



 KREISSTADT **SIEGBURG**

65ER NACHRICHTEN

VIERTELJAHRESZEITSCHRIFT
FÜR DIE ÄLTEREN MITBÜRGER

In dieser Ausgabe lesen Sie:

Allgemeines

Theater in Siegburg - Erstes Halbjahr 2012	4
Kreatives Schreiben/Reha vorm Video	5
Mitarbeitertreffen am 19.09.2011/ Advent:	
Verbrennungsgefahr steigt	6
Seniorenprogramm der Kreisstadt Siegburg/ Bilder vom alten Siegburg gesucht/ Aufruf Freizeittipps	7
Wellnessreise mit Gutscheinebuch	8
Kneipp-Güsse - wohltuend in jedem Alter	8/9
„Abenteuer See“/Literatur-Wandkalender für das Jahr 2012	10
Fotorätsel	11
Typisch Mann?	12/13
Einbrecher lieben besonders die Dunkelheit	13
Zellschutz von innen	14/15
Migräneattacken vorbeugen	15
Rätsel: Wortsterne	16
Zeit zum Lesen...	17
Weihnachtsrätsel	18
Kanuveteranen auch 2011 wieder auf Lahntour	19
Winterzeit - Saunazeit/Weihnachtsgewürz passt auch zu Herzhaftem	20
„Einfach lecker mit der Mediterranen Küche“/Zwiebel fürs Gelenk/Alzheimer	
Sprechstunde	21
Veranstaltungen bis März 2012	22-24

Besinnliches

Die Nikolausüberraschung/Erinnerung	25
Keiner bleibt auf dieser Welt/Authentisch	26
„Der von Ribbeck“/Weihnachten/Nikolaus, der Gute	27
Lachen ist gesund/Ein altes irisches Gedicht	28
Erinnerungen an die Siegburger Penne/ Das Jahr/Weihnachtszeit	29
Weihnacht/Heimliche Wunden/Das Spiegel- bild/„Der Storch“	30
So ändern sich die Zeiten!/Zeit	31
Dem Weihnachtsgewürz droht der Knast!/Tag der Freude!/Abschied	32
Alt an Jahren, doch jung geblieben/ Besinnliches/Achtung und Wertschätzung als wichtige Lebensgrund-	

Herausgeber:

Kreisstadt Siegburg, 53721 Siegburg, Nogenter Platz 10,

Finanzielle Unterstützung zur Herausgabe dieser Ausgabe gewährten:

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

Redaktion:

Heinz-Dieter Gessner, Tel: 02241/102-290 (heinz-dieter.gessner@siegburg.de)
Marion Ulmke Tel: 02241/102-254 (marion.ulmke@siegburg.de),
Andrea Hermes, Tel: 02241/102-291 (andrea.hermes@siegburg.de)

Auflage:

8.000

Titelbild:

Blick auf den Michaelsberg (gemalt von Josef Hawle)

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.**

haltung	33
Das etwas andere Rätsel/Gönn' Dir mal eine Pause/Heilige Tage	34
Winterschlaf/Im Advent/Hoffnung/Einsamer Schneemann	35
Die vier Kerzen/Zum Nachdenken/Suche	36
Neujahrserkenntnis/Schöne Bescherung/ Einstein und Socken/Evolution contra Depressionen	37
„Klatschweiber!“/Lose Sprüche/Das Jahr 2012	38
Glückwünsche	39/40

Nostalgisches

Die heiligen drei Könige	41/42
Ausgewandert vor 140 Jahren Teil V/ Leserbrief	42
60-jähriges Jubiläum des Siegburger Lehr- lingsheims	43/44
Erinnerungen an meinen Mitbruder Pater Rabanus Haacke Teil III	45/46
Die Bonner Rheinbrücke	46
Gedanken über den Fortschritt	47
Verkehrssünden 1953/54	47/48
Erinnerungen/Fotoerinnerung	48
Ein Team von Fachleuten	49/50/51
Persönliche „Begegnungen“ mit der Zanger Schule	51/52
Das Rätsel/Fotoerinnerung	53
Lehrlingsheim „Am Broichshäuschen“/Zur Geschichte der Wolsdorfer Schule	54
Sankt Nikolaus und Knecht Rupprecht/Nachtrag zu „Erinnerungen aus Siegburg“, Heft 159	55
Siegburg und Umgebung - Heimat geworden	56/57
Ergänzung zu Heft 159 „Die Abtei auf dem Michaelsberg“	57
Das Pfeifenraucher-Kollegium „Nebelwerfer“	58
Meine ersten Schuljahre	59/60
Nachtrag zur „Geschichte der Schule in Wolsdorf“/Goldhochzeiten einmal anders	60
Siegburger Fahrradwache/Fotoerinnerung	61
In die Jahre gekommen/Meine Erinnerung an die Mühlenstraße	62
Fest der heiligen Barbara	63
Erlebnisse und Erinnerungen mit dem	

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 (s. beiliegende Überweisungsträger) 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!

Grußwort



Liebe Leserinnen und Leser,

365 Tage sind schon fast wieder vergangen. Das Weihnachtsfest steht vor der Tür, und die meisten von uns freuen sich, endlich Zeit mit der Familie und mit Freunden zu verbringen und bei Plätzchen und leckerem Braten Erinnerungen auszutauschen und Pläne für das neue Jahr zu schmieden.

Mit der Weihnachtsausgabe 2011 der "65er Nachrichten" möchten wir Sie, liebe Leserinnen und Leser, ein wenig auf das Weihnachtsfest einstimmen.

Vergessen möchte ich dabei nicht, dass die Herausgabe der Zeitschrift nur mit Hilfe der vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter möglich ist, die uns mit zahlreichen fröhlichen und nachdenklichen Gedichten, Fotos und Berichten aus der vergangenen Zeit unterstützen. Ihnen gilt einmal mehr mein herzliches Dankeschön.

Ein besonderer Dank gilt aber auch den vielen Leserinnen und Lesern, die mit Spenden und Inseraten die kostenlose Herausgabe der Zeitschrift an alle über 65-jährigen Siegburgerinnen und Siegburger ermöglichen. Ich freue mich, dass über 1.300 ehemalige Siegburger in aller Welt über die "65er Nachrichten" mit unserer schönen Heimatstadt verbunden bleiben; viele dankbare Zuschriften belegen die Wertschätzung unserer Seniorenzeitschrift als Brücke zur alten Heimat.

Ich wünsche Ihnen, liebe Leserinnen und Leser und Ihrer Familie frohe und geruhsame Weihnachtstage und für das Jahr 2012 Gesundheit, Glück und ein friedvolles Miteinander.

Siegburg, im Dezember 2011

Freundliche Grüße
Ihr

(Franz Huhn)
Bürgermeister

Allgemeines

Theater in Siegburg Erstes Halbjahr 2012

Das Feuerwerk

Musikalische Komödie in drei Akten von Paul Burkhard

Montag, 19.03.2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle

Fabrikant Albert Oberholzer feiert seinen 50. Geburtstag und hat dazu alle lieben Verwandten eingeladen. Tochter Anna bereitet den Empfang der Gäste vor, freut sich auf die Tanten und die Onkel und hofft, dass diesmal auch ihr Lieblingsonkel Alexander kommt, der als Bub daheim durchgebrannt und zum Zirkus gegangen ist.

Alle Verwandten gesellen sich zusammen – in all ihrer Biederkeit, Gemütlichkeit und Klatschsucht.

Und dann kommt noch ein Überraschungsbesuch: Onkel Alexander, aus dem inzwischen der Zirkusdirektor Obolski geworden ist, und seine Frau Iduna. Die Familie ist geschockt: Denn das vermeintlich schwarze Schaf strotzt vor Selbstsicherheit und seine Frau vor Koketterie. Allein ein Feuerwerk im Garten vermag die einigermaßen gereizte Stimmung zu beruhigen. Aber es kommt noch schlimmer: Anna, die zum Entsetzen ihrer Eltern vom Gärtner Robert heiß verehrt wird, ist von den Zirkus-Verwandten so begeistert, dass sie überlegt, der Bürgerlichkeit zu entfliehen und in die Welt der Clowns und Artisten einzutauchen.

Wunderschöne Melodien wie "O mein Papa" oder "Ich hab' ein kleines, süßes Pony", begeistern das Publikum.

Heiße Zeiten

Wechseljahre – ein musikalisches „Hormonal“

Samstag, 21.04.2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle

Die Heldinnen aus den Quotenschlagern „Sex and the City“ und „Desperate Housewives“ können einpacken, wenn SIE auf die Bühne treten: die Damen in den besten Jahren. Am Flughafen treffen vier Frauen aufeinander, die zwei Dinge gemeinsam haben: Ihr Flieger verspätet sich aus noch unbekannteren Gründen und sie befinden sich in den Wechseljahren, bzw. zumindest kurz davor. Wenn sie dann loslegen, bleibt kein Wechseljahr-Thema mehr tabu. Zu legendären Songs und Evergreens treffen sie und die vier Musiker auf der Bühne – vom Solo bis zum Quartett – je nach Stimmung den richtigen Ton: unverblümt, schmeichelnd, zornig,

schnippisch, sentimental oder frivol. Auf jeden Fall höchst – musikalisch! Liebevoll hat Tilmann von Blomberg die unterschiedlichen Frauenfiguren gezeichnet: die Karrierefrau, die Hausfrau, die Vornehme und die Dauerverlobte. So unterschiedlich sie auch sein mögen, so steckt doch in jeder von ihnen ein wenig von der anderen und jede kämpft auf ihre Art und Weise mit der Spezies Mann.

Chorprobe

Lustspiel von Dietmar Bittrich

Donnerstag, 10.05.2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle

Großes steht bevor für den Laienchor: Zur Geburtstagsfeier des Bürgermeisters, die im Fernsehen übertragen wird, gilt es, ein Ständchen einzuüben. Als Dank winkt eine aus der Gemeindekasse finanzierte Karibik-Reise. Die Vorfreude währt nur kurz. Chorleiter Werner (Heinz-Werner Kraehkamp) beherrscht alle Zwischentöne vom einschleichenden Säuseln bis zum Kasernenhofgebrüll, um die ausgelassene Truppe wieder unter seine Kontrolle zu bringen. Assistent von seiner untertänigen Korrepetitorin (Bettina Koch) lobt der selbstherrliche Dirigent selten und rügt ständig: Tenor Klaus (Claudius Freyer), eine Mischung aus Elvis und Speichellecker, Sopran Gisela (Ilona Schulz), ewig angstvoll in ihr Strickzeug vertieft, Alt Barbara, stets bemüht, Werner mit ihrem schüchternen Hausfrauen-Charme zu becirren, und Bass Heinz (Rüdiger Wandel), die Einfalt in Person. Ein Ohrenschmaus und ein Muss, nicht nur für Chorsänger!

Informationen und Kontakt:

Kategorie 1: 25,- €, Kategorie 2: 20,- €, Kategorie 3: 17,50 €.

Informationen zu den Platzkategorien erhalten Sie im Internet unter

www.rhein-sieg-halle.de.

Vorverkauf:

Gegenbauer Ticketservice in der Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1, Siegburg, Tel.: 02241/239193-19
Stadtmuseum, Markt 46, Siegburg, Tel.: 02241/55733, Tourist-Information, Europaplatz 3, Siegburg, Tel.: 02241/9698533, BONNTICKET, Tel.: 0180/5001812, Köln Ticket, Tel.: 0221/2801 und alle bekannten Vorverkaufsstellen.

Kreatives Schreiben

Sie nehmen eine Tablette mit einem Glas Wasser zu sich, behandeln eine schmerzende Hautstelle mit einer wohltuenden Creme, ein Masseur walkt Ihren gebeutelten Rücken durch.... Sie sprechen mit einem Freund über anheimelnde, Sie beide verbindende gemeinsame Erlebnisse.... Nach kurzer Zeit spüren Sie eine wohltuende Entspannung, atmen erst einmal ganz tief durch. Können Sie sich vorstellen, dass ein einfacher Bleistift mit einem Blatt Papier und einem kleinen Stück Ihres eigenen Dazutuns Sie ebenfalls entspannt, Ihnen vielleicht sogar hilfreich sein kann?

Seit Jahren belastet mich eine chronisch entzündliche Darmerkrankung, Morbus Crohn, die mich inzwischen in vielen wichtigen Lebensbereichen erheblich einschränkt.

Zu meinen zahllosen „medizinischen“ Bemühungen war ich lange Zeit auf der Suche nach einer weiteren, mich stärkenden Kraftquelle, bei deren Nutzung ich nach Möglichkeit eigene Gestaltungsmöglichkeiten habe. Dank eines glücklichen Zufalls entdeckte ich eine Schreibwerkstatt in der Kölner Innenstadt und probierte das „Kreative Schreiben“ für mich aus. Dabei erfuhr ich Zuspruch, Erleichterung, manchmal auch Bestätigung. Anfänglich habe ich wahllos kleine Geschichten und Gedichte, je nach meiner eigenen Befindlichkeit, für mich selbst geschrieben. Inzwischen kann ich mit meinen Texten auch anderen Menschen weiterhelfen. So sind in den letzten Jahren 14 Bücher entstanden, die weitestgehend vergriffen sind. Schreiben können Sie sowohl in Ihrem persönlichen Bereich als auch in einer Schreibwerkstatt.

Welchen Nutzen hat eine Schreibwerkstatt?

Die Teilnahme an einer Schreibwerkstatt ist für mich ein Motor, der vieles gedanklich und vom Gefühl her bewegt, einiges auch aktiviert: hier können wir uns unsere eigenen Texte vorlesen, bekommen Anregungen, Hilfe, gelegentlich sogar Beifall und Bestätigung. Dazu lernen wir neue, uns bisher noch unbekanntere Sichtweisen kennen.

Oft sind es gerade die unscheinbaren Kleinigkeiten unseres Alltags, die ganze Erinnerungs-

ströme in uns wach rufen und das Vergangene wieder spürbar lebendig werden lassen.

Alle diese kleinen Dinge tragen lebendige Geschichten in sich, die wir längst vergessen glaubten, die aber nun hartnäckig und zielstrebig an die Oberfläche drängen. Vergangenes wird gegenwärtig! Schreiben kann uns stärken, kann, wenn wir uns darauf einlassen, zu einer neuen inneren Kraftquelle werden. Manchmal schreibe ich auch bissige Texte, in denen ich einfach nur austeile, gelegentlich aber auch selbst kräftig einstecke. Während des Schreibens spüre ich, wie sich der Stress in mir etwas abbaut und ich ruhiger werde. Die Wahl der Textart hängt letztlich jeweils von meiner inneren Befindlichkeit ab. Meine Erkrankung ist dabei fast nie ein eigenständiges Thema, obwohl jede Aussage auch immer etwas mit der Persönlichkeit des Schreibers zu tun hat und manches offenlegt: ob und wie das Schreiben im Einzelnen hilft, kann jeder nur für sich selbst herausfinden.

Ein Versuch lohnt sich, wie ich an mir selbst erfahren habe, immer!

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Schreiben. Wenn Sie Fragen zum Kreativen Schreiben oder zur Gründung einer Schreibgruppe haben, können Sie sich gerne direkt an mich wenden.

Fritz Johann Andrzejewski
-fritzerjohann-
Telefon: 0178/395 6900
fj_andrzejewski@yahoo.de

Reha vorm Video

Videospiele mit Bewegung (beispielsweise Wii und Playstation) können helfen, dass das Gehirn nach einem Schlaganfall umlernt. Insbesondere bei Patienten mit eingeschränkter Armbeweglichkeit waren Übungen vorm Bildschirm erfolgreicher als herkömmliche Physiotherapie, berichten kanadische Mediziner.

Quelle: vigo, AOK Rheinland/Hamburg

Mitarbeitertreffen am 19.09.2011

Die Stadt Siegburg hatte die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der „65er Nachrichten“ am 19.09.2011 für 14.00 Uhr zu einem gemütlichen Nachmittag eingeladen. Die Gästeschar war groß, denn es lockten Kaffee und Kuchen.

Zu Beginn des Nachmittages hielt Frau Dr. Korte-Böger einen Vortrag über die Benediktiner und Franziskaner in Siegburg.

Mich persönlich hat dieser Beitrag sehr beeindruckt, da er Dinge enthielt, die mir in dieser Form nicht bekannt waren.

Schön empfand ich es auch, dass der Bürgermeister, Herr Huhn, sich die Zeit nahm, noch eine kleine Ansprache zu halten und Dankesworte an uns zu richten.

Kuchen und Kaffee waren reichlich da, es freute sich nicht nur das Auge, sondern auch unser Magen über diese Köstlichkeiten.

Schade, dass nach dem gemeinsamen Gruppenfoto die meisten Teilnehmer sehr schnell fort waren. Mancher hätte gerne noch einen Beitrag für die Runde gebracht.

Ich war ganz erstaunt, in den vielen Jahren, die ich bereits dabei bin, hat sich eine Runde noch nie so schnell aufgelöst.

Aber es kommt ja hoffentlich wieder eine Einladung für 2012, dann sieht wieder alles anders aus.

Nicht vergessen möchte ich zum Schluss, ein herzliches „Danke“ an das Team der „65er Nachrichten“ für die Mühe bei der Gestaltung des Nachmittags zu sagen, nicht alles ist selbstverständlich.



(Foto: Wolfgang Hübner-Stauff, Stadtverwaltung)

Ingrid Beine, Köln

Advent: Verbrennungsgefahr steigt Die Hälfte der Unfälle passieren Kindern

„Vorsicht, heiß!“ Diesen Satz hören Kinder häufig in der Adventszeit. Leider oft zu spät. Vergangenes Jahr mussten im November und Dezember mehr als 100 DAK-Versicherte wegen Verbrennungen im Krankenhaus behandelt werden. Die Hälfte davon waren Kinder unter sechs Jahren.

Häufigste Ursache: Heiße Getränke

„Kinder verbrennen sich gar nicht so oft an Kerzen, sondern viel häufiger an heißen Herdplatten, Backöfen oder Getränken“, sagt DAK-Ärztin Elisabeth Thomas. „Eltern und Großeltern sollten den Forscherdrang ihres Kindes nicht unterschätzen und es nie allein beim Backen, Kochen oder mit Kerzen und Zündhölzern lassen. Auch heiße Getränke gehören nicht in die Reichweite von Kindern.“

Kinderhaut besonders empfindlich

Verbrennungen sind für Kinder besonders gefährlich. Denn ihre Haut ist dünner als die der Erwachsenen. So entstehen schneller tiefe Verletzungen. „Schon 60 Grad reichen bei einer gewissen Dauer aus, um Hautverbrennungen hervorzurufen“, warnt Thomas. „Lebensgefahr besteht bei Kindern bereits, wenn acht Prozent der Körperoberfläche verbrannt sind.“ Allein eine Tasse Tee kann bis zu 30 Prozent der Haut eines Kindes verbrühen.

Erste Hilfe: Wunde mit kaltem Wasser kühlen

Sollte es zu einem Unfall kommen, muss zügig gehandelt werden. Schwerere Verletzungen müssen schnell ärztlich versorgt werden. „Bis der Notarzt eingetroffen ist, die Wunde möglichst nicht berühren und unter laufendem kaltem Wasser rund 20 Minuten kühlen“, empfiehlt die DAK-Ärztin. „Das Kühlen verhindert, dass die Verbrennungen auch in tieferen Hautschichten Schäden verursachen.“ Thomas rät von Salben, Puder oder Hausmitteln, wie Butter und Mehl, ab. „Sie helfen nicht, sondern gefährden die Heilung, weil sie mit der offenen Wunde verkleben.“ Kleidung sollte nur entfernt werden, wenn sie nicht fest klebt.

Quelle: DAK PresseServer

Senioren-Programm der Kreisstadt Siegburg

14.12.2011: „Museum-Rallye“

14.30 Uhr - Ein spannender Nachmittag im Stadtmuseum

10.01.2012: „Winterimpressionen am Wasser“

14.30 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)

Der jeweilige Treffpunkt wird bei Anmeldung bekanntgegeben.

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

Mo.-Do. 9.00-12.00 Uhr und 13.00-15.00 Uhr

Fr. 9.00-11.00 Uhr

Bilder vom alten Siegburg gesucht!

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

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

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

Selbstverständlich geben wir Ihnen die Fotos danach sofort zurück.

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“, Nogerter Platz 10, 53721 Siegburg.

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

Allgemeines

Wellnessreise mit Gutscheinbuch Neues Gutscheinbuch zum Wohlfühlen & Entspannen erschienen 2. Auflage



111 beliebte Wellness-Oasen in einem Buch

Mit der „Wellnessreise mit Gutscheinbuch.de Deutschland“ kann jeder beim Wohlfühlen sparen und den Alltag vergessen. Die 126 Gutscheine der 111 ausgewählten Wellness-Oasen geben inspirierende Tipps zum Entspannen. Alle teilnehmenden Wellness-Tempel werden auf zwei Seiten detailliert beschrieben und mit Bildern vorgestellt.

Wellness genießen und dabei sparen

Die Wellnessreise mit Gutscheinbuch.de entführt in das traumhafte Ambiente ausgewählter Oasen der Ruhe. Fernab von Stress und Hektik verführen Massagen, Saunagänge und Rundum-Verwöhn-Programme dazu, die Seele baumeln zu lassen.

Gutscheine für eine zweite Wellness-Behandlung, eine zweite Massage oder eine zweite Tageskarte für die Therme laden Wellness-Fans zum Erholen ein: Der Wellness-Partner geht meist gratis mit.

126 Wellness-Gutscheine zum Wohlfühlen

Durchschnittlich sparen Genießer mit jedem Wellness-Gutschein des Gutscheinbuchs 22 Euro. Die „Wellnessreise mit Gutscheinbuch.de Deutschland 2011/2012“ ist ab sofort in limitierter Auflage für nur 19,95 Euro im Buchhandel und weiteren Verkaufsstellen erhältlich. Da hat sich die Anschaffung mit dem ersten eingelö-

sten Gutschein meist schon gelohnt. Alle 126 Gutscheine sind bis 28.

Februar 2013 gültig und bieten eine Gesamt-Ersparnis von über 2.800 Euro.

Gratis in jedem Wellness-Gutscheinbuch: 25 Euro-Guthabekarte für Deutschlands größtes Coupon-Portal und SPAREN.de

Mit über 10.000 Coupons im Online-Portal und der Gutschein-App wird in über 3.500 Städten und Orten gespart. Die Gutscheine gibt es für Gastronomie, Freizeit, Shopping, Wellness, Reisen und Hotels. Die Coupons werden am Computer ausgedruckt oder per Handy eingelöst.

Kneipp-Güsse - wohltuend in jedem Alter

Seit ca. 15 Jahren verbringen meine Frau und ich unseren Jahresurlaub in Bad Wörishofen. Warum immer wieder in Bad Wörishofen? Aus unserem Bekanntenkreis erhielten wir vor langer Zeit Hinweise auf den Kneipp-Kurort Bad Wörishofen im Unteren Allgäu.

Ich habe im Laufe der vielen Jahre festgestellt, dass die Anwendungen von Pfarrer Kneipp, der in Wörishofen gelebt und gearbeitet hat, nicht nur mir, sondern einer Vielzahl junger und alter Menschen viel Gutes bewirkt haben und auch heute noch bewirken. Ein Grund, sich mit Kneipp und seiner „Lehre“ mal näher zu beschäftigen.



Am 17. Mai 1821 wurde Pfarrer Sebastian Kneipp in Stephansried, unweit von Ottobeuren, geboren. Es waren bescheidene Verhältnisse, in denen Kneipp aufwuchs. Der Vater war Weber. Schon sehr früh hatte der Sohn den

Wunsch geäußert, Geistlicher zu werden. Er beschloss, das Geld für das Studium selbst zu verdienen. Im Jahre 1841 wurde bei einem Feuer in Stephansried das Haus der Familie Kneipp vernichtet und auch das ersparte Geld von Sebastian auf dem Speicher des Hauses. Er ging auf Wanderschaft und bettelte. Bei vielen Pfarrherren warb er für seinen Wunsch, Priester zu werden. Bei Kaplan Dr. Merkle erhielt er Lateinunterricht und leistete nebenbei landwirtschaftliche Dienste bei seinem Hausherrn. Beim Ortsvorsteher Schmid erhielt er Kost und Logis. Im Dezember 1844 trat er in das Gymnasium in Dillingen ein. Bereits im Jahre 1846 erkrankte er an Lungentuberkulose. Trotz aller Schwierigkeiten gelang es Kneipp, 1848 das Gymnasium mit dem Abitur abzuschließen. Dann studierte er Philosophie an der Universität in München. Dort fand er in der Hofbibliothek ein Büchlein: „Von der Kraft und Wirkung des frischen Wassers auf die Leiber der kranken Menschen.“ Jetzt ging Kneipp drei Mal in der Woche in die Donau und nahm Heilbäder. Aufgefrischt und gestärkt verließ er den Fluss.

1852 wurde er zum Priester geweiht. Kaplan wurde er zunächst in Biberbach, dann in Boos. 1854 wurde er zum Stadtkaplan in Augsburg ernannt und 1855 Leiter des Dominikaner-Klosters in Wörishofen. Schließlich trat er 1881 eine Pfarrstelle, auch in Wörishofen, an. 1886 erfolgte die erste Auflage des Buches: „Meine Wasserkur“. Wörishofen wurde zum Kurort, und die Kneipp-Bewegung fand ihre ersten Anhänger. 1888 wurde ein Badehaus für Männer errichtet, 1890 die Wandelhalle eröffnet und der erste Kneipp-Verein gegründet.

Nach der Lebensbeschreibung von Pfarrer Sebastian Kneipp möchte ich nun über die Hydrotherapie, hier die Behandlung mit Güssen, berichten. Außerdem gibt es noch die Behandlung von Bädern und Wickeln.

In den meisten Kurhotels, Kurkliniken und Sanatorien werden heute die vorgenannten Anwendungen an die Gäste verabreicht. Aber auch zu Hause kann man bequem Güsse durchführen, z.B. Knieguss, Schenkelguss, Gesichtsguss, Armguss und Brustguss. Unter einem Guss im Kneippschen Sinne versteht man eine Anwendung, bei der ein gebündelter, fast druckloser Wasserstrahl an einzelnen Körper-

teilen entlang geführt wird. Es gibt aber auch einige Regeln für die Gesundheitspflege zu Hause. Eine wichtige Regel lautet: Niemals eine kalte Anwendung auf ein kaltes Körperteil. Während der Anwendung soll man sich ruhig verhalten, gleichmäßig und tief atmen.

In der Rhein-Sieg-Rundschau vom März 2011 las ich einen Artikel: „Kalter Guss macht müde Mucher munter.“ Bei den Mucher Gesundheitstagen im März dieses Jahres wurde u.a. vom Kneipp-Armbad und vom Tautreten auf der Wiese sowie vom Wassertreten berichtet.

Tautreten ist sicher die bekannteste Kneipp-sche Anwendung. Fünf Minuten im frischen Tau marschieren, am besten gleich vom Bett aus und dann wieder zurück ins warme Bett. Barfuß laufen in der freien Natur, auf der Wiese, dient außerdem der Kräftigung der Muskulatur.

In unserem diesjährigen Urlaub lasen wir in der Bad Wörishofer Gäste-Zeitung, Ausgabe Juni 211, zum 190. Geburtstag von Pfarrer Kneipp: „Das ist Rekord! 2400 Unterarme tauchen in das längste Armbad der Welt.“ Viele fleißige Hände waren in der Kurstadt nötig, um die 1050 (!) Armbecken mit Wasser zu füllen. Auf unzähligen Bierbänken wurden die Armbecken auf einer Länge von einem Kilometer platziert. Hunderte Schüler hatten riesigen Spaß beim Weltrekord im Armbaden.

Last, but not least, unser Shetlandpony hatte eine Hufrehe, die durch den Tierarzt festgestellt wurde. Hufrehe ist eine Entzündung im Hufbett. Die Spritzen gab der Tierarzt, und wir unterstützten diese Behandlung mit Wassergüssen nach Kneipp im Hufbereich - mit großem Erfolg. So kann ich mit Fug und Recht behaupten, dass Kneippgüsse nicht nur den Menschen wohl bekommen, sondern auch den Tieren helfen.

Karl-Heinz Neifer, Siegburg

„Abenteuer See“

Spannende Kapitängeschichten von Harry Banaszak



Erleben Sie spannende, mitunter kuriose und oftmals humorvolle Episoden aus dem wahren Leben gestandener Seefahrer, wenn Autor und Seebär Harry Banaszak von seinem Kapitänsdasein berichtet und sein Fotoalbum öffnet. Zwanzig Jahre meisterte der Kapitän auf Schiffen der Kleinen und Mittleren Fahrt schlimmste Stürme, Havarien und das Miteinander auf engstem Raum. Entstanden sind unterhaltsame Liebeserklärungen an die See, an die Kameradschaft und das Abenteuer. Ob mit Dynamit im Laderaum, Versuchungen in Charlie's Bar oder Mord an Bord, Banaszak sorgt für eine kurzweilige Reise in die Zeit der guten alten Seefahrt.

