ihn an, er schaut wie erwacht,
strafft den Körper dann, und geht in die Nacht.

Ich habe gespürt, mein lächelnder Blick
hat sein Herz berührt, gab ihm Freude zurück.

Wir sollten öfter dran denken ein Lächeln zu geben,
um Freude zu schenken, dies genügt oft im Leben.

Helga Kynast, Marburg

Ein romantischer Abend

Ein weiteres denkwürdiges Erlebnis mit meinem Mann

„Erinnerst du dich noch an die romantischen Abende, die wir früher so oft in der Bonner Rheinaue verbrachten?“, fragte mein lieber Ehemann neulich mit einem verklärten Blick, „als die Kräuter so würzig und die Rosen so süß dufteten?“ „Lass uns doch einfach mal wieder hinfahren.“, stimmte ich ihm zu. „Viele Jahre lang waren wir nicht mehr dort.“

Der Parkplatz an der Rheinaue war ziemlich leer, in Erinnerungen schwelgend schlenderten wir durch die milde Maienluft, bewunderten die bunten Beete, blickten vom oberen Weg hinab ins geschwungene Tal und hielten Händchen. Amseln flöteten in den Bäumen.

Heile Lichter strahlten uns entgegen, im Biergarten waren viele Tische frei.

„Darf ich die junge Dame zu einem Gläschen Wasser einladen?“, fragte mein Kavalier höflich. Ich musste lachen. „Aber ja, mein Herr, mit Vergnügen.“ Wegen unserer Medikamente ist Wein heutzutage für uns verboten.

Die Bedienung, eine ernsthaft blickende Frau, servierte unser Wasser. Zu unserer Freude stellte sich eine Musikgruppe auf, die „Walzerklang“ oder so ähnlich hieß. Mein Mann legte mir nostalgisch den Arm um die Taille.

Plötzlich zuckte er zusammen und wühlte in seinen Taschen. „Oh weh, ich habe mein Portemonnaie im Auto vergessen, ich werde es rasch holen.“ Schnell sprang er auf und eilte zum Tor hinaus. Selbstverständlich hatte ich an diesem Erinnerungsabend kein Geld dabei, denn ich hasse Handtaschen, und in die Frauenkleider arbeiten die Textilfabrikanten meist keine Innentaschen ein - wahrscheinlich, weil Frauen weder Geld noch Führerschein haben (ha, ha!).

20 Minuten würde der Hin- und Rückweg meines Mannes wohl dauern. Sofort eilte die Kellnerin herbei: „Darf ich dann gleich kassieren?“, fragte sie. Ich stammelte: „Oh, das tut mir furchtbar leid. Mein Mann hat das Geld vergessen und holt es eben.“ Sie nickte und bediente

weiter an den Nachbartischen. Ich nippte an meinem Wasser. Die Luft umfächelte mich sanft und weich. Der Abend war immer noch romantisch.

Plötzlich zerriss ohrenbetäubender Lärm die Stille. „Walzerklang“ hatte angefangen, Rockmusik zu spielen.

Ich machte gute Miene zum bösen Spiel und schluckte mein Wasser. „Ihr Mann bleibt aber lange weg“, meinte die Bedienung, die mich im Auge behielt.

25 Minuten waren verstrichen, vielleicht war das Portemonnaie gar nicht im Auto, ich überlegte, was er dann tun könnte. Unsere Tochter wohnt in Poppelsdorf. Wahrscheinlich fuhr er dorthin, um etwas Geld bei ihr zu leihen. Die Bedienung beobachtete mich aufmerksam.

Nach weiteren 30 Minuten und einer weiteren Flasche Wasser bei Nerven zermürendem Radau der Musikgruppe näherte sie sich wieder und fragte misstrauisch: „Sind sie sicher, dass der Herr wiederkommt?“ „Ja, selbstverständlich!“, stotterte ich und dachte verzweifelt: „Wo bleibt er bloß? Hoffentlich hatte er keinen Unfall!“ Ich musste auch dringend zur Toilette (kein Wunder bei dem vielen Wasser).

Die aber war weit entfernt, den Weg hinunter und dann links. Das der grimmig dreinblickenden Kellnerin zuzumuten war aussichtslos. Außerdem hatte ich kein Geld.

Ein Mann näherte sich mir und fragte, ob noch Platz am Tisch sei. Angesichts der vielen leeren Tische umher, sagte ich, alle acht Plätze an meinem Tisch seien reserviert.

Endlich, nach 1 1/2 Stunden bog mein Mann erhitzt um die Ecke.

„Ich war zu Hause in Siegburg und habe das Portemonnaie dort geholt.“, stieß er hervor. „Christina war nicht da.“ Er bezahlte die mürrische Kellnerin und gab ein üppiges Trinkgeld. Erlöst stürmte ich zur Toilette. „Walzerklang“ machte weiter Getöse. Eilig verließen wir das gastliche Haus.

Ich lachte auf: „Wirklich ein unvergesslicher romantischer Abend!“

Barbara Swietlinski, Siegburg

Erinnerung

In Gedanken ging ich heute ein Stück
in ganz, ganz ferne Zeiten zurück.
Uralte Gedichte fand ich im Schrank,
die ich gesammelt hab' Jahre lang.

Die Sonne sank am Horizont unter,
ich las die Seiten begeistert - munter,
der Mond stand am Himmel mit schwachem Licht,
die Uhr nur tickte - das störte mich nicht.

O nächtliche Stunde, du bist zu schön;
es gibt mit so Vielem ein Wiederseh'n.
Wie aus sehr alten Briefen gezogen
kommt die Erinnerung angefliegen.

Ich sehe Menschen mit lächelndem Mund
Liebe und Freundschaft tun sie kund.
All meine Gedichte kamen ja an.
Im Ernst oder Scherz ich Freunde gewann.

Tage des Glückes hab ich vor Augen,
Schutzengel hatte ich - kaum zu glauben.
Es gab auch Tiefen, meistens doch Höh'n,
der Herrgott wachte über mein Geschehn.

Erinnerung du, wie bist Du so schön;
mein Leben im Ganzen konnte ich sehn.
In die Gegenwart gehe ich nun zurück
und wende der Zukunft heiter den Blick.

Gerhard Hasenkamp
eingereicht von Anneliese Huhn, Siegburg,
im Auftrag eines Nachbarn

Gedanken zum Wetter

Wie so oft hört man Gezeter –
es geht mal wieder um das Wetter.
Jeder will, dass Sonne scheint,
der Wettergott es gut nur meint.

Doch kommt nach Trockenheit dann endlich Regen –
Ist das nicht auch ein Gottessegen?
Es atmen auf! Der Mensch, das Tier;
die Pflanzen sagen Dank dafür.

Ich schau hinaus und denke dann,
am Wetter keiner drehen kann.
Jed' Wetter ist uns all' von Nützen!
D'rum freu'n wir uns auch über Pfützen.

eingereicht von Elisabeth Mücher, Ruppichteroth

Spätsommer

Drei Rosen am niedrigen Strauch.
Mit Verspätung blühen bescheiden.
Der sommerliche, zärtliche Hauch.
Der Rosen, sie sind zu beneiden.

Die Rosen – Erinnerungen der Sommerzeit,
Wo alles grünt und blüht.
Strömende Wohlgerüche weit und breit.
Auch's kleinste Blümchen sich rühmt.

Der Zauberstift retuschiert aber schon mal.
Er verstärkt die Kontraste im Märchenland.
Die zärtlichen Rosen! Das herbstliche Laub,
Geschoben im Haufen an Zäune und Wand!

Bis zum Steinmüerchen jagt die Blätter der
Wind,
Wieder andere tanzend in die Lüfte.
Verschiedene Kreise beschreiben sie ge-
schwind
Und verbreiten herbe Düfte.

Es duftet so herrlich, nach Moder, nach Rauch,
nach Erde, nach Nässe im Garten,
Nach Frische, nach Regen, Fontainewasser
auch
Wir amüsieren uns ruhig, einfach warten.

Und plötzlich im Westen die Sonne sich neigt,
Jetzt, wo der Tag fast von hinnen.
Doch bevor sie verschwindet, dem Horizonte
sich neigt,
Vergoldet sie überflutend den wolkigen Himmel.

Gertrud Gercen, Waldbröl

Vater

Ich weiß keinen Weg, doch Gott kennt ihn wohl,
ich weiß keinen Rat, doch Gott hat ihn schon,
ich weiß keinen Trost, doch Gott gibt ihn mir,
mein Vater, mein Herze vertrauet dir! -

Jürgen Hoffmann, Siegburg

Schicksal eines Vogels

Im Schaufenster meiner Schneiderin sah ich ihn sitzen. Der Käfig viel zu eng, total verdreckt und mit zu viel Plastikspielzeug überladen, saß er in Einzelhaft: ein kleiner gelber Vogel, dem ein paar Federn fehlten.

Ich fragte meine Schneiderin nach ihm und sie antwortete mir, dass er nicht mehr singe und die Federn verliere. Sie versprach, mit ihm zum Tierarzt zu gehen, aber bei meinem nächsten Besuch war dies noch nicht erfolgt.

Mir war das kleine hilflose Geschöpf nicht aus dem Kopf gegangen und ich hatte ihn sogar schon in einem meiner Träumen erscheinen lassen. So bot ich meiner Schneiderin an zu helfen, und sie gab mir den Vogel mit.

Zuhause angekommen, erkundigte ich mich per Telefon und via Internet über die Haltung eines solchen Tieres. Meine Nachbarn liehen mir einen größeren Käfig, ich besorgte Vogelsand und Aufbaufutter. Sobald er wieder richtig fit war, könnte er zu Freunden in eine Vogelvoliere mit Artgenossen umziehen. Den größeren Übergangskäfig richtete ich liebevoll ein und der Gelbe bezog ihn am folgenden Morgen. Er hopste und sprang von Ast zu Ast und war selig. Ich war es auch und freute mich sehr, dem kleinen Kerl ein völlig neues Leben bieten zu können. Ich hatte gelesen, dass diese Tiere gerne baden und so stellte ich ihm eine kleine Wanne mit etwas Wasser hin. Er sprang begeistert hinein und badete voller Wonne.

Dann kam er raus und saß nur noch da, er schüttelte sein Gefieder nicht, wie ich es erwartet hatte. Er war wie apathisch. Ich nahm den patschnassen Kerl hoch und sah mit Schrecken, dass er völlig abgemagert war und kaum noch Gefieder hatte. Auf der pergamentartigen Haut, die sich schon abzulösen schien, liefen Unmengen kleiner Parasiten herum. Ich war schockiert, so krank war er mir gar nicht vorgekommen. Ich fuhr rasch zum Tierarzt und kaufte ein Mittel gegen die Parasiten. Als ich zurückkehrte, war er tot.

Der Traum von einer glücklichen Zukunft in einer Vogelgemeinschaft war zerplatzt. Er war einfach zu geschwächt gewesen und das Bad hatte ihm den Rest gegeben. Ich war sehr traurig und saß vor meinem schön zurechtgemach-

ten Käfig mit dem toten Vogel und schaute raus. Ich dachte, dass meine ganzen Bemühungen umsonst waren.

Dann passierte etwas Erstaunliches. Zwei Meter von meinem Platz entfernt, direkt vor meiner Terrassentüre, an der sonst niemals ein Vogel auftaucht, da ich Katzen und einen Hund habe, erschien ein Rotkehlchen. Es schaute mich längere Zeit durch das Fenster an, flog weg und kam sofort noch einmal zurück.

Es war wunderschön, wohlgenährt, gesund und frei!

Vielleicht wollte es sich bei mir bedanken, dass ich mich um einen der seinen gekümmert habe. Auch wenn ich den Gelben nicht retten konnte, so hatte er doch noch einige schöne Stunden.

Reiner Odenthal, Windeck-Leuscheid

An dä Thek – Dä Pitter un et Marie

„Et letzte Drittel von unserm Levve
Jehört uns Zwei alleen.
De Pänz hamme doch alls jejevve,
Die ston op eje Been.“

Jruße Pläne woren ze hüre.
„Me zwei, me wandern us.“
Et Fernweh könnt me detulich spüre.
„Me machen do jet druss.“

Et wurd bejosse met Körnche un Bier.
„Dat Proste es für uns Zwei.
Un kütt ne Sturm zwische Dir und mir,
Me blieven uns doch treu.“

Noh ne Zeck dät me zwei Name nennen;
Dä Pitter und at Marie,
Die däten sich für emmer trenne,
Die kennen sich net mie.

Un usjewander sen die Zwei.
Die Wohnung steht jetz leer.
Die schöne Pläne sen vorbei,
Jetzt moss ne jode Anwalt her.

Else Bühnemann, Troisdorf

Was die Liebe ist!

Herr Professor Dr. Schlicht
hält in Prima voll Genie
geographisch Unterricht,
über Preußen sprechen sie;
mit viel Städten, Seen und Flüssen,
denn Primaner müssen's wissen.
Plötzlich wendet sich Herr Schlicht
an den Primus, und er spricht:
„Sagen Sie, mein lieber Wiebe,
sagen Sie, was ist die Liebe?“
Wiebe, der wird puterrot,
schämt sich ob der Frag' halb tot.
Plötzlich stottert er und spricht:
„Liebe – Liebe ist,
wenn man küsst.“
„Sie verstanden mich wohl nicht!“,
sagt Herr Professor Dr. Schlicht.
„Nächster, wissen Sie es nicht?“
Der Sekundaner war sehr klug,
er wusste von der Liebe grad genug.
Darum disputiert er fein:
„Liebe teilt man dreifach ein:
Lieb' zum Freunde, Lieb' zum Weibe,
Lieb' zum ...“
„Sie faseln, wie mir scheint!“, unterbricht
Herr Professor Dr. Schlicht.
„Nächster, wissen Sie es nicht?“
Doch dieser Nächste war ein Schwärmer,
und sein Herz schlug eben wärmer,
denn er machte ein Gedicht
auf ein Mädchenangesicht.
Und da man ihn nun fragte,
er voll Schwärmerei gleich sagte:
„Die Liebe ist des Jünglings Sehnen,
zieht ihm das Herz zur Jungfrau hin,
wenn ihn die Jungfrau unter Tränen
des süßen Schmerzes trägt im Sinn.
Ein Mädchenbild, so hold und rein,
das ist die Liebe ganz allein!“
„Sie sind ein Esel!“, ruft
Herr Professor Dr. Schlicht
und schnappt vor Wut nach Luft.
„Das Abitur besteh'n Sie nicht!“
„Nächster, auf der Stell'
aber sagen Sie es schnell!“
Reixel, bester Geograph,
sonst ein Schaf.
Muttersöhnchen, kennt man schon!
„Die Liebe, Herr Professor ist –

wenn mich meine Mami küsst!“
„Was, auch Reixel weiß es nicht?
Was der ganze Unsinn soll,
die Sache wird mir doch zu toll!
Die Liebe ist, mein lieber Reixel,
ein rechter Nebenfluss der Weichsell!“

Verfasser unbekannt

eingereicht von Josef und Angela Stoll, Siegburg

Juli

Heißer Wind fegt durch den Garten
über Blumen und Bäume hin
alle Kreaturen warten
auf des Regens Anbeginn.

Alles ist so heiß und trocken,
die Erde ist wie Staub und Sand
in den Bäumen Vögel hocken,
Hitze liegt schwer über'm Land.

Man wünscht sich jetzt schon Abendkühle
doch das ist ja noch Stunden hin
und man wartet in der Schwüle,
fragt sich nach dem tiefen Sinn.

Und der Mensch mit seinem Tuen,
Eigennutz und Unverstand,
lässt er die Natur nicht ruhen,
treibt er alles an den Rand?

Dass wir warten auf den Regen,
der alles wieder werden lässt,
beten für den Gottessegen,
der uns hilft und nicht verlässt.

Erika Kock, Warder

Zum Nachdenken

Das Eine nicht ohne das Andere.

Abschied für immer
Dir bleibt die Liebe

am Ende eines Weges
Der Tod ist das Tor zum Licht

Da blüht nun nichts mehr
nur Erinnerung

Bernadette Schnüttgen, Troisdorf

Mein Dr. Wald

Wenn ich an Kopfschmerz leide und Neurosen,
mich unverständlich fühle oder alt,
und mich die schönen Musen nicht umkosen,
dann konsultiere ich den Dr. Wald.

