



 KREISSTADT SIEGBURG

65ER NACHRICHTEN

VIERTELJAHRESZEITSCHRIFT
FÜR DIE ÄLTEREN MITBÜRGER

In dieser Ausgabe lesen Sie:

Allgemeines

Wandern mit Kind und Kegel/Weißer und Grüner Tee sind am gesündesten	3
Seniorenprogramm der Kreisstadt Siegburg/Suchanzeige	4
„Um die Welt geht unser Lied“/Aufruf Freizeittipps	5
Fallen Sie nicht auf Tricks von Betrügern herein	6
Erlebnisse eines Rollstuhlfahrers	7
Jazz statt Blues/Augen untersuchen lassen statt zukneifen	8
Sommerfest im Haus zur Mühlen/Buchtipps	9
Es geschah an einem Dienstag	10/11
Fit für den Viren-Dschungel?	11
„Früher habe ich möglichst wenig gesprochen“/Bewusstseinsweiternd/Leserbrief	12
Alle Altersgrenzen auf dem Prüfstand!/Wohnwünsche im Alter	13
Fotorätsel	14
„Ergänzung mir Erfolg“/Herznotfall im Ausland	15
Rätsel: Treppenwörter	16
Urlaubsgeschichten	17
Ein Buch selbst schreiben/Die heilige Hedwig und „ihr“ Stadtteil Zange	18
Delegation besucht das schwimmende Patenkind/Johanniter informierten	19
Verspielt wie in Kindertagen/Auflösung Rätsel	20
„Oma kann einfach bessr zuhören“/Getränke zum Essen erlaubt/Zucker treibt den Blutdruck hoch/Alzheimer Sprechstunde	21
Veranstaltungen bis Dezember 2011	22-24

Besinnliches

Betrachtungen über den Herbst/Logisch	25
Trost im Herbst/Wolken und Erde/Herbstzauber	26
Ein Arztbesuch vor 50 Jahren und heute	27/28
Autopanne/Besinnliches/Gräser/Liebe	28
Ihr lieben jungen Alten/Zum Schmunzeln: Schweinesehnsucht	29

Trübe Tage/Abseits vom Wege	30
Herbst/Enkel und Löwen	31
Sternenstaub.../Wunder der Natur	
Die Erde und der Mensch/Das Stopfe	32
Gedanken im Herbst des Lebens/„Dauerwelle“/Üvver Jeschmack kame strigge	33
Einsicht/Das Handy	34
„Rosskur“/Federleicht/Gönn' Dir was!	35
Dat Resümee/Echte Freundschaft/Lose Sprüche	36
Lachen ist gesund/Herbstabend/Gedankenfreiheit	37
Wirt und Wasser/Ein aufrichtiges Lächeln.../Mehr Liebe im Leben	38
Glückwünsche	39/40

Nostalgisches

Erinnerungen an Pater Rhabanus Haacke Teil II	41
Die Häuser der oberen Mühlenstraße Teil II	42/43
Fotoerinnerung/Erinnerung an alte Zeiten	43
Stummer Tanzmonolog	44
Die Graf Zeppelin über Siegburg/Erinnerungen an Siegburg	45
Lohntütenball ade!	46
Tierpark Bochum, Bleivergiftung	47/48/49
Fotoerinnerung	49
„Hillich schießen“	50/51
Reise in die Vergangenheit	51/52
Fotoerinnerung	52
Die Abtei auf dem Michaelsberg und Annos viel liebe Stadt	52/53/54
Zur Geschichte der Schule in Wolsdorf Teil V	55
Erlebnisse und Erinnerungen mit dem Schubertbund Teil XVI	55/56/57
Das Wunder der Radiowellen/Fotoerinnerung	57
Klütte kläue oder fringsen	58
Mitgliedsausweis DJH/Fotoerinnerung	59
1400 Kilometer in 135 Tagen	60/61
Es geschah in Siegburg - ein Siegburg-Krimi	61/62
Siegburger Episoden	62
Legenden um das runde Leder	62/63

Herausgeber:

Kreisstadt Siegburg, 53721 Siegburg, Nogenter Platz 10,

Finanzielle Unterstützung zur Herausgabe dieser Ausgabe gewähren:
rhenag, Siegburg; Kreissparkasse Köln; Seniorenzentrum Siegburg GmbH;
Orthopädie Kurenbach, Siegburg; Comp-/S R. Ballensiefen, Siegburg;
Dr. med. dent. Cato Ferrier, Siegburg; Debeka, 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)

8.000

Auflage:

Titelbild:

„Siegburger Oktoberfest“ im Hotel „Herrengarten“, 1911

Redaktionsschluss:

Um Beiträge für bestimmte Quartale zeitgemäß berücksichtigen zu können, bitten wir, folgende Abgabeterminen 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!

Wandern mit Kind und Kegel

Mit dem Enkel durch den Herbstwald streifen und Kastanien sammeln, auf verschneiten Wegen Tier Spuren bestimmen, die ersten Knospen suchen, im Sommer barfuß einen Bach durchqueren: Wandern birgt Abenteuer für Jung und Alt. Und ganz nebenbei tut man sich selbst etwas Gutes, denn Wandern ist ein idealer Seniorensport, der älteren Menschen von Sportärzten empfohlen wird. In der ersten nationalen Grundlagenuntersuchung zum Freizeit- und Urlaubsmarkt Wandern des Deutschen Wanderverbandes (DWV) und des Bundesministeriums für Wirtschaft und Technologie äußerten 86% der Wanderer, dass sie nach der Tour glücklich waren, 92% fühlten sich insgesamt besser. Laut medizinischer Studien senkt, wer täglich zwei bis vier Kilometer zu Fuß unterwegs ist, das Infarktisiko um 20%, das Risiko einer Herz-Kreislauf-Krankheit um 25%. Sportlich aktive Personen erkranken seltener an einer Demenz und sportliche Aktivität schützt vor einem frühzeitigen Abbau der Hirnleistung bzw. fördert die Bildung neuer Gehirnzellen. Ein Aspekt, weshalb Wandern so glücklich macht, ist das Erleben mit Gleichgesinnten. Wandern ist eine soziale Aktivität und hilft gegen Vereinsamung. Damit Wandern wirklich gesund ist, sollten einige Dinge beachtet werden:

Überforderung vermeiden:

Wandereinsteiger sollten kürzere Strecken mit geringer Steigung wählen. Bei den Wandervereinen gibt es geführte Wanderungen auch auf kürzeren Strecken sowie spezielle Gesundheitswanderungen. Einen Einstieg in das Wandern unter kompetenter Führung können Ferienwanderungen darstellen. Der DWV veröffentlicht jährlich das Magazin „Ferienwandern“ mit attraktiven Urlaubswanderungen in Deutschland und Europa.

Die richtige Kleidung:

Gewandert wird meist auf markierten Wanderwegen, die von den Wandervereinen ehrenamtlich markiert werden. Wanderwege sind oft naturbelassen, sie können uneben sein und über Wurzeln oder Steine führen. Am wichtigsten sind stabile Schuhe mit rutschfester Sohle. Die übrige Bekleidung sollte bequem und dem Wetter angepasst sein.

Genügend trinken und auf gesunde Ernährung achten:

In den Rucksack gehört pro Person mindestens ein Liter Wasser, Saftschorle oder ungesüßter Früchte- oder Kräutertee. Gegen den kleinen Hunger helfen Obst und Gemüse, belegte Brote und Studentenfutter. Ein Erste-Hilfe-Päckchen sollte immer dabei sein – genauso wie wichtige Medikamente.

Wer regelmäßig im Verein wandert, kann sich über weitere Vorteile freuen. Seit 2010 gibt es das Deutsche Wanderabzeichen, das von AOK, Techniker Krankenkasse, Barmer GEK sowie vielen Betriebs- und Innungskrankenkassen in den Bonusprogrammen berücksichtigt wird. Über die dem DWV angeschlossenen Wandervereine gibt es den Wander-Fitness-Pass, ein kleines Heft, in das die Teilnahme an Wanderaktivitäten der Wandervereine eingetragen wird. Sind die Anforderungen erfüllt, erhält man das Deutsche Wanderabzeichen in Bronze, Silber oder Gold. Das Schöne daran: Auch das Enkelkind kann mitmachen!

Informationen rund um das Wandern und das Magazin Ferienwandern gibt es beim Deutschen Wanderverband, Tel.: 0561-93873-0, info@wanderverband.de

Quelle: BAGSO Nachrichten

Weißer und grüner Tee sind am gesündesten

Wenn die Tage länger werden, bekommt man öfter Lust auf einen leckeren Tee. Damit tut man auch seinem Körper etwas Gutes. „Weißer und grüner Tee liegen im Hinblick auf die Gesundheit ganz vorn“, weiß Sabine Ellinger vom Institut für Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaften der Universität Bonn. Studien deuten darauf hin, dass der Konsum insbesondere von grünem Tee zum Beispiel Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen vorbeugt.

Das liegt an den Flavanolen, deren Gehalt bei grünem und weißem Tee höher ist als bei schwarzem. Diese Substanzen sind für das typische Tee-Aroma verantwortlich. Sie wirken außerdem als Antioxidantien und schützen die Körperzellen vor schädlichen Sauerstoffradikalen, die bei der Entstehung verschiedener Erkrankungen eine Rolle spielen.

Quelle: vigo, AOK Rheinland/Hamburg

Allgemeines

Senioren-Programm der Kreisstadt Siegburg

06.10.2011: „Länger im eigenen Heim“

15.00 Uhr - Ein Vortrag der Verbraucherzentrale

Ort: Cafeteria im Evang. Altenheim „Kleiberg“

18.10.2011: „Goldener Oktober“

14.00 Uhr - Spaziergang mit einer Biologin in den Siegburger Stadtwald

09.11.2011: „Ich erinnere mich“

15.00 Uhr - Gespräche zum Thema Nachkriegszeit

Ort: Café in der Stadtbibliothek

18.11.2011: „Wiener Caféhaus-Nachmittag“

15.00 Uhr - Tanzveranstaltung mit einer Musikgruppe

Ort: Cafeteria im Seniorenzentrum Siegburg

14.12.2011: „Museums-Ralley“

14.30 Uhr - Ein spannender Nachmittag im Stadtmuseum

10.01.2012: „Winterimpressionen am Wasser“

14.00 Uhr - Spaziergang mit einer Biologin rund um den Trerichsweiher

19.01.2012: „Typisch Kaffeefahrt - Was muss ich beachten?“

15.00 Uhr - Informationen der Verbraucherzentrale in geselligem Rahmen

Ort: Cafeteria im Evang. Altenheim „Kleiberg“

02.02.2012: „Geistig fit - Da war doch noch was“

15.00 Uhr - Anleitungen zum Gedächtnistraining in geselliger Runde

Ort: Cafeteria im Seniorenzentrum Siegburg“

07.03.2012: „Siegburger Kapellen - verborgene Kleinode“

13.30 Uhr - Busfahrt zu Siegburger Kapellen unter fachkundiger Führung

15.03.2012: „Was ist drin in den Lebensmitteln“

15.00 Uhr - Vortrag mit Verkostung über gesunde Ernährung im Alter

Ort: Cafeteria im Altenheim St. Josef

17.04.2012: „Die Wildnis vor der Haustür“

14.00 Uhr - Spaziergang mit einer Biologin rund um den Michaelsberg

26.04.2012: „Fit bleiben durch Bewegung“

15.00 Uhr - Mitmach-Aktion im Garten des Seniorenzentrums Siegburg, Friedrich-Ebert-Straße 16

Mai 2012: „Keine Berührungsängste“

Begegnung mit dem Thema Kunst - Kunst zum Anfassen

(Näheres wird noch bekannt gegeben)

Treffpunkt wird bei Anmeldung bekanntgegeben.

Anmeldungen werden erbeten unter Tel.-Nr. 02241-102460

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 Karnevalsumzug 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, Nogenter Platz 10, Zimmer 129.

Selbstverständlich geben wir Ihnen die Fotos danach sofort zurück.

„Um die Welt geht unser Lied“

Ohren- und Augenschmaus mit dem Koreanischen Frauenchor Köln und der Chorgemeinschaft GERMANIA Siegburg beim Herbstkonzert **am Sonntag, dem 23. Oktober 2011, um 17.00 Uhr in der Rhein-Sieg-Halle**

Nach dem letztjährigen Orchesterkonzert mit der Bad Reichenhaller Philharmonie lädt die GERMANIA in diesem Jahr zu einem Chor- und Solistenkonzert der besonderen Art ein.

Den Sängern ist es gelungen, den Koreanischen Frauenchor Köln zu verpflichten, der aus ca. 35 Sängerinnen besteht. Gegründet wurde er 1989, nachdem Anfang der siebziger Jahre zahlreiche koreanische Frauen als Krankenschwestern nach Deutschland kamen.

Die in traditionelle koreanische Kostümen gekleideten Sängerinnen haben es sich zur Aufgabe gemacht, durch kulturelle Begegnungen mehr Freude und Harmonie in die Gesellschaft zu bringen und zur besseren Verständigung ihrer alten und neuen Heimat beizutragen.

Dabei beherrschen die Damen deutsches Liedgut ebenso wie internationale Folklore, ihr Schwerpunkt liegt jedoch in der Pflege der heimatischen Gesänge.

Doch nicht nur der Chor wird seine musikalische Vielfalt demonstrieren, zusätzlich werden Solistinnen und Solisten zeigen, dass sie neben ihrer traditionellen Musik auch das „klassische“ Repertoire beherrschen.

Mitbringen wird der Chor eine koreanische Besonderheit, ein Trommelorchester, das nur aus Frauen besteht. Ihr Trommeltanz ist voll von mitreißender Rhythmik und Dynamik.

Die Sänger der GERMANIA tragen in diesem Konzert einen selten aufgeführten Zyklus aus dem ehemaligen Jugoslawien vor: Koleda. Unterstützt von einem kleinen Orchester besingen sie einen alten Brauch, bei dem junge Leute, die Koledari, singend und tanzend von Haus zu Haus ziehen und den Bewohnern Gesundheit und Glück wünschen. Dieses Werk ist ein musikalischer Leckerbissen voller Heiterkeit und

ansteckender Lebensfreude.

Zum Schluss des Konzertes vereinen sich die Mitwirkenden zu einem großen gemischten Chor zur Aufführung einer Hymne für die Wiedervereinigung des seit 1945 geteilten koreanischen Volkes: „Gum-Gang-San“, die Sehnsucht nach den in Nordkorea liegenden Diamantbergen und nach der vertriebenen Heimat.

Selbstredend wird dieses Stück in Koreanisch gesungen, eine Herausforderung, der sich die „Germanen“ ebenso stellen müssen wie die Damen bei dem Bläck-Fööss Lied „Kutt joot heem“, das von beiden Chören in „Kölsch“ vorgetragen wird.



Hans-J. Bargon, Siegburg

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. Angesprochen sind 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.

Wir freuen uns auf Ihre Vorschläge!
Ihr Team der Redaktion „65er Nachrichten“

Fallen Sie nicht auf Tricks von Betrügern herein

Einer der erfolgreichsten Gaunertricks der letzten Jahre ist zweifellos der Enkel-Trick: Die dreisten Täter suchen im Telefonbuch gezielt nach eher altmodischen Vornamen, deren Träger als Senioren zu vermuten sind. Dann geben sie sich als Neffe oder Enkel aus und betteln um Geld, das ihnen aus einer drängenden Not helfen soll. Die verrücktesten Geschichten werden den vermeintlichen Großeltern da so erzählt. Damit „Oma“ oder „Opa“ keinen Verdacht schöpfen, kündigen sie den Besuch eines Freundes an, der das Geld abholen wird. Ältere Menschen sind dann oft aus Sorge um die Nachkommen gar nicht mehr in der Lage, die Situation richtig einzuordnen und holen die geforderten Beträge aus ihrem Versteck oder gar von der Bank, wo sie ihre Sparbücher auflösen oder ihr Konto leer räumen. Dann zählt nicht mehr, wofür sie überhaupt gespart haben, da soll nur noch dem „armen Jungen“ schnell geholfen werden. Und der echte Enkel oder Neffe ahnt von dem Verhängnis gar nichts.

Um ältere Menschen zu schützen, sollten Angehörige die üblen Tricks immer mal wieder zum Thema machen. Das gilt nicht nur für den Enkel-Trick, sondern auch für all die anderen Fallen, die Betrüger an der Haustür immer wieder stellen, wie die Bitte um ein Glas Wasser, das Schreiben einer Nachricht für die Nachbarin oder auch den Verkauf von Zeitungsabos oder das Unterschreiben abstruser Verträge. Oder aber sie helfen mit ihrem Notgroschen - das ist eine Variante des Enkel-Tricks - dem alten Kriegskameraden oder der Urlaubsbekanntschaft von anno dazumal, die sie Jahrzehnte nicht gesehen haben.

Unsere Tipps für Senioren:

Auf ein Telefonat, das mit „Rate mal, wer hier ist!“ beginnt, gehen Sie gar nicht erst ein. Legen Sie gleich den Hörer auf. Wahre Angehörige und Freunde werden sich mit ihrem richtigen Namen melden.

Personen, an die Sie sich nicht mehr erinnern können, geben Sie grundsätzlich kein Geld, auch wenn die Geschichte noch so herzerwei-

chend und dringend klingt. Wenn Ihr Enkel wirklich Geld braucht, wird er Sie selbst besuchen kommen und Sie darum bitten.

Kontonummer und Geheimzahl bleiben geheim, immer. Nur Sie selbst sollten sie kennen. Wenn es an der Haustür klingelt, nehmen Sie grundsätzlich nicht den Sicherheitsbügel weg. Erkundigen Sie sich durch den Türspalt nach dem Begehr.

Wenn Unbekannte vor der Tür um ein Glas Wasser oder einen Stift bitten, schließen Sie fest die Tür, um das Gewünschte zu holen - allzu schnell haben sich Trickbetrüger, die meist mit Komplizen arbeiten, eingeschlichen um Schränke und Schubladen zu durchwühlen und Ihre Wertsachen zu rauben, während Sie noch in der Küche Wasser zapfen.

Handwerker, Mitarbeiter der Stadtverwaltung oder auch Polizisten sollten Sie erst einmal vor der geschlossenen Tür stehen lassen, wenn Sie nicht von der Hausverwaltung oder der Behörde angemeldet sind. Ehe Sie sie in die Wohnung lassen, fragen Sie telefonisch beim Vermieter oder der Behörde nach, ob es tatsächlich einen Auftrag für den Besuch bei Ihnen gibt. Das ist nicht unhöflich. Das dient Ihrer Sicherheit!

Wenn Sie trotz aller Vorsicht hereingefallen sein sollten, ist das kein Grund, sich zu schämen. Besser informieren Sie gleich die Polizei - die kann vielleicht die nächsten Trickbetrügereien schon verhindern.

Und: Sie können sich jederzeit an die nächstgelegene Außenstelle des WEISSEN RINGS wenden. Die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter leisten schnell und unbürokratisch Hilfe und Unterstützung. Nutzen Sie das Opfer-Telefon des WEISSEN RINGS mit der Nummer 0800 08003434

Quelle: WEISSER RING

Besuchen Sie die Internetseite www.siegburg-ein-spaziergang.jimbo.com. Sicherlich interessant für Seniorenheime, ältere „Siegburger“, aber auch für Neu-Siegburger.

eingereicht von Heinz-Georg Fischer, Bonn

Erlebnisse eines Rollstuhlfahrers

Unsere Reise mit der Deutschen Bahn von Siegburg/Bonn nach Thalwil/Schweiz war auf das Genaueste geplant mit Sitzplatzreservierung und Hilfe beim Umsteigen mittels Hebebühne für den mit meinem behinderten Mann besetzten Rollstuhl. Wie vereinbart erhielten wir von der DB pünktlich unsere Fahrkarten und Platzreservierungen für unsere erstmals mit einem Rollstuhl geplante Zugfahrt. Wir fanden uns eine halbe Stunde vor Abfahrt am Siegburg/Bonner Bahnhof ein. Hier war auch alles für unseren Zugeinstieg vorbereitet. Leider kam der Zug schon mit Verspätung an. In dem für uns reservierten Zugabteil war der Platz für den Rollstuhl mit vielen Koffern zugeparkt und unsere reservierten Plätze besetzt. Die Zugbegleitung meinte nur: „Die Koffer müssen alle hier weg“ und verschwand. Wir mussten selbst die Platzinhaber auffordern, die Plätze freizugeben. Dies führte zu unnötigen Diskussionen. Der Rollstuhl fand dann noch einen Platz zwischen Tisch und Sitzen, so dass wir unsere Beine kaum ausstrecken konnten.

Trotzdem klappte der Umstieg mit Hebebühne in Mannheim, aber schon in Freiburg mussten wir über eine Stunde warten, da ein Personenschaden und ein Kesselwagenleck mit Chemikalien bei Weil eine Weiterfahrt durch Sperrung verhinderte. Schließlich mussten wir auch diesen Zug verlassen, da er letztendlich nicht weiter, sondern zurück fuhr. Wieder war umsteigen notwendig. Die Zugbegleitung hatte uns auf unsere Bitte hin eine Hebebühne mit Hilfe besorgt, die uns zu einem Zug, der nach Zürich und Thalwil bis Chur fahren sollte, behilflich war.

Als endlich der Zug nach Zürich im Schnecken-tempo weiterfahren konnte, teilte man uns mit, dass der Zug nicht nach Zürich, Thalwil, Chur, sondern nur bis Basel fahren könnte. Da wir erheblich Verspätung hatten, baten wir den Zugbegleiter um Hilfe beim Umstieg in Basel. Der verwies uns auf das Schweizer Zugpersonal, da Basel/Schweiz nicht mehr in seinen Einflussbereich fiel. Für Basel hatten wir aber keine Anmeldung zur Hilfe bestellt: denn dort war laut Fahrplan für uns kein Umstieg vorgesehen. Beim Ausstieg kam uns nur per Zufall ein Schweizer Bahnangestellter zur Hilfe, der uns

zu einem Zug nach Zürich, der aber nicht bis Thalwil/Chur fuhr, begleitete. Durch unsere Verspätung stand bei unserer Ankunft in Zürich auch die zugesagte Hilfe nicht zur Verfügung. Mein Mann musste mühsam seinen Rollstuhl verlassen, selbst mit großen Schwierigkeiten und meiner Hilfe aus dem Zug steigen und Passanten hoben den Rollstuhl aus dem Zug. Genau so mussten wir in die S-Bahn nach Thalwil einsteigen und in Thalwil aussteigen. Anstatt um 16.21 Uhr waren wir erst gegen 20.00 Uhr in Thalwil.

Auf unserer Rückfahrt am 7.11.2010 brachten uns Verwandte direkt nach Zürich, um einen Umstieg zu vermeiden. Dort hatten wir professionelle Hilfe beim Einsteigen, auch so in Karlsruhe, da die Züge bis hierher pünktlich waren. Aber dann fuhr der Zug verspätet von Karlsruhe ab, da diesmal ein Personenschaden im Westerwald vorlag, wurde der Zug über Wiesbaden nach Siegburg/Köln umgeleitet, wo wir anstatt um 16.47 Uhr erst um 18.05 Uhr eintrafen. Hier fehlte trotz Rücksprache mit der Zugbeleitung wieder die vereinbarte Hilfe. Mein Mann musste wieder mit meiner Hilfe aus dem Rollstuhl und mühsam aus dem Zug aussteigen. Der Rollstuhl wurde vom Zugbegleiter und einem Mitreisenden aus dem Zug gehoben.

Fazit unserer Reise: Als Rollstuhlfahrer kann man eine Zugfahrt mit der DB nur riskieren, wenn man im Notfall den Rollstuhl selbst verlassen und aus dem Zug aussteigen kann und hilfsbereite Mitreisende findet. Hierüber sollte man behinderte Menschen bei der Fahrkartenbestellung jedoch vorher aufklären.

Nachdem ich mich schriftlich an die DB gewandt und den gesamten Reiseverlauf mitgeteilt hatte, bekamen wir eine Entschuldigung und einen Reisegutschein von 40 Euro sowie eine Fahrgelderstattung von 48,50 Euro, obwohl wir keine Forderung gestellt hatten. Wir wollten nur auf die Schwierigkeiten hinweisen, mit denen Behinderte in Deutschland zu kämpfen haben.

Anita Imbusch, Lohmar

Allgemeines

Jazz statt Blues

Tipps für sonnige Gedanken an trüben Herbsttagen

Gute Laune ade: Im Herbst und Winter ist die Stimmung der Deutschen im Minusbereich und depressive Verstimmungen sind häufig an der Tagesordnung. Wie man mit ein paar Tricks glücklich und schwungvoll durch die dunklen Jahreszeiten kommt, verrät DAK-Sprecherin Nina Osmer:

Goldene Regel: Viel Tageslicht tanken!

So viel wie möglich im Freien bewegen. Auch wenn graue Wolken die Sonne verstecken, bringt die frische Luft und das Licht mehr als die Raumbelichtung. Deshalb: Bei jeder Gelegenheit raus ins Freie und eine Portion gute Laune holen.

Der schlechten Laune davonlaufen

Wer seinen Glückskick noch verstärken will, der geht nicht nur spazieren, sondern walkt oder joggt sich den Frust von der Seele. Forschungsergebnisse belegen, dass Sport einer der wichtigsten Glücksbringer und Stimmungsaufheller ist.

Im Takt swingen

Ist das Wetter doch zu schlecht, um das Haus zu verlassen. Dann am besten das Wohnzimmer zur Tanzfläche machen. Die Lieblings-CD auflegen und los geht's! Da schlägt das Stimmungspegel gleich nach oben aus.

Lachen ist die beste Medizin

Auch wenn Sie eigentlich nichts zu lachen haben. Irgendeine komische Situation erlebt jeder am Tag. Genießen Sie diesen Moment und rufen Sie ihn sich im Tagesverlauf immer wieder in Erinnerung. Übrigens: Am meisten Spaß bringt es, über sich selbst zu lachen.

Bananen zum Glück

Die Produktion des Glückshormons Serotonin, die im Herbst und Winter durch Lichtmangel heruntergefahren wird, kann durch Kohlenhydrate von außen angekurbelt werden. Bananen und Nudeln sind wahre Großlieferanten. Aber auch Schokolade enthält Stoffe, die im Körper zu Serotonin werden und für gute Laune sor-

gen. So erklärt sich der Heißhunger in diesen Tagen auf alles, was schokoladig ist.

Doch Vorsicht: Diese Stimmungsaufheller nur in Maßen genießen. Am besten mit hohem Kakaoanteil (70 Prozent). Sonst ist der Frust über die Polster im Frühjahr vorprogrammiert.

Farbe in den Alltag bringen

Orange-, Gelb- und Rottöne sind warm und bringen Licht ins Grau. Eine bunte Tischdecke oder ein Blumenstrauß holen den Frühling schon ein paar Monate früher in die Wohnung.

Quelle: DAK PresseServer

Augen untersuchen lassen statt zukneifen

Ich brauch doch keine Brille! Manche Menschen, die das im Brustton der Überzeugung behaupten, verengen ihre Augen zu Sehschlitzen, um etwas genau zu erkennen. „Zusammengekniffene Augen sind meist ein Zeichen von Fehlsichtigkeit“, weiß Augenarzt Dieter Friedburg aus Krefeld. Der Schlitz wirke wie eine zweite Pupille. Dadurch würden die Lichtstrahlen zusätzlich gebündelt und bildeten ein schärferes Bild auf der Netzhaut ab.

Deswegen rät er Betroffenen dazu, ihr Sehvermögen beim Augenarzt überprüfen zu lassen. Das Zusammenknäfen schränke nämlich das Blickfeld ein und dunkle es ab, was gerade beim Autofahren nicht ungefährlich sei. Wer sich unsicher ist, ob er gut genug sieht, kann den vigo-Sehtest im Internet machen:

www.vigo.de/sehtest

Quelle: vigo, AOK Rheinland/Hamburg



Sommerfest im Haus zur Mühlen

Pater Mauritius feierte sein erstes Sommerfest im „Haus zur Mühlen“.

Die neue Chefin des Seniorenheims St. Josef „Haus zur Mühlen“ gab sich viel Mühe, denn für sie und Pater Mauritius war es das erste Sommerfest. Sie begrüßte ganz herzlich und charmant die Bewohner, Verwandte und Gäste und bedankte sich zugleich bei allen, die dazu beigetragen hatten, ein solches Fest auf die Beine zu stellen. Besonderer Dank galt dem Personal und den Menschen, die hier ehrenamtlich tätig sind.

Viele Hände waren nötig, um ein solches Sommerfest auf die Beine zu stellen. Wegen des durchwachsenen Wetters füllte sich schnell die Scheune, die schön dekoriert war. Es wurde viel geboten, besonders für das leibliche Wohl: Apfelkuchen, Erdbeerkuchen mit viel Sahne zur Kaffeezeit, danach Gegrilltes: Bauchspeck, Steak, Grillwürstchen und verschiedene Salate. Einfach lecker.

Der Star an diesem Nachmittag war der Circus Düxerelli aus Köln-Porz. Der Circus Düxerelli ist ein sozialpädagogisches Projekt des Bürgerzentrums Deutz. 20 Artisten im Alter von 5-16 Jahren. Die Gruppengröße ist jeweils auf 10 Artisten beschränkt, um eine adäquate Sicherung und Förderung der Kinder zu gewährleisten.

Durch seine ganz besondere Atmosphäre hat der Circus einen hohen Aufforderungscharakter für Kinder und Jugendliche. Für die Artisten steht der Spaß im Vordergrund – gleichzeitig lernen sie aber auch, Verantwortung zu übernehmen, sich gegenseitig zu unterstützen und ernsthaft zu trainieren, um Erfolg zu haben. (www.duexerelli.de)

Diese Vorstellung war gerade für die Senioren eine ganz tolle Abwechslung vom Alltagsgeschehen, ein gemütliches Zusammensein bei Kaffee und Kuchen. Ein großes Lob an die Heimleitung und den Förderverein!



Pater Mauritius, für alle Späße zu haben, mit der neuen Leiterin Birgit Boy.

Text und Foto von Oswald Berwian, Siegburg

Buchtipp

Das Gedicht „Blumensträuße für besondere Anlässe“ in den 65er Nachrichten Sommer 2011, Seite 27, stammt von Frau Gertrud Knobloch.

Das Gedicht ist entnommen aus ihrem neuen Gedichtheft.



Seit vielen Jahren schreibt die Autorin Gedichte, vorwiegend über Blumen und Kräuter. Sie arbeitete als freiberufliche Redakteurin für die Landfrauenseiten der „Landwirtschaftlichen Zeitschrift“ in Bonn. Nebenbei veröffentlichte sie Fachartikel, Geschichten und Gedichte in diversen Bauern-, Kirchen-Zeitungen, Garten-, Siedler-, Seniorenblättern und Kreis-Heimatsjahrbüchern.

Statt Blumen kann das Heft zu allen Anlässen verschenkt werden. Das 40-seitige DIN A4-Heft von Gertrud Knobloch enthält viele Abbildungen zu den einzelnen Blumen.