128 Seiten, 33 Abbildungen, Broschur
ISBN 978-3-940101-99-0
9,95 Euro

Herausgeber:

Steffen Verlag
Mühlenstraße 72
17098 Friedland
Tel.: 039601 - 274 - 0
Fax.: 039601 - 274 - 21

Internet: www.steffen-verlag.de
www.harry-banaszak.de

Literatur-Wandkalender für das Jahr 2012

Nach der Veröffentlichung von 14 Büchern, zuletzt „SchreibMedizin“ (2011), das inzwischen in der 3. Auflage angeboten wird, folgt jetzt die Herausgabe meines ersten selbst konzipierten Wandkalenders - jeder auf Wunsch handsigniert - für das Jahr 2012. Der farbig gestaltete Kalender in DIN A 4 - Größe zeigt auf seinen zwölf Monatsblättern die wichtigsten Titelbilder meiner Buchveröffentlichungen, jeweils in der Reihenfolge ihrer Entstehung. Jedes Blatt trägt dazu einen Spruch, der Mut machen und zum Nachdenken anregen möchte.

Auch bei diesem Projekt präsentiere ich Ihnen wieder Gäste, die den Kalender mit Wort und Bild bereichern.

Der Kalender kann zum Selbstkostenpreis von 7,50 € bestellt werden.

Eventuelle Einnahmeüberschüsse kommen wieder Kindern in Köln zugute, die jeder möglichen Hilfe besonders bedürfen.



Fritz Johann Andrzejewski
fritzderjohann
fj_andrzejewski@yahoo.de
Telefon 0178 395 6900

Fotorätsel



Wie heißt die Kirche, in der diese himmlischen Heerscharen in einem seligen Tal jubilieren?

Foto: Dr. Andrea Korte-Böger, Stadtarchiv Siegburg

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

3 x 1 Buch Wellnessreise mit Gutscheinebuch.de
Deutschland

2 x 1 Buch „Abenteuer See“ von Harry Banazak

2 x 2 Karten Seniorensitzung

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

Einsendeschluss ist der 02.02.2012
Teilnahmeberechtigt sind alle Leserinnen und
Leser ab 65 Jahren

Auflösung des Rätsels aus Heft 159:

Auf dem Bild ist das Landratsamt, heute Kreis-
haus, zu sehen.

Gewonnen haben:

Regina Krautheuser, Siegburg
Arnold Bierther, Siegburg
Therese Girharz, Siegburg
Gerd Klein, Siegburg
Liesel Fischer, Siegburg
Rolf J. Hombach, Siegburg
Irmgard Herschel, Siegburg
Hanni Michels, Siegburg

**Allen Gewinnerinnen und Gewinnern
herzlichen Glückwunsch!**

Typisch Mann?

Warum Männer sich so wenig um die eigene Gesundheit kümmern

Ist Krankheit ein Zeichen von Schwäche? Auf den ersten Blick würden die meisten Männer diese Einschätzung wohl ins Reich der Klischees verweisen. Dennoch handeln viele unbewusst danach. Tatsächlich gehen Männer nur halb so häufig zum Arzt wie Frauen. Sie gehen seltener zur Vorsorge, wissen vergleichsweise wenig über Gesundheit und missachten häufig sogar massive körperliche Warnsignale. „Viele Männer wollen noch immer der traditionellen Rolle entsprechen“, erklärt der Diplom-Psychologe und DAK-Experte Frank Meiners. „So genannte Wehwehchen passen da nicht ins Bild.“

Umgekehrt erwartet auch die Gesellschaft von Männern offenbar eine gewisse Rücksichtslosigkeit im Umgang mit dem eigenen Körper. So werden zum Beispiel Männer, die sich mit Kopfschmerzen oder Migräne krank melden, insgeheim häufig belächelt. Wer dagegen einen Kater zugibt, gilt bei den Kollegen schon eher als „echter Kerl“.

Männer leben riskanter und sterben früher

Männer sterben mehr als fünf Jahre früher als Frauen. Schuld daran sind, neben der Scheu vor einem Arztbesuch, auch bestimmte männliche Verhaltensweisen. So praktizieren mehr Männer als Frauen Risikosportarten wie Bungee-Jumping und Fallschirmspringen. Sie ernähren sich weniger gesund – lieben laut einer DAK-Umfrage vor allem Fleisch auf dem Teller, was häufig zu schlechten Cholesterinwerten und Arterienverkalkung führt. Auch insgesamt machen sich Männer beim Essen wenig Gedanken. „Hauptsache, es schmeckt“ gab fast jeder Dritte zu Protokoll.

Übergewicht und Bewegungsmangel

Viele Frauen setzen schon wegen der Figur alles dran, in Form zu bleiben. Zwei von drei deutschen Männern sind dem gegenüber nach Angaben des Europäischen Statistikamtes Eurostat zu dick – und riskieren Krankheiten wie Diabetes, Herzinfarkt und Schlaganfall. Während Frauen mit Übergewicht schnell als disziplinos gelten, wird der männliche „Bauch-

ansatz“ ab einem bestimmten Alter gesellschaftlich durchaus akzeptiert.

Risiko Rettungsring

Bei Männern sammeln sich überflüssige Kilos meist um die Körpermitte an und belasten den Stoffwechsel. Für Frauen ist das Risiko von Diabetes oder Arterienverkalkung geringer, weil die Pölsterchen meist besser verteilt sind.

Soziales Immunsystem

Ebenfalls ein wichtiger Faktor: Frauen verfügen in Krisenzeiten offenbar über eine Art „soziales Immunsystem“. „Männer können ihre Gefühle oft nur schwer ausdrücken und gehen meist auch weniger soziale Bindungen ein“, erläutert der DAK-Psychologe. „Diese sind jedoch eine wichtige Voraussetzung für Gesundheit und seelisches Wohlbefinden.“ Besonders deutlich wird dies bei schweren Krankheiten: Während Männer häufig mit ihrem Schicksal hadern, gelingt es Frauen oft schneller, eine neue Perspektive zu entwickeln und ihre Lebensfreude wiederzuerlangen.

Gesundheitsrisiko Ruhestand

„Der hat aber nicht viel von seiner Rente gehabt“, heißt es häufig, wenn Männer schon kurze Zeit nach der Verabschiedung ernsthaft krank werden oder sterben. Tatsächlich können Langeweile, fehlende Erfolgserlebnisse und Rollenkonflikte mit der Ehefrau zu Depressionen und Symptomen führen, die denen von akutem Stress ähneln. Das Herzinfarktrisiko ist für Männer in dieser Zeit dreimal so hoch wie für Frauen. „Für Männer spielt die Bindung im Betrieb, an Kollegen und Kunden eine wichtige Rolle. Nach der Pensionierung fallen viele dann buchstäblich in ein tiefes Loch“, erläutert Diplom-Psychologe Frank Meiners. Sein Tipp: Männern, die sich bewusst auf „die Zeit danach“ vorbereiten, Hobbys und Aktivitäten in Familie und Freundeskreis pflegen, fällt der Übergang leichter.

Flucht in die Sucht

Das traditionelle männliche Selbstbild verhindert häufig auch, dass diese in Stress- und Belastungssituationen Hilfe annehmen. Statt Aufgaben zu delegieren, wollen es viele alleine schaffen – trinken stattdessen Alkohol zur Entspannung oder rauchen zu viel. Leider entsteht

daraus schnell ein ernst zu nehmendes Suchtpotenzial. So sterben deutlich mehr Männer als Frauen an den Folgen überhöhten Alkoholkonsums. Auch beim Rauchen – und den damit verbundenen Gesundheitsrisiken – führen Männer die Statistik an.

Alte Muster weichen auf

Erfreulich: In jüngster Zeit scheint sich das Bild langsam zu wandeln. „Besonders aktive Männer um die 50, deren Leben sich weniger als das ihrer jüngeren Altersgenossen um Karriere und Leistung dreht, gewinnen in Sachen Gesundheit und Vorsorge oft neue Einsichten“, berichtet DAK-Experte Meiners. „Raus aus der Risikogruppe, rein in die Selbstverantwortung – das kann für jüngere Männer ein Vorbild sein.“

DAK PresseServer

Einbrecher lieben besonders die Dunkelheit

Es geschieht beinahe im Minutentakt: Einbrecher gehen ihren Interessen landauf, landab regelmäßig und durchaus zu unerwarteten Zeiten nach. Doch es gibt natürlich Schwerpunkte für Einbrüche – die dunklen Wintermonate gehören dazu. Den materiellen Schaden beziffert der Gesamtverband der deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) auf rund 500 Millionen Euro. Von November bis Januar werden die meisten Einbrüche begangen. Das belegt eine Studie der Kölner Kriminalpolizei. Die Gründe hierfür: Zum einen liegt es daran, dass nicht mehr der klassische Sommerurlaub bei den Familien auf dem Programm steht. Immer mehr spontane Kurzurlaube haben dafür gesorgt, dass eigentlich das ganze Jahr über „Urlaubszeit“ ist. Zum anderen gibt es, speziell in den Großstädten, immer mehr Singles, die auch außerhalb der Schulferien in den Urlaub fahren.

Zusätzlich bieten die Abende mit früh eintretender Dunkelheit den Einbrechern noch wesentliche Vorteile. Das unbeleuchtete Haus in der Dämmerung ist mit großer Wahrscheinlichkeit leer. Trotz der Dunkelheit ist noch Betrieb auf den Straßen.

Deshalb fallen potentielle Täter nicht so leicht

auf: Sie werden in der Dunkelheit einfach nicht wahrgenommen, und auch die Anonymität macht es den Tätern leicht, nicht aufzufallen.

Um dieser potentiellen Gefahr aus dem Weg zu gehen, sollte man für ein korrekt abgesichertes Heim sorgen. Experten auf dem Gebiet der nachrüstbaren Sicherheitstechnik bieten für nahezu alle potentiellen Einstiegswege von Einbrechern geeignete Produkte an. Zusatzsicherungen für Fenster und Türen sorgen dafür, dass ein Dieb weitaus mehr Zeit aufwenden muss, um erfolgreich zu sein – wenn er es überhaupt schafft. Je länger der Einbruchversuch dauert, desto mehr steigt das Risiko, entdeckt zu werden. Profis erkennen hochwertige Sicherungen bereits von außen, mit der Folge, dass Sie sich ein anderes Objekt suchen.

Daneben gibt es aber auch Verhaltenstipps, mit denen für ein Plus an Sicherheit gesorgt werden kann. So sollte man darauf achten, dass ab der Dämmerung in mehreren Zimmern das Licht brennt bzw. mittels einer Zeitschaltuhr an- und ausgeschaltet wird. So wird der Eindruck erweckt, als sei jemand zu Hause.

Auch eine gute und aufmerksame Nachbarschaft kann dafür Sorge tragen, dass das Einbruchrisiko gemindert wird.

Weitergehende Informationen zu diesem Thema hält unter anderem die bundesweite Initiative für aktiven Einbruchschutz „Nicht bei mir!“, in der Polizei und Verbände der Sicherheitswirtschaft zusammenarbeiten unter www.nicht-bei-mir.de bereit.

Quelle: Weisser Ring



Zellschutz von innen

Beugen grüner Tee, Brokkoli und Vollkornkost Krebs vor? Wie viel bringt eine gesunde Kost wirklich? Was Experten heute wissen

Liegt es am Vollkorntoast zum Frühstück, am Brokkoli auf der Gemüsepizza oder an der Tomatenscheibe zum Abendbrot? Über die Gründe, warum die einen an Krebs erkranken und andere davon verschont bleiben, rätseln Wissenschaftler. Eine ihrer zentralen Fragen lautet: Können wir uns mit Löffel, Messer und Gabel vor Krebs schützen? Seit den 1980er-Jahren laufen dazu umfangreiche Studien, an denen zum Teil Hunderttausende Menschen teilnehmen und zu ihren Ernährungsgewohnheiten Auskunft geben. Was die Forscher interessiert: Erkranken Frauen, die viel Obst und Gemüse essen, seltener an Brustkrebs? Bekommen Fleischesser häufiger Darmkrebs? Schützt eine gemüserreiche Kost vor einem Prostata-Tumor? Gleichzeitig testen Forscher in Zellkulturen, in Tierversuchen und am Menschen, welche Substanzen aus unserer Nahrung das Potenzial haben, Krebszellen zu hemmen oder zu fördern.

Ernährung ist ein Puzzlestein

„Gesundes Essen allein kann eine Krebserkrankung nicht verhindern“, sagt Professorin Cornelia Ulrich, Wissenschaftlerin am Nationalen Zentrum für Tumorerkrankungen und Leiterin der Abteilung Präventive Onkologie am Deutschen Krebsforschungszentrum in Heidelberg. „Die Ernährung ist jedoch ein wichtiger Puzzlestein, mit der jeder sein persönliches Risiko senken kann.“

Mit einigen Ausnahmen: Ein Hirntumor hat vermutlich nichts mit der Ernährung zu tun. „Wir schätzen aber, dass 30 Prozent der Krebserkrankungen unter anderem auf Ernährungsfehler zurückgehen“, sagt Priv.-Doz. Dr. Achim Bub, Ernährungsforscher am Max-Rubner-Institut in Karlsruhe.

Krebs ist eine sehr komplexe Erkrankung. Ob ein Tumor entsteht oder nicht, hängt von ganz unterschiedlichen Faktoren ab - von den Genen, den Umwelteinflüssen, dem Lebensalter, der Ernährung und der Lebensweise: Trinkt man gerne Alkohol, raucht man? Hat man viel Stress, schläft man genug? Wie häufig bewegt

man sich? Auch der Zufall spielt eine Rolle, denn häufig führt erst die zufällige Kombination einzelner Faktoren dazu, dass Körperzellen unkontrolliert wachsen, sich teilen und so nach und nach gesundes Gewebe verdrängen und zerstören.

Risikofaktor dicker Bauch

Als gesichert gilt, dass Übergewicht das Brustkrebsrisiko erhöht. Möglicherweise gilt das auch für eine fettreiche Ernährung. Und zwar dann, wenn die Fette überwiegend aus verarbeitetem Fleisch und Butter, aus Backwaren und Fast Food stammen. Dieses Ergebnis deckt sich mit Erkenntnissen aus anderen Untersuchungen, wonach sich umgekehrt eine fettarme Ernährung günstig auf das Brustkrebsrisiko auswirkt.

Übergewichtige Menschen haben außerdem ein höheres Risiko, an Tumoren der Speiseröhre, des Darms und der Niere zu erkranken. „Es ist nicht nur wichtig, was wir essen, sondern auch, wie viel“, meint Cornelia Ulrich. „Wir wissen heute, dass Übergewicht - vor allem das Bauchfett - in Verbindung mit Bewegungsmangel die Wahrscheinlichkeit erhöht, an bestimmten Krebsarten zu erkranken.“

Auch Alkohol spielt eine Rolle: Wer viel trinkt, erkrankt häufiger an Mundhöhlen oder Kehlkopfkrebs. Doch wie viel davon schadet? Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung rät, dass Frauen täglich nicht mehr als 10 Gramm Alkohol, Männer nicht mehr als 20 Gramm trinken sollten. Eine Menge von 20 Gramm Alkohol ist zum Beispiel in einem halben Liter Bier oder einem Viertelliter Wein enthalten.

Wie können Nahrungsmittel das Krebsrisiko beeinflussen? Zum einen kann eine einseitige, schlechte Ernährung das Immunsystem schwächen und so die Selbstheilungskräfte des Körpers beeinträchtigen. Zum anderen können in Lebensmitteln oder Getränken selbst tumor-auslösende oder -hemmende Substanzen stecken.

Hoffnungsträger Apfel und Brokkoli

Forscher des Rush University Medical Center in den USA konnten in Laborversuchen beobachten, dass Alkohol einen Prozess anstößt, bei dem entartete Zellen aggressiver werden und verstärkt Metastasen bilden. Als krebserregend

gelten Nitrosamine und Benzpyren - sie entstehen, wenn beim Grillen Fett aus dem Grillgut in die Glut tropft. Im Verdacht stehen gepökelte, geräucherte und stark gesalzene Lebensmittel wie Speck, Salami sowie das Fleisch von Rind, Schwein und Schaf.

Auf der anderen Seite gibt es Nahrungsmittel, die Krebs hemmen sollen. Eventuell haben Ballaststoffe eine Schutzwirkung auf den Darm. Unter anderem beschleunigen sie den Verdauungsprozess. Mögliche Zellgifte könnten so kürzer im Darm bleiben - und weniger Schäden anrichten.

„Vor allem die sekundären Pflanzenstoffe in alten Apfelsorten, in Tomaten und Brokkoli sowie ein Pflanzenstoff im grünen Tee sind gut erforscht“, weiß Bub. Sie können dem körpereigenen Reparaturdienst helfen, Schäden an Zellen zu kitten, bevor sie bösartig werden.

Derzeit untersuchen Forscher der Universitäten Halle und Ulm an Patienten, ob ein Extrakt aus Grüntee das Wiederauftreten von Darmpolypen verhindern kann. Polypen sind gutartige Vorstufen von Krebs. Eine Arbeitsgruppe um Achim Bub wertet gerade eine Studie aus, in der die Schutzwirkung von naturtrübem Apfelsaft auf das Darmkrebsrisiko getestet wurde. Und Mitarbeiter um Cornelia Ulrich untersuchen, inwieweit Bauchfett entzündliche Prozesse im Körper fördern und so indirekt bestimmte Tumorarten auslösen kann.

Weniger Fleisch und Gebackenes

Auf Ratschläge wie „täglich Brokkoli“, „einen Apfel am Tag“ oder „eine Kanne Grüntee“ lassen sich die Wissenschaftler dennoch nicht ein. „Was wir bislang über die Wirkung einzelner krebshemmender Substanzen wissen, stammt meist aus Reagenzglas- und Tierversuchen“, sagt Professor Konrad Biesalski, Ernährungsmediziner an der Universität Hohenheim. „Wir müssen einfach noch Genaueres über die Mechanismen herausfinden.“ Etwa: Wohin genau gelangen die krebshemmenden Stoffe aus unserer Nahrung? Wirken sie im Körper überhaupt auf das Krebsgeschehen ein? Und wenn ja - reagieren sie vielleicht bei jedem unterschiedlich? Biesalski rät: „Jede einseitige Ernährung ist ungesund. Wer nur noch Gemüse und gar kein tierisches Eiweiß zu sich nimmt, dem fehlen wichtige Proteine. Wer zu

viel tierisches Eiweiß, aber zu wenig Gemüse isst, hat nicht nur ein höheres Risiko für Krebs, sondern auch für Bluthochdruck, Diabetes, Herz-Kreislauf-Störungen und eine Fettleber.“

Doch wie ernährt man sich richtig? Darin sind sich die Wissenschaftler einig: Es sollte mehr frisches Obst, Gemüse, Salat und Fisch auf den Tisch kommen, dafür weniger Fleisch, Wurst und Gebackenes. Wer sich nicht sicher ist, sollte sich von einem Ernährungsprofi beraten lassen - egal, ob Sie selbst kochen, das Essen von einem Menüdienst nach Hause geliefert bekommen oder in einer Senioreneinrichtung essen.

„Aber die Ernährung alleine bringt's nicht“, betont Ulrich. „Sie sollten sich auch eine halbe Stunde am Tag bewegen, nicht rauchen und keinen Alkohol trinken.“ So erzielen Sie den größten Gesundheitsnutzen.

Quelle: Apotheken Senioren-Ratgeber

Migräneattacken vorbeugen

Wer häufig unter Migräne leidet, kann das Risiko dafür durch feste Gewohnheiten senken. Das rät der Aachener Neurologe Dr. Frank Bergmann: „Geregelte Mahlzeiten sind wichtig, um den Blutzuckerspiegel zu stabilisieren. Empfehlenswert ist es außerdem, wenig bis gar keinen Alkohol zu trinken und für regelmäßigen Schlaf mit ausreichender Dauer zu sorgen.“

Zu den Auslösern von Migräne zählen bestimmte Lebens- und Genussmittel, Nahrungsmittelzusätze, das Wetter, Hormonschwankungen und Stress. „Manchen Betroffenen hilft eine Verhaltenstherapie, um herauszufinden, welche Situationen Migräneattacken begünstigen, und Strategien zu entwickeln, mit diesen Situationen anders umzugehen“, so Bergmann. Durch Vorbeugung könne die Häufigkeit, Schwere und Dauer der Anfälle um die Hälfte reduziert werden.

www.vigo.de/migraene

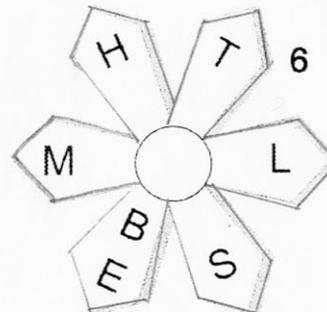
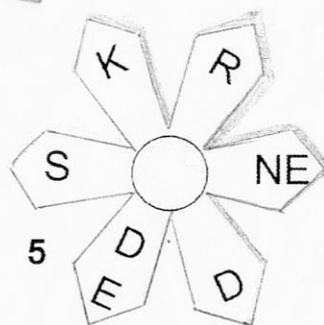
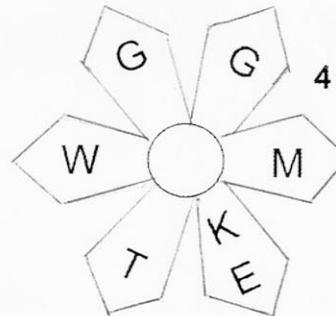
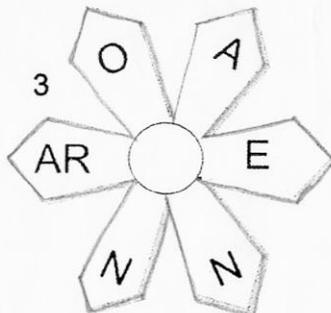
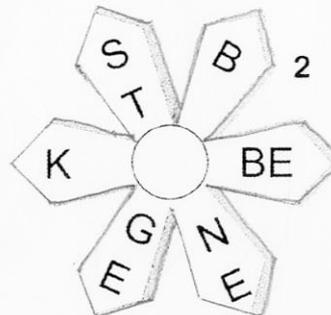
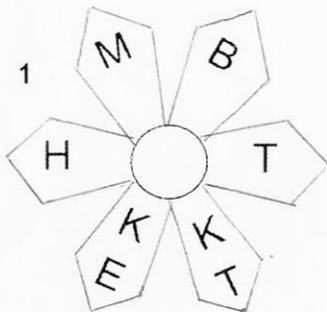
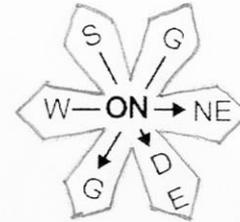
Quelle: vigo, AOK Rheinland/Hamburg

Allgemeines

WORTSTERNE

Setzen Sie in die Mitte eines jeden Sterns zwei Buchstaben und zwar so, dass sich waagrecht und in den beiden Diagonalen drei sinnvolle Wörter ergeben. Im Beispiel fehlen die Buchstaben **O** und **N**.

Beispiel: **WONNE, SONDE, GONG** →



Geben Sie nicht zu schnell auf. Probieren Sie ein bisschen mit verschiedenen Buchstaben herum. Möglicherweise gibt es bei einem Stern auch noch andere Lösungsmöglichkeiten!

Für Fragen steht Ihnen die MAT-Trainerin, Ingrid Baum, Tel.: 02241/581582, zur Verfügung

Auflösung: Seite 21

Zeit zum Lesen...

...ist für viele Menschen immer noch eine Zeit der Muße und lässt Hektik, Stress und die „dunkle“ Jahreszeit vergessen. Gerade jetzt vor dem Fest erlangt ein gutes Buch wieder seine wichtige Bedeutung, kann man sich doch selbst oder einem anderen eine Freude mit „Gedrucktem“ machen.

Hier drei Bücher, die alle im Rheinlandia-Verlag Klaus Walterscheid in Siegburg erschienen sind und die sich für Leser aller Altersklassen eignen.

In der neuesten Ausgabe der „**Heimatblätter des Rhein-Sieg-Kreises**“ Band 79 (12 Euro) wird noch einmal an das Lebenswerk von Pater Mauritius Mittler erinnert und damit auch über die zu Ende gegangene Zeit der Abtei St. Michael in Siegburg berichtet. Aber auch über Steuereinnahmen, über einen Schlossbau im 18. und einen Schulbau im 20. Jahrhundert sowie über das rheinische Thema Karneval und über Einzelschicksale wie einen Kinderarzt aus Mömerzheim und einen Pastor aus Straßfeld erfährt der Leser Wissenswertes. Damit ist aber der weit gespannte Themenbogen noch nicht abgeschlossen, sondern zeigt auf 270 Seiten viele weitere Themen aus der Geschichte unserer Region auf.

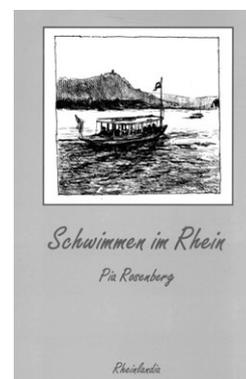


Ebenfalls vom Geschichts- und Altertumsverein für Siegburg und den Rhein-Sieg-Kreis wurde das Buch „**Vorgelesen, genehmigt, unterschrieben**“ (12 Euro) veröffentlicht. Die Autorin Barbara Hausmanns bringt Menschliches, allzu Menschliches aus dem Protokollbuch der Bürgermeisterei Villip aus den Jahren 1879 bis 1925 zutage. Spannend sind zudem die - manchmal auch unfreiwillig komischen – Ein-

blicke in das Alltagsleben der ländlichen Bevölkerung im Wachtberger Raum. Schließlich ist das Villiper Schiedsmannsbuch über den lokalen Bezug hinaus eine Quelle, die für die deutsche Rechtsgeschichte sogar einen einzigartigen Charakter hat – es ist kein weiteres Exemplar eines Protokollbuches bekannt, das sich erhalten hat.



Pia Rosenberg, eine „Godesberger Tochter aus nicht ganz arischem Hause“, beschreibt auf 128 Seiten in „**Schwimmen im Rhein**“ (10 Euro) eine Kindheit und Jugend in Bad Godesberg in den Jahren von 1932 bis 1947 aus der unbefangenen Sicht einer Heranwachsenden in dieser Zeit. Sie ist geprägt durch die frühe Erfahrung der besonderen Situation, in der die Familie leben musste. Der Vater wurde wegen seiner jüdischen Abstammung schon 1933 als Professor in Bonn arbeitslos und sah sich ständigen Repressalien ausgesetzt. Bis zu seinem Tod 1942 lebte er isoliert mit seiner großen Familie in Bad Godesberg. Wie vor diesem Hintergrund trotzdem jugendliche Lebensfreude und Unternehmungslust gedeihen konnten, schildern diese Erinnerungen.



Alle drei Bücher sind beim Rheinlandia-Verlag Siegburg und im Buchhandel erhältlich.

Hansjürgen Münch, Siegburg

Weihnachtsrätsel

kostenlose Ware	▽	Strom durch Ägypten	Reichhaltigkeit	▽	▽	Höhenzug im Weserbergland	▽	Nahrung aufnehmen	Ertrag angelegten Kapitals	Ausdruck d. Überraschung	Mensch mit gutem Appetit	▽	▽	zusammengehörende Teile
Ärger, Verstimmung	▷	▽				Querhölzer der Leiter	▷		9	▽				
ägyptische Millionenstadt	▷			5		Gewicht der Verpackung		zum schnellstmögl. Termin	▷			3		blühen, gedeihen
Rufname von Capone	▷		Steuer		japanischer Kaisertitel	▷		8			kurze, witzige Erzählung		lateinisch: Sei gegrüßt!	▽
kleiner Einschnitt, Scharte		Balkon, Söller	▷	▽				von hier		großer kasachischer See	▷	▽		
	▷			4	Wellenreiter		Teil des Kopfes	▷	7			Lebensende		
Papageienvogel	Schiff Noahs	Palmenfrucht		Krankenpfleger	▷									
	▷	▽	▽			Binnenwasser	▷			Sohn Isaaks (A.T.)			Biene	
Vorname Redfords	▷						Bindewort			Vorname von Filmstar Murphy	▷	▽		
	▷	6		Frage nach einem Ort		Frage nach der Ursache	▷		2				Kfz-Z. Offenburg	
Zimmerwinkel			von geringer Menge	▷						kleinste Teilchen	▷	▽		
Geleit-schutz	▷							die Unwahrheit sagen	▷					

DEIKE-PRESS-1512-22

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Als Preise stellt die Stadtbetriebe Siegburg AöR, Fachbereich Theater und Kulturprojekte,

jeweils zwei Karten für die drei Veranstaltungen der laufenden Theatersaison 2012 in der Rhein-Sieg-Halle

Montag, 19.03.2012, 20.00 Uhr, "Das Feuerwerk"

Samstag, 21.04.2012, 20.00 Uhr, "Heiße Zeiten"

Donnerstag, 10.05.2012, 20.00 Uhr, "Chorprobe"

für die Lösung des Kreuzworträtsels zur Verfügung. Die Lösung ergibt sich aus den 9 Zahlenfeldern.

Schicken Sie diese bitte per Postkarte oder e-mail an die Stadtverwaltung Siegburg "65er Nachrichten", Kreuzworträtsel, 53719 Siegburg.

Einsendeschluss ist der 31.01.2012.

Teilnahmeberechtigt sind alle Leserinnen und Leser über 65er Jahre.

Kanuveteranen auch 2011 wieder auf Lahntour

In den „65er Nachrichten“ - Heft 157, Seite 6 - erschien ein Artikel, der über die im Jahre 2010 durchgeführte Tour der Siegburger Kanuveteranen auf der Lahn berichtete.

Am 30.06.2011 wagten wir uns dann erneut, wie 2010 beschlossen, auf die „tückischen Wasser der Lahn“ - dieses Mal von Weilburg flussabwärts bis Villmar.

