

# 65er NACHRICHTEN

FÜR MENSCHEN  
IM BESTEN ALTER

HERBST 2017

 KREISSTADT SIEGBURG





**Gutes Hören muss man nicht sehen!**

Das **ViO U 115**.  
Wirkt hervorragend und kostet nicht viel.

Das ViO-Sicherheitspaket  
3 JAHRE:  
Verlustabsicherung  
Garantie  
Batterien inkl.  
exklusiv bei uns!

Carsten Baschlebe,  
Hörakustik-Meister

Hörakustik-Meister  
Carsten Baschlebe und sein  
Team freuen sich  
auf Sie in

**SIEGBURG**  
Kaiserstr. 54  
Tel.: 02241/957152

Hörakustik-Meisterin  
Nina Renz und ihr  
Team freuen sich  
auf Sie in

**LOHMAR**  
Hauptstr. 40  
Tel.: 02246/9089900

Hörakustik-Meister  
Michael Marquardt und  
sein Team freuen sich  
auf Sie in

**TROISDORF**  
Kölner Platz 2  
Tel.: 02241/3010900

 **APOTHEKE**  
IM SIEGBURGMED

*Das Plus für Ihre Gesundheit*

Wilhelmstr. 55-63  
53721 Siegburg  
Fon 0 2241 265 23-0  
Fax 0 2241 265 23-44  
apotheke@siegburgmed.de

[www.apotheke-im-siegburgmed.de](http://www.apotheke-im-siegburgmed.de)

**Öffnungszeiten**  
Montag-Freitag  
8.00-19.00 Uhr  
Samstag  
9.00-14.00 Uhr



# STROM UND GAS AUS EINER HAND.

Wechseln Sie zur rhenag:  
Ihrem Energie-Komplettanbieter.

Einfach anmelden auf [www.rhenag.de](http://www.rhenag.de) oder unter 0800 / 8 74 36 24\*.

 **rhenag** \*kostenfrei  
EnergieBündel. Seit 1872.



**Interessieren Sie sich für eine Werbeanzeige  
in den 65er Nachrichten?**

*65er Nachrichten*  
*65er Nachrichten*  
*65er Nachrichten*  
*65er Nachrichten*  
*65er Nachrichten*  
*65er Nachrichten*  
*65er Nachrichten*  
*65er Nachrichten*

Für weitere Informationen melden Sie sich bitte!



**Kontakt:**

Redaktion 65er Nachrichten  
Frau Lara Bous  
Nogenter Platz 10  
53721 Siegburg

Tel.: 02241/ 102-266  
Email: [65er@siegburg.de](mailto:65er@siegburg.de)



## UNSERE LEISTUNGEN

### **SORGENFREI ALTERN - Betreuung zum Wohlfühlen**

Unsere Kunden kennen eine individuelle Betreuung und ein sorgloses Altern, denn wir sorgen solange für Sie, bis es Ihnen gut geht. Wir betreuen Sie mit:

- ☁ Einzelbetreuungen
- ☁ Hausnotrufzentrale
- ☁ Gruppenbetreuung, Spielenachmittage & Bridgeabende
- ☁ Beratungen zur Pflege- und Krankenversicherung
- ☁ Wäscheversorgung
- ☁ Hauswirtschaftliche Tätigkeiten
- ☁ Frische Speisenlieferung (täglich)
- ☁ Wöchentliche gemeinsame Einkäufe
- ☁ Organisation von Dienstleistungen - zum Beispiel:
  - Friseurbesuch
  - Fußpflege
  - und vieles mehr...

### **Gerne laden wir Sie zu einem persönlichen Beratungsgespräch ein.**

Schauen Sie hierzu jederzeit in unserem Büro vorbei oder erreichen Sie uns telefonisch und lassen sich von unseren qualifizierten Mitarbeitern Tipps und eine allgemeine Beratung zu unseren Serviceleistungen geben.

Wolke 7 Care  
Beratungsstelle von MAWIS - CARE  
Inhaberin Magrit Wissner  
Dipl. Pflegemanagerin  
Geschäftsführung

Wilhelmstraße 5  
53604 Bad Honnef  
Telefon: 02242 - 91 800 80  
Mail: [info@wolke7-care.de](mailto:info@wolke7-care.de)  
Web: [www.wolke7-care.de](http://www.wolke7-care.de)

## SICHERHEIT HAT EIN ZUHAUSE WOLKE 7 EINRICHTUNGEN

Ein selbstbestimmtes Zuhause, das unseren Bewohnern mit Ihren individuellen Bedürfnissen in allen Lebenslagen gerecht wird, liegt uns am Herzen.

## In dieser Ausgabe lesen Sie:

### Allgemeines

Grußwort	4
Seniorenkarnevalssitzung: Kartenvorverkauf	5
Klassentreffen der Zanger Schule	6
Klassentreffen der Seidenbergschule	7
Siegburger und Bonner Kanufreunde / 50 Jahr-Feier des Abiturs	8
Kardinal Meisner gestorben / Schubertbund sang am Hohen Ufer	9
Martinus und Franziskus / Schnarcher sollten auf Alkohol verzichten	10-11
Ihre Meinung ist uns wichtig!	11
Fotorätsel	12
Verdrehte Namen	13
Buchtipps	14
Ausflugstipp	15
Schritt für Schritt zu mehr Fitness	16-17
Trauergesprächskreis / Jetzt impfen lassen	17
Demenz-Sprechstunde / Gesprächskreis / iPad-Schulung / Senioren-Computerkurs	18
Nach Ablauf nicht automatisch schlecht	19
Krankenpflege / Mehr Fisch auf den Tisch / Auflösung	20
HerzHeute / Was tun bei Schlafstörungen?	21
Aktives: Angebote der VHS Rhein-Sieg	22
Aktives: Angebote des DRK Familienbildungswerk	23
Ausstellung im Stadtmuseum	24
Germania / Veranstaltungen in der Rhein-Sieg-Halle	25
Veranstaltungskalender	26-27

### Besinnliches

Ein Gedicht, das Mut machen soll / Verbindung	28
Die Glocken von Köln! / Herbst / Der Kleiber	29
Das Lied der Vögel / Stroh macht froh / Tanze	30
Herbstrosen / Regen / Die Bäume!	31

#### Abgabetermine / Redaktionsschluss:

Frühlingsausgabe:	02.01.
Sommerausgabe:	01.04.
Herbstaussgabe:	01.07.
Weihnachtsausgabe:	01.10.

Müritz, Spätsommer / Die Heilkraft des Lachens	32
Alles geliehen / Da berühren sich Himmel und Erde	33
Trockenes Laub / Unseres Lebens Jahre / Alter	34
Bis heut' / So singen wir Dir auch Lied, wie schön..	35
Witze	37-38
Glückwunschseiten	38-39

### Nostalgisches

Wasser rund um den Trerichsweiher	40
Herbstregatta	41
Herbstzeit - Kartoffelkrautfeuer	42
Schule Bambergstraße	43-44
Ergänzung / Wie verhalf ein Huhn einem 12-jährigen Jungen zu seinem ersten Aquarium	45
Ergänzung zur Oper „Sieglinde“	46
Der Michaelsberg	47-48
Blau-Weißen Funken 1955 / Korrekturen	49
Was Grabsteine erzählen	50-51
Nachträge und weitere Erinnerungen / Einschulung 1937	52
Die alte Schultür der Schule Friedensplatz	53
Schule früher und heute	54
Der erste Weltkrieg 1914-1918	55
Bin ich ein Siegburger Junge / Jugenderinnerung	56-57
Goldhochzeit unbekannt	58
Die Zeughausstraße / Herbst 1914	58-59
Die erste Ärztin im Siegkreis	60
Als ich ein kleines Mädchen war	61
Die Geschichte von einem alten Schrank	62-63

*Impressum* 64

#### Kontakt zur Redaktion:

Lara Bous, Tel. 02241 102 266, Zimmer 120  
 Hanna Hofmann, Tel. 02241 102 409, Zimmer 129  
 E-Mail: 65er@siegburg.de

Ein Bezugspreis für die Seniorenzeitung wird nicht erhoben. Jedoch freuen wir uns über Spendenüberweisungen an die Stadtkasse Siegburg unter Angabe 459101 50000000 315010101 auf folgende Bankverbindung:

**IBAN: DE91 3706 9991 0200 3300 13 / BIC: GENODED1BRL bei der Brühler Bank eG** *oder*  
**IBAN: DE03 3705 0299 0001 0059 58 / BIC: COKSDE33 bei der Kreissparkasse Köln**

Für Spenden bis zu 200,- Euro gilt der Überweisungsträger als Spendenbeleg.  
 Für höhere Beträge erhalten Sie eine gesonderte Spendenbescheinigung der Stadt Siegburg.

**Allen Spendern herzlichen Dank!**

65er Nachrichten - Herbst 2017

## Liebe Seniorinnen und Senioren,

liebe Autorinnen und Autoren!

Bei der Begrüßung der Auszubildenden im Rathaus vor ein paar Wochen hatte ich ein Erlebnis, über das ich lange nachdachte. Die neuen Mitarbeiter saßen vor mir und ich habe mich nach ihren ersten Tagen im Dienst erkundigt. Ein junger Mann sah mir in die Augen und sprach frei heraus: „Gar nicht so spießig, wie ich dachte, ist es hier. Sondern locker, freundlich, unkompliziert!“

Die selbstbewusste Aussage zeigte mir zunächst einmal: Junge Leute fühlen sich wohl. Sie zeigte außerdem, dass Verwaltung endgültig im 21. Jahrhundert angekommen ist. Frühere (ungute) Erfahrungen mit Behörden, die der Azubi wahrscheinlich von Eltern und Großeltern vor seinem Jobeintritt erzählt bekam, haben ihn vermuten lassen, im Rathaus ginge es „spießig“ zu. Die Befürchtung bestätigte sich nicht, die Arbeitsatmosphäre ist angenehm.

Ich bin mir ganz sicher, dass das gesunde, freundschaftliche Klima unter den Kollegen aller Altersklassen auch den Umgang mit den zu uns kommenden Bürgern positiv beeinflusst. So wird hoheitliches Denken in den Amtsstuben, sollte es überhaupt noch vorhanden sein, durch Dienstleistungsbereitschaft ersetzt. Der zusammenfassende Satz hierfür könnte lauten: „Früher war n i c h t alles besser!“

Den Gedanken nimmt Günther Schütz in der vorliegenden Herbstausgabe der 65er Nachrichten auf. Er berichtet von einem Siegburger Schulhof nach dem Kriege, auf dem es zeitweise eine Demarkationslinie zwischen katholischen und evangelischen Schülern gab. Hier die einen, dort die anderen. Die Separation war von offizieller Seite, so die Erinnerung des Autors, festgelegt. Ein lehrreicher Abstecher in längst vergangene Zeiten, in der sogar Kinder nach ihren Bekenntnissen bewertet wurden, die ihnen selbst noch gar nicht bewusst waren.

Dass früher sehr wohl einiges besser war, führt uns Dr. Karl Friedrich Kirchner vor Augen, der als alter Siegburger im fernen Ulm durch die Seniorenzeitschrift immer auf dem neuesten Stand ist.

Er verlebte als Junge angstvolle Bombenächte in den Stollen des Michaelsbergs. Als die Waffen schwiegen, machte er sich auf, um seine Hilfe beim Abteiaufbau anzubieten. Uneigennützig, mit hochgekremelten Ärmeln, aus Liebe zu seiner Stadt, die viele Einwohner in den gewalttätigen Auseinandersetzungen verlassen mussten. Deren Wahrzeichen in Trümmern lag. Eine solche Einstellung ist absolut nachahmenswert!

Viel Spaß bei der Lektüre!



Ihr



(Bürgermeister)

## Die Jecken sind los... ...Senioren-sitzung 2018

Schon zum 11. Mal in der Rhein-Sieg-Halle: Die große Seniorensitzung der Kreisstadt läuft am **6. Februar 2018**, also traditionell am Dienstag vor Weiberfastnacht.

Die Veranstaltung ist vorrangig für Siegburger Seniorinnen und Senioren (ab 60 Jahren) bestimmt. Wir freuen uns, die Karten wieder zum Preis von **26 €** anbieten zu können. Auch 2018 können sich die Jecken auf ein hochwertiges Programm mit namhaften Künstlern freuen, in diesem Jahr betreten zum Beispiel die Paveier die Bühne.

**KARTENRESERVIERUNG:** Die Karten können

**ab Donnerstag, 12. Oktober 2017**

reserviert werden.

Wir nehmen Ihre Kartenwünsche am **12. und 13. Oktober 2017 von 8 bis 12 Uhr persönlich im kleinen Sitzungssaal des Rathauses (Nogenter Platz 10), 1. Etage, oder telefonisch unter 02241 102 843** entgegen. Ab dem 16. Oktober bis 15. November 2017 reservieren Sie die Karten bitte telefonisch unter 02241 102 843 oder persönlich im Amt für Senioren, Wohnen und Soziales, Ringstraße 6, Zimmer 643 (Frau Redlin).

**KARTENVERKAUF:** Die Karten werden am

**Donnerstag, 16. November, und  
Freitag, 17. November 2017,**

in der Zeit **von 8 bis 12 Uhr im kleinen Sitzungssaal des Rathauses (Nogenter Platz 10), 1. Etage**, verkauft. Sollten Sie in Ausnahmefällen keine Möglichkeit haben, an den genannten Terminen Ihre reservierten Karten abzuholen, erhalten Sie diese noch **bis zum 24. November 2017** im Amt für Senioren, Wohnen und Soziales in der Ringstraße 6, Zimmer 643, Frau Redlin Tel. 02241/102 843. Karten, die bis zum 24. November 2017 nicht abgeholt werden, gehen in den freien Verkauf zurück! Sofern noch Karten zur Verfügung stehen, erhalten Sie diese bis zur Veranstaltung weiterhin im Amt für Senioren, Wohnen und Soziales, Tel. 02241/102843.

**WICHTIG:** Es ist keine Kartenzahlung möglich!

**Bitte beachten Sie:** Wir bemühen uns, Ihren Wünschen gerecht zu werden, jedoch besteht kein Anspruch auf Platzwahl. Die Verteilung der Sitzplätze erfolgt durch den Veranstalter.

**Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an:  
Frau Dagmar Redlin 02241 102-843**

## Wir suchen wieder ein Orden-Motiv!

Natürlich darf auch bei der Seniorenkarnevalssitzung 2018 ein Orden nicht fehlen. Traditionell wird eigens hierfür ein Holzorden in limitierter Auflage gefertigt, die Herstellung übernimmt seit 2 Jahren die Werkstatt der JVA- Siegburg.

Das Motiv für den Orden ist aber nach wie vor „Senioren-sache“. Daher möchten wir auch in diesem Jahr wieder dazu aufrufen - gestalten Sie ein Motiv für unseren Orden! Wie wäre es z.B. im Jahr der Eröffnung des Katholisch-Sozialen Instituts mit einem Motiv zu diesem Thema? Also ran an die Stifte, dabei müssen Sie sich nicht an die Größe des Ordens halten, die eingereichte Vorlage darf auch Din A5/A4 sein, sie wird nachher an die Ordengröße angepasst.



Bild: Die Karnevalssorden der letzten zwei Jahre

Ihre Entwürfe senden Sie bitte bis **spätestens 15.10.2017** per Post an die Stadt Siegburg, Redaktion 65er Nachrichten, Nogenter Platz 10, 53721 Siegburg oder per E-Mail an 65er@Siegburg.de, **Ansprechpartnerin ist Frau Lara Bous (02241/102 266)**

Aus den eingesandten Bildern werden wir das kreativste Motiv ermitteln, das den nächsten Sitzungsorden zieren wird. Der/die Gewinner/in kann sich auf einen tollen Preis freuen und bekommt selbstverständlich einen Orden.

## Klassentreffen des Jahrgangs 1934/35 der Zanger Schule



### Hintere Reihe:

(von links) Walter Groß, Herr Poreski (Ehemann von Frau Christine Poreski), Marianne Küpper, Anno Daas, Heinz Limbach, Gerda Müllenholz, Inozens Euskirchen, Franz-Josef Schreckenber, Helmut Bantes, Günther Rath, Walter Klöck

### Vordere Reihe:

(von links) Christine Poreski, Else Schenk, Annegrete Wolf, Monika Hahn, Maria Bücher, Irmgard Sellheim, Erich Nießen, Karl-Heinz Wiesgen, Ganz links: Dr. Susanne Haase-Mühlbauer

Zu unserem jährlichen Treffen hatte Erich Nießen für den 11.5.2017 um 15 Uhr, Treffpunkt „Europa-Platz“ am Bahnhof, eingeladen. Dieser Einladung folgten 18 ehemalige Schülerinnen und Schüler. Wir fuhren mit einem Kleinbus auf den Michaelsberg zur Besichtigung des neuen „KSI“ (Katholisch-Soziales Institut).

Hier wurden wir von Tina Kochhanski und Roberto Rosso, Geschäftsführer, empfangen. Der Um- und Neubau ist den Verantwortlichen nach unserer Meinung hervorragend gelungen.

Die Besichtigung, die von Herrn Rosso ausgezeichnet durchgeführt wurde, dauerte eindreierviertel Stunden.

Anschließend fuhren wir wieder mit dem Bus zum „Hotel Herting“ zum gemütlichen Beisammensein. Unsere 2. Bürgermeisterin, Dr. Susanne Haase-Mühlbauer, ließ es sich wie im Vorjahr nicht nehmen, uns zu besuchen. Bei gutem Essen, Trinken sowie Gesprächen über unsere gemeinsame Schulzeit und aktuelle Themen gingen die Stunden schnell vorbei. Gegen 22 Uhr war unser Treffen beendet – mit Vorfreude auf das nächste Treffen.

Eingereicht von Karl-Heinz Wiesgen, Siegburg



## Klassentreffen der Seidenbergschule

Es war mal wieder so weit. Im vergangenen Jahr hatten die Schülerinnen und Schüler des Einschulungsjahres 1955 der Seidenbergschule sich vorgenommen, ein jährliches Treffen zu organisieren.

So haben dann Elfriede Bertram und Uschi Weitermann wieder die Organisation übernommen und die damaligen Mitschüler eingeladen. Da sich die Adressen kaum verändert hatten, konnte der Versand der Einladungen zügig erfolgen.

In diesem Jahr fand dann das Treffen im Restaurant "Kasserolle" in Wolsdorf statt. Man traf sich am Samstag 8. April, 17 Uhr, und die Begrüßung war wieder sehr herzlich. Natürlich wurden wieder die alten Geschichten in den Mittelpunkt gestellt, aber auch zeitnahe Themen wie Politik und Gesundheit wurden angeschnitten. Wie vereinbart, konnten dann am Abend die jeweiligen Partner (die sich ja teilweise auch kannten) das Treffen bereichern und der Gesprächsstoff wurde umfangreicher.

Interessant war auch, dass eine Mitschülerin, die wegen fehlender Adresse nicht eingeladen werden konnte, spontan zum Klassentreffen geeilt war. Ein anderer Schüler hatte die Anschrift ermittelt und sie morgens angerufen und vom Treffen erzählt. Leider konnten einige wegen anderweitiger Termine nicht kommen. Kurz nach Mitternacht wurde die Runde aufgehoben und die Heimfahrt angetreten.

Zu erwähnen bleibt noch, dass sich seit einiger Zeit vier Schülerinnen auch zwischendurch zum "Kaffeeklatsch" etwa einmal pro Quartal bei der Einen oder Anderen treffen. Der Gesprächsstoff geht auch hier nie aus. Das nächste Klassentreffen wurde für 2018 schon geplant, und die Organisatoren sollten wieder die gleichen sein.

Eingereicht von Udo Heinen, Neunkirchen-Seelscheid



Einschulung 1955

## Siegburger und Bonner Kanufreunde auf der Lahn

Der 13. Juni 2017 war schon lange als Termin für unsere diesjährige Lahntour festgelegt worden. Die Wetterprognosen verkündeten für diesen Tag ein Zeitfenster für gute Bedingungen. Zwar ist ein Wassersportler mit dem nassen Element vertraut, aber auf Wasser von oben kann getrost verzichtet werden. Eine Kanufahrt bei Sonnenschein bereitet mehr Freude.

Vor 55 Jahren ist unser Team gemeinsam im damaligen Jugoslawien gepaddelt. Wir haben uns 2010 wiedergefunden und starten jährlich zur gemeinsamen Fahrt auf der Lahn – einem bei Kanufahrern beliebten Gewässer mit einzigartiger Flusslandschaft. Mit einem funkelnagelneuen Lettmann 10er Kandier begann das diesjährige Abenteuer in Oberbiel, ca. 19 km flussaufwärts von unserem Ziel Weilburg gelegen. Die Lahn hatte, bedingt durch die Regenfälle der vergangenen Tage, einen optimalen Wasserstand. Schon bald näherten wir uns der ersten Schleuse, die in Eigenregie betätigt werden muss. Nachdem dieses Hindernis passiert war, genossen wir das sanfte Hingleiten auf dem sauberen Fließgewässer.



An einem bis ins Wasser hängenden Weidenzweig nahm eine Nutria genüsslich das Frühstück ein, ohne sich von uns stören zu lassen. Graureiher standen an exponierten Ufervorsprüngen und lauerten auf Beute. Schwan-Eltern führten ihren Nachwuchs am Uferand auf Nahrungssuche. Eine Jungente begleitete uns dicht an Steuerbord und wartete erfolgreich auf eine Futtergabe. Balsaminen und Blutweiderich säumten die Ufer, oftmals durchwachsen von Zaunwinden, deren weiße Trichter sich aus dem rosa-roten Blütenmeer abhoben. Zu teils klassischen, teils folkloristischen Mandolinenklingen, die Gerd meisterhaft seinem Instrument entlockte, gab es kühle Getränke in Form von Prosecco, Riesling und Grauburgunder. Die beste Akustik durften wir dann in einer weiteren Schleusenkammer erleben. In einem Opernhaus hätte es nicht besser klingen können. Wir genossen die Ruhe in friedlicher Natur und paddelten gemächlich unserem Ziel entgegen.

In fröhlicher Runde saßen wir später im Biergarten der „Turmschmiede“, einem gemütlichen Restaurant mit deutsch-österreichischer Küche, und ließen uns das Beste aus Küche und Keller schmecken. Bevor die Heimreise angetreten wurde, versicherten wir uns, auch im kommenden Jahr wieder auf der Lahn „in See zu stehen“, wenn es die Gesundheit erlaubt.