Er ist mein Augenarzt, mein Psychiater,
mein Orthopäde und mein Internist.
Er heilt mich ganz bestimmt von jedem Kater,
ob er aus Kummer oder Cognac ist.

Er hält nicht viel von Pülverchen und Pille,
doch umso mehr von Luft und Sonnenschein,
und kaum umhüllt mich seine Stille,
raunt er mir zu: „Nun atme tief Du ein.“

Ist seine Praxis oft auch überlaufen,
in seiner Obhut läuft man sich gesund,
und „Kreislaufkranke“, die noch heute schnaufen,
sind morgen ohne klinischen Befund.

Er bringt uns immer wieder auf die Beine,
das Seelische ins Gleichgewicht,
verhindert Fettansatz und Gallensteine,
doch Hausbesuche macht er nicht.

eingereicht von Rosemarie Proske, Siegburg

„Spitzbub“

Ein Junge saß an einem Zaun.
Da kam ein Mann, dem zuzuschau'n
nicht schlecht gefiel. Er fragte sich,
was jenen Buben denn beschlich,
mit einem Messer so im Sitzen
ganz viele Pfähle anzuspitzen.
Was er da treibe so bei Tage,
war folglich jenes Mannes Frage.
Der Junge ließ das Messer ruh'n.
Er unterbrach nur kurz sein Tun
und sprach zu ihm: „Seht Ihr denn nicht,
dass dies dem Sinn des Worts entspricht,
das jeder kennt. Schaut richtig hin!
Begrift, dass ich ein „Spitzbub“ bin!“

Dr. Dieter Grau, Bonn

Über die Verantwortung

Bereits im Jahre 1870 sagte Bismarck vor dem Norddeutschen Reichstag: „Die Scheu vor der Verantwortung ist eine Krankheit unserer Zeit.“ Es gibt keine Handlung, für die niemand verantwortlich wäre. Es besteht eine Pflicht, für Handlungen oder Dinge, die man veranlasst hat, einzustehen, die Folgen zu tragen und Rechenschaft abzulegen.

Diese Verantwortung kann einem niemand abnehmen, man kann sie nicht einfach abschütteln oder auf andere abwälzen. Man muss zu seiner Verantwortung stehen, sei es im privaten Bereich, in der Firma oder ganz besonders in der Politik. Die Definition des Begriffes Verantwortung ist, dass eine Person für die Folgen eigener oder fremder Handlungen Rechenschaft ablegen kann. Dabei muss Entscheidungsbereitschaft vorhanden sein. Übernimmt jemand die volle Verantwortung für das, was er getan hat, ist das moralisch positiv zu bewerten. Verantwortungslosigkeit schadet der Person selbst, der Umgebung und der Gemeinschaft. Es ist allerdings manchmal schwierig, mögliche Folgen für sein Handeln abzuschätzen, die Konsequenzen abzuwägen. Man entscheidet dann meistens intuitiv. Es gibt natürlich auch Ängste vor zu hoher Verantwortung. In der Politik sollte man für sein Handeln, für seine Reden die Eigenverantwortung oder Mitverantwortung immer übernehmen.

Das bezieht sich vor allen Dingen auf Entscheidungen mit Auswirkungen auf die zukünftigen Generationen, z.B. die hohe Staatsverschuldung und die Umweltverschmutzung. Der verantwortungsbewusste Mensch fühlt sich verpflichtet, das zu tun, was notwendig ist, um Schaden von den Menschen abzuwenden. Dass man die Auswirkungen seines Handelns verantwortungsbewusst vorhersehen, hängt allerdings von der Person ab, von Alter, Erfahrung, geistiger Fähigkeit und Ausbildung. Politiker versprechen vor Wahlen viel, was sie später nicht halten können. Es gehört dann Mut dazu, Fehler einzugestehen. Vorverurteilungen und Schuldzuweisungen sollte man allerdings unterlassen, solange die Schuld nicht bewiesen ist. Anderen die Verantwortung aufbürden zu wollen, sich der Eigenverantwortung zu entziehen, ist in höchstem Maße verwerflich. Man erinnere sich an Geschehnisse der jüngsten Vergangenheit.

Karl Heinz Müller, Lohmar-Heide

Wir veröffentlichen auf dieser Seite die Alters- und Ehejubiläen, deren Veröffentlichung die Beteiligten ausdrücklich zugestimmt haben.

75 Jahre

Elfgen, Heinz - 14.07.
Pleiser Hecke 25

80 Jahre

Dr. Kiwit, Walter - 27.07.
Tönnisbergstraße 72

Schnittker, Hans-Martin - 17.08.
Beethovenstraße 12

Zipter, Ingeborg - 20.08.
Friedrich-Ebert-Straße 16

Herrmann, Siegfried - 15.09.
Farnweg 64

81 Jahre

Schmitz, Agnes - 02.07.
Jägerstraße 62

Stenzel, Johannes - 17.07.
Katharinenstraße 13

Hülse, Hilde - 05.08.
Buchenweg 54

Spitzlei, Walter - 23.08.
Zur alten Fähre 36

Feindt, Eleonore - 27.08.
Ölbergstraße 2

82 Jahre

Kaschke, Margaretha - 05.07.
An der Schlade 13

Felber, Maria - 23.07.
Seidenbergstraße 53

Bühnemann, Else - 03.08.
Stresemannstraße 15,
Troisdorf

Grützenbach, Hubert - 10.08.
Freiheit 21a

Grützenbach, Walter - 10.08.
Freiheit 21

Bernards, Wilhelm - 13.08.
Siegburger Straße 79,
Sankt Augustin

Bigell, Rosemarie - 01.09.
Feldzeugmeisterweg 2

Raschke, Gertrud - 05.09.
Kningelbach 24

Schwederski, Eduard - 06.09.
Auf dem Gerotten 15

Huhn, Peter - 09.09.
Hauptstraße 10

83 Jahre

Ludwig, Marianne - 26.07.
Bismarckstraße 63

Krengel, Karola - 30.07.
Humperdinckstraße 46

Ernst, Martin - 07.08.
Haufeld 5

Huhn, Anneliese - 23.08.
Zur alten Fähre 1a

Müller, Johannes - 02.09.
Von-Stephan-Straße 1

84 Jahre

Bierther, Franz - 02.07.
Friedrich-Ebert-Straße 16

True, Paul - 11.07.
Barrie, Ontario (Kanada)

Kattwinkel, Maria - 29.07.
Am Pfahlweiher 21

Bierther, Maria - 10.09.
Frankfurter Straße 13 b,
Hennef

Kattwinkel, Karl - 24.09.
Am Pfahlweiher 21

85 Jahre

Hasenritter, Edmund - 21.09.
Gneisenaustraße 62

86 Jahre

Pütz, Franz - 03.07.
Braschossier Straße 65

Thimm, Richard - 02.08.
Münchshecke 3

Schumacher, Therese - 29.08.
In der Hühene 14, Lohmar

Rüßel, Christel - 21.09.
Friedrich-Ebert-Straße 16

Herzliche Glückwünsche

87 Jahre

Hasenritter, Anna - 14.07.
Gneisenaustraße 62

Wirth, Friedhelm - 22.07.
Dörresbitze 38, Much

Krüger, Günter - 04.08.
Jägerstraße 23

Danhausen, Paul - 15.08.
Weidenweg 6

Sonntag, Gertrud - 05.09.
Rothenbacher Straße 39

Schmitz, Elisabeth - 06.09.
Gartenstraße 87

Kaiser, Maria - 24.09.
Knigelbach 10

88 Jahre

Klucke, Magda - 15.07.
In der Höhnerlaach 14

Unkrig, Maria - 24.08.
Am Sonnenhang 53

89 Jahre

Bölingen, Margarethe -
29.07.
Im Klausgarten 2

90 Jahre

Brzoza, Else - 10.07.
Eichendorffstraße 16

Franzke, Werner - 24.08.
Freiheit 15

91 Jahre

Mrzik, Berta - 04.07.
Am Pfahlweiher 12a

Bertram, Fritz - 27.09.
Rosenstraße 32, Köln

92 Jahre

Palm, Olga - 04.08.
Gartenstraße 74

Triendl, Helene - 28.09.
Auf der Papagei 82

95 Jahre

Becher, Therese - 14.08.
Alte Lohmarer Straße 20

96 Jahre

Fielenbach, Heinrich -
08.07.
Wolsdorfer Straße 25

Minz, Mechtildis - 29.09.
Alexianerallee 1

97 Jahre

Strauß, Edith - 06.08.
Knigelbach 21

98 Jahre

Werner, Hedwig - 10.07.
Jägerstraße 97

Vollmar, Margarethe -
23.09.
Kurhausstraße 45, Hennef

Goldene Hochzeiten

Hans und Helga Pohl -
12.08.
Seidenbergstraße 9

Nachträglich:

91 Jahre

Reimer, Josefine - 20.05.
Aggerstraße 15-17

Goldene und Diamantene Hochzeiten können künftig nur noch berücksichtigt werden, wenn sie bis zum jeweiligen Einsendeschluss schriftlich der Redaktion der 65er Nachrichten mitgeteilt werden.

Januar bis März	01.10.	Juli bis September	01.04.
April bis Juni	01.01.	Oktober bis Dezember	01.07.

Notenfund in Kaldauen komplettiert GERMANIA-Archiv Konzert von 1914 im Dienst des Vaterlandes

In Kaldauen hatte Karl Pütz auf dem Speicher seines Elternhauses alte Dokumente des 1876 gegründeten MGV Siegburg-Kaldauen entdeckt. Die Sänger Heinz Hemmersbach und Hartmut Neugart haben diese Unterlagen gesichtet und dem Stadtarchiv zur Verfügung gestellt. Durch einen Anruf von Herrn Hemmersbach erfuhr GERMANIA-Vorsitzender Hans-J. Bargon, dass unter diesen Archivalien auch Programme von Veranstaltungen der GERMANIA seien.

An einem Vormittag arbeitete er das umfangreiche Material durch und stieß auf zahlreiche Programmzettel und -hefte seines Chores. Die meisten dieser Konzerte waren im Archiv des Chores zwar aufgelistet (nachgewiesen durch Zeitungsankündigungen, Pressekritiken und Auflistungen im Stadtarchiv), die entsprechenden Programme waren aber 1944 bei einem Bombenangriff vernichtet worden. Umso größer war Bargons Überraschung und Freude, mit diesen Unterlagen die Chorgeschichte noch umfassender darstellen zu können. Stellvertretend für die Dokumente, die den Zeitraum 1914 bis 1926 abdecken, ist hier das älteste abgedruckt.



Zum geschichtlichen Hintergrund:

Knapp drei Monate nach Beginn des 1. Weltkrieges veranstaltete der Chor ein Wohltätigkeitskonzert zu Gunsten des Roten Kreuzes.

Zu Beginn dieses unseligen Krieges gab es in den Köpfen der Menschen klare Vorstellungen, wie er ablaufen würde, nämlich so wie die Auseinandersetzung zwischen Frankreich und Deutschland 1870/71. Man würde sich sammeln, ein paar Wochen Krieg führen und glücklich wieder heimfahren.

Ein paar Soldaten würden ihr Leben fürs Vaterland geben und alle Übrigen wären Helden der Nation. „Weihnachten sind wir wieder zu Hause!“ – so glaubte man.

Und jetzt? Tausende jugendliche Soldaten waren gefallen oder verwundet, und die GERMANIA sah es als ihre patriotische Pflicht an, durch ein solches Konzert ihre Treue zu Kaiser und Reich zu demonstrieren. In der Vorankündigung zu diesem Konzert hieß es:

„Die Auswahl der Musik- und Gesangsstücke passt sich der ernsten Zeit an, so dass alle Besucher nur weihevollere Stunden erleben werden. Unter anderem wird in schaurig-ernster Weise das Los des wachhabenden Soldaten geschildert. Sodann kommen auch liebevolle Bilder aus dem Soldatenleben zum Vortrag.“

In der Konzertkritik vier Tage später konnte man lesen, dass „man dem Rufe in solcher Zahl gefolgt sei, dass der angrenzende kleine Saal noch mitbenutzt werden musste, ebenso die Galerie.“

Dann trat der Chor auf, der in seiner stattlichen Zahl immer zur Hochachtung reizt.“

Der Vorsitzende führte aus, dass der Chor anstelle seines Stiftungsfestes nun seine Dienste dem Roten Kreuz gewidmet habe, „das da berufen sei, Not und Elend zu lindern, das in so großer Zahl über unser Vaterland gekommen sei.“

Hans-J. Bargon, Siegburg

Die Häuser der oberen Mühlenstraße Teil I

Es ist nicht nur Nostalgie, wenn man den Versuch wagt, Dinge aus der Vergangenheit wieder ans Licht zu holen. „Die Erinnerung ist“, nach Jean Paul, „das einzige Paradies, aus dem man nicht vertrieben werden kann!“ Die Mühlenstraße, früher Mühlengasse genannt (wie vom 14. Jahrhundert an alle vom Marktplatz wegführenden Wege von geringer Breite Gasse genannt wurden), verlief vom Mühlentor zu den abteilichen Mühlen Mahl-, Loh-, Öl-, Papier-, Schneide- und Walkmühle.

Das ehemalige **Rathaus** an der Stelle des heutigen Kolpinghauses hieß früher „Der Lederhof“, später „Zum Ledermarkt“, wie das ganze Stück Mühlengasse bis etwa zum Pastorat „Zum Ledermarkt“ hieß, weil dort Leder verkauft wurde. Um 1399 wurde das Grundstück noch so genannt. Später – um 1800 – hat das Grundstück einen anderen Namen bekommen. Man nannte es „Zur weißen Taube“. Das Rathaus mit der roten Sandsteinfassade wurde 1887 errichtet und fiel am 28. Dezember 1944 den Bomben zum Opfer.



Altes Rathaus

(Archiv des Rhein-Sieg-Kreises)

Im Vordergrund rechts: Fahrradgeschäft Esser

Das älteste – bekannte – Rathaus Siegburgs stand direkt gegenüber auf dem Grundstück des damaligen Fahrradgeschäfts Esser, (Heute Optik am Markt) Man nannte es „Das Dinghaus“ und es stand bis 1437.

Im Rahmen der Wiedergutmachungsbestimmungen hat die Stadt nach dem Niedergang des Dritten Reiches für die Rückgabe des alten Kolpinghauses an der Ringstrasse 37 am 24. 03.1948 der Kolpingfamilie Siegburg das Grundstück Mühlenstraße 2-4 auf jederzeitigen Widerruf und Zahlung einer jährlichen Anerkennungsgebühr zur Verfügung gestellt.

Daraufhin begannen die Mitglieder der Kolpingfamilie unter teilweiser Verwendung der noch vorhandenen Trümmer, im vorderen rechten Teil eine Gaststube einzurichten. Dahinter wurde ein kleiner Saal gebaut. In diesem Sälchen hat das „Stipfeföttche“ der Funken Blau Weiß von 1859 in der Kolpingsfamilie Siegburg geprobt. Dort erhielten wir auch unseren ersten Tanzunterricht. Auf dem Betonboden eine ziemlich schuhverschleißende Angelegenheit!

Am 4.6.1955 wurde von Baumeister Willi Bröhl, Siegburg, der Bauantrag für ein „Gemeinschaftsheim für berufstätige, ledige, männliche Personen“ eingereicht und errichtet.

Es ist das heutige Kolpinghaus.

Das **Pfarrhaus, Mühlenstrasse 6**, ist das einzige Barockpfarrhaus der Region. Die Tafel neben der Tür enthält die Inschrift: „Pfarrhaus St. Servatius 1744 anstelle des zerstörten älteren Pfarrhauses erbaut, Vorgängerbau 1358 Hof des Pastors genannt“.

In den letzten Kriegsjahren, ca. 1943, wurde der bis dahin außen liegende Treppenaufgang nach innen verlegt. So erhielt die Fassade ihr heutiges Aussehen.

Das Haus ist „Bedeutend für die Geschichte des Menschen. Erhaltenswert aus wissenschaftlichen, besonders architektur- und ortsgeschichtlichen Gründen“.