Den 10er-Canadier hatte Gerd schon im April gebucht, als die Frühjahrs Sonne in ihm die Abenteuerlust weckte.

Die endgültige Bootsbesetzung formierte sich im Vorfeld, - für Dieter kam Gernot - ansonsten blieb es bei der alten Mannschaft/Frauschaft, war doch unsere bewährte Schlagfrau Gertrud wieder mit an Bord.



Wir trafen uns pünktlich um 10.00 Uhr beim Bootsverleiher in Weilburg an den Ufern der Lahn, die auf einer Strecke von 235 km wasserstandsbedingt mit Sportbooten befahrbar ist.

Gerd, unser Kapitän, gab uns kurze Instruktionen über mehr oder minder belanglose und schon bekannte Dinge und wies uns dann unsere Plätze im schwankenden Wasserfahrzeug zu.

Nachdem wir mit den Paddeln ein wenig verlegen im Flusswasser gerührt hatten, fanden wir doch schnell den gleichmäßigen Takt.

Nach wenigen Metern Fahrt auf dem noch ruhigen Gewässer, tat sich vor uns bedrohlich ein Riesenloch auf - die Einfahrt zum einzigen Schiffstunnel Deutschlands, 200 m lang, erbaut in den Jahren 1843 - 47.

Wir mussten durch diese wassergefüllte Röhre!

Das Tunnelende war als heller Halbkreis voraus erkennbar. Dunkel, seltsamer Raumklang, nur nicht kentern! Vorsicht Grottenmolche! Dann endlich wieder Tageslicht.

Wir fuhren in die erste Kammer der Doppelschleuse, durch die man auf das jeweilige Wasserstands-niveau der Lahn gebracht werden kann, wenn man die Technik richtig bedient, denn hier ist Eigeninitiative gefragt.

Auch dieses Hindernis konnten wir problemlos bewältigen und danach erwartungsvoll die Fahrt auf der Lahn fortsetzen. Die Stimmung an Bord hellte sich wie das Wetter immer mehr auf. Erinnerungen an unsere gemeinsame Kanutour 1962 in Jugoslawien wurden wach. Weeste noch???

Eine üppige Ufervegetation säumt den Fluss. Stockenten und Graugänse halfen ihrem Nachwuchs bei der Nahrungsbeschaffung. Graureiher standen bewegungslos im seichten Wasser und lauerten auf Beute. Wir konnten Nil- und Kanadagänse beobachten.

Ein Roter Milan zog ohne Flügelschlag seine Kreise über uns. Jungfische huschen bei Annäherung am Kiesufer entlang. Natur pur!!! Wir genossen die Stille, in der unser monotones Paddelgeräusch nicht zum Störfaktor wurde.

Nach fünf Stunden Fahrt (Zeit für weitere zwei Schleusungen und kurze Rast an Land inbegriffen) erreichten wir nach 22 Flusskilometern Villmar.

Müde? Ja, ein wenig hatte die Paddelei angestrengt. Nachdem wir dem Bootsverleiher den Liegeplatz des Bootes mitgeteilt hatten, machten wir uns auf zum Bahnhof der Lahntalbahn. Nach kurzer Zeit zeigte sich der Schienenbus, der uns zurück nach Weilburg brachte. In einem gemütlichen Restaurant, das uns vom letzten Jahr noch in guter Erinnerung war, fand in froher Runde der Ausklang statt. Natürlich wird auch 2012 die Lahn wieder unser gemeinsames Ziel sein, wenn es heißt, einen weiteren Abschnitt dieses romantischen Flusses mit dem Kanu zu erkunden.

Helmut Bleifeld, Bacharach

Winterzeit – Saunazeit **Trinken gegen den Wasser- und** **Elektrolytverlust**



Dr. Ursula Klupp

In der kalten Jahreszeit und bei niedrigen Außentemperaturen schlägt die Stunde der Saunajünger. Mit dem Saunabad nämlich treten die gewünschten Effekte wie Entspannung und Überwärmung rasch ein. Zur Förderung der Gesundheit empfiehlt es sich, regelmäßig – ein- bis zweimal wöchentlich – in die Sauna zu gehen.

In der trockenen Hitze der Sauna (60 bis 95 Grad) steigt die Temperatur der Haut um etwa 10 Grad, die des Körpers insgesamt um 1 bis 2 Grad an. Der Wechsel zwischen Hitze und anschließender Abkühlung stimuliert den Kreislauf, aktiviert den Stoffwechsel und reinigt das Haut- und Körpergewebe, weil der Stoffwechsel aktiviert wird.

Der Sauna fernbleiben sollte man allerdings unbedingt bei beginnenden oder schon virulenten Infekten. Nicht geeignet für Saunabesuche sind Menschen mit instabilem Bluthochdruck und mit schweren arteriellen Durchblutungsstörungen. Nach einer Operation sollte man mit einem Saunabesuch warten, bis es zu einer stabilen Wundheilung gekommen ist. Nach großer körperlicher Anstrengung sollte man etwa 1 - 2 Stunden warten, bevor man die Sauna besucht.

Gerade Sauna-Anfänger stellen sich oft die Frage: Wann soll ich beim Saunieren trinken? Die Antwort ist schnell gegeben. Erst nach dem letzten Saunagang geben Sie dem Durstgefühl nach und nehmen ausreichend isotonische Getränke zu sich.

Ein Blick in den Körper zeigt warum: Während des Saunagangs, also in der Schwitzphase, gibt der menschliche Körper Wasser ab, das hauptsächlich aus dem Blut stammt. Der Körper reagiert und versucht, eine Verdickung des Blu-

tes zu verhindern, indem er Wasser aus den Reservoirs aus dem Körpergewebe ins Blut abzieht. Bei einem Saunagang können Sie so bis zu zwei Liter Flüssigkeit verlieren. Nicht nur Wasser geht hier verloren, sondern auch Elektrolyte, also Mineral- und Spurenelemente. Diese müssen natürlich nach dem Saunagang ersetzt werden. Greifen Sie dazu am besten zu hochwertigem Mineralwasser, Orangensaft oder Apfelschorle.

Trinkt man aber schon während oder zwischen Saunagängen, bedient sich der Körper anstelle des Wassers aus dem Gewebe direkt aus dem Magen-Darm-Trakt. Der gewünschte Effekt bleibt in diesem Fall aus.

Abwehrsteigernde Wirkung

Saunabaden hat nachweislich eine heilsame weil abwehrsteigernde Wirkung für den Körper, besonders jetzt – in der kalten Jahreszeit. Übertreiben Sie das Saunabaden aber bitte nicht, zwei bis drei Saunagänge mit den entsprechenden erholsamen Pausen zwischendurch sind sinnvoll und reichen in der Regel aus, um ein rundum angenehmes Gefühl von Entspannung und Wohlbefinden zu erreichen.

Dr. Ursula Klupp

Weihnachtsgewürz passt **auch zu Herzhaftem**

In unseren Breiten wird Kardamom meist in Verbindung mit Süßem oder in Getränken genossen - zum Beispiel als Gewürz in Lebkuchen und Plätzchen, im Glühwein oder im Chai. Das ist ein indischer Gewürztee, der auch in Deutschland in Form vom „Chai-Latte“ mit Milch immer beliebter wird. Dabei eignet sich Kardamom auch für Fleisch- und Currygerichte.

Das Aroma des süßlichen Scharfmachers kommt am besten zur Geltung, wenn man die Samen oder Kapseln in einer Pfanne röstet oder in einem Topf erhitzt. Experten empfehlen, das Gewürz sparsam einzusetzen und von Anfang an mitzukochen. Kardamom schmeckt nicht nur lecker, sondern ist auch gesund: Er enthält ätherische Öle, die verdauungsfördernd wirken und gegen Blähungen und Magenkrämpfe helfen.

Quelle: vigo, AOK Rheinland/Hamburg

„Einfach lecker mit der Mediterranen Küche“

Brandneue Broschüre der Deutschen Herzstiftung e.V.

„Mediterrane Küche - einfach lecker mit Rezepten für Sie“, so heißt die neue Broschüre der Deutschen Herzstiftung e.V. (DHS), die jetzt Rainer Walterscheid, der ehrenamtliche Beauftragte der Stiftung hier im Rhein-Sieg-Kreis, kostenlos der interessierten Bevölkerung anbietet. Die Frage stellt sich: Gesundheit und Genuss, geht das? Natürlich, denn die Mediterrane Küche, also die Küche der Mittelmeerländer, vereint diese beiden Aspekte auf besonders schmackhafte Art und Weise. Die Merkmale der Mediterranen Küche sind reichlicher Verzehr von Obst und Gemüse, verfeinert mit vielen frischen Kräutern. Auch Fleisch, Geflügel und Fisch sind Bestandteil der Mediterranen Küche und liefern hochwertiges Eiweiß und Mineralstoffe. „Lesen Sie weiteres selbst nach in der angebotenen Broschüre, die mit diversen Rezepten der Hausfrau oder dem Hausmann das Kochen leicht und schmackhaft macht“, so Walterscheid.

Dazu gibt es die Broschüre, ebenfalls kostenlos „dolce vita - herzgesund leben“ mit persönlichem Test zum Herzinfarkt-Risiko. Beide Broschüren können unter Telefon: 02242/85639, am besten montags bis freitags in der Zeit von 10-12 Uhr angefordert werden. Allerdings entstehen Portokosten in Höhe von insgesamt 1,45 EURO in Briefmarken.



Auflösung von Seite 16:

1: AR, 2: ER, 3: ME, 4: UR, 5: IN, 6: AU

Zwiebel fürs Gelenk

Welche Nahrungsmittel Gelenkverschleiß vorbeugen, wollten britische Forscher in einer Studie mit 1.000 weiblichen Zwillingen herausfinden. Neben Obst (außer Zitrusfrüchte) wirken Lauch, Zwiebeln und Knoblauch am besten. Das Besondere am Zwiebelgemüse ist ein Stoff, der den Knorpelabbau bremst.

Quelle: AOK Rheinland/Hamburg

Alzheimer Sprechstunde

Die nächsten Termine der Alzheimer Sprechstunde sind:

Mittwoch, den 11.01.2012,
Mittwoch, den 08.02.2012,
Mittwoch, den 14.03.2012,

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

Allgemeines

Veranstaltungen bis März 2012

Jeden 1. Sonntag im Monat, 14.00 Uhr, Haupteingang Stadtmuseum
Stadtführung mit Spaziergang zur Abtei

Bis Sonntag, 22. Januar 2012, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
Gil Shachar
Das geheime Leben der Skulpturen

Mittwoch, 4. Januar 2012, 15.00 Uhr, Kinocenter Cineplex, Europaplatz 1
Kino für Senioren:
„Midnight in Paris“
Einlass: 14.00 Uhr

Sonntag, 8. Januar 2012, 11.00 Uhr, Pumpwerk, Bonner Straße 65
„Fuchs am Sonntag“ - Lesung Barbara Teuber, Alexander Dumas: aus „Gefährliche Reise durch den wilden Kaukasus“

Freitag, 13. Januar 2012, 20.00 Uhr, Studiobühne Siegburg
Das Kabarettkonzert Pro: C-Dur
Kleinkunst

Samstag, 14. Januar 2012 bis Freitag, 2. März 2012, Pumpwerk, Bonner Straße 65
Irena Paskali: „OutsightIn“
Foto- und Videoarbeiten
Vernissage: Samstag, 14. Januar 2012, 16.00 Uhr

Sonntag, 15. Januar 2012, 11.00 Uhr, Musikwerkstatt, Zeughausstraße 5
Konzert des Vereins Humperdinckfreunde Siegburg e.V.

Dienstag, 17. Januar 2012, 18.00 Uhr, Hans-Alfred-Keller-Grundschule
Konzert der Schülerinnen und Schüler der Musikschule

Samstag, 21. Januar 2012, 19.30 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1
Bolschoi Staatsballett Belarus
„Schwanensee“
Einlass: 18.30 Uhr

Samstag, 21. Januar und Sonntag, 22. Januar 2012, ganztägig, Musikschule und Musikwerkstatt Siegburg, Musikschule St. Augustin
Regionalwettbewerb „Jugend musiziert“

Donnerstag, 26. Januar 2012, 18.30 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
„Schimpf und Schande!“
Unflätiges und Eindeutiges aus den Siegburger Schöffenprotokollen (1555-1570)
Dr. Andrea Korte-Böger, Stadtarchiv Siegburg

Sonntag, 29. Januar 2012 bis Sonntag, 18. März 2012, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
Stefan Hoenerloh
„Many coloured objects placed side by side“ (Malerei)
Vernissage: Sonntag, 29. Januar 2012, 11.30 Uhr

Montag, 30. Januar 2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1
Die Nacht der Musicals
Einlass: 19.00 Uhr

Mittwoch, 1. Februar 2012, 15.00 Uhr, Kinocenter Cineplex, Europaplatz 1
Kino für Senioren:
„Dreiviertelmond“
Einlass: 14.00 Uhr

Mittwoch, 1. Februar 2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1
Magic of the Dance
Einlass: 19.00 Uhr

Freitag, 3. Februar 2012, 20.00 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
„Frankenstein“
Kammeroper für fünf Sänger
(Hochschule für Musik Köln)

Freitag, 3. Februar 2012, 20.00 Uhr, Studiobühne Siegburg
Der „Musengau“ mit Gunzi Heil
Kleinkunst

Sonntag, 5. Februar 2012, 11.00 Uhr, Pumpwerk, Bonner Straße 65
„Fuchs am Sonntag“ - Lesung Barbara Teuber, Sinclair Lewis (Nobelpreis 1930): aus „Babbitt“

Sonntag, 5. Februar 2012, 20.00 Uhr, Musikschule
Jazz-Combo-Abend: „Stand-Art“ and Friends

Dienstag, 7. Februar 2012, 16.00 Uhr, Seniorenzentrum Siegburg GmbH
Lehrer-/Schülerkonzert

Samstag, 11. Februar 2012, 20.00 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
Konzert Run4Cover

Dienstag, 14. Februar 2012, 14.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1
Große Seniorensitzung

Donnerstag, 23. Februar 2012, 18.30 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
„Widerständiges Verhalten gegen den Nationalsozialismus im Rheinland (1933-1945)“
PD Dr. Ralf Forsbach, Siegburg

Donnerstag, 23. Februar 2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1
Schandmaul
Traumtänzer Tour 2012
Einlass: 19.00 Uhr

Samstag, 25. Februar 2012, 20.00 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
Konzert des Bonner Kammerchores

Sonntag, 26. Februar 2012, 11.00 Uhr, Kreishaus
Preisträgerkonzert und Verleihung der Urkunden und Preise des Regionalwettbewerbs „Jugend musiziert“

Mittwoch, 29. Februar 2012, 18.00 Uhr, Marienkapelle
199. Musik zur Besinnung

Freitag, 2. März 2012, 19.00 Uhr, Schloss Birlinghoven
Preisträgerkonzert des Regionalwettbewerbs „Jugend musiziert“

Sonntag, 4. März 2012, 11.00 Uhr, Pumpwerk, Bonner Straße 65
„Fuchs am Sonntag“ - Lesung Barbara Teuber, Isaac Babel: aus „Mama, Rimma und Alla“ und „Der Vater“

Sonntag, 4. März 2012, 11.00 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
„Die kleine Zauberflöte“
Oper von Wolfgang Amadeus Mozart in einer einzigartigen und kindgerechten Fassung

Sonntag, 4. März 2012, 11.00 Uhr, Glasmuseum Rheinbach
Preisträgerkonzert des Regionalwettbewerbs „Jugend musiziert“

Mittwoch, 7. März 2012, 15.00 Uhr, Kinocenter Cineplex, Europaplatz 1
Kino für Senioren:
„Nichts zu verzollen“
Einlass: 14.00 Uhr

Donnerstag, 8. März 2012, Seniorenzentrum Kleiberg
Lehrer-/Schülerkonzert

Freitag, 9. März 2012, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
Begegnung mit Dänemark
Live-Elektronik mit dem Fachbereich Musik der Kunsthochschule Holbaek, Dänemark
Leitung: Michael Nielsen

Samstag, 10. März 2012 bis Freitag, 25. Mai 2012, Pumpwerk, Bonner Straße 65
Marikke Heinz-Hoek, Oliver Jordan, Herbert Döring-Spengler: „Lost Superstar Dramatic“
Vernissage: Samstag, 10. März 2012, 16.00 Uhr

Sonntag, 11. März 2012, 17.00 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46
Trio Stephan Schneider

Allgemeines

Dienstag, 13. März 2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Dr. med. Eckart von Hirschhausen
„Liebesbeweise“
Einlass: 19.00 Uhr

Freitag, 16. März 2012, 20.00 Uhr, Studiobühne Siegburg

Die Bert Engel Show
Kleinkunst

Samstag, 17. März 2012, 20.00 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46

„Baroque in blue“ performs Claude Bolling Suiten Nr. 1 und 2 für Flöte und Jazzpiano-Trio

Montag, 19. März 2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

„Das Feuerwerk“
Musikalische Komödie von Paul Burkhard

Dienstag, 20. März 2012, 20.00 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46

„Ein vampiristisches Nachtprogramm“
Ein kabarettistischer Liederabend mit Texten aus dem Roman „Dracula“
(Hochschule für Musik Köln)

Donnerstag, 22. März 2012, 18.30 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46

Siegburg gibt den Ton an
Neue Forschungen zu Siegburger Steinzeug: Die Sammlung Schulte

Freitag, 23. März 2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Sweet Soul Music Revue
Einlass: 19.00 Uhr

Samstag, 24. März 2012, 17.00 Uhr, Klosterkirche Seligenthal

Aulos-Flötenquartett

Samstag, 24. März 2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Ralf Schmitz
„Schmitzpiepe“
Einlass: 19.00 Uhr

Sonntag, 25. März 2012, 11.00 Uhr, Musikwerkstatt, Zeughausstraße 5

Werke aus dem Manuskriptarchiv des Deutschen Tonkünstlerverbandes

Sonntag, 25. März 2012, 16.00 Uhr, Haus zur Mühlen

Lehrer-/Schülerkonzert

Sonntag, 25. März 2012 bis Sonntag, 13. Mai 2012, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46

Klaus Florian
Block P. FundUS, Habiate, Deep Water, Aroma
(Malerei)
Vernissage: Sonntag, 25. März 2012, 11.30 Uhr

Donnerstag, 29. März 2012, 19.30 Uhr, Stadtmuseum Siegburg, Markt 46

70 Jahre Musikschule Siegburg
Festkonzert der Jungen Symphonie Siegburg zum Musikschuljubiläum
Abschiedskonzert Ursula Keusen-Nickel als Leiterin der Jungen Symphonie

Donnerstag, 29. März 2012, 20.00 Uhr, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1

Der Familie Popolski
„Get the Polka started“
Einlass: 19.00 Uhr



Die Nikolausüberraschung

Es war im vergangenen Jahr am 5. Dezember, Sonntagabend, am Vortage des Nikolaustages. Nicht weit von unserem Wohnsitz entfernt, findet man eine gemütliche Weinstube mit einer Menge verschiedenerer, wohlschmeckender Getränke aus vergorenen Trauben.

Das Fernsehprogramm war nicht so recht nach unserem Geschmack, daher einigten wir uns auf einen Dämmerschoppen in besagter Weinstube.

Natürlich sitzt man dort nicht alleine beim funkelnden Weine. Man trifft Bekannte und Unbekannte, Letztere lernt man aber dann meist nach ein paar Gläschen problemlos kennen. So auch am 05.12.2010.

Nach vier bis sechs Schoppen trockenem – fruchtigen Riesling steuerten wir der „Heimat“ entgegen.

Während meine Frau mir eine gute Nacht wünschend erst im Bad und dann im Schlafzimmer entschwand, surfte ich noch eine Weile durch die Fernsehsender.

Der Riesling gab mir aber bald das Gefühl, dass es besser für den Kreislauf sei, wenn man die Horizontale einnimmt.

So schlich ich mich zunächst ins Bad und dann ins Schlafzimmer.

„Nur kein Licht anmachen“, dachte ich, denn das würde meinen Riesling-Engel sicherlich aufwecken, der fest und hörbar schlafend in seiner Traumwelt herumschwebte.

Behutsam kroch ich unter die Bettdecke und ließ die Körperwärme für ein wohliges Empfinden sorgen.

In der Nacht wurde ich plötzlich wach. Warum? Wollte der Riesling wieder aus dem Körper? Nein, weder oben noch unten!

Was war es, was mich aus dem Schlaf gerissen hatte?

Kontrollgriffe am Körper entlang! Abtasten. Was ist das?

An der Schlafanzughose klebte im Po-Bereich eine weiche, klebrige Masse.

Was ist das? Woher kommt das? Habe ich etwa? Hatte der Schließmuskel bedingt durch den Alkoholgenuss eine Störung in seiner Funk-

tion? War ich temporär inkontinent geworden? Vorsichtig führte ich die fündig gewordene Kontrollhand ganz langsam zur Nase.

Keine verdächtigen Gerüche!

Mit der noch nicht kontaminierten Hand schaltete ich dann beherzt die Nachttischlampe an. Visuell klebte an der anderen Hand eine dunkel-braune Masse, die auf dem ersten Blick furchterregend aussah.

Durch die plötzliche Lichtwerdung war auch der Traum-Engel neben mir aufgewacht und schaute schläfrig, wie ich mir die verschmierten Finger betrachtete.

Als ich dann die Bettdecke aufschlug und die „Schmierage“ auch an Schlafanzughose und Bettbezug identifizierte, brach meine Bett Nachbarin plötzlich in ein schallendes Gelächter aus. Was war passiert?

Meine Frau hatte die Gelegenheit genutzt, in der ich vor dem Fernseher saß, und einen Schokoladen-Nikolaus in der Größe XXL als Überraschung in meinem Bett versteckt.

Diese Nikolaus-Geste hat bei uns schon Tradition, aber der Riesling hat dies vergessen lassen.

So legte ich mich vorsorglich im Dunkeln zunächst neben den Nikolaus. Im Schlaf muss ich den Nikolaus irgendwie unter mir begraben und „aufgetaut“ haben.

Schade für die Schokolade! Der Schlafanzug wurde gewechselt, das Bett frisch überzogen.

Aber so richtig schlafen konnten wir dann beide nicht mehr.

Helmut Bleifeld, Bacharach

Erinnerung

dein Pullover,
der wind hat ihn herabgeweht,
ich hebe ihn auf,
spüre noch die wärme von dir darin,
auch wenn du schon lange weg bist.

Elfriede Rieg
aus dem Buch von F.J. Andrzejewski

Besinnliches

Keiner bleibt auf dieser Welt

Alle Menschen müssen einmal sterben,
um das Himmelreich zu erwerben.
Das versprach vor 2000 Jahren schon
hier auf Erden Gottes Sohn.

Keiner bleibt zurück auf dieser Welt,
ob er arm ist oder hat viel Geld.
Kein Filmstar, kein Politiker, selbst nicht der
Papst in Rom,
der verkündet Gottes Wort im Petersdom.

Hier auf Erden sind nicht alle Menschen gleich,
vor dem Gesetz zwar, doch viele sind arm und
manche reich.
Gäbe jeder ab, wovon er sehr viel hat,
müsste keiner hungern, alle Menschen würden
satt.

Doch leider ist es so, wer viel hat, will noch mehr
und gibt selten den Armen etwas her.
Was jedoch tröstet: Gott hat uns Menschen nach
dem Tod versprochen,
jeder kann in sein Reich, arm oder begütert,
selbst reuige Sünder, die Schweres verbrochen.

Früher lernte ich, als kleiner Bengel,
wer auf Erden brav ist, kommt in den Himmel,
wird ein Engel.
Heut', wo ich erwachsen bin,
kommt mir Mutters Versprechen wieder in den
Sinn.

Ich denk' mir, wie sieht's denn wohl da oben aus,
treff' ich den Nikolaus, gehen da die Jünger von
Jesus ein und aus?
Seh' ich wieder meine Eltern, meine verstorbenen
Freunde im Himmel,
haben sie Flügel und begrüßen mich mit lautem
Gebimmel?

Bekomme ich bei Ankunft sofort einen Platz dort
angeboten
oder nur die, die auf Erden hatten gute Noten?
All diese Gedanken mache ich mir langsam
schon,
auch, wie sieht er für mich aus, der Gottes
Lohn?

Ich war nicht immer lieb und brav
und treu ergeben wie ein Schaf,
hab' Fehler begangen, Menschen geärgert,
manche ausgelacht
und nicht alles treu nach Gottes Geboten ge-
macht.

Doch hoff' ich, mein Richter wird auch was Gut-
es an mir finden
und mich nicht nur bestrafen für meine Sünden.
So denke ich, wenn ich abends mich lege zur
Ruh'
und auch, wenn ich zum letzten Mal schließ'
meine Augen zu.

Hans Waldeck, Siegburg

Authentisch

Meine Mutter macht die Krippe immer sehr rea-
listisch und jedes Jahr anders. Dazu muss ich
vorweg nehmen, dass wir viele, sehr viele
Bücher haben und aus diesem Grund viele
Bücherregale. Zur Weihnachtszeit sind auf die-
sen Regalen viele Menschen und Tiere unter-
wegs.

Dort, wo die Krippe steht, sind es Maria und Jo-
sef mit dem Jesuskindchen und natürlich dürfen
Ochse und Esel nicht fehlen. All die anderen Tie-
re und Menschen sind auf den anderen Brettern,
nicht auf denen, die die Welt bedeuten, sondern
die zu den entfernten Regalen gehören.

Wenn wir davor stehen, sagt meine Mutter stets:
„Ja, die Schäfer und Schafe sind ja noch unter-
wegs, die kommen erst am 24. Dezember an.“

Meine Mutter zeigte auf ein Regal, das noch
weiter weg ist und da standen die drei heiligen
Könige mit ihrem Gefolge und den Kamelen.

Kommentar meiner Mutter: „Die müssen noch
durch die Wüste und kommen erst zum Schluss
zur Krippe.“

Jedes Jahr Weihnachten ist interessant bei mei-
nen Eltern.

Am Weihnachtsbaum stecken immer noch
Wachskerzen, dadurch haben Mutti und Vati ih-
re Augen stets auf den Baum gerichtet und einen
Eimer Wasser griffbereit. Meine Mutter sagt:
„Ohne echte Kerzen ist es für mich kein Weih-
nachtsfest.“

Esther Asbach, Troisdorf

„Der von Ribbeck“

Wer kennt nicht von Theodor Fontane das bekannte Gedicht vom Birnbaum im Havelland zu Ribbeck. Anlässlich eines Besuches des Friedhofes sowie der Kirche stieß ich auf diese Postkarte mit nachfolgendem Text; zum Schmuzzeln:



Dieser ist aus dem Band „Literadatsch, Neue Parodien“ von Ulrich Harbecke, erschienen 1999.

eingereicht von Werner Astor, Siegburg

Weihnachten

Wenn sacht der Schnee herniederfällt
und verzaubert Wald und Feld,
wenn der Glocke Lied erklingt
und Frieden in die Herzen dringt:
„Dann ist Weihnacht“.

Und im Glanz der tausend Sterne,
gehen die Gedanken in die Ferne,
wo Freund und Feind die Waffen senken
und stumm an ihre Heimat denken:
„Dann ist Weihnacht“.

In dieser stillen Heiligen Nacht
ist die Hoffnung neu erwacht,
dass die Menschen hier auf Erden
sich doch mögen einig werden
und der Frieden auf der Welt,
den triumphalen Einzug hält:
„Dann haben wir erst Weihnachten!“

Bernadette Schnüttgen, Troisdorf

Nikolaus, der Gute

Es kam nach alt bekannter Art
verkleidet und mit Rute,
mit Stiefeln, Mantel, Sack und Bart,
der Nikolaus, der Gute.

Ich war noch klein, vielleicht so acht,
voll Neugier, doch gelehrig,
ich sah ihn an und schöpft Verdacht,
ist das nicht Onkel Erich?

Ich schwankte zwischen Ja und Nein
in meinem Sinneswandel,
denn nach der Stimme könnt' er's sein,
auch nach dem langen Mantel.

Ich war verwundert und entsetzt,
es ließ sich nicht beweisen,
am liebsten würde ich ihm jetzt
die Maske runterreißen.

Doch, ich schau brav mit wachem Sinn
mit freundlichen Gebärden.
In seinem Sack, da war was drin,
das wollt ich nicht gefährden.

So sprach ich artig mein Gedicht,
„Sankt Nikolaus, du Guter,
ich kenne einen Bösewicht,
das ist mein großer Bruder.“

Der ist sehr stark und dann und wann,
wird er gemeingefährlich,
weißt du, wen der nicht leiden kann,
das ist der Onkel Erich.

Auch sagt mein großer Bruder Klaus,
der Erich ist ein mieser,
kommt der noch mal als Nikolaus,
werf ich ihn in die Isar.“

Und als mein großer Bruder Klaus
an unserer Haustür schellte,
da zitterte der Nikolaus
bestimmt wohl nicht vor Kälte.

Und zu der Hintertür hinaus,
der Lage angemessen,
da flüchtete Sankt Nikolaus,
den Sack hat er vergessen.