Zu beziehen zum Preis von 7,50 €, inklusive Verpackungs- und Versandkosten bei:
Gertrud Knobloch, König-Ludwig-Weg 6
82335 Berg/Starnberg, Tel. 0 81 51 – 97 08 48

Der Erlös aus dem Verkauf des Heftes wird von Frau Knobloch für behinderte Kinder gespendet.

Rudolf Pieper, Königswinter

Es geschah an einem Dienstag

Es war an einem kühlen Tag im Herbst. Das Wetter war trüb und kein sommerlich warmes Lüftchen wehte mehr. Eigentlich kein Wetter, um mit dem Rad unterwegs sein zu wollen. Hans Phillip hatte aber gerade sein Herz für den Umweltschutz entdeckt und wollte sogleich seinen Regungen Taten folgen zu lassen. Also holte er sein seit Jahren nicht benutztes Fahrrad aus dem Keller und tauschte es - zumindest für den augenblicklichen Einfall - gegen seinen sportlichen, aber viel Sprit fressenden Flitzer ein. Er hatte sich fest vorgenommen, alle seine Besorgungen mit dem Drahtesel und mit Hilfe seiner Muskelkraft zu erledigen, zumindest für den heutigen Tag. Der Entschluss stand so fest, dass ihn nichts und niemand von seinem Vorhaben hätte abbringen können. Und so schwang er sich auf sein Rad. Voller Elan und Tatendrang. Gegen die kühle Herbstluft und die Unbilden des Wetters schützte er sich mit einem warmen Schal.

Rot war sein Schal, leuchtend rot und lang, ellenlang! Den hatte mein Radler kess um den Hals geschlungen. Gewaltig legte er sich ins Zeug. Ein neues ungeahntes Hochgefühl stellte sich ein und verlieh ihm fast Flügel. Er trat in die Pedale und kam in der Tat gut voran. Fußgänger und Schulkinder grüßte er freundlich. Man hätte den Eindruck haben können, dass er sich frei und unbeschwert dem Erlebnis des Radfahrens mit allen Sinnen hingab. Er fühlte sich sogar in seine Kinder- und Jugendjahre versetzt, wo er täglich bei Wind und Wetter mit dem Rad in die Schule und später zur Uni gefahren war. Mit seinen Gedanken weit in der Vergangenheit versunken radelte er dahin.

Nun aber beginnt die Geschichte mit dem Schal. Ja, die Geschichte mit dem roten Schal! Noch wärmte er den Radler; noch war der Hals nicht entblößt. Die Kühle und der Fahrtwind machten ihm noch nicht zu schaffen. Doch langsam und unmerklich aber stetig zog es ihn, den Schal, mit schier magischer Kraft nach unten. Ein Ende hatte schon die Höhe seiner Hüfte er-

reicht und umspielte elegant sein linkes Knie.

Wie wahr! Das Ungemach hätte verhindert werden können, wenn, ja wenn der leuchtend rote Schal einfach zu Boden gefallen wäre. Aber das wollte der Schal offenbar nicht. Er hatte anderes im Schilde. Heiter und äußerst vergnügt setzt Hans Phillip seinen Weg fort. Alles lief im wahrsten Sinne des Wortes wie geschmiert. Er ging im Geiste die Reihenfolge seiner Besorgungen durch. Dabei überhörte er eine flehentliche Frauenstimme, die ihm nachrief: „Junger Mann, ihr Schal, ihr Schal!“

Inzwischen hatte der Schal das Pedal erreicht und züngelte gefährlich nah um die Speichen. Es gelüstete ihn mit aller Macht genau dahin zu kommen.

Plötzlich, ohne jede Vorwarnung, stand das Vehikel.

Das Vorderrad schnellte in die Höhe und schlagartig ging gar nichts mehr. Nur knapp entging der Radler einem Sturz.

Wie Schuppen fiel es ihm von seinen Augen. Sein roter Schal war weg. Nicht mehr an seinem Hals, dafür aber hing er nur noch mit einem kleinen Teil an seinem Knie. Der Rest seines roten langen Schals hatte sich kunstvoll, aber fast unauflöslich um die Nabe gewickelt und um die Speichen geschlungen. Nun erinnerte sich unser Radler an den Ruf der Frau. Es überfiel ihn ein banges, aber eindeutiges Wissen. Wie Schuppen fiel es ihm von seinen Augen. „Mein Schal! Könnte es wirklich mein Schal sein, der mich derart in Bedrängnis gebracht haben sollte?“ – Ja, es war sein Schal! Ganz ohne Zweifel! Der hatte sich so kunstvoll in den Speichen seines Hinterrades verstrickt, dass eine schnelle Trennung der beiden nicht in Sicht war. Indem er nun seine ganze Energie auf die Beseitigung der Blockade seines Gefährts lenkte, fiel unserem Radelfreund auch die mahnende Stimme der Fußgängerin wieder ein, der er leider keine Beachtung geschenkt hatte. Wäre er doch aufmerksamer gewesen. Hätte er die Stimme seiner Mitbürgerin vernommen, hätte das Unheil vielleicht abgewendet werden können. Nun war alles zu spät. Kein Jammern und Wehklagen half dem so in Bedrängnis geratenen Radler. Der Schal musste aus den Fängen des Hinterrades entfernt werden. Nur wie, das war die große Frage. Keine noch so gängi-

ge Formel der Beschwörung, keine andere Maßnahme machte es möglich, beide, Rad und Schal, voneinander zu trennen. Das Vehikel war und blieb fahrtauglich. Der wunderschöne rote, ellenlange Schal blieb, wo er war. Basta!

Hans Phillipp hatte keine andere Wahl. Er musste seinen Drahtesel auf dem Buckel nach Hause tragen. Geknickt war er schon, aber das würde er bald vergessen haben.

Doris Eckert-Mand, Hauneck

Fit für den Viren-Dschungel? DAK-Ärztin gibt fünf Tipps für einen schnupfenfreien Herbst

Pünktlich zum Herbstanfang schnieft und hustet Deutschland. Etwa jeder Zweite leidet ein- oder zweimal pro Saison unter einer Erkältung. Jeden Zwölften trifft es sogar drei- bis viermal. Da hilft nur eins: Machen Sie sich fit für den „Viren-Dschungel“. DAK-Ärztin Dr. Waltraud Pfarrer zeigt, worauf es jetzt ankommt und was wirklich gegen Schniefnase und Co. schützt.

1. Hände waschen

Einfach aber effektiv: Waschen Sie sich so oft wie möglich die Hände – gründlich und mit Seife, um alle Viren loszuwerden. Achten Sie darauf, was Sie alles anfassen – im Bus, beim Einkaufen, in der U-Bahn. Sie haben gerade kein Waschbecken in der Nähe? Ein Erfrischungstuch tut es zwischendurch auch.

2. Trinken

Viren haben es schwer, wenn Sie viel Flüssigkeit zu sich nehmen und so die Schleimhäute feucht halten. Deshalb sind zwei Liter am Tag Pflicht – am besten Wasser oder Früchtetees. Damit Sie es nicht vergessen, erinnern Sie sich per Handy selbst daran, regelmäßig zu trinken. Ein Glas pro Stunde und Sie schaffen die zwei Liter locker. Für unterwegs: Eine 0,3 Liter Wasserflasche passt in jede Tasche.

3. Frische Luft

Sie haben keine Zeit für lange Spaziergänge? Kein Problem, lüften Sie regelmäßig Ihr Büro und Ihre Wohnung. Dabei das Fenster für etwa fünf bis zehn Minuten ganz aufmachen. Und: Jede Minute zählt. Nutzen Sie die Mittagspause, um einen Gang um den Häuserblock zu machen. Sie tanken nicht nur frische Luft, sondern nehmen zusätzlich Tageslicht auf.

4. Obst und Gemüse

Vitamine stärken die Abwehrkräfte. „Fünf am Tag“ ist ideal und kennt mittlerweile jedes Kind. Hört sich viel an? Ist es aber gar nicht: Morgens ein Glas Orangensaft, zwischendurch eine Banane, mittags eine Salatbeilage, dann einen Erdbeerjoghurt und zum Abendessen Gemüse.

5. Heiß und kalt

Saunagänge sind super, um den Körper fit für die kalte Jahreszeit zu machen. Leider fehlt vielen dafür die Zeit. Eine gute und schnelle Alternative: Wechselduschen, am besten dreimal pro Woche. Dabei ist das „Wie“ entscheidend: Starten Sie mit warmen Wasser, danach kalt und zwar vom rechten Fuß aufsteigend bis zur Hüfte, vom linken Fuß bis zur Hüfte, linke Hand bis zur Schulter, rechte Hand bis zur Schulter, zum Schluss Bauch und Rücken kurz „abschrecken“, insgesamt dreimal warm und dreimal kalt im Wechsel.

Impfung – ja oder nein?

Gegen eine Erkältung gibt es keine Impfung, nur gegen Grippe. Sie ist eine durch bestimmte Influenzaviren ausgelöste Infektionskrankheit der Luftwege und kommt – anders als die Erkältung – ganz plötzlich mit hohem Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen sowie Schüttelfrost. Auch wenn sie nicht gegen eine Erkältung schützt: eine Grippeimpfung macht Sinn, vor allem für Ältere, chronisch Kranke oder Menschen, die beruflich viel mit anderen in Kontakt stehen.

Quelle: DAK PresseServer

„Früher habe ich möglichst wenig gesprochen.“

Rudolf Gier-Seibert, Michael Kofort,
Udo Stier

Stottern im Alter



Kurzbeschreibung:

„Früher habe ich möglichst wenig gesprochen.“ Diesen Satz haben wir einem Interview mit einem älteren Stotternden entnommen und zum Titel unseres Films gemacht, denn dieser Satz schlägt den Bogen von der Vergangenheit in die Gegenwart und weist gleichzeitig auf Veränderung im Leben hin. Der Film über das Stottern im Alter wurde gerade fertig gestellt und ist ab sofort bei der Stotterer-Selbsthilfe NRW zu bekommen.

Film & Begleitbroschüre:

Der Film hat eine Länge von 61 Minuten und ist in sechs Kapitel eingeteilt:

1. „Was ich fühle, wenn ich stottere.“
2. „Ich kenne einige ältere Stotternde, die im Rückzug leben.“
3. „Früher bin ich oft gehänselt worden.“
4. „Lass´ mich bitte ausreden!“
5. „Kommt für mich eine Therapie in Frage?“
6. „Experten in eigener Sache“

Inhaltsverzeichnis der Broschüre:

- Vorwort
- Stottern
- Eine kurze Einführung
- Das Stottern in meinem Leben (Kerstin Weikert, Akademische Sprachtherapeutin)

- „Stottern ist eine Sache, die ich in mein Leben integriert habe und die mich nur noch wenig belastet.“ (Ein Interview mit Helmut Hädrich)
- Kommunikation mit stotternden Menschen (Interview mit Angelika Schindler, Akademische Sprach- und LRS Therapeutin dbs)
- Bücherliste
- Adressen

DVD Video, ca. 61 Minuten + Begleitbuch, 44 Seiten, **18,90 €**, ISBN 978-3-921897-58-4

Bewusstseinsweiternd

Alles, was das Gehirn in Schwung hält, verzögert Alzheimer. Diese These bestätigt eine kanadische Studie: Bei Alzheimer-Patienten, die in ihrem Leben mehrere Sprachen gesprochen hatten, begann die Krankheit durchschnittlich 4,3 Jahre später als bei Einsprachlern. Möglicherweise werde das Gehirn durch die Beanspruchung zusätzlich trainiert. Da es ein Leben lang hinzulernt, ist es nie zu spät, eine neue Sprache zu lernen. Anregend ist dabei auch, dass man andere Kulturen bewusster erlebt.

Quelle: Vigo, AOK Rheinland/Hamburg

Leserbrief

Die Vierteljahreszeitschrift für ältere, auch ehemalige Mitbürger der Stadt Siegburg, ist eine Bereicherung und eine wundervolle Erinnerung an unsere Heimatstadt, zu der wir uns, auch im Alter, immer noch hingezogen fühlen. Deshalb möchte ich mich, auch im Namen meines Bruders, einmal ganz herzlich bedanken.

Unser Elternhaus stand in der Mühlenstraße und musste im Zuge der Erweiterung des Finanzamtes veräußert werden und wurde deshalb abgerissen. Der Michaelsberg war für meinen Bruder und auch für mich „der Spielplatz“, deshalb bin ich auch (mein Bruder konnte diese Auflösung leider geistig nicht mehr wahrnehmen) sehr traurig, dass die Abtei aufgelöst wurde.

Roswitha Mohr, Königswinter

Seniorenorganisationen

Alle Altersgrenzen auf den Prüfstand!

Die in der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) zusammengeschlossenen 104 Verbände, die etwa 13 Mio. ältere Menschen in Deutschland vertreten, fordern eine konsequente Überprüfung aller Altersgrenzen.

„Es gibt keine Altersnormen, sondern viele Altersformen. Die Vorstellung, man könne bestimmte Aufgaben nur bis zu einem bestimmten Alter übernehmen, ist von der Wissenschaft seit 40 Jahren widerlegt. Politische Konsequenzen sind daraus aber nicht gezogen worden“, bedauert die BAGSO-Vorsitzende und ehemalige Bundesfamilienministerin Ursula Lehr. „Die Anzahl der Lebensjahre darf im Erwachsenenalter kein Abgrenzungskriterium in unserer Rechtsordnung sein. Und wir sollten nicht immer warten, bis die Umstände uns zum Handeln zwingen.“ Beispielhaft verweist sie auf die Praxisärzte, die bis vor kurzem noch mit 68 Jahren ihre kassenärztliche Zulassung verloren, aufgrund des Ärztemangels heute ihre Praxen aber weiterführen dürfen.

Wenig fortschrittlich sieht die renommierte Altersforscherin auch die Rechtsprechung des Bundesverfassungsgerichts, das berufsbezogene Altersgrenzen damit verteidigt, dass die „allgemeine Lebenserfahrung“ ein Nachlassen der Fähigkeiten im Alter erwarten lasse, und dabei die Erkenntnisse der gerontologischen Forschung schlicht ignoriert. Für Ursula Lehr ist das nicht nachvollziehbar: „Selbst die allgemeine Lebenserfahrung sagt mir, dass die 70-Jährigen von heute mit den 70-Jährigen von vor 50 Jahren wenig gemein haben. Die Älteren von heute und morgen haben einen Anspruch darauf, dass dies wahrgenommen und anerkannt wird. Sie lassen sich nicht aufs Abstellgleis schieben.“

Altersgrenzen sind nicht der einzige, aber doch ein wesentlicher Grund für die in unserer Gesellschaft vorherrschenden defizitären Altersbilder. Der von der Bundesregierung in Auftrag gegebene, Ende 2010 veröffentlichte Sechste Altenbericht zeigt auf, dass das Altern wesentlich vielfältiger ist. Auch die Sachverständigenkommission unter Vorsitz des Heidelberger Gerontologen Andreas Kruse, die den Bericht verfasst hat, for-

dert eine Korrektur unangemessener Altersgrenzen. Sie geht sogar noch weiter, wenn sie postuliert, dass die Regelaltersgrenze in der gesetzlichen Rentenversicherung zum Entstehen eines „funktionslosen Alters“ beigetragen habe.

Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO)

Wohnwünsche im Alter

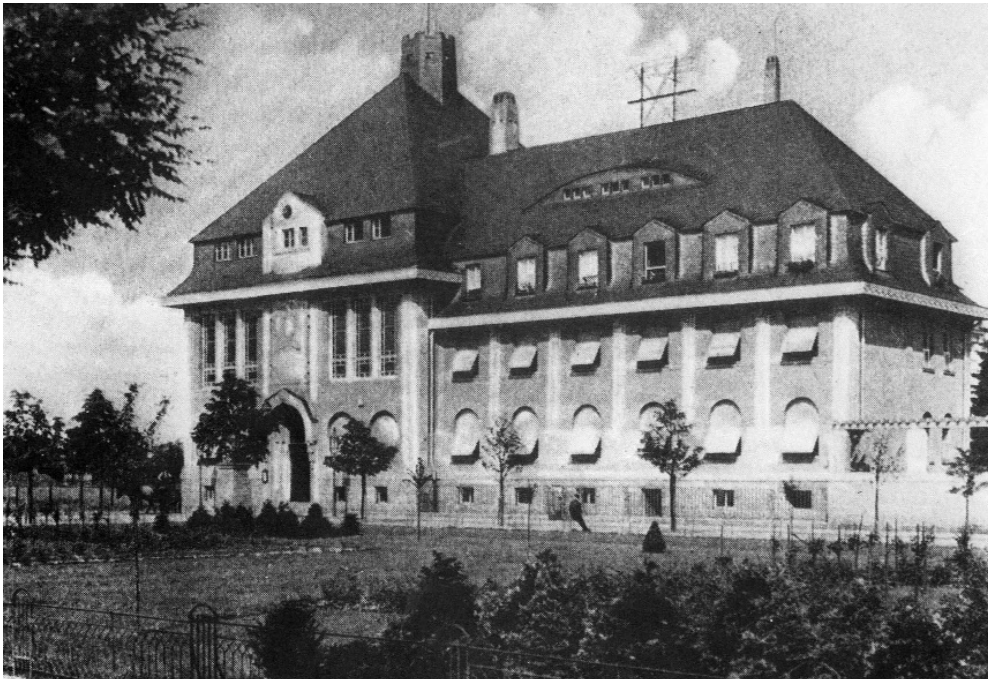
Die TNS Emnid Medien- und Sozialforschung GmbH führte von Dezember 2010 bis Januar 2011 eine bundesweite Befragung mit 1.100 Mietern und Wohnungs- bzw. Hauseigentümern im Alter von über 50 Jahren zum Thema „Wohnwünsche im Alter“ durch.

67 Prozent der Befragten geben an, im Alter von 70 Jahren noch eigenständig wohnen zu wollen, 57 Prozent wollen in diesem Alter allerdings nicht auf zusätzliche Hilfsangebote verzichten. Besonders die Möglichkeit, Hilfe und Pflege in den eigenen vier Wänden in Anspruch zu nehmen, sowie die gute Erreichbarkeit von Geschäften und Ärzten werden von 95 Prozent der Befragten als wichtige Voraussetzungen für ein selbständiges Leben genannt. Wenn es darum geht, die Wohnumstände zu Hause altersgerecht zu gestalten, ist nur ein Drittel der Befragten bereit, einen Umzug in bereits entsprechend eingerichtete Wohnungen in Betracht zu ziehen – der Großteil (56 Prozent) zieht Umbaumaßnahmen vor.

Doch wie viel Geld ist monatlich neben Miete/Hypotheken und Nebenkosten vorhanden? Im Schnitt stehen den Befragten 280 Euro zusätzlich pro Monat zur Verfügung. Dabei ist wie zu erwarten jedoch eine große Diskrepanz zwischen Mieter und Eigentümer (161 bzw. 384 Euro) sowie zwischen Personen mit einem Einkommen unter 1.500 Euro (102 Euro) und denen über 2.500 Euro (520 Euro) zu erkennen. Um die gewünschte Selbständigkeit im eigenen Heim zu gewährleisten, müssen dementsprechend also auch finanzielle Mittel bemüht werden.

Quelle: TNS Emnid (2011). Wohnwünsche im Alter, Bielefeld/UPDATE/Pro Alter

Fotorätsel



Welches Gebäude zeigt diese Aufnahme aus dem Jahr 1907?
(Kalender Volksbank von 1983)

eingereicht von Hiltrud Nelles, Siegburg

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

- 2 x 1 Jahrbuch des Rhein-Sieg-Kreises 2011
- 2 x 1 Buch „Oben auf dem Berg“
- 2 x 1 Buch „Kreuz und Quer durch Siegburg“
- 1 x 1 Siegburg Handtuch
- 1 x 1 Buch „Mord in St. Michael“

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

Einsendeschluss ist der 02.11.2011

Teilnahmeberechtigt sind alle Leserinnen und Leser ab 65 Jahren

Auflösung des Rätsels aus Heft 158:

Auf dem Bild ist das alte städtische Krankenhaus zu sehen.

Gewonnen haben:

Adolf und Gudrun Hübner, 53721 Siegburg
Fritz Laatsch, 53721 Siegburg
Josef Mahlberg, 53842 Troisdorf
Rosemarie Proske, 53721 Siegburg
Hans-Günter Schmidt, 53773 Hennef
Resi Spruda, 53721 Siegburg
Dieter Vandebeucken, 53797 Lohmar
Maria von Bank, 53721 Siegburg

**Allen Gewinnerinnen und Gewinnern
herzlichen Glückwunsch!**

„Ergänzung mit Erfolg“

Professor Alfred Lange ist Leiter der Abteilung für klinische Psychologie der Universität Amsterdam und Pionier der Online-Schreibtherapie. Die Patienten trifft er anonym im Internet.

Herr Lange, Ihre Patienten schreiben die eigenen Ängste zu Hause nieder und kommunizieren dann mit den Therapeuten anonym über das Internet. Wie kann das funktionieren?

Die Klienten bekommen klar formulierte Schreibaufträge, und wir geben ihnen am Tag darauf ein ausführliches Feedback. Beim Schreiben trennen sie Wichtiges von Unwichtigem und finden klare Worte für das, was in ihrem Inneren geschieht. Durch diese Reflexion gewinnen sie Distanz und bewerten ihre Erinnerungen oft ganz neu. Dieser neue Blick auf eigene Ängste prägt sich viel besser ein als in der vorübergehenden Gesprächssituation. Das Schreiben steigert die Aufmerksamkeit für sich selbst. Das ist mehr als Tagebuchschreiben.

Vermissen die Patienten nicht den unmittelbaren Kontakt zu ihrem Therapeuten?

Im Gegenteil, viele unserer Klienten können sich in dieser Anonymität besser öffnen – erst einmal sich selbst, dann auch anderen gegenüber. Daneben haben wir beobachtet, dass es auch über einen Text möglich ist, Anteilnahme zu transportieren und den Klienten ein Gefühl der Hilfe zu vermitteln. Auch über das Internet kann eine menschliche Beziehung wachsen. Die Leute machen sich ja klare Vorstellungen davon, was für ein Typ ihr Therapeut ist.

Der Computer hat aber keine Augenbrauen, die er hochziehen kann, und er kann nicht lächeln.

Nein, aber wir führen ja auch keinen lockeren Plausch über E-Mail. Unser Programm folgt einem klar strukturierten Protokoll. Wir wollen die Face-to-face-Situation nicht einfach kopieren. Zwischen diesen Strukturen ist aber immer auch Platz für eine persönliche Verbindung. Er ist der Ton, wie man sich ausdrückt. Er ist von unserer Seite distanziert, aber stets motivierend und aufbauend. Wir bemuttern die Klienten nicht, wir stimulieren sie.

Bei zwei Dritteln Ihrer Trauma-Patienten haben

sich laut Studie die Symptome deutlich gebessert, die Kosten liegen bei einem Drittel der klassischen Therapie. Könnte man die Behandlung nicht ganz ins Internet verlegen?

Sicher nicht. Befindet sich ein Patient in einer akuten Krise oder ist er selbstmordgefährdet, können wir nicht helfen. Hier ist die Beziehung von Angesicht zu Angesicht nicht zu ersetzen, und wir würden den Patienten weiter verweisen. Online-Programme können nur eine Ergänzung sein – das aber mit Erfolg.

Quelle: Apotheken Umschau

Herznotfall im Ausland

Handlicher Sprachführer sollte nicht fehlen – So holt man Hilfe

Eine Urlaubsreise ist immer ein Gewinn für herzkranken Patienten, wenn sie umsichtig geplant ist. Es sollte vorweg alles getan werden, dass eine solche Reise gut und sicher durchgeführt werden kann“, das sagt Rainer Walterscheid, der Ehrenamtliche Beauftragte der Deutschen Herzstiftung e.V. (DHS) hier im Rhein-Sieg-Kreis.

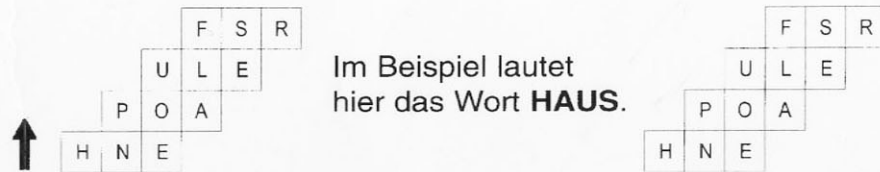
Generell ist Herzpatienten zu raten, sich vor dem Urlaub ins Ausland darüber zu informieren, ob sich in der Nähe des Urlaubsortes eine Klinik befindet, die mit modernen Methoden behandeln kann. In vielen Ländern gibt es keine nationale Notrufnummer, die für das ganze Land gilt. Es geht lebensrettende Zeit verloren, wenn im Notfall diese Nummer erst gesucht werden muss. „Deshalb“, so Walterscheid, „der dringende Hinweis: Vor der Auslandsreise die jeweilige Notrufnummer notieren. Und damit man sich im Notfall am Urlaubsort im Ausland besser verständigen kann, hat die Deutsche Herzstiftung einige wichtige Fragen in einem kleinen Katalog zusammengestellt, der für zehn EU-Mitgliedsstaaten zu gebrauchen ist.

Für 1,45 EURO in Briefmarken kann der zweigeteilte Sprachführer unter Telefon 02242/8 56 39 beim DHS-Beauftragten Rainer Walterscheid angefordert werden; montags bis freitags in der Zeit von 10 – 12 Uhr.

**www.rundumsherz.info und
www.herzstiftung.de**

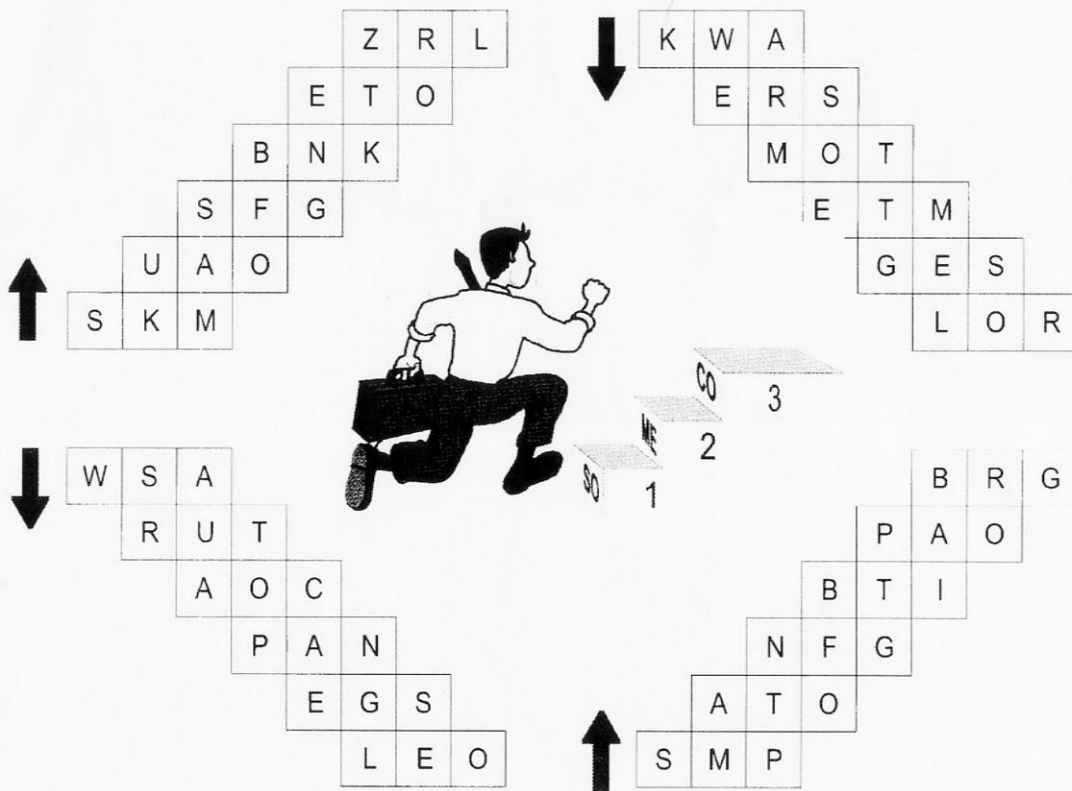
TREPPEN-WÖRTER

Finden Sie Stufe für Stufe den richtigen Buchstaben heraus, damit die Treppe ein sinnvolles Wort ergibt. Der Pfeil zeigt an, ob das gesuchte Wort von oben nach unten oder von unten nach oben zu lesen ist.



1.

2.



3.

4.

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

Auflösung: Seite 20

Urlaubsgeschichten

Wir fahren im Allgemeinen innerhalb Europas nahezu in fast jedes Land in Urlaub, wandern dort und lernen somit Land und Leute sowie deren Lebensgewohnheiten kennen. Allerdings ist das Wandern in den Bergen unsere liebste Beschäftigung. So fahren wir seit 1983 jedes Jahr, manchmal auch zweimal pro Jahr ins Passeiertal in Südtirol, immer in den gleichen Ort, immer in die gleiche Pension, treffen dort immer auf liebe Bekannte und sind stets herzlich willkommen.

Nun möchte ich aber schildern, wie es uns überhaupt dorthin verschlagen hat:

Es war wie gesagt im Jahre 1983, als die Urlaubszeit vor der Tür stand. Zu dieser Zeit befanden wir uns noch im Berufsleben und die Urlaubszeit war durch verschiedene Faktoren wie Schulferien usw. vorgegeben. Ein Urlaub im Jahre 1982 war durch einen Sterbefall ausgefallen und so standen wir vor der Frage, wohin geht die Reise. Atlas raus, denn damals kannte niemand ein Navigationsgerät; Augen zu und Finger drauf - Zack - Südtirol. In der Zeitung nach Annoncen gesucht und so wurden wir fündig. Eine Adresse am Kalterer See fiel uns auf und weil die Zeit drängte, wurde sofort dort angerufen, um die Buchung möglichst unserem Zeitplan anzupassen. „Kein Problem“, wurde uns von der netten Dame am anderen Ende der Leitung erklärt, zum gewünschten Termin sind noch Zimmer frei. Einen Hausprospekt gibt es nicht, aber weil ich im Gespräch erwähnt hatte, dass wir aus Siegburg kommen, wurde mir gesagt: „Das ist prima, dann melden Sie sich doch mal bei der Familie XY aus Siegburg und sehen Sie sich da die Bilder an und dann melden Sie sich wieder.“ Gesagt, getan, Anruf bei besagter Familie auf dem Brückberg und Termin vereinbart.