Pastorat mit Außentreppe

(Archiv des Rhein-Sieg-Kreises)

(links altes Rathaus, links daneben Lebensmittelgeschäft Gehrman)

Die **Kaplanei, Mühlenstrasse 6b/6c**, wurde 1910 errichtet. Es ist ein hoch über dem Straßenniveau gelegener Baukörper, der von der Straße etwas zurückliegt. Es ist ein Doppelbau, in dem früher die Kapläne der Pfarrei Sankt Servatius wohnten. Zur Straßenseite hin befindet sich eine gegenläufige Treppe mit Stützmauern aus Basalt und Trachyt. Das dritte mittige Gittertor, von zwei Basalt Pfeilern gerahmt, ist noch original. Ebenso ist das Originalgitter auf der unteren Stützmauer erhalten geblieben.

Die beiden letztgenannten Gebäude Pastorat und Kaplanei blieben bei dem schweren Bombenangriff am 28. Dezember 1944 auf Siegburg verschont. Ebenso das Haus König, Mühlenstraße 14. Alle anderen Gebäude auf der Straßenseite mit den geraden Hausnummern wurden zerstört. Im Haus Jonas, Mühlenstraße 12, gab es zwei Tote und eine Schwerverletzte, Fräulein Jonas, der ein Bein amputiert werden musste.

An die Kaplanei grenzte das Grundstück der Drogerie Albert Tepel, **Mühlenstrasse 8**, daneben Zahnarzt Franz Jordan, **Mühlenstraße 10** und das der Musiklehrerinnen Geschwister Jonas, **Mühlenstraße 12**, die am wohl schwärzesten Tag Siegburgs vom Schicksal ereilt wurden. Diese drei Gebäude wurden, genau wie das Lebensmittelgeschäft Gehrman und das Rathaus von Sprengbomben getroffen und schwer zerstört.

Das Haus König, **Mühlenstrasse 14**, gehörte zu den ältesten Wohngebäuden Siegburgs. Es stand unter Denkmalschutz. Die Haustür aus dickem Eichenholz zählte zu den Prunkstücken der Schreinerkunst. Als die Messingklinke verschlissen war und der damalige Hausbesitzer sie durch eine Aluminiumklinke ersetzte, musste diese wieder entfernt und durch eine Messingklinke dem Denkmalschutz Rechnung getragen werden.

Umso unverständlicher blieb mir der Abriss des Hauses im Januar 1974. Bereits 1972 hatte die Erbin den Antrag gestellt, die Haustür samt Steinumrandung zu übernehmen. Leider kam es dazu nicht mehr. Kurz vor dem Abriss beob-

achtete eine Nachbarin, wie die Tür abtransportiert wurde. Sie hatte unwissentlich einem Diebstahl zugesehen! Die Türe ist seitdem verschollen. Das Grundstück wurde als provisorischer Parkplatz für Marktbesucher genutzt. 1975 wurde mit dem Neubau des Servatiushauses begonnen. Die Stadt hatte das Grundstück des alten Servatiushauses in der Elisabethstraße mit dem Grundstück Mühlenstrasse 14 getauscht. Dechant Dr. Johannes Becker erbaute darauf das heutige Servatiushaus.



Mühlenstraße 14

(Privat)
(heutiges Servatiushaus)

Paul Gockel, Siegburg

Fotoerinnerung



Siegburg, 1914

eingereicht von Clemens Bruch, Siegburg

Milchpilz

Der Aufruf in den „65er Nachrichten“ (Weihnachten 2010) nach Fotos soll nicht unerfüllt bleiben.



Zur Geschichte des Milchpilzes gibt es Folgendes zu berichten:

Es gab den Pilz seit 1954 bis Anfang der 60er Jahre.

Der Urheber und Besitzer war Hans Gilgen (Vertrieb von Molkereiprodukten), eine bekannte Persönlichkeit in Siegburg.

Die Idee, in Siegburg einen Milchpilz zu installieren, führte ursprünglich auf das Bonner Milchhäuschen (Münsterplatz) zurück.

Als Standort hatte Herr Gilgen die Neue Poststraße, das Gelände, wo heute das Amtsgericht steht – in Richtung Orthopädie von Laufenberg (jetzt Rahm) - ausgewählt. Die Geschäftszeiten waren von montags bis freitags 9.00 Uhr bis 18.30 Uhr, sonntags 9.00 Uhr bis 14.00 Uhr.

Die Bewirtschaftung hatte Frau Elli Mäder (s. Foto) übernommen. In Ausnahmefällen wurde sie von ihrem Mann unterstützt.

Im Angebot waren zunächst nur Milchprodukte, Milch mit Erdbeere, Himbeere, Sanddorn, Vanille, Joghurt usw. Kakao wurde ebenfalls gereicht.

Später wurde das Sortiment erweitert.

Der Renner war ein Spezialdrink. Die Zusammensetzung bestand aus Milch mit Honig, eine Prise Zucker, dazu ein Ei sowie Cognac. Die älteren Semester waren dem Drink sehr zugetan. Die Getränke wurden überwiegend im Stehen

gereicht, später kam eine Bestuhlung hinzu. Die Kundschaft kam aus allen Bevölkerungsschichten, sei es Jung oder Alt, von Nah und Fern.

Frau Mäder war bei ihren Kunden sehr beliebt, so dass sie Herr Gilgen nach zwei Jahren mit höheren Aufgaben betraute.

Der Milchpilz ging dann bis Anfang der 60er Jahre auf einen Nachfolger über. Danach kam das Aus für den Pilz.

Anmerkung: Mein Dank gilt Frau Mäder, die mir die Fotos zur Verfügung gestellt hat und die mir Informationen über den Milchpilz gab. Sie lebt heute bei bester Gesundheit auf der Zange.

Werner Astor, Siegburg (ein ehemaliger Kunde)

Meine Zeit in Wolsdorf

Meine Eltern zogen 1932 von der Luisenstraße mit zwei Kindern in die Marienhofstraße 50. 1935 kam noch eine Schwester dazu und 1941 wurde ich geboren. 1948 wurde ich in die Humpardinckschule eingeschult. Ab dem 5. Schuljahr ging ich in die Seidenbergsschule.

Meine Freundinnen und Freunde gingen in die Schule Jakobstraße. Waren wir draußen, spielten wir: Murmeln, Verstecken, Hüppe-Kästchen, Seilchen.

Wir hatten ja kein Handy oder Laptop, wir hatten noch nicht mal ein eigenes Telefon. Zum Telefonieren gingen wir zu „Orth's“, Wolsdorfer Straße, da war die Post.



Das Bild zeigt Konfirmation und Kindtaufe am 14. Mai 1950 im Haus in der Marienhofstraße 50

Ruth-Lore Meuter, Siegburg

Circus Franz Althoff, Tiger, Fleischvergiftung

Außer dem Zirkus Carl Althoff, der später übergang in die Hände seiner beiden Söhne Corti und Giovanni, die wiederum daraus zwei getrennte Unternehmen machten, gab es auch noch den Zirkus Franz Althoff, der sein Winterquartier auch im Landgestüt in Osnabrück hatte. Letzterer hat mich nur hin und wieder gerufen.

Bei einem Gastspiel in Bochum war seine gesamte Tigergruppe schwer erkrankt, nach Vorbericht seit ein bis zwei Tagen. Die stattlichen Sibirier, ich glaube es waren sechs an der Zahl, lagen bei meiner Ankunft ziemlich teilnahmslos in ihren Käfigwagen. Sie wurden vorgeführt von einer auch stattlichen, großen Blondine mit slawischem Akzent, deren Name mir jetzt nicht mehr einfällt, die aber die letzte Abendvorstellung vorzeitig abbrechen musste. Alle Tiere schwankten, waren apathisch, andere hatten zusätzlich Erbrechen und zwei gleichzeitig Durchfall. Alle waren gegen Katzensuche geimpft, so dass eigentlich nur eine andere Infektionskrankheit oder eine Futtervergiftung in Frage kam.

Das Futter sei in Ordnung, sie habe immer denselben Lieferanten und noch niemals Ärger gehabt etc. etc., verriet mir die Dompteuse. Und sie war fast beleidigt, als ich auf einer Kontrolle ihres Kühlwagens bestand. In diesem befand sich äußerlich einwandfrei aussehendes Rindfleisch, in Form von Vorder- und Hintervierteln, einzeln aufgehängt und so der Kühlung gut zugänglich.

Mit einem der im Kühlwagen bereit liegenden, großen Messer habe ich dann mehrere Schnitte in die Tiefe der Muskulatur gemacht und auf diese Weise schnell die Ursache für die Intoxikation (Fleischvergiftung) der Großkatzen herausgefunden. Das Fleisch war nämlich, bevor es ausgekühlt war, schockgefroren worden, so dass die inneren, tiefer liegenden, noch warmen Partien von den oberflächlichen, tiefgefrorenen Schichten eingeschlossen waren und sich zersetzen konnten. Der innere Kern der Muskulatur war grau und matschig und hatte eine deutlich faulige Geruchsabweichung. Das

hätte dem Tierpfleger bei der Zubereitung der Portionen unbedingt auffallen müssen. Aber der war offensichtlich genauso überzeugt von der Qualität des Fleisches wie seine Chefin, die ja gemeint hatte, schon vor der Prüfung ihren Lieferanten verteidigen zu müssen.

Die Tiger fraßen außer den gesunden Teilen ihres Futterangebotes auch das schon fast als Aas zu bezeichnende, verdorbene Fleisch, vielleicht letzteres sogar noch lieber. Die Behandlung bestand in je einer Injektion gegen das Erbrechen und einer weiteren zur Wiederherstellung normaler Verhältnisse in den Verdauungsorganen (mit Hilfe eines Quetschkäfigs und den geschwächten Patienten eine Aktion von einer guten halben Stunde) und in einem Überangebot an verdünntem, schwarzen Tee mit Traubenzucker und Kochsalz. Als ich sah, dass das Getränk spontan genommen wurde, konnte ich auch eine gute Prognose stellen. „Wer viel trinkt, wird mit Sicherheit überleben. Also gebt Euch Mühe“.

Zugleich wurde zweitägiges Fasten angeordnet und daran anschließend als Start frisch tote Meerschweinchen, Kaninchen und Hühner empfohlen.

Das Telefonat am folgenden Tag bestätigte unsere positive Prognose. Die Tiere seien schon unruhig, weil sie noch nicht wieder in die Manege dürften. Das war mit Sicherheit übertrieben, aber ein weiterer Besuch meinerseits erübrigte sich.

Aber einige Monate später rief die blonde Dompteuse aus Düren an, wo der Zirkus Franz Althoff für zwei oder drei Tage Station machte. Es ging um einen sehr dringenden Fall. Eine Tigerin hatte mit ihren reflektorisch herausschnellenden Krallen einem Leoparden, der noch nicht auftrat, sondern nur die Tierschau ergänzte, eine mehr als 50 cm lange Wunde zugefügt, über den ganzen Rücken bis in die Halsgegend. Die klaffende Wunde war nicht besonders tief, und sie hatte glatte Wundränder, so dass ich nach der Vorbereitung und Rasur direkt mit der Wundnaht hätte beginnen können. Bis der mit dem Blasrohr betäubte Leopard schlief, bin ich noch einmal zu dem Tigerkäfigwagen gegangen. Die Verursacherin der Verletzung bei dem Leoparden hatte ihre beiden Vorderpfoten lä-

Nostalgisches

sig aus dem Käfig hängen lassen und beobachtete mich äußerst friedlich, so dass ich mich zu einem Anfängerfehler habe hinreißen lassen, indem ich ihr einen leichten Klaps auf eine der beiden Pfoten gab. Sie hatte blitzartig reagiert und mir meinen rechten Arm regelrecht aufgeschlitzt. Nach Blutstillung und einem Notdruckverband habe ich zunächst die lange Wunde bei dem inzwischen schlafenden Leoparden genäht und versorgt und bin dann in Richtung Heimat aufgebrochen, um meinen jetzt schon ziemlich geschwollenen und unansehnlich gewordenen Arm meinem Kollegen Durchgangsarzt an der Ecke Grenzstraße in Gelsenkirchen zu zeigen (Dr. Enzenauer). Meine mich begleitende und stets assistierende Frau hatte das Auto gefahren.

Auch ich bekam nun meine Naht und nach dem Verband auch noch eine Schlinge, die den verletzten Arm in einer waagerechten Position halten sollte.

Der Chirurg meinte noch, dass bei sofortiger

Behandlung vermutlich eine um eine Woche schnellere Heilung zu erzielen gewesen wäre. So blieb mein Arm fast drei Wochen in der Schlinge. Ich hatte genügend Zeit, um über meine Fehlreaktion nachzudenken und erinnerte mich, dass ich schon öfter meine Helfer oder Beobachter gewarnt hatte, nur nicht solche elementaren Fehler zu machen.

Alles in allem bin ich, was Unfälle mit Tieren betraf, eigentlich ganz gut weggekommen, d.h. ziemlich verschont geblieben. Denn in über 30 Jahren Zoo – und Kleintierpraxis gab es nur fünf oder sechs nennenswerte Unfälle oder Verletzungen. Von einem besonders schweren Fall werde ich an anderer Stelle noch berichten.

Übrigens sind die Tierärzte bei der Berufsgenossenschaft in einer Gefahrengruppe mit Schornsteinfegern und Seiltänzern aufgeführt.

Dr. Heinz Gass, Siegburg

aus dem Buch: „Hat er die alle gefressen?“

Fotoerinnerung



Katholische Volksschule Humperdinckstraße, Schuljahr 1948/49, 1. Lernschuljahr, Klassenlehrerin Frau Schmitz.

Sollte sich jemand auf dem Foto erkennen oder gerne Erinnerungen austauschen wollen, kann er sich gerne mit dem Einsender der Fotos, Herrn Günter Schiffelmann, Dohkaule 52, 53721 Siegburg, Telefon 02241-64825 in Verbindung setzen.

Erinnerungen an meinen Mitbruder Pater Rhabanus Haacke Teil I

Vor kurzem fand ich in einem Arbeitsraum unserer Bibliothek eine Mappe, die einen Bericht über die Tätigkeit von Pater Rhabanus Haacke als Kaplan in Hamburg und seine Begegnung mit der „Gestapo“, der Geheimen Staatspolizei, die er dort ab Ende 1944 bis zum Kriegsschluss am 8. Mai 1945 hatte. Dieser Bericht wird ganz in den Heimatblättern des Geschichts- und Altertumsvereins für Siegburg und den Rhein-Sieg-Kreis veröffentlicht. Beim Studium seines Nachlasses fand ich mehrere Mitteilungen und Dokumente, die diesen Bericht umranden und ihn uns menschlich näher bringen können. Außerdem können sie in Form eines Fortsetzungsberichtes geboten werden. So bringe ich zunächst einen Vortrag, den er als Pater etwa um 1980 einem Freundeskreis aus seiner Heimat Meppen gehalten hat:

„Meine Kindheit in Meppen, genauer in der Obergerichtsstraße 14, war stark mit Fernweh durchweht, jetzt, wo ich mich bald zu den 70-ern rechnen muss, durchweht das Heimweh meine Träume. In der Erinnerung weiß ich recht genau, wie es daheim war. Gehe ich heute durch die Obergerichtsstraße, ist fast alles anders. Man könnte klagen, aber ich muss ja erst danken; und ich habe so viel zu danken für das Paradies meiner Kindheit, dass von Klagen keine Rede mehr sein darf.

Wir kamen zur Welt in der Dienstwohnung über der Landwirtschafts-Schule. Sie war unpraktisch, aber weiträumig. Parterre waren ja nur zwei Klassenräume und nur im Winter Unterricht. Aus dem Schulhof hatte Vater unseren Haus- und Vorgarten gemacht, mit Apfelbäumen, einem seltenen Pfirsichbaum, Weinstöcken an den Hauswänden, Erdbeeren, Bohnenbeeten und vielen Tomatenstöcken. Was im Herbst daran grün geblieben war, lag nachreifend auf unseren Fensterbänken. Hinterm Haus lag die Schülertoilette, im Sommer mit Gartengeräten gefüllt, dann der Torfstall, die Jauche-grube, die unser Vater selbst leerte, weil er meinte, wir stellten uns dafür zu ungeschickt an und würden nur hineinfallen. Aus der Lehrertoilette hatte er einen Hühnerstall gemacht, und

der Auslauf des Hühnerstalles füllte den Raum bis zum Lager „Mayrose“ aus. Niemand hat je gegen diese Hausbesetzung und Verwendung Einspruch erhoben. Im Vorgarten standen Buchsbäume, eine Sommerlaube und eine Regenlaube mit Teerpappendach, beide mit wildem Wein umrankt. In der Sommerlaube budelten wir im Sand; in der Regenlaube hielt Mutter schon mal ihr Kaffeekränzchen ab, weil die Reihe an sie kam - jeden Mittwochnachmittag. Das war die einzige Extravaganz, die sich Mutter gönnte. Vater ging mit uns unermüdlich spazieren oder ließ sich im Garten helfen. Er war sehr sparsam und unsere Eltern waren sich ganz einig: Alles für die Kinder. Von Meinungsverschiedenheiten merkten wir nichts. Was der Vater verbot, hat Mutter nie erlaubt.