Johannes Hallberg, St. Augustin

Lachen ist gesund

Fritzchen macht Schularbeiten und seufzt.
Fragt Vater hinter seiner Zeitung hervor: „Warum seufzt du denn so, mein Kleiner?“

„Ach Papa, ich kann den gemeinsamen Nenner nicht finden.“

„Junge, Junge“, seufzt nun auch der Vater, „den haben sie doch schon zu meiner Schulzeit gesucht, haben die den immer noch nicht gefunden?“

„Haben sie auf der Schiffsreise in Norwegen auch Fjorde gesehen?“

„Ja, obwohl sie sehr scheu sind.“

Treffen sich ein Maurer, ein Gärtner und ein Elektriker. Sie streiten, wer den ältesten Beruf hat.

„Wir haben schon die Pyramiden gebaut“, erklärt der Maurer.

„Wir haben den Garten Eden gepflanzt“, sagt der Gärtner.

Sagt der Elektriker: „Und als Gott sprach, es werde Licht, hatten wir schon die Leitungen gelegt!“

Der Urlaubs-Expresszug nähert sich den Alpen.
Fragt ein Fahrgast den Schaffner: „Warum ist denn die Strecke hier so kurvenreich?“

Der erklärt ihm: „Das ist nur zu Ihrer Sicherheit. So kann der Lokführer immer nachsehen, ob noch alle Waggons dran sind!“

„Wer weiß, was Abendrot ist?“, fragt der Lehrer.
„Das ist der rote Himmel am Abend, er kündigt schönes Wetter an“, antwortet Dieter. „Und was bedeutet Morgengrauen?“ Wieder meldet sich Dieter: „Das ist das Gefühl gleich nach dem Aufstehen, wenn man in die Schule muss.“

Die kleine Nina macht mit ihren Eltern Ferien auf dem Bauernhof.

Dort sieht sie, wie der Bauer den Schubkarren mit Mist belädt.

„Wohin bringen Sie den Mist?“, fragt Nina. „Der kommt auf die Erdbeeren“, erklärt der Bauer.
„Ach, staunt Nina, wir tun immer Sahne darauf.“

„Herr Ober, dieses Schnitzel schmeckt wie ein alter Schuh mit Zwiebeln!“

„Donnerwetter, was Sie schon alles gegessen haben!“

„Uroma Erna bekommt zum 100. Geburtstag von der Stadt 1.500 Euro.“

Ein Reporter fragt sie, was sie mit dem vielen Geld machen will.

„Das hebe ich mir für meine alten Tage auf.“

Zwei kleine Jungen sitzen im Wartezimmer einer Arztpraxis. „Was fehlt euch denn?“, fragt eine Patientin besorgt. „Ich habe versehentlich eine Murmel verschluckt.“

„Und du bist der Freund, der den kleinen Patienten begleitet?“

„Nein, das nicht, aber mit gehört die Murmel.“

Axel Hardung, Siegburg

Ein altes irisches Gedicht

Nimm dir Zeit zum Arbeiten,
es ist der Preis des Erfolges.

Nimm dir Zeit zum Denken,
es ist die Quelle der Kraft.

Nimm dir Zeit zum Spielen,
es ist das Geheimnis ewiger Jugend.

Nimm dir Zeit zum Lesen,
es ist der Brunnen der Weisheit.

Nimm dir Zeit freundlich zu sein,
es ist der Weg zum Glück.

Nimm dir Zeit zum Träumen,
es bringt dich den Sternen näher.

Nimm dir Zeit zu lieben und geliebt zu werden,
es ist das Privileg der Götter.

Nimm dir Zeit dich umzuschauen,
der Tag ist zu kurz, um selbstsüchtig zu sein.

Nimm dir Zeit zum Lachen,
es ist die Musik der Seele.

eingereicht von Fred Reuter, Siegburg

Erinnerungen an die Siegburger Penne

Berichtigung meiner Aussage in der Frühjahrsausgabe der „65er Nachrichten“ 2011, Nr. 157, unter Besinnliches auf Seite 26 (Erinnerungen an die Siegburger Penne anlässlich des Diamantenen Abiturs).

Die Tatsache, dass Herr Oberstudiendirektor Dr. gr. Kruse als nicht linientreu gegenüber dem damaligen Regime durch Herrn Oberstudiendirektor Friedrich Paul Ax als Parteimitglied ersetzt wurde, hat mich zu der Aussage „fanatischer Anhänger des damaligen Regimes“ veranlasst.

Die Tochter von Herrn Ax hat mich daraufhin angerufen und diesen Vorwurf gegen ihren Vater entschieden zurückgewiesen. Sie hat mir durch Unterlagen und Belege nachgewiesen, dass ihr Vater nach Siegburg strafversetzt worden ist. Damit sei meine Aussage widerlegt. In Unkenntnis der damaligen Zusammenhänge bedauere ich meine Wortwahl und möchte mich in aller Form dafür entschuldigen.

Karl Heinz Müller, Lohmar-Heide

Das Jahr

Gerade wie ein zartes Klingen
kommt das Jahr auf leisen Schwingen:
Der Januar mit Eis und Schnee,
im Februar friert Meer und See,
wenn's ab und zu im März schon taut
manch Blümchen aus der Erde schaut.
April mit Sonne, Regen macht,
dass uns ein Mai mit Blütenpracht,
auch Juni, Juli noch beglückt,
August mit Wärme gut bestückt.
Septemberdüfte uns umweh'n,
Oktober lässt die Ernte seh'n.
belohnt wird man mit buntem Laub,
verschwunden Hitze und der Staub.
Eingestimmt auf graue Tage
im November – keine Frage.
Wenn dann noch der Dezember kommt,
bringt Tage noch so leicht durchsonnt.
Ob Winter kommt oder auch nicht,
das Jahr klingt aus im Weihnachtslicht.

Erika Kock, Warder

Weihnachtszeit

Die Jagd nach den Geschenken hat begonnen,
ab und zu kommt der Gedanke auf, ach, wie
schnell ist doch das Jahr verronnen.

Auf den eigentlichen Sinn von Weihnachten wird
sich selten besonnen.

Schon im September sind Lebkuchen, Domino-
steine, Stollen und vieles mehr zu haben.

Früher gab es das alles erst zu kaufen kurze Zeit
vor den Festtagen,

und die Kinder freuten sich beim Anblick der
Leckereien,

voller Erwartung, sich bald daran zu laben.

Die Geschenke waren meist praktisch, nicht so
groß, eher klein.

Hatte man kein Geld, so durfte es auch was
Selbstgebasteltes sein.

Jeder war damit zufrieden, anders als heute,
nicht so bedacht auf viele Geschenke, auf eine
„große Beute“.

Der Weihnachtsbaum wurde geschmückt mit
bunten Kugeln, Kerzen, Lametta und Engelhaar.

Ach ja, wie schön dies doch früher war!

Das vergangene Jahr hat viele schlimme Ereig-
nisse mit sich gebracht.

Dabei sind Frieden und Gesundheit doch das
Wichtigste! Hat daran schon mal jemand ge-
dacht?

Jedes Jahr spürt man zu Heiligabend ein ganz
besonderes Gefühl.

Die Sehnsucht ist groß nach Ruhe, Liebe,
Geborgenheit

und davon wünscht man sich sehr viel.

Manche Menschen rücken in diesen Tagen wie-
der enger zusammen, versöhnen sich
und treffen sich endlich wieder zu Weihnachten
an einem festlich gedeckten Tisch.

Gerade jetzt sollte man nicht vergessen, anderen
Menschen, die nur wenig haben, eine kleine
Freude zu machen.

Sie werden uns ein dankbares Lächeln schen-
ken,

können wieder Hoffnung schöpfen, es tut ihnen
gut.

Und dieses Gefühl, nicht vergessen zu sein,
macht ihnen wieder neuen Lebensmut.

Helga Kynast, Marburg

Weihnacht

Heilige Feier -
uns ist Gottes Sohn geboren.
Unser riesig großer Erdball!
Milliarden verschiedene Menschen!
So verschieden wird auch Weihnachten gefeiert.

In kalten Zonen - im hohen Norden, in Sibirien,
wo der große Frost die Bäume knackt, wo der arme Vogel segelt und im Flug erfriert, dann wie ein Eiskloß auf die spiegelblanke gefrorene Erde klatscht.

Am Wolgaufer, wo die jungfräulichen Tannenwälder, die vor dem Krieg noch kein Menschenfuß betrat, stehen, jetzt geschmückt im Eisgewand und Schnee.

Sie sind bereit zur Weihnachtsschau.
Faszinierend!

Doch in den heißen Zonen, wo im Sommer Weihnacht ist, Argentinien, Buenos-Aires, krümmen und neigen sich in der großen Hitze die Weihnachtskerzen.

Die deutsche Tanne jedoch, auf deutschem Boden ragt stolz gegen den Himmel.

Unten am Fuße im Reigen, frohlockend und tanzend singen die Kinder Weihnachtslieder auf Deutsch.

Nur auf Deutsch.

Gertrud Gercen, Waldbröl

Heimliche Wunden

Es gibt Wunden, heimliche Wunden,
Du, die heilen niemals im Leben zu.
Wohl kommen Stunden, da schmerzen sie nicht.

Da geht man einher mit hellem Gesicht!
Spricht wie die anderen, mit lächelndem Mund und glaubt sich glücklich und kerngesund.

Bis einer jäh in der Wunde rührt
und man von Neuem das Brennen spürt.

Sich wieder wühlt in dem alten Gram,
der dennoch niemals zur Ruhe kam.

Es gibt Wunden, tief innen - Du -
die heilen niemals im Leben zu.

eingereicht von Annabell Fengler, Troisdorf

Das Spiegelbild

Man ist so jung wie man sich fühlt.

Der frühmorgendliche Blick in den Spiegel verrät alles!

Der müde Blick mit verschnupfter Nase, leicht tränende Augen, fliegende graue Haare, trockene Haut mit Falten, untermalt von Lachfalten, alles das gibt Auskunft über die Zahl der Lebensjahre, die man hinter sich gebracht hat.

Gnadenlos zeigt der Spiegel auch die Kilos, die man auf der Personenwaage im Bad übersehen möchte. Die guten Vorsätze von Silvester, im neuen Jahr etwas abzunehmen, sie sind wie Rauch verschwunden. Das muss sich ändern! Bewegung ist angesagt!

An einem anderen Morgen allerdings ist man von sich selbst überrascht. Das Spiegelbild, es strahlt glücklich und zufrieden. Das alternde Gesicht – es fragt: „Was willst du? Geh mit Mut in den Tag. Deine Arbeit kannst du noch verrichten, Einkäufe tätigen und leichte sportliche Aktivitäten durchführen. In deinem Alter kannst und darfst du dir erlauben, nur das zu tun, wozu du Lust hast. Geh deinen Hobbies nach und pflege sie!“

Recht hat er – der Spiegel! Er hat die richtige Einstellung!

Anneliese Huhn, Siegburg

„Der Storch“

Der Storch – man glaubt es nie und nimmer –
trug kürzlich Schmitzens in ihr Zimmer
ein Wickelkind, recht gut verpackt.

Nur Kopf und Arme waren nackt.

Er klapperte, sah kurz zur Seite
und suchte schleunigst dann das Weite.

Frau Schmitz war nie vor etwas bange.

Sie zögerte daher nicht lange

und wickelte das Kind schnell aus.

Herr Schmitz jedoch, als „Herr im Haus“,
der dachte nach und sprach dann scharf:

„Es kann nicht sein, was nicht sein darf.“

Wir sind die Eltern nicht des Knaben,

weil wir doch stets „verhütet“ haben.“

Da sprach die Frau ein klares Nein.

„Ich muss des Kindes Mutter sein,

denn was wir hier gefunden,

das hab' ich doch „entbunden“!

Dr. Dieter Grau, Bonn

So ändern sich die Zeiten!

Wie oft denken hier und heute,
nicht nur alte, nein auch jünger Leute,
an ihre Kinderzeit zurück
und vermissen manches Glück.
Heut' wird tagelang und Wochen,
zu Hause kaum ein Wort gesprochen,
denn dort darf man keinen stören,
man will ja fernseh'n oder Radio hören.

Früher, durft' man alles fragen,
man durfte Mama oder Papa sagen
und man fragte sehr beflissen,
weil man glaubte, dass die alles wissen.
Bevor die Kinder heute geh'n zu Bett,
schnell noch ein Blick ins Internet,
denn klick ich dort auf www,
ich etwas ganz Bestimmtes seh'.

Früher, wurde man zu Bett gebracht
und Mutter sagte lieb „Gut' Nacht“
und erinnert' stets, bevor sie geht,
vergiss auch nicht dein Nachtgebet.
Weil man das heut' total vergisst,
wissen viele nicht mehr, was das ist.
Denn das „Beten“ ist doch heute,
nur noch was für alte Leute.

Besonders in der Weihnachtszeit,
ist die Kindheit nicht sehr weit.
Früher brauchte man nicht lang zu denken,
man tat ganz einfach „Freude“ schenken.
Doch heut', wem schenk ich welche Gaben,
weil doch alle - alles haben.
Heut' kann man mit den schönsten Sachen,
kaum jemand eine Freude machen.

Jedoch ich frag', wie wär es dann,
man fing mal wieder ganz klein an?
Mal ein liebes Wort zur rechten Zeit,
wer ist dazu wieder mal bereit?
Für die Sorgen anderer mal ein offenes Ohr,
mal ein Besuch vom Herrn Pastor.
Ich glaub', man kann mit solchen Sachen,
auch heut' noch einem Freude machen.

Früher war es Sitte bei den „Alten“,
was man versprach, dann auch zu halten.
Ob in der Kirche am Altar,
oder im Sitzungssaal „Plenar“.

Heut nimmt man's nicht mehr so genau,
ob dritte oder vierte Frau.
Ein Fremdwort ist das Wörtchen „Treue“,
ist der Lack ab, dann gibt's 'ne „Neue“.

Was bei den Wahlen man versprach,
gilt schon nicht mehr am Tag danach.
So geht man heute mit den Leuten um,
und verkauft sie alle für recht dumm.
Früher war mal unser deutsches Land,
als „Primus“ in der Welt bekannt.
Und es gab auch lange Zeit,
das Siegel „Deutsche Wertarbeit“.

Heut, sind wir ein „modernes Land“,
doch vieles Andere verschwand.
Doch Europa braucht uns in diesen Tagen,
denn wir dürfen ja das „Schlusslicht“ tragen.
Fürs Portemonnaie wird die Devise sein,
viel mehr raus, und wenig rein,
denn nach den sogenannten fetten Jahren,
heißt es nun sparen - sparen - sparen!

So hilft uns nun in diesen Tagen,
weder ein Jammern, noch ein Klagen.
Wir brauchen Hilfe von oben und von allen Sei-
ten,
nun ja, - so ändern sich die Zeiten!!!

Ihnen allen eine schöne Advents- und Weih-
nachtszeit.

Josef Eikamp, Much

Zeit

Viel zu schnell vergeht die Zeit,
zu etwas Neuem ist man nicht bereit!
Die Tage rasen an einem vorbei
und bringen noch so Allerlei.

Manche Augenblicke möchte man einfach län-
ger halten,
doch die Zeit läuft weiter, ohne anzuhalten.

Ich hoffe, dass mir noch manch schönes Jahr
ist gegeben,
damit es sich lohnt, ganz bewusst zu leben!

Ingrid Beine, Köln

Besinnliches

Dem Weihnachtsmann droht der Knast!

Lieber guter Weihnachtsmann,
jetzt ist's so weit, jetzt bist du dran.
Mein Chef ist nämlich Rechtsanwalt,
der klagt dich an, der stellt dich kalt.

Schon seit vielen hundert Jahren,
bist du nun durch's Land gefahren,
ohne Nummernschild und Licht,
auch TÜV und ASU gab es nicht.

Dein Schlitten eignet sich nur schwer,
zur Teilnahme am Luftverkehr.
Es wird vor Gericht zu klären sein:
Besitzt du 'nen Pilotenschein?

Durch den Kamin ins Haus zu kommen,
ist nun rechtlich streng genommen,
Hausfriedensbruch, Einbruch sogar.
Das gibt Gefängnis, das ist klar.

Und stielst du nicht bei den Besuchen,
von fremden Tellern Obst und Kuchen?
Das wird bestraft, das muss man ahnden,
die Polizei wird nach dir fahnden.

Es ist auch allgemein bekannt,
du kommst gar nicht aus diesem Land.
Wie man so hört, steht wohl dein Haus,
am Nordpol, also sieht es aus,
als kämst du nicht aus der EU.
Das kommt zur Klageschrift hinzu.

Hier kommt das Deutsche Recht zum Tragen.
Ein jeder Richter wird dich fragen,
ob deine Arbeit rechtens ist,
weil du ohne Erlaubnis bist.

Der Engel, der dich stets begleitet,
ist minderjährig und bereit
uns daher wirklich Kopfzerbrechen.
Das Jugendamt will mit mir sprechen!

Jetzt kommen wir zu ernstern Sachen.
Wir finden es gar nicht zum Lachen,
dass Kindern du mit Schlägen drohst,
darüber ist mein Chef erbost.

Nötigung heißt das Vergehen,
und wird bestraft, das wirst du sehen,
mit Freiheitsentzug von ein paar Jahren,
aus ist's dann mit Schlittenfahren.

Das Handwerk ist dir bald gelegt,
es sei denn dieser Brief bewegt
dich, die Kanzlei reich zu beschenken,
dann wird mein Chef es überdenken.

Fred Staffen, eingereicht von Adele Müller, Troisdorf

Tage der Freude!

Du solltest Schönes behalten
und Schlechtes vergessen,
dich dankbar erinnern,
was du schon besessen.

Dinge, die kostbar,
auch wenn sie klein,
Freundschaft, die echt war
und Liebe, die rein!

Sieh hinter dir Säulen,
nicht nur die Trümmer,
auch wenn du Manches verloren,
(doch) viel Gutes bleibt dir noch immer!

D'rum zähle die Tage der Freude
und nutze nur mutig das Heute,
nicht aber die Tage der Tränen,
sie könnten beim Handeln dich lähmen.

Schau vielmehr öfter nach vorne
und immer weniger zurück,
denn vorne liegt das Morgen,
viel Licht und neues Glück!

Jürgen Hofmann, Siegburg

Abschied

Abschied wär' oft nicht so schwer,
wüsste man, wovon es wär!

aus dem Buch: „Worte an die Wand gesprochen“
von h. h. mod. Schmitz

Alt an Jahren, doch jung geblieben

Alt an Jahren, doch jung geblieben, so sehen wir Senioren uns heut',
hinter uns liegt eine lange, nicht immer schöne Zeit.
Wir denken an unsere Kindheit, die Jugendzeit zurück,
ein bisschen Wehmut trübt dabei unseren Blick.
Diese Zeit ist vorbei, doch wir leben, wollen's Leben noch genießen,
uns daran erfreuen, wenn die Sonne scheint, die Blumen sprießen.
Wir wissen, jedes Alter hat seine gute, seine schlechte Zeit
und sind zum Sterben noch lang nicht bereit.

Unser Haar wird allmählich weiß, geht aber nur langsam weg,
hin und wieder zeigt sich mal ein kahler Fleck.
Der wird vielleicht auch oft größer dann, selten bei der Frau, meist nur beim Mann.
Darüber sollte sich aber keiner grämen oder sich gar vor anderen Menschen schämen.
Das ist nun mal das Los der Zeit, eine jede hat ihre Freud' und auch ihr Leid.

Mit 17, hatten wir einst, wie's im Lied heißt „... noch Träume“,
erinnern uns an die Zeit, als in den „Himmel wuchsen die Bäume“.
Doch auch die, die heut' 17 sind, werden einmal älter sein,
das sei uns ein Trost bei mancher Pein.
Lasst uns noch froh sein an allen Tagen und auch mal wieder ein Tänzchen wagen.
Jung sein ist leicht, jung bleiben oft schwer
Doch wir leben noch, was wollen wir mehr.
Wenn der Tod uns einst holt, dann werden wir sagen:
„Wir haben's Leben gelebt, in guten und schlechten Tagen.“

Hans Waldeck, Siegburg

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

Achtung und Wertschätzung als wichtige Lebensgrundhaltung

Wie definiert man überhaupt diese Begriffe? Man könnte sie mit den Worten wie Ehrfurcht, Respekt vor anderen, Rücksichtnahme auf andere, seien es die Eltern oder auch die Mitmenschen, beschreiben. Denn wer seine Mitmenschen achtet, der wird selbst geachtet. Ist das heute in unserer Gesellschaft noch der Fall?

Wenn man sieht und hört, wie heute Menschen überfallen, brutal niedergeschlagen, sogar totgetreten werden, fragt man sich, gelten diese vorgenannten Wertvorstellungen in der heutigen Gesellschaft überhaupt noch? Man hat die Achtung vor Menschen und Werten verloren. Das muss ja einen Grund, wenn nicht mehrere Gründe haben. Es sind ja nicht nur Jugendliche aus zerrütteten Ehen, sondern teils aus gutsituierten Familien. Wie kann sich in den Köpfen von jungen Menschen eine solche Aggression aufbauen? Ist die Perspektivlosigkeit, die ungewisse Zukunft, die Ziellosigkeit, falscher Umgang, die Arbeitslosigkeit oder der Alkohol die Ursache für diese Brutalität? Vielleicht von allem etwas.

Die anfangs genannten Werte müssen von den Eltern vorgelebt und in den Schulen vermittelt werden. Ist das nicht der Fall, darf man sich nicht über diese Auswüchse wundern. Die Kinder sind uns anvertraut zur Erziehung, zur Förderung der Talente, sie zu Persönlichkeiten heranzuziehen, ihnen Grenzen und Regeln bewusst zu machen, sie den Umgang mit Fehlern zu lehren, ihnen beizubringen, Toleranz gegen anders Denkende zu üben, ihnen Entscheidungshilfen mitzugeben, sie zu lehren, Menschen unabhängig von Herkunft, Leistung und Unterschiedlichkeit zu achten und zwischenmenschliche Beziehungen zu pflegen.

Im Zusammenleben von Menschen, sei es in der Gesellschaft, im Privatleben oder im Beruf, ist die Wertschätzung unverzichtbar. Die Hoffnung bleibt uns für die Zukunft.

Karl Heinz Müller, Lohmar-Heide

Besinnliches

Das etwas andere Rätsel

Im Advent, im Advent

Im Advent, im Advent ist ein Licht erwacht,
und es leuchtet und es brennt
durch die dunkle Na(11)ht.

Seid bereit! Seid bereit!

Denn der Herr aller Her(7)en ist nicht mehr
weit!

Seid bereit! Seid bereit!

Ja, der Herr (5)ller Herren, der uns befreit.

Im Advent, im Advent ist ein Licht erwacht,
und es leuchtet und es brennt
d(3)rch die dunkle Nacht.

Seid bereit! (8)eid bereit!

Denn der König des Friede(14)s ist nicht mehr
weit!

Seid bereit! Seid bereit!

(4)a, der König des Friedens, der uns befreit.

Im Advent, im Adv(2)nt ist ein Licht erwacht
und es leuchtet und es brennt
durch die dunkle Nac(6)t,

Seid bereit! Seid bereit!

Gottes Sohn, unser Bruder ist nic(12)t mehr
weit!

Seid bereit! Seid bereit!

Gottes Sohn, unser Br(10)der, der uns befreit.

Denn es geht im Advent um ein heller Schein.
Wenn er leuchtet, wenn er bre(1)nt,
wird er in uns sein.

Nicht mehr weit! Nicht mehr weit!

Gottes Kind in der (9)rippe, das uns befreit.

Nicht m(13)hr weit! Nicht mehr weit!

Gottes Kind in der Krippe! Drum seid bereit!

Die ausgelassenen Buchstaben ergeben das
Lösungswort.

Lösungswort:

() () () () () () () () () ()
1 2 3 4 5 6 7 8 9

() () () () ()
10 11 12 13 14

Johannes Hallberg, Siegburg

Auflösung Seite 37

Gönn' Dir mal eine Pause

Nimm Dir Zeit, ein wenig auszuruhen,
vom Alltag und seinen Lasten.
Lass' auch mal die andern tun,
gönn' Dir Zeit zum Rasten.

Denk' daran, wer schaffen will,
der muss auch mal verschnaufen,
besinnen sich und planen still,
danach wird's besser laufen.

Schlüpf' mal aus dem Arbeitskleid,
um Geist und Seele aufzurichten.
Wer Freude sich gönnt zur rechten Zeit,
erfüllt mit Freude auch seine Pflichten.

Anne Maslankowsky

eingereicht von Dr. Willi Maslankowski, Königswinter

Heilige Tage

Du spürst ihr Nahen schon wunderbar,
ein freudiges emsiges Treiben.
Die Sterne winken dir groß und klar
von oben herab durch die Scheiben.

Verstohlen steigt es wie Tannenduft
dir nach auf Treppen und Gängen,
ein Singen geht durch die Winterluft,
das bleibt im Ohre dir hängen.

Ach, alte Lieder von liebem Klang -
die Mutter sang sie vor Zeiten -
und es pocht das Herz dir so selig bang -
hört sich an, wie wenn Glocken läuten.

Und es kommt ein Abend, da bricht's heraus,
da kannst du nicht mehr entrinnen.
Da ist ein Jauchzen von Haus zu Haus,
ein Leuchten draußen und drinnen.

Und die Glocken klingen von jedem Turm
festlich durch Straßen und Gassen;
da wird auch der heilige Liebessturm dir das
Gemüt und die Seele erfassen.

frei nach Lulu v. Strauss und Torney

eingereicht von Alfred Dyszak, Siegburg

Winterschlaf

Der Winter ist in unsren Breiten
die mieseste der Jahreszeiten;
wenn ich die Sache recht beseh`;
so bringt der ganze Wintersegen
nur Kälte, Glatteis, Matsch und Regen
und zwischendurch mal etwas Schnee.

Man darf mit seinem Geld nicht geizen
und muss es größtenteils verheizen,
denn kalte Winde weh'n von Nord.
Es zählt bei uns, es ist zum Heulen,
das teure Autoblech-Verbeulen
zum meistgeübten Wintersport.

Wie schlau dagegen sind die Bilche,
die Igel und die Hamsterknilche,
sie sind im Winter mehr auf Draht;
sie legen sich zur Ruhe nieder,
sie schlafen und erwachen wieder,
sobald der warme Frühling naht.

Dann räkeln sie hellwach mit Wonne,
sich auszuschlafen in der Sonne
und fressen froh, was ihnen schmeckt,
so viel und oft, wie sie nur wollen,
denn was zu viel ist an den Bollen,
das wird im Winter abgespeckt.

Beschaut euch nur die Murmeltiere,
kein Mensch ist morgen früh um viere
so munter in der Frühlingszeit,
sie freuen sich, wie`s scheint, des Lebens,
man sucht bei ihnen ganz vergebens
`ne Spur von Frühjahrsmüdigkeit.

Man sollte sich ein Beispiel nehmen
und sich zum Winterschlaf bequemen,
dann wär' man nicht so lahm und schlapp.
Doch leider muss ich drauf verzichten,
weil ich – genau wie ihr – mitnichten
`nen ganzen Winter Urlaub hab.

eingereicht von Werner Schneider, Siegburg

Im Advent

Man weiß nicht mehr, wo Sankt Nikolaus wohnt.
Er hat sich viel Tausende Male geklont.
Man sieht ihn tanzen auf Märkten und Festen.
Er hängt von Balkonen und baumelt an Ästen.

Kommt nicht mehr mit Rupprecht aus Waldes-
dunkel,
er lauert in Fenstern mit buntem Gefunkel.
Lasst uns nicht vergessen bei all dem Gewim-
mel,
karnevalsmäßigem Niklaus-Getümmel,
bei den Lichterketten allüberall:
Das Kind in der Krippe in Bethlehem's Stall.

Helga Hamann, Karlsruhe

Hoffnung

Wenn es dir mal schlecht ergeht,
bleib nicht stehn' auf deinem Weg.

Berge der Freude hast du erklommen.
Meere der Trauer hast du durchschwommen.

Verliere nicht dein Ziel vor Augen,
gib nicht auf, an dich zu glauben.

Dann hast du es bald geschafft,
vertrau' auf deine innere Kraft!

Werner Wallesch, Siegburg
eingereicht von Rosemarie Proske, Siegburg

Einsamer Schneemann

Warum hat der Schneemann keine Frau?
Ganz einfach, der Schneemann ist aus Schnee
und Eis.

Wenn man liebt, wird es heiß und dann ist es
vorbei mit Schnee und Eis.

Wissenschaftlich gesehen geht ein Schnee-
mann, wenn er liebt, in einen anderen Aggre-
gatzustand über und darum:

Ein Schneemann muss leider ohne Liebe aus-
kommen.

Tut mir echt leid.

Esther Asbach, Siegburg

Besinnliches

Die vier Kerzen

Vier Kerzen brannten am Adventskranz.
Es war ganz still.
So still, dass man hörte, wie die Kerzen zu reden begannen.

Die erste Kerze seufzte und sagte: „Ich heiße Frieden. Mein Licht leuchtet, aber die Menschen halten keinen Frieden. Sie wollen mich nicht.“ Ihr Licht wurde immer kleiner und erlosch schließlich.

Die zweite Kerze flackerte und sagte: „Ich heiße Glauben. Aber ich bin überflüssig. Die Menschen wollen von Gott nichts wissen. Es hat keinen Sinn mehr, dass ich brenne. Ein Luftzug wehte durch den Raum und die zweite Kerze war aus.

Leise und traurig meldete sich die dritte Kerze zu Wort: „Ich heiße Liebe. Ich habe keine Kraft mehr zu brennen. Die Menschen stellen mich zur Seite. Sie sehen nur sich selbst und nicht die anderen, die sie lieb haben sollen.“ Und mit diesem letzten Aufflackern war auch dieses Licht ausgelöscht.