Eingereicht von Helmut Bleifeld, Bacharach

## Der Michaelsberg musste mit aufs Bild - 50-Jahr-Feier des Abiturs



Zwar wohnt nur noch einer aus der ehemaligen Oberprima O I c des damaligen Staatlichen Jungen-Gymnasiums in Siegburg, doch als sich nun zur 50-Jahr-Feier des Abiturs in der Kreisstadt getroffen wurde, musste das Siegburger Wahrzeichen, der Michaelsberg, mit aufs Gruppenfoto.

Aus Niedersachsen, Bayern und Frankreich waren die am weitesten weg Wohnenden angereist, und bevor man sich zum Feiern und Erzählen zusammensetzte, besuchte man die alte Schule - das heutige VHS-Studienhaus -, hatte eine Führung über den Judenfriedhof und spazierte durch die Stadt, um all die Änderungen der letzten Jahre zu konstatieren.

Eingereicht von Charly Halft, Siegburg

## Kardinal Meisner gestorben

### Siegburg verdankt ihm den neuen Michaelsberg

In seinem Urlaubsort Bad Füssing ist der emeritierte Kölner Kardinal Joachim Meisner im Alter von 83 Jahren verstorben. Meisner hatte vor seinem Abschied als Kölner Erzbischof 2014 die Weichen für die Entwicklung des neuen Michaelsberges gestellt; die Kreisstadt verdankt ihm die Ansiedlung des Ordens der Unbeschuhten Karmeliten in der Nachfolge der Benediktiner und des Katholisch-Sozialen Instituts.

"Was wäre das Rheinland ohne den Michaelsberg? Was wäre der Michaelsberg ohne Mönche?", fragte er bei der Einsegnung des Karmels der indischen Mönche rhetorisch. Für ihn sei die Siegburger Sehenswürdigkeit "eine Herzensangelegenheit". Zum Dank für seine Entscheidung, das geistige und geistliche Leben auf dem Michaelsberg fortzuführen, sandte ihm Bürgermeister Franz Huhn zu Weihnachten 2012 folgende Zeilen: "Sie geben dem stolzen Wahrzeichen dieser Stadt eine neue und gute Zukunft. Die Siegburgerinnen und Siegburger nehmen daran tiefen Anteil. Die altherwürdigen Abteigebäude werden mit neuem Leben erfüllt. Und bleiben ein Leuchtturm des Glaubens."



Foto (Hübner-Stauf): Kardinal Meisner beim Abschiedsgottesdienst der Benediktiner im Juni 2010.

Auszug aus „siegburgaktuell“ vom 05.06.2017

## Schubertbund sang im Hohen Ufer

Am Sonntag, den 25. Juni 2017, war der Schubertbund wieder einmal zu Gast im Siegburger Seniorenzentrum in der Friedrich-Ebert-Straße. Elke Schäfer vom therapeutischen Dienst des Hauses, welche die Veranstaltungen dort betreut, begrüßte die Sänger und ihren Chorleiter Hans-Theo Schneider im Namen der zahlreich erschienenen Bewohnerinnen und Bewohner sehr herzlich.

Der Vorsitzende des Schubertbundes, Sepp Martin, bedankte sich für die erneute Einladung, und der Sänger Wolfgang Weinrauch führte durch das anspruchsvolle Programm. Lieder u.a. von Franz Schubert und Felix Mendelssohn-Bartholdy wurden zur großen Freude der Zuhörer in vollendeter Form vorgetragen. Melodien aus Oper und Operette rundeten das gelungene Programm ab.

Besondere Zustimmung erfuhren die Kinder des Chorleiters, Alisa (13) und Felix (10), die mit Violine bzw. am Klavier ihr bereits beachtliches Können zeigten. Nach mehr als einer Stunde war der begeisterte Applaus der Konzertgäste der verdiente Lohn. Sepp Martin versprach ein Wiederkommen im nächsten Jahr. **Am 17. Dezember** wird der Schubertbund im **Seniorenzentrum in der Heinrichstraße** mit Adventsliedern aufwarten.

Bitte notieren Sie sich folgenden wichtigen Termin: **Adventskonzert** des Schubertbundes in der Kirche St. Anno am **Sonntag, 3. Dezember 2017 um 16.30 Uhr**. Näheres entnehmen Sie bitte den Ankündigungen in der Presse.



Schubertbund im Seniorenzentrum Am Hohen Ufer.  
Foto: Elke Schäfer

Eingereicht von Wolfgang Weinrauch, Siegburg

## Martinus und Franziskus

### **Martin Luther reist nach Rom, in die quirlige, von Pilgern und Touristen überfüllte Stadt.**

Franziskus und Martinus haben in aller Stille, um nur kein Aufsehen zu erregen, eine Zusammenkunft verabredet. Ohne Protokoll, ohne Presse, ohne Kurienmitglieder wollen sie ihre Gedanken austauschen. In der Abgeschlossenheit unter vier Augen und Ohren, fern aller Hektik, möchten sie die drängenden Probleme, die die Kirchen und ihre Mitglieder heute bewegen, miteinander erörtern. Ihr größtes gemeinsames Anliegen ist die Einheit der beiden christlichen Konfessionen. Sie wollen kämpfen und ernsthaft nach Lösungen suchen, um die Trennung zu überwinden. Ein Feuer entfachen, das so lange brennt, bis die Einheit der Christen Wirklichkeit geworden ist. Sie wollen kommunizieren, nicht konfrontieren. Die Menschen erwarten Antworten auf gestellte und ungestellte Fragen. Sie sehnen sich nach Orientierung, wo so viele bisher gültige Werte keine Bedeutung mehr haben.

Franziskus kennt den unermüdlichen Einsatz von Martinus, um die Spaltung der Kirche mit aller Energie zu verhindern. Sein unerschütterliches Auftreten gegen die weltliche und geistliche Macht jener Zeit, allein den Worten der heiligen Schrift folgend und gehorchend, beeindruckt ihn sehr. Er kennt die Grundlagen seiner reformatorischen Bestrebungen und seinen großen Einsatz von Leib und Leben, die Einheit zu erhalten. Martinus Gedanken stimmen Franziskus nachdenklich. Auch er weiß, dass nicht die Werke des Menschen vom Fegefeuer retten und ihm das Seelenheil bringen, sondern die Worte der Bibel und die Vergebung der Sünden durch Jesu Tod und Auferstehung, die Grundlagen seiner christlichen Überzeugung sind.

Martinus seinerseits ist begeistert von der Art, wie Franziskus sein Amt ausübt. Seine schlichte Erscheinung, der Verzicht auf Prunk und Machtgehab, sein Umgang mit Menschen, denen er begegnet, auch seine klaren Worte zu den Missständen in Kirche und Staat, die er vehement anprangert. Seine besondere Liebe und Zuwendung gilt den vergessenen und nicht beachteten Menschen in der ganzen Welt. Unter Franziskus Amtsführung hätte es sicher keine Spaltung der Kirche gegeben. Martinus wird von Franziskus mit seinem kleinen Auto, das er selbst steuert, vom Flughafen abgeholt. Sie sehen sich beide zum ersten Mal von Angesicht zu Angesicht. Zwei stattliche äußere Erscheinungen begegnen sich. Ihre Begrüßung ist herzlich.

Beide in schlichter Straßenkleidung. Niemand würde sie in der pulsierenden Stadt erkennen. Sie verlassen Rom, ohne die beeindruckenden Gebäude und Denkmäler, den Petersdom und die Bauten des Vatikans, das Kolosseum und die Engelsburg, angeschaut zu haben. Das soll zu einem anderen Zeitpunkt stattfinden. Ihr Weg führt sie durch die Albaner Berge, vorbei am Albaner See, an den Nemisee durch herrliche, beeindruckende Landschaften. Nach etwa einer Stunde Fahrt erreichen sie ihr Ziel: eine bescheidene Herberge umgeben von Buchen und Pinien. Sehr einsam gelegen, fast versteckt. Hier, in der Abgeschlossenheit, wollen sie miteinander reden und gemeinsam beten, Klarheit und Wahrheit von Gott erbitten, wie die Kirchen geeint werden können. Beide führen in diesen Tagen ein mönchisches Dasein. Mit Essen und Trinken versorgen sie sich selbst. Nichts und niemand soll ihre Ruhe stören. Dem Alltag entrückt – dem Himmel so nah – sind sie nur ihrem inneren Auftrag verpflichtet. Neben allen Diskussionen, Überlegungen, Gedankengängen und oft auch hitzigen Debatten genießen sie die Natur um sich herum in vollen Zügen. Die traumhaft schöne Landschaft, die herrlichen Sonnenaufgänge und Sonnenuntergänge, der Gesang der Vögel in den Zypressen, der nächtlich gestirnte Himmel, den vollen Mond, der die Umgebung in zauberhaftes Licht hüllt, auch der Genuß eines köstlichen Weines am Abend erfüllen ihre Seelen mit Lob und Dank für Gottes Schöpfung.

So unbemerkt, wie Franziskus und Martinus hier eine Zeit lang gelebt, gearbeitet und gerungen haben, so unauffällig verlassen sie den Ort der Stille. Beide Männer haben sich gegenseitig bereichert, inspiriert und geschätzt gelernt. Mit großer Hochachtung für einander kehrt jeder von ihnen in seinen Alltag zurück. Wir Zeitgenossen dürfen gespannt sein, welche Früchte diese Begegnung zeitigen wird.

Eingereicht von Doris Eckert-Mand, Freiburg

## Schnarcher sollten auf Alkohol verzichten

### Müdigkeit am Tag kann Zeichen für Schlafapnoe sein

Laute Atemgeräusche in der Nacht sind unter Erwachsenen weit verbreitet. Mit zunehmendem Alter schnarchen etwa 60 Prozent der Männer und 40 Prozent der Frauen. Die nächtliche Geräuschkulisse strapaziert aber nicht nur die Beziehung, sondern stört auch den gesunden Schlaf und belastet die Gesundheit.

Fachleute unterscheiden zwischen dem einfachen primären Schnarchen und der gesundheitsschädlichen obstruktiven oder zentralen Schlafapnoe, die mit starker Atembehinderung und Atemaussetzern einhergeht. Da sich Schlafapnoe aus dem ungefährlichen Schnarchen entwickeln kann, raten HNO-Ärzte auch „normalen“ Schnarchern, die Ursache von einem Facharzt klären zu lassen. Darauf weist das HNO-net-NRW, ein Zusammenschluss niedergelassener HNO-Ärzte, hin.

„In den meisten Fällen bringt eine schlaffe Muskulatur den Rachenschlauch zum Vibrieren“, weiß Dr. Uso Walter, Vorsitzender des Netzwerks. Im Schlaf erschlaffen die Muskeln und der Schlauch fällt etwas in sich zusammen. Ein enger Rachenraum, z.B. durch vergrößerte Mandeln oder eine Verdickung des Zungengrundes, verstärkt die Vibration, die sich als nächtliches „Sägen“ äußert. Beim Schlafen mit offenem Mund schwingt dazu auch noch das Gaumensegel. Bislang gibt es noch kein Mittel, die Rachenmuskulatur gezielt zu stärken. Immerhin wissen Experten aber, welche „Bösewichte“ die Muskeln zusätzlich erschlaffen lassen: Übergewicht, Alkohol und schwere Mahlzeiten vor dem Schlafengehen. Daher helfen schon kleine Änderungen der Lebensgewohnheiten, sich und seinem Partner die verdiente Nachtruhe zu ermöglichen. So tragen ein paar Kilos weniger auf den Rippen oft dazu bei, die hörbaren Folgen zu reduzieren. Ein opulentes Mahl in den Abendstunden wiederum beeinflusst das Schlafverhalten ungünstig, da Blut und Energie sich dann in den Verdauungstrakt verlagern, und der Atemmuskulatur durch ihre stabilisierende Wirkung fehlen. Alkohol hingegen entspannt den Körper – allerdings auch die Muskeln im Rachenraum. Nicht zuletzt kommt es auf die Liegeposition an. Die meisten „harmlosen“ Schnarcher schlafen nahezu geräuschfrei, wenn sie auf der Seite liegen.

Zeigen diese Änderungen keine Wirkung oder fühlen Schnarcher sich tagsüber müde und erschöpft, ist der Gang zum HNO-Arzt ratsam.

Er findet die Gründe für nächtliche Ruhestörung heraus und behandelt mögliche organische Ursachen gezielt. Neben einer erschlafften Rachenmuskulatur kommen beispielsweise Polypen, Verformungen der Nasenscheidewand oder vergrößerte Mandeln als Auslöser in Frage. Bei einigen Menschen sind die Atemwege aber insgesamt so eng, dass sie sich im Schlaf kurzzeitig komplett verschließen. Dies führt in manchen Fällen zu lebensbedrohlichen Atemaussetzern, die unbedingt medizinischer Beobachtung und Behandlung bedürfen. „Beim Schlafapnoe-Syndrom beendet der Körper durch bis zu 600 Mal in der Nacht auftretende Weckreaktionen den Schlaf“, verdeutlicht Dr. Walter. Apnoe-Patienten leiden jedoch nicht nur unter den Folgen der ausbleibenden Erholung, sondern auch vermehrt unter Bluthochdruck. Im schlimmsten Fall führt dies zu Herzinfarkt und Schlaganfall. Langfristig liegt zudem eine erhöhte Wahrscheinlichkeit für Stresserkrankungen vor, wie Magengeschwüre, Depressionen, Tinnitus oder Hörsturz.

Dabei lässt sich Apnoe gut behandeln: Bei einer Maskentherapie, Methode der Wahl beim Apnoe-Syndrom, hält ein leichter Überdruck die Atemwege offen. Bei Schnarchern kommen zudem spezielle Schnarchschiene in Frage. Auch operative Maßnahmen, wie beispielsweise eine Mandeloperation oder die Straffung des Weichgaumens, sind manchmal angezeigt. In Ausnahmefällen ist auch eine Korrektur der Nasenscheidewandverbiegung sinnvoll.

Weitere Informationen unter [www.hnonet-nrw.de](http://www.hnonet-nrw.de) oder [www.robst-pr.de](http://www.robst-pr.de)

## Gefäßtag im HELIOS KLINIKUM

**Am Samstag, 23. September 2017**, veranstaltet das HELIOS Klinikum Siegburg zwischen **10 und 13 Uhr** einen Gefäßtag. Die Besucherinnen und Besucher erhalten Informationen zu Gefäßerkrankungen und Prävention und können an einem Screening der Hals- und Bauchschlagader teilnehmen.

### Programmpunkte

»10 bis 11 Uhr:

Vorträge zu Schaufensterkrankheit, Erkrankungen der Hals- und Bauchschlagader sowie Varizen

»11 bis 13 Uhr:

Screening der Hals- und Bauchschlagader.

Die Teilnahme an dem Tag ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

## Fotorätsel

Um welche Straße handelt es sich hier (1929)?



**Unter den richtigen Einsendungen werden - unter Ausschluss des Rechtsweges - verlost:**

- 2 Bücher „Mauer-Passagen“
- 2 Siegburger Abtei Liköre
- 2 Siegburger USB-Sticks
- 1 Siegburger Brillenputztuch
- 1 Siegburg der Film „950 Jahre“

**Ihre Lösung schicken Sie bitte an:**

Stadtverwaltung Siegburg  
Preisrätsel „65er Nachrichten“  
53719 Siegburg

oder per Mail an:

65er@siegburg.de

**Einsendeschluss ist der 05.11.2017**

Teilnahmeberechtigt sind alle Leserinnen und Leser ab 65 Jahren.

**Auflösung des Rätsels aus Heft 182:**  
Zeughausstraße

**Gewonnen haben:**

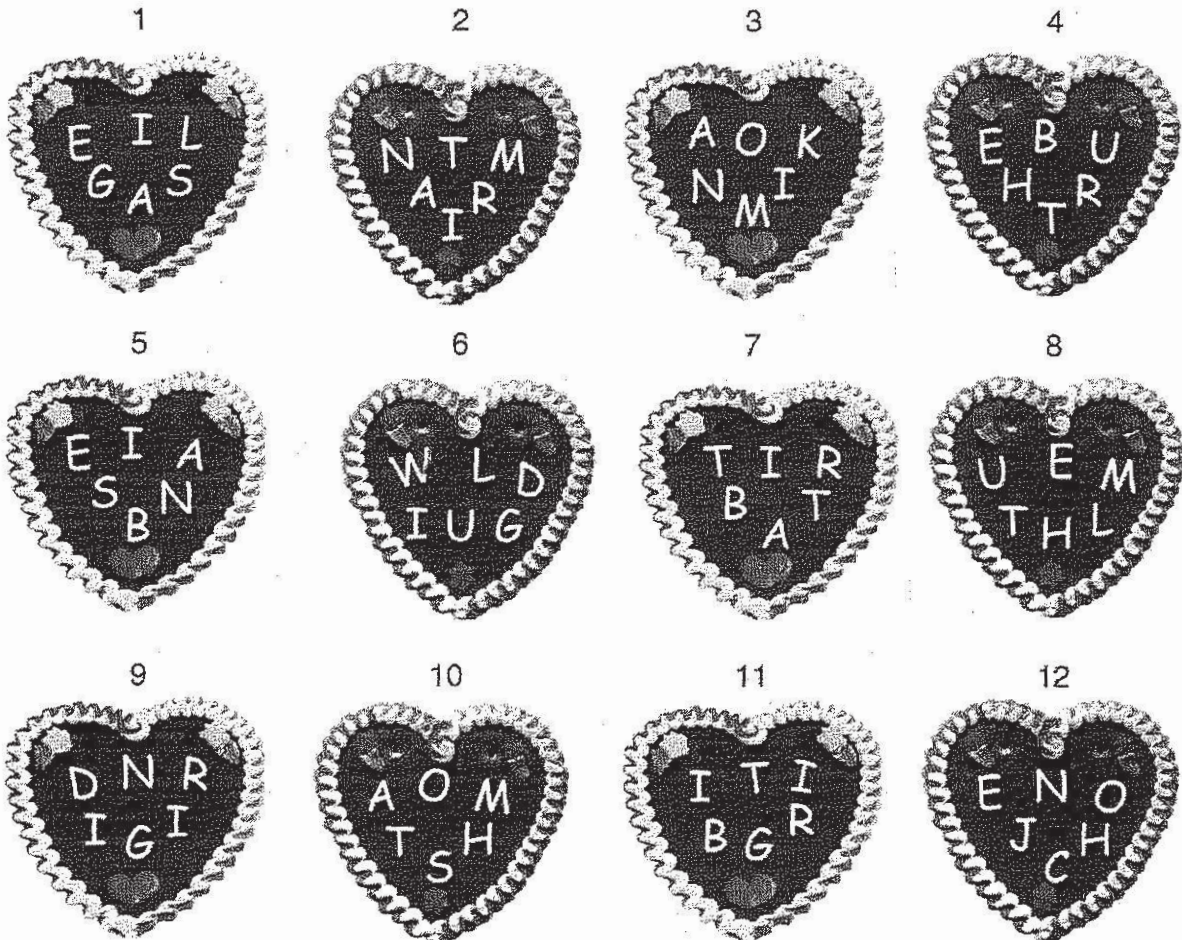
- Maria Schneider, Siegburg
- Hans-Jürgen Münch, Siegburg
- Rolf Braun, Hannover
- Monika u. Nikolaus Dröhsel-Röggener
- Elisabeth Thomas, Siegburg
- Horst Lehmann, Dietzhöhlztal
- Annemarie Strenski, Siegburg
- Paul Rechmann, Sankt Augustin

***Allen Gewinnerinnen und Gewinnern  
herzlichen Glückwunsch!***

Verdrehte Namen

Übungsschwerpunkt: geistige Beweglichkeit, Wortfindung

Zum Oktoberfest gibt es Lebkuchenherzen in unzähligen Variationen, mit allen möglichen und unmöglichen Sprüchen. Bei diesen Herzen sind die Buchstaben von 12 Vornamen durcheinander geraten. Wer bekommt die Herzen?



- |         |         |          |
|---------|---------|----------|
| 1. .... | 5. .... | 9. ....  |
| 2. .... | 6. .... | 10. .... |
| 3. .... | 7. .... | 11. .... |
| 4. .... | 8. .... | 12. .... |

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

Die Lösung finden Sie auf Seite 15.

## Buchtipps

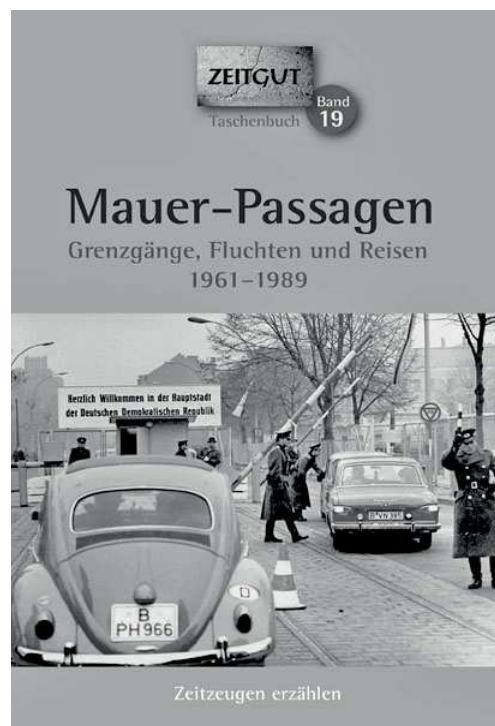
### Mauer-Passagen

#### Grenzgänge, Fluchten und Reisen 1961-1989

Wahnsinn von Anfang bis Ende. In den frühen Morgenstunden des 13. August 1961 mussten die Menschen in Ost- und West-Berlin fassungslos zusehen, wie zwischen ihnen, quer durch die gesamte Stadt, eine Mauer entstand. Bewachte Baukommandos legten Stacheldrahtrollen aus, rissen das Straßenpflaster auf und begannen mit Steinen und Mörtel eine Mauer zu errichten, bis sie selbst dahinter verschwanden. Damit war in Berlin das letzte Schlupfloch zwischen Ost und West geschlossen. Endgültig war der eiserne Vorhang niedergegangen, 28 Jahre blieb er verschlossen. Hermann Meyn, später Journalist beim SPIEGEL und Honorarprofessor in Hamburg, arbeitete in der Nacht zum 13. August 1961 als junger Redakteur „allein auf weiten Fluren“ im RIAS-Funkhaus in West-Berlin. In dem Buch „Mauer-Passagen“ schildert er seine Erlebnisse. Gemeinsam mit 39 anderen Zeitzeugen lässt er den Wahnsinn der „Mauer-Jahre“ noch einmal aufleben. In dem Buch steht nicht die 1.300 Kilometer lange Mauer von der Ostsee bis ins Vogtland im Mittelpunkt. Die Schilderungen konzentrieren sich auf die Menschen, die an der Mauer gelitten haben, wenn sie von einem Deutschland ins andere reisen wollten. Mit den Episoden bleibt eine Zeit lebendig, die sich niemand zurück wünscht. Peter Franke, ein anderer Zeitzeuge, beschreibt die absurden Bedingungen, unter denen seine alte und kranke Mutter 1964 zu ihm in den Westen übersiedeln darf. Jedes Küchenbrettchen, jedes Nachthemd und jeder Gurkenhobel wird aufgelistet, von Zeugen bestätigt und vom Schätzer beurteilt.