Vater hatte spät geheiratet, erst mit 37 Jahren und dann haben sie acht Jahre auf Kinder warten müssen. Umso froher waren sie, als wir ankamen. Mutter erinnerte sich, dass der Religions-Lehrer Dr. Wilhelm Berning, der bald darauf Bischof wurde, auf der Straße, als Mutter den Kinderwagen schob, gratulierte und segnete. Als unser Jüngster kam, Weihnachten 1914, wurden wir Geschwister ins Nachbarhaus geschickt; warum wussten wir nicht. Und wir wunderten uns, woher die wussten, was wir hernach sahen: Was da bei Mutter im Bett plötzlich angekommen war. Dass der Storch, der jedes Jahr bei Sanders oben auf dem Schornstein nistete, das Brüderchen gebracht hatte, haben wir erst Jahre später nicht mehr geglaubt und dann hat es noch Jahre gedauert, bis wir mehr wussten.

Mit drei oder vier Jahren hatte man mich einmal verloren. Man fand mich aber bald wieder. Ich war in die Spielschule geraten, wie man den Kindergarten nannte, der ein Haus gegenüber lag, zwischen dem Gerichtsgebäude und Land-schütz-Garten. Sievers Jan war der Hausmeister; 50 - 60 Kinder wurden von zwei Schwestern von der Burgstraße betreut, und mir hatte es die wohl-schmeckende Milchsuppe angetan. Ich durfte weiterhin hingehen, aber nicht mehr mitessen - es war Kriegszeit. Die meisten Kinder hatten zu Haus kein Frühstück, wir wohl. Und Mutter wollte nicht, dass ich dort esse. Allerdings hatten wir zeitweise auch nicht mehr als Steckrüben. „Vater, schneide nicht zu klein, ich finde es nicht wieder.“ Mutter lachte gern,

aber hier kam ihr fast das Weinen. Wir sprachen kein Platt zu Hause. Vater kannte das Westfälische; er kam ja vom Bauernhof Castrop. Mutter von der Selfkant am Niederrhein; es war verschiedenes Platt, aber beide meinten, wir müssten sofort und nur Hochdeutsch lernen. Als ich damals bei Stubbe in der Hasestraße Brot holen sollte und ich nur wenige Brotmarken hatte, versuchte ich es dennoch auf Platt: „Ein Pund Schwattbraut, man zwei Pund wörn user Mamm noch leiwer!“ Stubbe kannte mich ja, hatte Spaß an meiner Äußerung - ich kam mit 2 Pfund heim. Gegenüber bei Mutter Egert gab es aber immer eine Schnitte mit Rübenkraut und Zucker. Im hinteren Flügel des Amtsgerichtes lag die Wohnung des Richters Multer, eines sehr vornehmen, aber zu uns Kindern freundlichen alten Herren. Ihm soll ich, als ich so vier Jahre alt war, anvertraut haben: „Onkel Multer, weißt du, was Philipp von dir gesagt hat“ – „Na?“ – „Du wärst dumm und verrückt!“ Multer meinte: „Du sollst nicht petzen!“ Ich fragte zu Hause: „Was ist das: Petzen?“ Ich war für Prügel noch zu klein; die Strafe kam später, als ich in die I-Männchen-Klasse kam und eines Morgens, als die Hausaufgaben vorzuzeigen waren, ich entdeckte, dass meine Schiefertafel völlig unbenutzt geblieben war. Wir hatten tags zuvor so schön bei Egerts gespielt, dass nun meine „Tabula rasa“ war. Schon flogen die Finger meiner Schulfreunde hoch und petzten: „Der hat keine Schularbeiten!“ Gut, dass diese Botschaft nicht bis zu den Eltern kam.

In die oben erwähnte Laube hatte meine Schwester ihre Freundinnen eingeladen. Diese hatten ihre Puppen mitgebracht, dazu Stofftiere. Ich durfte mitspielen, war zwei Jahre jünger, aber weil ich ein Mann war, bekam ich einen Posten, den mir die Mädchen unbestritten zubilligten. Ich musste alles taufen! Eine Kaffeemütze wurde mir aufgesetzt, also war ich so was wie Bischof, und dann musste ich Puppen, Stoffbären, Stoffhündchen und ein Schaukelpferd taufen. Als ich damit fertig war, wurde ich als fernerhin unbrauchbar weggeschickt.

- Fortsetzung folgt -

Pater Mauritius Mittler, Siegburg

Leserbrief

Vor zwei oder drei Jahren, als ich mal wieder in Siegburg war, wollte ich von der Augustastraße kommend über die Barbarossastraße, Steinbahn, Aulgasse die Lohmarer Chaussee erreichen, um heim ins Sauerland zu fahren.

Dabei sah ich, dass eine Straße in „Marcel-Charpantier-Straße“ umbenannt worden war. Der Name kam mir bekannt vor. Ich wusste aber nicht, woher das kam und vergaß ihn dann auch wieder.

Nun bekomme ich ja die „65er Nachrichten“ und suchte nach. In der Nr. 151/Herbst 2009 fand ich dann den Beitrag von Herrn Lothar Fassbender aus Lohmar, betitelt: „Vom Preußischen Gefängnis zum Zuchthaus Siegburg“. Daher kam also die Kenntnis des Namens. Es fiel mir ein, dass ich bei alten Papieren einen Totenzettel des jungen Mannes haben musste und fand ihn auch. Den Totenzettel hatte mein Vater gehabt und aufbewahrt, aber wie kam er dazu? Ich erinnere mich inzwischen auch, dass meine Mutter damals nach Vaters Tod (23.03.1969) gesagt hat, er wäre ihm zugeschickt worden. Es ist aber wahrscheinlicher, so denke ich, dass mein Vater diesen Zettel von einem Herrn der VVN (Vereinigung der Verfolgten des Nationalsozialismus) erhalten hat. Die Mitglieder, das heißt ehemalige politische Gefangene der Siegburger Anstalt, feierten jedes Jahr etwa im Mai eine Wiedersehensfeier/Kameradschaftsabend, zu dem mein Vater jedes Mal eingeladen und von einigen Herren zu Hause abgeholt wurde. So auch noch, als ich 1948 aus der Kriegsgefangenschaft zurück war. Dabei lernte ich einen Herrn Kreitz aus Aachen kennen, der meinen Vater noch besucht hat, als er bereits zu mir ins Sauerland gezogen war. Ob diese Wiedersehensfeiern heute noch praktiziert werden, weiß ich nicht.

Zur Erklärung muss ich noch sagen, dass mein Vater von 1923 bis zu seiner Pensionierung 30 Jahre lang seinen Dienst im Siegburger Gefängnis verrichtet hat. Er hat also auch die von Herrn Fassbender geschilderten Zustände, Überbelegung, Flecktyphus, Quarantäne und die Exekution unschuldiger Männer miterlebt, wenn er auch daran nicht beteiligt war. In der äußerst detaillierten Dienstvorschrift, die jeder Beamte hatte, war auch nichts Derartiges vorgesehen. Gott möge verhüten, dass so etwas je wiederkommt!

Theo Schmitz, Schmollenberg-Fleckenberg

Markttage in Siegburg

Mit rund 20 bis 25 Marktständen, Verkaufsmobilen und kleineren Handkarren ist der Wochenmarkt auf dem Marktplatz in Siegburg deutlich attraktiver als früher, als zwar der Hühnermarkt und die Ecke gegenüber der ehemaligen Kaufhalle/An der Stadtmauer noch ins Marktleben mit einbezogen waren, aber die Standflächen zwischen den Lindenbäumen und in der Innenzone des Marktplatzes wesentlich kleiner waren. Außerdem war das Marktgeschehen durch den öffentlichen Verkehr rund um den Markt stark eingeschränkt; dort fuhr die Straßenbahn von der Bahnhofstraße kommend über den Markt in Richtung Kaiserstraße und später der komplette Busverkehr (die Kraftpost, die Siegburger Verkehrsgesellschaft, die DB und der Kölner Bus) in Richtung Zeithstraße, Troisdorf und Aggertal. Mit der Fertigstellung des 1. Abschnitts der Fußgängerzone auf der Nordseite des Marktplatzes 1974 bis zum Kaufhof und Sperrung des Marktes für den Autoverkehr wurde dieses Problem gelöst.

Ein üppiges Angebot, die Frische und Qualität der Waren ziehen heute an allen Markttagen, besonders aber samstags, Besucherströme in die Kernzone der Stadt.

Obst und Gemüse, Fisch und Meeresfrüchte, Gewürze, Öl und Antipasti, unzählige Käsesorten, Honig, Brot und Kuchen, Fleisch und Wurst, Wild und Geflügel und – vor allem im Spätsommer – ein wahres Blumenmeer locken die Marktbesucher an. Diese Kunden, meist ältere Menschen über 50 Jahre, die oft weniger mobil sind, achten besonders auf Qualität der Waren, auf besondere Angebote der Jahreszeit entsprechend, auf Bio- und Ökoprodukte und vergleichen bewusst die Preise der einzelnen Markthändler. Relativ hoch ist allerdings auch die Anzahl der Käufer, die prinzipiell auf einen bestimmten Händler schwören, immer bei diesem kaufen und keinesfalls den Marktbesucher wechseln würden, selbst dann nicht, wenn das Preisniveau der angebotenen Ware etwas teurer ist als anderswo, z.B. im Supermarkt oder beim nächsten Marktstand. Diese Kunden möchten gerne die unmittelbare Begegnung mit ihrem Händler pflegen, man kennt sich und man trifft sich zum „Verzällche“ (z.B. die „Büchels“, Markthändler Ferdi Büchel und seine Frau Gertrud, geb. Prinz, die leider beide bereits

verstorben sind – heute leitet Gerd Büchel das Familienunternehmen –, oder den Händler am untersten Stand, der „Spanische Garten“, Ugur und Fadime Sezer – bereits in der 2. Generation seit 1974 Kaufleute am Markt). Dabei schätzen die Marktkunden die ganz besondere Atmosphäre, die Attraktivität des Markthandels, Qualität und Service und das Erlebnis der Kommunikation mit anderen Besuchern.

Es sind nur wenige Markthändler, die direkt aus der Stadt Siegburg selbst kommen, wie z.B. die Familie Büchel von der Zange, die Sezers aus der Holzgasse, Wilfried Müller mit dem Stand in der ersten Reihe, unmittelbar gegenüber Schuhhaus Bleifeld, oder früher die Familien Bleifeld, Köllen und Stock. Den Obst- und Gemüsestand Müller gibt es nun schon ungefähr 60 Jahre, den von Büchels fast 90 Jahre und bereits in der 5. Generation. Damals kamen Marianne und Hans Müller, Markthändler der 1. Generation, noch aus Köln. Eine Vielzahl der Marktkaufleute kommt aus dem näheren Umfeld: so z.B. die Familie Söntgerath von einem Bauernhof bei Much, die Familie Eißner bereits in der 3. Generation aus Schwarzhof bei Bonn, der Eisbachtaler Obststand in der dritten Reihe „Nähe Oberpleis“, der Blumenstand von Familie Schumacher aus Hennef (Schnittblumen, Gemüsepflanzen und Balkonblumen), Ria Schumacher stand ebenfalls täglich seit 1962 auf dem Markt. Andere Händler, die eine andere Sortimentsstruktur haben, wie z.B. Käse-, Wurst- und Schinkenspezialitäten, kommen aus der Eifel, dem Schwarzwald, dem Westerwald etc. Diese haben ihren rollenden Verkaufsstand entweder direkt oben am Denkmal in Queraufstellung oder in der 4. Reihe längs des Hühnermarktes aufgestellt und sind meist ein- oder zweimal in der Woche auf dem Markt. Saisonbedingt verkauft „Spargel Willi“ Spitzenspargel direkt vom Erzeuger (in der 4. Reihe, gegenüber dem Haus zum Winter). Das veränderte Konsumverhalten vieler junger Leute oder aber auch anderer Interessierter, macht das Angebot des Feinkosthändlers Ahmad und Keywan Boromandi attraktiv. Am Stand in der 1. Reihe gegenüber der Marktpassage gibt es Oliven aller Art, Schafskäse, Meeresfrüchte, eingelegte Aubergine-Scheiben, Pilze, Zucchini und Gemüse-Brot-Aufstriche und andere Feinkostspezialitäten. Mittlerweile hat sich die Zahl der ausländischen Markthändler, die mit ihrem Angebot

Nostalgisches

das Marktleben positiv beleben, erhöht.

Ebenso gab es Mitte der 1950er Jahre Kramstände mit Waren des täglichen Gebrauchs, z.T. auch Wolle und Stricksachen, außerdem waren Kesselflicker, Schirmmacher und Besenbinder ebenfalls auf dem Markt vertreten. Ich erinnere mich noch gut daran, dass wir kurz nach dem Krieg bis Anfang der 1950er Jahre auf dem Kleinviehmarkt, in Höhe des Sportgeschäfts Kastenholz, Küken und Hühner und einmal auch zwei Enten zur Aufzucht gekauft haben. Hier in dieser Häuserzeile am Hühnermarkt befand sich bis 1928 das Bilderrahmungsgeschäft meines Großvaters, Phillip Faßbender. Siegburg erlebte am 28. Dezember 1944 den schwersten Bombenangriff während des Krieges. Ganz besonders stark traf es die Häuser am oberen Markt und die Mühlenstraße. Es dauerte fast 5 bis 10 Jahre, bis alle Baulücken geschlossen waren. Wenn ich aus meiner Erinnerung heraus die vielen traditionellen Geschäfte oder Restaurants am Markt aufzählen soll (einige Hausnamen stammen noch aus dem Mittelalter, als es noch keine Hausnummern gab, z.B. das Haus zum Stern und der Reichenstein), die es Anfang der 1950er Jahre gab, die um- oder wiederaufgebaut oder durch Neubauten ersetzt wurden, sind nur ganz wenige darunter, die heute noch existieren. Rund um den Markt gab es am südöstlichen oberen Markt, wie schon gesagt, das Sportgeschäft Kastenholz, Bekleidungshaus Promitzer, Ecke Kirchgasse, Restaurant und Gaststätte „Hagens Korn“, Schmuckgeschäft Nassmacher. Am östlichen Markt: Moden Osberghaus, die Löwen-Apotheke, der Friseursalon Liebetrau, die italienische Eisdiele Renato Fain-Binda, Miederwaren Rüssel, Zigarren Wintgen, Blumenhaus Helm, Hotel-Restaurant Reichenstein. Auf der nördlichen Seite: Lederwaren Langhardt, Bekleidungsgeschäft Fusshöller, Hotel zum Stern, Uhren und Schmuckgeschäft Schneider, Manufakturgeschäft Mertens, Haus zur Glocke mit dem Apollotheater von Behrs, Bettenhaus Wagner, Bekleidungshaus Büttgen, Lederwaren Nettekoven, Kinderausstattung Wasser, Café Blessgen, Porzellangeschäft van Gils, Uhren Wilden, Kauf- und Spielwarengeschäft Kaspar am Markt. Die Hauptattraktion dort gab es immer um die Weihnachtszeit, dann wurde nämlich die große Modelleisenbahn aufgebaut, die mit ihren jährlich wechselnden Themen immer wieder für großes Aufsehen bei Groß und Klein sorgte und die wir von außen mittels einer Sen-

sorplatte steuern konnten. Was haben wir hier uns so manches Mal die Nasen am Schaufenster plattgedrückt! Es folgte das Union Theater und die Kreissparkasse (später Café Fassbender). Auf der westlichen Seite die „Alte Apotheke“, am unteren Markt die alte Lateinschule, gleichzeitig das Geburtshaus des Komponisten Engelbert Humperdinck (Nachfolgenutzung: Amtsgericht und Finanzamt, heute Museum), am südlichen Markt die Färberei Schulz, Pelze und Hüte Roth, Moden Kühn. Von den vorgenannten bestehen noch vier Geschäfte, deren ursprüngliche Nutzung noch weitgehend vorhanden ist, das sind Juwelier Schneider, Porzellan van Gils, die „Alte Apotheke“ Mundt und die Färberei Schulz.