Da kam ein Kind in das Zimmer. Es schaute die Kerzen an und sagte: „Aber, aber – ihr sollt doch brennen und nicht aus sein.“ Fast fing es zu weinen an.

Da meldete sich auch die vierte Kerze zu Wort. Sie sagte: „Hab' keine Angst. Solange ich brenne, können wir auch die anderen Kerzen wieder anzünden. Ich heiße Hoffnung.“

Mit einem Streichholz nahm das Kind Licht von dieser Kerze und zündete die anderen Lichter wieder an.

eingereicht von Werner Thelen, Leverkusen



Zum Nachdenken

Wir leben aus den kleinen Erlebnissen und durch sie.

Fröhlich sein geht über Reichtum.

Die richtige Liebe will nicht besitzen, sondern glücklich machen.

Taten lehren den Menschen und Taten trösten ihn.

Wir sollten die Welt so nehmen wie sie ist, aber wir sollten sie nicht so lassen.

Tue alles Gute, was du vermagst, aber tue es so leise wie möglich.

Alt werden steht in Gottes Gunst, jung bleiben, das ist Lebenskunst!

Fürchte dich nicht vor dem langsamen Vorwärtsgen,
fürchte dich nur vor dem Stehenbleiben!

Über Vergangenes mach' dir keine Sorgen, dem Kommenden wende dich zu!

Nur wer versteht, glücklich zu machen, der kann auch selbst glücklich sein.

Elisabeth Henseler, Siegburg

Suche

Auf dem Weg nach Bethlehem
viele Menschen gehen,
dort, in ihrer Väter Stadt
sie um Einkehr flehen.

Reisende auf schwerem Weg
harter Lebenszeit
überschreiten Stein und Steg
suchen Heimat heut'.

Wanderer wie eh und nun
auf der Suche alle
woll'n beim Christ ein wenig ruh'n
nah bei ihm im Stalle.

Brigitte Kürten, Bad Honnef

Neujahrserkenntnis

Nun endlich ist es angekommen,
das neue Jahr; noch ganz benommen
seh' ich nach draußen in die Welt,
und frag mich, ob es mir gefällt.

Vom Raureif leicht bedeckt die Dächer,
in meiner Hand den Kaffeebecher,
so träum ich sachte vor mich hin –
ich denk, ist das der Neubeginn?

Es ist doch alles, wie zuvor,
ich bin ein Narr, ich bin ein Tor!
Hatt ich gehofft, dass sich das wendet,
was mit dem alten Jahr geendet?

Dass alles besser wird und feiner?
Vielleicht wird alles nur gemeiner!
Noch schläft die Welt, wöhnt sich in Ruh;
ich schau aus meinem Fenster zu.

Erwartungsvoll war diese Nacht,
die uns ins neue Jahr gebracht.
Die Hoffnung bleibt uns allemal
und was draus wird? Na, rate mal.

Ingrid Schinschek, Siegburg

Schöne Bescherung

Die Enkel kohen, drei an de Zahl
De Oma dät sich freue
Un wade wurd zur grüße Qual
Sie dät et net bereue.

Dä Gabentisch wor jot jedeck
Sie wurten reich beschenk
Do noh die Langewiel jeweck
Wo werden die Blecke hinjelenk?

Else Bühnemann, Troisdorf

Einstein und Socken

Wozu Socken? Sie schaffen nur Löcher!
Albert Einstein

eingereicht von Hermann Söntgerath, Wiesbaden

Auflösung von Seite 34: Neujahrskuchen

Evolution contra Depressionen

Vor siebzehn Millionen Jahren
entwickelten sich gewisse Gestalten.
Heute kann man von damals erahnen
deren spezifisches Verhalten
sollte sie von allen Tieren spalten.

Im Laufe der Jahrmillionen
wandelten sich die Australopitheceten,
nur wenige sind jeweils durchgekommen,
die mit den besseren Qualitäten
und den Grundstock für die Menschen legten.

In verschiedenen Arten zum Homo geworden,
zogen sie aus Afrika's Süd-Osten
in vielen Schüben hoch gen Norden.
Doch viele wurden Beute auf ihren Posten,
nur die wenigsten kamen auf ihre Kosten.

Vorletzt waren es vor 300.000 Jahren
Homo sapiens, die Neandertaler,
und konnten ihren Platz nicht bewahren.
Homo sapiens sapiens erschien mit Gezeter,
Neandertaler verschwand Meter um Meter.

Angesichts der geistigen Übermacht,
die die Eindringlinge offenbarten,
verfielen die Neandertaler in Ohnmacht,
die sie von Gegenwehr bewahrten.
Homo sapiens sapiens blieb von allen Arten.

Auch wenn es vielen so nicht gefällt:
Das größte Wunder ist unser Dasein.
So steht's auch in keiner Bibel der Welt.
Jeder ist ein Mensch für sich allein,
und bindet sich in die Gesellschaft ein.

Jetzt sieben Milliarden Menschen sind wir Erdlinge.
Das ist ein Produkt von Jahrmillionen.
Es müsste sein, dass kein Tag verginge,
an dem wir uns mit dem Gedanken belohnen,
dass tausende Generationen in uns wohnen.

In Gedenken an tausende von Vorfahren
müssen wir doch sehr erschrecken,
angesichts millionenfacher Gefahren,
die nur die Vergessenheit bedecken.
Depressionen sollten Wunder nicht beflecken.

Manfred Schroeder, Siegburg

„Klatschweiber!“

Fritz war so etwa sieben Jahre,
trug kurze Hosen, kurze Haare
und hat sich häufig interessiert,
für das, was in der Welt passiert.
Erst kürzlich kam er aus der Stadt,
wo einer laut gesungen hat,
auch die Gitarre kräftig schlug.
Doch damit war's noch nicht genug.
Er hat sich richtig ausgetobt,
wofür man ihn dann sehr gelobt.
Der smarte Youngster, grell geschmückt,
hat manche Damen sehr entzückt,
und viele kreischten, klatschten laut.
Der kleine Fritz war nicht erbaut
ob dieser lauten Gunstbezeugung.
Der Stille galt eher seine Neigung.
Daheim gefragt, wo er geweilt,
war er vom Schreck noch nicht geheilt.
„Ich saß“, sprach er, „nur unter Frauen,
und darf ich meinen Augen trauen,
war ich zum ersten Mal im Leben
von lauter „Klatschweibern“ umgeben!“

Dr. Dieter Grau, Bonn

Lose Sprüche

... über die Eva.

Im Paradies schuf Gott das Weib
und nur für Adams Zeitvertreib.
Dieser Tat ist kein Applaus zu zollen.
Er hätte ihn alleine lassen sollen.

... über die Konsequenzen.

Ohne diesen Adam und im Paradies vielleicht
hätte auch die Eva sicher schon allein gereicht.
Man könnte manchen Ärger völlig unterlassen,
weil beide ja bis heute nicht zusammen passen.

... über einen Konstruktionsfehler.

Der größte Fehler bei den Menschen auf der Erde
erfolgte einmal nach der Planung beim Zusammenbau.
Man dachte wohl, dass später nie gewechselt werde,
und darum passt bis heute jeder Mann zu jeder Frau.

Willy Hänscheid, Alzenbach

Das Jahr 2012

Wie einfach es doch früher war,
da teilte man das ganze Jahr
in vier Jahreszeiten ein
und fröhlich sangen die Kinderlein:

„Es war eine Mutter, die hatte vier Kinder,
den Frühling, den Sommer, den Herbst und den Winter.
Der Frühling bringt Blumen, der Sommer den Klee,
der Herbst, der bringt Früchte, der Winter den Schnee.“

Doch einigen war zu ungenau und vage die Zahl,
drum führten sie was Neues ein, das Quartal.
Quartalsmäßig muss man die Steuern entrichten.
Banken und Börsen sich orientieren an Quartalsberichten.

Das Quartal hat drei Monate, 12 Wochen oder 90 Tage.

Der Monat steht für Gehalt, Lohn, Rente ohne Frage.

Die Woche ist bestimmt für die Wochenarbeitszeit.

Die Tage bestimmen über Beschäftigung und Freizeit.

Der Tag besteht aus 24 Stunden,
die Stunde hat 60 Minuten und die hat 60 Sekunden.

Wenn man nun meint, diese seien eine Kleinigkeit,
nein, sie sind von großer Wichtigkeit.

Zehntel Sekunden, wie oft wurden hienieden
Wettbewerbe und Läufe durch sie entschieden.
Ja Hundertstel, Tausendstel, die sind da wichtig,
dass bei Bob-, Schlitten-, Autorennen die Zeit richtig.

Das Jahr 2012 hat 31622400 Sekunden,
oder, was es leicht macht, 8784 Stunden,
wir wünschen allen für die ganze Zeit
stets ausreichend Geld und Zufriedenheit,
viel Erfolg und Fröhlichkeit,
viel Kraft und viel Beweglichkeit
und ganz, ganz viel Gesundheit!

Alfred Dyszak, Siegburg

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

80 Jahre

Müller, Herbert - 21.01.
Hözlweg 9,
Bergen/Chiemgau

Thelen, Werner - 04.03.
Münsters Gässchen 3,
Leverkusen

Laatsch, Fritz - 18.03.
Jakobstraße 49

81 Jahre

Litterscheid, Gertrud - 22.01.
Luisenstraße 134

Sturm, Johann - 20.02.
Alte Poststraße 9

Heck, Ewald - 25.02.
Akazienweg 6

82 Jahre

Persky, Karl - 08.01.
Heideweg 22,
Fürstenfeldbruck

Fischer, Luise - 11.02.
Steinbahn 39

83 Jahre

Rommel, Paul - 22.01.
Wolsdorfer Straße 42e

Schmidt, Else - 25.02.
Am Stallberg 32

Müller, Karl Heinz - 12.03.
Heidestraße 13, Lohmar

84 Jahre

Huhn, Johanna - 29.01.
Hauptstraße 104

Brahm, Irene - 13.02.
Cecilienstraße 29

Krüger, Ilse - 31.03.
Jägerstraße 23

85 Jahre

Gruyters, Karl-Heinz - 03.01.
Grimmelsgasse 3

Overath, Elisabeth - 06.01.
Am Tannenhof 8a

Fuchs, Lorenz - 05.02.
An der Schlade 14

Stocksiefen, Gisela - 13.02.
Ludwigstraße 50

Meyer, Luise - 11.03.
Kleiberg 1b

Schubert, Anna Maria - 20.03.
Kleiberg 20

86 Jahre

Platz, Siegfried - 07.02.
Beethovenstraße 23

Petersohn, Christine - 11.02.
Frankfurter Straße 136

Schmidt, Hans-Günter - 14.11.
Bergstraße 13, Hennef

87 Jahre

Overath, Helmut - 19.01.
Am Tannenhof 8a

Förner, Johannes - 01.02.
Wolsdorfer Straße 91

Neußer, Ferdi - 21.02.
Moselstraße 3, Troisdorf

88 Jahre

Schulz, Josef - 02.01.
Ernststraße 57

Willms, Karl - 26.01.
Am Graspark 11,
Neunkirchen-Seelscheid

Patt, Peter - 26.01.
Augustastraße 20

Reddig, Walter - 22.02.
Rilkestraße 5A

Knoch, Arthur - 03.03.
Steinbahn 119

Korkus, Margot - 18.03.
Friedrich-Ebert-Straße 16

89 Jahre

Meyer, Theodor - 01.01.
Deichhaus-Aue 81

Kirschhöfer, Wilhelm - 20.02.
Aggerstraße 70

Becker, Peter - 17.03.
Junkersbusch 16

Herzliche Glückwünsche

90 Jahre

Schumacher, Wilhelm -
06.01.

Am Brungshof 16

Tietze, Irmgard - 29.01.

Rotdornweg 3

Schleupner, Hubert - 29.01.

Römerstraße 33

91 Jahre

Michels, Christine - 16.03.

Bertramstraße 14

Schäfer, Grete - 30.03.

Sandweg 14

92 Jahre

Dietrich, Wilma - 09.01.

Am Tannenhof 24

Burgemeister, Gertrud -
01.02.

Friedrich-Ebert-Straße 16

93 Jahre

Dr. Rödder, Heinrich -
26.01.

Roncallistraße 10, Troisdorf

Baumert, Christine - 25.02.

Hauptstraße 40

94 Jahre

Schwellenbach, Margarete
- 17.03.

Hohenzollernstraße 77

Witte, Anna - 27.03.

Gneisenaustraße 23

96 Jahre

Schimmelpfennig, Josefine
- 03.02.

Weidenweg 4

101 Jahre

Langweg, Anna - 07.03.

Alexianerallee 1

Goldene Hochzeiten

Lüttke, Reinhold u. Ilse -
30.12.

Ölbergstraße 12

Diamantene Hochzeiten

Müller, Johannes u.
Hildegard - 04.03.

Von-Stephan-Straße 1

Nachträglich

85 Jahre

Schmidt, Hans-Günter -
14.11.

Bergstraße 13, Hennef

Juwelene Hochzeiten

Hübner, Adolf u. Gudrun -
27.10.

Tönnisbergstraße 72



**Goldene und weitere Jubelhochzeiten können nur berücksichtigt werden,
wenn sie bis zum jeweiligen Einsendeschluss schriftlich der Redaktion der 65er Nachrichten
mitgeteilt werden.**

Januar bis März

01.10.

Juli bis September

01.04.

April bis Juni

01.01.

Oktober bis Dezember

01.07.

Die heiligen drei Könige

Krippenspiel der Siedlergemeinschaft Trerichsweiher in den 50er Jahren

Frau Eckard aus unserer Siedlergemeinschaft hatte uns, die Jugendlichen der Siedlung, angesprochen. Ihr Streben war, beim nächsten Siedlerfest zur Weihnachtszeit ein Krippenspiel aufzuführen. Es sollte eine große Sache werden.

Die Siedlerfeste wurden in dieser Zeit in dem Saal des Lindenhofes durchgeführt.

Alle Jugendlichen waren begeistert und mussten einige Textzeilen jener Frau Eckard vorlesen, dann auswendig wiederholen. Je nach Begabung und Alter wurden wir eingeteilt.

Mein Bruder Albert durfte den heiligen Josef spielen, die Tochter von Frau Eckard spielte die Heilige Maria.

Ein jeder bekam seine Rolle. Da auch einige kleine Rabenvögel im Geschehen gebraucht wurden, kamen auch ich und mein Freund Dieter zu einer Rolle.

Die einzelnen Texte wurden vergeben mit der Aufgabe, diese zu lernen, bis zur nächsten Probe in ihrem Haus. Die Eltern bekamen die Aufgabe, dementsprechende Kostüme anzufertigen.

Meine Eltern hatten es leicht, da Frau Spitz, als „Weisnäherin“ und gute Nachbarin, hier helfen konnte. Zwei Rabenkostüme waren schnell genäht und wurden schwarz gefärbt. Den langen gelben Schnabel hatten wir aus Kartonpapier mit Befestigungsgummi hergestellt.

Die Flügel brachten uns aber Probleme, da sie ebenfalls aus Karton angefertigt waren. Aber zur Vollkommenheit fehlte eine stattliche Anzahl von Federn.

Da unsere Eltern über eine stattliche Anzahl von Hühnern verfügten, war es nur eine Frage der Zeit, bis wir genügend Federn ergaunert hatten.

Der Umstand, dass die Hühner reduzierte Schwänze hatten, riefen unsere Eltern auf den Plan. Strafe war angezeigt!

Mühseliger war die Erstellung des Josef-Kostüms. Schließlich mussten einige Kartoffelsäcke herhalten.

Die Positionen der heiligen drei Könige waren sehr umworben. Leider weiß ich nicht mehr, wer hier erfolgreich war. Eins ist mir aber erhalten geblieben; es sind die Texte, die ich so gerne als König ge-

sprochen hätte:

*„Nun sehet den Stern, den wir bringen:
Ein Licht aus der himmlischen Pracht;
nun höret das Lied, das wir singen:
ein Lied aus der heiligen Nacht.*

*Wir kamen von weitem gegangen
durch Meere und Wüsten der Welt,
wo alles noch dunkel verhangen,
weil niemand die Erde erhellt.*

*Wir suchten in vielen Palästen
Messias, den König und Herrn;
Herodes, der wollt uns zu Gästen,
doch folgen wir lieber dem Stern.*

*Und als wir nach Bethlehem kamen
hinein in das Heilige Land,
da rief uns der Stern einen Namen,
den hatte noch niemand genannt.*

*Da führte der Stern uns zum Stalle
und zwischen den Tieren im Stroh,
da saßen die Heiligen alle
und waren wie Engel so froh.*

*Und siehe, das Kind in der Krippe,
das lachte und grüßte fein
und mit ihm die heilige Sippe,
sie luden wie Freunde uns ein.*

*Wir fielen vor Andacht zur Erde
und lobten das Kindlein gar hold
und jeder von uns der bescherte
ihm Weihrauch und Myrrhe und Gold.*

*Wir wollten es mehr noch belohnen
und gaben ihm all unser Glück –
da schrieb es ein Kreuz in die Kronen
und gab sie uns lächelnd zurück.*

*Wir sangen das Lied vom Herrn Jesu Christ,
der für uns Menschen geboren ist.
Im Stall zu Bethlehem ist es geschehen,
wir haben das Kindlein selber gesehen.“*

Diese Dialoge wurden abwechselnd vorgetragen. Es war für alle anwesenden Siedler im Saale ein ergreifendes Krippenspiel. Die Aktiven werden es bis heute nicht vergessen haben.

Als Belohnung aller Mühen beschenkte uns der Nikolaus. Eine kleine Tüte mit einem Apfel, einer Tafel Schokolade und ein wenig selbst gemachtes Spritzgebäck erfreute uns königlich.

Frau Eckard (Autorin und gute Seele) wurde gefeiert und unsere Geschenke zum kommenden Weihnachtsfest waren wahrscheinlich etwas größer ausgefallen.



Wer erinnert sich?

eingereicht von Werner Schneider, Siegburg

Ausgewandert vor 140 Jahren Teil V

In einem weiteren Brief vom 15. April 1881 schrieb vermutlich meine Urgroßtante Regina aus Missouri, USA, ihrem Sohn Wilhelm nach Deutschland Folgendes:

„Wir backen jeden Tag zwei Weizenbrote und so haben wir immer frisches Brot, und jeden Tag ein paar Male Fleisch. Was das Essen betrifft, ist dieses viel besser als in Deutschland. Benötigt man etwas, dann fährt man mit dem Fuhrwagen und zwei Pferden in die Stadt. Die nächste Stadt ist 1 1/2 Stunden von uns entfernt. Da waren wir auch letzte Woche, da hatte ich 38 Dutzend Eier jede Woche zuviel. Fährt man in die Kirche, dann fährt man auch auf Besuch. Hier in Amerika braucht man nicht viel zu laufen, gerade wenn man zu den Nachbarn geht.

Was die Betten angeht, so haben wir lauter Federbetten, wir haben vier Stück. Ich brauche nicht auf einem Strohsack zu liegen. Ich habe 12 Gänse, die bringen ziemlich viele Federn, Hühner haben wir 80-90. Die Leute haben hier Mähmaschinen, die mähen und binden zugleich und auch Dreschmaschinen.

Der Abschluss des Briefes fehlt auch dieses Mal, was ich sehr bedaure.

Edith Rumpf-Scheiwe, Neunkirchen-Seelscheid

Leserbrief

Zu dem Beitrag „Die Häuser in der oberen Mühlenstraße“ (Herbst 2011, Heft 159) möchte ich noch einen Teil beitragen. Zu meiner Zeit (Jahrgang 1920) wohnte im Pfarrhaus noch Dechant Heppekausen, in den Nebenhäusern die Kapläne Breuer und Hover (der etwas lispelte). Kaplan Hover war später Pfarrer in Bergheim. Dann kamen die erwähnten Häuser: Tempel usw. Max Heli, Haus-Nr. 18, handelte u.a. auch mit Tierfellen, wir brachten zu diesen Zeiten immer unsere Kaninchenfelle dahin.

Dann war da noch das Haus 20. Eine Gaststätte mit dem Namen „Zur Ente“, der Wirt hieß Korschildgen; heute ist dort ein Ärzte- und Bettenhaus. Schräg gegenüber befand sich die Kolonialwarenhandlung von Jakob Klein, über den ja ausführlich berichtet wurde.

Ich habe u.a. noch eine Aufnahme vom „Köbes“ mit Familie nebst anderen Bildern der Mühlenstraße.

In der Mühlenstraße allein waren acht Kneipen. Die anderen Geschäfte der Straße sind mir auch noch geläufig, wenn auch nicht mehr mit allen Besitzernamen.

Auch zu dem Beitrag von Frau Ursula Biermann (Seite 45) habe ich eine Anmerkung:

Dort, wo jetzt die Shell-Tankstelle steht, war früher das Haus der Familie Brodesser. Die Brüder Brodesser hatten u.a. wohl die erste Shell-Tankstelle in Siegburg. Sie bestand aus einer großen Säule, worin sich zwei Glasbehälter befanden. Diese wurden bei Bedarf mit der Hand vollgepumpt. Das Grundstück wurde von drei Straßen umsäumt; Frankfurter Straße, Kaiser-Wilhelm-Platz und Hopfengartenstraße.

Das alte Wohnhaus wurde im Laufe der Zeit abgerissen, im hinteren Teil ein neues Wohnhaus gebaut und zu den Straßenfronten die neue Großtankstelle Shell gebaut.

Das Lebensmittelgeschäft grenzte also an den Kaiser-Wilhelm-Platz und die andere Seite der Hopfengartenstraße. Die Hopfengartenstraße war früher eine Sackgasse und wurde später bis zur Alfred-Keller-Straße ausgebaut.

Ich wohnte damals etwa hundert Meter davon entfernt.

Erich Sieben, Siegburg

60-jähriges Jubiläum des Siegburger Lehrlingsheims

Ja, vor genau 60 Jahren kam aus heiterem Himmel ein unerwartetes Geschenk für die Stadt Siegburg im Spezifischen und für das gebeutelte Deutschland, oder das Teilstück, was noch über blieb, im Besonderen.

Der „heitere Himmel“ war das kriegsneutral gebliebene Schweden, und das Geschenk richtete sich vordergründig an die hilfsbedürftigen Auszubildenden zwischen Bayern und Waterkant, die nach dem Debakel 8. Mai 1945 keinerlei zukunftssträchtigen beruflichen Boden mehr unter den örtlichen Füßen hatte; Industrie und Handwerk waren erschütternd zerstört.

Ein Jubiläum zu begehen heißt vor allem, sich zu erinnern, wie dieses Heim zustande kam, wer hat es gestiftet, wer hat es geleitet, wer hat es bewohnt, warum war es so wichtig und inwieweit hat es die Stadt Siegburg bereichert?

Der Krieg war gerade mal sechs Jahre beendet, da vollzog Schweden 1951 die großzügige Geste, uns Deutschen, die auf der geschichtlichen Anklagebank wie Aussätzige saßen und von den Völkern verbannt waren und noch an keinerlei Olympischen Spielen oder Weltmeisterschaften teilnehmen durften, eine Stiftung zu realisieren.

Das unerwartete Geschenk war dieses besagte Lehrlingsheim mit 50 Wohnkabinen für 50 Lehrlinge, nebst einem zweiten Gebäude für Verwaltung, Speise- Spiel- und Versammlungsräumen einschließlich Sauna.

Und damit gaben sie, wenn ich mal richtig überschlage, zwischen 1951 und 1960 150 aufstrebenden, auf eine bessere Zukunft hoffenden jungen Kerlen ein zweites Zuhause und ohne mich versteigen zu wollen, für viele vielleicht ein geordneteres Zuhause, als sie es je gekannt hatten. Wir fanden alle, eingebunden mit unseren jeweils fünfzig „Brüdern“ und unseren Heimeltern, Katharina und Theo Meurer, in diesem Heim eine wunderbare harmonische Familie vor. Mal von ein paar Ausnahmen abgesehen. Und wir müssen gestehen, wir hatten dieses Gastgeschenk auch bitter nötig. Dieses Heim

gab vielen jungen Menschen, die in aussichtslosen Gegenden wohnten, in Bezug auf Ausbildung diese Möglichkeit – und der Raum Siegburg mit seiner stark pulsierenden Industrie und seinem bodenständigen Handwerkswesen, hat über diese Schiene eine ganze Armee von wunderbar tüchtigen, talentierten und ambitionierten Lehrlingen bekommen und dadurch Siegburg sozio-kulturell bereichert.

Alle Heimbewohner hatten zwangsläufig drei starke, völlig voneinander unabhängige Disziplinarvorgesetzte:

- den **Lehrherren**, also den Lehrbetrieb mit seinen ausbildungsbefähigten Meistern,
- den **Berufsschullehrer**, der mehr oder weniger entschied, ob man mit bestandener Prüfung und Gesellenbrief korrekt ins Leben trat,
- und die **Heimeltern** Meurer, die ich schon erwähnte.

Sie waren außerhalb unserer Arbeitswelt omnipräsent. Wir speisten allabendlich wie eine Großfamilie gemeinsam, wir musizierten, spielten, machten Sport und Ausflüge, halt alles, was auch andere harmonische Familien so zusammen treiben. Und dies, für die meisten unter uns, drei aktive Jahre lang. Unnötig zu erläutern, dass so etwas verbindet und zusammenschweißt. Wir erarbeiteten uns sogar mit Frondienst (50 Pfennig/Stunde) unseren eigenen Fußballplatz, worauf der 10-jährige Wolfgang Overath seine erste Fußball-Gehübungen machte und wir ihn gnädig beschieden, dieses zu vergessen, er würde es nie lernen. Naja, 1974, wie jeder weiß, wurde er dann Weltmeister.

Was das Heim betraf, so war die leitende Oberaufsicht und disziplinarisch höchste Instanz Dechant Dr. Becker, Sitz im „Kolpinghaus“, Mühlenstraße in Siegburg. Wie wichtig dieser Mann war, durfte ich einmal wohlfeil und gönnerhaft erfahren:

Neben all den unzähligen Streichen, Zoten und Narreteien, die wir alle verbockten, hatte ich persönlich drei unverzeihliche dicke Böcke auf meinem Konto, für die die Höchststrafe „Rauschmiss aus dem Heim“ vorgesehen war.

Meine erste frevlerische Untat war, dass ich mal mit meinem Motorrad, das mir mein listiger Zim-

Nostalgisches

mernachbar Hans Höffgen nächtens auf das nicht allzu spitzwinkelige Hausdach mit einem Seil hochgehievt hatte, ganz cool die Situation ausnutzte, indem ich gute Miene zum bösen Spiel machte und als „Stuntfahrer“ auf diesem Dach meine Runden drehte, mit abenteuerlichen Kehrtwendungen kurz vor dem Giebel, bis die örtliche Feuerwehr diesem Spuk ein Ende setzte.

Es war Sonntag und Herr Meurer kam mit seinen Jüngern soeben aus der Messe zurück und sah von Weitem dieses grauselige Schauspiel. Kurz, es war nicht leicht, darauf seine Absolution zu bekommen, aber da bei guten Christen auch das Verzeihen dazugehört, durfte ich letztendlich nach innigster Abbitte und Buße bleiben.

Beim zweiten Mal hatten wir einem „fiesem“ Kameraden nachts den „heiligen Geist“ gespielt, das heißt, ihn kräftig versohlt. Alle Sicherungen waren vorher sorgfältig rausgeschraubt, doch urplötzlich, wie aus dem Nichts, stand Herr Meurer mit der Taschenlampe vor meinem Gesicht. Den Rest kann man sich denken: Rauswurf, Abbitte, Buße, Vergebung, Bleiben.

Beim dritten Mal wurde es enger. Ich hatte mit einem weiteren Kumpel dreißig Eier aus der Speisekammer gefilzt. Der Mitverschworene, Egon Kessler, hatte urplötzlich gestanden und seinen Komplizen, also mich, gleich mitgeliefert. Diesmal hatte ich schon meine Koffer vor der Türe, meine Eltern im fernen Oberbayern waren schon unterrichtet. Papa signalisierte mir, dass er mir die Differenz für ein Zimmer in der Stadt vorstreckte, bis ich meine Lehre als Schriftsetzer beim Vordruckverlag Reckinger in Siegburg beendet hätte.

Es stand noch eine letzte Aussprache bei „Gottvater“ Dechant Dr. Becker an. Also machte ich mich schuldbeladen auf diesen Canossagang in die Mühlenstraße, um Abbitte zu leisten. Lange Rede, kurzer Sinn, wir hatten eine sehr vertiefte Aussprache unter Männern mit dem Resultat, dass er erfolgreich Fürsprache für mein weiteres Bleiben eingelegt hatte.

Wir erfahren daraus, wie stark wir mit diesem Heim und unserer Heimfamilie verbunden wa-

ren, dass selbst, als ich eine „freie Bude“ in Aussicht hatte, ich dieses kollektive Eingebettetsein mit meinen Kameraden bevorzugte.

Einen weiteren positiven Aspekt und eine überraschend tolle Geste möchte ich noch erwähnen, sie gehört auch zum schönen Erinnern: 1954, als ganz Deutschland noch ohne Fernseher war und wir nur auf der Straße und auf dem Trottoir zusammengequetscht in die Radioschaufenster glotzen durften, bekamen wir vom Ministerpräsidenten von NRW, Karl Arnold, einen eigenen Fernseher gestiftet. Unnötig zu erklären, was da zur Fußball-Weltmeisterschaft 1954 bei uns im großen Saal für ein Zulauf war, und wir Buben hatten das Privileg, hautnah dabei zu sein!