Unser Sohn wollte mit und so sind wir am Samstagnachmittag hin. Uns wurden alle Bilder gezeigt, die diese liebe Familie in zig Jahren in Südtirol geschossen hatten. Für meinen Sohn und mich stand fest, dies ist das ideale Urlaubsziel. Beim Verlassen der Familie kam dann jener verhängnisvolle Satz der Frau: „Was

ich noch sagen wollte; sie dürfen sich aber dort nicht erschrecken, es gibt nur ein Badezimmer und eine Toilette und dort sind auch die fünf Familienmitglieder heimisch.“

Zu Hause wurden die Eindrücke der gesehenen Fotos geschildert und im Anschluss eben dieser Satz über die Badezimmer- und Toilettensituation. Meine Frau sieht mich an und im Geiste sehe ich das Ergebnis ihrer Rechenaufgabe (fünf Personen der Familie und unsere vier macht neun Personen für eine Toilette) in ihrem Gesicht geschrieben. Das war das „Aus“ für den Urlaub am Kalterer See. Nun aber los, der in der Firma eingetragene Urlaubstermin rückte näher. Also wieder Suche in der Zeitung und wir wurden im Passeiertal fündig. Anruf und sofortige Zusage, weil laut Aussage der Pensionswirtin gerade eine Absage eingegangen sei, genau für diesen Zeitraum. Das wiederum machte uns skeptisch, aber wir sind trotzdem gefahren und waren voller Erwartung, was wir vor Ort antreffen würden. Heute wissen wir natürlich, dass es mit der besagten Absage tatsächlich stimmte.

So kamen wir in diese wunderbare Pension, trafen im Laufe der Jahre viele nette Leute, zu denen mit einigen immer noch reger Brief- oder Telefonkontakt besteht. Mit einer Familie ist im Laufe der vielen Jahre eine richtige Freundschaft entstanden. Wir treffen uns einmal im Monat, um unsere Wanderungen in der hiesigen Region zu machen (wir wohnen 100 km voneinander entfernt) und einmal im Jahr, manchmal auch zweimal, fahren wir gemeinsam in den Urlaub, nicht nur nach Südtirol.

So können wir rückblickend vermerken: Es gibt im Leben schöne Zufälle, die das Leben bereichern und das Salz in der Suppe sind. Wir möchten jedenfalls all die schöne Zeit nicht missen, auch in Gesprächen mit unseren Kindern kommen hier und da verschiedene Anekdoten vor, die sich im Laufe der Jahre angesammelt haben und für reichlich Gesprächsstoff sorgen.

In diesem Sinne – Urlaub ist schön!

Udo Heinen, Neunkirchen

Allgemeines

Ein Buch selbst schreiben Schreiben entlastet!

Seit früher Jugend schreibe ich Tagebuch, schicke Geschichten und Leserbriefe an Zeitungsredaktionen.

Nach mehreren sehr belastenden Darmoperationen (Morbus Crohn) setze ich mich seit 1999 mit dem „Kreativen Schreiben“ in Verbindung mit dem „Schreiben als Medizin“ schreibend auseinander. Schnell habe ich bemerkt, dass ich mit meinen Texten nicht nur mir selbst, sondern auch anderen Menschen nachhaltig helfen kann.

Nach „Klopfzeichen“ (2001) entstanden dreizehn weitere Bücher, in denen ich zum Teil auch andere Autoren zu Wort kommen lasse, zuletzt „SchreibMedizin“ (2011). Fast alle Bücher wurden wiederholt nachgedruckt und sind inzwischen vergriffen.

Schreiben ist mein Hobby! Auf vielfachen Wunsch habe ich jetzt meine drei Bücher „KRE-AKTIV“, „Verdichtetes“ und „SchreibMedizin“, in denen ich mich intensiv mit dem Schreiben als Entlastung auseinandersetze, nachdrucken lassen.

Die Bücher „KRE-AKTIV“ (3 €), „Verdichtetes“, das Buch mit Lupe (5 €) sowie „SchreibMedizin“ (3 €), mit zahlreichen Gedichten, Geschichten und interessanten Schreibbeispielen können Sie zu den reinen Druckkosten plus Porto direkt bei mir erwerben.

Wenn Sie sich auch für das Kreative Schreiben interessieren, kann ich Ihnen diese Bücher sehr empfehlen.

Bei Fragen zum Kreativen Schreiben und zur Veröffentlichung von eigenen Büchern können Sie sich gerne direkt an mich wenden.

Fritz Johann Andrzejewski
fritzderjohann
fj_andrzejewski@yahoo.de
Telefon 0221 - 13 42 57

Die heilige Hedwig und „ihr“ Stadtteil Zange



Das Foto (von Hansjürgen Münch) zeigt einen Erntedankaltar vor dem Hause Neifer im Stadtteil Siegburg-Zange, Katharinenstraße 62a, aus Anlass der Prozession am 12. Oktober 2008. Der sakramentale Segen wurde an diesem Altar erstmalig erteilt. Die Prozession wurde zu Ehren der heiligen Hedwig (Gedenktag 16. Oktober), der Patronin der Zanger Filialkirche, durchgeführt.

Nach einem Beschluss der Deutschen Bischofskonferenz wird am ersten Sonntag im Oktober das Erntedankfest gefeiert. Für uns war dies Grund genug, einen Erntedankaltar aufzubauen, zumal meine Vorfahren, Großeltern und Eltern, früher einen landwirtschaftlichen und gärtnerischen Betrieb besaßen. So waren auf dem Altar die Früchte des Feldes und des Gartens platziert.

In der Filialkirche von Sankt Servatius, die, wie oben erwähnt, den Namen der heiligen Hedwig trägt, werden seit Herbst 2009 im Rahmen der Umstrukturierung des Erzbistums Köln im Sparprogramm „Zukunft heute“ nur noch in Ausnahmefällen Eucharistiefeiern abgehalten. Während der Schulzeit finden regelmäßig donnerstags morgens um 7.50 Uhr Wortgottesdienste oder Eucharistiefeiern für die Grundschule Bonner Straße statt. Darüber hinaus sind die Zanger Bürger zu einem Wortgottesdienst eingeladen, der an jedem 1. Donnerstag im Monat von einem Lektorenkreis gehalten wird. Hoffentlich bleibt uns das Gotteshaus noch lange erhalten.

Karl-Heinz Neifer, Siegburg

Delegation besucht das schwimmende Patenkind Auf der „Siegburg“ gegrillt



Diese Herren arbeiten in und auf der "Siegburg". Es ist die Besatzung des Patenboots der Kreisstadt. 30 "echte" Siegburger durften zuletzt rauf aufs Schiff - sie besuchten das schwimmende Patenkind in Kiel und verbrachten drei aufregende Tage an der Ostsee. Ich war einer der teilnehmenden Siegburger.

Korvettenkapitän Heiko Thun und seine Besatzung begrüßten im Tirpitzhafen die städtische Delegation. So wurden die Teilnehmer der Bürgerfahrt zu Besatzungsmitgliedern - die jungen Männer luden zum Grillen auf dem Boot und zeigten sich interessiert an der Stadt, die ihrem Arbeitsplatz den Namen gab. In kleinen Gruppen konnten die Gäste auf geführten Besichtigungstouren das Patenboot von der Maschinenanlage bis zur Brücke erkunden, auch eine kleine Ausfahrt auf die Förde war im Programm enthalten. Zwischendurch wurde das Boot gewechselt. Die Siegburger drehten eine Runde auf der ankernden Gorch Fock. Das Segelschiff erholt sich gerade in Kiel vom medienumtosten Südamerika-Törn.

Die Paten gingen nicht, ohne zu geben. Nathalie Niederdrenk, die offizielle Vertreterin der Stadt und Vorsitzende des Partnerschaftsvereins, bedankte sich für die herzliche Gastfreundschaft, überreichte das Geschenk der Patenstadt sowie die gemeinsame Spende der Mitreisenden.

Quelle: www.siegburg.de
eingereicht von Heinz Elfgen, Siegburg

Johanniter informierten über soziale Dienste und ehrenamtliche Angebote

Am Samstag, 25. Juni 2011, präsentierte der Regionalverband der Johanniter seine sozialen Dienste und ehrenamtlichen Angebote in der Siegburger Innenstadt. In vier Pavillons konnten sich interessierte Bürger über das Leistungsspektrum der Hilfsorganisation informieren. Es gab viel Wissenswertes und nützliche Tipps rund um die sozialen Dienste Hausnotruf, Menüservice, Häusliche Pflege und die Erste-Hilfe-Ausbildung. Der Rettungsdienst war mit zwei Fahrzeugen vor Ort und bot allen Interessenten die Gelegenheit, sich so ein Fahrzeug einmal von innen anzuschauen und erklären zu lassen. Auch die ehrenamtlichen Johanniter waren natürlich mit dabei: Die Aktiven Senioren boten den Besuchern trotz des kühlen Wetters köstliche Fruchtcocktails an. Die Schnelleinsatzgruppe und die Besuchs- und Therapiehundteams gaben Einblick in ihre Arbeit. Teams der verbandseigenen Rettungshundestaffel zeigten an Geräten, was ein Vierbeiner für seine ehrenamtliche Aufgabe so alles können muss. Und dass auch die Johanniter-Jugend bereits fit in der Ersten Hilfe ist, demonstrierte sie eindrucksvoll bei einem gespielten Notfall mit täuschend echt wirkenden Verletztendarstellern aus den eigenen Reihen. Hier sorgten die Jungjohanniter für die Erstversorgung von zwei Verletzten, bis die Profis aus dem Rettungsdienst bei der Demonstration dann übernahmen.

Das Siegburger Publikum war beeindruckt, wie bei dieser Übung mit viel Sachverstand Hand in Hand gearbeitet wurde. Ein dickes Lob ging an die jungen Verletztendarsteller aus Much, die sich bei strömendem Regen geduldig für die Übung bereitstellten und überzeugende Unfallopfer mimten.



Verspielt wie in Kindertagen

„Gehen Sie in das Gefängnis, gehen Sie direkt dorthin, gehen Sie nicht über Los“.

Wer kennt nicht diesen Spruch, der auf einer der Karten des wahrscheinlich bekanntesten Brettspiels überhaupt steht? Jeder, der mindestens schon einmal Monopoly gespielt hat, weiß Bescheid. Dass Spiele hierzulande schon zum Allgemeinwissen gehören, kommt nicht von ungefähr. Die Deutschen sind verspielt. Knapp 40% der Familien spielen ein bis zwei Stunden pro Woche.

Deutschland ist auch der größte Markt für Gesellschaftsspiele. Über 450 Millionen Euro werden durchschnittlich im Jahr dafür ausgegeben, so viel wie in keiner anderen Nation der Welt. Warum das so ist?

Vielleicht weil es einfach schön ist, seine Freizeit mit Freunden oder der Familie zu verbringen. Möglicherweise sagt es auch etwas über unsere Mentalität aus.

In keinem anderen Land gibt es so viele Spiele, Erfinder und Spielverlage. Karten-, Brett-, Strategie- und Abenteuerspiele: Spielen wird in Deutschland von Generation zu Generation weitergegeben wie ein Ritual.

Nicht nur Kinder spielen, sondern die ganze Familie oder Erwachsene bei Spielenachmittagen oder –abenden. Das hat nicht nur eine sehr kommunikative Seite – man unterhält sich, lacht und grübelt zusammen.

Es fördert außerdem noch die Konzentration, Kreativität und Fantasie. Dabei gibt es eine so große Vielfalt an Spielen, dass für jeden Geschmack etwas dabei ist.

In Übersee werden Brett- und Kartenspiele häufig nur noch „German Games“ genannt. Selbst Schauspieler und Sänger outen sich gern als Spieler. Es soll sogar Stars geben, die zu Dinnerpartys einladen und dann zu Brettspielen greifen. Zur Not genügen hierzulande Schnittchen und Getränke, um einen gemütlichen Nachmittag oder Abend mit Freunden zu verbringen. Dieses Rezept funktioniert in jeder Generation. Kinder und Erwachsene jeden Alters sind für einen solchen Spaß zu haben.

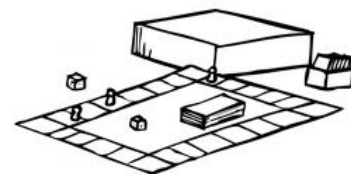
Schach, Dame, Backgammon, Rommé, Canasta, Memory, Kniffel, Malefiz, Trivial Pursuit, die Liste der Spiele ist lang. Einer der bekanntesten Spiele-Erfinder ist Dr. Reiner Knizia. Der gebürtige Schwabe ist sozusagen der Herr der Spiele.

Der Mathematiker und ehemalige Banker hat neben unzähligen Neuerscheinungen – fast 400 sollen es sein – das Strategiespiel „Keltis“, ein schnelles Brettspiel für jedes Alter und das elektronische Spiel „Wer war's?“ erfunden. In diesem Spiel kämpfen Kinder gemeinsam gegen einen Zauberer und erhalten hilfreiche Tipps aus einer Truhe mit elektronischen Chips. Beide Spiele wurden Spiele des Jahres 2008 und „Kinderspiel des Jahres 2008“. Ein solcher Doppelsieg ist vor Knizia noch nie jemandem gelungen. Mittlerweile ist Knizia, der in England lebt, auf der ganzen Welt bekannt.

Seit 1979 wird der Kritikerpreis „Spiel des Jahres“ vergeben. Es ist sozusagen ein Gütesiegel, auf das sich der Verbraucher verlassen kann. Das Spiel des Jahres 2009 steht ganz oben auf der Hitliste: „Dominion“, ein kombiniertes Brett- und Kartenspiel. Die Spieler sind Monarchen mit einem Königreich und allem Drum und Dran.

Hinter den Neuerscheinungen steckt viel Arbeit, Fantasie, logisches Denken und viel Geduld. Die Mutter aller Gesellschaftsspiele, „Mensch ärgere dich nicht“, ist immer noch ein Klassiker. Doch jedes Jahr kommen neue Spiele hinzu, die oft richtige Geschichten haben. Die Spiele passen sich unserer Zeit an. Das muss aber nicht heißen, dass ältere Spiele überholt sind. Sie werden uns immer in guter Erinnerung bleiben, denn sie haben uns über manche verregnete Ferien geholfen.

Ingrid Baum, Siegburg



Auflösung von Seite 16:

1. Muskel, 2. Wetter, 3. Stange, 4. Montag

„Oma kann einfach besser zuhören“

Wie wichtig Großeltern als Vertrauenspersonen sind, erlebt Magdalena Zimmermann fast täglich. Die Mitarbeiterin der Beratungsstelle „Hilfe in besonderen Notlagen“ des Rhein-Erft-Kreises stellt seit einigen Jahren fest, dass die jungen schwangeren Frauen, die die Beratungsstelle aufsuchen, vermehrt von ihren Großmüttern begleitet werden.

„In den Gesprächen haben wir bemerkt, dass sie ihren Enkelinnen einfach mehr Unterstützung bei Alltagsproblemen bieten als deren Eltern, die häufig beruflich sehr eingespannt und unter Zeitdruck sind. Oft hören wir Sätze wie: „Oma kann einfach besser zuhören und ist weniger ablehnend.“ Magdalena Zimmermann führt das unter anderem auf die Tatsache zurück, dass die Großeltern mehr Erfahrung haben, weil sie auch schon mit den eigenen Kindern Konflikte durchgemacht haben und deshalb mehr Einfühlungsvermögen besitzen. Nicht selten gehe die Hilfe auch über die Begleitung hinaus.

Die Großeltern helfen dann finanziell weiter und passen später auf die Babys auf, wenn die jungen Mütter beispielsweise ihre Ausbildung zu Ende bringen.

Ines Jonas/BAGSO-Nachrichten

Getränke zum Essen erlaubt

Erst den Teller leer essen, dann trinken – diese Empfehlung kennen viele aus ihren Kindertagen und geben sie an die eigenen Kinder weiter. Alles Unsinn, meint Antje Gahl von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung in Bonn: „Die Aussage, dass es schlecht ist, vor oder während der Mahlzeiten zu trinken, stimmt nicht.“

Es sei sogar empfehlenswert, während des Essens Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Sie helfe bei der VERDAUUNG der Speisen, weil sie Nährstoffe auflöst und transportiert. „Es ist ja eher ein Problem, dass Menschen zu wenig trinken“, gibt die Expertin zu bedenken. Vor allem Kinder sollten immer trinken dürfen, wenn sie durstig sind – am besten Wasser oder stark verdünnte Saftschorlen.

Quelle: vigo, AOK Rheinland/Hamburg

Zucker treibt den Blutdruck hoch

Nicht nur Salz – auch Zucker kann den Blutdruck erhöhen. Das wiesen Forscher in einer Studie mit 2.700 Teilnehmern nach. Diese dokumentierten vier Tage lang alles, was sie aßen und tranken. Außerdem wurde der Blutdruck achtmal gemessen. Der obere (systolische) Blutdruckwert stieg mit jedem Glas zuckerhaltiger Limonade um 1,6 Millimeter Quecksilbersäure (mmHg).

Quelle: Diabetes-Ratgeber, Apotheke

Alzheimer Sprechstunde

Die nächsten Termine der Alzheimer Sprechstunde sind:

Mittwoch, den 12.10.2011,

Mittwoch, den 09.11.2011,

Mittwoch, den 14.12.2011,

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), Frau Baesch vom Seniorenzentrum 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, Frau Baesch, 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

Veranstaltungen bis Dezember 2011

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

bis 3. Oktober 2011, Stadtmuseum, Markt 46

Amely Spötzl

Preisträgerin des Alanus Preises für Bildende Kunst 2010

Sonntag, 2. Oktober 2011, Marktplatz

Antikmarkt

Sonntag, 2. Oktober 2011, 11.00 Uhr, Pumpwerk, Bonner Straße 65

„Fuchs am Sonntag“ - Lesung Barbara Teuber - Kemal Yasar: „Gelbe Hitze“ und andere Erzählungen

Montag, 3. Oktober 2011, 18.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

„HOT WATER“ aus Südafrika
Jazz zum Tag der Deutschen Einheit

Dienstag, 4. Oktober 2011, 18.00 Uhr, Kirche Sankt Antonius, Seligenthal

Konzert zum Namensfest des Heiligen Franziskus

Mittwoch, 5. Oktober 2011, 15.00 Uhr, Kinocenter Cineplex

Kino für Senioren:
„Das Konzert“, Einlass: 14.00 Uhr

Freitag, 7. Oktober 2011, 20.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Franz-Liszt-Trio Weimar

Samstag, 8. Oktober 2011, 20.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Veranstaltung zum Beethovenfest

Samstag, 8. Oktober 2011 bis Freitag, 4. November 2011, Pumpwerk, Bonner Straße 65

Rosemarie Stuffer
„Veränderungen“

Vernissage: Sonntag, 8. Oktober 2011, 16.00 Uhr

Sonntag, 9. Oktober 2011, 16.00 Uhr, Haus zur Mühlen

Lehrer-/Schülerkonzert

Sonntag, 9. Oktober 2011 bis Sonntag, 27. November 2011, Stadtmuseum, Markt 46

Heiner Blumenthal
open/close -Chimäre
(Malerei)

Eröffnung: Sonntag, 9. Oktober 2011, 11.30 Uhr

Dienstag, 11. Oktober 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Begegnung mit Israel
Werte des Judentums
Vortrag von Johannes Gerster

Mittwoch, 12. Oktober 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Liszts großer Antipode Brahms
Werke von Johannes Brahms und Björn Raitzel
(Uraufführung)

Mittwoch, 12. Oktober 2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Rene Marik: „KasperPop“

Freitag, 14. Oktober 2011, 19.30 Uhr, Musikschule Liszt-Klavierabend

mit Hans Peter Herkenhöfner und Dr. Christian Ueber

Samstag, 15. Oktober 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Gitarrenkonzert mit Roberto Moya

Samstag, 15. Oktober 2011 und Samstag, 16. Oktober 2011, ganztägig, Musikschule/Musikwerkstatt

Meisterkurs Flöte mit Prof. Dirk Peppel
(Musikhochschule Köln/Standort Wuppertal)

Sonntag, 16. Oktober 2011, 11.00 Uhr, Musikwerkstatt, Zeughausstraße

Manuskriearchiv des Deutschen Tonkünstlerverbandes

Donnerstag, 20. Oktober 2011, 19.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Konzert der Jungen Symphonie Siegburg
Leitung: Ursula Keusen-Nickel

Freitag, 21. Oktober 2011, 20.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Resonanzen, (4. Konzert): „Dans la nuit“

Sonntag, 23. Oktober 2011, 15.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Benefizkonzert des Bonner Shanty-Chores

Sonntag, 23. Oktober 2011, 17.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Chorgemeinschaft GERMANIA mit dem Koreanischen Frauenchor Köln
Herbstkonzert 2011 - um die Welt geht unser Lied

Donnerstag, 27. Oktober 2011, 18.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

208. Siegburger Museumsgespräch

Donnerstag, 27. Oktober 2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

„Arsen und Spitzenhäubchen“ mit Cordula Trantow

Freitag, 28. Oktober 2011, 20.00 Uhr, Stadtbibliothek
„Meine inneren Bilder“

Rosemarie Seibel, TV-bekannte spirituelle Lebensberaterin und Seelsorgerin, spricht über ihre hell-sichtige Begabung

Freitag, 28. Oktober 2011 und Samstag, 29. Oktober 2011, jeweils um 20.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

2. Siegburger Boogie und Jazz Night

Sonntag, 30. Oktober 2011

Verkaufsoffener Sonntag

Mittwoch, 2. November 2011, 15.00 Uhr, Kinocenter Cineplex

Kino für Senioren:

„Another Year“, Einlass: 14.00 Uhr

Mittwoch, 2. November 2011, 19.30 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Status Quo + The Hooters: Quid Pro Quo Tour

Mittwoch, 2. November 2011 bis Sonntag, 13. November 2011

32. Siegburger Literaturwochen

Siehe Sonderprogramm

Samstag, 5. November 2011, 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Siegburg sammelt!

Eine Aktion der Goethe-Gesellschaft Siegburg e.V.

Sonntag, 6. November 2011, 11.00 Uhr, Pumpwerk, Bonner Straße 65

„Fuchs am Sonntag“ - Lesung Barbara Teuber -
Heinrich Böll: „Nicht nur zur Weihnachtszeit“

Donnerstag, 10. November 2011, Innenstadt
Martinszug

Donnerstag, 10. November 2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Reinhard Mey

Mairegen - Tournee 2011

Samstag, 12. November 2011, 18.00 Uhr bis 24.00 Uhr, Stadtbibliothek

Bibliotheksnacht: „Total verknallt in Bibliotheken“

Mit einem bunten Programm für Groß und Klein rund um Bücher, Bibliotheken und die Liebe

Samstag, 12. November 2011/Sonntag, 13. November 2011, ganztägig, in Musikschulen in Siegburg und St. Augustin

Wettbewerb „Musizierende Jugend im Rhein-Sieg-Kreis“ (Orientierungswettbewerb)

Samstag, 12. November 2011 bis Freitag, 23. Dezember 2011, Pumpwerk, Bonner Straße 65

Katja Fischer

„Gelegentlich Absurd“ - Kleinformatmalerei -

Vernissage: Sonntag, 12. November 2011, 16.00 Uhr

Dienstag, 15. November 2011, 16.00 Uhr, Seniorenzentrum Siegburg GmbH

Lehrer-/Schülerkonzert

Samstag, 19. November 2011 und Sonntag, 20. November 2011, Stadtmuseum, Markt 46

Forum für Kunst und Handwerk

Samstag, 19. November 2011 und Sonntag, 20. November 2011, ganztägig, Musikschule und Musikwerkstatt

Wettbewerb „Musizierende Jugend im Rhein-Sieg-Kreis“

Dienstag, 22. November 2011, 20.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Kanada und Alaska,

Audiovision von Michael Neißer

Mittwoch, 23. November 2011, ab 16.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Siegburger Herztag

Deutsche Herzstiftung

Mittwoch, 23. November 2011, 18.00 Uhr, Marienkappelle, Ringstraße

197. Musik zur Besinnung

Allgemeines

Donnerstag, 24. November 2011, 18.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

209. Siegburger Museumsgespräch

Samstag, 26. November 2011, 17.00 Uhr, Musikschule oder Musikwerkstatt

Konzert des DTKV zum Tag des Hausmusik

Samstag, 26. November 2011 bis Freitag, 23. Dezember 2011

Mittelalterlicher Markt zur Weihnachtszeit

Sonntag, 27. November 2011, ab 12.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

2. Märchentag im Historischen Weinkeller

Donnerstag, 1. Dezember 2011, 18.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Alpenländische Weihnacht

präsentiert von Marianne und Michael

Freitag, 2. Dezember 2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Horst Lichter: „Kann denn Butter Sünde sein?“

Sonntag, 4. Dezember 2011

Verkaufsoffener Sonntag

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

„Fuchs am Sonntag“ - Lesung Barbara Teuber - Isaac B. Singer: aus seinen Erzählungen

Sonntag, 4. Dezember 2011 bis Sonntag, 22. Januar 2012, Stadtmuseum, Markt 46

Gil Shachar

Das geheime Leben der Skulpturen

Eröffnung: Sonntag, 4. Dezember 2011, 11.30 Uhr

Montag, 5. Dezember 2011 bis Freitag, 30. Dezember 2011, Foyer des Kreishauses, Kaiser-Wilhelm-Platz 1, Mo. - Do. 7.00 bis 18.00 Uhr, Fr. 7.00 bis 14.00 Uhr

Ausstellung

Aus dem Rheinland ins Ghetto Litzmannstadt

Ausgrenzung, Deportation und Ermordung 1941-1944

Dienstag, 6. Dezember 2011, 20.00 Uhr, Stadtbibliothek

„Maria, Mord und Mandelplätzchen“

Vorweihnachtliche Krimilesung mit Punsch und Plätzchen von Judith Merchant und Sabine Trinkaus

Donnerstag, 8. Dezember 2011, 16.00 Uhr, Seniorenzentrum Kleiberg

Lehrer-/Schülerkonzert

Samstag, 10. Dezember 2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle

Brings; Weihnachtsshow 2011

Sonntag, 11. Dezember 2011 und Montag, 12. Dezember 2011, jeweils 16.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Hänsel und Gretel

Märchenoper von Engelbert Humperdinck

Dienstag, 13. Dezember 2011, 19.45 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

„In Extremo“; Sterneneisen-Tour 2011

Donnerstag, 15. Dezember 2011, 19.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Weihnachtskonzert der Musikschule

Donnerstag, 15. Dezember 2011, 19.30 Uhr, Marienkapelle, Ringstraße

198. Musik zur Besinnung: Adventskonzert der Rhein-Sieg-Kammersolisten

Freitag, 16. Dezember 2011, 20.30 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Mittelalterliches Weihnachtskonzert

Freitag, 16. Dezember 2011, 19.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

„Der Nussknacker“

Klassisches Russisches Staatsballett

Samstag, 17. Dezember 2011

Lange Einkaufsnacht

Sonntag, 18. Dezember 2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Paul Panzer

„Hart Backbord - Noch ist die Welt zu retten!“

Mittwoch, 21. Dezember 2011, 19.00 Uhr, Stadtmuseum, Markt 46

Weihnachtskonzert der Musikschule

Donnerstag, 29. Dezember 2011, 19.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Georgisches National Ballett Metekhi

Fire of Georgia

Freitag, 30.12.2011, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

„Night of the Dance“

Betrachtungen über den Herbst

Der Herbst ist eigentlich die schönste Jahreszeit mit all seiner Farbenpracht, dem Farbenspiel der bunten Blätter.

Kein Künstler ist so vollkommen in seiner Farbwiedergabe wie der Herbst selbst. Da gibt es eine Vielfalt an essbaren Dingen, die zur Herbstzeit mit ihren Farben ihre volle Reife zeigen. Die Haselnuss, die wir uns wild wachsend in der Natur abpflücken können. Oder die Bucheckern, die den Waldboden übersähen, man muss sich nur bücken, um sie aufzulesen. Auf die Esskastanien muss man warten, bis der Baum sie abwirft, genau so die Walnuss, um zu erfahren, wann die Köstlichkeiten reif sind. Auch die nicht essbaren Kastanien mit ihrem stacheligen Mantel fallen im Herbst zur Erde. Doch wer das Eichhörnchen und den Eichelhäher beobachtet, weiß, wann die Schalenfrüchte des Waldes reif sind, denn auch die Tiere treffen eine winterliche Vorsorge. Wir haben früher solche Früchte in Salzwasser gewaschen, gut getrocknet und auf einem Lattenrost in luftigem Raum gelagert. Wir waren unsere eigenen Eichhörnchen.

Unter den Obstsorten ist der Apfel ein wahres Multitalent. Vom Granny bis zum roten Paradiesapfel, vom gelben Delicious bis zum herzhaften Winterrambur und noch viele andere. Jeder hat seine eigene Farbe und seine eigene Duftnote. Der Apfel, im Herbst gepflückt, erfreut uns bei richtiger Lagerung das ganze Jahr. Sein Fruchtfleisch gibt uns kein Fett, aber eine Reihe wichtiger Vitamine, Minerale und Ballaststoffe sowie Fruchtsäuren.

Von Ende August bis Anfang November erlebt das Obst mit seinen vielen Talenten seine Hoch-Zeit.

Wer weiß schon, dass ein Apfel schwimmt, eine Birne aber im Wasser untergeht? Die roten Backen hat der Apfel durch den Farbstoff Pelargonidin, der die Schale vor der Sonne schützt. Ein Apfelbaum im Garten ist schon ökologisch wertvoll, aber gleich drei davon zu haben heißt, die Hände fleißig rühren. Trotzdem ist es beim Ernten ein schönes Bild zu sehen, wenn rotbackige Äpfel durch die herbstlichen Apfelblätter leuchten. Gepflückt, gewaschen und gepresst, ein köstlicher Apfelsaft,

der auch einen herrlichen Apfelwein ergibt.

Gepflückt, gewaschen und gepresst, Saft für klaren Gelee oder mit dem vielen Pektin so lange gekocht, bis es das braune Apfelgelee ergibt.

Gepflückt, gewaschen und geschält, für Apfelmus sehr fein oder Apfelmus. Wer kennt nicht den Apfelpfannkuchen mit Zucker und Zimt? Hm, einfach himmlisch!

Nun gibt es bei der Apfelernte auch immer wieder Fallobst und diese Sorte Obst bekommt eine besondere Behandlung mit tagelangem Arbeitsprogramm zum Haltbarmachen: Gewaschen, geschält, in Viertel geschnitten, das Kerngehäuse entfernt und die Viertel wieder geteilt, so dass es Achtel werden. Mit diesen Stücken werden vier Backbleche des Elektrobackofens voll belegt und bei 80 Grad Umluftwärme getrocknet, bis alle Feuchtigkeit heraus ist; sie müssen trocken, bissfest und hutzelig sein. Im Anschluss werden sie am besten in Leinensäckchen aufbewahrt. So hergestellt, bedürfen sie keinerlei Konservierungsmittel. 16 Schnitzel, sind zwei Äpfel, pro Tag gegessen, regulieren auch Darmbeschwerden. Im Winter eine gute Möglichkeit, den Vitamin-C-Bedarf zu decken.

Der Apfel ist ein wahres Multitalent. Schmeckt gut, ist gesund und schützt durch seine Phenole sogar vor Herz- und Gefäßkrankheiten. Aber die Äpfel, die zur Lagerung hergerichtet wurden, brauchen ihre Pflege und Aufsicht, sie schmecken dann auch ohne künstliche Behandlung sehr gut.