Neben den Wochenmärkten waren und sind die alljährlich wiederkehrenden Volksfeste und Jahrmärkte (d.h. Kirmes zum Kirchweih- und Patronatsfest), die Servatiuskirmes Mitte Mai, der Martins- und der Nikolausmarkt, die Martinsfeiern mit Feuer- und Fackelzug, die ab 1980 jährlich stattfindenden Stadtfeste und der ab 1992 regelmäßig veranstaltete mittelalterliche Weihnachtsmarkt von „Kramer, Zunft und Kurtzweyl“ wie auch die große Karnevalseröffnung – eine willkommene Abwechslung im Alltagsleben für die Siegburger Bürger und die zahlreichen Gäste und Jecken.



Das Bilderrahmungsgeschäft meines Großvaters, Phillip Fassbender, am Hühnermarkt (Foto um 1925)

Lothar Faßbender, Lohmar

Pfingsten 1947 an der Urfttalsperre

Neues sehen, Abenteuerlust und Erlebnishunger waren Beweggründe, dass Jugendliche in der kargen Nachkriegszeit zum Zelten auszogen. Für die Pfingsttage 1947 planten meine Freunde Theo Baum, Jupp Mülln und ich eine Zelttour an die Urfttalsperre in der nördlichen Eifel. Theo war damals 16, ich 15 und Jupp 14 Jahre alt. Theo und ich wohnten gemeinsam in einem Haus in der Kronprinzenstraße und Jupp in der Nähe in der Cecilienstraße.

Zunächst mussten einige Vorbereitungen getroffen werden, um in dieser Zeit so kurz nach dem Kriege, wo das Allernotwendigste fehlte, unsere Tour machen zu können. Für das Zelt beschafften wir uns vier dreieckige Wehrmachtszeltplanen in ihrer typischen Tarnfarbe, die sich zu einem Zelt zusammenknöpfen ließen. Auch ich steuerte eine Plane, die einst zur Ausrüstung eines jeden deutschen Soldaten gehört hatte, dazu bei. Nach dem Zusammenknöpfen stellte man einen kräftigen Stock, den man in der Natur schneiden konnte, in der Mitte des Zeltes auf. Dann wurden die Planen mit Häringen am Boden festgespannt. Einen Zeltboden gab es nicht. Vielmehr schlief man, in eine Decke gehüllt, auf dem blanken Boden, entweder war es Gras oder, wenn man in der Nähe Stroh organisieren konnte, auf Stroh. Es konnte manchmal in der Nacht recht kühl werden und deshalb gehörte zur Ausrüstung auch ein Trainingsanzug und ein dicker Pullover. Campingplätze gab es zur damaligen Zeit noch nicht. Man stellte sein Zelt irgendwo in der freien Natur auf einer Wiese oder im Wald, möglichst am Wasser, auf. Gekocht wurde in einem großen Topf auf dem offenen Feuer, für das man sich trockenes Holz in der Gegend suchen musste. Das erforderliche Wasser wurde aus einem nahen Fluss oder Bach, wo man sich auch wusch, geschöpft. Um die Notdurft zu verrichten, hockte man sich irgendwo hinter einen Busch und putzte den Hintern entweder mit Zeitungspapier oder großen Blättern ab.

Ein besonderes Problem war das Essen in dieser Zeit der äußerst knappen Zuteilungen auf Lebensmittelkarten. Jeder von uns brachte einen Kanten Brot, etwas Margarine und Marmelade mit. Dazu kamen noch Haferflocken, Mehl

und Gemüse, um eine dicke Suppe kochen zu können. Den Part des Kochs übernahm ich bei allen unseren Zeltfahrten. Alle Utensilien einschließlich Kleidung wurden in einem Affen, dem fellbesetzten Rucksack der Soldaten und Hitlerjungen, zusammen mit Kochgeschirr und Besteck, untergebracht. Die Decke wurde zu einer engen Rolle gewickelt und mit Riemchen außen am Affen befestigt und durch die geschickt gefaltete Zeltplane gegen Regen geschützt.

Unser Ziel, die Urfttalsperre in der Nähe der Burg Vogelsang in der nördlichen Eifel kannten wir nur von der Karte her. Wir wussten aber, wie und mit welchen Verkehrsmitteln wir fahren mussten. So zogen wir drei, bepackt mit unseren schweren Rucksäcken, von der Kronprinzenstraße zum Siegburger Bahnhof. Die Bonner Bahn brachte uns bis zur Endstation am Bertha-von-Suttner-Platz in Bonn. Wir marschierten durch die Stadt zum Hauptbahnhof und bestiegen den stark besetzten Zug nach Euskirchen. In Euskirchen mussten wir in den Zug nach Kall umsteigen. Hier wurde es so voll, dass es uns noch nicht einmal gelang, einen Stehplatz im Zug zu ergattern. Da auch die seitlichen Trittbretter schon belegt waren, stiegen wir auf die Bretter an den Kopfenden der Wagen und hatten dort einen guten Ausblick über die Dächer der Waggons. Unsere Affen legten wir auf das Dach und hielten sie mit einer Hand fest. Die andere Hand krampfte sich an einen eisernen Haltegriff. Die Schaffner machten keine Anstalten, die Leute von den Trittbrettern oder von den luftigen Plätzen herunterzuholen. Zum Glück fuhr der von einer Dampflok gezogene Bummelzug nicht all zu schnell, so dass wir Muße hatten, uns die Landschaft von unserem hohen Ausguck anzusehen. Nach etwa 25 Kilometern endete unsere Zugfahrt in Kall, im Tal der Urft gelegen. Von hier aus mussten wir zu Fuß mit unserem schweren Gepäck bis zu einem Lagerplatz am Urftstausee wandern.

Wir erkannten bald, dass wir uns bei unseren Vorplanungen gewaltig verschätzt hatten, denn zunächst mussten wir die sechs Kilometer auf der Landstraße von Kall bis nach Gemünd zu Fuß zurücklegen. Dann gingen wir weiter auf der Straße neben dem schmalen Lauf der Urft.

Nostalgisches

Wir schauten immer wieder zur Seite in der Erwartung, dass sich der Fluss endlich zu einem Stausee ausweiten würde. Je länger wir marschierten, um so mehr drückte unser schwerer Affe. Nach etwa weiteren zehn Kilometern und über zwei Stunden Wanderzeit wurde das Flüsschen unterhalb der Burg Vogelsang etwas weiter. Da wir erschöpft waren und die Sonne schon sehr tief stand, beschlossen wir, uns hier einen Lagerplatz zu suchen. Den fanden wir auf einer Wiese, die mit hohem Gras bewachsen war. Wir legten unser schweres Gepäck ab, knöpften unsere Zeltplanen zusammen, beschafften uns einen Zeltstock und bauten unser Zelt auf, während es schnell dunkelte. Als alles stand und eingerichtet war, schnitten wir uns noch einige Scheiben Brot und fielen dann total erschöpft auf unsere Decken. Schnell schliefen wir ein.

Am anderen Morgen wurden wir schon recht früh wach, da wir jämmerlich froren. Das Zelt und erst recht das Gras war noch pitschnass vom Morgentau. Wir knöpften das Zelt auf und sahen, wie die Morgennebel aufstiegen. Bei dieser Nässe hatten wir aber noch keine Lust, aufzustehen.

Wir sprachen über unsere Erlebnisse und malten uns aus, wie wir nachher in den Fluten der Urft baden würden. Doch dann horchten wir auf, denn wir hörten, wie sich Schritte auf unser Zelt zu bewegten. Plötzlich wurde unser Eingang verdunkelt. Eine Kuh steckte neugierig ihren Kopf in den Zelteingang. Wir redeten ihr gut zu, zu verschwinden. Daran störte sie sich aber nicht, vielmehr packte sie einen Wollsocken von Theo und begann darauf zu kauen. Jetzt wurde Theo plötzlich munter. Er sprang auf, schimpfte und verjagte die Kuh, die noch immer auf der Wollsocke herumkaute.

Theo lief hinter ihr her, und dann verlor die Kuh ihre Beute. Er ergriff sein wertvolles Kleidungsstück und kam zum Zelt zurück. Wir kugelten uns vor Lachen über den ungebetenen Besuch und seine ungewöhnliche Beute. Immer wieder war der Sockenklau erheiterndes Thema des Tages.

Jetzt waren wir alle voll wach, und so gingen wir an den träge dahin fließenden Fluss, um uns zu waschen. Dabei stellten wir fest, dass das Was-

ser noch viel zu kalt war, um darin schon ein Bad nehmen zu können. Im großen Kochtopf kochte ich unseren Morgenkaffee, schwarzen Muckefuck, mit dem wir unsere spärlich bestrichenen Brote herunterspülten. Jetzt erst sahen wir, an welchem Platz wir uns am Abend niedergelassen hatten. Wir waren die einzigen, die in diesem engen Tal zelteten. Die Hänge sahen schlimm aus. Fast alle Bäume hatten in den erbitterten Schlachten im Winter 1944/45 ihre Kronen verloren. Die Hänge waren zerschossen und von zahlreichen Granattrichtern übersät. Es reizte uns zwar, zur über uns gelegenen Burg Vogelsang zu klettern, die bei den Nazis als Ordensburg für junge Männer zwischen 25 und 30 Jahren gedient hatte, auf der die „Ordensjunker“ für Führungsaufgaben in der Partei vorbereitet wurden, wir hatten jedoch Angst vor Blindgängern und hielten uns den ganzen Tag in der Nähe des Zeltes oder am Fluss auf. Es reizte uns auch nicht, die Staumauer der Talsperre aufzusuchen, da wir nicht wussten, wie weit sie noch von unserem Lagerplatz entfernt war. Zum Mittag kochte ich in meinem Sechsliter-Topf eine Suppe, die bis auf den letzten Rest verputzt wurde.

Abends saßen wir noch am flackernden Lagerfeuer, und in der folgenden Nacht schliefen wir fest und gut. Am Morgen behelligten uns diesmal keine Kühe. Nach dem Frühstück bauten wir unser Zelt wieder ab und packten unsere Affen. Noch vor Mittag brachen wir auf, denn vor uns lag wieder der 16 Kilometer lange Gepäckmarsch nach Kall.

Unser Zug nach Euskirchen war diesmal nicht so überfüllt, so dass wir im Abteil noch einen Platz auf unseren Affen bekamen. Auch die übrigen Etappen schafften wir ohne besondere Vorkommnisse. Am späten Nachmittag kamen wir wieder in Siegburg an. Wir waren beglückt über das erlebnisreiche Pfingstwochenende trotz aller Beschwerden und zehrten noch lange davon. Besonders der Sockenklau sorgte immer wieder für heiteres Lachen.

Hans Warning, Lohmar

Erinnerungen an meine Schulzeit ab 1941

1941 wurde ich mit sechs Jahren in der Humperdinck-Schule in Siegburg eingeschult. Dort blieb ich neun Jahre, bis zum Ende der Schulzeit. Von meinem Elternhaus auf dem Brückberg dauerte der Schulweg eine halbe Stunde. Zu jeder Jahreszeit und bei jedem Wetter. Bus fahren kam uns überhaupt nicht in den Sinn, und ein Auto hatten wir natürlich nicht. Solchen Luxus konnten wir uns bei fünf Kindern und zu dieser Zeit nicht leisten. Wir waren ja schon froh und glücklich, wenn wir eine warme Mahlzeit am Tag hatten. Die gab es zu unserer großen Freude als Schulspeisung. Sie war eine willkommene Abwechslung für uns. Die Speise wurde während des Unterrichts verteilt. Sie war eine wichtige Ergänzung zu unserer Ernährung und tat uns, vor allem in den eisigen Wintern, sehr gut. „Das mag ich nicht“, gab's nicht. Die Humperdinck-Schule war zu dieser Zeit aufgeteilt in katholisch und evangelisch. Das bedeutete, dass die Kinder eine Woche morgens in die Schule gingen und in der nächsten Woche nachmittags. Das war absoluter Blödsinn und ärgert mich noch heute.

In den Wintermonaten war es immer sehr kalt. Der letzte Winter erinnert ein wenig an die vergangene Zeit. Leider hatten wir keine Wintersachen, so wie das heute der Fall ist. Wir zogen uns so viele Kleidungsstücke wie möglich an, um uns warm zu halten. Unsere Schuhe waren entweder zu klein oder zu groß. In die zu großen Schuhe zogen wir mehrere Paar Socken an, wenn wir diese hatten.

Die Sommer waren sehr heiß und der Durst oft sehr groß. Trinkflaschen oder Trinkpäckchen so wie heute, gab es ja nicht, also tranken mehrere hundert Kinder, die der Humperdinck-Schule und der benachbarten Pestalozzi-Schule, damals auch Hilfsschule genannt, aus einem angeketteten Metallbecher Wasser aus dem Wasserhahn. Wir müssen schon sehr gute Abwehrkräfte gehabt haben, denn meines Wissens ist nie ein Kind ernstlich erkrankt. In der heutigen Zeit wäre das aus hygienischen Gründen gar nicht mehr statthaft. Wir hingegen waren froh, dass wir unseren Durst löschen konnten!

Das Gute an der damaligen Zeit war, dass keiner Markenkleidung hatte und man auf Äußer-

lichkeiten nicht achtete. Ich bin allerdings froh, dass meine Kinder und Enkelkinder in der heutigen Zeit aufwachsen und die Probleme, die uns beschäftigten, heute nicht mehr haben.

Werner Axer, Siegburg

Finderlohn

„Ehrlich währt am längsten!“

So haben es unsere Eltern schon gelernt, in einer furchtbar ärmlichen Zeit vor dem ersten Weltkrieg.

In der Weingartsgasse - Ortsteil von Hennef - fanden sie damals eine prallgefüllte Brieftasche und gaben diese ordnungsgemäß dem Eigentümer zurück.

Laut Erzählungen unserer Eltern erhofften sie sich einen kleinen Finderlohn.

Denkste! Es handelte sich um einen Fotografen, dem das gefüllte „Etwas“ gehörte.

Zum „Dank“ für die Auffindung und Rückgabe der Brieftasche hat er ein Foto am Elternhaus gemacht. Somit sind wir Nachkommen stolze Besitzer eines Familienbildes, was ansonsten kaum denkbar wäre, weil zur damaligen Zeit kein Geld vorhanden war, ein solches erstellen zu lassen.



Dieses Foto hat für uns eine besondere Bedeutung. Es ist uns ein Ansporn, weiterhin ehrlich zu bleiben. Bis heute ist uns das gelungen. Doch auf den Gedanken, uns wegen „Ehrlichkeit“ abzulichten, ist noch niemand gekommen, obschon sich das sicherlich lohnen würde.

Alle Cousinen aus dem Hause Döppenbäcker, Siegburg-Kaldauen

50 Jahre Mauerbau

Das Datum 13.08.1961 werde ich nie vergessen.

Nachdem die Jugendlichen von der Pfarrei St. Anno 1960 mit unserem unvergessenen Peter Heidkamp während der Sommerferien schon ins Ausland gefahren waren, sollte es 1961 nach Rom gehen. Wegen der damit verbundenen Verantwortung war für diese Fahrt ein Mindestalter von 16 Jahren erforderlich. Welch ein Glück, meine Zwillingschwester und ich wurden am 26.4.61 16 Jahre. Nach guter Planung fuhr unser Heidkamps Pitter im Mai 1961 zunächst mit den Jungs, damals wurde noch getrennt gefahren.

Am 12.8.61 ging es dann auch für 30 Mädchen pünktlich um 13.00 Uhr ab dem Paulusheim los. Gefahren wurde mit einem Bus der SVG, SU-LL 23, Fahrer war Helmut Müller. Die Fahrt führte über Freiburg, Übernachtung im Kolpinghaus, durch die Schweiz, vorbei am Vierwaldstätter See über Lugano nach Italien. Mailand sahen wir bei Nacht. Am Morgen des 13.8. kamen wir in Genua an.