Der Theologiestudent Meinhard Schröder gerät 1967 in Stasi-Observation, als er häufig nach Ost-Berlin fährt. Weil er als Oberschüler in der DDR einen späteren West-Flüchtling zum Klassenkameraden hatte, wird vermutet, er sei an organisierter Fluchthilfe beteiligt. Dass er mit jedem Besuch Bücher nach Ost-Berlin schmuggelt, bemerkt dabei allerdings niemand. Von ihrer DDR-Flucht über Prag 1967 berichtet die Lehrerin Maria-Elisabeth Warnke. Ihre Schwestern im Westen beauftragen eine Fluchthilfe-Organisation. Mit einer Reisegruppe, von der sie sich unterwegs heimlich absetzt, kommt sie in die Tschechoslowakei. Nicht jede Flucht endet so glücklich. Amüsant zu lesen ist Hans Peter Kutschas kleine Typologie der DDR-Grenzpolizisten, die er anlässlich vieler Tagesreisen zusammentrug. Damals vermied man Auseinandersetzungen mit den Grenzern,

sie waren meist nervenzehrend und zeitraubend. Zermürbende und angstvolle Wochen schildert Helga Brachmann aus Leipzig 1973. Nach der heimlichen Westflucht ihrer Tochter tauchen Stasileute auf und versiegeln das Mädchenzimmer. Sie selbst wird wie eine Verbrecherin behandelt. Zwei Jahre später gerät sie erneut in die Mühlen des Systems, als ihr Sohn Christian Kunert, von Wolf Biermann öffentlich als Kumpane bloßgestellt, in Haft kommt und später in den Westen abgeschoben wird. Die Beiträge der Zeitzeugen aus Ost und West vermitteln ein vielschichtiges Bild jener Jahre. Die Texte werden durch Fotos und Dokumente der Autoren bereichert. So entstand ein spannendes und informatives Zeitdokument der jüngeren Geschichte.



#### **Mauer-Passagen**

**Grenzgänge, Fluchten und Reisen 1961-1989, Band 19**  
Taschenbuch-Ausgabe 368 Seiten mit vielen Abbildungen  
Zeitgut Verlag, Berlin  
ISBN: 978-3-86614-171-1, Euro 9,90

Rückfragen beantwortet gern Lydia Beier  
Tel. 030 - 70 20 93 14 • Fax 030 - 70 20 93 22  
E-Mail [lydia.beier@zeitgut.com](mailto:lydia.beier@zeitgut.com) | [www.zeitgut.de](http://www.zeitgut.de)



## Ausflugstipp

### Die Wahnbachtalsperre

#### Talsperren-Rundweg

Der rund 24 Kilometer lange Rundweg führt durch wechselnde Wiesen- und Waldlandschaften sowie Bachtäler, vorbei an kleinen Ortschaften. Auf meist naturbelassenen Wegen genießt der Wanderer an vielen Stellen ungestörte Blicke über die Wahnbachtalsperre. Der ausgewiesene Weg darf allerdings nicht verlassen werden.



Während der Wanderung sind mehrere Auf- und Abstiege zu bewältigen, die gesamte Strecke ist nur von geübten Wanderern zu schaffen. Kleinere Abschnitte eignen sich aber auch für Spaziergänge. Aufgrund des Pfadanteils kann der Weg bei feuchter Witterung sehr rutschig werden. Hier können Teleskopstöcke hilfreich sein. Der Rundwanderweg ist gut ausgeschildert. Zusätzliche Infotafeln an der Strecke informieren über die Talsperre, Fauna und Flora.



Ein guter Start- und Zielpunkt ist der Parkplatz an der Wahnbachtalsperre in Siegburg-Seligenthal. Wer mit öffentlichen Nahverkehrsmitteln anreist, der nimmt die DB/S-Bahn bis Siegburg oder Hennef und fährt dann weiter mit Buslinie 510 bis Seligenthal.

#### Parkmöglichkeiten

Rund um den Staudamm sowie in Siegburg-Seligenthal befinden sich kostenlose Parkplätze.

#### Besichtigungen

Für Gruppen ab 5 Personen bietet der Wahnbachtalsperrenverband Führungen an, bei denen die Trinkwasseraufbereitung von innen besichtigt wird und die Aufbereitung von Trinkwasser hautnah miterlebt werden kann. Die Führungen sind kostenlos. Anmeldung bei Melanie Gödtner unter Telefon 02241 - 128 104.

### Auflösung von Seite 13 „Verdrehte Namen“

- |           |            |            |            |
|-----------|------------|------------|------------|
| 1. Gisela | 2. Martin  | 3. Monika  | 4. Hubert  |
| 5. Sabine | 6. Ludwig  | 7. Britta  | 8. Helmut  |
| 9. Ingrid | 10. Thomas | 11. Birgit | 12. Jochen |

## Schritt für Schritt zu mehr Fitness

Der Weg ist das Ziel. Dieses Zitat des chinesischen Philosophen Konfuzius passt auf kaum eine andere Tätigkeit so gut wie auf das Wandern. Wer sich gemeinsam mit anderen in der Natur bewegt, tut Körper und Geist etwas Gutes. Wandern hält gesund und ist wegen sanfter gelenkschonender Bewegungen besonders empfehlenswert für Senioren. Doch vom Schuhwerk bis zum Proviant gibt es viel zu beachten, um im Tritt zu bleiben.

Wenn sich die Blätter gelb färben und die drückende Hitze der letzten Sommertage vorüber ist, bricht für viele Menschen die ideale Zeit zum Wandern an. Auf Schusters Rappen genießt man bei angenehmen Temperaturen die Natur, die frische Luft und das Gefühl, den hektischen Alltag für eine Weile hinter sich zu lassen. Kaum eine andere Outdooraktivität ist so beliebt. Mehr als 50 Millionen aktive Wanderer gibt es in der Bundesrepublik, meldet der Deutsche Wanderverband. Diese Begeisterung hat Gründe, ist es doch eine Aktivität für jedermann – unabhängig von Alter, Gewicht und körperlicher Fitness.

### Mehr Puste und ein stärkeres Herz

„Prinzipiell kann jeder wandern, der sich dazu in der Lage fühlt. Jegliche chronische oder akute Erkrankung sowie Verletzung sollte jedoch vorab mit dem Arzt besprochen werden“, sagt Professor Ingo Froböse, Leiter des Zentrums für Gesundheit und Sport durch Bewegung an der Deutschen Sporthochschule Köln.

Der schonende, aber konsequente Lauf erhöhe die Pumpleistung des Herzens sowie das Atemvolumen und verbessere dadurch die Sauerstoffversorgung im Körper, so Froböse. Das ist gerade für ältere Menschen ein wichtiger Faktor. Denn mit den Jahren nimmt die Durchblutung ab. Wer häufig zu Fuß unterwegs ist, hält außerdem die Gefäße elastisch. Das Risiko für Arterienverkalkungen sinkt und damit die Gefahr von Herzinfarkten und Schlaganfällen. Gleichzeitig baut Wandern Stress ab und hilft nachweislich sogar gegen Depressionen. Darüber hinaus stärken Wanderer ihre Trittsicherheit und verringern ihr Sturzrisiko.

Regelmäßiges Wandern hat ähnliche gesundheitliche Effekte wie Joggen. Im Gegensatz zum Laufen eignet es sich jedoch auch für stark übergewichtige Menschen, weil es gelenkschonender ist – vorausgesetzt die Strecke ist relativ eben. Der Anteil der Fettverbrennung am gesamten Stoffwechsel ist darüber hinaus mit 40 bis 60 Prozent doppelt so hoch wie beim gewöhnlichen Gehen. All diese gesundheitsfördernden Aspekte haben dazu

geführt, dass Krankenkassen entsprechende Angebote als primärpräventive Maßnahmen anerkannten. Dazu gehört unter anderem das Gesundheitswandern, das Fortbewegung in der Gruppe mit Übungen aus Koordination, Kraft, Ausdauer und Entspannung kombiniert.

### Gute Ausrüstung kommt an

Ob die Tour angenehm und körperschonend wird, hängt vor allem von der Ausrüstung ab. „Dazu gehört natürlich die richtige Fußbekleidung. Feste Wanderschuhe, die nicht drücken, sorgen für einen sicheren Tritt und schützen davor, auf unebenem Grund umzuknicken“, erklärt Jens Kuhr, Pressesprecher des Deutschen Wanderverbandes. Beim Schuhkauf sollten Wanderer etwas Zeit einplanen. Empfehlenswert sei es, Wandersocken mitzunehmen, die auch später bei der Tour getragen werden, so Kuhr. „Die speziell gepolsterten Strümpfe verringern die Blasen- und Druckstellengefahr.“ Die meisten Outdoor-Fachgeschäfte haben schiefe Ebenen, auf denen Bergauf- und Bergabgänge imitiert werden können. Je besser der Schuh getestet wird, desto wahrscheinlicher ist es, dass Käufer später ein uneingeschränktes Wandererlebnis haben. „Wenn der perfekte Schuh schließlich gefunden ist, lohnt es sich, ihn auf kurzen Spaziergängen einzulaufen, ehe es auf eine große Tour geht.“

Zur Wanderausrüstung gehören ebenfalls bequeme Funktionskleidung und ein gut sitzender Rucksack. In letzterem sollten Sonnenhut und -creme sowie ein Erste-Hilfe-Set mit Blasenpflastern verstaut werden. Wanderstöcke sind keine Pflicht, können aber Halt geben und federn bergab das Körpergewicht ab. Wichtig ist laut Jens Kuhr auch der richtige Proviant: „Genügend Wasser oder ungesüßter Früchtetee sollten unbedingt mitgenommen werden.“ Mindestens zwei Liter Flüssigkeit sollte jeder Wanderer am Tag zu sich nehmen. Bei langen Strecken oder an heißen Tagen auch mehr. Gesunde Snacks, die in den Pausen stärken, ohne auf den Magen zu schlagen, gehören dazu: Nüsse, Trockenobst oder Müsli-Riegel.

### Langsam einsteigen

Bei den ersten Touren sollten vor allem unerfahrene Wanderer sich nicht überschätzen. „Eine Strecke von maximal 10 Kilometern ist für jeden gut zu bewältigen. Außerdem sollten Einsteiger zu Beginn eher ebenes Gelände wählen, damit die Trittsicherheit nicht allzu gefordert wird“, rat Professor Ingo Froböse.

„Achten Sie beim Laufen darauf, welcher Geh- und Atemrhythmus angenehm ist, und passen Sie ihr Tempo daran an.“ Bei Temperaturen über 25 Grad kann Wan-

dern in den Sonnenmonaten vor allem für Senioren zur Belastungsprobe werden. „Dann ist es besser, auf Bewegung im Freien zu verzichten oder die Route so anzupassen, dass sie nicht in der prallen Sonne verläuft“, so der Sportmediziner.

In welcher Umgebung man sich bewegen möchte, bleibt Geschmackssache. Wanderrouen in ganz Deutschland inklusive Wegbeschaffenheit können Interessierte auf einer digitalen Karte des Deutschen Wanderverbandes unter [www.wanderbares-deutschland.de](http://www.wanderbares-deutschland.de) finden. Von Rostock bis zum Bodensee ist für jedes Bedürfnis und alle Fitnesslevel etwas dabei. Wer lieber in den Nachbarländern Österreich, Schweiz oder Italien unterwegs ist, findet auf der Website [www.kompass.de](http://www.kompass.de) zahlreiche Tourenvorschläge. Neben der Faszination für Landschaft und Natur ist Wandern auch deshalb attraktiv, weil es in der Gruppe ausgeübt werden kann. Wer zu Fuß unterwegs ist, geht selten allein. „Ob mit Partnern, Familie oder Freunden – gemeinsam macht das Erlebnis besonders viel Spaß. Wandern ist deshalb eine Sportart, die Generationen verbindet“, sagt Jens Kuhr. Nicht zuletzt würde die Aktivität Stress abbauen und Depressionen vorbeugen. Warum Wandern der Königsweg zu innerer Ruhe, Fitness und Gesundheit ist und welche weiteren Aspekte ältere Menschen beachten sollten, darüber informiert auch die Broschüre „Wandern – Bewegung, die gut tut“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Sie ist online unter [www.aelter-werden-in-balance.de](http://www.aelter-werden-in-balance.de) /Materialien abrufbar.

Erfahrung ist Zukunft, Newsletter 10/2016

### Trauergesprächskreis

**Jeden 1. Donnerstag im Monat** findet ein Treffen zur Trauerbegleitung mit Elisabeth Bäsch im **Denkraum, Haufeld 2a, von 15.00 Uhr – 16.30 Uhr** statt.

Diese Treffen bieten die Möglichkeit, Trauergefühle gleichermaßen als universell und doch auch ganz individuell zu erleben. Im Austausch mit Menschen, die sich in ähnlicher Situation befinden, fällt es oft leichter, die eigenen Gefühle zuzulassen. Mit viel Empathie versucht Bäsch stets, mit dem Gesprächskreis eine Brücke zu bilden zurück in das aktive und glückliche Leben.

Die Gruppe ist offen und kostenfrei.

**Anfragen unter der Tel. 02247-900 13 65 oder per E-Mail an [sonare-Baesch@t-online.de](mailto:sonare-Baesch@t-online.de)**

## Jetzt impfen lassen, um die Wintergrippe zu vermeiden

Mit einer echten Grippe ist nicht zu spaßen. Experten empfehlen deshalb insbesondere älteren Menschen und Menschen mit schwachem Immunsystem, sich vor Beginn des Winters gegen Influenza impfen zu lassen.

In Deutschland tritt die „Grippewelle“ in der Regel nach dem Jahreswechsel auf. Bis der Impfschutz vollständig wirkt, dauert es etwa 10 bis 14 Tage. Daher rufen das Robert Koch-Institut (RKI), die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und das Paul-Ehrlich-Institut jetzt gemeinsam dazu auf, sich im Oktober und November impfen zu lassen. Die Gesundheitsexperten weisen gleichzeitig darauf hin, dass aber auch eine spätere Grippeimpfung sinnvoll sein kann – gerade, wenn die Grippewelle noch nicht eingesetzt oder gerade erst begonnen hat.

### Vorbeugen durch Schutzimpfung

Schutzimpfungen gelten als die beste und kostengünstigste Möglichkeit, Infektionskrankheiten vorzubeugen. Jedes Jahr wird die Zusammensetzung des Impfstoffes überprüft. Unter Berücksichtigung der aktuell weltweit zirkulierenden Virustypen werden die Impfstoffe gegebenenfalls verändert. In der Folge muss auch die Schutzimpfung gegen die winterliche Grippe jährlich erneuert werden.

Impfen hilft dabei nicht nur den Einzelnen: Wenn sich viele Menschen impfen lassen, werden mögliche Infektionsketten unterbrochen. Diese Unterbrechung schützt gefährdete Personen, die sich aus diversen Gründen nicht impfen lassen können. Nach Einschätzung von Experten sind die Impfquoten in Deutschland allerdings noch immer zu niedrig.

### Kampagne zur Schließung der Impflücke

Um die sogenannte Impflücke zu schließen, haben BzG A und die RKI Kampagne „Wir kommen der Grippe zuvor“ ins Leben gerufen. Sie soll gleichzeitig das Wissen über die Erkrankung fördern. Auf der Website zur Kampagne finden verschiedene Risikogruppen auf sie zugeschnittene Informationen zum Gripeschutz. So wird zum Beispiel erläutert, weshalb sich Menschen ab 60 Jahren impfen lassen sollten, wie wahrscheinlich Nebenwirkungen sind und was sie persönlich im täglichen Leben tun können, um eine Ansteckung zu vermeiden.

[www.impfen-info.de/grippeimpfung](http://www.impfen-info.de/grippeimpfung)

Quelle: Erfahrung ist Zukunft 11/2016

## Demenz-Sprechstunde

Die nächsten Termine der Demenz-Sprechstunde sind:

**Mittwoch, 11.10.2017**

**Mittwoch, 08.11.2017**

**Mittwoch, 13.12.2017**

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: Elisabeth Bäsch vom Seniorenzentrum Siegburg und die Ärzte der neurologisch-psychiatrischen Praxis in der Siegburger Mühlenstraße 20 sind bemüht, zu medizinischen, pflegerischen oder Umgangsfragen Stellung zu nehmen.

Weitere Informationen können über die Ansprechpartner eingeholt werden:

Neurologisch-psychiatrische Praxis

Dr. Fetinidis, Herr Kelzenberg, Herr Sarkessian,  
Tel. 02241/17950;

Seniorenzentrum Siegburg, Frau Elisabeth Bäsch,  
Tel. 02241/25040 oder auch im Internet unter  
[www.demenzhilfe-siegburg.de](http://www.demenzhilfe-siegburg.de)

Dr. Eckehard Weber, Siegburg

### „Gesprächskreis Niederländisch“

Die Aktiven Senioren der Johanniter bieten **wöchentlich dienstags um 14 Uhr** in ihren Räumlichkeiten in Siegburg, **Humperdinckstr. 44**, einen „Gesprekskring Nederlands“ - nicht nur für Senioren - an.

In gemütlicher Runde möchte die Initiatorin Renate Fritsch den Teilnehmern die Gelegenheit bieten, ihre Niederländisch-Kenntnisse aufzufrischen.

**Weitere Informationen** erhalten Sie bei den Aktiven Senioren Siegburg unter **02241/60931**. Um Anmeldung wird gebeten. Nach Absprache können auch niederländische Bücher ausgeliehen werden.

## iPad-Schulung für Senioren/innen Damit das Skypen mit den Enkeln klappt

Sie haben sich ein iPad/Tablet zugelegt und benötigen eine Einweisung? Sie möchten sich technisch fortbilden, mit dem Trend gehen oder vielleicht auch einfach nur die Möglichkeit haben, kostenlos mit Ihren lieben Angehörigen via E-Mail oder Skype zu kommunizieren? Das **Seniorenzentrum Siegburg** GmbH bietet seit dem 02.01.2017 alle zwei Wochen jeweils **donnerstags von 15 bis 16 Uhr** eine iPad-Schulung für Senioren/innen an.

Wünschenswert wäre der Besitz und die Mitnahme eines eigenen Geräts, da nur begrenzt „Forschungsobjekte“ zur Verfügung gestellt werden können. Anmeldungen bitte telefonisch oder per E-Mail an Martina Schauer unter 02241/2504-1035, [martina.schauer@seniorenzentrum.siegburg.de](mailto:martina.schauer@seniorenzentrum.siegburg.de).

## Senioren-Computerkurs für „Fortgeschrittene Anfänger“

In Siegburg bieten die Johanniter einen neuen Computerkurs für Senioren an. Er richtet sich an die Zielgruppe „Fortgeschrittene Anfänger“.

Die ehrenamtliche Initiative der „Aktiven Senioren“ möchte ältere Menschen mit ersten PC-Grundkenntnissen dabei unterstützen, ihren Computer noch besser kennenzulernen und zu nutzen. Wer zuhause schon einen eigenen Laptop oder Computer benutzt und sich ein wenig zurechtfindet, ist zu diesem Kurs ganz herzlich eingeladen.

Diese regelmäßige Veranstaltung der Johanniter findet **immer montags von 10:30 bis 12:00 Uhr** in geselliger Runde in den Räumlichkeiten der Aktiven Senioren Siegburg, **Humperdinckstraße 44**, statt. **Anmeldung und weitere Informationen bei den Aktiven Senioren unter: 02241 60931.**

## Nach Ablauf - nicht automatisch schlecht

### Mindesthaltbarkeitsdatum von Lebensmitteln

Wenn beim Joghurt aus dem Kühlschrank das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) abgelaufen ist, heißt das noch lange nicht, dass das Milchprodukt schlecht ist und nicht mehr gegessen werden kann. Auch Lebensmittel im Laden, bei denen das MHD überschritten ist, sind häufig noch genießbar und dürfen weiter verkauft werden. Anders ist dies hingegen bei leicht verderblichen Lebensmitteln wie frischem Geflügel und Hackfleisch. Bei diesen Produkten gibt das Verbrauchsdatum (VD) das Endstadium der Haltbarkeit an. Die Verwirrung der Verbraucher ist groß. Das zeigt sich daran, dass viele Lebensmittel nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums nicht im Magen, sondern im Müll landen. „Der beste Schutz vor vorzeitigem Verderb von Lebensmitteln sind ein sorgfältiger Umgang und eine korrekte Lagerung“, betont Martin Wieler, Leiter der Beratungsstelle in Siegburg der Verbraucherzentrale NRW.

Er gibt folgende Hinweise und Tipps:

#### • Was das Mindesthaltbarkeitsdatum bedeutet:

„Mindestens haltbar bis“ – diese Kennzeichnung ist auf fast allen verpackten Lebensmitteln Pflicht. Sie gibt an, bis zu welchem Zeitpunkt das durchgehend richtig gelagerte und ungeöffnete Lebensmittel seine spezifischen Eigenschaften wie Geschmack, Geruch und Nährwert behält. Nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums ist das Lebensmittel nicht automatisch verdorben. Denn: Viele Hersteller wollen auf Nummer sicher gehen und legen ein Mindesthaltbarkeitsdatum weit vor Ablauf fest. Ob Produkte noch genießbar sind, lässt sich nach dem Anbruch meist mit den eigenen Sinnen überprüfen, zum Beispiel durch genaues Hinsehen, Riechen und Probieren.