Bernadette Schnüttgen, Troisdorf

Logisch

Der Lehrer fragt die Kinder frank und frei, ob sie wohl wüssten, was ein Schweinehund sei.

Der Fritz ruft lauthals in den Raum hinein:

„Das ist ´ne Kreuzung zwischen Hund und Schwein!“

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

Besinnliches

Trost im Herbst

Ein Tag noch voll Sonne im sinkenden Jahr -
schon lassen die Bäume ihr Laub
und wenn es der letzte, der müdeste war,
der ohne Verweilen vorüberzieht, glaub',

dass nimmer im Dunkel der Nächte vergeht,
was irgendwann Licht war und dich ganz
erhellte,
was wahr ist und nimmer verblasst und
verweht,
wenn dämmernd und grau auch der Herbstne-
bel fällt.

Verloren ist nur, was dein Herz nicht besaß,
was du nicht gelebt, nicht geliebt, nicht
vollbracht,
was - niemand zu eigen - sich selber vergaß
und schweigend und fremd sich verwandelt in
Nacht.

Bewahre das Leben, im Leben das Licht,
glaube, dass nichts sich für immer verliert.
Was dir einst gehörte an Wert und Gewicht,
steht wartend am Weg, den das Schicksal dich
führt!

eingereicht von Werner Schneider, Siegburg

Wolken und Erde

Durch die Wolken will ich fliegen
durch die Wolken so dahin,
weit, weit weg in hohe Lüfte
zu den Sternen oben hin.

Fliegen wie ein Blatt im Winde
das da schwebt mal hin, mal her,
Sonnenstrahlen mich begleiten
oder auch es regnet sehr.

Bläst der Wind nicht mehr so kräftig
gleite ich zur Erde ab,
falle dann am Boden nieder
und der Mond, der schaut herab.

Giesbert Sauer, Siegburg

Herbstzauber

Im Herbstkleid sich die Kletterpflanzen zeigen
Im grellen Bunt bezaubernd schön!
Verfärbte Blätter an den Zweigen
Sind überall so viel zu seh'n.

Der hohe Baum – die hundertjährige Platane
Im weiten Umkreis wirft sie große bunte Blätter.
Fast drei Jahrhundert zählt die Rosskastanie.
Hart kämpft auch sie 'gen Wind und Wetter.

Bei jedem Windstoß wirft die junge Eiche
Gleich Fallschirmen die Blätter bunt schattiert.
Sie landen dann im Blätterbettchen weiche;
Im hohen Reigen tanzend manch' Einzelblatt la-
viert.

Stolz prangt in voller Blüte das riesige Bambus-
gras.

Der Herbstwind peitscht die Seidenwedel und
zersaust sie wild.

Frappant schön! Wie helle Seidenfächer wirken
sie wie krass im Herbst.

Das Tropengras als große Zierde gilt.

Schon klingen seltener die Stimmen

Der Vöglein sanfter Symphonie.

Es ist die Sommerzeit von hinnen.

Der Herbst bestimmt die Melodie.

Romantisch schön die Landschaft der Natur
Im Herbstgewand! Wie einmalig schattiert
Das schimmernd Blättermeer in Wald und Flur.
Mit Goldfäden verziert.

Der Abendsonne letzter Schein die Bäume
streift

Und sich im bunten Blättermeer verfängt.

Der graue Herbstschleier heran so sachte
schleicht

Und schon die Nacht sich auf die Erde senkt.

Der lieben Sonne Zauberglanz wird jetzt schon
oft vermisst.

Dichte Nebelschwaden! Kalte Nächte!

Bezaubernd trotzdem die Herbstzeit ist.

Alles ist des Schöpfers Werk! Höhere Kräfte!

Gertrud Gercen, Waldbröl

Ein Arztbesuch vor 50 Jahren und heute

Morgens um 8.30 Uhr, Karl Schmitz betritt die Praxis seines Hausarztes Dr. med. Müller. Die Frau des Arztes empfängt den Patienten im Vorzimmer der Praxis.

Frau Müller: „Guten Morgen Herr Schmitz. Möchten Sie zum Doktor oder kann ich etwas für Sie tun?“

Herr Schmitz: „Ich habe sehr starke Halsschmerzen, ich müsste schon noch zum Herrn Doktor in die Praxis.“

Frau Müller holt die Patientenkarte aus dem Karteikasten.

Frau Müller: „So, hier habe ich Ihre Karte. Haben Sie den Krankenschein dabei? Wenn nicht, macht nichts, reichen Sie ihn bei Gelegenheit rein. Sie können im Wartezimmer Platz nehmen.“

Im Wartezimmer sitzen noch drei Patienten. Nach einer dreiviertel Stunde erscheint Frau Müller und bittet Herrn Schmitz ins Sprechzimmer. Herr Schmitz betritt das Sprechzimmer des Arztes.

Der Arzt: „Guten Morgen Herr Schmitz, was haben wir denn?“

Herr Müller: „Ich habe sehr starke Halsschmerzen. Ich kann kaum schlucken.“

Der Arzt: „So, Herr Müller, machen Sie mal bitte den Mund weit auf und sagen mal „Aaaa“. Herr Müller bitte noch einmal. Ich sehe, Sie haben eine starke Angina. Ich schreibe Ihnen etwas auf, das nehmen Sie bitte drei Mal am Tage, am besten vor den Mahlzeiten mit etwas Flüssigkeit, Wasser oder Tee. Soll ich sie „krankschreiben“?“

Herr Müller: „Bitte nicht. Wenn Sie mich „krankschreiben“ erhalte ich drei Tage kein Krankengeld und auch keinen Lohn.“

Der Arzt: „Ich denke in drei bis vier Tagen sind Sie wieder auf dem Damm. Wo geht es denn dieses Jahr im Urlaub hin? Prima, den Ort kenne ich. Ich wünsche Ihnen schon heute einen schönen Urlaub, erholen Sie sich gut und grüßen Sie mir Ihre Frau und die Kinder, alles Gute. Und hier ist das Rezept.“

Herr Müller verlässt die Arztpraxis: „Tschüss, Herr Doktor und vielen Dank.“

Herr Müller betritt die Apotheke.

Herr Müller: „Guten Morgen Herr Dr. Meier.“

Der Apotheker: „Guten Morgen Herr Müller, womit kann ich dienen?“

Herr Müller legt das Rezept vor.

Der Apotheker: „Herr Müller, dieses Medikament muss ich Ihnen anfertigen. Wenn Sie eine halbe Stunde Zeit haben, können Sie es gleich mitnehmen, andernfalls kommen Sie später vorbei.“

Herr Müller nimmt auf der Bank in der Apotheke Platz, und wartet eine halbe Stunde.

Der Apotheker: „So Herr Müller, hier ist das Medikament. Ich denke der Arzt hat Ihnen gesagt, wie Sie es nehmen sollten. Macht 50 Pfennig. Tschüss, Herr Müller bis bald.“

Ein Arztbesuch heute:

Herr Müller betritt um 8.30 Uhr die Praxis seines Hausarztes Herrn Dr. Klose. Im Vorzimmer des Arztes empfängt ihn eine junge attraktive Dame.

Arzthelferin: „Guten Morgen, wie ist Ihr Name?“

Herr Müller legt die Mitgliedskarte seiner Krankenkasse vor. Die Arzthelferin steckt die Karte in ein Lesegerät bzw. Computer.

Arzthelferin: „So Herr Müller, hier ist die Karte von Ihrer Krankenkasse. Ich bekomme von Ihnen 10 Euro Praxisgebühr. Nehmen Sie bitte im Wartezimmer Platz.“

Im Wartezimmer sitzen etwa 10 Patienten. Nach ca. 2 ½ Stunden erscheint die Arzthelferin und bittet Herrn Müller ins Sprechzimmer.

Der Arzt: „Guten Morgen Herr ..., wie war der Name? Ach ja, Herr Müller. Wo fehlt's denn?“

Herr Müller: „Ich habe sehr starke Halsschmerzen und kann kaum schlucken.“

Der Arzt bedient den Computer, schaut in den Hals, und bedient noch mal den Computer.

Der Arzt: „Sie haben eine Angina. Ich verschreibe Ihnen ein Medikament, das nehmen Sie bitte drei Mal am Tage vor den Mahlzeiten. Auf Wiedersehen Herr ...“

Herr Müller betritt die Apotheke: „Guten Morgen“.

Der Apotheker: „Guten Morgen, was kann ich für Sie tun?“

Herr Müller legt das Rezept des Arztes vor. Der Apotheker gibt die Daten des Rezeptes in den Computer ein. Nach einer Weile sagt er zu Herrn Müller: „Das Medikament kann ich Ihnen

Besinnliches

nicht geben, dieses Medikament bezahlt die Kasse nicht. Ich gebe Ihnen ein Medikament einer anderen Firma mit den gleichen Wirkstoffen. Wenn Sie aber das verordnete Medikament trotzdem haben wollen, müssen Sie es selbst bezahlen.“

Herr Müller: „Was kostet das Kassenmedikament und was das andere?“

Der Apotheker: „Das Kassenmedikament kostet 7,50 Euro, davon müssen Sie 5 Euro Rezeptgebühr bezahlen. Das andere kostet 12,50 Euro. Die müssen Sie dann selbst zahlen.“

Herr Müller entscheidet sich für das „Kassenmedikament“.

Werner Thelen, Leverkusen

Autopanne

Hoppla, da bleibt doch tatsächlich das Auto stehn,

jetzt muss ich zu Fuß weiter gehen.

Früher war das keine Frage, man ging zu Fuß, auch mehrmals am Tage.

Das Auto kann auch ein zu treuer Freund werden,

was haben die Menschen nur gemacht, als es das Auto noch nicht gab auf Erden?

Bequem sind wir geworden und durch's Auto verwöhnt,

so mancher ist fast des Laufens entwöhnt.

Auf geht's zu Fuß in die Natur,
das ist für den Körper und die Seele Erholung pur.

Ingrid Beine, Köln

Besinnliches

Wer einen Engel sucht und nur auf die Flügel schaut, könnte eine Gans nach Hause bringen.

Georg Christoph Lichtenberg

eingereicht von Hermann Söntgerath, Wiesbaden

Gräser

Am Halm die letzten Gräsersamen wippen,
sich beugend in der Böe mit fragender Gebärde.

Sie biegen nieder sich zur feuchten Erde,
als wollten sie Novembers Pfützen nippen.

Und krümmen tief sich zu der Erde Staub
und können sich doch nicht zum Moder legen.
Sie vielmehr Wünsche zum dem Winde hegen
und warten, warten still bei Krum' und Laub.

Und warten, warten, dass die Zeit verrinnt,
in der nicht enden wollen graue Tage,
bis zu dem Aufbruch einer einz'gen Frage,
wann wieder lichte Wärme neu beginnt.

aus „Im Lande des Herbstes“, EPLA-Verlag
eingereicht von Brigitte Kürten, Bad Honnef

Liebe

Ich habe gesucht, doch nie gefunden.
War einsam und traurig in so vielen Stunden.
Ich habe gewartet, doch immer vergebens,
gehofft und geträumt, Zeit meines Lebens.

Ich habe gewusst, irgendwo gibt es dich,
immer voller Erwartung, wann findest du mich?
Ich habe gelebt, nur für diesen Moment,
in dem deine Seele die meine erkennt.

Ich spüre täglich deine Zärtlichkeit,
deine Liebe und Wärme, ganz viel Sicherheit.
Du gibst mir alles. Bin nicht mehr allein.
Und ich fühle genau, das wird immer so sein.

Weinende Seele zum Lächeln gebracht.
Taghell ist es nun dort, wo früher war Nacht.
Wir haben einander sehr viel zu geben.
Seitdem du mich liebst, kann ich wieder leben.

Alles was du mir gibst, gebe ich vielfach zurück.
Ich kann wieder glauben an Liebe und Glück.

Helga Kynast, Marburg

Ihr lieben jungen Alten,

seid stolz auf eure Falten,
ist dieses doch der Lauf der Zeit,
und zeugt von laut'rer Heiterkeit,
in all' den vielen Jahren,
die ihr erprobt, erfahren,
zu werden was ihr seid:
eine starke Persönlichkeit!

So ist's ein großes Glück auf Erden
mit frohem Herzen alt zu werden!
Wenn jemand meint, das wär' ein Fehler,
so kann's sich ändern Tag um Tag,
denn lange leben will fast jeder,
nur alt werden nicht, weil man's nicht mag,
doch beides ist aus Gottes Gunst,
nur jung zu bleiben – Lebenskunst!

Dies zu erlernen, zu praktizieren hier,
ist uns aufgegeben, dir wie auch mir,
zu helfen gern in Lebensdingen,
die uns allein nicht mehr gelingen.
Anteil zu nehmen an so manchem Geschick,
zu bessern die Stimmung, zu zeigen das Glück,
sich gern zu einem Plausch einfinden
und dabei Frohsinn einzubinden!

Und dazu gibt's wie jeder weiß:
den geschäftigen Senioren-Kreis,
in den man im Alter kurz vor und nach 60,
hineintritt nur zögernd, so ganz allmählich,
hineinriecht und fragt sich, ob es wahrlich
macht Sinn,
seine Zeit zu vergeuden oder ob's bringt Ge-
winn!?

Man trifft sich dort mit altbewährten
und auch mit jungen Weggefährten,
in einem nicht immer geschätzten „Verein“,
recht bunt gemischt, so soll es ja sein,
ob Rentner auf Probe, ob groß oder klein
ob immer noch Single – oder wieder allein,
ob jung oder alt und noch krank obendrein.

Sie alle mögen's im Herzen bewegen
diese schöne Gemeinschaft zu pflegen,
also ohne Verpflichtung und ohne Geschrei,
ganz ohne Drängen, denn alles ist frei.

Doch muss man schon kommen und das Herz
mitbringen
und sich auch mögen – nur so kann's gelingen
zu uns'rer aller Nutz und Frommen,
ist jeder gern all'zeit willkommen!

Jürgen Hoffmann, Siegburg

Zum Schmunzeln: Schweinesehnsucht

Klasens Peter hatte ein nettes Sümmchen im
Lotto gewonnen. Nun konnte er sich einen
langgehegten Wunsch erfüllen und sich einen
kleinen Bauernhof kaufen.

Schnell hatte er etwas Geeignetes gefunden.
Die Stallungen waren in gutem Zustand und so
konnte er sofort mit der Viehzucht anfangen.
Zwei Kühe wurden gekauft, eine Muttersau und
einige Hühner.

Jeden Tag schaute Peter im Stall nach der Mut-
tersau, er wartete auf kleine Wutzen. Die woll-
ten sich jedoch nicht einstellen. Er konnte nicht
begreifen, woran das liegen könnte.

Das Tier erhielt gutes Futter und bekam täglich
den Stall gesäubert, mehr konnte er doch nicht
machen. Schließlich fragte er den Nachbarn um
Rat. Der erklärte ihm, dass er mit dem Tier ein-
nen Eber aufsuchen müsste.

Dankbar nahm er den Rat ein, lud die Sau auf
eine Schubkarre und fuhr damit ins Nachbar-
dorf zu einem Eber. Mit der Aussicht auf baldi-
gen Erfolg, machte er sich frohgemut auf den
Heimweg. Nun harrte er ungeduldig auf die Din-
ge, die da kommen sollten.

Eines Morgens ging Peter wie üblich in den
Stall und musste zu seinem Entsetzen feststel-
len, dass das Tier verschwunden war. Mit sei-
ner Frau suchte er alles ab, es blieb ver-
schwunden.

Nun dehnte er die Suche nach draußen aus,
ging hinters Haus und rief plötzlich seiner Frau
zu: „Ich hab die Sau gefunden, sie sitzt in der
Schubkarre und will zum Eber.“

Adele Müller, Troisdorf



Trübe Tage

Es regnet, Nebel zieht auf. Plötzlich ist es Herbst.

Vor ein paar Tagen noch Hitze und viel Sonne. Dies genoss jeder mit Wonne.

Aber für Mensch und Natur sind Regen und Kühle wichtig.

Wie gut, dass niemand darauf Einfluss nehmen kann, noch nicht mal so dann und wann.

Es kann nicht immer Sonnenschein sein und bei Regenwetter bleibt man gern mal daheim.

Hat vielleicht Lust, in Ruhe ein Buch zu lesen, sich von der ständigen Hektik auszuruhen und einfach mal gar nichts zu tun.

Wie beruhigend, wenn die Regentropfen auf die Fensterscheiben treffen.

Dieses Gefühl der Entspannung wird man nicht vergessen.

Manche Ärzte empfehlen: „Ein Spaziergang bei Regen im Wald ist sehr gesund!“ Die Luft ist wohltuend für die Nase, Lunge und noch für vieles mehr. Der Kreislauf läuft danach wieder richtig „rund.“

Der Regen tropft aufs Blätterdach und macht den Spaziergänger für die Wunder der Natur wach.

Hört hier ein „Knacken“, da das Piepen eines Vogels, dort läuft eine Maus. Ein Eichhörnchen versteckt für den nahenden Winter schon fleißig Nüsse und bedeckt alles mit Laub oder „verbuddelt“ sie besonders tief in der Erde, in der Hoffnung, dass sie niemand finden werde. Bei solch einem Wetter gibt es viele interessante Dinge zu sehen. Bald wird sich die Natur wieder in bunten Farben zeigen und düstere Gedanken vertreiben. Die Blätter rot, gelb oder „gesprenkelt“, sind wie ein bunter Teppich ausgebreitet, daran sich das Auge „weidet“.

Manch einer fühlt sich im Herbst sehr allein. Es fallen einem Menschen ein, die man lange nicht besucht oder gesehen. Wichtig wäre es, jetzt ein Treffen auszumachen, um sich nach langer Zeit mal wieder zu sehen.

Vor allem ältere Menschen, ob im Altenheim oder zu Hause allein, erleben in ihrem jetzigen Lebensabschnitt oft trübe Tage. Gerade jetzt

sollte man daran denken, sich ab und zu mal zu melden, vielleicht auch einen Besuch zu machen. Die Freude darüber wird mit Sicherheit sehr groß sein.

Jede Jahreszeit hat ihre schönen Seiten; mit dieser Einstellung sollten wir das Jahr begleiten!

Helga Kynast, Marburg

Abseits vom Wege

Abseits vom Wege, dem Alltag, der Hast, sitz ich im Walde und halte Rast.

Kühl ist das Lager, von Moos gewebt, Duft auch von Harz, der am Stamme klebt.

Gurgelnder Quell im grünenden Rund, singt hier ein Loblied auf seinen Wald. Ihm dankt er's Leben von erster Stund: Horch, wie der Vögel Stimmen hier erschallt!

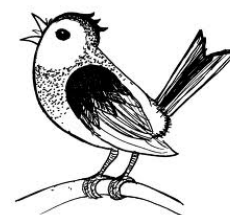
Moose und Pflanzen, Büsche und Baum, alles erscheint dir, Mensch, wie ein Traum. Vogel und Käfer, Waldtier und Falter, alles gehorcht dem Wald, seinem Gestalter.

Es grünt und wächst, es modert und stirbt, der Wald schützt, bewässert, erstickt, verdirbt, gebiert und tötet nach zeitloser Uhr, folgt unbeirrt dem Gesetz der Natur.

Tau und Reif wie Schnee und Regen, alles dient dem Wald zum Segen, seiner ruhelosen Arbeitsschar, die der Bodenkrume Mutter war.

Mit ihm beginnt und endet alles Leben! Das war es, was ich plötzlich tief empfand. Die Lehre hat mir still der Wald gegeben, als ich kürzlich abseits vom Wege stand.

eingereicht von Werner Schneider, Siegburg



Herbst

Gemäht und gedroschen ist das Getreide,
einige unentwegte Blumen auf der Heide
schauen noch bunt aus dem rostigen Braun.
Im Garten steht der Herbst vor dem Zaun.
Der Nebel senkt sich wie feuchter Hauch
auf Feld und Flur und den Holunderstrauch.

Schwalben und Störche sind schon weggezogen.
Sie sind in den sonnigen Süden geflogen.

Jetzt rüsten die anderen Vögel auch zum Reisen,
noch ruhen sie aus, sie fliegen auf und kreisen
und versammeln in Scharen sich im Geäst.
Es ist so wie ein Sommer-Abschiedsfest.

Die Bäume sind jetzt wunderschön anzuschauen,
das Laub wird bunt, gelb, golden, rot oder braun.
Die Büsche und Sträucher im Garten, am Teich,
auch die Hecken und Rosen tun es ihnen gleich.
Es ist so eine so großartige Farbenpracht
und Freude, die der Herbst uns gebracht!

Sie versorgen die Waldtiere und ihresgleichen,
mit ihren Früchten, die Buchen und Eichen,
die Kastanien, die Nussbäume, auch die Fichten.

Selbst Wintervögel vergisst die Natur mitnichten.
Sie werden reichlich mit Nahrung versehen,
von Ilex und Eiben, Ebereschen und Schlehen.

Wenn die natürliche Nahrung nicht ausreicht,
der Mensch diesen Mangel gern ausgleicht
mit Futterhäuschen in fast jedem Garten.
Die Spatzen schon auf die Futterzeiten warten.
Der Fink, der Kleiber, der Dompfaff, die Meise
und Amsel danken es, ein jeder auf seine Weise.

Die Luft ist kühl, es schwingt in ihr ein Grämen.
Es ist so wie ein stilles Abschiednehmen,
so wie ein fernes, kaum geahntes Leid,
von einer schönen, viel geliebten Zeit.
Das Land geschmückt mit letztem Blumenflor
bereitet sich jetzt auf herbstlich raue Tage vor.

Alfred Dyszak, Siegburg

Enkel und Löwen

Im Jahr 2010 sind meine Frau und ich zum ersten Mal Großeltern geworden. Enkel Benedikt entwickelt sich prächtig und ist eine Quelle großer Freude. Dass ich es in meinem biblischen Alter noch schaffe, ihn zu windeln und zu füttern, macht mich vergnügt. Wenn ich mit Freunden, Bekannten oder völlig fremden Menschen in eines der zahlreichen Gespräche über Enkel komme, berichten manche ganz stolz, dass sie drei, fünf oder gar zehn Enkel haben.

Dann bin ich jedoch nicht traurig, sondern erzähle ihnen, wenn sie es hören wollen, die Geschichte von der Erfindung der Rheinischen Relativitätstheorie durch Tünnes, den Freund des Schäl. Und diese Geschichte geht so:

Tünnes, ein großer Liebhaber wilder Tiere, bucht bei einem Kölner Reiseunternehmen eine Safari. Der Höhepunkt dieser Safari soll eine Löwenjagd sein.

Als Tünnes von der Reise zurückkommt, schwärmt er Schäl vor:

„Es war toll, es war großartig. Die Löwen haben gebrüllt, sind um uns herumgeschlichen, waren ganz nahe, es war prächtig, es war einmalig.“

Nach einer halben Stunde fragt Schäl ganz trocken:

„Tünnes, wie viele Löwen hast Du denn auf dieser Safari geschossen?“

Tünnes: „Geschossen? Geschossen habe ich keinen.“

Schäl: „Wie? Geschossen hast Du keinen? Und da machst Du so ein Theater?!“

Tünnes, ganz ruhig und selbstbewusst: „Tja, Schäl. Eines musst Du natürlich wissen: Keiner ist für Löwen viel.“

Mit einem herzlichen Lachen signalisieren meine Gesprächspartner, dass sie verstanden haben, was ich sagen will: Einer ist für Enkel viel.

Wenn meine Gesprächspartner Kölner Platt verstehen, lasse ich Tünnes und Schäl in ihrem angeborenen Dialekt reden. Dann ist die Geschichte noch wirkungsvoller.

Dr. Werner Schneider, Siegburg

Besinnliches

Sternenstaub...

Die Nacht ist kühl,
der Himmel klar
und so viel Sterne,
wunderbar!

Verträumt schau ich
zur Sternenpracht
hinauf,
in dieser schönen Nacht.

Und plötzlich zischt
in schräger Bahn,
ein Sternenfunke,
mit Elan.

Ich wünsch mir
Reichtum ins geheim,
vor allem aber
Glück, sprich Schwein.

Ich schwelge noch
geh' dann zur Ruh,
wach wieder auf
und denk', nanu!

Ich habe ja an
diesem Morgen,
wie merkwürdig,
die gleichen Sorgen!

Ingrid Schinschek, Siegburg

Wunder der Natur

Wer wissen will von Gottes Macht,
der reise in die Schweiz.
Er ziehe durch's Versascatal
mit seinem herben Reiz.

Es tost ein Bergbach grün und weiß
vom Schneegebirg' ins Tal,
haushohe Felsen er umkreist,
schliff glatter sie als Stahl.

Ein solches Wunder - diese Macht,
sie ist nicht Menschenwerk.
Der Mensch steht staunend vor der Pracht
und fühlt sich wie ein Zwerg.

Helga Hamann, Karlsruhe

Die Erde und der Mensch

Der Mensch benutzt schon lange gedankenlos
und dabei immer nur auf den Profit bedacht,
viele Ressourcen aus der Erde tiefem Schoß,
natürlich alles, was sie noch hervorgebracht.
Was der Planet in vielen Millionen Jahren in
schwierigen Prozessen auch entstehen ließ,
wird sehr schnell verbraucht, ohne zu sparen,
werden auch die Folgen daraus noch so mies.

Kein Wesen hat die gute Erde so geschunden,
ausgebeutet, wie der Mensch in seiner Gier.
Dabei ist er kaum noch der Natur verbunden
und bleibt auf dieser Welt das schlimmste Tier.

Kluge Wissenschaftler warnen nun dann auch,
es sei vielleicht zu spät und heute abzusehen,
bleibe es auch weiterhin bei dem Verbrauch,
dann würde unsere Erde schon untergehen.
Dieser Untergang wird keinem Menschen gelin-
gen.
Unsere Erde braucht ihn weder noch sein Haus.
Sie wird sich aber wehren und vor allen Dingen,
rottet sie den schlimmen Übeltäter erst mal aus.

Dann folgt vielleicht wohl wieder neues Leben,
nicht so gierig, aber nun in ihrem Einklang nur.
Es wird dann eben keine Menschen mehr geben,
sondern andre Wesen achten sie und die Natur.

Willi Hänscheid, Eitorf

Das Stopfei

Warum gab es früher weniger alleinerziehende
Mütter?

Ich denke mal, dass ein ganz klein bisschen das
Stopfei meiner Oma mitgeholfen hat.

Auf dem Stopfei stand: Wenn dich die bösen Bu-
ben locken, dann bleibe zu Hause und stopfe
Socken.

Na, wenn das keine klare Anweisung war. Ich
denke, früher gab es mehr Stopfeier als heute.
Wie ist die Moral von der Geschicht': Je mehr
Stopfeier es gibt, umso weniger alleinerziehende
Mütter gibt es.

Esther Asbach, Troisdorf

Gedanken im Herbst des Lebens

Die Jahre wie im Flug vergehen;
ich fürchte, wir müssen uns eingestehen:
Wir seh'n nicht mehr aus wie mit 20 oder 30.
Wir sind's ja nicht mehr, das weiß ich.

Auch unser Herz ist in die Jahre gekommen
und klopft manchmal ein wenig beklommen.
Der Lenz des Lebens ist für uns vorüber.
Dann kam der Sommer – und der ging auch
wieder.

So ist halt unser Lebenslauf,
und den hält keiner von uns auf.
Frühling, Sommer und dahinter
gleich der Herbst und bald der Winter.
Ja, verehrtester Gesell',
mit dem Leben geht es schnell.

Und was niemand von uns ändern kann:
Für uns fängt jetzt der Herbst wohl an.
Wobei ich gar nicht sicher bin,
vielleicht sind wir schon mitten drin.

Doch schau'n wir uns den Herbst mal an,
wie farbenfroh der winken kann!
Im Sommer waren die Wälder grün,
nun leuchten sie bunt, schau nur mal hin.

Und wertvoll sich der Herbst auch gibt:
Die Obsternte die Menschheit liebt.
Mit Äpfeln, Birnen, Pflaumen
verwöhnt er uns're Gaumen.

Und wer's mag, den lädt er ein
zu einem süffigen Glas Wein,
der golden im Pokale blinkt.
Mancher auch gern 'nen Roten trinkt.

Auch Federweißen mit Zwiebelkuchen
sollten wir jetzt mal versuchen.
Und selbst die Traube – frisch gepflückt,
mit Süße uns're Gaumen entzückt.

Müller, Meier, Schulze, Schmitz
freuen sich über die Pommes frites,
die selbst bei Kindern schon sehr beliebt,
weil es im Herbst auch Kartoffeln gibt.

Und die Tomaten mit leuchtendem Rot
erfreuen uns abends mit Zwiebeln auf Brot.

Im frühen Sommer fing's Wachstum an;
die Reife im Herbst erst gelingen kann!
So ist der Herbst unersetzlich im Leben
und wird auch uns Alten noch Freude geben!

Hansgeorg Pohl, Hennef

„Dauerwelle“

Zwei Jungfern sommers es stets zog
zur Ferieninsel Spiekerooog.
Dort standen sie oft stundenlang
an einem steilen Dünenhang
und schauten mit Begeisterung
aufs Wasser und der Wellen Schwung.
Es faszinierte sie das Meer
und die Bewegung hin und her.
Sie konnte niemals satt sich sehen
an diesem stetigen Geschehen.
„Warum?“, so fragt man sich vielleicht,
„Was haben sie damit erreicht?“
Die Frage braucht man nicht zu stellen,
sie liebten einfach „Dauerwellen“.

Dr. Dieter Grau, Bonn

Üvver Jeschmack kame strigge

De Äppel laachen mich at an,
Ich moss se endlich plöcke;
En Leeder setz ich en de Baum
Und don se richtig röcke.

Dä Eimer war at bal huh voll,
Do komen Pänz jeloofe;
Die wollten jern ne Appel han,
So stonten op eenem Hoofe.

Un jeder Panz krät dann von mir
ne Appel en de Hand;
Ich sage: „Su, den schenk ich dir.“
Dat hat ich net jekannt.

Dä Kleenste luurt mich an un sät:
„Wat jetz?“ - dat konnt ich net ens ahne;
„He häste dinge Appel wedder,
Ich ess' doch nur Banane.“

Else Bühnemann, Troisdorf

Einsicht

Ich treffe jemand und er grüßt.
Wenn ich nur seinen Namen wüsst!
Wie heißt er nur, ich kenn' ihn doch!
Wie war denn sein Name noch?
Ich grüble, forsche, denke nach:
Nichts rührt sich da zu meiner Schmach.
*Da sag' ich mir ganz still und leise:
Das Alter kommt auf seine Weise!*

Vom dritten Stock steig ich hinunter,
tret' auf die Straße froh und munter.
Doch plötzlich frag' ich mich verdrossen:
Hab' ich auch wirklich abgeschlossen?
Du könntest schwören viele Eide.
Steigst doch hinauf zu Deinem Leide.
*Da sag' ich mir ganz still und leise:
Das Alter kommt auf seine Weise!*

Zum Frühstück gibt es drei Tabletten,
sie sollen mein Gedächtnis retten.
Doch frag' ich manchmal ganz beklommen:
Hab' ich sie wirklich eingenommen?
Ja, ist mein Denken denn noch licht?
Denn zweimal nehmen darf ich nicht.
*Da sag' ich mir ganz still und leise:
Das Alter kommt auf seine Weise!*

Auch die Geschwätzigkeit senilis
die manchem, der mich hört, zuviel ist,
zumal, was gestern ich erzählt,
auch heute im Gespräch nicht fehlt
und - wie Erfahrung leider lehrt -
bestimmt auch noch' mal wiederkehrt.
*Da sag' ich mir ganz still und leise:
Das Alter kommt auf seine Weise!*

Maschinen kann man reparieren,
mit Öl ein jedes Rädchen schmieren.
Und wenn mein Radio verstummt:
Ein neues Drähtlein, und es summt.
Doch wenn der Kalk das Hirn verdichtet,
gibt's nichts mehr, was es wieder lichtet.
*Da sag' ich mir ganz still und leise:
Das Alter kommt auf seine Weise!*

So geht es fort mit vielen Sachen,
die mir die Jahre fühlbar machen.
Jedoch, ich will es nehmen leicht,
hab' schließlich mancherlei erreicht.