Nach einem Frühstück in einem Restaurant, etwas ganz Besonderes und kein Vergleich mit unserem Lagerfrühstück, wurde das Autoradio angedreht, unser Pitter wollte Nachrichten hören. Jedoch waren zum Erstaunen von Helmut Müller alle Deutschen Sender gestört. Mit unserem Englisch war es nicht weit, ein Jahr freiwillig an der Nordschule. Einziger Fremdsprachler an Bord war Heidkamps Pitter, Latein. Ohne jegliche Vorahnung fuhren wir durch die schöne Toscana, sahen La Spezia, Carrara mit den wunderschönen Marmorbrüchen, den schiefen Turm von Pisa und kamen am Abend in Florenz an. Hier übernachteten wir in einem Mädcheninternat. Am nächsten Morgen, montags, den 14.8., sahen wir uns Florenz an und dann fielen uns die Schlagzeilen der Zeitungen ins Auge, Berlin und Adenauer. Deutsche Zeitungen waren Fehlanzeige. Also kaufte unser Pitter eine italienische Zeitung und versuchte mit seinem Latein, etwas Licht in den Schatten zu bringen. Fest stand, etwas war in Berlin los. Aber was? Wir wussten es nicht. Peter Heidkamp beruhigte uns mit den Worten: „Unsere Adenauer es do, dat weed schon jot jonn.“ Am 15.8. kamen wir abends in Rom, im Mädcheninternat auf dem

Monte Mario an. Wir erlebten eine tolle Zeit in Rom mit einer Audienz bei Papst Johannes dem XXIII, eine Privataudienz bei Kardinal Agagian, der größte Favorit für den Heiligen Stuhl nach dem Tod Johannes des XXIII. Wir sahen den Petersdom, das Forum Romanum, die Fontana de Trevi und auch die kleinen Gassen und Restaurants. Glücklicherweise nahmen wir nach sieben Tagen Abschied von Rom. Nach zwei Übernachtungen in Assisi über Verona am Gardasee, Sterzing, Österreich kamen wir wieder heil in Siegburg am Paulusheim an. Erst hier erfuhren wir von dem Mauerbau.

Dank unserer fehlenden Fremdsprachenkenntnisse und der Störung sowohl der deutschen Radiosender als auch der deutschen Presseorgane durch die italienischen Kommunisten konnten wir eine unvergessene und auch letzte Reise mit unserem Kaplan Heidkamp machen.

Danke Pitter.

Annemie Stock, Sankt Augustin

Ministrant in der Siegburger Benediktinerabtei

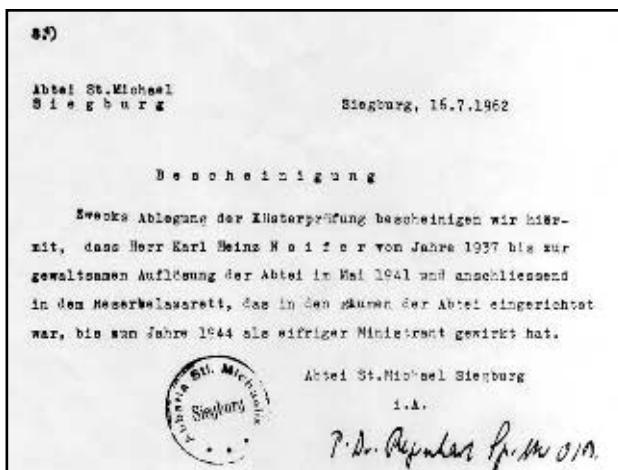
Im Folgenden möchte ich kurz von meiner Tätigkeit als Ministrant (Messdiener) in der Benediktinerabtei von 1937 bis 1941 und daran anschließend im Reservelazarett bis 1944 berichten. In dieser Zeit hatte ich auch Einblicke in alle anderen Räume des Klosters, insbesondere das Refektorium.



Das Refektorium (der Speisesaal der Mönche) befand sich vor dem 2. Weltkrieg im Erdgeschoss des Westteils des Klosters auf dem Siegburger Michaelsberg. Unmittelbar hinter dem Eingang durch die Pforte gelangte man links an eine große Glastür. Hinter dieser Glastür begann die Klausur. Weibliche Personen hatten hier kei-

nen Zutritt. Unmittelbar rechts im breiten Flur (Kreuzgang) war die Küche. Daran schloss sich das Refektorium an. Der langgestreckte Raum hatte acht Fensterachsen, eine Wandtäfelung und eine Kassettendecke. Die Fenster zeigten Motive aus dem Leben des Mönchsvaters Benedikt. Rechts (siehe Foto auf der Vorseite) befand sich ein Lesepult, an dem die Tischgebete und weitere meditative Gebete gesprochen wurden. Unter dem Kreuz, in der Mitte des Raumes, hatte der damalige Abt Dr. Ildefons Schulte-Strathaus seinen Platz. Der Konvent zählte damals ca. 44 Mönche.

Von 1937 bis zum 6. Mai 1941, der Auflösung der Abtei durch die Gestapo, war ich Messdiener.



Die heilige Messe begann um 7.00 Uhr in der Klosterkirche. Um 8.00 Uhr war Schulbeginn. Im Laufschrift ging es dann zur Volksschule Zange, später zum Gymnasium. An Sonn- und Feiertagen und in den Ferien wurde ich von den Mönchen zum Frühstück in das Refektorium eingeladen. Unvergessen blieben mir die Namentagsfeiern von Abt Dr. Ildefons Schulte-Strathaus mit dem Konvent am 23. Januar, ebenfalls im Refektorium.

Als das Kloster nach der Auflösung in ein Reservelazarett umfunktioniert wurde, versah ich bei zwei Patres, die nach einer militärischen Grundausbildung zurückgekehrt und jetzt im Lazarett als Sanitäter tätig waren, bis 1944 meinen Ministrantendienst in der Hauskapelle. Erwähnen möchte ich hier Dr. Reginhard Spilker und Dr. Gabriel Busch. Das Refektorium war jetzt mit verwundeten Soldaten belegt. Das Kaffeetrinken erfolgte in der Küche.

Karl-Heinz Neifer, Siegburg

Oma mochte es deftig und kräftig

Bis in die 60er Jahre waren Omas alte Rezepte noch „in“, obwohl durch neue Handelsformen mit neuzeitlichem Warenangebot, eine veränderte Arbeitswelt, Einflüsse ausländischer Kochkunst und ernährungswissenschaftliche Erkenntnisse der Speiseplan zunehmend eine Veränderung erfuhr. Hin zur leichten Kost, Schnellgerichten, Tiefkühl- und Fertigen in Dosen! Mit der Errichtung neuer Einfamilienhäuser und Wohnungen hielten moderne Einbauküchen und Poggenpohl Einzug in die Haushalte der jungen deutschen Generation. Die Mikrowelle und der Tiefkühlschrank gehörten dazu.

Statt der kräftigen Stulle und einem Apfel als Schulbrot wurde das Taschengeld für den Einkauf von Süßwaren und Pommes Frites populär. Der Henkelmann zur Arbeit wurde unmodern und die junge Hausfrau berufstätig. Noch gaben Oma und Mutter die alten Rezepte an ihre Schwiegertöchter weiter. Den Enkelkindern und Urenkeln sind sie in Vergessenheit geraten. Bei allen geschmacklichen Nuancen, die in Omas Rezepten mit frischen, natürlichen und unverfälschtem Gemüse, Salaten und Obst zum Ausdruck kamen, die Zubereitung war doch oft recht mühsam und zeitraubend, berücksichtigt man zudem auch das Pflanzen, Ernten und Konservieren der Grundbestandteile einer Mahlzeit. Bei allen Rezepten wurde in der Regel das verwendet, was man ohnehin zur Verfügung hatte, zum Beispiel aus dem eigenen Garten. Die Gerichte waren meist kräftig und deftig, da auch die Arbeit körperlich schwer war und noch nicht in der Form wie heute von Maschinen abgenommen wurde.

Wer kennt noch Omas Tricks und Tipps, wenn es heißt:

- Wenn man den Fisch vorher kurz im heißen Wasser badet, lässt er sich eher schuppen.
- Wenn das Feuer ausgeht, eine Prise Salz drauf.
- Eine Dosis Salz, um das Öl nicht ranzig werden zu lassen.

Einige von Omas Rezepten sind mir heute noch in Erinnerung, wie z.B.

Suppen:

Bonezzup mit Milch, Buttermilchsuppe, Jäesch on Aepel (Gerstensuppe mit Kartoffeln) Fischgerichte, als der Hering noch billig war: Heringsstip, Hering gebraten nach Hausfrauenart.

Nostalgisches

Kartoffelgerichte:

Puttes, Himmel un Erd, Äepel mit Schlot (Salat)

Eintopf/Aufläufe:

Frisches Weißkohlgemüse mit Kartoffelpüree,
Grünkohl mit Mettwurst, Dellesknall (Zwetschgen mit Kartoffelaufwurf)

Zum Schlachtfest gab es:

Flöns (Blutwurst) mit Zwiebeln, Pannas mit Salzkartoffeln und Kraut.

Durch Erfahrung wusste man auch, dass Fleisch zarter wird, wenn es vor dem Braten leicht mit Essig eingerieben und gekühlt wird oder die Bratwurst vor dem Braten etwas in kalter Milch eingelegt werden soll und die Milch nicht überläuft, wenn der Topfrand mit etwas Butter bestrichen wird.

Omas Zutaten gibt es nicht allerortens mehr im eigenen Garten, aber beim Obst- und Gemüsehändler und im gut gefüllten Supermarkt. Die Rezepte gibt es im Buchhandel und Ihrer Bibliothek, wenn Sie es einmal deftig und kräftig probieren wollen.

Paul Engels, Neunkirchen-Seelscheid

Weiteres zu den Gebrüdern Busch

In Heft 157 der „65er Nachrichten“ berichtet Herr Bargon über die berühmten Brüder Fritz und Adolf Busch und deren Mitwirkung bei einem Germania-Konzert 1906. Das war verdienstvoll, wobei es wohl auch erwähnenswert ist, dass Fritz Busch, der sich später als schon berühmter Dirigent und Generalmusikdirektor der Dresdner Oper mit den Nazis anlegte, im Geburtshaus Humperdincks, unserem heutigen Museum, in einem Mansardenraum unter dem Dach musikalische Instrumente aufstöberte, deren Spielweise er sich fortan mit Zustimmung des Leiters des Gymnasiums aneignete.

Die Familie Busch war ja von Siegen nach Siegburg umgesiedelt, um beiden Söhnen zu ermöglichen, in Köln das Konservatorium zu besuchen.

Dazu fand ich in der humorvoll geschriebenen, lesenwerten Biografie von Fritz Busch (Titel: Aus dem Leben eines Musikers) den wohl glaubhaften Bericht, die beiden Brüder hätten wie richtige Gassenjungen gelebt, wobei gleichzeitig sich ein Zug nach „Höherem“ bemerkbar gemacht habe: Nahe der Wohnung habe ein

Eisenbahngleis die Straße gekreuzt, wobei den Straßenverkehr beim Nahen der Eisenbahn ein alter Beamter geregelt habe, der die Schranken zu schließen und zu öffnen gehabt habe, wie ich das selbst noch 1950 an der Zeitstraße am dortigen Bahnübergang erlebt habe. Dazu berichtet nun Fritz Busch, eines Tages hätten Adolf und er sich unbemerkt an den Schranken festgebunden, um mit ihnen zappelnd in die Höhe gezogen zu werden. Der erschreckte und erboste Bahnwärter habe den Vater geholt und der Rest bleibt unbeschrieben, lässt sich aber unschwer erraten. Auch sonst wird humorvoll geschildert, dass sich die Brüder, die es später in die Welt hinauszog - Fritz, dessen Todestag sich am 14.9.2011 zum 60. Mal jährt, dirigierte bei den Festspielen in Bayreuth und Salzburg und lebte zeitweise in Edinburgh, Kopenhagen und Buenos Aires - in Siegburg sehr wohl fühlten und bei Tanzkapellen aufspielten. Dazu erzählt Fritz, der als 8-Jähriger am Klavier saß, dass er das Repertoire schnell auswendig konnte, weshalb er ein Buch von Karl May aufs Klavier legte, das er zwischendurch las, während er Polkas, Walzer und Rheinländer spielte; der Junge muss also schon damals Talent gehabt haben!

Vielleicht interessiert das noch den einen oder anderen unserer älteren Mitbürger.

Walter Bitter, Siegburg

Fotoerinnerung



Selcukstraße 1964, früher Schulgasse
eingereicht von Werner Thelen, Siegburg

Erlebnisse und Erinnerungen mit dem Schubertbund Teil XV

„Reise um die Welt“ 1983
Amerika - Hawaii

Eine Reise, die fast einen Monat dauern sollte, stand noch vor uns.

Ich weiß nicht, wie es dem geneigten Leser ergeht, aber bei mir erweckten die Namen Hawaii und die Südsee, denn das waren unsere nächsten Ziele, eine besondere Erwartung.

Am 30.10.1983 war es soweit. Von Los Angeles aus starteten wir in Richtung Hawaii und landeten auf dem Flugplatz von Honolulu, nachdem wir den Nordpazifik von Kalifornien aus überquert hatten.

Ein sonniger Tag begrüßte uns mit einer angenehmen Temperatur von 25 Grad, die in dieser Region als Standard gilt, begünstigt durch die Passatwinde.

Die Hawaii-Inseln sind vor Jahrtausenden entstanden durch die Tätigkeit von Vulkanen, die jedoch bis auf die Insel „Big Island“ erloschen sind.

Die Inselgruppen sind wahre Blumenparadiese und voller Orchideen, Rhododendren und Bougainvilleen.

Wir hielten uns auf der Hauptinsel Oahu mit der Hauptstadt Honolulu auf.

Die Menschen dort werden der polynesischen Rasse zugeordnet und besiedelten von den Marquesas und den Gesellschaftsinseln aus die Inselgruppe.

Dies alles fand im achten Jahrhundert statt.

Wissenschaftler stehen noch heute vor einem Rätsel, wie die Polynesier es geschafft haben, Hin- und Rückfahrten ohne Sextanten über mehr als 2000 Seemeilen offener See zwischen Hawaii und Tahiti zu meistern.

Einig ist man sich jedoch, das die Polynesier über außergewöhnliche astronomische Kenntnisse verfügten, die es ihnen ermöglichten, mit Hilfe einer beträchtlichen Vertrautheit des Sternenhimmels als gute Seeleute ihre Ziele zu erreichen.

Die Entdeckung der Hawaii-Inseln dauerte jedoch schließlich bis 1778, als James Cook, der berühmte englische Entdecker, die nördlich gelegenen Inseln Kauai, Niihau und Oahu ent-

deckte.

Cook kehrte im Jahre 1779 wieder zurück und ging in Kealakekua vor Anker.

Er blieb eine Zeit lang dort, um seine Schiffe wieder in Ordnung zu bringen, Proviant aufzunehmen und um Land und Leute näher kennen zu lernen.

Bei einem heftigen Sturm brach der Mast seines Schiffes „Resolution“ und er kehrte abermals zurück, um den Mast von seinen Schiffszimmerleuten renovieren zu lassen.

Die Einwohner, die ihn vorher verehrt und vergöttert hatten, zeigten ihm die kalte Schulter und entwendeten ihm dabei ein Boot. Diesen Verlust konnte Cook nicht einfach ignorieren und nahm als Gegenmaßnahme ihren Häuptling als Geisel bis das Boot wieder zurückgebracht würde.

Eine erregte Menge hatte sich aber versammelt, um ihren Häuptling zu befreien.

Es entstand ein Handgemenge, bei dem Cooks Leute ihre Musketen abfeuerten. Durch diese Aktion animiert gingen die Einwohner in einen Gegenangriff über und dabei wurde Cook niedergeschlagen und getötet.

Soweit etwas Geschichte.

Der Schubertbund war für die Dauer des Aufenthalts in einem feudalen Hotel untergebracht, nur ein paar Schritte entfernt vom weltberühmten Strand von Waikiki.

Nach dem Frühstück ging es zum Strand. Bemerkenswert waren die fast fünf bis sechs Meter hohen Brecher, ein Spaß für die dort agierenden Wellenreiter.

Am Abend gab es dann ein einstündiges Konzert für die 300ste Wiederkehr des ersten „Deutschen“ in die Vereinigten Staaten.

Anschließend ein Empfang beim Deutschen Botschafter, Konsul Günther von Hamm, im Konsulat.