Rund 40 der ehemaligen „Lehrlingsheimer“ trafen sich Anfang August 2011 im STV Bootshaus an der Sieg aus Anlass des 60-jährigen Jubiläums. Viele hatten es nach der Ausbildung zum Meister oder im Abendstudium zum Ingenieur gebracht, andere waren als Pioniere in Australien, Amerika, als Schiffingenieur bei der Handelsmarine oder, wie in meinem Fall, seit fast 50 Jahren in Frankreich erfolgreich tätig.



Es war ein entspanntes Wiedersehen, bei dem – sechs Jahrzehnte nach ihrem damaligen Zusammensein – die Teilnehmer viele Erinnerungen an diesen wichtigen Zeitabschnitt ihres Lebens austauschten.

Dieses nun mittlerweile in vielen Siegburger Köpfen verschollene Lehrlingsheim mal aus dieser Warte in Erinnerung zu rufen, war mir und vielen von uns, ein besonderes Anliegen, da wir befürchten, dass diese Chronologie über kurz oder lang gänzlich im Orkus verschwindet.

Stefan Skasa-Weiss, Frankreich

Erinnerungen an meinen Mitbruder Pater Rhabanus Haacke Teil III

Vier beiderseitig beschriebene Blätter enthalten „Aus den Briefen eines gefallenen Jungmannes“ Auszüge von 29 Briefen, die am 6.4.1940 beginnen und enden: „Russland, den 19.1.43. P. Rhabanus hatte hinzugefügt: „Der Herausgeber glaubt im Sinne des lb. Gefallenen zu handeln, wenn er in diese Briefe Einblick gewährt. Anton stammte aus dem Süden, aus einer katholischen Gegend, war kurz vor dem Krieg, nicht lange, aber treu in unserem Jungmännerkreis, und blieb treu, als er Soldat wurde. Seine Art war stürmisch, mutig und offen, ein echter Junge, und tief katholisch. Er stellte das Licht seines Glaubens nicht unter den Scheffel. Die Herausgabe sei ein Dank an so manche seiner Kameraden, die ähnlich gesinnt für uns fielen. Ein Ausschnitt aus seinem letzten Brief vom 19.1.1943 kann uns zeigen, warum den Heimatgeistlichen verboten war, an Bekannte zu schreiben.

Bei Vikar Walter Haacke = P. Rhabanus war das einer der Gründe, weshalb er Ende 1944 verhaftet und ihm der Prozess gemacht wurde.

Der etwa 30 Seiten umfassende Bericht über seine Verhaftung, KZ-Einweisung und Verurteilung wird in den „Heimatblättern des Rhein-Sieg-Kreises“ veröffentlicht.

Nun der Bericht aus Russland: „Recht vielen und innigen Dank für die schöne Karte mit dem beigelegten Büchlein, (Wintersvogl: Ritterlichkeit), welches ich nach Gebrauch wieder zurücksende. Vorläufig habe ich dafür keine Gedanken, denn wir stehen hier an der Lenin-grader Front in schwersten Abwehrkämpfen. Schon recht blutig war die Arbeit. Wenn nur dieses unsinnige Menschenmorden mal ein Ende hätte. Verlangt wird fast zuviel vom Landser.

Doch der Gedanke an die Meinen und die Lieben daheim lässt uns aushalten. Die Kämpfe sind hart, schwer und dauern an. Mitunter ist die Hölle los, die Erde erbebt, dass man meint, die Welt geht unter. Ich aber gehe nicht unter im Glauben an den Allmächtigen, der mir das Leben geschenkt hat und dem ich stündlich zu Dank verpflichtet bin.“

Im Nachlass von P. Rhabanus fand ich den Entlassungsschein aus der Hamburger „Untersu-

chungshaftanstalt“ vom 21.5.1945 mit folgendem Text: „Dr. Haacke hat hier wegen Vorbereitung zum Hochverrat eingesessen“. Vom 26.8.1945 stammt der Ausweis mit folgendem Text: „Dr. Walter Haacke, Lotterstr. 66, Osnabrück, ist wegen seiner politischen Gesinnung - konfessionellen Einstellung - rassistischen Abstammung - von nationalsozialistischen Behörden (Gestapo, Justiz usw.) verhaftet und interniert. Der unterzeichnete Hilfsausschuss hat die Beweise dafür nachgeprüft. Der Inhaber dieses Ausweises muss deshalb als politischer Gefangener und Opfer nationalsozialistischer Gesetze und Maßnahmen angesehen werden. Alle Behörden werden gebeten, ihm jede notwendige Unterstützung zu gewähren. Osnabrück, den 26.8.1945. Hilfsausschuss für politische Gefangene und deren Angehörigen in Osnabrück. Brahmer A. Ardt.“

Vorhanden ist auch noch der am 1.6.1945 ausgestellte mit Fingerabdruck des rechten Zeigefingers versehene Personalausweis. Interessant ist der Dienststempel, der aus der Nazi-Zeit stammt: Der Reichsadler steht auf einem Lorbeerkranz, aus dem man das Hakenkreuz herausradiert hat. Er erinnert mich an meinen Personalausweis, den man mir am 19.5.1945 in einem Lazarettzug in Dorfgastein (Österreich) ausgestellt hat. In der „Deutschen Tagespost“, Montag, 18. Oktober 1954, steht ein Bericht: „Ohne moralische Erwägungen; Freispruch für ehemaligen Gestapospitzel“: „Der frühere Gestapospitzel Gottfried Scheidt wurde am Mittwoch von der Großen Strafkammer des Landgerichts Hamburg von der Anklage der Freiheitsberaubung freigesprochen. Scheidt hatte sich 1944 auf Weisung der Hamburger Gestapo unter falschem Namen in einen katholischen religiösen Zirkel unter Leitung von P. Rhabanus Haacke OSB (Siegburg) eingeschlichen und wochenlang Bericht über Äußerungen auf Zusammenkünften der Gruppe erstattet.

Auf Grund seiner teilweise falschen Informationen wurde Pater Haacke vom nationalsozialistischen Volksgerichtshof zu zehn Jahren Zuchthaus und fünf katholische Laien zu hohen Zuchthaus- bzw. Gefängnisstrafen verurteilt. P. Rhabanus schreibt über diesen Gestapospitzel: „Er sei damals überzeugter Nationalsozialist und SS-Mann gewesen. Er habe unter dem Ein-

druck eines Vortrages gestanden, den Goetsche im Frühjahr 1944 über die verheerenden Folgen der Spionage gehalten hätte. Diese Aussage kann allerdings Goetsche nicht klären, da er durch Selbstmord endete.“

Wie kam nun P. Rhabanus von Hamburg nach Siegburg? Eine kurze, einfache Antwort gibt der „Katalog der deutschen Pro-Provinz der Sublacensischen Kongregation“, S. 15: „Profeß (Gelübde) 3.7.1947 (Neffe von Abt Ildefons Schulte Strathaus) gest. 28.6.1993. Die Mutter von Abt Ildefons war eine geb. Haacke.“

Als Mönch der Abtei hat er sich intensiv mit wissenschaftlicher Arbeit beschäftigt. Vor allem hatte es ihm Siegburgs großer Sohn des Mittelalters, Rupert von Deutz, angetan. Ab 1955 bin ich mit ihm durch ganz Westeuropa: Belgien, Bayern, Österreich und Nordfrankreich gereist, um Handschriften dieses Gelehrten und späteren Abtes von Köln-Deutz auf Mikrofilm zu fotografieren. Dabei wurden wir unterstützt von der Zellstoff-Fabrik PHRIX. Sie stellte und das Filmmaterial, aber auch ihren Fotografen, Herrn Gerhard von Bank, zur Verfügung. Teilweise fuhr uns auch Herr Lehnig, der Chef-Fahrer der Phrix, zu den einzelnen Bibliotheken. Näheres zu den Fahrten habe ich in meiner Biographie „Ein buntes Leben in Schwarz“, S. 47 ff. berichtet. Das Ergebnis dieser Tätigkeit zeigt sich in den acht Bänden der „Continuatio medievalis“ der in Turnholt/Belgien erschienenen Reihe „Corpus Christianorum“ (1969-79).

Insgesamt sind seine im Druck erschienenen Bücher auf 35 Katalogkarten unserer Bibliothek greifbar. Am 28. Juni 1993 standen wir im Refektorium (Speisesaal) bereit zum Mittagessen. Als Tischnachbar stand er neben mir. Wir begannen das Tischgebet zu singen, da fiel er plötzlich um: Er war tot! Ein reiches Leben als Mönch und Gelehrter fand mit 81 Jahren einen plötzlichen Abschluss. Wir hoffen und glauben, dass er letztes, ewiges Ziel erreicht hat und von dort aus auch unser Fürsprecher bei Gott ist in den Schwierigkeiten unserer Zeit.

Pater Mauritius Mittler, Siegburg

Die Bonner Rheinbrücke (seit 1963 „Kennedy-Brücke“)

Es war eine sehr schöne alte Brücke, ein schönes Bauwerk, die bis zum März 1945 als einzige Brücke nach Bonn über den Rhein führte.

Da wurde sie nämlich von – wie es in einem Zeitungsartikel vom 15.11.1949 hieß – „heute natürlich ungenannt bleiben wollenden Verbrecher“ in die Luft gesprengt.

Der Aufsatz von Hans Warning „Pfingsten 1947 an der Urfttalsperre“ veranlasste mich, mir die Daten zu dieser Brücke, die ich aus meiner Kindheit kannte, näher zu betrachten.

Wenn er schreibt, man fuhr Pfingsten 1947 mit der Bonner Bahn bis zur Endstation am Berthavon-Suttner-Platz, so war das da noch nicht möglich.

Denn als ich noch 1948/49 mit der Mutter nach Bonn fuhr, ging das nur bis Beuel. Dort musste man in ein kleines Bötchen umsteigen und damit ging es über den Rhein zum Bonner Ufer, etwa am Alten Zoll, dann zu Fuß in die Innenstadt.

Die neue Rheinbrücke wurde unter großen (insbesondere Material-) Schwierigkeiten nach dreijähriger Bauzeit im Herbst 1949 fertig gestellt und erst am 13.11.1949 konnte die erste, feierlich geschmückte Bahn wieder über die neue, am Vortrag von Kardinal Frings im Beisein von Bundeskanzler Konrad Adenauer und tausenden Bürgern geweihte Rheinbrücke fahren.

Im Dezember 1963, wenige Tage nach der Ermordung des US-Präsidenten J. F. Kennedy im November 1963, beschloss der Stadtrat von Bonn, die bis dahin namenlose Brücke „Kennedy-Brücke“ zu nennen.

Ernst Stolz, Siegburg

Gedanken über den Fortschritt

Der Fortschritt verfolgt uns. Teils nutzen wir ihn freiwillig mit tausenden Erfindungen, teils wird er uns aufgezwungen, um vorherigen Fortschritt zu berichtigen.

So eine Sache ist auch das Automobil. Das ist eine epochale Erfindung. Aber mittlerweile gibt es zu viele davon. Mit seinem CO₂-Ausstoß knabbert es an unserem Klima.

Dabei hatte man vor mehr als 60 Jahren schon einen guten Ansatz. Zu der Zeit waren in Siegburg und wahrscheinlich auch anderswo schon regelmäßig Elektroautos im Einsatz. Die Post hatte Elektrokarren für den Bahnhofsdienst und zwei Transporter für die Paketzustellung im Dienst.

Ich habe eine Lehre bei der Post gemacht. Zur Ausbildung gehörte auch ein Abschnitt bei der Paketzustellung. Morgens wurden die Pakete ausgelegt. Dann gingen die beiden Paketzusteller ihre Fahrzeuge in der Alleestraße abholen. Dort wurden die Batterien über Nacht aufgeladen. Wenn dann alles verstaut war, ging die Fahrt los. Die Geschwindigkeit war mäßig, ca. 20 Stundenkilometer. Aber die heutigen Flitzer haben bei der Zustellung von Haus zu Haus auch nicht mehr drauf. Die Batterieladung hielt so eine Zustellfahrt spielend durch, wenn sie nachts aufgeladen wurde. Das hat wohl nicht immer geklappt, in der Kraftpoststelle arbeiten auch nur Menschen. Wir sind also eines Morgens frohgemut losgefahren. Die halbe Tour hatten wir geschafft. Bis zur Steinbahn waren wir gekommen und wollten zur Aulgasse. Aber an der leichten Steigung ließ der Motor stark nach. Der erfahrene Zusteller wusste sofort Bescheid. Die Batterie gab den Geist auf. Damit war die Zustellung erst einmal beendet. Was tun! Das Auto musste auf jeden Fall zurück zur Post. Abschleppen? Das konnte lange werden. Man konnte damals nicht mal eben mit dem Handy Bescheid geben. Aber die Batterie war ja noch nicht ganz leer und wir standen strategisch günstig. Der Fahrer entschied sich für die Alleestraße. Von der Ecke Dohkaule ging es fasst nur leicht bergab, über Dohkaule, Waldstraße, ein Stück Kaiserstraße, Humperdinckstraße, Ringstraße und dann in die Alleestraße.

Ich musste zu Fuß zurück. Auf dem Weg zum Postamt konnte ich von der Ringstraße aus in die Alleestraße sehen. Das Auto stand dort unten an der Mauer. Die letzten 20 m hatte es nicht mehr geschafft.

Die Elektroautos waren viele Jahre in Betrieb. Natürlich könnte man diese Autos heute nicht mehr gebrauchen. Sie sind in der Versenkung verschwunden. Und 60 Jahre Entwicklung wurden einfach nicht genutzt.

Franz-Günter Höfer, Siegburg

Verkehrssünden 1953/54

Es war in den Jahren 1953/54, der Zeit des Aufbaus. Wir hatten bei der Tankstelle Mundorf in einigen Wohnungen die Elektroinstallation fertiggestellt. Es wurde ein kleines Richtfest gefeiert.

Ich hatte gerade ein neues Auto, einen Ford M 15 Kombi, erhalten und fuhr mit diesem nach Siegburg, um auf der Luisenstraße bei dem Richtfest dabei zu sein.

Es wurde gut gegessen und getrunken, fröhliche Witze erzählt und gesungen. Da ich ziemlich in Eile war, verabschiedete ich mich nach einer kurzen Ansprache und fuhr zurück nach Scheiderhöhe.

Es war gegen 21.00 Uhr. Auf der Straße nach Lohmar war eine Baustelle in Höhe der Autobahnbrücke eingerichtet. Der Verkehr war so ruhig, dass ich im Rückspiegel nur ein Auto in weiter Entfernung hinter mir - etwa auf dem höchsten Punkt der Straße, dort wo jetzt die Autobahn Much/Siegburg die Straße kreuzt, wahrnahm, aber mir nichts dabei dachte.

An der Baustelle stand die Ampel auf Rot. Da auf der ganzen Strecke vor und hinter mir kein Fahrzeug zu sehen war, ignorierte ich die Ampel und fuhr ungestört mit einer Geschwindigkeit von ca. 70 km/h weiter in Richtung Lohmar.

Am Ortseingang sah ich plötzlich im Rückspiegel: **Polizei!**

Ich reduzierte meine Geschwindigkeit auf 50 km/h. Die Polizisten überholten mich und fragten, warum ich denn jetzt so langsam fahre. Ich

Nostalgisches

antwortete, dass ich sie ja nicht noch mehr ärgern möchte.

Polizei: „Zeigen Sie mir mal ihren Führerschein“.

Ich brauchte nicht lange zu suchen, denn ich hatte diesen gar nicht bei mir.

Polizei: „Wissen Sie auch, dass ihre rückwärtige Beleuchtung nicht funktioniert“?

Das wusste ich wirklich nicht, denn an einem nagelneuen Fahrzeug hatte ich das nicht erwartet.

Polizei: „Nun möchten wir ihren Führerschein sehen, wir fahren hinter ihnen her zu ihrem Wohnsitz nach Scheiderhöhe.“

Dann ging ich ins Wohnzimmer und ein Polizist folgte mir bis an den Schrank, wo der Führerschein lag.

Ich sagte: „Hier liegt der Führerschein“. Der Polizist sagte: „Ja, ja, hier liegt er gut.“

In den folgenden Wochen machte ich mir Sorgen, wie die Strafe nun ausfallen würde.

Mit einem eingeschriebenen Brief kam die Rechnung über ca. DM 70,00, sinngemäß mit folgender Begründung:

1. Sie fuhren mit überhöhter Geschwindigkeit innerhalb einer Ortschaft.
2. Sie hatten keinen Führerschein dabei
3. Sie überfuhren die Ampel bei Rot
4. Ihre Rückbeleuchtung funktionierte nicht.

Wegen diesen selbstständigen Handlungen erhalten Sie ein Verwarnungsgeld von DM 70.00

Damit war ich recht zufrieden.

Albert Blum, Siegburg

Erinnerungen

Es ist wohl heute kaum vorstellbar, dass im Stadtzentrum Milchkühe gehalten wurden.

Die Kornbrennerei Hagen am oberen Markt hatte ihren Kuhstall in der Kirchgasse, mit einem Fenster zum Hühnermarkt hin.

Es wurde überwiegend Schlempe, ein Abfallprodukt von der Kornbrennerei, verfüttert. Das Heu wurde auf dem Brückberg geerntet.

Die Brennerei Hagen hatte in ihrem Hause eine weitere Gaststätte unterverpachtet.

Der „Hagen's Korn“ in der eigenen Kneipe lief aus dem Zapfhahn. In der Kneipe stand auf dem Kachelofen ein Kirchenmodell.

Wenn ein Stammgast sagte, er ging nach Siegburg zur Kirche, war klar, er ging zum „Hagen's Korn“, wo die Kirche auf dem Ofen stand.

Nicht zu vergessen war der schwarze Schäferhund Prinz als Beherrscher des Marktplatzes.

Karl Lehmacher, Hennef

Fotoerinnerung



Der Hühnermarkt während des Abrisses der Altbebauung, 1973

aus dem Buch: „Jahrbuch 2010 des Rhein-Sieg-Kreises“

Ein Team von Fachleuten

In meiner über 30-jährigen Tätigkeit als Tierarzt im Ruhrzoo habe ich mit etlichen Fachleuten zusammengearbeitet. Es handelte sich um die jeweiligen Chefs der Tiergärten und deren Kuratoren (Biologen, Zoologen), Zooinpektoren und bewährte und erfahrene Tierpfleger, mit deren Namen der nicht eingeweihte Leser nicht viel anfangen kann.

Mit jedem dieser Namen sind Ereignisse verbunden, Tiergeschichten und Anekdoten, mal ernst, mal heiter. Zu erwähnen ist allerdings besonders der von 1980 bis 1984 in Gelsenkirchen als Kurator tätige Dr. B. Blaszkiewitz, der bereits seit 1991 in Berlin-Friedrichsfelde (Ostberlin) den dortigen Tierpark als Direktor übernahm und seit 2007 in einer Doppelfunktion auch noch dem Westberliner Zoo in Personalunion als Zoodirektor vorsteht. Sein Vorgänger als Kurator in Gelsenkirchen war Dr. R. Wandrey, anschließend Direktor in Bremerhavens „Zoo am Meer“, der mich am 1. Mai 1977, sehr früh morgens anrief, mit der Bitte, sofort zu kommen, „weil in der Nacht 1,1 Nebelparder entwichen seien und sich momentan außerhalb ihres Geheges, aber noch innerhalb des Zoos aufhielten.“

Kurze Zeit später war ich mit meiner Dist-Inject-Ausrüstung zur Stelle, und wir machten uns auf die Pirsch. Es war 7.00 Uhr morgens, aber schon hell genug. Unterwegs überlegten wir, welches Gewicht die beiden Ausreißer wohl hätten, um die Projektile mit einer ausreichenden, aber nicht zu hohen Narkosedosis zu beschicken. Der Kater war etwas größer und schwerer. Wir einigten uns auf 15 kg für 1,0 und 12 kg für 0,1.

Die Tiere wurden gesichtet. Sie waren aber nicht zusammen, sondern lagen 60 bis 80 Meter voneinander entfernt, geduckt und ängstlich in der Ecke von zwei verschiedenen Gehegen, deren normale Bewohner noch in den Nachthäusern waren. Das kam unserer Absicht sehr entgegen. Um die Fluchtdistanz nicht zu unterschreiten, blieben wir in einer Entfernung von gut 15 Metern stehen, denn die erste Katze zeigte schon gespannte Aufmerksamkeit und warnte uns damit: Noch einen Schritt weiter, und ihr könnt mich woanders suchen!

Wir hatten Glück. Ich konnte die Pistole auflegen, der Kater zeigte uns seine Breitseite, und der erste Schuss saß im Oberschenkel. Überraschenderweise ist das Tier nach dem Treffer nicht geflüchtet, sondern verharrte an Ort und Stelle und ließ auch das in der Muskulatur steckende Projektil unbehelligt. Nach gut 10 Minuten Wartezeit konnten wir den immobilisierten Kater in eine bereitstehende Transportkiste tragen. Damit sich nicht noch nachträglich an der Einschussstelle eine Entzündung entwickelt, wurde die Gegend antibiotisch umspritzt.



Dr. Gass und Dr. Wandrey präsentieren den narkotisierten Nebelparder

Das Einfangen des zweiten Tieres war wesentlich aufwendiger. Es begann mit zwei Fehlschüssen und, nach ca. 30 Metern Flucht, auch mit einem Standortwechsel. Aber mit sehr viel Geduld, die in solchen Fällen oberstes Gebot ist, hatten wir die Katze auch erwischt. Der Kater war in seiner Kiste schon wieder aufgewacht.

Nebelparder sieht man heutzutage nur noch selten in zoologischen Gärten. Sie stammen aus Indien und Südostasien und leben in Wäldern bis zu 2000 Meter hoch. Sie gelten als Verbindungsglied zwischen den Kleinkatzen und den Großkatzen. Auffallend ist ihre besondere Fellzeichnung mit großen, schwarz geränderten Flecken an Schulter und seitlicher Brust- und Bauchwand, sowie schwarzen Flecken an Vorder- und Hinterbeinen.

Nostalgisches

René Strickler

Den inzwischen berühmten Schweizer Raubtierdompteur René Strickler, der vorübergehend auch bei der Fa. Ruhe in Alfeld gearbeitet hatte, lernte ich Anfang der 70er Jahre über Rüdiger Weiss auf Mallorca kennen. Er gastierte dort gegenüber dem Eingang zur Auto-Safari „Reserva Africana“ mit einer Tigergruppe. Obwohl Tiger nichts mit Afrika zu tun haben, war seine mehrmals täglich stattfindende Dressurschau eine besondere Attraktion für die Safari-Besucher, zumal die Vorstellungen gratis waren.

Einige Monate später erhielt ich in Gelsenkirchen einen Anruf aus Mallorca mit dem Vorbericht, ein weiblicher Tiger fräße nur unregelmäßig und hätte öfter einen Würgereiz und Schluckbeschwerden. Was man da machen könne. „Per Telefon bei dieser Vorgeschichte eigentlich gar nichts. Am besten wäre es, ihn nach Gelsenkirchen zu schicken.“ Und er wurde geschickt.

Nach der Narkose wurde er vom Zoopersonal zur gründlichen Untersuchung in meine Praxis gebracht. Wie zu erwarten, ergab die Röntgenuntersuchung keinen verwertbaren Befund, aber bei der manuellen Untersuchung des hinteren Rachenraumes fiel auf, dass sich mehrere Tage altes Futterfleisch von üblem Geruch am Anfang der Speiseröhre angestaut hatte, so dass ich aus dem erweiterten, schlaffen Oesophagus (Speiseröhre) drei Hände voll davon entfernen konnte.

Damit war die Diagnose gesichert: Schlundkopflähmung (lat. Bezeichnung: Krikopharyngeale Achalasie), eine von Menschen (nach Schlaganfällen) und Hunden her bekannte, aber bislang bei Tigern und anderen Großkatzen noch nicht beschriebene, neurologische Erkrankung, bei der die Speiseröhre wenig oder keine Peristaltik mehr hat, um die Nahrung in den Magen zu transportieren.

Ich hatte diesen Zustand auch bei Hunden noch nie gesehen, aber einen Bericht über eine erfolgreiche, operative Therapie dieser seltenen Krankheit aus der Kleintierklinik (Prof. Brass) der Tierärztlichen Hochschule Hannover gelesen.

Die Operationen waren von der Op.-Chefin des Hauses, Frau Dr. Rahlfs, vorgenommen wor-

den. Die Kollegin musste erst noch überredet werden, stimmte dann aber zu. Wir haben noch einige Details bezüglich der Tigernarkose besprochen und zwei Tage später wurde die Patientin in Hannover operiert. Unmittelbar nach dem Aufwachen kam sie dann zurück ins Raubtierhaus nach Gelsenkirchen. Erfolg oder Misserfolg der Operation lässt sich erst nach ein paar Wochen beurteilen. Die zerkleinerte Nahrung, teilweise in flüssiger Form (z.B. Hackfleisch mit Milch), wird von einer erhöhten Stelle aus eingenommen.

Die Zoomechaniker haben also in fast zwei Meter Höhe an der Käfigwand eine Fütterungsvorrichtung und Tränke angebracht, so dass die Patientin nur im Stehen essen und trinken konnte. Beides wurde mehrmals täglich in kleinen Portionen gereicht. Diese Maßnahme war von Anfang an erfolgreich, d.h. die Speiseröhre als Transportorgan funktionierte wieder. Die Tigerin blieb noch vier Wochen im Ruhrzoo. Die Fleischstückchen zur Fütterung wurden allmählich etwas größer. Mit den entsprechenden Auflagen und Ratschlägen flog sie dann zurück nach Mallorca.

Ungefähr ein halbes Jahr später bekam ich abends einen Anruf von unserem Zooinспекtor Charly Ashauer, der mich auf einen Strickler-Auftritt mit seiner Tigergruppe aufmerksam machte. „Schalten Sie mal den Sender XY ein, da sehen Sie Strickler mit seinen Tigern und unsere ist auch dabei.“ Große Freude!

Einige Jahre später - Strickler hatte zwischenzeitlich mit seinem gemischten Raubtierensemble (Großkatzen und Bären) ziemliche Berühmtheit erlangt - bezog der Dompteur mit seinen Wagen und Tieren eine stillgelegte Halle der Fa. Eisen-Metall in Gelsenkirchen als Winterquartier.

Er rief mich wegen einiger Routineangelegenheiten (Impfungen, Wurmkuren etc.) und der Kastration von einem Bären und einem Leoparden an. Beides war schnell erledigt. Und dann klagte er, dass durch die Brunst der weiblichen Tiere immer wieder Unruhe in die gemischte Raubtiergruppe käme, und es sicher auf die Dauer nicht gut sei, alle paar Monate Hormoninjektionen zur Unterdrückung des Zyklus zu geben (die „Pille“).

Ich schlug ihm vor, ein Hormonimplantat einzusetzen, das unter die Haut eingepflanzt wird und die Brunst um ca. drei Jahre verschiebt.

Im Zoo Hannover wurde diese Maßnahme aus Gründen der Familienplanung schon öfter von meinem Kollegen Dr. Brandt angewendet. Denn es besteht kein Bedarf an Großkatzen und Bären, und es ist immer problematisch, die Jungtiere ordentlich unterzubringen. Mein befreundeter Kollege sagte mir spontan bei unserem Telefonat, dass ich die gummiartige Hormonplatte nicht wieder extra in Finnland bestellen müsste, denn er habe noch ein ausreichendes Stück davon. Am nächsten Tag war es schon bei meiner Post. Wir hatten schon länger gut zusammen gearbeitet, denn bis 1971 gehörte der Zoo Hannover auch der Fa. L. Ruhe in Alfeld. Je nach Körpergewicht wird der Patientin ein zwischen 3 und 4 cm breites und etwa 6 bis 8 cm langes, oval ausgeschnittenes Stück aus der weichen Platte unter die Haut eingepflanzt (Schulter-Halsgegend) und die Wunde mit ein paar Heften wieder vernäht. So geschehen bei einer Bärin und einem Tiger-Weibchen. Die wirksame Substanz wird, wie oben erwähnt, in ca. drei Jahren langsam abgegeben. Das Implantat heilt reizlos ein.

Nach den Operationen haben wir gemeinsam noch eine Adspektion der übrigen Raubtiere in ihren Käfigwagen vorgenommen und – wie zu erwarten war – alle Tiere in einem guten Allgemeinzustand gefunden.

Bei einer besonders schönen und großen Tigerin meinte Strickler: „Die müssten Sie eigentlich kennen.“ Ich habe intensiv nachgedacht, konnte sie aber nirgendwo einordnen und war deshalb auch einigermaßen verlegen. „Jetzt verraten Sie mir mal, woher ich sie kennen sollte.“ „Von ESSO“, sagte er, „mit ihr habe ich doch die Reklame vom TIGER IM TANK gemacht.“ Daraufhin habe ich sie mir noch einmal ehrfürchtig angesehen.

Die Tigerin aus der Strickler-Gruppe war nicht der einzige aus Mallorca eingeflogene Patient.