Auf vieles blick' ich gern zurück.
Im Stillen spürt man erst das Glück.
*Da sag' ich mir ganz still und leise:
Das Alter kommt auf seine Weise!*

Muss nicht mehr dem Erfolg nachjagen,
kann friedvoll umgeh'n mit den Tagen,
kann reisen, wenn ich will, und bleiben,
mit Nichts und Allem mir die Zeit vertreiben,
kann Sympathie verstreuen, Freundschaft pfle-
gen,
mich selbst und mein Wehwehchen hegen.
Es ist doch so am guten Schluss,
dass ich mit Nachdruck sagen muss
zu mir allein, ganz still und leise:

Nun Alter komm' und mach mich weise!

Herbert Kurth
eingereicht von Johannes Hallberg, Sankt Augustin

Das Handy

Ach wie war die Welt doch schön,
ohne Handyklingeltön.
Wie hat man's damals nur gemacht,
hab ich mich oftmals schon gefragt.
Wenn man geht so durch die Straßen,
muss man's „Bla-Bla“ über sich ergehen las-
sen.

Selbst an Supermarktes Kassen,
können viele es nicht lassen.
Man kann hiermit nicht nur telefonieren,
nein, man kann damit auch fotografieren.
Vielleicht kommt's dann auch irgendwann,
dass man den Arztbesuch vergessen kann.

Dem Arzt sagt man, hier zieht's, da knackt's
die Diagnose kommt per Fax.
Ob's krank macht oder ungesund,
ich weiß es nicht, ich hab 'nen Mund.
Ich werd auch weiterhin versuchen,
den persönlichen Kontakt zu suchen.

Hans Schiefen, Hennef-Söven

„Rosskur“

Der Ritter Ralph ist – unbestritten
im Land der Briten nur geritten,
und saß er einmal nicht zu Ross,
ihn dieses fürchterlich verdross.
So ging das lang tagaus, tagein,
doch schadete das Ralphs Gebein.
Er ging, als säße er im Sattel,
die Schenkel rund wie eine Dattel.
Ein großes „O“ dazwischenpasste.
Kein Wunder, dass er sich selbst hasste.
Kein Mädchen liebte diesen Mann.
Drum fing er sich zu fragen an,
wie solchem Übel beizukommen.
Ein Doktor riet zur Nutz und Frommen
dem Ritter Ralph: „Lasst Euch doch strecken!
Man kann Euch in die Länge recken,
indem am Bein und jeder Hand
man rückwärts je ein Pferd anspannt.
Zieh'n dann die Gäule kräftig an,
seid schnell Ihr ein gerader Mann!“
Dem Ritter Ralph war das ein Graus,
es sah ihm sehr nach Folter aus,
doch langsam wurde ihm klar,
dass das nur eine „Rosskur“ war.

Dr. Dieter Grau, Bonn

Federleicht

Gar lustig ist's und federleicht,
ein rundum armer Hund zu sein,
dem's niemals zu Besitztum reicht,
der fröhlich ist, bescheiden, klein.

Nicht Geldessorgen drücken ihn.
Die Börse sein ist gähnend leer.
Auf Gott vertraut er fromm und kühn,
dass der sein Ein und Alles wär'.

Er kann nicht schreiben, liest kein Buch,
und nie ist reich gedeckt sein Tisch.
Doch nagt er nicht am Hungertuch,
denn alle vierzehn Tag' gibt's Fisch.

Der Herr holt ihn in seine Hut,
setzt seinem Leben still ein End'.
„Komm her, mein Freund, hier hast du's gut
hier, wo mein ewig' Lichtlein brennt.“

Wilhelm Kuhla, Troisdorf

Gönn' Dir was!

Du wirst alt und merkst es kaum,
denn die Zeit eilt wie im Traum -
bald schon bist Du müd' und blass,
deshalb - v o r h e r - gönn' Dir was!

Alles musst Du mal verlassen,
Gold und Silber, edle Tassen,
Reichtum, Anseh'n dies und das,
deshalb - v o r h e r - gönn' Dir was!

Um den Nachlass wird man zanken,
glaubst Du, einer wird Dir danken?
Nein, es gibt nur Neid und Hass,
deshalb - v o r h e r - gönn' Dir was!

Und dann kommen die Verwandten,
Vettern, Basen, Onkel, Tanten,
trinken, was du hast im Fass,
deshalb - v o r h e r - gönn' Dir was!

Was Du dir erspart mit Sorgen,
das verplempert übermorgen
irgendeiner – das macht Spaß,
deshalb - v o r h e r - gönn' Dir was!

Für die Liebe brauchst' kein Geld,
weil das mittlerweile' entfällt.
Im Alter ist d'rauf kein Verlass,
deshalb - v o r h e r - gönn' Dir was!

D'rum versauf den letzten Gulden,
pump' noch einen und mach' Schulden.
Dann tritt ab und sag: „Ich pass“,
aber - v o r h e r - gönn' Dir was!

Alles, was da kreucht und fleucht,
alle sind wir bald verseucht
durch Atom und gift'ges Gas,
deshalb - v o r h e r - gönn' Dir was!

Geize nicht mit den Moneten,
die geh'n eines Tages flöten
und Du beißt in's grüne Gras,
deshalb - v o r h e r - gönn' Dir was!

vorgelegt von Rosemarie Proske, Siegburg

Dat Resüme

Jeht me fass su op de 80 ahn,
frösch me sich, woher alles wohlgetan?
Woher alles falsch, woher alles richtig?
Woren Denge wichtig, die hüek senn nichtig?
Dat senn su Gedanke on Froche, die me hätt,
wäls me sich naks su schloflos em Bett.
Met de Erfahrung von Hüek hätt me vileech
su manches anders gemaat.
Dat es em nachhinein su leech gesaat.
Doch loss me net klare on leever sare:
„Vileech wohret good su on sollt esu sinn“
„Em Levve hätt doch alles senge Sinn.“
Dat janze Minscheleve woher e Haste on e
Strebe.
Me daach met Bange on Sorge,
wat brängk ons woher dat Morge?
Su entfleuchten dann de Johre.
Langsam kohmen wieße Hore.
Man seufzt, „Wie schön woher doch dä Mai“
Dat merks du irsch, wenn er vorbei.
Man könnt' sich dat Levve vell bequemer maa-
che,
noher dem Rezepp: donn af on zo ens laache.
Met Laache bliev dä Minsch gesond.
Maach hä lie, ston oder setze, bes en de letzte
Stond.
Dröm well me Freud' em Levve hann,
dann soll me kräftig laache.
Die Mutzepuckele sollen enem de Naache
deue,
ohne ze laache dät ich jeden Daach bereue.
Denn Minsche, die Laache, senn zofredde on
froh,
die hann e offen Geseech, me jeiht op se zo.
Et jitt ne schöne Spruch, denn ich he zitiere:
Wells do dat Paradies he op de Äd
On Jlöck em Levve finge,
Dann laach su lang du laache kanns
On loss die andere jringe.

Karl Heinz Müller, Lohmar-Heide

Echte Freundschaft

Was eine Freundschaft tragen muss,
sind schmeichelhafte Worte,
sind Schimpferei, auch mal Verdruss,
sind Kaffeeklatsch und Torte.

Ein Freund ist da, ein Freund versteht,
er steht dir auch zur Seite.
Wenn dich mal was vom Sockel weht,
sucht der nicht gleich das Weite.

Ein Freund ist Kladder, Gully, Klo,
ist Leihherr und Berater,
der gibt dir Geld, er gibt 's dir so,
der macht nicht gleich Theater.

Ein Freund ist eine Seltenheit –
auch ist er nachts zur Stelle;
in Filzpantoffeln startbereit
wenn ich nachts bei ihm schelle.

Ein Freund ist Freude und Verdruss,
ist Trösten und Verschmerzen.
Was eine Freundschaft tragen muss,
kommt nur aus reinem Herzen.

Ingrid Schinschek, Siegburg

Lose Sprüche

... über weitere Reformen.

Reformen müsse man auch weiter wagen,
hörte man die meisten Politiker sagen.
Besser wird es, wenn man alles einbehält
und wir bekommen nur noch Taschengeld.

... über die Mehrwertsteuer.

Die Klamotten werden heute alle richtig teuer,
denn der Staat kassiert davon die Mehrwert-
steuer.
Was mich so aber ärgert über dieses viele
Geld,
ist der „Mehrwert“, den das blöde Wort enthält.

... über meine Verse schmieden.

Ich werde heute einmal ehrlich bleiben:
Lustige Gedichte schreib ich ohne Hänger
und nur, um mir Minuten zu vertreiben.
Für ernste Verse brauche ich viel länger.

Willy Hänscheid, Alzenbach

Lachen ist gesund

„Diese Schuhe passen wie angegossen“, freut sich die schwierige Kundin. Bemerkt die Verkäuferin: „Das ist kein Wunder, gnädige Frau. Die hatten Sie ja auch an, als Sie kamen.“

Die flotte Dora kommt ins Kosmetikgeschäft und sagt: „Ich möchte gerne Schminke.“ Die Verkäuferin fragt: „Und welche Nuance?“ „Schamrot.“

Zwei Geschäftsmänner unterhalten sich: „Mein Kundenkreis wächst von Tag zu Tag.“ „Freuen Sie sich, in welcher Branche sind Sie denn tätig?“ „Ich verkaufe Kinderbekleidung.“

„Unter welchem Zeichen wurde das Kind empfangen?“, fragt der Astrologe die junge Mutter. Die Dame errötet und antwortet verlegen: „Unter dem Schild „Baden Verboten!“

Die ältere Damen zum Bettler: „Warum finden Sie als gesunder, kräftiger Mann denn keine Arbeit?“ Grinst der Mann: „Ich bin halt ein Glückspilz.“

Der Häuptling unterschreibt beim Notar nicht mit drei, sondern mit vier Kreuzen. „Was hat denn das vierte Kreuz zu bedeuten?“, fragt der Notar. Antwortet der Häuptling arrogant: „Das ist mein Dokortitel.“

Erklärt der Verkäufer: „Diese Pfanne ist innen spezialbeschichtet.“ Unterbricht ihn Frau Klein: „Das ist unwichtig. Hauptsache, sie liegt gut in der Hand.“

Beim Autohändler fragt der Kunde: „Geben Sie auch eine Garantie auf Gebrauchtwagen?“ Antwortet der Verkäufer: „Selbstverständlich mein Herr, wir garantieren, dass die Autos gebraucht sind.“

Schimpft die Kundin beim Fotografen: „Sie verlangen für dieses Foto von mir 200 Mark. Dabei sieht es mir ja nicht einmal ähnlich.“ Erwidert der Fotograf: „Deshalb ist es ja auch so teuer.“

Die Verkäuferin zum Chef: „Die Dame lässt fragen, ob dieser Pullover einläuft.“ Der Chef:

„Passt der Pullover?“ „Eigentlich ist er etwas zu groß.“ „Dann läuft er ein.“

„Ich suche nach der Kupferstraße“, erklärt ein Mann einem Passanten.

„Kupferstraße? So eine kenne ich nicht. Hier in der Gegend gibt es nur noch eine Goethestraße.“ „Ja, das ist sie. Ich habe sie nur verwechselt. Goethe mit Schiller, Schiller mit Lessing, Lessing mit Messing, Messing mit Kupfer.“

Lotti hat einer Graphologin eine Schriftprobe ihres Verlobten geschickt. Das Gutachten, das sie von der Graphologin erhält, war eher ernüchternd. Da stand geschrieben: „Ich glaube nicht, dass Ihr Verlobter ein guter Ehemann für Sie wäre. Ich bin nämlich seit 11 Jahren mit ihm verheiratet.“

Was ist aus den vier „f“ (frisch, fromm, fröhlich, frei) von Turnvater Jahn geworden? Feierabend, Flaschenbier, Fernsehen, Fußball.

eingereicht von Hans Böckem, Siegburg

Herbstabend

Des Herbstes lichter Strahlenkranz
Vergoldet Tag und Stunde.
Und milde liegt der Abendglanz
Um deines Tages Runde.

Geschäftig plätschernd fließt der Strom
In den Kanal der Zeiten.
Am weiten hohen Himmelsdom
Will sich die Nacht verbreiten.

Mit grauen Schwingen schleicht sie sich
In deines Daseins Träume.
Du spürst sie zitternd, körperlich,
An deins Rockes Säume.

aus dem Buch „Erlebtes Leben“ von Heinrich Papendick †

Gedankenfreiheit

Gedanken sind nicht aufzuhalten,
sie zwängen sich in kleine Spalten
und sprengen oft mit großer Wucht
Mauern, wo man Tore sucht.

Werner Schunk aus „Der fröhliche Hausarzt“

Besinnliches

Wirt und Wasser

Gaststätten machen pleite und dicht
und niemand wird sie vermissen.
Stätten des Gastes sind viele nicht
meint mancher aus seiner Sicht,
nach Erfahrung und Gewissen.

Geworben wird mit Speisen
günstig, frisch und preiswert.
Doch was ist mit Getränke-Preisen,
wo ist die Karte mit den Hinweisen?
Man muss fragen, damit man's erfährt.

Ist es Scham oder Raffinesse,
diese Preise nicht mehr zu offerieren.
Und eh' ich denke, dass ich nur esse,
meint der Wirt, dass ich Getränke vergesse.
So kann ihm ja nichts passieren.

Getränkkarte, nein, haben wir nicht,
ein Viertel Wasser drei Euro zehn.
Nun machen Sie nicht so ein Gesicht,
ein Getränk gehört schon zum Gericht.
Man sollte sofort wieder geh'n.

Wir möchten speisen ohne Getränke,
für drei Euro zehn gibt's mehr als 10 Liter.
Hoffe, dass der Verzicht niemand kränke
und im Glauben, es gäbe kein Gezänke,
kämen wir vielleicht noch mal wieder.

Doch die Getränkepreise subventionieren
die Speisekarte offensichtlich.
Fehlt das Getränk, so wird es passieren,
dass wir eine Mini-Portion dinieren.
... und das finden wir nicht richtig.

So betrachtet man die Gaststätten
meist lieber aus der Ferne.
Am Wasserpreis liegt's, möchte ich wetten.
Es liegt an den Wirten, sich zu retten.
So mancher käme sicher wieder gerne.

Manfred Schroeder, Siegburg

Ein aufrichtiges Lächeln...

...ist ein Licht im Fenster der Gesichter.
Es zeigt an, dass das Herz zu Hause ist.

Ein Lächeln kostet nichts, wirkt aber immer.
Es erfreut den, für den es bestimmt ist, ohne
dass es den, der es gewährt, ärmer macht.
Es dauert nur einen Moment,
aber die Erinnerung daran kann ewig sein.

Niemand ist so reich, um es missen zu können,
und niemand zu arm, es nicht geben zu kön-
nen.
Es ist ein Zeichen von Freundschaft.
Ein Lächeln beruhigt,
ermutigt den Entmutigten.

Und sollten Sie manchmal Personen begeg-
nen,
die Ihnen nicht das Lächeln schenken,
das Sie verdienen, seien Sie großzügig,
schenken Sie Ihnen Ihr Lächeln.
Denn niemand braucht ein Lächeln mehr,
als derjenige, der anderen keines schenken
kann.

Jürgen Hoffmann, Siegburg

Mehr Liebe im Leben

Mehr Liebe im Leben,
dem Toten weihet man frische Blumen
warum ihm denn im Leben nicht,
warum so sparsam mit der Liebe
und warten bis das Auge bricht.
Im Sarg erfreuen keine Blumen,
im Grabe fühlt man keinen Schmerz,
wenn lebend man mehr Liebe übte,
so lebte länger manches Herz.

vorgelegt von Rosemarie Proske, Siegburg



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

75 Jahre

Werner, Agnes - 08.11.
Scharnhorststraße 6

Groß, Ilse - 20.11.
Wolsdorfer Straße 150

Engler, Christa - 24.12.
Klara-Schumann-Straße 5,
Hennef

80 Jahre

Frohberg, Irmgard - 13.10.
Beethovenstraße 14

Adolphs, Erich - 28.10.
Birkenweg 28

81 Jahre

Hildebrand, Elfriede - 12.11.
Timm-Willem-Weg 8,
Hermannsburg

Huhn, Willi - 25.11.
Hauptstraße 16

82 Jahre

Grunewald, Elisabeth - 04.10.
Mühlenhofweg 7

John, Fred - 13.10.
Alfred-Keller-Straße 11b

Weber, Helene - 22.10.
Am Tannenhof 5

Engels, Franz - 23.10.
Theodor-Körner-Straße 22

Klaus, Kurt - 25.10.
Winterberger Straße 6

Schreckenber, Margarete - 26.11.
Münchshecke 3

Beine, Ingrid - 11.12.
Amselweg 32, Köln

83 Jahre

Neifer, Karl-Heinz - 04.11.
Katharinenstraße 62a

Söntgerath, Justin - 18.11.
Junkersbusch 2g

84 Jahre

Lülsdorf, Juliane - 01.10.
Am Hohen Ufer 3

Becker, Agnes - 13.10.
Roonstraße 38

Staats, Hildegart - 23.11.
Kaiserstraße 38

85 Jahre

Wolff, Alma - 05.11.
Wolkenburgstraße 8

Söntgerath, Hildegard - 12.11.
Junkersbusch 2g

Heines, Edmund - 27.11.
Peterstraße 34

Huhn, Josef - 13.12.
Zur alten Fähre 1a

v. Grumbkow, Edith - 24.12.
Im Mittelfeld 52

86 Jahre

Giertz, Günter - 05.10.
Seligenthaler Straße 42

Heimers, Inge - 23.10.
Alte Poststraße 71

Müller, Adele - 09.12.
Maienstraße 2a, Troisdorf

87 Jahre

Stanke, Heinz - 04.10.
Am Stallberg 43

Völker, Maria - 13.12.
Jakobstraße 43

88 Jahre

Schneider, Christina - 13.11.
Aggerstraße 75

Haas, Heinz-Jürgen - 03.12.
Aggerstraße 87

Haas, Irmgard - 23.12.
Aggerstraße 87

89 Jahre

Franzke, Elfriede - 29.10.
Freiheit 15

Pluskotta, Eleonore - 05.11.
Blücherstraße 19

Berg, Anna Elise - 11.12.
Kleiberg 1b

Herzliche Glückwünsche

90 Jahre

Kunz, Anneliese - 10.10.
Bonner Straße 33b

Böttner, Otto - 05.12.
Am Burghof 5, Troisdorf

Meurer, Hans - 10.12.
Bogenstraße 22, Nidderau

Neumann, Amalie - 11.12.
Am Grafenkreuz 1

91 Jahre

von Bank, Maria - 12.10.
Ernststraße 31

Hallberg, Johannes - 26.10.
Michaelsbergstraße 13,
St. Augustin-Buisdorf

Dr. Solf, Salome - 05.11.
Humperdinckstraße 18

Schult, Maria-Luise - 06.12.
Friedrich-Ebert-Straße 16

Knoch, Anna-Maria - 12.12.
Steinbahn 119

Land, Ferdinand - 19.12.
Dechant-Frenken-Platz 1,
Viersen

92 Jahre

Eberts, Olga - 06.12.
Kronprinzenstraße 26

Seyd, Karl-Josef - 22.12.
Alexianerallee 1

Bargon, Elisabeth - 27.12.
Kleiberg 1b

95 Jahre

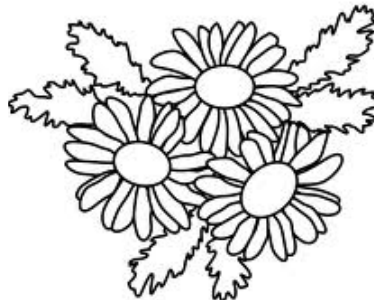
Reitz, Walter - 30.12.
Alte Lohmarer Straße 20

97 Jahre

Schneider, Wilhelm - 09.12.
Aggerstraße 75

100 Jahre

Schmitz, Heinrich - 07.10.
Kapellenstraße 2



Silberne Hochzeiten

**Heinz-Joseph und Agnes
Werner - 07.11.**
Scharnhorststraße 6

Diamantene Hochzeiten

**Willi und Maria Demmer -
08.12.**
Beethovenstraße 14

Nachträglich

Goldene Hochzeiten

**Erich u. Maria Adolphi -
29.04.**
Birkenweg 28



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
April bis Juni**

**01.10.
01.01.**

**Juli bis September
Oktober bis Dezember**

**01.04.
01.07.**

Erinnerungen an Pater Rhabanus Haacke Teil II

Eines guten Menschen muss ich hier gedenken, der vor zwei Jahren gestorben ist: Prosper Landschütz, der eine ideale Persönlichkeit war, ein begnadeter Jugendführer. Er führte die Neudeutsche Gruppe am Gymnasium, auch später in seinen Semesterferien. Seine Nachfolger verdanken ihm geistige Formung, religiöse Treue, ideale Interessen. Er hat viel Schweres in seiner Familie mit- und durchgemacht, aber die Treue und Offenheit, die saubere Gesinnung, die Freude an allem Schönen und Guten, bleiben mir unvergessen. Hermann hatte die Führung der Messdiener an der großen Kirche übernommen. Ich beneidete ihn, denn an der kleinen Kirche hatten wir Messdiener zuviel Konkurrenz vom Konvikt. Geholfen hat er mir dann, als kurz vor dem Abitur 1930 P. Esch nach Meppen kam, Generalsekretär des ND, glänzender Redner, Jesuit der alten Schule. Esch wollte reden über Deutschlands Jugend. Ich wandte mich an Veltrups Landrat. Der sagte mir zu, und, was ich nicht erwartet hatte, gelang: Alle katholischen Mepper Jungmänner waren da: Gesellenverein, Jungmänner (was später Sturmchar) hieß, unsere kleine ND-Gruppe, aber auch das ganze Konvikt war losgelassen. Die Turnhalle des Lyzeums wurde so voll, dass Hermann Kerckhoff den Bühnenvorhang hochzog und sofort 50-60 Leute die Bühne besetzten, alle Fensterbänke standen voll. Wir kleines Häuflein versuchten einen Sprechchor zu schmettern, aber P. Esch sprach dann so begeistert. Man merkte, es war für ihn ein Bad in der Menge. Alle waren hochzufrieden; es begann die Zeit der großen katholischen Kundgebungen, die schließlich von den Nazis unterdrückt wurden, aber wohl unvergesslich geblieben sind.

Zu Fronleichnam arbeiteten wir drei volle Tage am Schmuck für die Prozession, vom Blumenpflücken bis zum Kopfsteinpflaster, um die Ehrenbögen festzusetzen. Nirgendwo war das so schön wie in Meppen. Wenn ich heute noch daran denke, bekomme ich Heimweh. Heimat gab aber auch Kraft und Ausrüstung, das Fernweh zu meistern.

Soweit der Auszug aus den Jugenderinnerungen. Auf der „Beglaubigten Zeugnisabschrift“ vom 21. März 1930 finden sich folgende Angaben: „Walter

Haacke, geboren am 21. Mai 1912 in Meppen, katholischer Konfession, war neun Jahre auf dem Gymnasium und zwar zwei Jahre in Prima“. Es folgen nun die Noten zu den einzelnen Fächern. „Er hat die Reifeprüfung gut bestanden. Der unterzeichnete Prüfungsausschuss hat ihm demnach das Zeugnis der Reife zuerkannt. Haacke will Theologie studieren.“

Von 1930 - 36 studierte er im bischöflichen Priesterseminar von Osnabrück Philosophie und Theologie. 1936 wurde er zum Priester geweiht. Von 1936-38 studierte er am „Collegium Germanicum et Hungaricum“ in Rom weiter. In dem vorliegenden Katalog der Dozenten und Studenten von 1937-1938, wird er in der „Camera S. Petri Canisii“ an siebter Stelle aufgeführt: „R.D. Haacke Gualterus, Osnabrugen. 1930, 99, Archivarius. Nach Abschluss der römischen Studien wurde er Kaplan in Hamburg, St. Marien. Aus dieser Zeit stammen die fünf Briefe eines Soldaten, der vorher in Hamburg einer katholischen Jugendgruppe angehörte und nun Soldat war. Es handelt sich offenbar um Antworten auf Briefe von Vikar Haacke. Sie tragen folgende Entstehungsdaten: 23.11.1939; 10.12.1939; 17.03.1940, 29.04.1940, 10.01.1943. Daraus nun ein paar Zitate: „Muss es ehrlich gestehen, bin hier nur ungerne. Es ist alles zu eng. Man ist das Große eben zu sehr gewohnt. Ein Großstädter kann sich schwer mit dem Kleinstadtbetrieb abfinden. Zumal man sein Leben nicht so einrichten kann, wie man es gern täte. Gott sei Dank gibt es hier doch ein sehr schönes Gotteshaus. Dorthin kann man des Sonntags flüchten und sich Kraft und Stärke vom Altar für die Woche holen. Arbeit im Sinne der actio catholica gibt es mehr wie genug. Doch ist der Boden noch sehr hart und steinig. Zeitweise auch sehr unfruchtbar. Aber mit Gottes Hilfe und Segen wird sicher noch vieles zu erreichen sein. Nur Geduld! Gut Ding will eben Weile haben. Inzwischen habe ich bei verschiedenen Kameraden, von denen ich es wohl am wenigsten erwartete, ganz gut ankommen können.

Hinter einer harten Schale verbirgt sich oft ein guter Kern. Ein gutes Beispiel: Ein paar Worte der Belehrung und Aufklärung sind die beste Predigt im Augenblick.

- Fortsetzung folgt -

Pater Mauritius Mittler, Siegburg

Die Häuser der oberen Mühlenstraße Teil II

Das Haus **Mühlenstraße 16** wurde 1936 von Karl Bloch, einem angesehenen Siegburger Kaufmann, erbaut. Er arbeitete unter anderem als Generalbevollmächtigter für das Siegwerk. Nach dem Kriege übernahm er den Zeitungsvertrieb der „Kölnischen Rundschau“, die zunächst „Kölner Kurier“ hieß. Sie erschien als von der britischen Besatzungsmacht in ihrer Zone lizenziertes Mitteilungsblatt anstelle der nationalsozialistischen Zeitung „Westdeutscher Beobachter“. Das führte dann zu dem Ausspruch der Kölner: „Fröher han uns die Westdeutschen beobachtet un jetzt werde mir von dä Kölner kuriert!“ Das Haus Bloch brannte in der Nacht vom 28. auf den 29. Dezember 1944 bis auf die Grundmauern aus. Hinter der Fassade, die erhalten blieb, wurde dann später das innere Haus neu errichtet.



Mühlenstraße 16

(rechts: Haus Nr. 18 von Max Heli, links: Haus Nr. 14)

(Archiv der Stadt Siegburg)

Nicht verschwiegen werden darf an dieser Stelle aber auch, dass schwere braune Schatten auf einige Bewohner der oberen Mühlenstraße fielen. Das Haus **Mühlenstraße 18**, das bei dem schweren Angriff fast unversehrt blieb, gehörte der Familie Max Heli, die jüdischen Glaubens war. Die Tochter und der Sohn konnten noch rechtzeitig nach England auswandern. Aber die Eltern konnten sich zu diesem Schritt nicht entschließen oder es war einfach zu spät.

Jedenfalls waren sie eines Tages verschwunden. Kein Mensch wusste wohin! Herr Heli, ein

liebenswürdiger Mann, trug seine Aktentasche immer so, dass der gelbe Judenstern an seiner Kleidung, den er zu tragen hatte, verdeckt war.



Mühlenstraße mit ungeraden Hausnummern
(Archiv des Rhein-Sieg-Kreises)

Diese Abbildung zeigt die gegenüberliegende Seite der Mühlenstraße mit den ungeraden Nummern. Im Vordergrund Haus Nr. 5, ehemalige Bäckerei Winterscheid. Das Haus wurde ca. 1942 von der Katholischen Kirchengemeinde St. Servatius erworben, eine der ersten Amtshandlungen des späteren Dechanten Dr. Johannes Becker. In diesem Haus erhielt der Kommunion-Jahrgang 1943, zu dem auch ich gehörte, erstmals den Kommunion-Unterricht. Es wurde später abgerissen.

Das Haus Nr. 7 gehörte Helene Bleifeld, eine resolute Obst- und Gemüsehändlerin, die neben ihrem Geschäft an der Mühlenstraße auf dem Marktplatz einen eigenen Stand betrieb. Von ihr ist mir eine Eigenart in Erinnerung geblieben. Sie nannte meine Mutter stets Frau „Kockel.“

Das nächste Haus war ein Doppelhaus. Von oben gesehen kam zuerst die Heißmangel Reichardt und unterhalb die Kolonialwarenhandlung von Jakob (Köbes) Klein. Dieser Köbes hieß nicht nur Klein, er war auch klein. Etwas verwachsen, mit einem Bückelchen, aber ein gewieftes Kerlchen! Er liebte es, den Leuten einen Schabernack zu spielen. Besonders am 1. April. Dann klopfte er immer ziemlich früh am Morgen an unser Schlafzimmerfenster und holte meine Mutter ans Telefon, weil wir keinen eigenen Apparat besaßen und immer vom Kleins Köbes aus telefonierten, wenn es denn etwas zu telefonieren gab, was zu der Zeit ziemlich selten war. Er freute sich dann diebisch, wenn es ihm wieder gelungen war, meine Mutter in den April zu schicken!

Das Haus Schopp lag uns direkt gegenüber. Es ist auf der Abbildung das lange weiße Gebäude. Im Dritten Reich war dort der Reichsnährstand untergebracht. Nach dem Kriege residierte dort die Kreisbauernschaft. Es war die Anlaufstelle für alle Flüchtlinge aus den ostdeutschen Gebieten. Danach eröffnete dort die erste Kreisgeschäftsstelle der CDU des ehemaligen Siebkreises ihre Pforten.

Daneben befand sich ein älteres gelbes Fachwerkhaus, das von der Familie Germscheid bewohnt wurde.

Das letzte Haus rechts auf der Ecke zur Zeughausstraße gehörte dem Metzger Isaak Isaak, an den ich mich jedoch nicht mehr erinnern kann. Zu meiner Zeit war das die Metzgerei von Jean Faßbender.