Der nächste Tag war für eine Inselrundfahrt eingeplant. Von Honolulu aus ging es über eine mit Eukalyptusbäumen gesäumte Allee nach Pali Cliff.

In einer grandiosen Parkanlage warfen wir einen Blick auf den dort befindlichen Mormonen Tempel.

An Zuckerrohr und Ananasfeldern vorbei, passierten wir viele kleine Fischerdörfer in anmutigen Buchten.

Nostalgisches

Im Hyatt Kulima erwartete uns ein reichhaltiges Buffet.

Wir besuchten den Sunset Beach – das Mekka der Wellenreiter.

Pearl Harbour, noch heute ein bedeutender Kriegshafen, war unser nächstes Ziel und die älteren Sänger unter uns wurden an den Tag im zweiten Weltkrieg erinnert, an dem japanische Flugzeuge im Hafen u.a. das amerikanische Schlachtschiff „Arizona“ versenkten.

Am späten Abend kehrten wir zurück und genossen einen herrlichen Sonnenuntergang am Waikikistrand.

Mittwoch, den 02.11.:

Nach einem Morgen zur freien Verfügung machten wir uns zu einem großen öffentlichen Konzert in der Universität auf.

Anschließend ging es zurück zum Hotel.

Donnerstag 03.11.:

Spaziergang zum nahe gelegenen Hotel Moana. Dort angekommen, gab es ein Buffet-Dinner, am Abend eine große polynesischen Revue!

Es war eine Show aus Feuer und Tanz mit blitzenden Messern und anregendem Rhythmus.

Wir erlebten polynesischen Tänzerinnen und Tänzer aus Hawaii, Tahiti, Samoa und den Fijis.

Freitag. 04.11 :

Abflug ab Honolulu

Samstag 05.11:

Ankunft auf dem Flughafen von Nadi (nach Passieren der Datumsgrenze).

Die Inselgruppe der Fijis (auch Fidschi geschrieben) liegt an der Grenze zwischen Polynesien und Melanesien, inzwischen zunehmend Urlaubsziel der Amerikaner und Neuseeländer .

Ein Barriereriff umgibt die ganze Inselgruppe im Nordwesten. Die Hauptinsel Viti-Levu hat etwa die 14-fache Größe des Rhein-Sieg- Kreises.

Im Inneren ist eine dichte unzugängliche Bewaldung.

Von den 600.000 Einwohnern sind etwa 305.000 Inder, 260.000 Fijianer, sowie 15.000 europäischen und 5.000 chinesischen Ursprungs.

Wichtigste Erzeugnisse sind Rohrzucker Kopa und Bananen.

Samoa, Tonga, die Cooks, die Gesellschaftsinseln mit Tahiti und die Fidschi Inseln sind das Herzstück der Südsee, von denen jeder von uns in der Jugend geträumt hat.

Dieser Traum ging nun für uns Sänger des Schubertbundes in Erfüllung.

Wie in Hawaii (Aloha) gibt es auch in Fidschi einen speziellen Gruß (Bula).

Eine optimale Unterbringung in Nadi erlebten wir im Hotel „The Regent of Fiji“, mit viel Charme und Atmosphäre.

Es lag direkt am Strand in ca. 15 Minuten Entfernung vom Flughafen von Nadi.

Es war ein Bungalow-Hotel mit einer Palmbaum gedeckten Lobby.

Die Bungalows lagen inmitten eines von Hibiscus, Bougainvillaea und Frangipani über und über bedeckten Gartenanlage. Davor ein kilometerlanger Sandstrand mit Hunderten von Palmen bewachsen.

Nach einem üppigen Frühstück mit Fleisch, Fisch in allen Zubereitungsarten, Berge von tropischen Früchten, Eierspeisen und vielem Anderen mehr, war der Vor- und Nachmittag zur freien Verfügung.

Der Abend war ausgefüllt mit einem zweistündigen Konzert im Hotel unter der Schirmherrschaft von Generalkonsul Gerand William Sydney Barak, Konsulat der Bundesrepublik Deutschland in Suva.

Sonntag 06.11.:

Vormittag zur freien Verfügung und am Abend wieder ein einstündiges Konzert.

Montag 07.11.:

Eine ganztägige Inselrundfahrt.

Dienstag 08.11.:

Individuelles Frühstück, Vor- und Nachmittag zur freien Verfügung und am Abend eine grandiose Show mit Tanz und Gesangsgruppen und den berühmten Feuergehern.

Mittwoch 09.11.:

14.45 Uhr: Abfahrt zum Flughafen von Nadi.

16.20 Uhr: Abflug in Richtung Neuseeland, unserem nächsten Reiseziel.

Edmund Heines, Siegburg

Fotoerinnerung



Quarta a und b der damaligen städtischen Studienanstalt mit Lyzium aus dem März 1949.

Einige ehemalige Schülerinnen dieser Klassen pflegen seither engen freundschaftlichen Kontakt. Eine noch größere Anzahl trifft sich alljährlich am Buß- und Betttag im Siegburger Restaurant "Kaiserhof" zu ein paar vergnüglichen Stunden. Ich bin die Initiatorin dieser Treffen und würde mich über eine Kontaktaufnahme weiterer Interessentinnen freuen.

Dietlind-I. von Waldow, Luisenstraße 122, 53721 Siegburg

Zur Geschichte der Schule in Wolsdorf Teil IV

Ostern 1950:

Mit Beginn des Schuljahres waren 298 Knaben und 288 Mädchen zu unterrichten.

5. Mai 1951:

Pfingsten, den 5. Mai 1951, feierte die Rektoratsgemeinde ihr 50-jähriges Bestehen mit Pontifikalamt des Hochwürdigen Abtes Dr. Ildefons vom Michaelsberg. Am Abend vorher beging der Kirchenchor sein 50-jähriges Jubelfest in einem Festkonzert. In der Festschrift waren die Verdienste des 1. Schulleiters, Hauptlehrer, Franz H. Wirtz, als Gründer des Kirchenchores und des Kirchbauvereins besonders hervorgehoben.

Schüler Werner Monzel, geb. 26.7.40, Papagei 14, wurde am 10.11.51 unter Beteiligung seiner Schulkameraden, der Klassenlehrer und des Schulleiters zu Grabe getragen. Am Sonntag, dem 4.11., war er bei Spielen im Walde auf das Gelände der Autobahn gelaufen, von einem Personenwagen erfasst und mit schwerer Kopfverletzung in das Krankenhaus eingeliefert worden, wo er, ohne das Bewusstsein wieder erlangt zu haben, am 8.11. starb.

22.09.1954:

Die Schule Jakobstraße erhielt bei den diesjährigen Bundesjugendspielen für die beste Gesamtleistung die Wanderplakette der Stadt Siegburg. Sie wurde dem Schulleiter bei der Preisverteilung durch den stellvertretenden Bürgermeister, Herrn Müller, überreicht.

1954/1955:

Der Hochw. Herr Kardinal hat das am 18.07.1954 neu gegründete Pfarrektorat St. Mariä Empfängnis zur Pfarre erhoben. Der Pfarrdirektor Heinrich Busch wurde am 8. Mai 1955 als Pfarrer durch den erzbischöflichen Rat Dechant Dr. Becker feierlich eingeführt. Das Kollegium nahm an dieser Feier geschlossen teil.

Zum gleichen Zeitpunkt wurde das Pfarrektorat St. Dreifaltigkeit zur Pfarre erhoben und der zurzeit amtierende Pfarrektor Johannes Ley zum 1. Rektoratspfarrer ernannt. Die Feier der Pfarrerhebung und Einführung fand am 24.04.1955 statt.

01.04.1955:

Es wurden 42 Knaben und 37 Mädchen, insgesamt 79, neu in die Schule aufgenommen.

1956:

Am 12. November veranstaltete unsere Schule ihren Martinsumzug. Der Weg führte vom Schulplatz über die Jakobstraße, Wolsdorfer Straße zum alten Thingplatz am Fuße des Michaelsberges, wo mit dem großen Martinszug aus der Stadt die gemeinsame Schlussfeier stattfand. Die Schülerkinder haben in diesem Jahr auf ihren traditionellen Martinswecken verzichtet und den dadurch eingesparten Betrag dem Roten Kreuz für die notleidenden Kinder in Ungarn zur Verfügung gestellt.

Durch Urkunde vom 5.12.1956 wurde der Lehrer Josef Kisteneich, der seit dem 1.6.1956 mit der kommissarischen Leitung der Schule beauftragt war, zum Rektor ernannt.

Von 1956 bis 1968 führte Rektor Josef Kisteneich die Schulchronik.

1958:

Ostern 1958 gingen drei Knaben und drei Mädchen zur höheren Schule. Zwei Mädchen wurden nicht zugelassen. Am 17. April 1958 wurden 47 Knaben und 46 Mädchen eingeschult.

Durch die Zuteilung der neuen Lehrkraft, Fräulein Hildegard Balensiefen, konnte die Zahl der Klassen an unserer Schule von 13 auf 14 erhöht werden. Diesen 14 Klassen stehen nach wie vor nur zehn Klassenräume zur Verfügung.

09.04.1959:

Mit dem neuen Schulleiter (Beginn am 9. April 1959) scheiden die Stallberger Kinder aus unserer Schule aus, um die neue Schule Stallberg zu beziehen. Da der Neubau vorerst nur vier Klassenräume besitzt, mussten zwei Klassen weiterhin in unserer Schule, im Gebäude 10, untergebracht werden. Sie unterstehen aber der Schulleitung der Schule Stallberg. Kinderzahl unserer Schule nach der Teilung am 09.04.1959: 183 Knaben, 166 Mädchen = 349 Kinder.

Unsere neue Schulbezirksgrenze deckt sich nunmehr mit unserer Pfarrbezirksgrenze.

- Fortsetzung folgt -

Zusammengestellt von Sigrid Haas, Rektorin i. R. (in Wolsdorf bis 2009)

Jugend auf dem Bauernhof 1936-1945

Es war der Hof meines Stiefvaters Albert Lohausen. Er lag landschaftlich auf der höchsten Kuppe der bergigen Landgemeinde Scheiderhöhe. Die Ortsbezeichnung Oberscheid deutet darauf hin, dass es sich um eine obere Lage handelt. Tatsächlich hat man von dort eine fantastische Rundumsicht auf das Siebengebirge im Süden, nahe der Stadt Bonn, im Westen das lang gestreckte Rheintal mit dem Flugplatz Köln-Bonn, bis zur Stadt Köln mit dem markanten Kölner Dom. Nördlich reicht die Aussicht bis nach Leverkusen und ins Bergische Land.

Auf unserem Hof wurde alles, was in der Landwirtschaft vorkommt, angebaut oder gezüchtet. Wir besaßen zahlreiches Viehzeug wie Kühe, Pferde, Schweine, Schafe, Gänse, Enten, Hühner, Kaninchen und Tauben. In der Kriegszeit war das ein großer Vorteil. Man war Selbstversorger und hatte fast alles, was man zum Leben benötigte. Allerdings war das oft mit mühsamer Handarbeit verbunden.

Der Maschinenpark war äußerst bescheiden. Alle größeren Transporte und die Feldarbeit wurden mit Pferden bewältigt. Die Tierpflege erforderte jede Menge Handarbeit. Die Arbeiten begannen in der Regel am frühen Morgen und Vieles musste täglich regelmäßig erledigt werden. Wie Sie sich denken können, sind Arbeiten auf einem einfachen Bauernhof häufig mit Dreck und Gestank verbunden. Das war mir oft äußerst unangenehm, so dass ich diese Arbeiten nur mit großem Widerwillen erledigte. Sei es die Heuernte im Hochsommer, wenn das Heu mit großen Gabeln auf den Wagen geladen und anschließend ebenso mühsam hoch im Heustall verstaut werden musste, oder die Rüben-ernte im Spätherbst, bei der es oft so kalt war, dass mir beim Ernten trotz dicker Lederhandschuhe die Finger steif wurden und stark schmerzten.

Auch das Füttern der Tiere im Winter, mit Silage aus den Silos, war mit einem infernalischem Gestank verbunden. Ich empfand diese Arbeiten immer abscheulich und eigentlich unzumutbar. All das summierte sich bei mir zu der Grundeinstellung: Ich will hier raus, raus aus der Landwirtschaft.

Meine Zukunft sah ich in der Elektrotechnik. Diese Überzeugung wurde noch bestärkt durch die vielen positiven Erzählungen, die ich von meiner Mutter und meinen Verwandten über meinen Vater hörte, der in dieser Branche erfolgreich gearbeitet hatte. Ich empfand eine Art Sehnsucht nach allem, was irgendwie mit Technik, insbesondere der Elektrotechnik, zu tun hatte.

Die beschriebenen elektrischen Maschinen verschiedenster Art, wie Motoren, Generatoren, Transformatoren, einfache Leuchten oder elektrische Schaltungen, hatten auf mich eine faszinierende Wirkung. Wenn wir zum Beispiel Zelte bauten, versuchte ich mit elektrischen Leitungen und einer Taschenlampenbatterie, ein Lämpchen für die Beleuchtung anzubringen. Dieser Drang nach Technik setzt sich fort bis zum heutigen Tag.

Auf dem Bauernhof gab es viele Möglichkeiten, technische Dinge zu verbessern oder überhaupt erst einzuführen. Zum Beispiel die noch vorhandene vorsintflutliche Beleuchtungsanlage, die mit Karbidgas betrieben wurde, durch elektrische Leuchten zu ersetzen. Eine weitere Modernisierungsmaßnahme nahm ich bei der primitiven Wasserleitung, die aus einem Rohr bestand, welches von der Pumpe vom nahen Brunnen in die Küche führte, vor.

Ich ersetzte diese durch ein richtiges Leitungsnetz mit Rohren, die in die verschiedenen Räume führten. Herz der Neuerung war ein altes Ölfass, das ich unter dem Dach des Kuhstalles aufstellte.

Die Pumpe förderte das Wasser nun nicht mehr direkt in die Küche, sondern in diesen „Hochbehälter“. Damit gab es erstmalig fließendes Wasser zu jeder Zeit in der Küche und in anderen Räumen. Für meinen Stiefvater waren solche Veränderungen stets eine Art technische Revolution, die bei ihm großen Widerspruch auslösten.

Erst beim Funktionieren meiner Erfindungen sagte er dann meistens mehr beiläufig: „Ist ja eigentlich ganz jud.“

Albert Blum, Siegburg

Turnen in Buisdorf

Ja, jetzt kennen den Johannes Halberg aus Buisdorf schon fast alle und keiner kam auf die Idee, aus seiner turnerischen Vergangenheit lobend zu berichten. Er war dort mein „Vorturner“, wie es in den 50er Jahren noch hieß. Er und sein Vater hatten es sich vorgenommen, uns junge Burschen turnerisch auf Vordermann zu bringen. Auf jeden Fall hat er dazu bei mir den Bazillus gesetzt, so dass ich heute noch - wenn auch mit Einschränkungen - mit gut 70 aktiv bin.



Johannes Hallberg

Irgendwann, im Alter von ungefähr 14 Jahren, angeregt durch irgendwelche Kameraden, wollten wir uns mehr sportlich betätigen. Mit Freund Heinrich K. und seinem älteren Bruder Franz aus der Dammstraße machten wir uns nach Buisdorf zur alten Turnhalle (heute längst abgerissen) auf. Hier wurden wir offen aufgenommen und vom hochangesehenen Vater und Sohn Johannes Halberg - heute noch ein sehr aktiver Mitautor bei den „65er Nachrichten“ - angeleitet und geführt. Meist begann die Turnstunde mit einem Lied, was mich noch heute positiv beeindruckt! „In grauer Städte Mauern ...“

Oft fuhr ich den langen Weg zur Dammstraße mit dem Fahrrad. Fast nie ging es mit zusätzlichen Fahrrädern weiter. Die Kochbrüder liefen zu Fuß mit. Außer, dass wir uns erst mal ausführlich am Wehr umschaute, ging es doch in der Regel zügig über den Siegdamm nach Buisdorf. Allerdings habe ich den Heinrich gut in Erinnerung, der hier unbedingt mit meinem Fahrrad immer wieder einige Kunststücke absolvieren musste. Dazu gehörte es auch, dass er uns schnell, äußerst rechts vor dem Abgrund zu den Schrebergärten, sein Können vorführte. Das ging natürlich nur so lange, bis er eine bisher unbekannte Regenablaufrinne unbedacht überquerte und sofort nach unten in den Abgrund abschmierte. Etwas verstört krabbelte er mit Verzögerung wieder hoch, mit abgebrochenem

Lenker und leicht defektem Fahrrad im Schlepp. Jetzt kannte er auch diese Strecke und machte dort nie wieder mit meinem Rad Experimente. Das war übrigens damals noch ein stabiles Vorkriegsmodell, aber gut in Schuss.