Dr. Heinz Gass, Siegburg
aus dem Buch: „Hat er die alle gefressen?“

Persönliche „Begegnungen“ mit der Zanger Schule

Am Montag, dem 22. August 2011, las ich folgenden Artikel in der Rhein-Sieg-Rundschau: „Schwätzen im Stundenplan - I-Dötzchen von 1941 drückten noch einmal die Schulbank.“ Vor 70 Jahren waren diese Schüler und Schülerinnen in der Zanger Volksschule, Bonner Straße, eingeschult worden. Da meine Mutter - ich, mein Sohn Kunibert und mein Enkel René, also vier Generationen, auch diese Schule besucht hatten, war es Grund genug für mich, einen Bericht über unsere persönlichen Begegnungen mit dieser Schule für die „65er Nachrichten“ der Stadt Siegburg zu schreiben.

Mit dem Bau der Zanger Schule wurde im Jahre 1897 begonnen. Am 1. Mai 1898 wurde der Schulbetrieb mit einer evangelischen und katholischen Klasse mit 74 Kindern aufgenommen. Der erste katholische Lehrer dieser Schule war Wilhelm Gödderz.

Meine Mutter, Elisabeth Neifer, geb. Schmitz, besuchte diese Schule von 1910 bis 1918 und wurde mit einem guten Zeugnis und den besten Wünschen für ihr weiteres Wohlergehen entlassen.

Ostern 1935 wurde ich selbst in die katholische Volksschule Siegburg-Zange eingeschult.



Meine Klassenlehrerin war Fräulein Gertrud Hoberg, wohnhaft in Siegburg, Hansenstraße 1, gegenüber der katholischen Kirche Sankt Anno. Die Schwester von Fräulein Hoberg, mit Na-

Nostalgisches

men Angela, ebenfalls Lehrerin, unterrichtete in Menden. Weitere Lehrpersonen der Zanger Schule waren Herr Schneid, Herr Röttgen und Herr Peter Faber. Rektor war Johannes Söntgerath, wohnhaft in der Siegstraße 83, unweit der Schule. An folgende Mitschüler und Schülerinnen kann ich mich noch gut erinnern: Karl-Heinz Müller, Helene Roth, Peter Rath, Rosa Neu, Peter Wermelskirchen, Hedwig Wermelskirchen, Margot Heines, Käthe Retz, Franz Peter Kirschbaum, Bernhard Wüsthofen, Erika Schörk, Ruth Stöcker, Jakob Werner, Rudi Lövenich, Doris Rittel, Elfriede Profitlich, Anneliese Nußbaum und last but not least Marlies Söntgerath, die Tochter von Johannes Söntgerath.

Unsere erste gemeinsame Klassenwanderung mit Fräulein Hoberg führte uns zum „Haus zur Mühlen“ in Siegburg-Kaldauen. Auf dem Scheunendach sahen wir ein Nest mit jungen Störchen. Welch ein Erlebnis damals!

Der erste Tagesausflug zum Drachenfels bei Königswinter startete mit der Rhein-Sieg-Eisenbahn vom Bahnhof Siegburg-Zange aus nach Oberpleis. Von dort wanderten wir bis zum Drachenfels. So hatten wir das Siebengebirge unmittelbar vor uns.

Ein Erlebnis ist mir noch in ganz besonders guter Erinnerung. Auf der anderen Seite unserer Schule war die Siegaue, große Weiden, die dem Mülldorfer Bauer Eduard Richarz gehörten.

Ca. 20 Rinder grasten auf der großen Weide. Des Öfteren hatte die Sieg Hochwasser, dann stand das Wasser bis an die Bonner Straße. Dieses Mal war das Wasser stark über das Ufer getreten, aber die Tiere waren noch auf der Weide. Ganz plötzlich wurden die Tiere vom Hochwasser eingeschlossen Sie standen dicht beieinander auf einem kleinen Fleck Erde. Die Feuerwehr der Stadt Siegburg musste eingreifen. Die Tiere wurden einzeln mit einem Strick versehen und dann mit Schlauchboten an Land gezogen.

Durch die Nationalsozialisten waren die Kreuze ab 1933 in den Schulen nach und nach entfernt worden, und es durfte kein Religionsunterricht mehr in den Schulen erteilt werden. Zur Vorbereitung auf die Erstkommunion in Sankt Serva-

tius am Weißen Sonntag 1938 wurde der Unterricht durch Kaplan Franz Breuer im Servatiushaus in der Elisabethstraße erteilt. Heute befindet sich dort ein Neubau, in dem u. a. ein Zeitungsverlag ist. Wenn wir Kinder im Erstkommunionunterricht eifrig mitgearbeitet hatten, wurde am Ende der Unterrichtsstunde aus dem Buch „Der Geist des Felix“ vorgelesen. Pfarrer an Sankt Servatius war damals Dechant Kaspar Heppekausen.

Vom 1. bis zum 4. Schuljahr wurde ich von Fräulein Hoberg unterrichtet. Das 5. Schuljahr unterrichtete Lehrer Peter Faber. Nach Abschluss des 5. Schuljahres ging ich zum Gymnasium, im Dritten Reich nannte es sich Oberschule für Jungen.

Der Lehrermangel am Gymnasium wurde durch den Zweiten Weltkrieg immer größer und so kam es dazu, dass Rektor Johannes Söntgerath von der Volksschule Zange, mittlerweile pensioniert, im Gymnasium Mathematik, Physik und Chemie unterrichtete. Auch in unserer Klasse Untertertia hat er Mathematik erteilt.

Mein Sohn Kunibert besuchte das 1. Schuljahr in der Schule auf der Zange von Ostern 1962 bis Weihnachten 1962 bei dem Lehrer Heinz Post. Rektor war zu dieser Zeit Heinz Schmidt. Unser Lebensmittelgeschäft auf der Zange hatten wir verpachtet, und ich übernahm Anfang 1963 eine Stelle im Kirchendienst in Iserlohn.

Mein Enkel René besuchte die Zanger Schule, die sich ab 1968 Gemeinschaftsgrundschule nannte, von 2003 bis 2007. Klassenlehrerin war Frau Jutta Schröer. Den Englischunterricht erteilte ab dem 3. Schuljahr Frau Schmidt, Kunst in der 4. Klasse Frau Beckmann.

In der Rhein-Sieg-Rundschau vom 13.09.2011 war in einem Artikel über die Zanger Grundschule zu lesen: „Der Rektor ist Diener zweier Herren.“ Personelle Engpässe an Grundschulen. Pensionierter Lehrer übernimmt Zange. Hans-Gert Herbertz, ehemaliger Grundschulleiter aus Niederpleis, ist jetzt bis auf Weiteres Schulleiter der Zanger Schule. Vorher hatte Herr Reinhold Gerhard dieses Amt inne.

Karl-Heinz Neifer, Siegburg

Das Rätsel

Ein Erlebnis Ende der 40er Jahre

Es war eine Zeit voller Improvisationen, die ersten Jahre nach dem Ende des letzten Krieges. Man behalf sich bei dem Mangel, der allenthalben herrschte, so gut es ging, und ohne Flexibilität hätte man auf verlorenem Posten gestanden.

Da die Verkehrswege auch unter den Kriegseinwirkungen gelitten hatten, waren die Fahrten selbst auf kurzen Strecken manchmal mühsam. Siegburg bildete da keine Ausnahme. Zwar gab es bald wieder auf der Eisenbahnstrecke Troisdorf-Herchen regulären Zugverkehr und auch die Straßenbahn nach Mondorf – im Volksmund „Rhabarberschlitten“ genannt – tat ihren Dienst und wurde von jenen, die Essbares wie Kartoffeln, Butter, Eier hamstern wollten, in der Notzeit gern benutzt, aber die direkte Verbindung Siegburg-Bonn lag im Argen, weil die Rheinbrücke gesprengt war. Von Beuel aus ging es nur per Fährbetrieb weiter. Die Fähre legte am Bonner Ufer in der Nähe des „Alten Zolls“ an und in Beuel ca. 200 Meter stromaufwärts von der heutigen Rheinbrücke aus. Viele Siegburger wissen von diesem mehrere Jahre währenden Provisorium ein Lied zu singen.

Auch all jene Leute, die von Siegburg zum Studium nach Bonn (oder wie die angehenden Juristen nach Bad Godesberg) fuhren, mussten jenen Wechsel von Bahn zur Fähre – und umgekehrt – meistens täglich zwei Mal in Kauf nehmen. Man kannte im Laufe der Zeit die Leute vom Sehen und hatte auch mit manchem schon ein Wort gewechselt, wie es bei Bahnfahrten üblich ist. Am Endhaltepunkt in Beuel begann dann der Wettlauf, denn nur der erste Teil der Angekommenen hatte das Glück, auf die nächste kleine Fähre zu gelangen. Der Rest musste warten, bis das Boot vom Bonner Ufer zurückgekehrt war. Und das dauerte zehn Minuten und manchmal auch mehr.

Unter jenen Studenten aus Siegburg, die täglich diesen Weg nahmen, war auch Heinz Zerwas, ein schlanker, hochgewachsener junger Mann, mit dem ich schon mal ins Gespräch gekommen war. Aber näher kannten wir uns damals noch nicht. Er gab mir aber einmal ein Rätsel auf, das mich an meiner Urteilsfähigkeit zweifeln ließ.

Dank seiner lagen Beine war er beim Spurt zur Fähre vielen überlegen und gelangte dadurch vermutlich immer schnell auf das nächste wartende Schiff.

Einmal jedoch bemerkte ich, dass er an der Beueler Endhaltestelle jemanden traf, der ihn in ein Gespräch verwickelte, und die beiden standen noch zusammen, das sah ich, als ich mich schon der Fähre näherte. Also war ich vor ihm auf dem Rhein. Aber als sich das Schiff dem Bonner Ufer näherte, sah ich plötzlich Heinz Zerwas bereits unweit der Anlegestelle stehen. Die Sache war mir unbegreiflich, und ich glaubte, an Sinnestäuschung zu leiden.

Tagelang grübelte ich darüber nach, wie Heinz Zerwas es geschafft hatte, trotz seines zeitlichen Handicaps am Beueler Haltepunkt vor mir am anderen Rheinufer zu sein. Als ich ihn eines Tages wieder im Straßenbahnwagen erblickte, hielt es mich nicht auf meinem Platz. Ich wechselte zu ihm in seine Sitzreihe und sprach ihn auf den seltsamen Vorfall an. Er lächelte verschmitzt und erklärte mir dann: „Des Rätsels Lösung ist einfach. Der „Zerwas“ am anderen Ufer war mein Zwilling Bruder, der im Bonner Albertinum nahe beim Alten Zoll wohnt. Er wartete damals am Ufer auf mich, weil wir uns dort treffen wollten!“ Ich war höchst erleichtert ob dieser Erklärung des Phänomens „Doppeldasein des Heinz Zerwas“. Andernfalls hätte ich wohl noch lange an meinem gesunden Menschenverstand zweifeln müssen.

Dr. Dieter Grau, Bonn

Fotoerinnerung



Benediktiner-Abtei Michaelsberg Siegburg, Annoschrein eingereicht von Clemens Bruch, Siegburg

Lehrlingsheim „Am Broichshäuschen“

Das Lehrlingsheim „Am Broichshäuschen“ ist 1950/51 mit Mitteln des schwedischen Roten Kreuzes erbaut worden.

Schirmherr des Vorhabens war Dechant Dr. Becker von St. Servatius.

Untergebracht im damaligen Lehrlingsheim waren Lehrlinge aus der ganzen Bundesrepublik, die von hier aus dann ihre Lehrstelle im Rhein-Sieg-Kreis und im Rheinisch-Bergischen-Kreis aufsuchten.



Wenn die Lehrzeit beendet wurde, kamen neue Lehrlinge von Holstein bis Bayern. Die Arbeitsämter haben damals sehr gut zusammengearbeitet und Lehrstellen über die Bundesländergrenzen hinaus ausgetauscht.

Zum 60-jährigen Jubiläum trafen sich rund 40 Ehemalige aus ganz Deutschland am 2. August 2011 im Bootshaus des Siegburger Turnvereins (siehe hierzu auch den Bericht auf Seite 43).



Bruno Wagner, Siegburg

Zur Geschichte der Wolsdorfer Schule

Ein guter Freund brachte mir - einem im Siegerland gelandeten Siegburger - bei seinem letzten Besuch das Heft Nr. 156 der „65er Nachrichten“ mit. Beim Lesen stieß ich auf den Beitrag „Zur Geschichte der Schule in Wolsdorf, Teil II“ - Seite 51 und auf Seite 52 auf den Beitrag „30 Jahre Kaffeekränzchen“. Dazu sende ich Ihnen ein Bild, das auf merkwürdige Weise beide Beiträge verbindet.



Auf dem Bild sieht man die damalige Hausmeisterin der Wolsdorfer Schule sich aus dem Fenster lehnen. Es handelt sich um Frau Elisabeth Knipp geb. Steeger. Die drei Kinder sind von links nach rechts: Lisbeth, Katharina (gerufen Käthe) und Hans. Es sind die Kinder der Hausmeisterin, die zu diesem Zeitpunkt schon Witwe war. Käthe Knipp ist meine Mutter, die Hausmeisterin also meine Großmutter. Der im Beitrag genannte Lehrer Weeg war nach 1945 an der Nordschule in Siegburg tätig und ich hatte noch bei ihm Unterricht. Die Verbindung zu dem Artikel „30 Jahre Kaffeekränzchen“ kommt über Käthe Knipp, die bei der Firma Bleifeld Schuhverkäuferin gelernt hat, lange Jahre dort Verkäuferin war und nach 1950 immer wieder als Aushilfsverkäuferin dort arbeitete. Die Damen um Frau Wiertz werden sie kennen, vielleicht unter ihrem Namen Käthe Sassenberg.

Heinz Dieter Sassenberg, Siegerland

Sankt Nikolaus und Knecht Rupprecht

Kürzlich holte mich ein Anruf aus dem als Rentnerin durchaus nicht wohl verdienten Mittagsschlaf. Sankt Nikolaus war am Apparat. Er hatte eine dunkle, etwas heisere Altmännerstimme. „Warum schriebs Du nie über mich in Deinen Weihnachtsgeschichten?“, ertönte seine Klage. Ich war etwas erschrocken und erkundigte mich, woher er wisse, dass ich noch nichts über ihn geschrieben habe. „Das wundert mich“, sagte er schroff. „Als Kind hast Du das ganze Jahr über genau gewusst, dass ich weiß, ob Du alles richtig oder falsch gemacht hast.“

Ja, nun fiel es mir wieder ein. Vermutlich hatte ich durch die Belästigung von zu vielen nachgemachten Nikoläusen ganz vergessen, wie wichtig er uns Kindern gewesen ist. Ein ehemaliger Bischof, eine würdige, ernst zu nehmende Person, kein Clown! Zwei Tage nachdem wir wenige Kirschblütenzweige in eine Vase gesteckt hatten zum Andenken an die Heilige Barbara – unser Vater rückte nur unwillig vom schon geschnittenen Kirschbaum weitere Zweige heraus für bloßen Zimmerschmuck – stellten wir abends schön geputzte Schuhe in den Hausflur. Und prompt, in der Nikolausnacht, kam er zusammen mit seinem Knecht Rupprecht und füllte die Schuhe mit einem kleinen Vorgeschmack auf das, was uns zu Weihnachten an Süßigkeiten erwartete. Manchmal waren noch Buntstifte oder dringend benötigte warme Strümpfe im Schuh. Nikolaus wusste genau, woran es den Kindern fehlte. Er wohnte nämlich mit seinem Gefährten Rupprecht auf einem Berg, dort wo der Wald besonders dicht ist. Daher konnte ihn auch nie jemand finden. Aber er beobachtete die Kinder mit seinem scharfen Fernglas das ganze Jahr über. Er kannte die Zeugnisse, wusste ob man brav oder böse gewesen war. Manchmal kam er auch persönlich ins Haus mit Jutesack und Rute aus Reisigzweigen. Sah er nicht Onkel Toni verdächtig ähnlich? Er hatte eine Liste mit verzeichneten „Untaten“, ließ sich ein Gedicht oder ein Liedchen vortragen von uns vor Aufregung bebenden Kindern. Dann teilte er die Geschenke aus und verschwand, wie er gekommen war, unter Geklingel und Gepolter. Etwas später erschien der Onkel, der „noch Licht gesehen hatte“ und wissen wollte, was los sei in der Familie.

Zu Nikolaus backten die rheinischen Bäcker

„Weckmänner“ aus Hefeteig. Aus Rosinen waren die Augen des Heiligen Mannes und aus ein, zwei Mandeln der Mund. Einmal bekam mein jüngerer Bruder einen Weckmann, eine mitgebackene Tonpfeife aus dem Westerwald im Arm haltend. Ich bekam einen Weckmann ohne derlei Zierrat. Immerhin war der mit Tonpfeife ein paar Pfennige teurer. Aber die weißen kleinen Tonpfeifen waren so praktisch. Man konnte noch lange mit ihnen spielen, schillernde Seifenblasen in die Luft schicken oder so tun, als ob man rauche. Da wurde mir zum ersten Mal schmerzlich bewusst, dass Jungen wichtiger sind als Mädchen. Ich weinte so lange bitterlich, dass meine Mutter aus dem Haus rannte und mit einem „rauchenden“ Weckmann zurückkam. Den legte sie mir recht unfreundlich vor die Arme, in die ich meinen Kopf auf den Tisch gedrückt hatte. Ich hörte zwar auf zu weinen, aber so richtig froh wurde ich mit dem neuen Weckmann nicht.

Helga Hamann, Karlsruhe

Nachtrag zu „Erinnerungen aus Siegburg“, Heft 159

Zu dem Bericht aus Heft 159 „Erinnerungen an Siegburg“ möchte ich Einiges richtigstellen:

In der obigen Ausgabe hat Frau Biermann in „Erinnerungen an Siegburg“ von ihrem Onkel Werner Kunze berichtet, der Anfang der 50er Jahre in der Cecilienstraße 6 einen kleinen Lebensmittelladen unterhielt. Dieses Grundstück wurde jedoch nicht von der Firma Inhausen übernommen.

Ich habe als Kind in den Jahren 1945 bis 1953 in der Cecilienstraße 2 gewohnt und zwar in der Gärtnerei Schulz, die meinem Onkel Adolf Schulz gehörte. Nach dem Tod von Adolf Schulz hat seine Witwe, Elisabeth Schulz, das Gelände der Gärtnerei an den Omnibusbetrieb Jakob Moos verkauft. Nach dessen Tod übernahm die Firma Inhausen diesen Besitz. Die Firma Inhausen befindet sich also auf dem ehemaligen Gelände Schulz. Neben Kunze, also Cecilienstraße 4, wohnte die Familie Walterscheid, wobei Herr Walterscheid allerdings nicht der Gründer der Firma Walterscheid Siegburg war, sondern vielmehr dessen Bruder Jean Walterscheid.

Ingeborg Thiel, Siegburg

Siegburg und Umgebung – Heimat geworden!

In Charlottenburg geboren, mochte ich bereits als Kind die Großstadt Berlin nicht. Nur das Einfamilienhaus mit Garten meiner Eltern, später in einem anderen Stadtteil mit vielen Gärten, Grünanlagen und sogar Kornfeldern in der Nähe, war mir dann etwas „Heimat“. Da mein Vater aus deutschem Ostgebiet, dem schönen Schlesien, zu Haus war, wo wir Ferien im Riesengebirge und in der Grafschaft Glatz verbrachten, wollte ich in der Zukunft irgendwo leben, wo Wälder und Berge gut erreichbar sind. So schätzte ich schöne Landschaften, als ich beruflich ins Rheinland kam. Von Köln zog ich 1964 nach Neuhonrath, wo ich heute noch Freunde habe. Zwischenzeitlich einige Monate in Lohmar, Buchbitze mit schönem Ausblick, bezog ich 1971 einen eigenen kleinen Bungalow in Siegburg-Kaldauen, entworfen von Architekt Heinz-Jürgen Haas aus Siegburg und sehr gut gebaut von Bauunternehmer Walter Inden aus Lohmar. Hier fühlte sich auch mein über 90-jähriger Vater wohl, als er nach dem Tod meiner Mutter (1976) in Siegburg blieb. Meine Eltern sind beide auf dem schönen Waldfriedhof Kaldauen beerdigt.

Nachdem ich 1990 - wie es sich im Leben so ergibt - in den Bodenseekreis zog, sage ich rückblickend oft: Siegburg und Umgebung sind mir „Heimat“ geworden!

Gern erinnere ich mich an Wanderungen, anfangs bei Neuhonrath und Lohmar, dann oft im Kaldauer Wald und zum Mühlenhof, allein, mit Freunden, auch mit Gruppen aus der Pfarrgemeinde, z.B. nach Bödingen, Blankenberg, in der Nutscheid, auf dem Rotwein-Wanderweg oberhalb des Ahrtals.

Als ich in meinen letzten Berufsjahren in Berlin (West) arbeiten musste, ging ich oft zur Wahnachtalsperre, wenn ich „zu Haus“ in Siegburg war, um den weiten Blick zu genießen. Besonders schön waren immer die Feiern der kirchlichen Festtage, Weihnachten und Ostern: Weihnachten im heimeligen Seligenthal und in Kaldauen, wo das Transeamus gesungen wurde! Nur mit Transeamus ist es ein echtes Weihnachten für mich! In Seligenthal war die Feier der Osternacht mit Entzünden des Osterfeuers draußen besonders schön.

Siegburg Zentrum: Gute Verkehrsverbindungen mit Omnibussen innerhalb und mit der Straßenbahn nach Bonn, mit der Eisenbahn nach Köln und ins obere Siegtal! Natürlich der Michaelsberg, das Wahrzeichen, weithin zu sehen und maßgebend für den Text des sehr schönen Liedes: „Ein Haus voll Glorie schauet weit über alle Land“, Text und Melodie von Joseph Mohr, der aus Siegburg stammte. - Ein Andenken an die Benediktiner-Abtei auf dem Michaelsberg ist für mich eine grüne Bocksbeutel-artige Flasche mit Siegburger Abtei-Liqueur, die ich weiterhin für den Weihwasser-Vorrat benutze, passt dazu! Als Mittelpunkt in Siegburg der große schöne Marktplatz und die nahe Servatiuskirche!

Auf dem Markt an jedem Werktag Verkaufsstände mit frischen Lebensmitteln! Dann die vielen guten Geschäfte und Dienststellen, die nahe beieinander waren: Vom Bahnhof gesehen - einige nenne ich - Reisebüro Papendick, Post, Sparkasse, Haushaltswaren Hohage, Möbel-Schmandt, Feinkost Bergold, Lederwarengeschäfte, Humperdinck-Haus, Pelz-Roth, die guten Textilgeschäfte Fusshöller, Hülster, Osberghaus, das gute Tee-Geschäft in der Passage, Metzgerei Hielscher in der Holzgasse, das Schreibwaren-/Bilder-Geschäft in der Kaiserstraße u.v.m. In dem Schreibwarengeschäft kaufte ich damals ein Bild (gerahmt) von Siegburg als Geschenk für Nogent-sur-Marne, das einige Siegburger mit mir bei einem Besuch dorthin brachten, als wir bei einer Reise des UNESCO-Clubs Bonn zur UNESCO-Zentrale in Paris waren. Auch für mich kaufte ich ein Bild von Siegburg, das ich jetzt täglich vor mir habe! Besonders gern erinnere ich mich an Café Wagner, Inhaber Paul und Agnes Weisser. Außer vielen guten Kuchensorten gab es jeden Samstag leckeren schlesischen Streuselkuchen!

Meine besten Woll-Stricksachen, die ich immer noch trage und schätze, kaufte ich in Siegburg! In den Kaufhäusern, besonders im großen Kaufhof, gab es alles in guter Qualität, eben alles in Siegburg!

Dann die Ärzte in ihren Hausarzt- und Facharzt-Praxen: Ich kann nur Gutes sagen, z. B. von Dr. Hana Krejci in Kaldauen, Dr. Sonnen, Dr. Marr, Dr. Renate Hoff und Dr. Kauer, Frauenarzt in

Sankt Augustin, zu dem ich von hier, vom Bodensee her, jedes Jahr zur Vorsorge-Untersuchung fuhr, bis er in den Ruhestand ging.

Dann die Menschen in der Stadt, im Stadtviertel, in der Nachbarschaft: Die Nachbarn in unserer kleinen Straße in Kaldauen, damals zu etwa gleicher Zeit eingezogen, hielten gut zusammen, z.T. freundschaftlich. Vor allem denke ich gern an Dr. rer. nat. Gisela Höller als wirkliche Freundin. Ehemalige Schüler des Anno-Gymnasiums werden sich an sie als Biologie-Lehrerin erinnern. Leider lebt sie nicht mehr, ebenso wie ihr Mann und andere Nachbarn.

Sehr gern erinnere ich mich auch an deutsche Familien, die als „Russland-Aussiedler“ nach Siegburg gekommen waren, besonders an die Familien Jost und Martens. Ich erlebte sie immer freundlich, ehrlich, fleißig, handwerklich geschickt und hilfsbereit. Bei Festen in ihrer evangelisch-freikirchlichen Baptistengemeinde im mit viel Eigenleistung gebauten großen Gemeindehaus an der Wahnbachtalstraße, durfte ich dabei sein. Ich habe weiter Kontakte mit ihnen.

Sehr wichtig: Das Wasser in Siegburg! Nirgends - ich war oft auf Reisen - konnte ich so gutes Wasser erleben wie in Siegburg und Umgebung! Von der Wahnbachtalsperre, vom Wahnbachtalsperrenverband, gibt es das beste Wasser!

Deshalb: Liebe Siegburger, schätzen und genießen Sie Ihr gutes Wasser! Deshalb ein Dank an den früheren Direktor des Wahnbachtalsperrenverbandes, Herrn Franz-Gerd Hötter.

Diese Erinnerungen habe ich aufgeschrieben - es ließe sich noch viel weiteres Gutes sagen - weil ich jetzt im 89. Lebensjahr bin. Da ist die Lebenszeit begrenzt.

Die Menschen in der schönen Stadt Siegburg sollen wissen, dass ich sehr gern dort gelebt habe und von ihrer schönen Heimat auch für mich von „Heimat“ sprechen kann.

Um diese Gedanken und Erinnerungen bekannt zu machen, sind die „65er Nachrichten“ gut geeignet. Sehr gut ist, dass die Stadt Siegburg die „65er Nachrichten“ herausgibt mit wissenswerten Informationen, besinnlichen und humorvollen Beiträgen und Berichten aus früherer Zeit. Sicher werden die „65er Nach-

richten“ nicht nur von den Senioren, sondern von allen Familienmitgliedern gelesen. Es lohnt sich, sie zu lesen! - Ich freue mich immer über diese Hefte und bin dankbar, dass ich sie erhalte.

Meine Erinnerungen zu Siegburg und Umgebung liegen vor 1990. Inzwischen ist in der Stadt Manches geändert worden, wie mir öfter berichtet wird. Trotzdem wird Siegburg eine schöne, überschaubare Kreisstadt bleiben, denke ich.

(Für die Menschen, die sich an mich erinnern: Im fortgeschrittenen Alter habe ich geheiratet. Dadurch führe ich jetzt den Doppelnamen, habe den Namen meines Mannes angehängt).

Käthe Wilde-Heinze, Neukirch

Ergänzung zu Heft 159 „Die Abtei auf dem Michaelsberg“

Ganz so glänzend, wie der Verfasser die Äbte und die Abtei darstellte, war es zumindest seit Ende des Mittelalters nicht. Wegen völliger Überschuldung – es gibt ja gerade moderne Beispiele – verlor die Abtei 1676 die Reichsunmittelbarkeit. Der Hauptfehler der Abtei war, dass sie nur adelige Mönche aufnahm, sie sich schlecht der geistlichen Disziplin fügten. Der Landesherr war nun der Herzog von Jülich-Berg aus der pfälzischen Linie Neuburg. Schon seit altersher waren die Herrscher von Jülich-Berg Vögte der Abtei gewesen. Nach dem Übergang der Landesherrschaft musste die Stadt Siegburg herzogliche Truppen aufnehmen. Die Abtei gehörte nun zu den bergischen Landsassen.

Ab und an nahm der Herzog auch einmal Quartier in der Abtei. Dies kam Abtei und Stadt teuer, da sie für den Herzog und seinen Hofstaat aufkommen mussten.

Dies nur zur Klarstellung.

Peter Nikolaus Schulten, Siegburg

Das Pfeifenraucher-Kollegium „Nebelwerfer“

Ich erinnere mich gerne an die Gründung der „Piefeköpp“, für gebildete Menschen des „Pfeifenclubs“. Im Sommer 1957 trafen wir uns zur Kirmes auf dem Thingplatz in Siegburg so nach und nach ohne Verabredung und ohne Freundin - wenn sie denn schon vorhanden war -. Wir beschlossen, beim Wirt Kreihe im Schützenhaus ein Glas Bier zu trinken. Ich holte dabei meine Pfeife raus und stopfte sie. Ob es einen zweiten Pfeifenraucher gab, kann ich nicht mehr sagen. Auf einmal wollten sie alle Pfeife rauchen. So beschlossen alle, Pfeifen und Tabak zu kaufen und uns in Wochenfrist damit zu treffen. Alle kamen, alle auch mit Pfeife. Irgendjemand regte an, ein Pfeifenraucher-Kollegium zu gründen und alle waren dafür. So gründeten wir am 27. August (so sagt es die Tischfahne, ich meine aber, es war Juli) 1957 das Pfeifenraucher-Kollegium „Nebelwerfer“ im Gasthaus Kreihe. Es folgten schlimme Zeiten, denn Bier und die anschwellende Zunge begannen sich zu bekämpfen. Aber wer davon gehört hat, weiß, dass dieser Freundeskreis lange hielt und bis heute nicht völlig oder offiziell aufgelöst ist.