Auf der linken Seite erkennt man ganz links das Haus der Drogerie Albert Tepel. Daneben das Haus von Zahnarzt Paul Jordan und das Haus der Musiklehrerinnen Geschwister Jonas.

Der dahinter hervor schauende Kastanienbaum steht heute noch vor dem Servatiushaus. Er hat als einziger mit dem Haus Bleifeld die Häuser auf diesem Bild überdauert. Hinter dem Kastanienbaum erhebt sich der Giebel von Mühlenstraße 14, dem heutigen Servatiushaus.

Hier endet die Reise in die Vergangenheit. Vielleicht können sich einige Leserinnen oder Leser der 65er Nachrichten an die alten Häuser der Mühlenstraße erinnern. Das würde mich freuen!

Paul Gockel, Siegburg

Fotoerinnerung



Alte Post

eingereicht von Wilhelm Adolf Becker, Siegburg

Erinnerung an alte Zeiten

Kürzlich war in der Zeitung zu lesen, dass das Haus Bahnhofstraße (in der nationalsozialistischen Zeit Hermann-Göringstraße) Ecke Elisabethstraße, abgerissen wird. In dem Haus befand sich bis 1938 das Textilhaus der Gebrüder Alsberg. Sie waren jüdischen Glaubens. Einige Angestellte des Hauses nahmen ihren Mittagstisch bei Frau Neumann und Tochter Grete ein, die in der oberen Holzgasse, Ecke Grimmelsgasse, wohnten. Sie waren ebenfalls Juden. Meine Tante führte dort bis zu ihrer Hochzeit den Haushalt und die Küche. Danach blieb sie heimlich in Verbindung mit Neumanns, bis man sie 1941 nach Much brachte. Es kam noch eine Karte, danach war nichts mehr von ihnen zu erfahren.

Durch die Repressalien der damaligen Machthaber verkauften die Gebrüder Alsberg ihr Geschäft und wanderten nach Israel aus. Danach eröffneten die Herren Rewitz und Nüsser dort ein Textilhaus. Bei ihnen begann ich meine dreijährige Lehre. Nach einem halben Jahr stieg Herr Rewitz aus, das Haus wurde fortan unter dem Namen Ferdinand Nüsser geführt. Durch Kriegseinwirkungen musste es im Frühjahr 1945 geschlossen werden und wurde, zu meinem Bedauern, nicht wieder eröffnet. Später gab es dort die Kaufhalle.

In der Nachbarschaft erinnere ich mich folgender Geschäfte: Neben uns hatte Frau Hinze ein Radiogeschäft, die Gaststätte „Em Keßge“ wurde von Frau Löhe mit Tochter geführt. Dann gab es noch Feinkost Hohn und Gardinen Nettekoven. Gegenüber die Apotheke, die sich heute noch dort befindet; dann Café Fassbender, Metzgerei Küpper, Möbel Schmandt, Schreibwaren Gies, Eisenwaren Krebs und auf der Ecke Kaiser's Kaffee.

Dort, wo sich heute das Textilgeschäft Witt-Weiden befindet, hatte damals Herr Ackermann ein Fischgeschäft, etwas weiter befand sich Frisör Schwidden und gegenüber das Kaufhaus Rhela. Man erinnert sich noch gerne an die alten Zeiten mit netten Kolleginnen, mit denen ich bis heute in Verbindung stehe. Wir treffen uns ab und zu und schwelgen in Erinnerungen.

Adele Müller, Troisdorf

Stummer Tanzmonolog

Diese Geschichte passierte etwa 1922/23 meiner späteren Schwiegermutter Hanna Becker-Schüler bei einem Ball in Siegburg. Sie hat mir die Geschichte erzählt, und ich habe sie in meinem "Tanzbuch" in leicht veränderter Form übernommen.

„Jetzt ist doch der Falsche zu mir gekommen. Dabei hatte ich gehofft, dass bei diesem Ball der netze Junge mein erster Tanzpartner sein würde, dem ich immer morgens beim Schulweg an der Ecke zu Kauls Café begegne, weil er zur selben Zeit zu seiner Arbeitsstelle ins Stadthaus hastet. An der Garderobe hat er mich heute nicht bemerkt, aber eigentlich müsste ich ihm im Saal doch schon aufgefallen sein. Na ja, vielleicht wollte er nicht mit der Tür ins Haus fallen und fordert mich bei der nächsten Tanzrunde auf.

Einstweilen muss ich mich mit diesem Sturkopf hier begnügen, der aussieht, als hätte er nicht alle beisammen. Aber bis drei zählen kann er jedenfalls. Sonst wäre er nicht beim ersten Ton der Kapelle wie von der Tarantel gestochen auf mich zugeschossen, um mögliche Konkurrenten aus dem Feld zu schlagen.

Bisher hat er kein Sterbenswörtchen von sich gegeben. Stumm wie ein Fisch vollführt er seine Tanzschritte und drückt mich mit seinen Bärenatzen an sich, als wollte er mir die Rippen brechen. Ob das gut geht? Und er glotzt mich dabei mit seinen Kulleraugen an wie die Schlange das Kaninchen, ehe sie es hinunterwürgt. Da sage einer, Tanzen sei das pure Vergnügen! Aua! Jetzt hätte er fast mit seinen Quadratlatschen meine rechte Zehenspitze abgehobelt. Laut hat es geknirscht, und hätte ich nicht schnell den Fuß weggezogen, wäre ich vermutlich vollends unter seine Räder geraten. Das kann ja noch lustig werden, wenn dieser Tango sich noch länger hinzieht. Aber stark ist mein Bursche, das muss man ihm lassen. Mit seinen Pranken könnte der glatt eine rohe Kartoffel ohne Mühe zerdrücken. Oder seinen Daumen in eine Türspalte halten, um zu verhindern, dass jemand die Tür zuschlägt. Und er liefere vermutlich noch nicht einmal Gefahr, eine Quetschwunde davonzutragen. Dennoch, mir wäre hier ein Mann auf dem Parkett lieber, der mich weniger fest an sich drückte, so einer, der einem nicht die Luft zum Atmen nimmt, dabei aber doch so eng auf Tuchfühlung bleibt, dass man meint, man liege in seinen Armen.

Eben sehe ich, wie meine Freundin Hilde mir einen neidischen Blick zuwirft. Nun ja, sie hat mit ihrem Lulatsch auch nicht das große Los gezogen. Der überragt sie um Haupteslänge, und sie hängt an ihm wie ein nasser Sack an einer Bohnenstange. Nein, bei allen Schwächen meines Tanzpartners, tauschen möchte ich selbst mit der nicht. Dann schon lieber mit einem Tanzbären wie dem meinen über das Parkett schlurfen.

Ach, schräg gegenüber schwenkt mein Traummann seine rothaarige Partnerin munter im Kreis herum. Ob der auf Rot steht?

Vielleicht sollte ich beim nächsten Friseurbesuch eine Haarfärbung ins Rötliche in Betracht ziehen. Möglicherweise brächte das einen greifbaren Erfolg.

Oder ob es das Blumensträußchen an der Schulterspanne seiner Partnerin ist, das ihn zu seiner Dame gezogen hat? Das Motto des Abends lautet: „Blüten und Früchte“, und so haben sich alle jungen Damen mit etwas Blühendem oder mit frischen Früchten geschmückt, um zu gefallen.

Wie bin ich eigentlich auf rote Kirschen verfallen? Ach so, die gab es als neue Ernte aus Neuseeland beim Gemüsehändler.

Diese Prachtexemplare von roten Kirschen müssten doch eigentlich an meinem Busen eine ähnliche Wirkung bei meinem Idealpartner entfalten wie die roten Haare seiner Tanzpartnerin. Vielleicht locken meine Kirschen ihn bei der nächsten Tanzrunde an. Mal sehen ...

Na endlich, der Tango neigt sich dem Ende zu, und meine Hoffnung kann sprießen. Schritt, Schritt, Abschluss-Schritt und Punkt. Das wäre überstanden! Irgendwie hat mein Tanzbär wohl doch so etwas wie Schliff. Er verneigt sich artig am Schluss und legt dabei seine Hände an die Hosennähte. Aber warum sucht er jetzt plötzlich so eilig das Weite? Hat diese Panik einen Grund?

Natürlich! Ich spüre es und sehe es auch zugleich. Mit seiner leidenschaftlichen Umklammerung hat er die Kirschen an mir plattgedrückt. Eine rötliche Masse klebt an meinem Busen, ich spüre den Saft auf meiner Haut, und meine schöne Seidenbluse ist verunziert, als hätte sie in einem Fernsehkrimi eine Schusswunde abgekriegt - so richtig ekelig! Nur schnell weg von hier, ehe ich zum Gespött des ganzen Saales werde! Meinen Traummann kann ich vergessen, zumindest für heute..."

Dr. Dieter Grau, Bonn

Die Graf Zeppelin über Siegburg

Letztes Jahr am 22. April 2010, auf Osterdienstag, jährte sich die Landung des legendären Luftschiffes LZ 127 Graf Zeppelin vor genau 80 Jahren auf dem Flugplatz in Hangelar. Presse und Rundfunk hatten das Ereignis am 22. April 1930 gebührend angekündigt. Tausende Menschen erwarteten mit Spannung die Ankunft des Zeppelins. Viele hatten das verlängerte Wochenende mit Kind und Kegel dazu benutzt, um den spannenden Augenblick der Landung mitzuerleben. Es sollen an die 120.000 gewesen sein. Die Wetterbedingungen waren gut, so dass eine reibungslose Landung zu erwarten war. Endlich erschien das Luftschiff aus Richtung Siebengebirge kommend über Hangelar. Der Eindruck war überwältigend. Mit seinen fünf Maybachmotoren zu je 540 PS Leistung, einer Länge von 236,6 m, einer Breite von 30,5 m und einem Traggasinhalt von 105.000 Kubikmeter, einer Besatzung von 30 Mann und 50 Gästen und einer Reisegeschwindigkeit von 110 km/St. schwebte die Graf Zeppelin über Hangelar ein. Man konnte bereits die Passagiere winkend an den Kabinenfenstern sehen. Vor der Ankunft hatte man bereits die Stadt Siegburg umrundet. Schon 1912 hatte das Luftschiff „Hansa“ Siegburg überflogen. Ein beeindruckendes Bild aus der Sammlung J.W. Sieberath zeigt dieses Ereignis. Die Landungstau der Graf Zeppelin wurden herabgelassen und 150 Mann des Landungstrupps traten in Aktion und drückten das Luftschiff nach unten. Als die Gondel geöffnet wurde, brach ein ohrenbetäubender, man könnte sagen ein enthusiastischer Jubel los. Unter den Klängen des Deutschlandliedes begrüßten der Oberpräsident der Rheinprovinz Dr. Fuchs und Hella Gräfin von Brandenstein-Zeppelin, die Tochter des Grafen Zeppelin, den Kommandanten, Kapitän Ernst A. Lehmann, und Besatzung. Passagiere erzählten von den Annehmlichkeiten an Bord. Es habe an nichts gefehlt. Die Fahrt würde für sie eine bleibende Erinnerung sein. Nach eineinhalbstündigem Aufenthalt begab sich das Luftschiff gegen 15.00 Uhr wieder auf die Heimreise. In Richtung Siegburg entschwand es mit dumpfem Brummen der Motoren den Blicken der Zurückbleibenden. Vorher waren die Zeppelinpost und das Gepäck der neu eingestiegenen Passagiere aus dem Siegburger Raum übernommen worden. Bemerkens-

wert ist, dass das Luftschiff bis zu 12.000 kg Nutzlast transportieren konnte. Dieses Ereignis war lange nachher noch Gesprächsstoff in Siegburg. Leider fand mit dem Brand des Luftschiffes LZ 129 „Hindenburg“ in Lakehurst/USA am 6. Mai 1937 die Ära der Verkehrsluftschiffe ein jähes Ende.

Unter den Toten befand sich auch Kapitän Ernst A. Lehmann.

Karl Heinz Müller, Lohmar-Heide

Erinnerungen an Siegburg

Meinen Onkel, Walter Kunze, verschlug es durch den Krieg nach Siegburg. In der Cecilienstraße 6 eröffnete er einen kleinen Lebensmitteladen. Heute befindet sich dort die Fa. Inhausen.



Lebensmittelgeschäft W. Kunze, Cecilienstraße (jetzt Inhausen), daneben wohnte Walterscheid von der Fa. Walterscheid (um 1950)

Danach hatte er ein Lebensmittelgeschäft am Kaiser-Wilhelm-Platz. Das Gebäude wurde abgerissen und es wurde dort die Shell-Tankstelle gebaut.



Lebensmittelgeschäft W. Kunze, Kaiser-Wilhelm-Platz (um 1950) (jetzt Shell-Tankstelle)

Deshalb eröffnete er anschließend auf der Zange sein nächstes Geschäft.

Ursula Biermann, Lohmar

Lohntütenball ade!

Ende der 50er-, Anfang der 60er- Jahre, führten die meisten mittelständischen und größeren Unternehmen im früheren Siegburgkreis die bargeldlose Lohnzahlung ein. Vielen ehemaligen gewerblichen Arbeitnehmern, heute bereits im Rentenalter, ist die gute alte Lohntüte mit manchen Erinnerungen an Kuriositäten, Pannen und Anekdoten verbunden.

Bei der Barauszahlung der nach 14-tägigen Lohnabrechnung bewies sich die goldene Regel: Bargeld lacht!

Zum Leidwesen der Meister und Vorarbeiter, spekulierten bereits Stunden vor der Aushändigung der Lohntüte viele Arbeitnehmer über Lohnhöhe und eventuelle Verwendung des Geldes. Obwohl die Stempeluhr zur Ermittlung der Stundenzahl unbestechlich war, stand die Lohnbuchhaltung oft im Mittelpunkt der Kritik einzelner Lohnempfänger.

In der Regel konnten Unklarheiten in beiderseitigem Einvernehmen schnell aus dem Weg geräumt werden.

Die braven Ehemänner fuhren am Auszahlungstag, die Lohntüte sicher aufbewahrt, auf direktem Wege nach Haus, um der Ehefrau zur Bestreitung der Existenz und des täglichen Lebensbedarfs die volle Lohnsumme auszuhändigen.

Andere vereinbarten als Treffpunkt ihre Stammkneipe, war doch noch ein Teil der Zeche offen, die für den Stammgast auf einem Schiefertäfelchen mit weißer Kreide angeschrieben war.

Nach dem Ausgleich der offenen Posten erhielt der Gast seinen speziellen Bierkrug - bezeichnet nach seinem Spitznamen- besonders gut gezapft und gefüllt zum labenden Trunk. Es war eine angebliche Ehre, sich zu den Besitzern eines eigenen Kruges zählen zu dürfen, die da hießen: „Panne-Will“, „Knöppel-Hein“ oder „Sheriff“.

Ob die Bezeichnung des alten Gasthauses „Beim Pompe Jupp“ in Sieglar vom Umstand des Pumpen = Ausleihen herzuleiten ist?

Die feinere Art der Dokumentierung offener Bierrechnungen war die Aufbewahrung des

Bierdeckels in der Geldschublade in der Theke, auch heutzutage noch üblich.

Bei der Einführung der bargeldlosen Lohnzahlung per Überweisung auf das Lohn- und Gehaltskonto bei der Bank war das Thema der Geheimhaltung mit einer nicht unwesentlichen Problematik verbunden, wobei manche Lohnempfänger weniger an die Geheimhaltung der Kontoführung durch die Bank dachten, als vielmehr an die Geheimhaltung der Lohnsumme gegenüber den nächsten Verwandten, insbesondere der Ehefrau.

Der Sinn der Verheimlichung bestand darin, Teile des Lohnes aus der Lohntüte für eigene Dispositionen zurückzuhalten. Eine Anekdote berichtet, dass der Hennes aus Eschmar Lohn für seine Überstunden für eigene Zwecke beiseite geschafft hatte. Kein Versteck war vor seiner Ehegattin bis dato sicher gewesen. Als originelles Versteck wählte er den alten Wasserspülkasten hoch über dem Toilettenbecken aus, in den er zwanzig Fünf-Mark-Noten verklebte. Tage später versuchte er sich krampfhaft daran zu erinnern, welchen Aufbewahrungsort er sich für sein Taschengeld dieses Mal hatte einfallen lassen. Ohne Erfolg suchte er in allen Schränken und Schubladen nach. Auch unter der Matratze und dem Teppich war es nicht zu finden. Intensive Nachfragen bei Wirtsleuten und guten Bekannten führten zu keinem Ergebnis.

Nach Wochen reklamierte die Ehefrau eine Verstopfung des Spülwasserkastens in der Toilette. Für Hennes, von Beruf Heizung und Sanitär, kein Problem.

Leider bemerkte er nach Vollzug seiner Arbeiten im letzten Moment, wo sein Überstundengeld versteckt war. Zu spät!

Es landete in der Kanalisation. Mit einem Lohn- und Gehaltskonto bei der Bank wäre ihm das nicht passiert.

Paul Engels, Neunkirchen-Seelscheid

Tierpark Bochum, Bleivergiftung

Der Bochumer Tierpark, Anfang der 70er Jahre von Eduard Stirnberg als Leiter übernommen, hatte seit dieser Zeit eine ständige Aufwärtsentwicklung.

Heute liegen seine Schwerpunkte in der Aquaristik und Reptilienhaltung. Außer modernen Aquarien und großzügigen Terrarien gibt es in einem geschickt unterteilten Neubau noch die sehenswerte Abteilung „Fossilien“.

Auch Eduard Stirnberg war einige Jahre als leitender Mitarbeiter bei der Fa. L. Ruhe, sowohl im Ruhrzoo Gelsenkirchen als auch z.B. in einer Auto-Safari in Gänserndorf bei Wien. So lag es nahe, dass ich die mir angebotene Betreuung des Tierparks übernahm. Daraus entwickelte sich eine sehr befriedigende, d.h. erfolgreiche Zusammenarbeit, die mein Praxisnachfolger seit Mitte der 90er Jahre bis heute fortsetzte.

Neben den genannten Schwerpunkten beherbergte der Tierpark noch weitere Kostbarkeiten, wie z.B. eine große Greifvogelanlage, eine Sammlung seltener Papageien, incl. Hyazinth-Aras, Kapuzineraffen aus Südamerika, Gibbons aus Ostasien oder Kattas aus Madagaskar, Sumatra-Tiger, Indochina-Leoparden etc.

Über den glücklichen Ausgang einer schweren Bleivergiftung bei dem Leopardpaar möchte ich hier berichten.

„Radja“ (1,0) war schwarz, also ein Panther, während „Rani“ (0,1) die herrliche, gefleckte Leopardenfellzeichnung hatte. Die Tiere waren wegen eines Umbaus ihrer Anlage ausquartiert worden und bewohnten vorübergehend eine kleine, massive Käfigeinheit mit Gitterstäben, die seit Jahren leer stand. Diese Umsetzung war auch meine Erklärung dafür, dass die beiden Katzen jetzt weniger temperamentvoll waren und ihr Appetit nachließ.

Erst als beide fast gleichzeitig eine Hinterhandschwäche zeigten (Nachhandparese), haben wir uns die Tiere und ihre Behausung näher angesehen und stellten fest, dass die Gitterstäbe benagt und beleckt worden waren und unter den mehrfach überstrichenen Farben auch die rote Malerfarbe zum Vorschein kam. Das ist eine bleihaltige Rostschutzfarbe, mit der im Laufe der vergangenen Jahre, vor unserer Zeit,

wohl häufiger die Gitterstäbe überstrichen worden waren. Die Farbe wird als Mennige bezeichnet und muss wohl für Katzen keinen unangenehmen Geschmack haben. Nach Aufbrechen der Farbschichten, vielleicht aus Langleweile oder Käfigenge, wird das hochgiftige Schwermetall durch Lecken aufgenommen.

So war die Diagnose nicht mehr schwierig, aber wir konnten die Behandlung erst am nächsten Tag beginnen, weil das wie eine Art Antidot wirkende Spezialpräparat (Ca – EDTA) am Spätnachmittag nicht mehr zu beschaffen war.

In weniger als 20 Stunden hatte sich der Zustand der beiden Tiere so verschlechtert, dass kaum noch Hoffnung auf ein Überleben bestand.

Für die Infusionstherapie brauchten wir keine zusätzliche Sedierung, die Patienten lagen fast regungslos auf der Seite.

Wir haben täglich behandelt, am Anfang sogar zweimal täglich, sahen aber kaum Fortschritte. Eigentlich hatten wir uns schon mit einem schlechten Ausgang abgefunden, als nach einer Woche Intensivtherapie zunächst „Rani“ – immer noch auf der Seite liegend erstmalig selbständig Flüssigkeit aufnahm, zwei Tage später dann auch „Radja“. Das war ein Lichtblick, und nach einer weiteren Woche konnten wir die Behandlung langsam ausklingen lassen. Die Tiere waren zwar noch sehr geschwächt, hatten aber einen zusätzlichen Genesungsschub erhalten, als sie wieder in ihre gewohnte Anlage zurückkehren konnten. Wir führen den Erfolg der Behandlung dieser Schwermetallvergiftung darauf zurück, dass wir selbst in einer aussichtslos erscheinenden Therapiephase einfach weiter gemacht haben. Bis zur vollständigen Erholung der beiden wertvollen Raubkatzen vergingen noch viele Wochen.

In diesem Zusammenhang ist auch eine häufiger vorkommende Bleivergiftung bei Wellensittichen und Papageien erwähnenswert. Wenn man beim Vorbericht nicht nach bestimmten Haltungsbedingungen fragt (z.B. Freiflug in der Wohnung) oder nicht an Blei als Ursache der Erkrankung denkt, müssen fast alle diese Vögel sterben.

Die Neigung der Krummschnäbler, alles zu benagen, lässt sie auch vor z. B. Gardinenschnüren (Bleibänder) nicht Halt machen. Das

Nostalgisches

ist die Hauptaufnahmequelle für Blei. Die Diagnose ist einfach. Eine Röntgenaufnahme zeigt im Muskelmagen der Vögel deutlich die Späne des weichen Metalls. Und wenn man diese Patienten bald nach Auftreten der ersten Symptome behandeln kann, ist die Prognose auch sehr günstig. Insofern ist eine Bleivergiftung bei Papageien auch eine dankbare Erkrankung. Durch wiederholte Röntgenaufnahmen in mehrtägigen Abständen lässt sich auch der Erfolg der Therapie gut nachweisen. Denn die Bleispäne werden immer kleiner und sind dann nach einer gewissen Zeit (10 bis 12 Tage) ganz verschwunden. Und der Tierbesitzer kann durch Vergleich der Aufnahmen den Heilungsverlauf miterleben.

Die Behandlung der Vögel erfolgt übrigens mit den gleichen Medikamenten wie bei den Leoparden erwähnt. Ein kleiner Unterschied besteht darin, dass das spezielle Kalziumpräparat („Antidot“, Chelatbildner) bei den Vögeln intramuskulär gespritzt wird, zu Beginn der Therapie aber auch zweimal täglich.

Aus dem Bochumer Tierpark stammen auch etliche wissenschaftliche Veröffentlichungen. So wurde in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Primatenzentrum in Göttingen (Dr. M. Brack) bei einem 1,0 Weißschulterkapuziner eine Wurmart im Magen-Darm-Kanal entdeckt (Capillaria, Haarwurm), die normalerweise nur bei ostasiatischen und afrikanischen Primaten vorkommt und bei diesen auch nicht als Magen-darmparasiten.

Diese Arbeit ist wegen ihres ausgefallenen Ergebnisses 1993 angenommen und dann 1994 erschienen im „Journal of Medical Primatology“, eine der führenden Fachzeitschriften in den USA.

Chips

Nachdem das Tätowieren zur unverwechselbaren Kenntlichmachung der Tiere abgelöst wurde von der einfacheren und besseren Methode, einen Chip einzupflanzen, der eine 10-stellige Nummer enthielt, die wiederum nur durch das dazugehörige Lesegerät sichtbar gemacht werden konnte, war es wieder der für alles Fort-

schrittliche aufgeschlossene Bochumer Tierpark, der voranging.



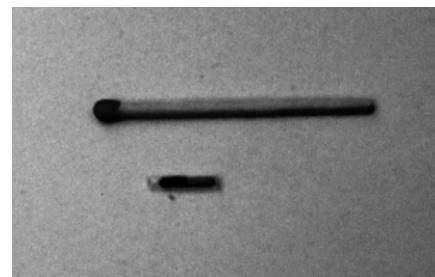
Eduard Stirnberg mit Frau und Sohn

Von den größeren Zoos war, nach meiner Erinnerung, der Kölner ein Vorreiter dieser absolut sicheren und praktischen Möglichkeit.

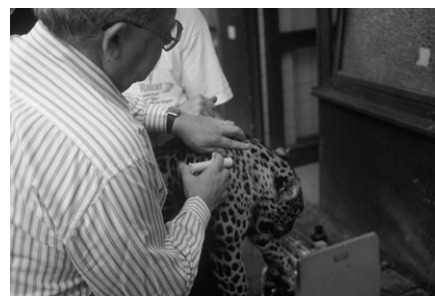
Der Chip, etwa von der Größe eines Streichholzkopfes, wird mit einem Spezialapplikator unter der Haut deponiert (bei gleichen Tierarten immer an der gleichen Stelle) und heilt reizlos ein. Der Eingriff ist nicht schmerzhaft.



Chip-Applikator



Chip, Größenverhältnisse



Indochina-Leopard



Lesegerät

Dist-Inject-Instrumentarium

Nun noch einige Bemerkungen zu meinem für die Immobilisierung und Narkose notwendigen Instrumentarium, das ja schon öfter erwähnt wurde und auch im Folgenden noch oft vorkommt. Zu den genannten Indikationen gehören auch Medikamente, die man verschießen kann, z.B. Impfstoffe, Antibiotika, Wurmmittel, Herz- und Kreislaufmittel usw., eigentlich alles, was eine nicht zu ölige oder dickflüssige Konsistenz hat. Für alles, was wässrig ist, nimmt man am besten das inzwischen vervollkommnete Blasrohr, das für unterschiedliche Distanzen auch unterschiedlich lang ist (i.a. 0,70 bis 2,50 Meter). Dazu wurden leichte Plastikprojekte mit 1-5 ml Fassungsvermögen entwickelt. Sein Gebrauch ist die absolut tierschonendste Methode, und seine Anwendung verursacht ein kaum hörbares Geräusch.



Anders dagegen die Dist-Inject-Waffe. Hierbei wird mit blauen (0-10 m), gelben (10-20 m) oder roten (20-30 m) Patronen das Leichtmetallprojektil verschossen. Die Distanzangaben beziehen sich auf das 2-ml-Projektil.

Bei 5, 10 oder 15 ml muss je nach individueller Erfahrung ein höherer Druck gewählt werden.

Beim Aufprall und Eindringen in die Muskulatur explodiert im Innern der Spritze eine weitere Patrone, die einen Gummistempel vortreibt und so die Flüssigkeit in den Patienten injiziert.



Das wesentlich schwerere Projektil, die höhere Geschwindigkeit und die sehr viel dickere Kanüle hinterlassen in der Muskulatur des Patienten ein größeres Trauma, das routinemäßig antibiotisch umspritzt wird, um eine evtl. Entzündung zu vermeiden. Der Umgang mit diesen Geräten erfordert große Erfahrung. Übungsutensilien werden bei Neukauf im Allgemeinen mitgeliefert. Für die Anschaffung sind ein Waffenschein und eine Waffenbesitzkarte vorgeschrieben.

Dr. Heinz Gass, Siegburg

Fotoerinnerung



Als eifrige Leserin der 65er Nachrichten möchte ich Ihnen dieses Bild (siehe Foto) als Beitrag zusenden. Es zeigt das Wohn- und Geschäftshaus meiner Eltern, Bahnhofstraße 32 in Siegburg. Davor meine Großeltern, mein Vater und ich. Das Bild entstand ca. 1920. Heute bin ich 96 Jahre alt, erfreue mich bester Gesundheit und lebe seit 10 Jahren bei meiner Tochter in Wesseling.

Anna Maria Knörchen, Wesseling

„Hillich schießen“

Zu Beginn des Ersten Weltkrieges war im Wohnhaus meiner Großeltern in Siegburg der Soldat Karl Kaiser aus Oeleroth einquartiert. Einquartierung bedeutete, dem ins Feld ziehenden Militärangehörigen war von Amts wegen Zimmer und Verpflegung zu gewähren. Aus dieser Privateinquartierung wurde eine innige Freundschaft der beiden Familien und später deren Kinder, die bis weit in die 1940er/Anfang der 1950er Jahre angedauert hat.

1948 waren wir – meine Mutter, meine beiden Geschwister und ich – zur Hochzeit des Sohnes Herbert in den ländlichen Raum des Bröltals, nach Oeleroth, eingeladen worden. Mit der Bröltalbahn, der ältesten Schmalspurbahn Deutschlands, die zu dieser Zeit bereits Rhein-Sieg-Eisenbahn hieß, sind wir vom Bahnhof Siegburg-Zange, auf dem Gelände der heutigen Berufsschule, über die bereits wiederaufgebaute Siegbrücke nach Niederpleis und dann weiter nach Hennef gefahren. Auf der vorgenannten Brücke verliefen mittig der Fahrbahn die Normalspurgleise der Elektrischen Siegburg-Bonn, die hinter der Brücke rechts nach Siegburg-Mülldorf abbogen, und dazwischen die Schmalspurgleise der Bröltalbahn, die links nach Niederpleis führten.

Vom Betriebsbahnhof der RSE-Bahn in Hennef-Warth ging es dann weiter über die steinerne Brücke nach Allner und von dort ins Bröltal nach Bröl, Ingesauermühle, Herrenstein, Büchel und weiter nach Felderhoferbrücke (heute Bröleck), wo ein längerer technischer Halt erforderlich war, um landwirtschaftliche Erzeugnisse u.a. aufzunehmen. Die nächste Station war Schönenberg, dann Ruppichterath und zuletzt Oeleroth, wo wir ausstiegen. Oeleroth hatte keinen Bahnhof, sondern nur einen unbesetzten Haltepunkt, wo ungefähr 20-30 Milchkannen auf einem Verladetisch standen, in etwa 200 m unterhalb der Gaststätte Seuthe. An dieser Gaststätte zweigte auch die Dorfstraße links – von Hennef aus gesehen – von der Bröltalstraße ins Dorf ab, quasi die einzige Straße von Oeleroth.