#### • Wenn das Mindesthaltbarkeitsdatum abgelaufen ist:

Dann dürfen Lebensmittel weiter verkauft werden. Waren mit überschrittenem MHD müssen in den Verkaufsräumen jedoch einwandfrei sein. Ist dies der Fall, liegt in der Regel kein Sachmangel zur Beanstandung vor. Viele Geschäfte bieten Produkte mit überschrittenem MHD mit einem entsprechenden Hinweis zu günstigeren Sonderpreisen an. Das ist aber keine Pflicht.

Anders ist es beim Verbrauchsdatum: Abgepackte, leicht verderbliche Lebensmittel mit der ausdrücklichen Kennzeichnung „zu verbrauchen bis“ dürfen nach Überschreitung des angegebenen Datums nicht mehr verkauft und sollten dann auch nicht mehr verzehrt werden.

#### • Bedeutung der Aufbewahrungsbedingungen:

In bestimmten Fällen findet sich in der Nähe des MHD auch die Angabe von Aufbewahrungs- und Verwendungsbedingungen für das verpackte Lebensmittel. Solche Hinweise wie „kühl und trocken lagern“ oder „vor Wärme und Feuchtigkeit schützen“ sollten unbedingt beachtet werden, um die Haltbarkeit zu gewährleisten. Ganz wichtig ist auch die Einhaltung der Kühlempfehlungen auf den Packungen – zum Beispiel 2 Grad Celsius bei Hackfleisch.

#### • Umgang mit geöffneten Verpackungen:

Auch für angebrochene Lebensmittel, etwa verpackte Fruchtsäfte oder Milch, müssen in bestimmten Fällen Aufbewahrungsbedingungen und der Verzehrzeitraum angegeben werden – durch Hinweise wie „nach dem Öffnen innerhalb von zwei Tagen verzehren“ oder „geöffnet gekühlt drei Tage haltbar“. Angaben wie „trocken und kühl lagern“ bei Keksen und Kaffee oder „trocken und vor Licht geschützt aufbewahren“ bei Brot liefern hingegen keine genauen Empfehlungen. Die Hersteller legen diese Formulierungen unterschiedlich aus – im Zweifelsfall kann nur eine Nachfrage beim jeweiligen Produzenten Klarheit schaffen.

#### • Richtig kühlen:

Im Kühlschrank gibt es unterschiedliche Temperaturzonen. Ganz oben, wo es am wärmsten ist, sollte Selbstgekochtes platziert werden. In die mittleren Fächer gehören Käse und Milchprodukte und auf die untere Glasplatte leicht Verderbliches wie Fleisch und Fisch. Die Boxen unten sind ideal für die Aufbewahrung von kälteverträglichem Obst und Gemüse. Die Türfächer beherbergen Eier, Butter und Getränke.

Mit Fragen zum Mindesthaltbarkeitsdatum und Anliegen rund um Lebensmittel können sich Verbraucher an die Beratungsstellen der Verbraucherzentrale NRW wenden.

[www.verbraucherzentrale.nrw/beratung-vor-ort](http://www.verbraucherzentrale.nrw/beratung-vor-ort)

## Ihre Meinung ist uns wichtig!



Ihnen fehlt etwas Wichtiges in den 65er Nachrichten? Welche Rubrik sollte erweitert, welche Rubrik kann dafür gekürzt werden? Sie haben allgemeine Verbesserungsvorschläge? Sagen Sie es uns!

### Redaktion 65er Nachrichten

Frau Lara Bous  
Nogenter Platz 10  
53721 Siegburg

Tel. 02241 102266

oder per E-Mail: [65er@siegburg.de](mailto:65er@siegburg.de)

## Krankenpflege bei Palliativpatienten

Die Mawis – Care – Zentrale arbeitet seit dem Jahr 2002 im Präventivbereich in der Krankenpflege bei Schlaganfall (Apoplex), Wachkoma sowie anderen Erkrankungen.

Im Präventivbereich arbeiten bedeutet, dass die Patienten rechtzeitig in Pflege gehen, bevor die Erkrankungsformen sich manifestieren können. Beispielsweise kann nach dem Reha-Aufenthalt und mit einem guten Pflegedienst eine Halbseitenlähmung fast wieder aufgehoben werden. Durch gezielte Trainingseinheiten kann bei vielen Patienten die Gehfähigkeit wieder hergestellt werden. Genauso ist es bei Patienten mit der Diagnose Krebs. Viele Patienten geben sich schnell auf. Hier ist es sehr wichtig, die richtigen Netzwerkpartner zu finden sowie die verschiedenen Therapieformen abzuwägen.

Leider kommen Patienten mit dieser Diagnose meist zu spät in die Pflegedienste, und gerade sie brauchen am meisten Hilfe und Unterstützung. Oftmals lassen sie sich davon irritieren, weil sie noch nicht zu alt sind oder nicht pflegebedürftig sein wollen. Häufig geht es hier um eine gezielte Ernährungstherapie, die durch den Stressmetabolismus zu einer Mangelernährung kommen kann. Vor allem Tumorpatienten brauchen Hilfe bei der Ernährung; am besten sollte man mit dem Arzt gemeinsam über die Auswahl der Hilfsmittel sowie eine rechtzeitige pflegerische Versorgung und Beratung sprechen.

Bei Fragen wenden Sie sich an Ihre  
MAWIS – CARE – ZENTRALE  
02242-9180080

## Mehr Fisch auf den Tisch!

Ein- bis zweimal Fisch pro Woche zu essen, empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung in Bonn.

Der Grund: Die darin enthaltenen Fettsäuren können das Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall und Fettstoffwechselstörungen vermindern. Diese Krankheiten treten in Deutschland sehr häufig auf. Die Experten raten zu fettreichen Seefischen wie Lachs, Makrele oder Hering.

Worauf man beim Einkauf achten sollte und wie man Fisch zubereitet, finden Sie unter: [vigo.de/fisch](http://vigo.de/fisch)

## Erhöhen Eier den Cholesterinspiegel und schaden der Gesundheit?

Zum Tag des Cholesterins am 3. Juni 2017, - Deutsche Herzstiftung dazu: „Nicht das Ei alleine.“

Erhöhen Eier den Cholesterinspiegel und schaden so der Gesundheit? Ab wie vielen Eiern pro Woche wird es



bedenklich? Immer wieder erreichen die Deutsche Herzstiftung e.V. (DHS) Fragen wie diese.

Zum Tag des Cholesterins am 3. Juni folgende Antwort der Stiftung: „Wie sich Eier genau auf den Cholesterinspiegel auswirken, lässt sich so allgemein nicht beantworten, weil die Cholesterinaufnahme sehr stark von der übrigen Ernährung und anderen Faktoren abhängt und nicht alleine vom Verzehr von Eiern“, erläutert Rainer Walterscheid, der ehrenamtliche Regionalbeauftragte der DHS hier im Rhein-Sieg-Kreis.

Wie viele Eier dürfen es sein?

In einer spanischen Beobachtungsstudie an einem Kollektiv von 14.185 gesunden Universitätsabsolventen (Zazpe I et al. EJCN 2011) konnte auch in der Gruppe der Personen, die mehr als vier Eier pro Woche konsumierten, kein erhöhtes Herzkreislauf-Risiko gefunden werden. In US-amerikanischen Studien (Djoussé L et al. AJCN 2016) wiederum ergab sich ein Zusammenhang zwischen häufigerem Eierkonsum (mehr als vier Eier pro Woche) und einem erhöhten Risiko für Diabetes; dieser Zusammenhang bestand jedoch nicht für Studien, die außerhalb der USA durchgeführt wurden. „Dies lässt vermuten, dass die gängige und beliebte Zubereitung der Eier in den USA zum Beispiel mit Speck möglicherweise eine größere Rolle spielt als das Ei selber.“

**Nähere Informationen** gibt der 32-seitige Ratgeber „Hohes Cholesterin – was tun?“, der bei Rainer Walterscheid unter **Telefon 02242 8 56 39** angefordert werden kann, am besten **montags bis freitags in der Zeit von 10 - 12 Uhr** oder direkt per Post unter: Rainer Walterscheid/Herzstiftung, Postfach 1347, 53760 Hennef (Stichwort Cholesterin + Diabetes). Es entstehen unterschiedliche Portokosten in Briefmarken für den Versand (zwischen 2,00 + 3,00 EURO)

## Was tun bei Schlafstörungen?

Jeder vierte Deutsche leidet unter Schlafstörungen. Es gibt eine Reihe von Selbsthilfemöglichkeiten, die Ihnen zu einem erholsamen Schlaf helfen können.

Eine sinnvolle Maßnahme, um besser zu schlafen, ist die Einnahme eines Schlaftees. Den Tee zuzubereiten und gemütlich zu trinken, ist wie ein kleines Übergangsritual, das dabei hilft, nach dem Tagwerk zur Ruhe zu kommen und sich auf die Nacht einzustimmen.

Sehr angenehm und einschläffördernd ist auch ein abendliches warmes Fußbad: Füllen Sie eine Plastikwanne mit warmem Wasser und baden Sie die Füße darin 10 bis 15 Minuten. Sie können auch einen Esslöffel Natron oder Backpulver hinzugeben, das entsäuert nach naturheilkundlicher Vorstellung den Körper über die Füße und entlastet den Stoffwechsel (Fußreflexzonen).

Ein Schlafkissen ist ein schönes Geschenk, es riecht gut und verhilft ganz nebenbei zu süßen Träumen. Besonders geeignet sind Schlafkissen für alle, die eigentlich eine kleine Hilfe in den Schlaf brauchen, jedoch für ein Fußbad oder einen Schlaftee zu beschäftigt sind. Für ein Schlafkissen werden zwei Hände voll getrockneter Kräuter – Lavendel und Hopfenzapfen, wer mag auch leicht angestoßene Fenchelsamen oder Kamillenblüten – in ein Leinensäckchen eingenäht. Dieses dann in das Kopfkissen stecken, nach zwei Monaten auswechseln. Achten Sie bei Kamillenblüten auf Apothekenqualität, es kommt leicht zu Verfälschungen.

Und zu guter Letzt: Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Regelmäßige Zeiten beim Zubettgehen helfen dabei, in den Schlaf zu finden. Schaffen Sie Ordnung – im Bett wie im Kopf: Das Bett sollte zum Schlafen da sein. Im Bett sollte nicht gegessen, gearbeitet, gelesen oder ferngesehen werden. Das hilft, unserem Körper und dem Unterbewusstsein zu signalisieren: Jetzt geht's ins Bett, jetzt wird geschlafen! Schaffen Sie ein regelmäßiges kleines Übergangsritual zwischen Tagwerk und Nacht: Schreiben Sie am Abend zum Beispiel Tagebuch, das hilft, die Gedanken zu sortieren und loszulassen.

Quelle: BAGSO-Nachrichten 03/2015

## Angebote der VHS Rhein-Sieg

### Anmeldung und Information:

VHS Rhein-Sieg  
Ringstraße 24, 53721 Siegburg

Telefon 02241/3097-0  
Email: [info@vhs-rhein-sieg.de](mailto:info@vhs-rhein-sieg.de)  
Website: [vhs-rhein-sieg.de](http://vhs-rhein-sieg.de)

### Öffnungszeiten:

Mo - Do 9:00 - 12:30 Uhr, 13:30 - 16:00 Uhr

Fr 9:00 - 12:00 Uhr

### Herbstliche Kränze aus Naturmaterialien

Die Natur leuchtet im Herbst wieder in ihren schönsten Farben. Um ein bisschen davon nach Hause zu holen, fertigen wir Dekoratives aus Naturmaterialien für drinnen und draußen. Ein Kranz gebunden aus Tannenzweigen, Stacheldrahtpflanze, Erika, verschiedenen Früchten, Efeu und Moos, verziert mit Tannenzapfen und Lampionblüten, schmückt Tür und Tisch. Eine Kugel aus Moos und ein Herz aus leuchtend roten Hagebutten eignen sich prima als kleines Mitbringsel. Für Tee, Kaffee und Gebäck ist gesorgt.

**Bitte mitbringen:** Gartenschere, Heißklebepistole, Handschuhe

Kurs Nr. 172-21214

Siegburg, VHS-Studienhaus; UG 0

**So, 15.10.17, 14:00 - 18:00 Uhr**

Gebühr 47,30 EUR (davon sind 18,00 EUR für Material, Kaffee, Tee und Gebäck enthalten)

### Riesling - König der Weißweine

Der Riesling kann angeblich besonders gut das Terroir zum Ausdruck bringen, auf dem er angebaut wurde. Doch kann man den Boden wirklich herauschmecken? Sie verkosten Rieslinge in verschiedenen Qualitätsstufen von zwei Weingütern, die sich darauf spezialisiert haben, das Terroir in ihren Weinen erfahrbar zu machen. Außerdem lüftet die Wein-Expertin Leo Loosen die Geheimnisse des deutschen Weinetiketts. Sie erfahren, was hinter den Bezeichnungen erste Lage, große Lage, Qualitätswein, Prädikatswein und Selection steckt. Leo Loosen ist auf einem Weingut aufgewachsen und bestens vertraut mit der Herstellung und den geschmacklichen Nuancen von Weinen. Gerne beantwortet sie auch Ihre individuellen Fragen.

Kurs Nr. 172-30762

Siegburg, VHS-Studienhaus; Raum 011

**Do, 09.11.17, 18:30 - 21:30 Uhr**

Gebühr 35,10 EUR (davon sind 18,00 EUR für Wein, Weißbrot und Mineralwasser enthalten)

### Das persönliche Fotobuch - auch zum Verschenken

Familienfeste wie die Kommunion oder Konfirmation der Enkelkinder, runde Geburtstage oder Ehe-Jubiläen gehören zu den schönsten Momenten im Leben, die wir gern in Bildern festhalten. Schade nur, dass viele Fotos in der Schublade verstauben. Das geht heute anders: mit Digitalkamera und Computer. Wir lernen, Bilder auf den PC zu übertragen. Die besten Fotos wählen wir aus, alle übrigen können wir löschen. Dann fügen wir Überschriften und kleine Texte ein und erstellen so ein persönliches Fotobuch. Mario Weber leitet seit mehreren Semestern Computerkurse an der VHS Rhein-Sieg. Das Lerntempo gleicht er den persönlichen Bedürfnissen an. Er geht geduldig auf alle Fragen ein und erklärt für jeden verständlich.

**Bitte mitbringen:** eigene Fotos auf Speicherkarte, CD oder USB-Stick

**Vorkenntnisse:** Programme starten und Dateien speichern und wiederfinden

Kurs Nr. 172-50113

Siegburg, VHS-Studienhaus; Raum 017

**Fr, 10.11.17, 13:00 - 18:00 Uhr**

Gebühr 33,00 EUR

### Kundalini Yoga

#### Für Anfänger und Fortgeschrittene

Diese traditionelle Yogaform ist eine intensive Körper- und Energiearbeit. Ab der ersten Stunde spüren Sie die Wirkung: Sie atmen tiefer, fühlen sich ruhiger und Kraft kehrt zurück. Beim Kundalini Yoga sprechen und singen Sie während der Kursstunde Mantras, damit Körper, Geist und Seele in harmonische Übereinkunft kommen. Jede Yogastunde wird durch eine Meditation abgerundet.

**Bitte mitbringen:** eine Decke, bequeme Kleidung, Mineralwasser; zusätzlich eine Matte für alle Kurse außer in Siegburg

Kurs-Nr. 72-30131F

Siegburg, VHS-Studienhaus; Raum 004

**Do, ab 05.10.17, 20:15 - 21:45 Uhr**

Gebühr: 60,00 EUR



## Angebote des DRK Familienbildungswerk

### Anmeldung und Information:

DRK Familienbildungswerk,  
Kreisverband Rhein-Sieg e.V.  
Zeughausstraße 3, 53721 Siegburg

Telefon: 02241 / 5969 842

Email: familienbildung@drk-rhein-sieg.de

Website: www.drk-familienbildung.de

### Öffnungszeiten:

Mo - Fr 9:00 - 13:00 Uhr,

Di + Do 14:00 - 16:00 Uhr

### **Tanz mit bleib fit!**

Einfach tanzen und Freude an der Bewegung haben. Wir tanzen Kreis-, Reihen- und Blocktänze nach klassischer und neuerer Folkloremusik, Rounds und vieles mehr - lustig, fröhlich aber, auch besinnlich. Die Tänze werden anschaulich in froher, unbeschwerter Runde vermittelt. Dieser Kurs richtet sich an Tanzbegeisterte der Altersgruppe 50+

**Kursdauer: 22.08.-19.12.2017 von 15:00-16:30 Uhr**  
Gebühr: 67,50 EUR

### **Beckenbodengymnastik**

Lernen Sie Ihren Beckenboden kennen! Über gezielte Wahrnehmungs-, Atmungs- und Bewegungsübungen lernen Sie, Ihren Beckenboden zu spüren und gezielt anzuspannen. Kräftigungsübungen für den Beckenboden und die umgebende Muskulatur (Bauch, Rücken, Hüfte) sowie Alltagstipps für ein beckenbodenschonendes Verhalten gehören ebenso zum Kursinhalt wie Informationen zu Funktion und Anatomie des Beckenbodens. Da die gesamte Körpermitte angesprochen wird, können die Übungen auch bei Rückenbeschwerden hilfreich sein und die Haltung verbessern.

**Kursdauer: 01.09.-20.10.2017 von 09:45-10:45 Uhr**  
Gebühr: 30,00 EUR

**Kursdauer: 10.11.-22.12.2017 von 09:45-10:45 Uhr**  
Gebühr: 26,25 EUR

### **Bewegung hält fit!**

Jeder ist so jung, wie er sich fühlt. Leichte Bewegung ist das beste Mittel, sich jung und gesund zu halten. Also -machen Sie mit! Halten Sie sich fit! Auch wenn Sie nicht mehr zu den Jüngsten gehören, muss das kein Grund sein, körperlich abzuschalten. Tun Sie etwas für Ihre Gesundheit und knüpfen Sie gleichzeitig neue Kontakte.

**Kursdauer: 29.08.-19.12.2017 von 08:30-09:30 Uhr**  
**Kursdauer: 29.08.-19.12.2017 von 09:45-10:45 Uhr**  
**Kursdauer: 29.08.-19.12.2017 von 11:00-12:00 Uhr**  
Gebühr jeweils: 39,20 EUR

### **Feldenkrais**

In der von Dr. Moshé Feldenkrais entwickelten Methode führt aufmerksame Wahrnehmung alltäglicher Bewegungen zu einem organischen Lernprozess, der eine nachhaltige Verbesserung all unserer natürlichen, körperlichen, emotionalen und geistigen Funktion bewirkt. Unabhängig von Alter und Gesundheitszustand können alle Menschen dabei ihre individuelle Flexibilität und Stabilität in Bewegung, Empfinden und Denken erfahren und neue, bessere Möglichkeiten des Handelns entdecken. Einseitige und unökonomische Gewohnheiten führen häufig zu Verspannungen und in der Folge zu chronischen Schmerzen und Schäden. Durch sanfte, bewusst ausgeführte Bewegungen entwickeln sich neue Alternativen für Haltung, Bewegung und ein neues, positives Körperbild. Die Verbesserung der Bewegungsqualität erfolgt nicht über mehr Anstrengung, sondern nutzt die Fähigkeit des Nervensystems, neue Muster bilden zu können. Kraft wird effektiver eingesetzt. Wir erreichen eine größere körperliche und geistige Flexibilität, Leichtigkeit und ein gesteigertes Wohlbefinden. **Bitte mitbringen:** bequeme, warme Kleidung und eine Decke

**Kursdauer: 05.09.-28.11.2017 von 18:00-19:30 Uhr**  
Gebühr: 70,00 EUR

### **Haltung und Balance**

Beweglichkeit, Stabilität und ein gutes Gleichgewicht sind wichtige Voraussetzungen, um eine aufrechte, gesunde Körperhaltung einnehmen zu können. Durch eine aufrechte Körperhaltung werden Gelenke, Bänder und Bandscheiben entlastet, was Wirbelsäulenbeschwerden entgegenwirkt. Zu diesem Kurs gehören Wahrnehmungsübungen, die das eigene Körpergefühl stärken, ebenso wie gezielte Kräftigungs- und Dehnübungen für die Wirbelsäule, Hüft- und Schultergelenke. Auch unsere Füße kommen nicht zu kurz, denn sie tragen uns durch unser ganzes Leben und wir benötigen sie, um im Gleichgewicht zu bleiben. Der Kurs richtet sich an Frauen und Männer jeder Altersgruppe.

**Bitte mitbringen:** Handtuch oder Decke, rutschfeste Socken, ggf. ein Kissen.

**Kursdauer: 01.09.-20.10.2017 von 08:30-09:30 Uhr**  
Gebühr: 30,00 EUR

**Kursdauer: 10.11.-22.12.2017 von 08:30-09:30 Uhr**  
Gebühr: 26,25 EUR

Einige Kurse haben schon im August/September begonnen und finden durchgehend bis Dezember statt. Bei diesen Kursen besteht die Möglichkeit jederzeit mit einzusteigen. Die Kursgebühr verringert sich dann abzüglich der bereits stattgefundenen Termine.

## Stadtmuseum gestaltet die Abteilung zur Geschichte des Klosters völlig neu

Freier Eintritt zur Neueröffnung am 1. Oktober 2017

Unter großer Anteilnahme und Bestürzung wurde in Siegburg die Entscheidung der Benediktiner aufgenommen, das Kloster 2011 zu schließen. Eine fast 1000-jährige Tradition, nur unterbrochen zwischen 1803 bis 1914, ging zu Ende. Damit verbunden war die Schließung des Abteimuseums im Turm der Klosterkirche, das die Geschichte der Abtei erzählte. Es drohte eine Lücke im Stadtgedächtnis, die das Stadtmuseum zum Handeln zwang. Hatte es in der Dauerausstellung bisher seinen Fokus auf die Gründung und Blütezeit der Abtei gelegt, sollte jetzt die ganze Geschichte des für Siegburg so bedeutenden Berges und seiner Bewohner für Einheimische wie Besucher erzählt werden. Die Kulturpolitiker der Stadt unterstützten das Vorhaben, und so kann zum Oktober 2017 die Abteilung zur Geschichte des Michaelsberges in neuem Gewand eröffnet werden.