Doch zurück zu dem Hauptanliegen. Wir versammelten uns in der Turnhalle im Winter wie im Sommer. Vater und Sohn Halberg stellten schnell die Riegen zusammen und los ging's. Der alte Herr hatte das Sagen, wie das nun mal so ist, der junge und stramme Sohn machte die Hilfestellungen, wo es nötig war oder führte selbst - rückwärts schauend vorbildlich, eine eigene Riege an Geräten und der Matte. Nach gut 1 1/2 Stunden, so scheint es mir heute, wurde mit einem Lied abgeschlossen und wir fuhren und liefen nach Hause ins nahe Siegburg-Wolsdorf und in die PHRIX-Siedlung. Wir, als die einzigen Siegburger - wie sollte es anders sein - hatten den weiteren Weg und waren auch zügig weg.

Ab und zu durften wir zu Wettkämpfen mit den Größeren. Dabei erinnere ich mich an ein Turnfest in Eitorf, wo ich mit dem drittweitesten Wurf mit dem Schlagball im Dreikampf der Schüler mit 57 m den Höhepunkt meiner jungen Karriere als Turner erreichte. Mein Freund Heinrich zählte zu den Assen und war deshalb beim Abstauben von Medaillen immer dabei. Von Franz weiß ich dazu nichts zu sagen. Und immer berieten uns die Halbergs und hatten uns unter ihren aufmerksamen Blicken.

Auf dem langen Weg von der Wilhelm-Ostwald-Straße über die Dammstraße, Wahnbachtalstraße, dem Siegdamm nach Buisdorf gab es einmal einen besonderen Höhepunkt, wohl nachdem die Pubertät uns in den Griff bekommen wollte. Wir konnten unsere „Flammen“, die Nachbarsmädchen Bärbel W. und Brigitte B., am Turnabend - und vor allem stattdessen - überreden, mit uns diesen „wunderbaren Blick“ von einer Bank am Siegdamm zum Wehr hin zu genießen. Franz war diesmal nicht dabei, für ihn gab es an diesem Abend keine Besetzung. Er konnte diesmal zu Hause bleiben. Da abends kaum Leute vorbei kamen, kam der Gedanke auf, unser Eheversprechen aus dem Sandkasten von vorher hier zu bekräftigen. Irgendwann an diesem denkwürdigen Abend fasste ich mir ein Herz und gab meiner Angebeteten einen Kuss auf die Wange! Doch was hatte ich damit

angerichtet? Ich konnte vor lauter Glückseligkeit die ganze Nacht nicht mehr schlafen, aber war rundum glücklich.

Auf dem Heimweg überkam es auch den Heinrich, der seine Brigitte „mit Anstand“ doch noch küsste! Wir waren beide, vielleicht sogar alle vier, sehr aufgewühlt und selig! Lange noch haben wir davon und den wunderbaren jungen „Frauen“ geträumt, doch mehr wurde es nie. Vielmehr schief unser „Verhältnis“ nach diesem Höhepunkt ein.

Sehr viele Jahre später durfte ich unseren Johannes Halberg wiedertreffen. Es war beim Treffen der alten Bewohner der Wilhelm-Ostwald-Straße und der Chemie-Faser-Allee, den PHRIX-Werken. Es war mir eine große Freude, diesen so hoch geschätzten und herrlichen Menschen nach vielen Jahren wiederzusehen. Er war wohl neugierig geworden, denn er wohnte dort nie. Aber er interessierte sich für alles, was mit der PHRIX zu tun hatte. Und das waren wohl auch wir.

Und jetzt treffen wir uns mit Freude als „Autoren“ in den „65er Nachrichten“, wo übrigens noch andere gute alte Turner dabei sind!

Hans D. Weitermann, Essen

Mein erster Schulausflug

Dem geht voraus, dass die katholische Jugend im Jahre 1935 verboten war und nur die Hitler-Jugend oder das Jungvolk von den Nazis geduldet wurden. Zu der Zeit gab es nur eine katholische Pfarrei in der Kirche Hippolytusstraße. Damals hieß diese noch Faustgasse, später wurde daraus die Hermann-Göring-Straße.

Unsere Geistlichen waren Pfarrer Kenntemich sowie die Kapläne Allekotte, Brandt und Schäfer. Sie hatten dafür gesorgt, dass wir ca. 150 Messdiener in der Pfarrei hatten.

Da gab es nicht nur Prozessionen, sondern auch Wallfahrten. Eine davon war in jedem Jahr die Fußwallfahrt zum Heiligen Rochus in Seligenthal, das war eine Fußprozession von der Kirche in Troisdorf über die Aggerbrücke, dann Richtung Kaldauen bis nach Seligenthal. In einem kleinen Wäldchen war Pause, dann ging es weiter bis nach Seligenthal.

Voraus das Prozessionskreuz, begleitet von zwei Messdienern mit Schwenkfahnen. Immer

mit dem Zwischenruf „Heiliger Rochus, zu dir kommen wir, um deine Fürsprache bitten wir!“

Ein älterer Teilnehmer, als Original bekannt, trug das Vortragekreuz. Links und rechts von der Straße waren Obstbäume, die zu der Zeit Äpfel trugen. Der Kreuzträger kam immer zufällig mit dem Kreuz an die Apfelbäume, so dass Äpfel herunter fielen, die wir sofort aufhoben. Der Pfarrer sah das und fragte den „Barions Clemens“: „Was machen sie denn da?“ Seine Antwort: „Et Herrjöttche jeht Äppel kläue!“ Was dem Herrn Pastor sicher nicht gefiel. Wir Messdiener haben uns natürlich über das „Fall-obst“ gefreut.

Und genau derselbe Weg, allerdings bei einer anderen Gelegenheit, führte uns bei unserem Schulausflug in das Wahnbachtal. Hier hatte unser Lehrer Frings ein Wochenendhaus. Für den Ausflug sollten wir eine Tagesration als Verpflegung mitbringen und eine Trockenwurst-Konserve, die dort heiß gemacht wurde. So hatten wir eine gute Suppe.

Der Lehrer nutzte die Gelegenheit zu einem Naturkundeunterricht. Er fragte uns: „Was sind das für Bäume? Was für Sträucher?“ Er zeigte auf einen Ameisenhaufen und erklärte, wie die Ameisen ihn bauen und wozu Ameisen nützlich sind. Eidechsen und Blindschleichen sahen wir. Dann erklärte er uns ein Vogelnest und welche Vögel ein solches Nest bauen.

Es gab natürlich auch noch Spiele und viele andere Sachen zu bestaunen.

Unser Lehrer blieb in seinem Wochenendhaus und wünschte uns einen guten Heimweg. So konnten wir die sechs bis sieben Kilometer alleine nach Hause laufen. Unterwegs hatten uns freundliche Bewohner mit frischem Wasser versorgt. Wir bekamen auch schon einmal einen Apfel oder sogar ein Butterbrot.

Wir tippelten nach Hause und kamen dort so gegen 18.00 Uhr wieder an.

Dass unsere Eltern nicht gerade begeistert waren, als wir ohne Lehrer zurückkamen, auch wie wir aussahen, wurde uns ziemlich deutlich klargemacht.

Für uns war es eine schöne Abwechslung und blieb lange in Erinnerung.

Ferdi Neußer, Troisdorf

Ausgewandert vor 140 Jahren Teil IV

Aus einem weiteren erhaltenen Brief vom 25.02.1876, den meine Urgroßtante Regina und ihr zweiter Mann Vincens an ihre Eltern und den inzwischen 17-jährigen Sohn, den sie in Deutschland (Krahwinkel) zurück ließ, erfahren wir über die wirtschaftlichen Verhältnisse in Amerika Folgendes:

„Wir haben hier insgesamt ziemlich schlechte Jahre, ziemlich leicht ernten und dabei kein großer Preis für unsere Produkte. Weizen ist unter einem Dollar das Büschel. Das Büschel Weizen wiegt 60 Pfund. So ist Welschkorn auch ziemlich billig und wir hatten eine sehr leichte Ernte. Das Büschel Welschkorn kostet 25-35 Cent. Das Büschel Welschkorn wiegt 56 Pfund. Ein Cent ist ungefähr $\frac{1}{2}$ Groschen. Die fetten Schweine waren auch sehr billig. Diesen letzten Herbst und Winter ungefähr drei Cent für sehr gute schwere Schweine, lebendig geschlachtete Schweine kosteten $3 \frac{1}{2}$ bis $3 \frac{3}{4}$ Cent das Pfund.

Die Schweine-Cholera machte uns sehr viel Schaden. Tausende auf tausende Schweine sterben hier und man hat noch kein Mittel gefunden, die Krankheit zu kurieren. Wir haben diesen Herbst 17 Schweine durch die Cholera verloren und vier Schweine haben wir geschlachtet. Jedes, was wir geschlachtet haben, wog über 300 Pfund. Ihr müsst nicht denken, dass es so schlecht ist in Amerika, wie die Zeitungen immer schreiben. Für Leute, die in der Stadt wohnen, ist es hart genug. Da setzen sie den Lohn runter, so dass die Leute nicht mit dem auskommen, was sie bekommen.

Zum Beispiel wurde bei den Eisenbahnleuten der Lohn herunter gesetzt. Aber die wollten nicht mehr arbeiten für niedrigen Lohn und schlugen alles zusammen, was an der Eisenbahn war; Lokomotive und Wagen, bis sie ihren gesetzlichen Lohn wieder erhielten. Es ist hier wie in Deutschland, auf dem Land ist es am besten, der Farmer hungert zuletzt.

Wir haben hier noch sehr viel offenes Land, welches noch sehr gering bevölkert ist. Und auch reiches Land, z.B. Kansas, da ist das Land noch billig und für gut $1 \frac{1}{2}$ Dollar der Acker zu erwerben. Eisenbahnland, was nahe an der Eisenbahn liegt, kostet ungefähr drei bis vier

Dollar. Wir wohnen bloß ungefähr 18-20 Stunden von der Kansasgrenze. Wir wohnen meistens zwischen Amerikanern auf der einen und Deutschen auf der anderen Seite; meistens Hannoveraner und Westfalen. Geborene Hochdeutsche sind sehr wenig bei uns. Wir wohnen immer noch auf der gleichen Farm, seit drei Jahren schon. Vor fünf Jahren habe ich sie einem Mann abgekauft, der die Farm aufgebaut hat. Aber die Farm war nicht sein Eigentum und so ist sie durch Klagen in andere Hände gekommen, in die von Advokaten. Vorletztes Jahr bezahlte ich 90 Dollar Miete, dieses Jahr keine. Ich brauche bloß die Farm in Stand zu halten, denn hier ist viel am Zaun zu tun. Zäune sind eigentlich nötig, um Vieh und Schweine zu halten. Viele haben Bretterzäune, Dornhecken und Riegelzäune. Riegel ist gesplittet von acht bis zehn Fuß langem Holz, angenagelt an Pfosten. Was man gewöhnlich im Hause braucht, muss man im Kaufladen holen, wie z.B. Kleidungsstücke. Der Stoff wird gekauft und dann zu Hause genäht. Die Frauen müssen das alles selber lernen. Hier hat man keine extra Näherinnen. Stiefel und Schuhe werden alle schon fertig gekauft. Wir können hier alles im Laden verkaufen oder in Waren umtauschen, wie Eier, Butter, Fleisch, Äpfel, Kartoffeln usw.“

Das Briefende fehlt!

Edith Rumpf-Scheiwe, Neunkirchen-Seelscheid

Fotoerinnerung



Brücke über dem Mühlengraben, 1942

eingereicht von Adolf Kneutgen, Siegburg

Heirat 1951

Meine Frau und ich haben am 21.06.1951 in der Krypta der noch stark beschädigten Abtei-Kirche geheiratet.

Der Berg und das Kloster hatten es uns angetan, obwohl wir zur Pfarrei St. Ägidius in Porz-Wahn gehörten.

Auf dem Bild sind zu sehen von links nach rechts:

Am Bildrand Pastor Fander von unserer damaligen „Heimat-Pfarre“ St. Ägidius in Porz-Wahn, daneben die Mutter meiner Frau, Elisabeth Neu, dann meine frisch angetraute Frau Josefine, daneben ich. Neben mir meine Mutter Gertrud Müller, vor dem Brautpaar die älteste Tochter meiner Schwester (die damals noch in der Ost-Zone lebte).

Im Hintergrund in Drillich-Anzügen die Mönche der Abtei bei Aufräumarbeiten (die Abtei hatte schwere Kriegsschäden erlitten).

Werner und Josefine Müller, Lohmar




Diabetiker-Schuhe ☎ 02241-57878

Mit Rezept kann ein Teil der Kosten von Ihrer Krankenkasse übernommen werden.
Wir beraten Sie gerne bei einer kostenlosen Tasse Kaffee. Rufen Sie uns an!

Modernstes computerunterstütztes Fußscan-System

Einlagen, Kompressionsstrümpfe, Fuß- u. Kniebandagen,
Orthop. Maßschuhe, Orthop. Veränderungen an Normalschuhen, Schuhreparatur



ORTHOPÄDIE-SCHUHTECHNIK  **Juvenbach** Am Krankenhaus Siegburg, Ringstr. 42 Mo.-Fr. 9:00 - 18:00 Uhr - Parkhaus nebenan!

PC- und Internet-Anwendungen effektiv lernen!

Hallo liebe Seniorinnen und Senioren,

Sie möchten gerne lernen, mit einem Computer umzugehen oder im Internet zu surfen oder zu chatten?

Sie haben Berührungsängste? Sie meinen zu alt zu sein?

Gibt es nicht!!

Ich helfe Ihnen beim Start der Computer- und Internet-Anwendungen nach Ihren Wünschen und komme auch gerne zu Ihnen nach Hause! Auch beim Kauf eines PC und der Installation sowie bei Problemen eines bereits vorhandenen PC stehe ich Ihnen selbstverständlich zur Verfügung.

Nur Mut!

Ein Anruf zur Terminvereinbarung genügt!

Comp-I-S Computer- & Internet-Service
Renate Ballensiefen

Hohenzollernstraße 5, 53721 Siegburg
Tel.: 02241 / 958330 Fax: 02241 / 958331
E-Mail: r.ballensiefen@comp-i-s.de
Internet: <http://www.comp-i-s.de>

Anzeige

www.ksk-koeln.de



Andere versprechen Spitzenleistungen. Wir garantieren sie Ihnen.

 Kreissparkasse Köln

KREISSTADT SIEGBURG

SENIORENZENTRUM SIEGBURG GMBH

Das Zuhause von morgen planen...

- **Stationäre Pflege**
206 Betten
- **Behüteter Bereich**
- **Wohnen im Seniorenzentrum**
40 kleine und 12 große Apartments
- **Kurzzeitpflege**
- **Ambulante Pflege**



Seniorenzentrum Siegburg GmbH

Friedrich-Ebert-Str. 16

53721 Siegburg

Telefon: 02241 2504-0, Fax: 02241 2504-2505

E-Mail: info@seniorenzentrum-siegburg.de

Besuchen Sie uns im Internet:

www.seniorenzentrum-siegburg.de

...und das Leben lacht!



- >> Hausbesuche auf Wunsch
- >> Altersgerechte Zahnmedizin
- >> Reparatur und Neuanfertigung von
Zahnersatz vor Ort möglich
- >> Hol- und Bringservice

Mühlenstraße 6 a
gegenüber
St. Servatius
53721 Siegburg

Tel: 0 22 41- 97 55 55
Fax: 0 22 41- 97 55 56
praxis@dr.ferrier.de
www.dr.ferrier.de

DR. MED. DENT.
CATO FERRIER
ZAHNARZT



Förderer der „65er Nachrichten“

Optiker
Hilbich

Sie sehen – Wie gut Sie aussehen

Optiker Hilbich · Kaiserstraße 17 · D-53721 Siegburg · Telefon (0 22 41) 6 23 97