Für uns Kinder war das ein aufregendes Erlebnis, mit einer dreiachsigen Dampflok, einem

Güterwagen und drei dahintergehängten Personenwägelchen, bei einer Geschwindigkeit von gerade mal 30 km/h, durch die Landschaft zu fahren. Wer kennt ihn nicht, den Ausspruch: „Das Blumenpflücken während der Fahrt ist verboten“. Oft wurde über die Geschwindigkeit des Schmalspurbähnchens gescherzt. Es ist aber durchaus möglich, dass Reisende, bei unvorhergesehenen Aufhalten der Bahn, tatsächlich ausstiegen und auf den angrenzenden Wiesen Blumen pflückten. Das war natürlich ausdrücklich verboten! Viel schneller hätte das Bähnchen auch gar nicht fahren können, da die Gleise der Bahn bei weiten Streckenabschnitten von Hennef nach Waldbröl im Straßenraum verlegt waren und dem Individualverkehr (Pferdekarren, die sich begegneten und nur wenige Autos) gerade mal 5,50 – 5,70 m Breite zur Verfügung standen. In den Ortschaften war per Polizeiverordnung geregelt, dass nur 15 bzw. 7,5 km/h gefahren werden durfte. Da kamen für die gesamte Strecke von Siegburg nach Waldbröl, bei einer Gesamtlänge von 39,40 km, mal schnell zweieinhalb bis drei Stunden reine Fahrzeit zusammen.

Herr Kaiser hatte eine kleine Landwirtschaft im Nebenerwerb. Sein Haus im Fachwerkstil lag unmittelbar an der Dorfstraße, direkt hinter der kleinen Gnadenkapelle am Abzweig nach Dörge. Das Grundstück fiel von der Straße zum Garten leicht ab, dahinter war eine Kälberwiese mit einem lichten Baumbestand und einem kleinen Bachlauf, der ebenfalls noch zur Bauernstelle gehörte. Was haben wir als Kinder dort gerne gespielt!

Oft gab es nach dem Buttern Buttermilch (ein Nebenprodukt der Butterherstellung) zu trinken, die wir als Städter, so kurz nach dem Krieg, sehr zu schätzen wussten und gerne mit nach Siegburg nahmen. Ein anderes Mal sind wir in der Nutscheid – dem Höhenrücken gegenüber von Oeleroth und der Wasserscheide zum Siegtal – mit Herrn Kaisers Dackel „Waldi“ spazieren gegangen und haben Waldbeeren gepflückt, die es dort massig gab. Dass man gerade eine mit Fuchskot verseuchte Waldbeere erwischte hätte, diese Sorge kannten wir nicht.

Aber jetzt zurück zur eigentlichen Hochzeit. Am

Abend vorm Hochzeitstag, also Samstagabend, wurde von den Junggesellen des Dorfes und den Freunden der Braut und des Bräutigams der „Hillich geschossen“. Das war ein Böllerschießen mit ausgedienten Milchkannen, die am Kannenboden ein Bohrloch aufwiesen, den Deckel an einer Kette mit der Kanne verbunden hatten und von mindest drei Personen bedient wurden. Hierbei wurde ein Acethylengas, das sich aus der Zusammensetzung von Wasser und Karbid bildete, mittels Bohnenstange und brennendem Öllappen gezündet. Dabei musste die Abfolge des Ladens der Kanne mit Wasser, einer handvoll Karbidkörner, das Schließen des Deckels und das Zünden des Luftgasgemischs, das zischend dem Bohrloch entwich, peinlichst genau eingehalten werden. Mit zunehmendem Abend und mit zunehmend geistigen Getränken oder etlichen Bieren wurde der höllische Lärm dann weniger, die Schüsse wurden seltener und die Böllertongen schlummerten ein. Von der eigentlichen Hochzeit anderen Tags, d.h. der kirchlichen Zeremonie, ist mir ehrlich gesagt gar nicht mehr so viel im Gedächtnis geblieben. Die Ehe hat ein Leben lang gehalten. Leider ist Herbert viel zu früh verstorben. Er hatte lange Jahre, bis zu seiner Pensionierung, in der Justizverwaltung der JVA Siegburg gearbeitet.



Die Aufnahme entstand von der steinernen Siegburgbrücke zwischen Hennef und Allner aus gesehen, die 1927 die dortige Holzbrücke ersetzte (Foto 1931).

Lothar Faßbender, Lohmar

Reise in die Vergangenheit

Vor einigen Jahren wurde ein Traum wahr. Ich machte mit meinem Mann eine Reise in die Masuren. Mein Vater, der leider schon tot ist, wurde in Ostpreußen geboren und hat dort auch seine Kinder- und Jugendjahre verbracht.

Es war ein seltsames Gefühl, alle die Orte zu erleben, wo ein Teil meiner Wurzeln sind. Namen wie Elbing, Arys, Tharau, Frauenburg, Johannsburg, Lötzen oder Königsberg waren plötzlich für mich Wirklichkeit, denn ich kannte sie nur vom Erzählen her.

Wir waren auf der Kurischen Nehrung, links von uns die Ostsee und zur rechten Hand das Kurische Haff. So sind wir von Rauschen aus bis zur Fähre gefahren, die uns nach Memel/Litauen brachte. Dort erwartete uns auf dem Theaterplatz auf einem Sockel stehend die Bronzestatue - Ännchen von Tharau - nach dem gleichnamigen Gedicht von Simon Dach (1605-1659). Die Musik dazu schrieb Friedrich Silcher. Am 18. November 1989 wurde dieses neue „alte“ Denkmal für Simon Dach auf dem Theaterplatz eingeweiht. Das Lenindenkmal (50 Jahre dort stehend) wurde entfernt. Später besuchten wir in Nida das gut erhaltene Sommerhaus von Thomas Mann, das heute ein Museum ist.

Begeistert waren wir auch von einer der schönsten Barockkirchen des damaligen Ostpreußens – die Heiligelinde. Die wunderbare Orgel lud uns zu einem kurzen Konzert ein. Ebenfalls auf unserem Programm stand eine Dampferfahrt von Nikolaiken – dem masurischen Venedig des Ostens – über die herrlichen masurischen Seen. In Nikolaiken konnten wir sehr schönen Bernsteinschmuck bewundern und auch kaufen. Die Dampferfahrt war bei schönem Sommerwetter ein einmaliges Erlebnis. Einen traurigen Eindruck hat Königsberg in mir hinterlassen, die frühere Hauptstadt Ostpreußens. Aus Bildern, Erzählungen und von meinem Vater weiß ich, wie schön diese Stadt einst war. Heute macht sie einen verkommenen Eindruck, mit einigen wenigen Ausnahmen, zu denen auch der Dom gehört. Er wird mit Spendengeldern (Stiftung Gräfin von Dönhoff) restauriert. Die Stadt, die Heimat von Immanuel Kant und Agnes Miegel war, wurde ihrer Schön-

Nostalgisches

heit und Würde beraubt. Wo das alte Schloss stand, steht heute eine Wolkenkratzerruine, von der niemand weiß, was sie überhaupt werden sollte. Schade, dass diese einst blühende Stadt heute so verloren wirkt.

Doch das Bild, das ich mir in meinem Inneren von Königsberg gemacht habe, bevor ich dort war, wird immer bleiben.

Städte wie Stettin, Danzig, Kolberg, Allenstein, Thorn (Nikolaus Kopernikus), Posen, welche ebenfalls an unserem Reiseweg lagen, haben sehr viel für die Restaurierung getan und hinterlassen einen nachhaltigen Eindruck.

Den größten Eindruck hinterließen jedoch die Masuren mit ihren schönen Seen, Wäldern und Wiesen. Heute kann ich meinen Vater sehr gut verstehen, der wahrscheinlich immer eine stille Sehnsucht nach dieser schönen Landschaft gehabt hat.

Eine winzige Kleinigkeit, die mir nicht so gefallen hat, waren die Mücken, für die ich ein dankbares Opfer war.

Die Sehnsucht nach Ostpreußen, dem anderen Land meiner Wurzeln, ist mit dieser Reise gestillt worden.

Ingrid Beine, Köln

Fotoerinnerung



Restaurant Franzhäuschen, Lohmar-Heide eingereicht von Clemens Bruch, Siegburg

Die Abtei auf dem Michaelsberg und Annos viel liebe Stadt

PROLOG

Bei dem folgenden Artikel handelt es sich weitgehend um eine Collage aus Textzitataten, meist entnommen aus Heften der Reihe „Beiträge zur Heimatkunde“ des Siegburger Kreisblatts, und als Beilage zum Siegburger Kreisblatt, veröffentlicht durch den Verlag Gebr. Daemisch, Siegburg, weitgehend zwischen 1914 und 1925.

Warum Texte zu einem im Augenblick für die Stadt so wichtigen Thema entnehmen aus Aufsätzen jener Zeit? Ganz einfach: Weil – in den historischen Dimensionen der Abtei gemessen – die Gebäude auf dem Berg erst wenige Jahre vorher wieder entsprechend der ursprünglichen Intention mit Leben erfüllt worden waren und die Schriften der Zeit vor fast 100 Jahren von der Freude über diese Tatsache durchdrungen sind.

COLLAGE

Den Besucher Siegburgs grüßen Berg und Kloster schon aus der Ferne im Gewande und den Farben der wechselnden Jahres- und Tageszeiten, den Bürger erfreut überall das reizende landschaftliche Bild. Wer bewundert nicht die so verschiedene Beleuchtung der Gebäudegruppen und des Turmes im Glanze des Tages und im Gold der Abendsonne, wer empfindet nicht die Gewalt der Natur, wenn sich schwarzes Gewölk beim nahenden Gewitter über der Abtei zusammenballt, der Sturm um den Berg braust, die Bäume duckt und mit Heulen die Luft erfüllt. Wie leuchten dann (im Winter) so traulich die Lichter aus den Klosterfenstern zur Stadt herunter, als wollten sie melden: Hier ist Leben und Wachsamkeit, hier sind treue Freunde, die arbeiten und beten für alle...

Zwischen 1803 und 1914 wurde der Gebäudekomplex der Abtei – wie jeder in Siegburg weiß – als Kaserne, Lateinschule, Gefängnis, Zuchthaus und Irrenanstalt genutzt.

Am 2. Juli 1914 zogen fünf Patres und drei Laienbrüder aus dem Benediktiner-Kloster zu Cornelimünster in ihr neues Heim ein. An dem großen und bedeutungsvollen Tage der Übernahme des Berges durch die Stadt nahmen weit und breit die Gemeinden des Rheinlands Anteil und die Tageszeitungen brachten eingehende Berichte. Wer die Geschichte der Stadt kennt, wird sagen, Siegburg hat das Herz wiedergekommen. Über 100 Jahre waren seit der Aufhe-

bung der Abtei dahingegangen, und allmählich wurde den Bürgern die Stätte entfremdet, welcher die Stadt ihren Namen, ihre Entstehung und ihre Entwicklung verdankt, die Stätte, von der aus sie einst ihre Gesetze und Verordnungen empfing, von der aus sie beherrscht wurde.

1064 gründete Anno das Kloster auf dem Berg und legte den Grund zu der später so machtvollen Benediktiner-Abtei, die am 22. September 1066 zu Ehren des heiligen Michael geweiht wurde. Mit der Kirche wurde ein Kloster erbaut und vollendet, mit Gütern und Einkünften reich beschenkt. Die Abtei wurde nicht nur mit Gütern, Stiftungen und Kirchen (z.B. acht Probsteien) ausgestattet, dazu kamen zahlreiche Gemeinden, Pfarreien und Klöster. Das Kloster erhielt von Kaiser Heinrich 1071 Strafergerichtsbarkeit und Fischereigerechtheit und viele Zuwendungen, Markt-, Zoll- und Münzrecht, den Gerichtsbann, alles von Kaiser Friedrich I., dem Rotbart, 1174 bestätigt; das bedeutendste Geschenk war die Ernennung zur reichsunmittelbaren Abtei. Mitte des 13. Jahrhunderts zählten zum Staate Siegburg an 70 Ortschaften und zahlreiche Probsteien. Die Zahl der Mönche war bis auf 200 angewachsen; 1317 zählte man außer den Laienbrüdern 120 Konventualen. Dem Abt wurden 1603 die bischöflichen Insignien verliehen, er stand in fürstlichem Rang wie ein Reichsfürst und wohnte auch den Reichstagen bei. Als Herren eines weitzerstreuten reichen Grundbesitzes hatten die Äbte weitgehende Rechte an Grund und Boden sowie an dessen Inhabern, und so war die nötige wirtschaftliche Grundlage für ihr Streben nach Machterweiterung gegeben. Hierdurch wurde es ihnen möglich, sich mit einem glänzenden Vasallenstaat zu umgeben, um so nach außen hin mit einem fürstlichen Prunk auftreten zu können. So nahm der Abt von Siegburg während der Blütezeit der Abtei zwischen dem 13. und 15. Jahrhundert eine angesehene Stellung im Reich ein. Die Abtei hatte einen Hof in Köln Unter Fethenhennen, mit einer Kapelle und einem 55 Fuß hohen Turm...

Zur Abtei gehörte (am Fuß des Berges) auch der an der Mühlenstraße gelegene Herrengarten und daran anschließend der Tierburgert. Der Herrengarten wird schon 1415 als Obst- und Gemüsegarten der Abtei erwähnt.

An der Spitze der städtischen Verwaltung standen bis gegen Ende des 17. Jahrhunderts zwei Bürgermeister und 12 Ratspersonen. Die Bürgermeister und den Rat setzte, wie alle anderen Beamten, der Abt nach freiem Wohlgefallen ein

und ab, und ihm allein waren sie über ihre Verwaltung Rechenschaft schuldig.

Unter den Bürgern der Stadt Siegburg nahmen die dort zahlreich ansässigen Juden bezüglich der bürgerlichen Lasten eine exzeptionelle Stellung ein. Sie hatten sich bereits um 1096, vor den Verfolgungen, die sie in Köln erlitten, flüchtig, in Siegburg niedergelassen und dort unter der geistlichen Herrschaft der Äbte Schutz und Frieden gefunden. Zu den vorhandenen Juden waren unter den Äbten Nikolaus III (1298–1312) und Wilhelm Heinrich Spieß von Büllesheim (1420–1461) viele neue dazugekommen, die vor den damals allenthalben gegen sie ausgebrochenen Verfolgungen in Siegburg Schutz suchten und fanden (und besondere Rechte genossen bzw. kaum Steuern außer einer jährlich an den Abt zu entrichtenden Abgabe zu leisten hatten). Im Jahr 1695 befand sich die Stadt in äußerster Geldnot und wollte auch die Juden zu den Lasten heranziehen. Diese aber wendeten sich mit einer Klage an den Abt und beriefen sich auf die in Geleitsbriefen erteilten Privilegien. Der Abt erließ darauf eine Vermahnung an Bürgermeister und Rat und befahl, die Juden forthin ohne vorhergehende Not mit keiner Sonderleistung zu belasten.

Es kann den Siegburger Äbten die Anerkennung nicht verwehrt werden, dass sie zu allen Zeiten auch auf das wirtschaftliche Wohl ihrer Untertanen in hervorragender Weise bedacht waren. Ihre Sorge wandte sich in erster Linie dem Handwerk zu, dessen Leistungsfähigkeit sie auf einen möglichst hohen Stand zu bringen und zu erhalten suchten.

Die Siegburger Töpfer waren, wie alle Handwerker der Stadt, in einer Genossenschaft vereinigt, der Ulnerzunft. Dieselbe war von dem Abt auf dem Michaelsberg, dem Grundherren der Stadt abhängig. Ihre Satzung und Zunftregeln wurden von diesem konfirmiert, d.h. bestätigt und zum Gesetz erhoben. Nach (*diesem*) alten Recht musste der Abt in seiner Eigenschaft als Oberhaupt aller Zünfte Sygberghs zur Tagung geladen werden. Nun wussten aber die Meister (*bei einer Gelegenheit*) nicht genau, inwieweit sie sich des gestrengen Herrn (Abtes) von Eyll (1576 - 1587) versichern könnten. Die Ulner selbst trugen darob die Schuld. Ihr mächtiger Aufschwung in den letzten Jahrzehnten hatte sie übermütig gemacht und mehrmalen der gebührenden Ehrfurcht gegen das Oberhaupt Siegburgs vergessen lassen. Übermütig war es seither bei der jährlichen Fastnacht zugegangen. Ja es war dazu gekommen, dass einige der Töpfer,

allen ererbten Respekt vergaßen und den Abt und den damaligen Prior auf ihren Krügen mit viel Geschick, aber wenig Achtung konterfeiten und in lächerlicher Weise dem Lächeln der Bürgerschaft preisgaben. Entgegen dem Vorschlage des bedächtigen Anno Knüttgen hatten die Ulner den Gebieter im Kampf gegen die entstehenden (protestantischen) Sekten nicht unterstützt, und in seinen Streitigkeiten mit der aufkommenden neuen Lehre hatten sie sich offen geweigert, den Standpunkt des Abtes anzuerkennen und ihn in der Vertreibung der Andersgläubigen zu unterstützen (1576). Dies war ein weiterer Grund, von der Herrschaft kein überreiches Maß der Gnade zu erwarten.

Aber der Abt gab sich besonnen und versöhnlich und entschied: „Noch heute will ich Johann Worm und Peter Reider zum Isermarkt dahin (d.h. der einzunehmenden Haltung in einer Allianzfrage in einer kriegerischen Auseinandersetzung) bescheiden. Was die Bürgermeister anordnen, ist der Bürgerschaft Pflicht. Damit gaben sich die Ulner zufrieden. Sie waren vom Abt huldvoll entlassen. Gottfried von Eyll stand an diesem Abend noch lange und schaute über die zur Ruhe gegangene, seiner väterlichen Obhut befohlene Stadt.

Der Sygbergher Abt Bernhard von Westrem (1705 – 1736) war nicht nur ein gewaltig vornehmer Herr, sondern auch einer, der in seinem Amte die Entfaltung größten Prunkes um sich liebte. Derjenigen, die der vornehmen Lebensart kein gutes Ende für den geistlichen Gebieter voraus sagten, waren nicht wenige, und diese Letzteren sollten nur zu recht behalten. Nach dreißigjähriger Ausübung seiner Regentenpflicht, sah sich der Abt genötigt, abzudanken, da die Schuldenlast der Abtei ins Maßlose gewachsen war. Des Spielbähn (Weber, Musikant, Wahrsager und Abteibote) mächtiger Gönner zog sich in den in Köln gelegenen, dem Kloster gehörigen Sygbergher Hof zurück.

Zu den eigentümlichsten Verfassungen der kleineren Gebietsteile des ehemaligen heiligen römischen Reiches gehört unstreitig die des winzigen Ländchens, über welches der reichsunmittelbare Abt des Klosters Siegburg herrschte. Innerhalb der Stadt und des Burgbannes (= *Fläche einer Quadratmeile um den Berg herum*) mit Ausnahme der Dörfer Wolsdorf und Troisdorf stand dem Abt allein das Recht zu, misstätige Menschen zu verhaften. Dem Abt beziehungsweise dessen Schöffengericht stand somit allein das Recht zu, über Leben und Tod innerhalb des Burgbannes

und der Vogtei Siegburg zu erkennen. Der Abt konnte den Verurteilten auch nach freiem Wohlgefallen begnadigen...

Durch Erlass von Napoleon I war die Abtei (immer wieder aufgebaut nach vielen Zerstörungen und verschiedenen Bränden) 1803 der Säkularisation der geistlichen Besitzungen verfallen. Der letzte Abt Johann Speyart von Woerden schloss die Reihe der 46 Äbte, die das eigenartige Staatswesen Siegburg in einer Zeit von nahe 750 Jahren regierten.

EPILOG

*Noch nicht einmal 100 Jahre nach dem die Stadt und die Region bewegenden 2. Juli 1914, genau am 9. November 2010, hatten die Tageszeitungen - nicht nur in der Region - wieder die Abtei auf dem Michaelsberg in Siegburg auf der Titelseite: **BENEDIKTINER GEBEN ABTEI AUF Ein Wahrzeichen wird verlassen: die letzten zwölf Mönche werden 2011 aus der Benediktinerabtei in Siegburg ausziehen.***

1649, 1762, 1772 und 1944 wurde das Kloster entweder durch Brände oder Bomben in weiten Teilen oder ganz zerstört. Und wurde wieder aufgebaut. 1758, 1803 und 1941 mussten die Mönche das Kloster verlassen bzw. wurden vertrieben. Und kamen wieder.

2011 verlassen wieder die Mönche das Kloster Und.....?

Es mag bei Menschen mit engeren Kontakten zur Abtei Vorahnungen oder Vorkenntnisse gegeben haben. Bei denen aber, die wie ich seit Kindertagen eine enge mehrfach begründete Bindung an die Abtei gehabt haben, wirkte die Zeitungsnachricht vom November 2010 wie ein Schlag in den Magen, ein Schlag, der einem die Luft nimmt und Tränen in die Augen treibt .

Eine Institution gibt sich auf und hinterlässt bei all denen eine unendliche Leere, denen das überall in der Stadt z.B. vor der Vesper um 16.45 Uhr zu hörende Geläut der Glocken der Abtei immer bedeutet hat: Hier ist Leben und Wachsamkeit, hier sind treue Freunde, die arbeiten und beten für alle.

Quellen: Archiv Sigmund, Lohmar +1967 /Edith v. Benignen-Mackiewicz

Text und Collage: Peter Röggener, Ruppichterorth

Zur Geschichte der Schule in Wolsdorf Teil V

1961: Schülerzahlen am 20. Jan. 1961:

	<u>Knaben</u>	<u>Mädchen</u>	<u>Insges.</u>
Wolsdorf	128	120	248
Kinderheim	58	29	87
Insgesamt	186	149	335

1962: Mit Samstag, dem 13. Januar 1962 endete das Gastverhältnis der beiden Stallberger Klassen - 5. Schuljahr mit Fräulein Ruschke und 3. Schuljahr mit Frau Jensen.

1964: Zu Ostern 1964 gingen drei Knaben und ein Mädchen zur Realschule, acht Knaben und drei Mädchen zu Gymnasien.

1965: Schülerzahl am 15. Mai 1965: 153 Knaben und 154 Mädchen, insgesamt 307

1966: Zum 1. April 1966 wurde für Frl. Jagdt an unsere Schule die Aushilfskraft Frau Maria Schneider angestellt.

Sie übernahm das 3./4. Schuljahr. (Klasse IV). Das Schuljahr endete am 30. Nov. 1966. Entlassungen fanden keine statt. Das neue Schuljahr begann am 1. Dezember 1966. Schulbeginn am 5. Dezember 1966.

Zum 1. Dezember 1966 wurde unsere Schule zur Hauptschule bestimmt. Das neu eingeführte 9. Schuljahr hat 10 Knaben und 11 Mädchen = 21 Kinder, alle aus dem Schulbezirk der Kath. Volksschule Jakobstraße.

„Mit dem **27. Juni 1968**, letzter Schultag vor den Sommerferien, endete die Zeit der Kath. Volksschule Siegburg Jakobstraße. Die Kinder der 5. - 9. Schuljahrgangsklasse besuchen nach den Ferien die Hauptschule Seidenbergstraße. Die Schule Jakobstraße wird Grundschule“.

Am **2. August 1968** beschloss der Rat der Stadt Siegburg die Zusammenlegung der beiden bisherigen Kath. Volksschulen Siegburg, Jakobstraße und Siegburg, Bonner Straße zu

einer dreizügigen Gemeinschaftsgrundschule. Die neue Bezeichnung lautet: Gemeinschaftsgrundschule 52 Siegburg - Wolsdorf, An der Jakobstraße. Zu ihr gehören die Gebäude Jakobstraße mit fünf Klassenräumen, Deichhaus mit zwei Klassenräumen und Bonner Straße mit acht Klassenräumen.

„Mit dem Ende des Schuljahres (**17.07.1970**) trat der bisherige Schulleiter, Rektor Josef Kisteneich, wegen Erreichung der Altersgrenze in den Ruhestand. Er leitete die damalige Kath. Volksschule Siegburg, Jakobstraße ab 1. Juni 1956 und ab 1. August 1968 die Gemeinschaftsgrundschule Siegburg-Wolsdorf-Zange. Das Kollegium bereitet ihm am 15.7.1970 eine herzlich gehaltene Abschiedsfeier. Zu seinem Nachfolger wählte der Stadtrat in Siegburg Herrn Konrektor Hans Mai.

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

Erlebnisse und Erinnerungen mit dem Schubertbund Teil XVI

Reise um die Welt Neuseeland

Noch bevor unser Abschied von der Fidschi-Insel Vitti Levu erfolgte, brachte es unser Chorleiter fertig, unseren Präsidenten dazu zu überreden, noch ein kühles Bad im Meer zu nehmen. Der Chor erlebte einen seltenen Vorfall. Unser Boss in Badehose aber mit blütenweißem Oberkörper, statt mit sonnengebräunter Haut. Schon bald war ein Gag geboren: „Der weiße Hai“.

Die Maschine brachte uns über die längste Teilstrecke der Welt, über das 23.000 km entfernte Neuseeland.

Vor dem Portal des Rathauses empfing uns die erst kürzlich zuvor gewählte, mit blinkender Goldkette dekorierte neue Oberbürgermeisterin Cathrin Tizard von Auckland.

Die vorbeiziehenden Passanten blieben neugierig stehen, als der Chor sich zu einem Halbkreis formierte und unser Dirigent das Lied „Am kühlenden Morgen“ anstimmte.

Nostalgisches

Frenetischer Beifall erfüllte im Nu die belebte Queens Street.

„Welcome“ und „Dankeschön“ rief die Herrin der größten Stadt Neuseelands (ca. 810.000 Einwohner).

Dankeschön sei das einzige deutsche Wort, das sie kenne und leider könne sie nicht so schön singen.

Dr. Ballensiefen dankte ihr für den netten Empfang und die freundliche Begrüßung und der uns oft auf unseren Reisen begleitende Vizebürgermeister von Siegburg, Rolf Krieger, überreichte ihr den silbernen Wappenteller der Stadt Siegburg.

Beim anschließenden Empfang im historischen Ratssaal revanchierte sich Frau Tizard mit einem prachtvollen Wappen der Stadt Auckland, in dem der flügel- und schwanzlose Kiwi, Neuseelands Wappenvogel, das Hauptmotiv bildet. Für Cathrin Tizard war der Schubertbund aus Siegburg die einzige ausländische Delegation, die sie empfing.

Mit dem Empfang im Rathaus und einem morgendlichen Platzkonzert im Stadtzentrum hatte damit die Konzertwoche begonnen.

Unser nächster Auftritt fand in der Town-Hall statt. Als die Sänger am Ende des Konzertes das Maori-Liebeslied „Pocarecare“ und das Lied „Now is the hour“ aus der Tasche zogen, gab es schon Applaus, bevor der erste Ton erklang.

So wie der Schubertbund mit diesen beiden Liedern seinen Gastgebern Reverenz erwies, machte der einheimische Dorian Frauenchor eine Verbeugung vor seinen deutschen Gästen und dem Komponisten Franz Schubert, denn mit dem „Nächtlichen Ständchen“ eröffneten die Damen das Konzert in der Town-Hall.

Neuseelands größte Tageszeitung überschrieb seinen Konzertbericht mit „German choir captures Aucklanders“ (Deutscher Chor bezaubert Auckländer).

Besonders herausgehoben wurde Fliersbachs Doppelrolle als Pianist und Dirigent.

Schon lange nicht mehr sei in Auckland ein so guter Männerchor gehört worden.

Die nächsten Orte warteten schon auf uns, Hamilton, Rotorua und die Hauptstadt Wellington. In Auckland waren viele Sänger privat unterge-

bracht, so auch unser Dirigent, mit dem kleinen Unterschied, dass sich unser Chef mit einem Kinderbett begnügen musste.

Gemeinsam mit dem Civic Chor bestritten wir, mit den besten Bewertungen für unseren Gesang bedacht, ein Konzert in Hamilton.

Am Tage danach brachte uns ein Bus nach Rotorua, ein für uns ungewöhnlicher Ort, erbaut auf kochendem Untergrund. Geysire überall.

Als ich am nächsten Morgen in dem Hotel, in dem wir diesmal untergebracht waren, aus dem Fenster schaute, stieg aus dem Vorgarten dichter Qualm in die Luft und an einigen Stellen konnte man sogar in die rote Glut von Lava sehen.

In dieser Stadt stehen z.B. die Särge verstorbener Einwohner in dafür gebauten Gebäuden, weil man keine Ausschachtungen für Gräber in der Erde vornehmen kann.

Es gibt Stellen, an denen ich in der Lage war, direkt vor meinen Füßen in die blutrot leuchtende und brodelnde Lava zu schauen.

Es war faszinierend und erschreckend zugleich.

Unsere nächste Aufgabe, der Auftritt in Wellington, war ebenfalls ein voller Erfolg, den die Presse mit überschwänglich geführten Berichten kommentierte.

Die Mitwirkung des Wellingtoner Orpheus Chores bezeichnete die Presse als einführenden Aperitif in starkem Kontrast zu den Darbietungen des weitgereisten, phänomenalen deutschen Chores. „Es ist so viele Jahre her, dass wir einen Vollblutchor hören durften.“

Der achttimmige Chor „Der Gesang der Geister“ mit Text von Goethe, ist ein äußerst schwieriges Modell stimmlicher Färbung, aus dem der Chor das Allerbeste machte und zudem auswendig sang.

Welch ein wundervoll warmer Klang!

Auch die schönen Tage in Neuseeland fanden ein Ende, und am 16.11.1983 brachte uns eine CX 033 von Auckland, mit Zwischenlandung in Port Moresby (Papua Neuguinea) nach Hongkong.

Wir erlebten die Stadt zum zweiten Mal.

Zwei Mal hintereinander trat der Chor im „Pala-

dium Opera House“ auf, in dem die großen chinesischen Opern aufgeführt werden.

Besonders das zweite Konzert war ein riesiger Erfolg und zahlreiche Besucher vom Vortag kamen erneut, um den Chor noch einmal zu erleben. Aus Freude und Begeisterung dirigierte eine junge Chinesin von ihrem Platz aus mit.

Bis zu unserem Bus liefen zahlreiche Fans mit, um ein Gespräch zu ermöglichen oder ein Autogramm zu erhaschen.

Eine Chinesin erbat sich von mir ebenfalls ein Autogramm. Sie behauptete, mich noch von unserem Besuch in Hongkong aus dem Jahr 1981 zu kennen.

Nächste und letzte Station war die Stadt Bangkok (Thailand), die uns ebenfalls noch von 1981 in guter Erinnerung war.

Noch einmal genossen wir die herrliche Stadt mit all ihren Sehenswürdigkeiten und hatten nun Gelegenheit, weitere Dinge zu sehen, die uns aus Zeitmangel beim ersten Besuch nicht zur Verfügung standen.

- Fortsetzung folgt -

Edmund Heines, Siegburg

Das Wunder der Radiowellen

In den 20er Jahren des vorigen Jahrhunderts war die Rundfunktechnik noch in den Anfängen. Mein Vater zeigte für diese Erfindung großes Interesse und entschied sich im Jahr 1927 zur Anschaffung eines Radiogerätes in der elterlichen Wohnung, Steinbahn 62.

Lieferant dieses Gerätes samt zugehöriger Einzelteile war das Elektrogeschäft Peter Marizy, Kaiserstraße 42. Ohne Fachwissen war die Installation eine knifflige Angelegenheit. Zunächst ging es darum, im Garten einen günstigen Standort für den riesigen Antennenmast zu finden. Denn es galt das Prinzip: je höher der Mast, desto besser der Empfang der Radiowellen. Der am Mast befestigte Antennendraht war 50 Meter lang.