Bild: Die alte Gestaltung der Abteilung

Im Museum ist seit der Eröffnung im Jahr 1990 der Fokus auf die Gründungs- und Blütezeit der Abtei gelegt worden. Die Epoche, in der die Siegburger Abtei Bedeutung weit über die Stadtgrenzen hinaus erlangte. Die Zeit der zivilen und militärischen Nutzung sowie die Wiederbesiedlung der Abtei ab 1914 wurde im Abteimuseum erzählt. Die Neukonzeption im Stadtmuseum versucht nun den Bogen zu schlagen - von 1064 bis zum heutigen Tage - und erzählt die Geschichte der Abtei und ihrer Gebäuden, die so sehr zum Wahrzeichen der Stadt Siegburg geworden sind. Natürlich kann dies nur mit Themenschwerpunkten erfolgen. Es ist nie möglich, die „ganze Geschichte“ zu erzählen.

Bild:  
„Der Letzte macht  
das Licht aus.“ Die  
leere Abteilung wird  
nur noch vom Was-  
serspeier bewacht.



Der rote Faden der neuen Darstellung wird die Wechselwirkung von Abtei und Stadt sein. Aus einer Siedlung am Fuße von Annos Neugründung wird Siegburg in der frühen Neuzeit zu einer selbstbewussten Stadt mit erfolgreichen Handwerkern und Kaufleuten, bevor es in einen Dornröschenschlaf versinkt, um im 19. Jahrhundert zu der Stadt heranzuwachsen, die es heute ist. Der Abt der Siegburger Abtei wird vom reichsunmittelbaren Landesherrn, zu dem ihn König und Erzbischof dank der ihm verliehenen umfangreichen Rechte gemacht hatten, in der Moderne zu einer wichtigen, wenn auch „machtlosen“ Person des öffentlichen Lebens in Siegburg.

In den Blick genommen wird neu auch die Zeit zwischen 1803 und 1914 nach der Aufhebung der Abtei durch die französischen Revolutionstruppen. Staatliche Einrichtungen prägten in dieser Zeit das Leben auf dem Berg: Mit der „Ersten Rheinischen Irrenheilanstalt“ unter Leitung von Maximilian Jacobi geht Siegburg in die Medizin-Geschichte ein.

Bei der Neugestaltung hat das Museumsteam mit einem Gestaltungsbüro aus Münster zusammengearbeitet. Die Objekte werden nach modernen Gestaltungsprinzipien gezeigt und durch zwei Medienstationen ergänzt, die den Besuchern eine individuelle Vertiefung der Inhalte ermöglicht. Man darf gespannt sein!

Das Projekt wurde ermöglicht mit Unterstützung durch den Landschaftsverband Rheinland (LVR), die VR-Bank Rhein-Sieg eG und den Verein der Freunde des Stadtmuseums.

## Tanzen, Singen, Italien – der Herbst in der Rhein-Sieg-Halle

Mit italienischer Lebensfreude bringt **Umberto Tozzi** mitten im November noch einmal den Sommer zurück (**9. November**). Und noch ein Italiener sorgt für im



November für gute Laune: **Konrad Beikircher**, der in Südtirol geborene Rheinländer, macht sich Gedanken über das neue Altwerden („Sie wissen schon: Lang leben wollen alle, nur alt werden will keiner“) mit Kreuzfahrten, Krankenhaus und anderen Urlaubsorten (**26. November**).

Einen außergewöhnlichen schwungvollen Nachmittag bietet das **Senioren-Tanz-Café (17. Oktober und 5. Dezember)**, bei dem Sigggi Klein und Sonja Rieske bereits zum 13. und 14. Mal dazu einladen, in geselliger Runde das Tanzbein zu schwingen.

**8. Siegburger Boogie & Jazz Night, (28. Oktober 2017)** Mit dabei sind wie in den vergangenen 7 Jahren: Moritz Schlömer: der Jazz-Schlagzeuger aus Arnheim, der auch Piano spielt; Ole Krautkrämer: Sänger, Gitarrist, Bassist und Stefan Ulbricht: Pianist, Veranstalter, Organisator und Garant für eine erstklassige Veranstaltung.



Alle Veranstaltungen finden in der Rhein-Sieg-Halle statt. Der Eintritt zum Senioren-Tanz-Café ist frei, um telefonische Voranmeldung unter (0 22 41) 102 – 7410 wird gebeten.

**Eintrittskarten für alle weiteren Veranstaltungen in der Rhein-Sieg-Halle erhalten Sie im Stadtmuseum sowie in der Tourist Information am ICE-Bahnhof.**

## „Erhebet das Glas!“ Chorgemeinschaft GERMANIA Siegburg wird 125 Jahre alt

Mit einem großen Jubiläumskonzert in der Rhein-Sieg-Halle (mit dem Titel „Erhebet das Glas!“) feiert die GERMANIA am **15. Oktober 2017 um 17.00 Uhr** ihren 125. Geburtstag.



Mitwirkende sind neben dem „Geburtstagskind“ und der neugegründeten GERMANIA-Swingphonie die „Junge Symphonie Siegburg“ (das Orchester der Engelbert-Humperdinck-Musikschule) unter Leitung von Ulrike Ubber. Verstärkt werden die drei Ensembles von der Sopranistin Barbara Felicitas Marin sowie dem Bass Timm de Jong. Begleiter am Flügel ist Prof. Karl Josef Görgen. Alle drei haben sich in Siegburg im Rahmen der Konzertreihe „Junge Stimmen“ einen Namen gemacht. Die Gesamtleitung dieses außergewöhnlichen Konzertes, das inhaltlich einen breiten Rahmen von gern gehörten Opernchören und -arien bis hin zu modernen Filmmusiken umspannt, liegt in den bewährten Händen von Musikdirektor Stefan Wurm.

**Eintrittskarten zum Preis von 24, 19, und 18 €** sind erhältlich im Stadtmuseum Siegburg, bei den Sängern der beiden Chöre sowie über das Kartentelefon der GERMANIA (02241-202130, Leinen, bzw. 02241-63129, Faber).

Eingereicht von Hans Bargon, Siegburg

# Veranstaltungskalender

# Oktober bis Dezember

MI 27. September 19.30 Uhr	„Ein feste Burg ist unser Gott“: Luther, Bach, Mendelssohn, Vortrag mit Musikbeispielen von C. Ueber, Ort: Ev. Friedenskirche Sgb.-Kaldau- en, Friedensstraße 13
FR 29. September 19.30 Uhr	<b>Duoabend Harfe/Klavier</b> , Werke von F. Ries, F. Hope u.a. Ort: Musik- werkstatt, Zeughausstr. 5
SA 30. September 19.30 Uhr	<b>Aulos-Flötenquartett</b> , Eintritt 7 €, ermäßigt 5 €, Ort: Musikwerkstatt, Zeughausstr. 5
SO 1. Oktober 10.30 - 18 Uhr	<b>Antikmarkt</b> , Marktplatz
SO 1. Oktober 11 Uhr	<b>Weltliteratur im Pumpwerk</b> , Barba- ra Teuber liest „Maria dos Prazeres“, Ort: Bonner Str. 65
MO 2. Oktober 19.30 Uhr	<b>Poetry Slam Spezial</b> , Ort: Stadtmuseum, Markt 46
DI 3. Oktober 18 Uhr	<b>Jazz zum Tag der Deutschen Ein- heit</b> , Stephan Langenberg & Ensem- ble, Ort: Stadtmuseum im Kulturhaus, Markt 46
FR 6. Oktober 16 Uhr	<b>Das kleine Gespenst - Tohuwobu auf Schloss Eulenstein</b> , Bilderbuch- kino, Ort: Stadtbibliothek im Kultur- haus, Markt 46
SA 7. Oktober 19.30 Uhr	<b>Baroque in Blue</b> , Werke von Claude Bolling, Eintritt 7 €, ermäßigt 5 €, Ort: Musikwerkstatt, Zeughausstr. 5
SA 7. Oktober 20 Uhr	<b>Resonanzen, 4. Konzert „Ab- schied“</b> , Ort: Stadtmuseum im Kul- turhaus, Markt 46
MO 9. Oktober 17.30 - 21.45 Uhr	<b>Jüdische Gerichte und Geschich- ten</b> , Teilnehmergebühr: 55,70 € (Im Entgelt sind 18,50 € für Lebensmittel u. Getränke enthalten) Anmeldung unter: Tel. 3097-15, Ort: VHS-Studi- enhaus, Humperdinckstr. 27
MI 11. Oktober 18 Uhr	„ <b>Schulerschmerzen ade</b> “, Referent: Dr. Christian Schulte, im Konferenz- raum (EG) des Helios Klinikums Siegburg, Ringstr. 49
DO 12. Oktober 19.30 Uhr	<b>Lieder zum Vergehen</b> , von M. Mori, R. & B. Brings Eintritt 10 €, Ort: Stadtmuseum, Markt 46
SA 14. Oktober 19.30 Uhr	<b>Gitarrenkonzert mit Roberto Moya</b> , „25 Jahre im Stadtmuseum - Jubilä- umskonzert“, Ort: Markt 46

SO 15. Oktober 11 Uhr	<b>DTKV-Manuskriptarchiv</b> , Eintritt: 7 €, ermäßigt 5 €, Ort: Musikwerkstatt, Zeughausstr. 5
SO 15. Oktober 14.30 Uhr	„ <b>Welchen Grabstein hätten Sie gern?</b> “ Führung über den Friedhof, Ort: Eingang Nordfriedhof
DI 17. Oktober 14 Uhr	<b>13. Seniorentanzcafé</b> , Einlass 13 Uhr, Anmeldung unter 102 7410, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
MI 18. Oktober 17.30 Uhr	<b>Aktionstag „Leben mit Krebs“</b> , Ort: Stadtmuseum, Markt 46
DO 19. Oktober 18.30 Uhr	„ <b>Das Siegburger Fenster</b> “, 260. Siegburger Museumsgespräch Ort: Stadtmuseum im Kulturhaus
MI 25. Oktober 18 Uhr	„ <b>Proktologische Untersuchung - Hemmschwellen überwinden, beschwerdefrei leben</b> “, Referent: Frank Strohm, im Konferenzraum (EG) des Helios Klinikums Siegburg, Ringstr. 49
SA 28. Oktober 16 Uhr	„ <b>Mausekuss für Bär</b> “, Theater in der Stadtbibliothek im Kulturhaus, Markt 46
SA 28. Oktober 20 Uhr	<b>8. Siegburger Boggie &amp; Jazz Night</b> , präsentiert von Stephan Ulbricht, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
ab DO 2. November	<b>Siegburger Literaturwochen</b> , Ort: Stadtmuseum, Markt 46
DO 2. November 19.30 Uhr	<b>Philosophie im Pumpwerk</b> , mit Rüdiger Kaun, Ort: Bonner Str. 65
SO 5. November 11 Uhr	<b>Weltliteratur im Pumpwerk</b> , „Die Maske des Roten Todes“ und „Metz- engerstein“, Ort: Bonner Str. 65
MI 8. November 18 Uhr	„ <b>Minimalinvasive Operationstech- niken in der Bypasschirurgie des Herzens</b> “, Referent: Dr. Sami Sirat, im Konferenzraum (EG) des Helios Klinikums Siegburg, Ringstr. 49
DO 9. November 20 Uhr	<b>Umberto Tozzi</b> , Live 2017, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
FR 10. November 19 Uhr	<b>Mascha Kaléko - „...sie sprechen von mir nur leise.“</b> Eintritt: 10 €, ermäßigt 8 €, Karten sind im Kreis- archiv erhältlich (Tel. 1329-28), Ort: Gemeindehaus der Auferstehungs- kirche, Annostr. 14

## Oktober bis Dezember

FR 10. November 19.30 Uhr	Klingendes Pumpwerk, Ort: Bonner Str. 65
SO 12. November 19.00 Uhr	„Lämang“, Kölner Ausdruckstheater, präsentiert Geschichten vom Leben und Tod, Eintritt 8 €, Ort: Raum der Stille, Alte Lohmarer Str. 8d
DI 14. November 19.30 Uhr	Ein Sturzbecher aus dem Stadtmuseum-Siegburger Keramik, Ort: Stadtmuseum Markt 46
FR 17. November 20 Uhr	Johann König „Milchbrötchenrechnung“, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
SA 18. November 20 Uhr	Wilfried Schmickler, „Das Letzte“, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
ab SO 19. November	Weihnachtsmarkt am Kaufhof
ab SO 19. November	Van Look - Retrospektive (1923-2007), Eröffnung: 19. Nov., 11.30 Uhr, Ort: Stadtmuseum, Markt 46
MI 22. November 18 Uhr	„Asthma bronchiale - Symptome erkennen“, Referentin: Dr. Imogen Scheef, im Konferenzraum (EG) des Helios Klinikums Siegburg, Ringstr. 49
FR 24. November 20 Uhr	Marco Tschirpke - Frühling, Sommer, Herbst und Günther, Ort: Stadtmuseum im Kulturhaus, Markt 46
SA 25. November 15 Uhr	Pinocchio - das Musical, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
ab SA 25. November	Mittelalterlicher Markt zur Weihnachtszeit
SO 26. November 19 Uhr	Konrad Beikircher, „Passt schon!“, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
MI 29. November 19 Uhr	Ohne mit und aber. Wie und warum jüdisches Leben wieder deutsch sein kann. Eintritt: 10 €, ermäßigt 8 €, Karten sind im Vorverkauf im Kreisarchiv erhältlich (Tel. 1329-28), Ort: Stadtmuseum Aula, Markt 46
SA 2. Dezember 19.30 Uhr	Höhner, „Weihnachten 2017“, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
SO 3. Dezember 11 Uhr	Weltliteratur im Pumpwerk, Barbara Teuber liest „Gustav Adolfs Page“, Ort: Bonner Str. 65

## Veranstaltungskalender

SO 3. Dezember 14.30 Uhr	Menschen, Gräber und ihre Geschichten - Führung über den Friedhof, Ort: Eingang Nordfriedhof
DI 5. Dezember 14 Uhr	14. Seniorentanzcafé, Einlass 13 Uhr, Anmeldung unter 102 7410, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
MI 6. Dezember 18 Uhr	„Verengung der Halsschlagader - das häufig unentdeckte Schlaganfallrisiko“, Referenten: Markus Lippe u. Dr. Alexander Treusch, im Konferenzraum (EG) des Helios Klinikums Siegburg, Ringstr. 49
DO 7. Dezember 20 Uhr	Maybebop, „Weihnachtsprogramm für euch“, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
SO 10. Dezember 15.30 Uhr	„Weltgedenktag verstorbener Kinder“, mit Texten und Musik, Ort: Trauerhalle Nordfriedhof
DI 12. Dezember 20 Uhr	Torsten Sträter „Es ist nie zu spät, unpünktlich zu sein“, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
MI 13. Dezember 18 Uhr	„Erkrankung der Aortenklappe und deren interventionelle Behandlung“, Referent: Dr. Christian Degenhart, im Konferenzraum (EG) des Helios Klinikums Siegburg, Ringstr. 49
DO 14. Dezember 19.30 Uhr	„Mutanfall Part 15“, Poetry Slam, Ort: Stadtmuseum, Markt 46
FR 15. Dezember 20 Uhr	Resonanzen, 5. Konzert „Waldszenen“, Ort: Stadtmuseum im Kulturhaus, Markt 46
MI 20. Dezember 19 Uhr	Weihnachtskonzert der Musikschule, Ort: Stadtmuseum, Markt 46
FR 22. Dezember 19.30 Uhr	Baroque in-Blue Weihnachtskonzert, mit Gebäck u. Glühwein, Eintritt 12 €, Ort: Stadtmuseum, Markt 46
SA 23. Dezember 19 Uhr	Der Nussknacker, Russisches Klassisches Staatsballett, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1
SO 31. Dezember 19 Uhr	Springmaus Improvisationstheater, Silvester Special, Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1

# Besinnliches

---

## Ein Gedicht, das Mut machen soll

### Die Lebensuhr

Die Uhr des Lebens geht schnell weiter,  
drum sollst Du stets froh sein und heiter.

Jeden Tag wenigstens einmal lachen,  
Dir und andern damit Freude machen.

Den Griesgram sollst Du verjagen,  
lieber ein nettes Wort jemandem sagen,  
nicht streiten, sondern klug sein, schweigen beizeiten.

Sei nicht geizig, verschenk mal was,  
das macht Dir und andern Spaß.

Bist du mal krank, sei niemals verzagt,  
es wird auch nicht besser, wenn man klagt.

Auch sollst Du andern Hilfe geben,  
denn es ist ja so kurz das Leben.

Bist Du betrübt, Dir ist zum Weinen zumut,  
morgen scheint die Sonne, dann ist alles wieder gut.

Sei nicht traurig! Sing ein Lied,  
so gibst Du auch andern frohe Laune mit.

Wenn gar nichts mehr hilft, sprich ein Gebet.  
Du wirst staunen. Wie gut es mit Gottes Hilfe geht.

Jede Stunde, die sie zeigt, Deine Uhr,  
sei zufrieden, das macht Dich glücklich nur.

Wenn Deine Uhr dann man langsam geht,  
wundere Dich nicht, denn es ist ja schon spät.

Und wenn Du so glücklich durchs Leben kannst gehen,  
dann wirst Du sagen: „Gott, ist die Welt so schön.“

Steht Deine Uhr dann einmal still,  
schick Dich rein, es ist Gottes Wille.

Wenn wir alle so leben, ihr Lieben,  
habe ich das Gedicht nicht umsonst geschrieben.

Bleibt froh ihr Lieben auch weiterhin!

Verfasser: Franz Boltersdorf  
Eingereicht von Jürgen Kraheck, Siegburg

## Verbindung

Alles getan für heut.  
Haben nun Zeit.  
Der Tag schon fast vorbei.  
Wir zwei  
mit uns und für uns allein.  
Gedanken stellen sich ein:  
Reflexion des „schon Vergangenen“.  
Noch einmal nachvollziehend das Heut,  
gehen Worte hin zu Dir  
und Du antwortest mir.  
Guten Gespräches Glück –  
Unbewältigtes bleibt nicht zurück.

Da ist plötzlich eine Assoziation  
und, weitersprechend merke ich schon,  
drang ein Wort in Dich,  
ganz ohne Absicht,  
traf und verletzte ich  
schon vernarbte Wunden.  
Nur einen Sekundenbruchteil empfunden,  
da geht die Rede schon weiter.  
Unmerklich, nach wie vor heiter,  
Lächeln auf Deinem Gesicht.  
Äußerlich merkt man nicht  
der Verstimmung Grau.

Eine Zeitspanne vergangen,  
der Abend schon angefangen,  
da weiß ich genau:  
Blieb etwas zurück.  
Nicht mehr vollkommen das Glück.  
Und ich sage es Dir.  
Zaghaft erst, stimmst Du mir  
schließlich zu.

Schwingt von Dir zu mir  
und wieder zurück  
(gemeinsamer Liebe Glück)  
unbewusst unser Empfinden.  
Tausend Antennen verbinden  
uns und senden uns Nachricht zu:  
Untrennbare Bindung vom ich zum Du.

Haben, gemeinsam nachdenkend, erkannt:  
Fülle an Glück.  
Und Verstimmung verschwand.

Eingereicht von Wolfgang Prietsch, Berlin

## Die Glocken von Köln!

Keine Stadt hat so viele imposante Kirchen wie Köln.  
Die Glocken der Kölner Kirchen sprechen miteinander.

Frühmorgens auf der Domplatte kann man das erleben.

Zuerst hört man die Pretiosa Glocke aus dem  
– Kölner Dom –, die den Tag einläutet:  
„Guten Morgen, guten Morgen, guten Morgen.“

Kurz nachdem der große – Kölner Dom – den Tag eingeläutet hat, meldet sich aus – Maria im Kapitol – neugierig eine laute Glocke mit der Frage?  
„Wat jit et Neues? Wat jit et Neues?“

Die Antwort lässt nicht lange auf sich warten.  
Ganz aufgeregt hört man das kleine Glöckchen aus der alten Schifffahrtskirche am Rhein – Maria Lyskirchen –  
„Kind jeboore, Kind jeboore!“

Und schon kommt die nächste Frage. Diesmal aus dem Martinsviertel von der großen, bedächtigen Glocke von – Groß St. Martin –, die dann ebenfalls neugierig fragt:  
„Von wem denn, von wem denn?“

Und die Glocken von – Maria im Kapitol – scheinen bestens informiert zu sein. Man hört die schwere Glocke der – Zint Märjen Rep. Kirche – rufen:  
„vom Dompropst, vom Dompropst.“

Voll Entsetzen hört man aus dem kleinen Kapellchen von – Maria Ablass – in der Stolkasse aufgeregt das kleine Glöckchen: „Oh jömech, oh jott, oh jott.“

Weit ins Land hinein schallend meldet sich laut, tief und imposant der Decke Pitter aus dem – Kölner Dom – zu Wort: „Schwamm drüvver, Schwamm drüvver!“

Das letzte Wort muss dann allerdings das klitze kleine Kapellchen von – Maria Ablass – haben.  
„Ävver schön wor et doch! Ävver schön wor et doch!“

Eingereicht von Werner Astor, Siegburg

## Herbst

Schon ins Land der Pyramiden  
flohn die Störche übers Meer;  
Schwalbenflug ist längst geschieden,  
und die Sonne scheint nicht mehr.

Seufzend in geheimer Klage  
streift der Wind das letzte Grün;  
und die süßen Sommertage,  
ach, sie sind dahin, dahin!

Nebel hat den Wald verschlungen,  
der Dein stilles Glück gesehn;  
Ganz in Duft und Dämmerungen  
will die schöne Welt vergehn.

Nur noch einmal bricht die Sonne,  
unaufhaltsam durch den Duft,  
und ein Strahl der alten Wonne  
rieselt über Tal und Kluft.

Und es leuchten Wald und Heide,  
dass man sicher glauben mag:  
Hinter allem Winterleide  
liegt ein ferner Frühlingstag.

Eingereicht von Heinz Elfgen, Siegburg

## Der Kleiber - ein Standvogel

Der Hamster in der Vogelwelt,  
der Wintervorrat sammelt,  
das ist der Kleiber, er bestellt  
sein Haus, eh' Eis verrammelt  
den Boden. Kleiber stört das nicht,  
sie haben Vorrat sicherlich.

Vom Überfluß hat er versteckt  
im Herbst an vielen Stellen;  
Wie er ihn nach und nach entdeckt,  
wird niemand er erzählen!  
Am Futterhäuschen nascht er auch,  
der Blaue mit rotgelbem Bauch.