Da man mich zum Präsidenten ernannte, musste ich schon mithalten, auch wenn ich öfter am nächsten Tag einen Kater hatte. Über diesen Anfang hatte ich vor vielen Jahren schon mal berichtet. Doch jetzt der Nachtrag, über den ich erst im hohen Alter richtig über mögliche Folgen nachgedacht hatte:

Ja, und da kündigt sich schon eine große Dummheit meinerseits an, die zum Glück nicht aufgefallen war und so nicht geahndet wurde. Natürlich musste ein Symbol her, das wir auf den Tisch stellen konnten, wenn wir uns alle 14 Tage Freitag-

abend beim „Kramer“ in der Müllegass trafen. Als gerade gekürter Schlossergeselle, damals schon bei der Firma Reifenhäuser in Troisdorf, waren Fred R. und ich selbstverständlich bereit, solches zu schaffen. Als geeignetes Material erschien uns Kupfer, weil es leicht zu bearbeiten und zu gestalten war.

Doch wie dran kommen? Als wir davon im Kollegenkreis sprachen und nicht wussten, wie wir an so ein bisschen Kupferblech kommen konnten, erklärte sich sofort der nette Kollege Peter XXX bereit, so was „zu organisieren“. Er meinte aber, einer von uns müsse mitgehen, damit es auch seine Richtigkeit hat. Ich war neugierig und sagte zu, mitzugehen. Er ging in einem Handkarren und Putzlappen in die Werkzeugausgabe, die solches Material hatte, sprach etwas Belangloses mit dem Verantwortlichen und ging mit mir durch zum Lagerplatz. Mangels kleiner Stücke, an die gedacht war, nahm er eine Tafel von rund 1 x 1 m und 4 oder 5 mm Dicke mit. Die transportierte er offen - mit mir im Schlepp - aus der Ausgabe zurück. Wir schnitten uns etwa 150 x 200-250 mm ab. Dann sagte er, die übrige Tafel müsse aber zurück und ich müsse dabei sein. Gesagt, getan.

Keiner sagte etwas zu unserer „Beschaffung“, denn wir Beteiligten kamen gar nicht auf die Idee, dass das Diebstahl sein könnte. Aber wir bewunderten Peter, dass er so ruhig und zuverlässig „organisieren“ konnte!

Noch heute kräuseln sich mir die Nackenhaare, dass ich (und die Übrigen) das als sportliches Organisieren und nicht als Diebstahl gesehen haben. War das nur ein Zeichen der damaligen Zeit, wo wirklich viel aus den Firmen geklaut, mitgenommen wurde? Oder ist man als junger Mensch einfach so unkritisch mit sich und anderen? Hätten wir eine Anzeige bekommen, wäre sicher Manches in unserem Leben als „abgestempelte Diebe“ anders gelaufen! Und die Arbeitszeit für die Gestaltung war natürlich auch beim Arbeitgeber gestohlen!

Viel später, als ich mir über mein, unser Handeln klar wurde, war das für mich ein Zeichen, dass ich wirklich schon früh unter einem guten Schutz stand. Es ist nur zu hoffen, dass die heute junge Generation ähnliche Situationen besser einzuschätzen weiß.

Hans D. Weitermann, Essen

Meine ersten Schuljahre

Die alte Schule in der Humperdinckstraße war nach dem Krieg für die evangelischen und katholischen Schülerinnen und Schüler zuständig. Durch die Aufteilung in Morgen- und Nachmittagunterricht lief alles perfekt ab. Hatten die Evangelischen vormittags Schule, war der Nachmittag für die katholischen Schülerinnen und Schüler bestimmt. Die Vereinbarung gefiel mir überhaupt nicht, denn beim Schulunterricht am Nachmittag ließ die Konzentration doch oftmals sehr nach. Da wir es jedoch nicht anders kannten, gewöhnten wir uns schnell an diese Situation. Wie lange dieser Zustand dauerte, kann ich leider nicht mehr sagen, da ich später zum Gymnasium ging.

Wenn ich heute überlege, wäre bestimmt auch ein gemeinsamer Unterricht möglich gewesen, denn durch die Trennung waren die Katholiken wie Exoten für uns. Bei entstandenen Schäden am Schuleigentum wurde die Schuld grundsätzlich auf die anderen abgeschoben, und es entstand oft ein vermeidbarer Streit. So viel kurz zum Schulsystem nach dem Krieg.

Eine strenge Ordnung herrschte, wenn es hieß, es geht in die Klasse. Zuerst wurde sich auf dem Schulhof zu zweit aufgestellt, um dann ohne Toben und recht leise in's Schulgebäude und in die Klasse zu gelangen. Ein Vorgang, der uns in Fleisch und Blut überging. Wie sagte man damals: Ordnung muss sein.

Es lief aber auch bei uns nicht alles nach Plan ab, doch unsere Lehrer hatten ihre Schüler ganz gut im Griff und unser Respekt vor ihnen war einfach groß.

Ich glaube, bei dem größten Teil der älteren und alten Generation ist das Wort Respekt noch heute ein Bestandteil des Lebens. Die jüngere Generation geht etwas legerer damit um.

Wir wohnten damals auf der Kaiserstraße 122, meine Eltern, meine Schwester (Jahrgang 1941), mein Bruder (Jahrgang 1950) und ich (Jahrgang 1939).

Der Schulweg von der Kaiserstraße bis zur Humperdinckstraße war nicht weit, wir brauchten noch nicht einmal eine Straße zu überque-

ren. Unsere Mutter sorgte dafür, dass wir rechtzeitig aus dem Haus gingen, denn Pünktlichkeit galt bei uns als oberstes Gebot.

Unsere Schulfreundinnen kamen uns abholen, meistens begleitete Ströppchen, der kleine Rauhaardackel meiner Freundin, uns bis zum Schultor und lief dann alleine wieder nach Hause.

Eigentlich war die Schulzeit eine schöne Zeit, doch auch als Kind hat man so seine Probleme: z.B. Diktate schreiben, Noten, Zeugnisse und so manches andere.

Wie gerne würde ich noch mal in einer Schulbank sitzen. Damals befand sich dort auch ein Loch für ein Tintenfass. Ich hatte früher lange Zöpfe, die unterhalb der Spange zu einer Locke gedreht waren. Nicht selten steckte der Hintermann diese Locke in ein Tintenfass seiner Bank, man kann sich vorstellen, wie dann meine Haare und mein Rücken aussahen. Die Schimpfe meiner Mutter war vorprogrammiert. Besonders schön fand ich auch unsere Pausenspiele, die aber auch in der Freizeit gespielt wurden.

Einige sind noch gut in meiner Erinnerung:

- **Probe**, ein Ballspiel, das an einer glatten Wand ausgeführt wurde, gleichzeitig aber auch einer gewissen Geschicklichkeit bedurfte. Der ganze Körper wurde dabei in Anspruch genommen.

- Ein **Singspiel** mit nachfolgendem Text:

„Alle schönen Tage sind vergangen
und der..... muss zum Militär,
er muss sich vor dem Hauptmann stellen
und seine weint so sehr.
Er ging dann in die Stadt,
wo er seine hat und er küsst sie auf den
rosaroten Mund.
Ach, weine nicht, denkriegste du
nicht,
ich muss zum Militär und das fällt schwer.

Dort, wo die kleinen Punkte sich befinden, kommen die Namen des Mädchen oder des Jungen hin, welche(r) gerade gemeint war. Dieses Singspiel wurde im größeren Kreis gespielt. Man brauchte Mädchen, die sich die Namen ausdachten und gleichzeitig auch welche, für die diese Namen gedacht waren. Die

Nostalgisches

Melodie dieses Songspiels war sehr einfach und ist mir noch heute im Ohr.

- **Hüpfekästchen**

- **Klickerspiel**

Vielleicht kann sich noch manche Leserin an diese Freizeitbeschäftigungen erinnern.

Handy, Computer und viele andere Sachen gab es nicht und brauchten wir auch nicht, da die Gemeinschaftsspiele uns bestens unterhielten.

Die Kinder- und Volksschuljahre waren einfach schön und sind mir noch gut in Erinnerung.

Ingrid Beine, Köln

Nachtrag zur „Geschichte der Schule in Wolsdorf ”

In Heft Nr. 157 schrieb Frau Sigrid Haas (Rektorin der Grundschule Wolsdorf i. R.) in ihrem Artikel „Zur Geschichte der Schule in Wolsdorf – Teil III“, dass es 1945 47 evangelische Kinder in der Schule gab. Auch ich gehörte zu diesen evangelischen Kindern und wurde 1945 in der Wolsdorfer Schule bei Frau S. Rosenbaum eingeschult. Leider dauerte es nicht lange. Wir Protestanten wurden 1946 wieder in der Humperdinckstraße eingeschult.

Ich weiß nicht mehr, ob es nur das 1. Schuljahr oder die ersten drei Klassen waren, die jeden Morgen von Herrn Rektor Pöttgen, der in der Stadt wohnte, abgeholt wurden.

Der Weg ging von der Jakobstraße (Schule), Seidenbergstraße, wo heute die Kasserolle steht, über den Platz, auf dem sich heute das Freibad befindet, den Tönnsberg zur Johannesstraße. Von dort aus über die Kaiserstraße, auf der Rektor Pöttgen mit ausgebreiteten Armen stand, um die Straßenbahn (Rhabarberschlitten) oder anderes Gefährt anzuhalten, geradewegs zur Humperdinck-Schule, immer fein zu fünf Kindern aufgeteilt.

Wie lange ich dabei war, weiß ich nicht mehr. Meine Mutter bekam dann eine Wohnung in der Zeughausstraße.

Rosemarie Proske, Siegburg

Goldhochzeit einmal anders

Vor 50 Jahren hatten wir, Karin und Manfred Lindgens, im Rathaus in Siegburg, Schulgasse, unser Eheversprechen gegeben (für immer und ewig).



Zur Feier der Goldhochzeit hatten wir uns etwas Besonderes einfallen lassen:

Von Venedig aus ging es auf ein Kreuzfahrtschiff, Ziel östliches Mittelmeer bis Istanbul und zurück.

Eine Hochzeitskordinatorin hatte alles auf dem Schiff organisiert.

Wir wurden auf dem Schiff mit Champagner empfangen und zur Cocktailparty beim Kapitän eingeladen.

Der Hochzeitstag selbst war ein besonderes Erlebnis. Auf dem 14. Deck war der hintere Teil für unsere Feier abgesperrt, dort warteten die Gäste und ich auf meine Frau.

Unter den Klängen des Hochzeitsmarschs wurde meine Frau von einem Offizier hereingeführt.

Der 1. Offizier (ein Italiener) hielt in festlichem Rahmen eine Rede (in Deutsch) und wir wurden noch einmal getraut (mit Ringen).

Fazit: Es war eine Gold-Hochzeit-Feier, wie sie nicht schöner hätte sein können.

Karin und Manfred Lindgens, Siegburg

Siegburger Fahrradwache

Siegburg ist eine schöne, sehenswerte Stadt und es ist immer wieder interessant, die Veränderungen wahrzunehmen, die im Laufe der Zeit eingetreten sind. Aufgewachsen bin ich auf der Zeithstraße im Bereich der Brandstraße und habe dort 18 Jahre meiner Kindheit verbracht und denke immer noch gerne daran zurück. Erinnert werde ich jeweils an den Tagen, wo ich meine beiden Enkel vom Anno-Gymnasium abhole und die Veränderungen, auch wenn es nur kleine sind, vor Augen habe. Anschließend wohnte ich fast 43 Jahre auf der Zange, und nun habe ich mich in der Nähe der Enkelkinder auf mein Altenteil zurückgezogen.

Zurück zu Siegburg und seinen Veränderungen. Ich fand bei Durchsicht meiner Bilder auch eines etwa aus Ende der 50er Jahre. Dabei wurde wieder die Erinnerung wach, dass zu dieser Zeit der Marktplatz ganz anders aussah als heute, obwohl er jetzt nach der Erneuerung wieder in vollem Glanz erstrahlt. Damals konnte man mit Autos und diversen anderen Verkehrsmitteln den Markt noch umrunden, eine Omnibushaltestelle befand sich am Hühnermarkt, auf der Seite des damaligen Kaufhauses Fusshöller fuhr die Straßenbahn, auch „Rhabarberschlitten“ genannt. Auch die Holzgasse war für den Kfz-Verkehr noch erreichbar und in beide Richtungen befahrbar. Selbst die Postbusse zwischen Much und Siegburg befuhren im Begegnungsverkehr die Holzgasse, was heute nicht mehr vorstellbar wäre.

Allerdings gab es zu dieser Zeit noch nicht allzu viele Siegburger, die ein Auto besaßen und den Markt umrunden konnten, wie dies einige Jahre später allabendlich zu bewundern war. Der Benzinpreis war noch verkraftbar und man umrundete später den Marktplatz, um einen Parkplatz zu finden. Der Markt selber wurde zum Parkplatz umfunktioniert. Aber es gab eben nicht so viele Autos. Die Siegburger sowie die Menschen aus der nahen Umgebung kamen mit dem Fahrrad bzw. mit dem Motorrad in die Stadt, um ihre Einkäufe zu tätigen oder am Abend eines der vielen Kinos (Apollo, Metropol, Union oder Capitol) aufzusuchen, weil das Fernsehen noch nicht in den Haushalten ver-

treten war.

Um nun die Fahrräder geordnet und vor allem sicher verwahrt zu wissen, wurden diese Verkehrsmittel platzsparend am oberen Marktplatz neben und unterhalb des Kriegerdenkmals an einer Fahrradwache abgegeben. Die Aufbewahrung gegen einen Verwahrungsschein kostete 10 Pfennig.

Die Fahrradwache wurde von der Familie Jakob und Hedwig Bastgen von der Katharinenstraße betrieben. Mein Vater half dort in seiner Freizeit und vor allen Dingen am Wochenende an den besagten Kinotagen sehr häufig aus, um sich ein Zubrot zu verdienen.



Auf dem Foto sind das Ehepaar Bastgen sowie mein Vater und ich als „lieber“ Junge zu sehen. Die Zeit der Aufnahme ist in etwa erkennbar an den Nummernschildern der Autos. Damals kannte man kein „SU“, es gab nur „BR“. Vermissen will ich die Zeit ohne PC und Handy allerdings nicht.

Udo Heinen, Neunkirchen-Seelscheid

Fotoerinnerung



Schuhhaus Bleifeld, Siegburg

eingereicht von Edith Rumpf-Scheiwe, Neunkirchen-Seelscheid

In die Jahre gekommen

Einschulungsjahrgang 1951 der Nordschule feierte 60-jähriges Jubiläum

Man sieht es uns kaum an, dass wir mittlerweile 66 Jahre „auf dem Buckel“ haben, in die Jahre gekommen sind und das Leben in all' seinen Facetten kennen: Wir, das sind die ehemaligen Mädchen und Jungen des Einschulungsjahrgangs 1951 der Siegburger Nordschule an der Bambergstraße.

Mit 53 (!) Kindern im 1. Schuljahr, das von unserem beliebten Lehrer Ernstotto Deutsch geleitet wurde, begannen wir, Lesen, Schreiben und Rechnen zu lernen.

Und über all' die Jahre haben wir uns nicht aus den Augen verloren. Einige Mitschüler sind ver-

storben, andere haben wir trotz intensiver Suche nicht mehr ausfindig machen können. Trotzdem: Im „Kaldauer Hof“ in Siegburg feierten jetzt 17 Klassenkameraden das Jubiläum der 60-jährigen Einschulung. Zwischen Erinnerungen, Anekdoten und „Verzällcher“ stimmte man lautstark das Bläck-Fööss-Lied „He deit et wih und do deit et wih“ an. Sicher, wir sind in die Jahre gekommen, aber: „Deit d'r janix mi wih, dann is alles vorbei; denn dann simmer nit mih.“ Wir nehmen also gerne einige Wehwehchen in Kauf, um uns beim 70-Jährigen im Jahre 2021 wieder zu treffen.



Hansjürgen Münch, Siegburg

Meine Erinnerung an die Mühlenstraße

Ergänzung zum Bericht von Paul Gockel aus dem Herbstheft 2011, Seite 42

Hinter dem Haus Bloch befand sich die Arztpraxis Dr. Rehse, dahinter Gastwirtschaft Korschilgen, dann Metzgerei Stockhausen, daneben Bücher und Zeitschriften König.

Hinter dem Torbogen zum Michaelsberg befand sich Bäckerei/Cafe Gebert oder Geber. Gegenüber war der Herrengarten, wo jetzt das Finanzamt steht, etwas darunter Scherenschleifer Wolf.

In der Kurve Gaststätte „Kohrs Annemie“, gegenüber, neben dem Heiligenhäuschen, Pferdemetzgerei Vogel, später Holzschnitzer Schorghö-

fer. Daneben Eberts, dann Schuhmacher Thomas, weiter Gaststätte „Em Höttche“, daneben Kolonialwaren Kribben, dann Sattlerei Josten, daneben Metzgerei Stockhausen.

(Anmerkung: das ist kein Schreibfehler, die Stockhausens gab es wirklich zwei Mal in der Mühlenstraße).

Dann folgte Bäckerei Eichen mit Gastwirtschaft, dahinter Installation Vogelbacher.

Soweit meine Kenntnisse.

Hans Schiefen, Hennef-Söven

Fest der heiligen Barbara

Am 4. Dezember, zwei Tage vor Nikolaus, holte die Mutter Kirschbaumzweige aus dem Garten und stellte sie in eine mit Wasser gefüllte Vase, was uns anfangs sehr erstaunte.

In der Wärme des Zimmers entfalteten sich die knorrigen, kalten Zweige zu Weihnachten in eine Blütenpracht.

Der Brauch, Barbarazweige in einen Wasserkrug zu stellen, stammt aus dem 15. Jahrhundert und nach der Überlieferung deutet das „Blütenwunder“ auf die frohe Botschaft, die Geburt Jesu Christus hin.

Barbara hatte für uns Kinder noch eine andere, für uns wichtige Bedeutung. Nach dem St. Martinstag läutete die heilige Barbara die Weihnachtszeit ein. Zwei Tage später wurde St. Nikolaus erwartet, und das Christfest ließ nicht mehr lange auf sich warten.

Am Vorabend zu Barbara stellten wir unsere blank geputzten Schuhe vor die Schlafzimmertür in der Hoffnung, dass uns die heilige Barbara nicht vergisst. Am nächsten Morgen wurden wir nicht enttäuscht und fanden im Schuhwerk einige Plätzchen, Nüsse und einen Apfel. Doch zu Gesicht, entgegen zum Nikolaus oder St. Martin, bekamen wir sie nie.

Die heilige Barbara ist nach der Überlieferung etwa im 3. Jahrhundert geboren; umstritten ist der Geburtsort. Entweder in Nikodemien oder Heliopolis. Sie war ein wunderschönes Mädchen und von hohem Geist geprägt. Aus welchen Gründen auch immer, sperrte sie der Vater in einem Turm ein. Überliefert ist in der Legende, sie auf ihr Studium zu verweisen, um eine gute Partie zu werden, oder sie zu bändigen.

St. Barbara ließ sich heimlich taufen.

Vor den Nachstellungen des eigenen, heidnischen Vaters gelang ihr die Flucht. Sie konnte sich verstecken, indem ein Berg sich für sie öffnete.

Seither wird sie als Patronin der Bergleute und Tunnelbauer verehrt.

Sie wurde vom eigenen Vater enthauptet, der diese Gräueltat mit seinem eigenen Leben zahlen musste.

Paul Engels, Neunkirchen-Seelscheid

Erlebnisse und Erinnerungen mit dem Schubertbund Teil XVII

Reise um die Welt Bangkok

Nachdem die letzten Einkäufe in Hongkong getätigt waren, brachte uns ein Bus vom Hotel zum Flughafen Kai Tak.

Die LH 665 startete pünktlich um 20.20 Uhr ab Hongkong nach Bangkok und wir landeten dort um 22.00 Uhr.

Es war nach 1981 der zweite Besuch dieser faszinierenden Metropole, die immerhin über 4 Millionen Einwohner zählt.

Unser Domizil war wieder das Royal Orchid-Hotel, eines der führenden Hotels im Orient, dessen General Manager Kurt Wachtfeiltl (ein Bayer) allen Sängern noch in angenehmer Erinnerung war.

Unser erster Besuch galt dem Königspalast und dem Smaragd-Buddha (Wat Phra Keo), das heiligste Idol von Thailand.

Weitere Ziele waren das Pantheon mit den Statuen der verstorbenen Chakri Könige, der goldenen Pagode (Golden Chedi), der Königshalle, der Bibliothek für heilige Schriften und vieles andere mehr.



(Chedi Pyramide)

Nach kurzer Rast besuchten wir drei weitere sehenswerte Tempel im Chinesenviertel, den goldenen Buddha (5.500 kg schwer), dann Kloster Wat Po mit dem ruhenden Buddha (12 m hoch und 49 m lang), und schließlich den jüngsten, aber kostspieligsten Tempel der Chakri Herrscher, den Marmor-Tempel.

Auf Vorschlag des Goethe-Instituts von Bangkok gaben wir im Siam Centre in der Thammasat-Universität ein Konzert.

Nostalgisches

Nach einem kleinen Mittagessen im Hotel Royal Orchid war Ruhepause verordnet, denn für den Abend folgten wir der Einladung seiner Exzellenz, Botschafter Dr. H. Ch. Lankes, in dessen Residenz, der deutschen Botschaft, zu einem Abendkonzert.

Der nächste Tag war einem Besuch der Floating Markets (schwimmende Märkte) in Damernsaduak gewidmet.

Nach einer Fahrt von einer Stunde besuchten wir noch eine „Zuckerfabrik“.

Hier wird Zucker aus Kokosnüssen gewonnen.

Am Zielort angekommen, bestiegen wir zehnsitzige Motorboote und erlebten aufregendes Markttreiben auf dem Fluss.



Es gibt mit Sicherheit nichts, was es hier nicht zu kaufen gäbe, und das alles in schwimmenden Booten.

Zwei Stunden lang genossen wir diese Atmosphäre, um danach noch weitere Sehenswürdigkeiten zu erleben.

Schon aus der Entfernung war der 115 m hohe Chedi (höchste Pagode der Welt) zu sehen.

Danach fuhren wir zu einem typisch thailändischen Dorf, vorwiegend für Touristen geschaffen.

Die Anlage gab einen guten Einblick in das Leben, die Kultur und die Traditionen der Thais.

Am Nachmittag waren wir in Thai Village zu Gast. Eine Show mit Tanzvorführungen, Thai-Boxen und Hahnenkämpfen wurde uns geboten.

Außerdem gab es noch Stierkämpfe (Stier gegen Stier) .

Es folgten handwerkliche Fertigkeiten (Herstellung von Schirmen , Blumenbinden, Seidenraupenzucht , Spinnen von Seide, Weberei, Töpferei und Malerei).

Abschließend wurden wir mit einer thailändischen Hochzeitszeremonie vertraut gemacht.

Nach dieser Show machten wir noch einen Rundgang durch die wundervollen Parkanlagen

Der Abend war reserviert für ein Konzert im Ballsaal des Orchid Hotels.

Am kommenden Tag stand der letzte Besuch eines bedeutenden Ortes unserer vierwöchigen Weltreise auf dem Programm .

Unser Ausflug führte uns in die ca. 90 km weit entfernte alte Hauptstadt von Siam, Ayuthaya.

Auf dem Weg dorthin machten wir noch eine kurze Rast, um den Mahathat Tempel und den imposanten 12 m hohen Buddha zu besichtigen.

Eine Weiterfahrt zur Königsstadt Ayuthayu (1350 bis 1767) schloss sich an.

Die beeindruckenden Ruinen zeugten von der prunkvollen Vergangenheit dieser Anlage, bevor sie von den Burmesen im Jahre 1767 vollkommen zerstört wurde.

Auf unserer Rückfahrt gönnten wir uns noch einen kurzen Aufenthalt in der königlichen Sommerresidenz Bang Pa In mit einem mitten in einem Teich gelegenen entzückenden Pavillon. Dann brachte uns die „Orientel Queen“, ein Schiff der Luxusklasse, auf dem Menam mit einem reichhaltigen Buffet an Bord zurück nach Bangkok.

Donnerstag, 24.11 1983, war es soweit.

Ereignisreiche Wochen lagen hinter uns und alle freuten sich auf ein Wiedersehen mit der Familie, als wir um 22.55 Uhr in Bangkok ins Flugzeug stiegen.

Nach einer Zwischenlandung in Karachi erreichten wir am frühen Morgen Frankfurt und mit dem Bus auch Siegburg, wo wir vom Bürgermeister der Stadt und unseren Angehörigen herzlich empfangen wurden.

Eine beispiellose Reise war damit für den Schubertbund erfolgreich abgeschlossen.

Dass es nicht die letzte Reise sein würde, so die Ankündigung unseres unermüdlichen Präsidenten Dr. Ballensiefen, ließ die Hoffnung auf weitere Erlebnisse zu.

Edmund Heines , Siegburg



AOK
Die Gesundheitskasse.

PFLEGE IN BESTEN HÄNDEN

Bei Fragen z. B. zur Auswahl eines Pflegedienstes oder zur häuslichen Pflege können Sie uns immer anrufen. Unsere Profis von der Pflegehotline stehen Ihnen 24 Stunden am Tag zur Verfügung. **0800 329 0 329***

* kostenfrei aus dem deutschen Festnetz und Mobilfunknetz

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>

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

www.ksk-koeln.de



Kreissparkasse Köln

Bargeld-Garantie

Beratungs-Garantie

Geld-zurück-Garantie

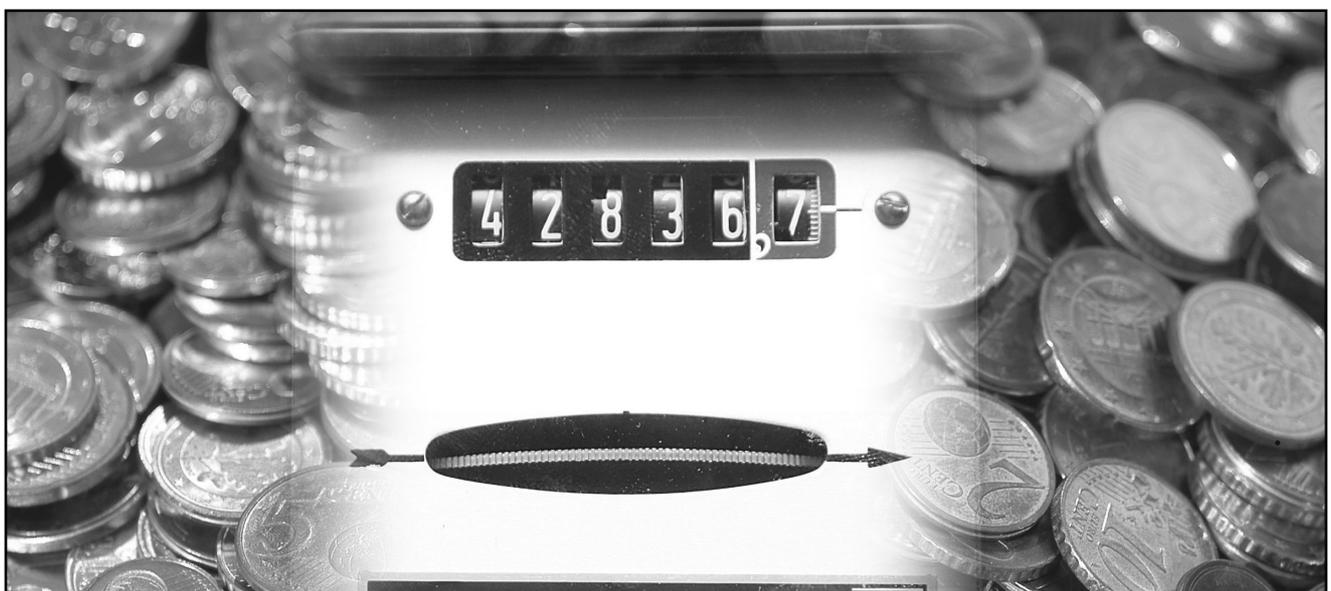
Kontoauszug-Garantie

Rückruf-Garantie

Kreissparkasse Köln

Andere versprechen Spitzenleistungen. Wir garantieren sie Ihnen.

Kreissparkasse Köln



Bei uns läuft der Zähler rückwärts!

Bei Ihnen nicht? Dann informieren Sie sich über unsere Projekte und nutzen Sie mit uns die Energie der Sonne!

BürgerEnergie Siegburg eG

Mühlengrabenstr. 30, 53721 Siegburg, Tel. 0177-244 0388, vorstand@be-siegburg.de, www.be-siegburg.de

...und das Leben lacht!



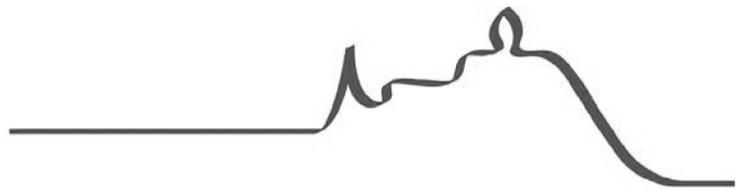
- >> Hausbesuche auf Wunsch
- >> Altersgerechte Zahnmedizin
- >> Reparatur und Neuanfertigung von
Zahnersatz vor Ort möglich
- >> Hol- und Bringservice

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





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 unter:
www.seniorenzentrum-siegburg.de