Der Radioempfänger stand in der Küche; es war ein kleiner Kasten mit aufgesteckten Röhren, Spulen und Drehknöpfen für die Sendersuche; mit Akku und Lautsprecher.

Die Inbetriebnahme des Gerätes verlief in einer mit Spannung erwarteten Atmosphäre, die durch ungewohntes Gequietsche und schrille Töne unterbrochen wurde. Aber nach etlichen Probeläufen war die richtige Frequenz gefunden. So konnte man täglich die Programme des Senders Langenberg empfangen und sorgte für Unterhaltung je nach Bedarf, wie Musik, Sport oder Nachrichten.

Diese Attraktion habe ich als Kind mit sechs Jahren erlebt und noch in lebhafter Erinnerung. Es gibt sogar noch die Originalrechnung des Elektrogeschäftes vom 19.11.1927 über diese Anschaffung, in der sämtliche Einzelteile aufgeführt sind.

Aus heutiger Sicht kann man über die rasante Entwicklung der Radio- und Fernsehtechnik nur staunen.

PETER MARIZY SIEGBURG SPEZIAL-GESCHÄFT FÜR ELEKTROTECHNIK FRIENSPRINGER STR. 546 TELEGRAMM-ADRESSE: MARIZY SIEGBURG GIRTO-KONTO NR. 188 STADT-KASSE SIEGBURG STRECK-KONTO KÖLN 61 255		SIEGBURG, DEN KASSENST. 42	
19. 11. 27			
RECHNUNG			
Herrn Böttner hier			
1. 1. Brauner-Vakuumröhren			28,57
50 -er Antennenkabel			4,00
2. Vakuumröhren	- 20		- 60
1. Antennenkabel			- 20
1. Ringkondensator			- 20
1. Netz			2,50
1. Brauner-Vakuumröhren			10,57
1. 2. Vakuumröhren	- 20		- 60
1. 2. Kondensator			- 15
1. Kondensator	- 20		- 60
1. 2. Kondensator	- 10		- 60
1. Kondensator			30,57
1. Kondensator			- 60
1. Kondensator			- 40
1. Kondensator			- 15
1. Kondensator			1,30
			144,17

Otto Böttner, Troisdorf

Fotoerinnerung



Lehrerausflug in die Eifel, vor 1926, GGS Wolsdorf eingereicht von Sigrid Haas, Rektorin i.R.

Klütte kläue oder fringsen

Große Not an Essen und Trinken aber auch an einer warmen Stube herrschten auch in Siegburg in den ersten Jahren nach dem Zweiten Weltkrieg. Viele Bürger ernteten Obst von den Bäumen in ihren Schrebergärten und bauten ihr Gemüse an, um die hungrigen Mäuler zu stopfen. Brennmaterial für den Herd und die Kohleöfen in der Wohnung suchten viele Bürger Siegburgs in den ausgedehnten Wäldern rund um die Kreisstadt. Viele Männer und Jugendliche versorgten sich mit Briketts - rheinisch Klütte – wenn auf dem Siegburger Güterbahnhof die kohlenbeladenen Waggons abgestellt waren. Die Versorgungslage mit Heizmaterial nur auf Bezugsschein war damals äußerst schlecht.

Mein Freund Walter (damals 14/15 Jahre alt), der oberhalb des Pionierparks – heute Industriepark – wohnte, informierte mich eines Tages, dass wieder ein langer mit Kohlen beladener Güterzug auf den Gleisen des Güterbahnhofes stehe. Wir zogen, jeder mit einem Jutesack, wie ihn die Kohlehändler nutzten, von der Viktoriastraße über eine kleine Brücke über den Mühlengraben in den ehemaligen Pionierpark, wo noch die ausgebrannten Lagerhallen der deutschen Pioniere standen. Im vorderen Teil entdeckten wir die gemauerten Kellergewölbe der ehemaligen Geschossfabrik, die bekanntlich im Jahre 1929 endgültig ihren Betrieb einstellte und in den folgenden Jahren abgerissen wurde.

Walter und ich liefen zu den danebenstehenden offenen Güterwagen, die mit Brikett aus den Werken in Frechen beladen waren. Wir waren nicht die einzigen, die sich hier bedienen wollten, sondern zahlreiche Männer erkletterten die Waggons und warfen die „Klütte“ herunter, wo sie von einem „Mitarbeiter“ in die Säcke gesammelt wurden. Auch Walter kletterte auf einen Waggon und warf die Briketts daneben. Ich sammelte unsere beiden Säcke so voll, dass wir sie auch noch tragen konnten. Wir hatten kein schlechtes Gewissen bei unserem Tun, denn auch bis Siegburg war die Auffassung des Kölner Erzbischofs und Kardinals Frings durchgedrungen, dass das Aneignen von Lebensmit-

teln und Brennmaterial für den eigenen Bedarf keine Sünde sei. Er hatte dabei vor allem die Kölner Bevölkerung im Auge, die im total zerstörten Köln besonders litt. Aus diesem Tun entwickelte sich das Verb „fringsen“. Wir hatten also hier Briketts gefringst.

Unsere Säcke waren gefüllt mit der kostbaren Fracht und Walter war von dem Waggon heruntergestiegen. Da hörten wir plötzlich das Tüt-Tata von Polizeifahrzeugen aus Richtung Wilhelmstraße. Schnell schleppten wir unsere Säcke in ein nahe gelegenes Kellergewölbe der Geschossfabrik. Dann sahen wir mehrere LKWs mit Polizisten besetzt, die zu einer Razzia ansetzten.

Die „Brikettdiebe“ eilten auseinander, um sich dem Zugriff der Polizei zu entziehen. Walter kannte sich gut aus im Pionierpark und eilte mit mir zur Mühlengrabenbrücke, die auf den Brückberg führte. Hier schauten wir uns noch einmal um und konnten feststellen, dass die Polizei nicht mehr hinter uns her war.

Wir gingen zu Walters Elternhaus und warteten etwa eine halbe Stunde ab. Dann schlichen wir uns wieder zur Brücke und hielten Ausschau. Die Luft war rein, kein Polizist und kein Polizeifahrzeug war zu sehen. Wie harmlose Spaziergänger gingen wir zurück zum Ort unseres „ruchlosen“ Tuns. Unsere Säcke lagen noch unberührt im alten Kellergewölbe. Wir packten sie auf den Rücken und marschierten wieder Richtung Heimat. Da unsere Last recht schwer war, mussten wir sie mehrfach absetzen. Wir schafften es aber bis zur Viktoriastraße und waren stolz, dass wir mit dazu beigetragen hatten, dass unsere Familien für einige Tage eine warme Stube hatten.

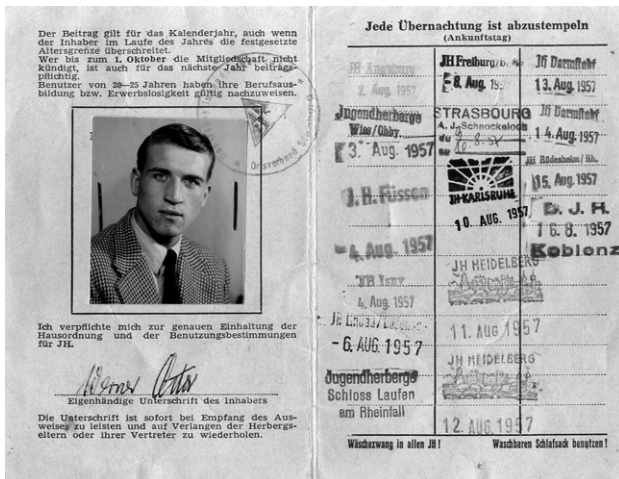
Am anderen Tag berichteten die Lokalzeitungen über die „Brikettdiebe“ und die „erfolgreiche“ Razzia der Polizei.

Hans Warning, Lohmar

Mitgliedsausweis DJH

Der Gründer des deutschen Jugendherbergswerkes war ein Lehrer mit Namen Richard Schirrmann. Die Idee hatte er anlässlich einer Übernachtung in der Bröltaler Volksschule, Ausgang Bröl, Richtung Allner, an der B478. Dort kehrte er während einer Wanderfahrt mit einer Jugendschar aus Altenahr ein.

Ich bin seit 1947 Mitglied im DJH und habe in meiner Jugendzeit viele Jugendherbergen besucht.



Werner Astor, Siegburg



Fotoerinnerung



Lehrerkollegium der damaligen städtischen Studienanstalt mit Lyzeum aus dem März 1949

Dietlind - I. von Waldow, Siegburg

1400 Kilometer in 135 Tagen

Unserem Stadtteil Siegburg-Zange vorgelagert, in westlicher Richtung nach Sankt Augustin-Mülldorf hin, liegt die Siegaue. Wiesenland erstreckt sich von der Siegbrücke bis zur Mündung des Mühlengrabens in die Sieg (gegenüber dem heutigen Heimwerkermarkt Obi).

Diese Fläche hat eine Größe von ca. 43 ha. Vor dem 2. Weltkrieg war sie ein beliebtes Naherholungsgebiet für die Zanger Bürger.

Am Ende der Michaelstraße befand sich ein großer freier Platz, der von den Kindern und Jugendlichen als Fußballplatz, bisweilen auch als Zirkusdomizil, genutzt wurde.

Rund 20 Prozent der Siegaue links vom Siegdamm in Richtung Troisdorf waren eingezäunt. Auf diesen großen Viehweiden grasten die Rinder von Gutsbesitzer Freckwinkel und Bauer Hess, beide aus Mülldorf.

Kleinere Parzellen wurden von den Kühen und Rindern der Zanger Landwirte genutzt.

Einige Ziegen und Hausschafe hatten im Sommer ebenfalls ihren Weideplatz in der Siegaue und lieferten ihren Besitzern fettreiche Milch.

In Deutschland unterschied man im Allgemeinen die Merinorassen und die Fleischschafrasen.

Die Schafe gehören zur Gruppe der Paarhufer und der Wiederkäuer.

Im Vordergrund der Schafhaltung stand immer schon besonders die Wollerzeugung.



Letzte Schafferde in den Siegwiesen 1995

Als Pflanzenfresser und ausgesprochenes Weidetier sollte das Schaf möglichst in allen Jahreszeiten sein Futter im Freien suchen können. Vom 15. November bis 1. April waren die Schaf-

herden, ca. 80-100 durchziehende Schafe, mit dem „Wanderschäfer“ in der Siegaue anzutreffen.

Die Wanderschäfer kamen aus Menden und Troisdorf. War ein Landwirt mit dem Beweiden seiner Wiese nicht einverstanden, setzte er einen Pfahl auf die Parzelle und umwickelte ihn mit Stroh.

Das Blöken der Schafe hörten wir bis in die Katharinenstraße. Im Laufschrift ging es dann in die Siegaue. Jeder Wanderschäfer hatte mindestens zwei Wachhunde. Vorsicht war geboten. Der Reiz bei uns Kindern war groß, besonders die kleinen Schafe zu streicheln. Die Lämmer wurden meistens im Frühjahr geboren und kamen ohne Hilfe des Menschen zur Welt. Nachts waren die Schafe in einem Holzpferch untergebracht, standen dicht beieinander und wärmten sich gegenseitig. Der Wanderschäfer übernachtete in einem Schäferkarren, unweit der Herde. Der Klauenpflege war beim Schaf eine ständige Beachtung zu schenken. Eine regelmäßige Desinfektion der Klauen war unbedingt notwendig. Im Sommer grasten die Schafe an Wegrändern und auf Stoppelfeldern.

Die Schafskälte um den 11. Juni hatte übrigens schon immer eine sehr hohe Eintreffwahrscheinlichkeit. Damit sind empfindlich kühle, wechselhafte und oft regnerische Tage gemeint. Eine typische Schafskälte braucht eine kühle und feuchte Nordwestströmung. Es ist durchaus möglich, dass die Temperaturen auf 10 Grad absinken. Der Name „Schafskälte“ soll an die frisch geschorenen Schafe erinnern, denen die kühlen Temperaturen um den 11. Juni herum durchaus gefährlich werden können.

Was bedeutet nun aber die Überschrift? Kaum zu glauben, aber wissenschaftlich erwiesen: Schafe können in 135 Tagen 1.400 Kilometer zurücklegen! Diese Angaben fand ich im „Landwirtschaftlichen Wochenblatt Westfalen Lippe“, Nr. 43/2010. Hier heißt es: 1.400 Kilometer in 135 Tagen, so sieht die Bilanz des Hirtenzuges in Kurzfassung aus. Wer sehen möchte, was die Schäfer und ihre Tiere während ihrer Tour durch acht deutsche Bundesländer, die Niederlande, Belgien und Luxemburg erlebt haben, sollte sich den Film „Schäfer, Schafe, Bürokra-

ten - Brüssel wir kommen!" nicht entgehen lassen. Der Dokumentarfilmer Peter Schanz aus Bad Lippspringe hat die Akteure des Hirtenzuges mit der Kamera auf ihrem Weg von Berlin nach Trier begleitet. Die DVD mit einer Länge von gut 100 Minuten ist ab sofort erhältlich und kostet 13,50 Euro zuzüglich Versandkosten. Bestelladresse: Brigitte Stienemeier, Asselner Straße 2, 33165 Lichtenau, Telefon: 0160 - 421 1204.

Karl-Heinz Neifer, Siegburg

Es geschah in Siegburg - ein Siegburg-Krimi!

Von einer ehemaligen Kollegin erhielt ich einen Zeitungsausschnitt, der im lokalen Teil des Stadtanzeigers der Ausgabe „Ostern 1970“ erschien: Da hieß es: *„Alte Hasen holten sich ein ganz dickes Osterei. Lohngelder und Goldbarren aus dem Tresor gestohlen.“*

Geschrieben und bebildert wurde der Artikel von dem für Siegburg und Umgebung zuständigen Journalisten und Pressefotografen Norbert Müller:

„Siegburg - Ein ganz dickes Osterei holten sich unbekannte Tresorknacker in der Nacht zum Gründonnerstag im Schuhhaus Bleifeld in der Siegburger Holzgasse. Die Einbrecher, vermutlich Mitglieder der Knackerbande, die seit Wochen den Rhein-Sieg-Kreis unsicher macht, leisteten wieder Präzisionsarbeit. Fachmännisch schweißten sie den Tresor auf und holten aus drei Kassetten die Lohngelder, die letzten Tageseinnahmen, sowie Goldbarren, Silbermünzen und privates Geld des Geschäftsinhabers des Siegburger Schuhhauses. Wieder stiegen die Unbekannten durch Oberlichter in die Büroräume ein. Vom Michaelsberg her waren sie mit Leitern über mehrere Grundstücksmauern gestiegen und hatten dann die Fenster geöffnet. Wie umsichtig die Einbrecher zu Werke gingen, zeigt folgende Tatsache: Da in dem Büroraum, in der der Geldschrank steht, in der Decke vier mehrere Quadratmeter große Oberlichter sind, holten die Diebe aus der Kinderschuhabteilung Teppiche und deckten die Fensterläden zu. Sie fürchteten offenbar, dass der

Lichtschein bei den Schweißarbeiten sie verraten könnte.

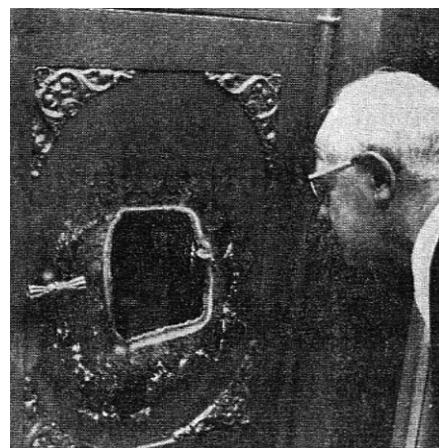
„Das waren Spezialisten“, sagten Kriminalbeamte sofort, als sie den Tatort sahen. Fein säuberlich hatten die Knacker ein 20 x 20 cm großes Loch in die äußere Stahlplatte des Tresors gebrannt. Dann schweißten sie die Gestänge des Schließmechanismus auseinander, und der Tresor war offen.

Die Häufigkeit der Tresoreinbrüche im Rhein-Sieg-Kreis wird langsam beunruhigend. Nachdem die Polizei Mitte der 60er Jahre mehrere Geldschrankknackerbanden hinter Schloss und Riegel brachte, kamen Jahre der Ruhe für Geldschrankbesitzer. Die Bande, die im Moment aktiv ist, geht mit seltener Frechheit und Aktivität zu Werke.

Glaubte die Polizei noch bei den ersten geknackten Geldschranken, Ortskundige hätten den Tresor aufgeschweißt, so scheint jetzt festzustehen, dass gut organisierte Einbrecher ihre Tipps von lokalen Mittelsmännern beziehen.

Deshalb ist anzunehmen, dass die Panzerknacker in benachbarten Großstädten zu suchen sind. Obwohl die Leitung des Schuhhauses Bleifeld die Höhe des gestohlenen Geldes nicht angeben möchte, steht fest, dass es sich um den bisher größten Coup der Geldschrankknacker handelt. Die Einbrecher erbeuteten Lohngelder für die Beschäftigten des Hauptgeschäfts in Siegburg und für die Filiale in Bergisch Gladbach.“

Soweit der Bericht!



Das beigelegte Pressefoto zeigt meinen Vater, Gustav Kellerhof, der Chef des Büros Bleifeld war, vor dem antiken grünen Geldschrank.

Wir bewohnten mit unseren drei Kindern zu der Zeit eine Wohnung über den Geschäftsräumen des Schuhhauses mit Gartenbenutzung. Unsere Schlafräume lagen auf gleicher Höhe und etwa 20 Meter entfernt von den Einstiegsfenstern und Oberlichtern. Dicke Holzjalousien schützten unsere Fenster. Und so bemerkten wir das Geschehen draußen nicht. Der damals über die Stadtgrenzen hinaus bekannte Amtsgerichtsrat Dr. Fritz Bleifeld, Verwandter des geschädigten Unternehmers, zeigte uns im Zuge der Spurensuche und -sicherung in der hintersten Ecke des Gartens eine „Täterhinterlassenschaft“. Es war, so Dr. Bleifeld wörtlich, „ein großer Scheißhaufen“. Er erklärte uns, dass Gauner vor einem großen Coup häufig so etwas absetzen. Heute, im Zeitalter gründlicher Analysen, wäre das sicher sehr verräterisch und auszuwerten.

So geschehen in Siegburg!

Edith Rumpf-Scheiwe, Neunkirchen-Seelscheid

Siegburger Episoden

Die beste Aussicht

Unter Siegburger Pohlbürgern kam es zum Streit, von welchem Standpunkt aus die beste Aussicht bestände. Sieger wurde die Goldene Ecke, denn dort könne man von dem Eingang Wehmeier bis zur Nordsee sehen.

Fußball-Stadtmeisterschaft

Herr Schneider war Rektor der Schule Innere Stadt und selbst sportlich kaum tätig. Es kam zu einem Fußballspiel der Schulen Innere Stadt und Wolsdorf auf dem Sportplatz in Wolsdorf.

Auf jeden Fall gewann Wolsdorf mit einem zweistelligen Ergebnis. Es war wohl eine lose Zusammenstellung der Mannschaften bzw. Spieler. Rektor Schneider stellte uns nach einem Zeitungsbericht die Frage, mit welcher Berechtigung wir als Schule „Innere Stadt“ Fußball gespielt hätten. Die hinter seinem Pult hängenden Ehrenurkunden bestätigten die jährlichen Schul-Stadtmeisterschaften. Er verbot uns, nochmals solchen Unsinn in die Welt zu setzen.

Kartoffelkäfer

Die Turnstunden wurden während der Kartoffel-Käferzeit für deren Suche aufgewendet. Unser Suchgebiet waren die Gärten „An den 6 Bäumchen“. Wer die meisten Käfer gesammelt hatte, bekam eine Belobigung und durfte die Käfer vernichten. Da die Sucherei langweilig wurde, haben wir die Käfer nicht mehr vernichtet, sondern bei der folgenden Suche nochmals gemeldet. In der Sammlungszeit haben wir die Erdbeeren gedünnt.

Kleingärtner-Verein

Herr Söderberg war wohl zu seiner Zeit deren Vorsitzender. Bei demselben liefen alle Fäden zusammen. Für die Verteilung der Pflanzen, Stecklinge und Dünger waren die Schüler mit Rädern sehr gefragt. Zur Pflanzzeit wurden dann die Waren ausgeliefert, wobei manches Trinkgeld fällig war. Hatte man Glück, brauchte nicht zum Stallberg oder Brückberg gefahren werden. Über diese Taschengeld-Aufbesserung waren wir immer sehr froh. Ebenso ging es mit den Weihnachtsbäumen, welche auf dem Markt verkauft wurden. Hatte man wenig Glück, musste man für 0,50 Mark den Baum bis zur Annokirche tragen.

Karl Lehmacher, Hennef

Legenden um das runde Leder

Mit etwas Wehmut denken wir Fußballbegeisterten oft an die 60er Jahre, als ich selber aktiv beteiligt und interessierter Betrachter der Fußballszone war. Auch tauchten in den Sechzigern Namen von Jugendspielern auf, die unserer Region entstammten und in späteren Jahren als Ausnahmespieler auf sich aufmerksam machten.

Eigentlich ist es müßig, aus unserem Fußballkreis zwei Spieler besonders hervorzuheben: Wolfgang Overath und Johannes Lühr.

Heute Präsident des 1. FC Köln, ist Wolfgang Overath auch in seiner aktiven Zeit seinem Club immer treu geblieben.

Ab der Bundesliga-Gründungssaison 1963/64 spielte er beim 1. FC Köln und beendete dort in der Spielzeit 76/77 seine Karriere.

In der A-Jugend kickte der Mittelfeldregisseur beim SSV 04 Siegburg. Zwei Jahre jünger, spiel-

te ich in einem Pokalspiel gegen ihn. Obwohl ich nicht völlig unbegabt, trennten uns doch Welten. Mit 0:6 ging unsere Mannschaft vom Platz.

In Köln brachte Overath es auf insgesamt 409 Einsätze in der Bundesliga. Dabei erzielte er 83 Tore, davon 13 Elfmeter.

Als äußerst agiler Spieler hielt er sich an die Gebote der Fairness, obwohl er stets Zielscheibe der härtesten Verteidiger war. Eine einzige rote Karte mag ihm verziehen werden.

Overath war ein brillanter Techniker, nahm an drei Weltmeisterschaften teil und gewann 1974 den größten Titel: Fußballweltmeister.

1968 und 1977 holte er mit dem 1. FC Köln den DFB-Pokal und wurde 1964 Deutscher Meister.

Johannes Löhr kam aus der Jugend von Eitorf 09 und spielte ab der Saison 64/65 vierzehn Jahre für den 1. FC Köln, für den er als Vollblutstürmer bei 381 Einsätzen 166 Bundesligatreffer erzielte. Auch er blieb seinem Verein treu, so auch nach der aktiven Zeit als Assistentstrainer, Manager und Cheftrainer. Mit Wolfgang Overath wurde Löhr 1964 Deutscher Meister und 1978 wiederholte er unter Trainer Hennes Weisweiler diesen Erfolg.

1968 und 1977 wurde er mit dem „FC“ Deutscher Pokalsieger, 1983 als Trainer. 1988 errang der ehemalige Nationalspieler als Trainer der deutschen Olympiiauswahl in Seoul die Bronzemedaille.

Außer Overath und Löhr machten aus unserer Region weitere Spitzenspieler auf sich aufmerksam, als aktive Spieler in den 60er Jahren oder weil sie in dieser Zeit geboren wurden, um in späteren Jahren Profis zu werden.

Franz Brungs, „Goldköpfchen“ genannt, kam als Jugendspieler des Bad Honnefer FV 1958 zum 1. FC Köln, spielte von 1960 - 1963 bei Borussia Mönchengladbach, dann beim BVB Dortmund und von 1965 -1968 beim Club in Nürnberg. Es war ihm versagt, für Deutschland zu spielen, denn sein großer Konkurrent als Mittelstürmer war Uwe Seeler vom HSV.

Stefan Engels, geboren 1960 in Mondorf am Rhein, war ein Riesentalent, absolvierte 236 Bundesligaspiele für Köln und war Nationalspieler. Eine Sportverletzung zwang ihn, seine Karriere früh aufgeben zu müssen. Sein und mein Großvater waren Vettern. Persönlich kennengelernt habe ich Stefan nie.

Horst Heldt wurde 1969 in Königswinter gebo-

ren, ging nach der Jugend zum 1. FC Köln und spielte zweimal in der Nationalelf.

Wilfried Kohlars wurde in Troisdorf-Spich geboren, spielte in der Jugend des SSV Troisdorf 05, anschließend bei der Duisburger Spielvereinigung und ab 1962 beim TSV 1860 München.

Neben den „Großen“ des Fußballs aus dem Rhein-Sieg-Kreis und der Region gilt es auch, über Ereignisse, Teams und Persönlichkeiten rund um den Ball aus den 60er Jahren zu berichten.

Am 24.06.1961 spielte der SSV 04 Siegburg im Niedersachsenstadion Hannover um die Deutsche Amateurmeisterschaft gegen Holstein Kiel.



Die Mannschaft unter Trainer Studienrat Karl Heimers: Dykstra, Eberhard Alda, Waletzke, Jochen Alda, Antoine, Miebach, Eder, Zimmermann, Witter, Konik, Römer (Foto: Stadtarchiv Siegburg).

Obwohl es in der Halbzeit noch 1:1 stand, verlor Siegburg unglücklich mit 5:1 Toren, da Ernst Dykstra und Antoine verletzt weiterspielen mussten und Jochen Alda verletzt ausschied. Die Möglichkeit auszuwechseln, bestand damals noch nicht.

Dennoch war der Titel eines Deutschen Vize-Fußballmeisters bis heute der größte Erfolg einer Mannschaft des Fußballkreises Sieg.

Erinnern möchte ich auch an den Bundesligaschiedsrichter Hans Radermacher vom TSV Wolsdorf. Er piff zwischen 1964 und 1968 26 Bundesligaspiele. Er war der Onkel meines Schulfreundes Hans-Jürgen Radermacher.

Literatur und Quellennachweis: Bundesligalexikon, Sportverlag Europa, 2003, Hennes & Co., Verlag Die Werkstatt (2000)

Paul Engels, Neunkirchen-Seelscheid

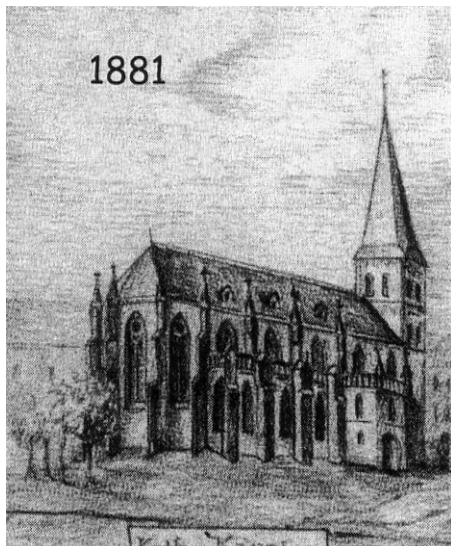
Nostalgisches

Die Pfarrkirche Sankt Servatius

Die Pfarrkirche Sankt Servatius, aus vielen Blickpunkten der Stadt zusammen mit dem Michaelsberg zu sehen und mit diesem eine Einheit bildend, stammt mit ihrem Baubeginn aus der zweiten Hälfte des 12. Jahrhunderts.

Die Vorgängerkirche, sicherlich ein kleiner, eher an eine Kapelle gemahnender Bau, in der seit Gründungszeit der Stadt für die Bevölkerung Gottesdienste gehalten wurden, wich dem neuen, prächtigen Kirchenbau, der das Wachsen der Stadt und den wachsenden Wohlstand seiner Bevölkerung widerspiegelte.

Bereits weitere 100 Jahre später reichte die romanische Emporenkirche nicht mehr den Ansprüchen, der neue hoch aufstrebende Baustil der Gotik lockte die Gemeinde zu weiteren Investitionen und - den damaligen Sitten entsprechend - wurde der Chor abgetrennt, dann niedergelegt und neu errichtet. Durch diesen schrittweisen Abriss blieb in der Zwischenzeit der Kirchenraum der Pflege des kirchlichen Lebens erhalten.



Doch dann erlahmte die Finanzkraft und bis 1503 müssen wir uns die Kirche mit einem deutlich niedrigeren Kirchenschiff vorstellen, das von dem Turm und dem hohen Chor eingeraht wurde.

Die Kirche wurde, wie alle Steingebäude des Mittelalters in der Stadt, mit dem hier anstehen-

den Gestein, dem Wolsdorfer Brocken, erbaut. Einem Gestein, das äußerst verwitterungsanfällig ist und bei allen Fragen der Sanierung und Konservierung größte Probleme bereitet, aber auch ein Gestein, das es weltweit nur einmal gibt und das hier in Siegburg in drei Bergen ansteht - dem Abteiberg, dem Wolsberg und Riemberg.



So teilte auch die Servatiuskirche - von vielen Sieburgern beklagt - das Schicksal der übrigen ehemals steinsichtigen Gebäude in der Stadt, nach und nach ihrer dunklen Steinsichtigkeit verlustig zu gehen und verputzt zu werden. Dabei muss man wissen, dass im Mittelalter, sicherlich in der früheren Neuzeit, die ganzen Gebäude verputzt gewesen waren, die Mode in der Romantik, die „alte Zeit - das Mittelalter“ zeigen zu wollen, sie erst ihrer Schutzhaut beraubt hatte.

1975-77 wurde der Turm nach voraus gegangenen Untersuchungen zur Farbigkeit nach alten Farbspuren farbig verputzt, 1984-87 folgte das Kirchenschiff.

Quelle und Fotos: Stadtarchiv Siegburg,
Dr. Andrea Korte-Böger

Finanzielle Sicherheit im Pflegefall!

Sorgen Sie frühzeitig vor mit dem exklusiven **PflegeKonto** – einem Kooperationsprodukt der

Informieren
Sie sich jetzt!

BB Bank

Grantham Allee 2–8, 53757 Sankt Augustin
Telefon (0 22 41) 92 95-0

DebeKa

Wilhelmstraße 28, 53721 Siegburg
Telefon (0 22 41) 59 55-0



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  **Hurenbach** 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

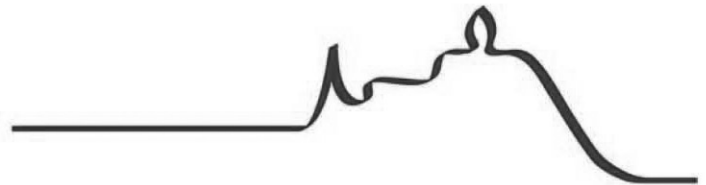


Andere versprechen Spitzenleistungen. Wir garantieren sie Ihnen.

 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





Nur wer gern im Regen
steht, braucht unsere
Verlässlichkeit nicht.

rhenag: Ihr Garant für
Versorgungssicherheit.

Erfahren Sie mehr unter:
www.rhenag.de

 **rhenag**
EnergieBündel. Seit 1872.


www.siegburg.de