Eingereicht von Gertud Knobloch, Berg/ Starnberg

## Das Lied der Vögel



*Wir Vögel haben's wahrlich gut,  
wir fliegen, hüpfen, singen.  
Wir singen frisch und wohlgenut,  
dass Wald und Feld erklingen.*

*Wir sind gesund und sorgenfrei  
und finden, was uns schmecket;  
wohin wir fliegen, wo's auch sei,  
ist unser Tisch gedeckert.*

*Ist unser Tagewerk vollbracht,  
dann zieh'n wir in die Bäume.  
Wir ruhen still und sanft die Nacht  
und haben süße Träume.*

*Und weckt uns früh der Sonnenschein,  
dann schwingen wir's Gefieder.  
Wir fliegen in die Welt hinein  
und singen unsre Lieder.*

Verfasser August Heinrich Hoffmann von Fallersleben  
Eingereicht von Heinz Neumann, Siegburg

## Stroh macht froh

*Endlos gebleichte Morgen  
am weiten Himmel hangen,  
seit Tagen wird das Stroh geborgen  
mit heißen Händen, glüh'nden Wangen.*

*Auf dem schwanken Wagen  
steh' ich auf gold'nem Grund,  
um mich ein schweigendes Betragen  
im Gold der Mittagsstund'.*

*Die Menschen liegen sanft im Gras,  
ich balge mit Gewichten,  
gerade Fur, gerades Maß  
der aufgetürmten Schichten.*

*Zerkratzt sind Arme und die Waden  
von tausend Ballen Stroh,  
die Hänger akkurat geladen:  
darüber bin ich froh.*

Eingereicht von Sigrid Weisweiler, St. Augustin

## Tanze

*Das Leben ist kurz.*

*Breche die Regeln.*

*Vergebe Schnell.*

*Küsse lang und intensiv.*

*Liebe ehrlich.*

*Lache unkontrolliert.*

*Und bedaure nie etwas,  
was Dich zum Lächeln gebracht hat.*

Eingereicht von Jürgen Kraheck, Siegburg



## Herbstrosen

Letzte Rosen – eine Wonne –  
blüh'n noch in des Herbstes Sonne,  
wenn schon Hagebutten glänzen,  
sie geschwisterlich umkränzen,  
und als Früchte aus dem Garten  
auf der Vögel Ernten warten.

Letzte Rosen duften herrlich,  
und man schnuppert dran begehrllich.  
Fein als Krone aller Düfte,  
zauberhaft durchziehts die Lüfte.  
Doch wo letzte Rosen stehen,  
liegt ein Hauch schon von Vergehen.

Eingereicht von Gertrud Knobloch, Starnberg / Berg

## Regen (1967)

Siehst Du all die Regentropfen,  
die da fall'n auf unsere Erd'?  
Wie sie an die Scheibe klopfen  
und benetzen diese Welt?

O, ihr wunderschönen Perlen,  
die ihr unentbehrlich seid.  
Die ihr gleicht den tausend Sternen  
in der Pracht und Herrlichkeit

Du, das Wunder dieser Erde,  
das uns immer Leben schenkt.  
Bleib nicht weg mit deiner Herde,  
schau, denn meine Blume welkt.

Lass den Regen ruhig prasseln,  
auch wenn er schon länger fällt.  
Ja, erlaube Dir das Lassen,  
denn wertvoll ist er dieser Welt.

Eingereicht von Stefanie Stadthagen, Siegburg

## Die Bäume!

Wir in unserem Land haben Glück mit Wald,  
Büsche, Hecken und Grünflächen zu leben.  
Sie alle uns den wichtigen Sauerstoff geben.

Leider kümmert viele die Natur wenig.  
Es wird alles selbstverständlich hingenommen,  
was wir von den Bäumen bekommen.

Wenn der Dr. sagt: „Gehen Sie hinaus in den Wald,  
atmen Sie tief und bewusst, schalten Sie ab,  
denken nur an sich selbst.  
Sie werden sehen, es wird Ihnen besser gehen  
und dies schon sehr bald!“

Im Herbst ist so ein Spaziergang besonders schön,  
da viele bunte Blätter zu unseren Füßen liegen  
oder von den Bäumen fallen,  
so wie man hier sehen kann.  
Das Sommerlicht lässt die Blätter sehr zart  
und zerbrechlich erscheinen.  
Kein Maler könnte diese Farbenpracht  
so zu Papier bringen.  
Die Vögel jetzt noch einmal  
zum Abschluss des Jahres ein Lied singen.

Was nutzen Handy, Fernseher und  
dauerndes „Hocken“ vor dem PC,  
es tut schon weh zu sehen, wenn Kinder  
nur noch vor dem Fernseher „geparkt“ werden.  
Es wäre viel sinnvoller, ihnen die Natur  
näher zu bringen und ihnen bewusst zu machen,  
wie schön es ist hier auf Erden.  
Allein können sie die vielen Umweltsünden nicht begreifen.  
Das müssen ihnen schon die Erwachsenen lehren,  
damit sie Vorbildern nacheifern.

Möge es jedem der Leser noch lange Zeit vergönnt sein,  
diese Jahreszeit zu erleben.  
Dies wünsche ich Ihnen von Herzen, denn es kann  
bei der heutigen Hektik nichts Schöneres geben.

Eingereicht von Helga Kynast, Siegburg

## Müritz, Spätsommer

Knospen jetzt nicht mehr.  
Und die Felder abgeräumt, leer.  
Zeit der Ernte, der Fülle.  
Weiße Nebelhülle  
umfasst zwischen Abend und Morgen das Land.

An diesem großen See:  
An Ufern geh'  
ich entlang, über Wiesen taunass  
in der Früh. Durch hohes Gras.  
Greife ich in den Sand  
am Mittag, da ist er warm noch.

Septembermitte. Kalendarisch Sommer.  
Und doch geht schon ein anderer Wind.  
Reif und schwer sind  
die Äpfel an den Alleen.  
Holunder und Eberesche stehen  
doldenvoll.  
Da ist eine Überreichweite und Klarheit  
ringsum. Wie eine freigiebige Zärtlichkeit  
für Dich und mich. Die Zeit soll  
ein bisschen stehen bleiben.  
Unsere Gedanken lassen wir treiben  
mit den Wolken im Wind.  
Mit dem Vogelzug sind  
sie unterwegs.

Eingereicht von Wolfgang Prietsch, Berlin



Wir sehen mit Grausen ringsherum:  
Die Leute werden alt und dumm.

Nur wir allein im weiten Kreise.  
Wir bleiben jung und werden weise.

(Eugen Roth)

Eingereicht von Thea Hutter, Filsen

## Die Heilkraft des Lachens

Komm, ersehntes, herzlich Lachen,  
denn Du kannst gesund uns machen,  
uns befreien von Alltagslast,  
unserem Psychostressballast.

Unbeschwerte Atemübung  
bringt das Lachen ohne Trübung,  
denn wer lacht mit Herz und Mund,  
atmet tief bis in den Schlund.

Herrlich unter einer Brause  
macht man seine eigene Sause.  
Gar nicht stört uns warm und kalt,  
ist's mal kalt, dann lacht man halt.

Denn wer lacht, der atmet aus,  
wird nicht zittern wie 'ne Laus,  
er verscheucht dafür adhoc  
den bekannten Atemschock.

Raucht und brummt uns mal der Kopf,  
fühlen uns als armer Tropf,  
„herrlich“ singen wir sodann  
„wie schön, dass man noch lachen kann!“

Eingereicht von Werner Astor, Siegburg

### **Alles geliehen**

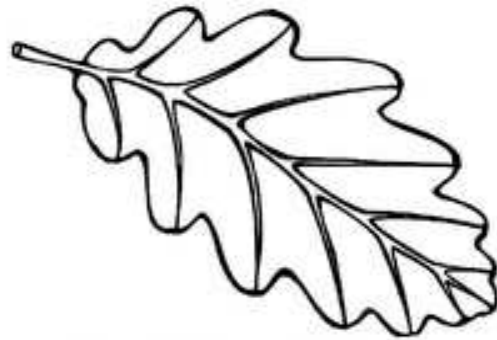
*Es ist alles nur geliehen  
hier auf dieser schönen Welt.  
Es ist alles nur geliehen,  
Aller Reichtum, alles Geld.  
Es ist alles nur geliehen,  
jede Stunde voller Glück.  
Musst du eines Tages gehen  
lässt du alles hier zurück.*

*Man sieht 1000 schöne Dinge,  
und man wünscht sich dies und das.  
Nur was gut ist und auch teuer,  
macht den Menschen so viel Spaß.  
Jeder will noch mehr besitzen,  
keinem kann es etwas nützen.  
Es bleibt alles einmal hier.*

*Jeder hat nur das Bestreben,  
etwas Besseres zu sein.  
Schafft und rafft das ganze Leben.  
Doch was bringt am Ende ein?  
Alle Güter dieser Erde,  
die das Leben Dir beschert,  
sind Dir nur auf Zeit gegeben  
und am Ende gar nichts wert.*

*Darum lebt doch Euer Leben,  
freut Euch auf den nächsten Tag.  
Wer weiß schon auf dieser Erde,  
was das Morgen bringen mag.  
Freut Euch auch an kleinen Dingen,  
nicht nur an Besitz und Geld.  
Denn es ist alles nur geliehen.  
Hier auf dieser schönen Welt.*

Eingereicht von Christine Zimmermann, St. Augustin



### **Da berühren sich Himmel und Erde**

*Wo Menschen sich vergessen,  
alte Wege verlassen und neu beginnen, ganz neu,  
da berühren sich Himmel und Erde,  
da ist man auf rechter Fährte.*

*Wo Menschen sich verschenken,  
die Liebe bedenken, und neu beginnen, ganz neu  
da berühren sich Himmel und Erde,  
da fühlt man sich wohl als Gefährte.*

*Wo Menschen sich verbünden,  
den Hass überwinden und neu beginnen, ganz neu.  
da berühren sich Himmel und Erde,  
auf dass sich der Friede bewähre.*

*Wenn einer den anderen liebte,  
nichts Böses in uns mehr siegte,  
erfreuten sich Himmel und Erde,  
weil nichts mehr den Frieden zerstörte!*

Eingereicht von Jürgen Hoffmann, Siegburg

*Blumen machen uns zu besseren, glücklicheren, hilfreicheren Menschen;  
sie sind Sonnenschein, Nahrung und Balsam für die Seele.*

Eingereicht von Rosemarie Proske, Siegburg

## Trockenes Laub

Es fallen wieder  
Blätter nieder.  
Schon kahl ist die Linde vor unserem Haus.  
Herbstwind - großer Kehraus -  
treibt das Laub zu Hauf.  
Asterknospen brechen auf,  
und durchsichtig wird der Garten.  
Der Winter will nicht mehr warten.

Zünde ein Feuer an!  
Was mit hellgrünen Knospen begann  
in des Jahres Frühe,  
macht jetzt ein bisschen Mühe,  
will zusammen geharkt sein,  
nährt des Feuers hellen Schein.  
Raschelt unter unserm Tritt,  
lebt nicht mehr mit.

Vorbei und hin  
Farbenspiel der Jahreszeit:  
Vom hellen zum dunklen Grün  
(vom Frühjahr zum Sommer hin),  
Gelb und Rot und Braun,  
wunderbar anzuschauen,  
herbstliches Bunt.  
Rund um die Jahreszeit  
unendliche Wiederkehr, nur  
vom Werden und Vergehen  
belebter Natur.

Eingereicht von Wolfgang Prietsch, Berlin



## Unseres Lebens Jahre

Das große Glück, noch klein zu sein,  
sieht mancher Mensch als Kind nicht ein  
und möchte, dass er ungefähr  
so sechzehn oder siebzehn wär.

Doch schon mit achtzehn denkt er halt,  
wer über zwanzig ist, ist alt!  
Kaum ist die Zwanzig knapp geschafft,  
erscheint die Vierzig greisenhaft.

Und dann die Vierzig, welche Wende,  
die Fünfzig gilt beinah' als Ende“  
Doch nach der Fünfzig - peu 'a peu -  
schraubt man das Ende in die Höh'!

Die Sechzig scheint noch ganz passabel  
und erst die Siebzig miserabel.  
Mit siebzig aber hofft man still:  
Ich werde achtzig, so Gott will!

Und wer die Achtzig überlebt,  
zielstrebig auf die Neunzig geht.  
Dort angelegt, zählt er geschwind  
die Leute, die noch älter sind.

Eingereicht von Else Schenk, Siegburg

## Alter

Der Herbst ist bei uns angekommen,  
wir haben ihn auch schon teilweise angenommen.

Die Zeit rast, wenn man älter wird, ganz schnell,  
und bleibt nicht auf der Stell!

Doch ist es einfach schön,  
dass Leben richtig zu genießen!

Mit schönen Spaziergängen, schönen Reisen,  
Freunden und gemütlichen Stunden,  
die man genießt in schönen Runden!

So hat auch das Alter seine besonderen Reize,  
mit denen sollte man nicht geizen!

Eingereicht von Ingrid Beine †, Bergisch Gladbach

### **So singen wir Dir auch Lied, wie schön dass es Dich gibt.**

#### **Bis heut‘**

*Bis heut' ist völlig unbekannt,  
wer den Ruhestand erfand.*

*Sogar auch leider  
dem Hauspoeten Dr. Schneider.*

*Sonst hätt' er sich schon dran gemacht  
und ein Gedicht dazu erdacht.*

*In 6 Tagen hat Gott uns die Welt vermacht.  
Jetzt steht sie da in voller Pracht.*

*Am 7. Tag wollt' Gott ruh'n,  
n'en ganzen Tag mal gar nichts tun,  
nur ausruh'n und spazieren gehen,  
sich seine Schöpfung anzusehen.*

*Plötzlich hat er dabei entdeckt:  
"Die Schöpfung ist noch nicht perfekt !*

*Etwas fehlt, was dieses schöne  
Meisterwerk endgültig kröne !"*

*Indem er da so sinnend stand,  
in aller Ruhe und entspannt,  
schuf Gott ad hoc den Ruhestand.*

*"Das ist der Gipfel der Gefühle!"  
erschallte sein gewaltiger Ruf,*

*"Nach der Maloche, dem Gewühle,  
mit dem ich diese Schöpfung schuf,  
ist das der Gipfel meines Strebens  
und eines jeden Menschen Lebens!"*

*So hat's der liebe Gott bestimmt,  
damit sich der Mensch ein Beispiel nimmt!*

*An dieses göttliche Walten  
will ich mich möglichst lange halten.*

Eingereicht von Hans Welting, Siegburg

*Im Leben geht's mal rauf mal runter,  
manchmal trist und manchmal bunter.*

*Doch mit Laune und Humor,  
holst du immer wieder vor.*

*All die schönen Zeiten,  
die wir gemeinsam bestreiten.*

*75 Jahre bist du geworden,  
hattest deine Sorgen.*

*Doch heute sollst Du sie vergessen,  
und ganz viel von dem Kuchen essen.*

*Blumen bringen Sonnenschein,  
ein Lachen hilft beim Glücklich sein.*

*Worte trösten in der Not,  
es wird alles wieder gut.*

*Stolze 75 Jahre schon,  
lebst du mit Liebe, ohne Zorn.*

*Darum wirst Du heute auch geehrt,  
und Dir manches Glück beschert.*

*Mit Blumen und auch Kuchen,  
kommen wir Dich gern besuchen.  
Alles Gute bleibt uns auch noch zu sagen,  
heute und an allen andren Tagen.*

*Langsam wird man älter,  
und die Tage werden kälter.*

*Auch Kraft hat man nicht richtig,  
doch das ist nicht wichtig.*

*Wichtig ist das Herz allein,  
und dort hast Du Sonnenschein.*

*Seit 75 Jahren verankert fest im Leben,  
hast Du immer viel gegeben.*

*Heute aber ist der Tag,  
wo man Dir geben mag.*

*Blumen und auch ein Kuchen,  
Glück sollst Du nicht suchen.*

*Gesundheit sei Dir stets beschert,  
Dein Leben wird geehrt.*

*So freu Dich jetzt und heute,  
hier sind all deine Leute.*

Eingereicht von Rosemarie Proske, Siegburg

## Ein Leben lang

Mit 30 Jahren stirbt ein Pferd,  
das niemals ein Glas Bier leert.

Mit 20 sterben Schafe und Ziegen,  
die niemals Schnaps zu trinken kriegen.

Die Kuh trinkt Wasser, nie mit Rum,  
nach 18 Jahren ist sie um.

Mit 15 ist das Leben für den Hund schon um,  
auch ohne Whisky, Schnaps und Rum.

Die Katze schleckt nur Mich allein,  
sie geht nach 13 Jahren ein.

Das Huhn legt Eier fürs Likör,  
6 Jahre lang, dann legt's nichts mehr.

Der Mensch trinkt Schnaps trotz kranker Galle  
und überlebt die Viecher alle.

Damit ist der Beweis erstellt,  
dass Alkohol gesund hält.

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

Prost.

Eingereicht von Hans Schiefen, Hennef-Söven

Fritzchen, fragt die Lehrerin,  
„Weshalb nennen wir unsere Sprache  
denn Muttersprache?“

„Weil Vati nie zu Wort kommt!“

Eingereicht von Axel Hardung, Siegburg

Und da war noch der Junge,  
der aus der Schule nach Hause kommt:

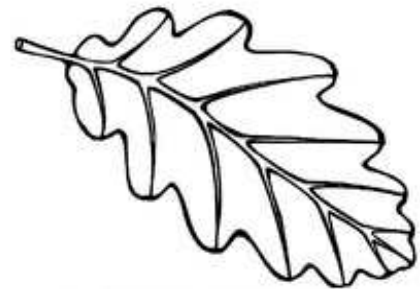
„Hier ist mein Zeugnis, Mutti.“

„WATT? Ne 6 in Deutsch?“

Datt kann doch nich den Lehrer sein Ernst sein.

Ich hab doch imma mit Dich jeübt.“

Eingereicht Horst Jubelius, Lohmar



Die Geschäftsführerin rügt die Angestellte:

„Eine Kundin hat sich beschwert, dass Sie zu wenig Freundlichkeit zeigen.“

Die winkt nur müde ab und meint: „Das war auch wirklich das Einzige hier, das ich ihr nicht gezeigt habe!“

Eingereicht von Gertrud Knobloch, Berg/ Starnberg

Der Fahrgast zum Taxifahrer:

„Bitte schnell zum Flughafen,

ich muss die Acht-Uhr-Maschine noch erreichen!“ –

„Das wird nicht klappen, die ist immer pünktlich.“

„Heute nicht, ich bin der Pilot!“

Eingereicht von Else Schenk, Siegburg

## Das Gebiss

*Zähne im täglichen Gebrauch  
müssen gut sitzen und gut  
kauen muss man damit auch.*

*Ist der Sitz nicht gut und das  
Kauen tut weh, geht man bei  
jedem Biss ganz langsam auf die Knie.*

*Ein guter Zahnarzt hat so etwas  
im Blick, er fertigt neue, damit  
der Patient glücklich und zufrieden ist.*

Eingereicht von Heinz Elfgen, Siegburg

*Der Polarforscher ist aus Grönland zurück.  
Sein Freund fragt ihn: „War's schlimm?“*

*„O ja, ich habe Nächte erlebt, die zwanzig Tage dauerten.“*

*Meint der andere nachdenklich: „Mensch, da müsste  
man eine Kneipe haben!“*

Eingereicht von Horst Jubelius, Lohmar



*Zwei Ehemänner unterhalten sich, sagte der eine, hast Du  
es jemals geschafft, das Kaffeekränzchen zum Schweigen zu  
bringen?*

*Da meinte der eine, nein, aber ich, sagte der andere,  
ich habe einfach gesagt, redet doch alle der Reihe nach, die  
Ältere fängt an.*

*Da war es plötzlich still.*

Eingereicht von Hans Schiefen, Hennef-Söven

*Die hübsche, reizende junge Frau fragt den Verkäufer:  
„Was kostet ein Schokoriegel?“*

*„Pro Schokoriegel einen Kuss“ -  
„Einverstanden!“, sagt die Frau.*

*„Dann nehme ich fünf. Meine Oma bezahlt!“*

Eingereicht von Axel Hardung, Siegburg

## Glückwunsch

*Michelhuber und seine Frau haben  
bald goldene Hochzeit.*

*Da kommt ihm die Idee, einen  
musikalischen Glückwunsch  
über den Sender zu schicken.*

*„Was würden Sie denn gerne hören?“ -*

*„Bitte spielen Sie 'Verdammt in alle Ewigkeit'!“*

Eingereicht von Else Schenk, Siegburg

# Herzliche Glückwünsche

---

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

## 80 Jahre

*Schröder, Karl - 22.10. - Siegburg  
Schinscheck, Ingrid - 23.10. - Siegburg  
Bergmann, Helmut - 11.11. - Siegburg*

## 81 Jahre

*Werner, Agnes - 08.11. - Siegburg  
Groß, Ilse - 20.11. - Siegburg  
Kern, Annette - 30.11. - Siegburg  
Engler, Christa - 24.12. - Hennef  
Heide, Christa - 25.12. - Siegburg*

## 82 Jahre

*Kalles, Christine - 13.10. - Siegburg  
Peschkes, Gisela - 06.11. - Hennef  
Linke, Theo - 05.12. - Euskirchen  
Jenne, Hedwig - 05.12. - Waldshut-Tiengen*

## 83 Jahre

*Lindlar, Wilhelm - 09.10. - Siegburg  
Hemmersbach, Heinrich - 14.10. - Siegburg  
Becker, Annemie - 12.11. - Troisdorf  
Sauerwald, Maria - 05.12. - Siegburg  
Knippenberg, Alfred - 07.12. - Siegburg*

## 84 Jahre

*Hemmersbach-Roccaro, Gerda - 31.10. -  
Brüssel/Belgien*

## 85 Jahre

*Goergen, Peter - 05.11. - Troisdorf  
Schmitz, Heinrich - 10.11. - Siegburg  
Jatsch, Ursula - 27.11. - Siegburg  
Hoitz, Albert - 12.12. - Troisdorf*

## 86 Jahre

*Dohmann, Otto - 12.10. - Siegburg  
Frohberg, Irmgard - 13.10. - Siegburg*

## 87 Jahre

*Demmer, Maria - 27.11. - Siegburg*

## 88 Jahre

*Könen, Gertrud - 02.11. - Siegburg  
Schreckenberger, Margarete - 26.11. - Siegburg*

## 89 Jahre

*Neifer, Karl-Heinz - 04.11. - Siegburg  
Säger, Anna - 08.12. - Siegburg*

## 90 Jahre

*Lülsdorf, Juliane - 01.10. - Siegburg  
Becker, Agnes - 13.10. - Siegburg  
Staats, Hildegart - 23.11. - Siegburg*

## 91 Jahre

*Söntgerath, Hildegard - 12.11. - Siegburg  
Schmidt, Hans-Günther - 14.11. - Hennef  
Heines, Edmund - 27.11. - Siegburg*

## 92 Jahre

*Giertz, Günther - 05.10. - Eitorf  
Heimers, Inge - 23.10. - Bergisch Gladbach  
Müller, Adele - 09.12. - Troisdorf*



## 93 Jahre

Stanke, Heinz - 04.10. - Siegburg  
Kochs, Anneliese - 05.12. - Sankt Augustin  
Völker, Maria - 13.12. - Siegburg

## 94 Jahre

Schnitzler, Maria - 28.11. - Köln

## 95 Jahre

Franke, Elfriede - 29.10. - Much

## 96 Jahre

Kunz, Anneliese - 10.10. - Weyerbusch  
Nüchter, Kethe - 28.10. - Siegburg  
Böttner, Otto - 05.12. - Troisdorf

## 98 Jahre

Seyd, Karl-Josef - 22.12. - Siegburg

## Goldhochzeit

13.10. - Sunna & Karl Schröder - Siegburg  
17.11. - Günter & Gabriele Willscheid - Siegburg

## Juwelenhochzeit

24.11. - Marlene & Helmut Hemmersbach - Siegburg

## Nachträglich

## 78 Jahre

Rosenthal, Helga - 28.08. - Siegburg

## 80 Jahre

Kröll, Anita - 12.08. - Sankt Augustin

## Diamanthochzeit

13.08. - Maria Anna & Hubert Grützenbach - Siegburg

## Gnadenhochzeit

30.08. - Anna & Hans Hörsch - St. Augustin

Geburtstage sowie 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.
Oktober bis Dezember	01.07.
April bis Juni	02.01.

### Wasser rund um den Trerichsweiher

In einem Artikel über das Gedenken an Oberförster Friedrich Wilhelm Kleinschmidt im Rhein-Sieg Anzeiger vom 12. Oktober 2016 wird zitiert: „Als stadteigener Teich ohne natürlichen Zufluss gehört er (der Trerichsweiher) auf jeden Fall in die Liste der gesundheitsgefährdenden Wasserflächen und hätte der Trockenlegung anheim fallen müssen“. Der Oberförster Kleinschmidt hat sich um Siegburg verdient gemacht, indem er Mitte des 19. Jahrhunderts alte Teiche rund um Siegburg trockenlegte und damit die Stadt von einer Fieberplage befreite.

Die Aussage im Zitat „ohne natürlichen Zufluss“ ist nicht richtig. Am Abhang zur Agger gab es mehrere kleine Quellen. Als 1945 kein Wasser aus der Leitung kam, haben wir an den offenen Quellen unser Trinkwasser geholt. Eine dieser Quellen befindet sich am oberen Ende des Trerichsweihers unter Wasser. Jeder, der auf dem Weiher Schlittschuh gelaufen ist, kannte die Stelle und blieb in gehörigem Abstand. An der Quelle war im Winter das Wasser immer eisfrei. Das Eis wurde, vom Weiher aus gesehen, immer dünner. Offiziell ist die Quelle anscheinend nicht bekannt. Am anderen Ende hatte der Weiher auch einen Abfluss, den sogenannten „Mönch“. Ein anderer Abfluss befand sich noch in der Nähe der Quelle. Dort führte ein Rohr unter dem Rundweg um den Weiher, auf die andere Seite in das Sumpfbereich. In dem Gebiet waren wohl ursprünglich ein paar Forellenteiche angelegt, die über das Rohr mit Frischwasser versorgt wurden. Die Forellenzucht wurde nach einigen Jahren eingestellt und das Rohr ist weg.

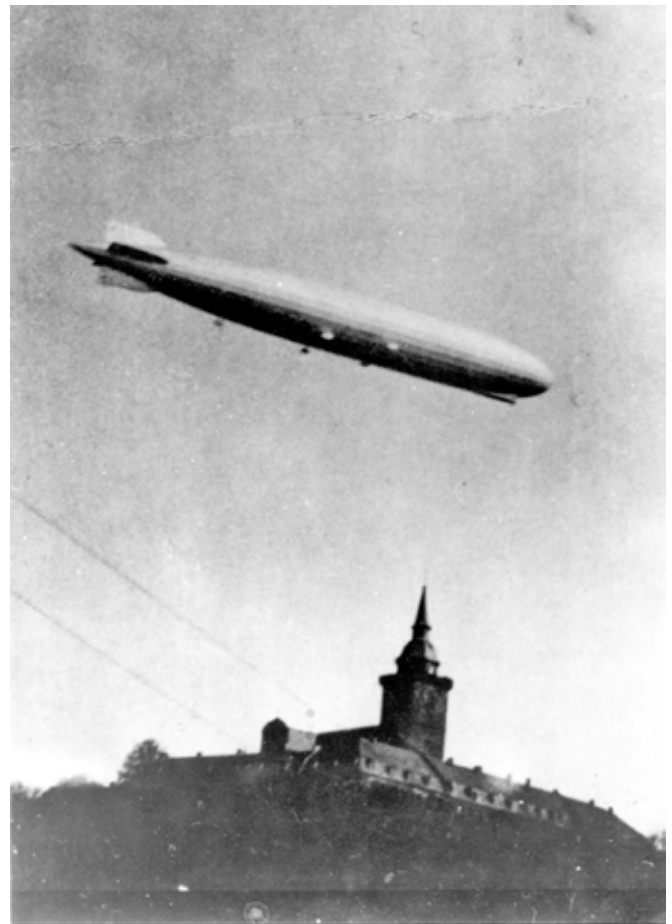
Der Trerichsweiher war ein sauberes Gewässer bis in den 1950er Jahren, als das Abwasser einer Behelfskläranlage in den Weiher geleitet wurde. Als ca. 30 Jahre später die große Abwasserleitung am Uhlenhorst zur neuen Kläranlage verlegt wurde, wurde die Behelfsanlage nicht mehr gebraucht.

Der Weiher hatte also einen steten Zufluss, bis vor einiger Zeit auch einen „Mönch“ als geregelten Abfluss. Aber der ist seit einigen Jahren verschwunden. Jetzt muss sich das Wasser, vor allem bei starkem Regen, einen Ablauf durch den Damm suchen.

Die kleine Quelle am Hang zur Agger ist seit dem Bau der B 56n versiegt. Von diesen Quellen wurde der „Hechtweiher“ nahe der Agger und „das Daaße Pöhlche“ (Pfuhl) gespeist. Seiner Zeit ist das „Pöhlche“ verschwunden und aus dem „Hechtweiher“ ist ein Sumpfloch geworden. Der Ablauf zur Agger ist schon lange zugewachsen.

Eingereicht von Franz-Günter Höfer, Siegburg

### Fotoerinnerung:



Zeppelin über Siegburg 1930. Bild stammt aus dem Nachlass ihres verstorbenen Mannes Otto Böttner.

Eingereicht von Gertrud Böttner, Troisdorf

## Herbstregatta 1949

Der Siegburger Ruderverein, bei dem ich von 1947 bis 1951 gerudert habe, nahm an der Herbstregatta 1949 auf dem Rhein teil. Der Damenvierer siegte am 4. September über Bonn und Porz.

Als Steuerfrau merkte ich, wie schwierig es war, bei den vielen großen Schiffen den Kurs zu halten (Bild 1).

Auf Bild 2: Die Gratulierenden



Zu den gratulierenden gehörte auch „Fräulein“ Gilles (Bildmitte), unsere Turnlehrerin am Mädchengymnasium in Siegburg.

Von links nach rechts:

Maria Schwarz, ich (Heike Warning), Fräulein Gilles, Hildegard Schwarz, an die Namen der beiden anderen kann ich mich nicht mehr erinnern. Vielleicht kann einer der Leser und Leserinnen helfen.

Eingereicht von Heike Köhler, Sankt Augustin

## Herbstzeit – Kartoffellesen und Kartoffelkrautfeuer

Der Aufsatz „Ein kleines Denkmal vor dem Verfall gerettet“ aus Heft 180, Seite 8, wurde nur bezogen auf das Wegekreuz, wiedergegeben im Teil Allgemeines der 65er Nachrichten. Hier nun die zweite Hälfte des Beitrags unter Nostalgisches.

Unsere Großeltern von Mutters Seite hatten dort am Grafenkreuz zwei Felder, ein kleineres und ein größeres, Gemarkung Wolsdorf, Flur 1 u. 2, Flurstücke 1275, 1276 und 1156, beide zusammen rd. 24,11 Ar groß.

Beim Grunderwerb der Parzellen um 1902/03 wurde diese Fläche seinerzeit von der Zeithstraße aus erschlossen. Dort zweigt – auch heute noch zu sehen – links zwischen der Einmündung der Seidenbergstraße und der Straße Am Stadion, eine Stichstraße ab, die Flögerstraße. Vor rd. 200 Jahren war diese heutige Sackgasse eine durchgehende Viehtrift, von Wolsdorf aus kommend, die vor allem dem Schweineauftrieb zur Eichel- und Bucheckern Mast diente, und „An den Erdkaulen“ in den Eichenwald, auch „Flöger Büsch“ genannt, führte. Von dieser Viehtrift bog ein kleines „Pädchen“ zu den Feldern am Grafenkreuz ab.

Ende 1937 wurde diese Fläche, die noch Anfang des 19. Jahrhunderts in alten Ur-Rissen aus nur vier kleineren Fachwerkhöfen oder -häuschen und ansonsten nur aus Äckern bestand, von den übrigen Stadtteilen Siegburgs durch den Bau der Reichsautobahn Köln-Frankfurt abgetrennt und auf immer zerschnitten. Um die Verbindung zum Stallberg in Fortführung der Alten Poststraße zum Grafenkreuz wiederherzustellen, wurde ein Verbindungsweg in Verlängerung der Seehofstraße zum Jägersteg und über die Autobahn geleitet und rechts, parallel zu dieser BAB 3, zu den Feldern am Grafenkreuz fortgeführt.

Die Erinnerung an die beiden großelterlichen Grundstücke versetzt mich auch heute noch ganz schnell wieder in meine Kindheit zurück – in die Zeit kurz nach dem Zweiten Weltkrieg.

Wir, meine Mutter mit uns drei Kindern, ihre Schwester und deren beiden Kinder – beide Familien waren vaterlos, der eine war im Krieg gefallen und der andere in Russ-

land vermisst – hatten dort zur Eigenversorgung auf dem kleineren Feld mehrere Reihen Kartoffeln gesetzt. Die beiden Frauen mussten immerhin fünf Mäuler stopfen. Dazu hatte meine Mutter in der Futtermittelhandlung Iven, Ecke Ankergrasse/Scherengasse, Pflanzkartoffeln gekauft und jede einzelne Kartoffel fein säuberlich halbiert. Die Hälften mussten mindestens ein Auge (Keim) aufweisen. Diese Setzkartoffeln wurden dann im Abstand von 30 bis 40 cm, mit dem Auge nach oben, in die dafür vorbereiteten Reihen ausgelegt, mit Erde bedeckt und später angehäuft.

Zwischen Setzen der Kartoffeln und der Reifephase der Knollen musste mehrmals Unkraut gejätet werden. Auf chemische Pflanzenschutzmittel verzichteten unsere Mütter, erstens da es zu teuer war und darüber hinaus ungesund. Allerdings wurde Reihe für Reihe durchgeschaut und Pflanze für Pflanze nachgeprüft, ob Kartoffelkäfer das Blattgrün befallen hatten, und diese wurden notfalls abgelesen und beseitigt.

Kartoffelkrautfeuer waren früher gang und gäbe und gehörten einfach zur Kartoffelernte dazu. Nach dem Kartoffelausmachen wurden mit trockenem Kartoffellaub Feuer entfacht und in der Glut, bzw. in der heißen Asche, dann Kartoffeln gegart. Vorher mussten wir Kinder Furche für Furche nach liegen gebliebenen Kartoffeln nachlesen. Endlich war es so weit, die Kartoffeln waren überwiegend gar, stellenweise angekokelt, z.T. auch noch halb roh, aber genießbar und schmeckten aus der Schale gepellt einfach köstlich. Erst bei Dämmerung ging es mit den Heuwagen, beladen mit den geernteten Knollen, Feldwerkzeug und obenauf den Kleinsten von uns, das war ich, wieder nach Hause. Wir sind über den Fuhrweg (spätere Straßen: An den Seeswachholdern, Goethe- und Lessingstraße) Richtung Tönnisbergstraße gefahren und unsere Tante weiter geradeaus zur Seehofstraße.

Kurze Zeit später wurden die beiden Felder am Stallberg an den dortigen Landwirt Weifen verpachtet und wieder später bebaut. Obwohl unsere Mütter harte Männerarbeit gewohnt waren, war die Feldarbeit einfach zu anstrengend für die beiden Frauen. Auch wenn meine bewusste Erinnerung an die Nachkriegszeit heute nicht mehr so ausgeprägt sein kann – damals war ich ja noch Kleinkind: Die Folgen des Krieges und die Alltagsorgen waren in jener und der Nachkriegszeit nicht zu übersehen, man vergisst sie nicht.

Eingereicht von Lothar Faßbender, Lohmar

## Schule Bambergstraße

Im Heft Nr. 181, Seite 51, der 65er war ein Bild der Lehrer, die an der Nordschule und der Schule Bambergstraße unterrichtet haben, von Anfang der 1950er Jahre. Viele dieser Lehrer waren auch meine. Denn ich war damals auf der Schule Bambergstraße: eine der beiden Siegburger Schulen für die katholischen Schülerinnen und Schüler (die protestantischen gingen in die Schule Humperdinckstraße). Davon möchte ich erzählen.

### Schulbezirksgrenze Kaiser- und Luisenstraße

Die Grenze für die Nordschule und die Schule Bambergstraße war die Kaiserstraße, ab Johannesstraße und Heinrichstraße. Wer rechts von der Kaiserstraße und der Luisenstraße bis hin zur Aggerbrücke wohnte, ging in die Nordschule. Das waren viele Straßen und Gassen, bis über den Nordfriedhof hinaus hoch zum Lohmarer Wald.

Wer auf der Kaiser- und der Luisenstraße wohnte oder links davon, ging in die Schule Bambergstraße. Auch die Schüler, die in den Häusern an der Kläranlage wohnten.

Da ich in der Augustastraße wohnte, bin ich in die Schule Bambergstraße eingeschult worden. Das war 1947.

### Meine ersten Jahre auf der Schule Bambergstraße

Wir waren eine gemischte Klasse, Mädchen und Jungen. Und unsere Klasse war sehr groß: fast 50 Schülerinnen und Schüler.

Unser Klassenlehrer war Herr Wilhelm Krauthäuser. Und weil damals alle wissen wollten, wo die Lehrer wohnten (warum, weiß ich nicht), schreibe ich es hier auch dazu: Herr Krauthäuser wohnte in der Annostraße. Nach zwei Jahren bekamen wir dann Frau Margarethe Krudewig als Klassenlehrerin. Sie wohnte mit ihren drei Söhnen auf der Frankfurter Straße. Ihr jüngster Sohn Norbert war auch in unserer Klasse.

### Unsere Klassenlehrerin Frau Krudewig

Frau Krudewig war eine ganz phantastische Lehrerin. Sie war für uns wie eine Mutter: gutmütig und geduldig und konnte gut erklären. Der Unterricht hat viel Spaß gemacht mit ihr. Wir haben auch Wanderungen mit ihr gemacht, in den Lohmarer Wald oder zum Rothenbacher Wald, wo viele Fischweiher waren. Und einmal sind wir sogar mit zwei Klassen nach Bödingen gefahren und haben die Wallfahrtskirche besucht. Auf der Treppe des Kirchplatzes entstand das Foto oben rechts.



Ich hatte auch noch andere Lehrer in meinen ersten vier Jahren. Kaplan Franz Babilon im Religionsunterricht und Fräulein Blana als Lehrerin für Sport- und Handarbeit. Aber Sport mochte ich überhaupt nicht. Fräulein Blana merkte das schnell und war sehr verständnisvoll. Ich durfte stattdessen die Fehler korrigieren, die andere beim Handarbeitsunterricht gemacht hatten: fallen gelassene Maschen und unsaubere Stickereien. Das hat mir sehr viel besser gefallen als Sport!

### Ohne Klassenlehrerin und Fachlehrer

Zwei Jahre später war die schöne Zeit mit Frau Krudewig als Klassenlehrerin vorbei. Denn Frau Krudewig wurde Rektorin. Doch leider nicht bei uns, sondern an der Pestalozzi-Schule in der Heinrichstraße.

Und damit begann für unsere Klasse eine sehr schwierige Zeit. Denn plötzlich gab es zu wenige Lehrer an unserer Schule. Warum, weiß ich nicht. Für unsere Klasse hieß das jedenfalls:

Wir hatten keinen Klassenlehrer mehr und auch keinen Fachlehrer. Jede Stunde unterrichtete ein anderer Lehrer – wer eben gerade Zeit hatte.

Zum Beispiel Herr Deutsch oder Herr Knebel. Man holte sogar den schon längst pensionierten Rektor Wilhelm Becker (er wohnte in der Waldstraße) wieder zurück in den Dienst.

Aber mit Herrn Becker war es für viele in der Klasse sehr schwierig: Denn Herr Becker schrieb nicht in Neu-Deutscher-Schrift. Die hatte es in seiner Lehrer- und Rektorzeit noch nicht gegeben. Für uns schrieb er daher alles in Druckschrift an die Tafel oder eben in Alt-Deutsch – und das konnte keiner in meiner Klasse lesen, außer mir. Denn ich hatte die Alt-Deutsche Schrift bei meiner alten Tante gelernt. Und jetzt konnte ich für meine Klasse von Alt-Deutsch in Neu-Deutsch übersetzen.

# Nostalgisches

## Die letzten Schuljahre: Wieder Klassenlehrerin und Schulwechsel

Doch endlich wurde es besser. 1952 kamen Fräulein Schneppe aus Beuel (Handarbeit) und Herr August Winkelmeyer. Bei ihm hatten wir Deutsch und Geschichte. Und ein Jahr später hatten wir auch endlich wieder eine Klassenlehrerin: Junglehrerin Fräulein Pietryga aus Köln. Aber nur für ein Jahr.



Denn mein letztes Schuljahr verbrachte ich auf der neu gebauten Adolf-Kolping Schule auf dem Brückberg.

Der Grund: Die Grenzen für den Schulbezirk waren geändert worden. Jetzt war die Grenze nicht mehr die Kaiser-/Luisenstraße, sondern die Augustastraße. Und weil ich dort wohnte, musste ich die Schule wechseln, gemeinsam mit meinen Klassenkameradinnen, die auf dem Brückberg wohnten.

Ich verlor viele liebe Klassenkameraden, aber dafür war die Klasse viel kleiner: Knapp 25 Schülerinnen – eine reine Mädchen-Klasse. Unsere Klassenlehrerin war Fräulein Angela Hoberg. Auch Herr Winkelmeyer kam mit. Rektor an unserer neuen Schule war Herr Kalsen.

1955 haben wir dann mit Fräulein Hoberg unsere Schulzeit beendet.



## Bis heute noch Klassentreffen



31 Jahre später, 1986, habe ich ein erstes Klassentreffen organisiert. Foto und Text waren damals im Extra-Blatt erschienen. Mehr als 60 Schülerinnen aus zwei Klassen sind gekommen - aus allen Teilen Deutschlands.

Dieses Treffen findet auch heute noch alle zwei Jahre statt.

Noch immer sind wir 13 bis 15 Teilnehmerinnen. Ich organisiere das Treffen aber nicht mehr. Meine Nachfolgerin denkt sich immer etwas Besonderes aus. Wir besuchen Museen oder die Schatzkammer von St. Servatius.



Danach geht es zum gemeinsamen Mittagessen oder ins Cafe.

Ich hoffe, dass wir uns noch oft treffen können.

Eingereicht von Ursula Schreckenber, Siegburg

### **Ergänzung zu Artikel über Nordschule, Schule Humperdinckstraße und Schule Bambergstraße im Heft 181, Seite 51**

Zunächst einmal meinen ganz herzlichen Dank für Ihre Mühewaltung, die 65er Nachrichten betreffend. Eine umfangreiche und aufwändige Leistung, die viele Leser, z.B. so einer wie ich, immer wieder gerne annehmen, ohne selber eine Leistung dafür zu erbringen. Heute möchte ich aber doch etwas zu dem oben genannten Beitrag ergänzen.

Absatz 3 des bezogenen Beitrags liest sich so, als seien in der Schule Humperdinckstraße keine katholischen Kinder unterrichtet worden. Das trifft so nicht zu.

Auch hier wurden evangelische und katholische Kinder unterrichtet. Vor dem Unterricht sowie in den Pausen stand für den Aufenthalt auf dem Schulhof die rechte Seite den evangelischen Kindern, die linke Seite den katholischen Kindern zur Verfügung.

Diese Trennung nach Konfessionen endete mit der Einführung des Nachmittagsunterrichtes. Nun wurde das Schulgebäude im wöchentlichen Wechsel von evangelischen und katholischen Kindern allein genutzt. Der Schulhof stand dann entsprechend den einen oder den anderen in ganzer Breite zur Verfügung.

Mir ist nicht mehr erinnerlich, in welchem Jahr die Umstellung und später auch die gänzliche Aufhebung dieser Art der „Zwangsverwaltung“ von evangelischen und katholischen Kindern endete. Ich weiß aber noch sehr genau, dass es einige Tage dauerte, bis die andere Hälfte des Schulhofes, die vorher verbotene Zone, gänzlich angenommen wurde.

Wie während der Zeit des geteilten Schulhofes die Toilettennutzung gelöst wurde, weiß ich nicht mehr. Sicherlich hatten die verantwortlichen Strategen auch dafür eine interessante Lösung bereit. Die Toilettenräume lagen im evangelischen Sektor. Ich vermute aber, dass wenigstens die Fäkalien konfessionsneutral behandelt wurden.

Eingereicht von Günther Schütz, Siegburg

### **Wie verhalf ein Huhn einem 12-jährigen Jungen zu seinem ersten Aquarium**

Es war nach dem Zweiten Weltkrieg, meine Eltern hatten Eintagsküken, eines davon wollte nicht richtig wachsen. Durch meine besondere Pflege – immer noch mickrig – wuchs es heran. Eines Tages fand ich es ertrunken im Bassin meines Vaters. Was habe ich da geheult, nach der „Bestattung“ fischte ich noch einige Federn aus dem Unglückswasser, dabei entdeckte ich einige ganz kleine Fische, die ich sorgsam beobachtete. Hier kam mir die Erkenntnis, dass Fische zu pflegen auch Freude machen konnte, zumal diese nicht das Schicksal des Ertrinkens zu befürchten hatten.

An ein eigenes Aquarium war allerdings noch lange nicht zu denken. Nach der Währungsreform war in der Kaufhalle Siegburg Bahnhofstraße eine Aquarienschau auf der ersten Etage. Vollglasbecken in Reih und Glied; hier drückte ich mir die Nase platt. Flinke Zebrafärblinge habe ich in Erinnerung behalten.

Anfang der 1950er Jahre gab es dann in Siegburg einen Aquarium-Verein. Dieser stellte mal in der Modellschreinerei Dörs ihre Becken aus. Hier war ich natürlich vor Ort, hatte immer noch kein eigenes Aquarium. Um endlich diesen Jammer zu beenden, bekam ich ein Gebrauchttes geschenkt.

Und nun zur Einrichtung. Wasser war kein Problem, Licht schon eher. An einer Autobatterie und einer Fahrradlampe gab es die Beleuchtung, eher düster als ausreichend. Aber die Heizung – so etwas konnte man schon kaufen. In Siegburg gab es zu der Zeit meines Wissens zwei Aqua-Geschäfte; in der Holzgasse und in der Bahnhofstraße Gundermann Sterzenbach. Hier erwarb ich eine Salzheizung – schrecklich gefährlich. Also ein Reagenzröhrchen als U gebogen, zwei Kohlestifte mit Gummikappen, Wasser eingefüllt, etwas Salz und dann 220 Volt durch die Kohlestifte eingeleitet. Das Wasser wurde so im Becken erwärmt. Mein Schutzengel – ich hatte immer den Besten – sorgte bis heute 81-jährig für mein Wohl.

Natürlich habe ich heute einige Aquarien, die mir Freude und Beschäftigung bereiten, Aquarien Profis aus dem Verein Nymphae sorgen dafür, dass ich auf dem neuesten Stand der Aquaristik bleibe und mir kein Fisch ertrinkt.

Eingereicht von Josef Büchel, Sankt Augustin

## Ergänzung zur Oper "Sieglinde"

In Heft 182, Seite 46, wird über die „Sieglinde“ berichtet, dass das Stück zuletzt vor dem Ersten Weltkrieg aufgeführt wurde. Anbei ein Programmzettel von 1929!

**Siegburger  
Männer Gesang-Verein**



**„Sieglinde“**  
**die Braut der Walpurgisnacht.**

*Romantisch-Komische Oper  
aus Siegburgs Vergangenheit in zwei Akten und  
zwei Verwandlungen*


**Siegburg 1929**

Eingereicht von Hans-J. Bargon, Siegburg

**Personen:**


Sieglinde, eine Fee, Kellnerin wider Willen.  
Erik von Malmö, schwedischer Hauptmann.  
Björn, } schwedische Soldaten } Boonekamp of Magenbitter  
Oskar, } Sakerhets-Tändstickor.  
Winand Ley, Mühlenbesitzer und Hagestolz.  
Kathrein, Besitzerin der Herberge „Zum gold. Hundsohr“  
Anselm Zwirn, Schneidermeister und Stadtsoldat.  
Bartel, Nachtwächter.  
Flick, Flock, }  
Strick, Stock, } Zwerge  
Kurz, Dick, }  
Pick, }  
Lundine, } Nixen.  
Fatima, }  
Schweden, Stadtsoldaten und Pöhlbürger.  
Beelzebub und sein Schwager.  
Erscheinungen, Geister und Spuck.

**Ort der Handlung:**

1. Akt: Alte Herberge „Zum gold. Hundsohr“ in der Kauertgasse.  
2. Akt: Gegend vor dem Eingange zur Zwerghöhle auf dem Wolsberg  
1. Verwandlung: Der Höllenpfuhl. 2. Verwandlung: Der Feenpalast.

**Zeit der Handlung**

Der 1. Akt spielt am 30. April, der 2. Akt in der Nacht zum 1. Mai  
d. J. 1632.



**KURZE INHALTSANGABE.**

Die Oper führt uns höchst interessante, mit herrlichen Liedereinlagen versehene Begebenheiten vor Augen. Den Mittelpunkt des Stückes bildet „SIEGLINDE“, eine holde Fee, welche unter dem Namen Martha eine Stelle als Kellnerin in der Herberge „Zum goldenen Hundsohr“ bekleidet. Da Marthas ganzes Wesen und Benehmen erkennen läßt, daß sie nicht das ist, was sie scheint, sondern einem höheren Stande angehört, kann es nicht auffallend erscheinen, daß der Schwedenhauptmann Erik von Malmö seine Blicke auf die einfache Kellnerin richtet und ihr bei gegebener Gelegenheit seine Liebe gesteht. Die Liebe findet dankbare Erwidern, allein ein Bann hält die Geliebte gefesselt, bis in der Geisterstunde der Zauber gebrochen wird und sie dann ihren Erik zum Lohne für sein treues Ausharren einladen kann, ihr ins Feenreich zu folgen.

**RAUCHEN VERBOTEN!**

Zwischen dem 1. und 2. Akt findet eine halbstündige Pause statt.





### Der Michaelsberg

Erinnerungen an Kindertage  
(unter dem Vorbehalt, dass das Gelände der eigenen  
Erinnerung unsicher ist)

Unsere Familie – Eltern Lorenz und Adele Kirchner, Bruder Heinz, Schwester Inge und ich – wohnten im zweiten Stockwerk des Hauses Bergstraße 1 in Siegburg zu Füßen des Michaelsbergs. Im Erdgeschoss befand sich das Lebensmittelgeschäft Gehrman.

Wir waren mit dem „Berg“, wie der Michaelsberg von uns genannt wurde, eng vertraut. Für uns und die Nachbarskinder war der Berg der Spielplatz schlechthin, ein Eldorado für vielerlei Abenteuer. Wenn es die Witterung zuließ, durchstreiften wir das ganze Areal, Johannistürmchen, die Seufzerallee, um Beispiele zu nennen, waren Zielpunkte für unsere Erkundungen. Wenn wir uns nach draußen begaben, mussten wir die jüngeren Geschwister mitnehmen. Das war oft sehr lästig. Die Kleinen, vor allem die Mädchen, behinderten uns bei unseren üblichen Raufereien und riskanten Touren, besonders am Johannistürmchen. Gleichsam zur Rache mussten die jüngeren Spielkameraden einiges von uns erdulden. Sie wurden an unwegsame Stellen geführt und erschreckt. Ihre furchtsamen Reaktionen waren für uns das größte Vergnügen.

Im Herbst war Erntezeit. Die zahlreichen Kastanien- und Walnussbäume warfen reichliche Früchte ab. Mit Stöcken warfen wir in die Bäume („Pöhlen“ genannt), um an diese begehrten Früchte zu gelangen. Die Nussbäume an der Bergstraße und im heutigen Rosengarten waren wegen ihrer Größe besonders interessant. Nach stürmischen Nächten stand ich früh morgens auf, um vor anderen Interessenten die Walnüsse aufzusammeln. Dabei kam es auf der Bergstraße zu Konflikten mit den anliegenden Hauseigentümern, die in gleicher Weise eifersüchtig die Nüsse bewachten, welche auf ihr Grundstück fielen. Wenn es um Nüsse ging, missachtete ich die Eigentümerrechte.

Leider kam es nach 1945 zu einem schwerwiegenden Unfall. Ein Junge war von einem Nussbaum herunter gefallen und hatte sich tödlich verletzt. Daraufhin hat die Stadt alle Nussbäume am Berg fällen lassen.

Im Winter, so es denn schneite, bot der Berg ideale Möglichkeiten zum Schlittensfahren. Höhepunkte waren Schlittenskonvois. Mehrere Schlitten wurden hinterein-

ander angebunden und so ging die Fahrt entweder den „Zick-Zack-Weg“ (Treppen) hinunter oder von der Abtei die Bergstraße hinab bis zum Markt. Wenn es gut lief, ging es sogar bis zur „Alten Apotheke“. Die auf dem Berg im Lazarett untergebrachten Soldaten haben wir oft auf dem Schlitten mitgenommen, wenn sie in der Stadt etwas zu erledigen hatten. Es war zwar verboten, mit dem Schlitten die Mühlenstraße bzw. den oberen Markt zu überqueren. Der Polizeimeister Lemcke, mit Schnauzbart und Uniform von uns Kindern gefürchtet, wachte streng über die Einhaltung des Verbots. Aber wir Kinder störten uns daran wenig. Kurzum: Der Michaelsberg war für uns eine vertraute Stätte für vielerlei Aktivitäten.

Die Abtei und ihre Mönche waren uns weniger vertraut. Das lag vor allem daran, dass die Nazis 1941 das Kloster aufgehoben hatten. Dennoch blieben zwei Beziehungspunkte. Pater Ludwig Reuel war im Kloster, nunmehr Reservelazarett, verblieben und hatte als kaufmännischer Leiter des Lazaretts die Aufgabe, für die Versorgung der Kranken zu sorgen.

In dieser Eigenschaft fuhr er mehrmals am Tag mit dem PKW und Anhänger an unsere Wohnung vorbei, um Lebensmittel für die Küche des Lazaretts zu transportieren. Wegen der täglichen Begegnungen war uns Pater Ludwig eine vertraute Person.

Es gab noch einen weiteren Beziehungspunkt zur Abtei. Unsere Mutter hatte einen Kreis befreundeter Frauen, Mitglieder des Roten Kreuzes, organisiert, die regelmäßig die Socken der verwundeten Soldaten stopften. Eine mühselige Arbeit, die ehrenamtlich getan wurde. Meine Aufgabe war es, die defekten Socken beim Zahlmeister, der in einem Büro über der Toreinfahrt residierte, abzuholen und repariert wieder zurück zu bringen. Das war eine lohnende Aufgabe. Denn bei der Ablieferung erhielt ich als Belohnung ein paar Bonbons, eine willkommene Gabe in einer Zeit, in der Süßigkeiten für Kinder Raritäten waren. Aus verständlichen Gründen nahm ich zur Ablieferung der Socken meiner Schwester mit, die natürlich auch mit Bonbons beschenkt wurde. So ersparte, ich mir die Teilung der süßen Schätze. Denn es war selbstverständlich, dass solche Geschenke mit den Geschwistern geteilt wurden.

Das enge Verhältnis zum Berg und zur Abtei hatte ein Ende, als am 28. Dezember 1944 das „Haus Bergstraße 1“ bei dem großen Bombenangriff auf Siegburg zerstört wurde. Unsere Eltern kamen dabei ums Leben und es war für uns Kinder vorbei mit unserer bis dahin weit-

## Nostalgisches

---

gehend unbeschwerten Kindheit. Wir wohnten von da an bei unserer Großmutter und Tante in der Siegburger Kronprinzenstraße.

Auch die Abtei wurde bei diesem Angriff sehr stark zerstört. Der Michaelsberg wurde für uns dann noch öfters zum Zufluchtsort. Nach dem schrecklichen Bombenangriff hatten meine Geschwister und ich bei Luftalarm ständig Angst. Wir fühlten uns im Luftschutzkeller des großelterlichen Hauses in der Kronprinzenstraße, ein Bau aus dem Jahr 1911 mit nach unserer Meinung zu leichter Bauweise des Kellers, nicht mehr sicher. Gegen den heftigen Widerstand von unserer Großmutter und Tante liefen meine damals achtjährige Schwester, mein 14-jähriger Bruder und ich, 12 Jahre alt, beim Aufheulen der Sirenen im Eiltempo zum Luftschutzstollen, der in den Berg getrieben worden war. Trotz der beengten Verhältnisse – wir saßen auf irgendwelchen Kisten – und trotz der stickigen Luft fühlten wir uns im Stollen ziemlich sicher und gut aufgehoben, obwohl wir wussten, dass wir verloren waren, wenn eine Bombe vor den Eingang fallen würde.

Mit dem Einzug der Amerikaner am 10. April 1945 hatte dieses Kapitel ein Ende. Das normale Leben – soweit man 1945/46 von Normalität sprechen konnte – nahm seinen Lauf. Erst im Frühjahr 1946 begann für mich wieder die Schule in der Quinta des Jungengymnasiums in der Humperdinckstraße, das im Herbst 1944 wegen der ständigen Luftangriffe den Schulbetrieb eingestellt hatte.

Für mich als 12-jährigen waren die Monate von Kriegsende bis zum Beginn des Schulunterrichts 1946 eine schwierige Zeit. In den ersten Monaten war ich damit beschäftigt, aus den Hinterlassenschaften der Wehrmacht Brauchbares für den Haushalt zu suchen. Der Güterbahnhof war ein ideales Feld. Die verlassenen und zerstörten Waggonen enthielten viel interessantes Werkzeug. Das „Organisieren“ hörte auf, als die staatliche Ordnung sich wieder etablierte und die Diebereien unterband.

Ich suchte eine Beschäftigung. Die Kriegszerstörungen forderten zum Einsatz und zum Wiederaufbau auf. Eines Tages – ich weiß nicht mehr, was mich bewog – begab ich mich zu der weitgehenden zerstörten Abtei auf dem Berg und bot meine Hilfe beim Wiederaufbau an. Ich wurde an Bruder Hubert Reinbach verwiesen, der damals als handwerklich und praktisch veranlagter Klos-

terbruder ein Faktotum für vielerlei Tätigkeiten war. Bruder Hubert fragte mich, ob ich Interesse an Arbeit in der Schreinerei hätte. Ich bejahte dies und so landete ich in der Schreinerei des Klosters, wo ein Schreinermeister für die Reparaturen im Holzbereich zuständig war. Eine Aufgabe in einem Umfang, den man sich heute kaum vorstellen kann. Die Werkstatt war maschinell ordentlich ausgestattet. Ich war also als ungelernter Gehilfe tätig, der versuchte, sich nützlich zu machen. Ob mir das gelungen ist, weiß ich nicht mehr. Von besonderem Vorteil war, dass ich im Kloster verköstigt wurde. Es gab ein Frühstück und ein Mittagessen. Das war in einer Zeit, in der die Lebensmittelversorgung im Argen lag, ein ganz besonderer Vorzug. Ich hatte allerdings Probleme, mich bei den Mahlzeiten im Kreis der Handwerker zurechtzufinden. Ich fühlte mich fremd in dieser Umgebung, hielt aber tapfer durch. Mein 14-jähriger Bruder Heinz arbeitet viele Wochen im Kloster beim Schuttwegräumen. Von morgens früh bis zum Nachmittag war er im Einsatz und kam stets abgekämpft und schmutzig nach Hause. Aber auch ihn zog es wegen der Mittagssuppe in die Abtei.

Mit meinem bescheidenen Beitrag beim Wiederaufbau der Abtei St. Michael schließt sich ein Kreis. Mein Großvater, Rechtsanwalt Dionysius Mielcke, war in der Zeit vor dem ersten Weltkrieg Mitglied der Stadtverordnetenversammlung der Stadt Siegburg und in dieser Eigenschaft Vorsitzender der Zentrumsfraktion. Nach dem Kauf des Abteigeländes durch die Stadt Siegburg im Jahr 1910 hat mein Großvater in den schwierigen Verhandlungen mit der preußischen Staatsregierung mitgeholfen, die Benediktinerarbeit auf dem Michaelsberg neu zu gründen. 1914 war es so weit. Die Benediktiner besiedelten wieder den Michaelsberg.

Meiner Heimatstadt fühle ich mich nach wie vor eng verbunden, bin noch Mitglied im Siegburger Ruderverein und werde von meiner in Siegburg lebenden Schwester über interessante Entwicklungen wie zum Beispiel die neue Zweckbestimmung des Abteigebäudes auf dem Laufenden gehalten.

Eingereicht von Dr. Karl Friedrich Kirchner, Ulm

### Blau-Weiße-Funken 1955 unterwegs mit Freundinnen auf dem Michaelsberg, unvergessen unsere Jugendzeit



Dazu passend das Lied „Schön ist die Jugend bei frohen Zeiten“

Schön ist die Jugend bei frohen Zeiten,  
schön ist die Jugend, sie kommt nicht mehr.  
Bald wirst du müde durchs Leben schreiten,  
um dich wird's einsam sein, im Herzen leer.  
Drum sag ich's noch einmal,  
schön ist die Jugendzeit,  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.  
Sie kommt, sie kommt nie mehr,  
kehrt niemals wieder her.  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.

Es blühen Blumen auf Flur und Halde,  
sie welken alle im Jahreslauf.  
Und so das Menschenherz verwelket balde  
und blüht zum zweiten Mal nicht wieder auf.  
Drum sag ich's noch einmal  
schön ist die Jugendzeit,  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.  
Sie kommt, sie kommt nie mehr,  
kehrt niemals wieder her.  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.

Es blüht der Weinstock, trägt schwere Reben,  
und aus den Reben fließt süßer Wein.  
Wir woll'n die Jugend froh mit ihm durchleben,  
er bringt uns Glück und Sonnenschein.  
Drum sag ich's noch einmal  
schön ist die Jugendzeit,  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.  
Sie kommt, sie kommt nie mehr,  
kehrt niemals wieder her.  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.

Vergang'ne Zeiten keh'r'n niemals wieder,  
verschwunden ist dein junges Blut.  
Drum freut des Lebens euch, singt frohe Lieder,  
solang' die Jugend im Herzen loht.  
Drum sag ich's noch einmal  
schön ist die Jugendzeit,  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.  
Sie kommt, sie kommt nie mehr,  
kehrt niemals wieder her.  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.

Vergang'ne Zeiten keh'r'n niemals wieder,  
drum Brüder lachet, scherzt und singt.  
Doch wenn die Alten das Glas erheben, dann kehrt  
noch einmal  
die Jugend zurück.  
Drum sag ich's noch einmal  
schön ist die Jugendzeit,  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.  
Sie kommt, sie kommt nie mehr,  
kehrt niemals wieder her.  
schön ist die Jugend, sie kommt nie mehr.

Eingereicht von Liesel Schäfer, Siegburg

#### Korrektur zur Namenssuche in der Frühjahrs- und Sommerausgabe

In Heft 181 und 182, jeweils Seite 42, eine Korrektur zum gesuchten Namen: Der Polizist in der Bildmitte (Bild mit "Lottchen") ist nicht Walter Volkmann, sondern Walter Olbort. Das teilte uns Frau Olbort telefonisch mit.

#### Korrektur zur Fotoerinnerung des SSV 04 von 1961 in der Sommerausgabe

In Heft 182, Seite 58, steht unter dem Bild der Deutschen Amateur Vizemeister SSV 04 von 1961 irrtümlicherweise das Kreuzzeichen hinter dem Namen Friedhelm Alda. Das ist falsch. Es war eine Verwechslung mit seinem Bruder Eberhard.

## Was Grabsteine erzählen

### Fortsetzung aus der Frühjahrsausgabe Heft 182

Eines Morgens, gegen 6:00 Uhr, begegnete er auf dem Weg zum Bahnhof dem alten Herrn, der ihm vergnügt und leicht schwankend entgegenkam. „Ja, wo kommen Sie denn her?“ wollte Helmut wissen. Darauf Herr Wellmann fröhlich: „Ich war im Eve [einer Bar in der Bonner Rathausgasse] und hab mir nackte Frauen angeguckt!“ Dabei hatte er offenbar auch tüchtig gebechert. An seinem letzten Geburtstag, den er in seinem Haus feierte, soll er auch Wein getrunken haben, dann in sein Schlafzimmer hinaufgestiegen und dort friedlich entschlafen sein.

Herr Schellberg berichtete mir, dass sein Vater in den 1930er Jahren zwei Jahre in der Schreinerei Wellmann beschäftigt war. Auch Herr Schellberg erinnerte sich, dass es nicht einfach war, mit Herrn Wellmann auszukommen. Seine Söhne hätten ihm auch manchen Streich gespielt: So hätten sie Streichholzstückchen in seinen Pfeifenkopf gesteckt, so dass die Pfeife nicht mehr richtig zog.

1957 bekam Herr Schellbergs Firma den Auftrag, acht neue Kirchenbänke für St. Anno zu fertigen. Dafür war der vorhandene Raum in der eigenen Werkstatt nicht

ausreichend, so dass man Herrn Wellmann bat, seine Werkstatt, in der nicht mehr gearbeitet wurde, benutzen zu dürfen. Das gestattete Herr Wellmann auch, hatte sich jedoch ausbedungen, dass dort sozusagen unter seiner Oberaufsicht gearbeitet wurde. Das Resultat konnte sich sehen lassen: Die neuen Bänke entsprachen so genau dem Vorbild der vorhandenen, dass niemand einen Unterschied bemerkte.

Als wir nach dem Tod meiner Eltern das Haus in der Albertstraße an eine portugiesische Familie vermieteten, waren die beiden Schwestern offenbar damit gar nicht einverstanden: Sie beschwerten sich häufig bei unseren Mietern über Kleinigkeiten und behandelten sie unfreundlich. Dies änderte sich erst, als Frau Arendt eines Tages auf ihrem Grundstück hinfiel und aus eigener Kraft nicht mehr aufstehen konnte. Ihre Hilferufe wurden von dem Sohn unserer Mieter gehört, und er half der alten Dame beim Aufstehen und brachte sie in ihre Wohnung zurück. Seitdem standen unsere Mieter hoch im Kurs. Zu Ostern und zu Weihnachten fanden sie einen Schokoladenhasen oder einen Nikolaus vor der Tür. Frau Klein ging sogar so weit, unseren Mietern eine Wohnung anzubieten, „falls die Amanns Sie mal rauschmeißen!“ Als wir 1997 tatsächlich wegen Eigenbedarf kündigten, meinte Frau Klein auf Anfrage jedoch, die Wohnung ihrer Eltern müsste erst ausgeräumt und



Frau und Herr Wellmann

grundlegend renoviert werden, und dazu habe sie nicht mehr die Kraft.

Frau Arendt, die ältere der beiden Schwestern, war diejenige, die sich um das Grundstück gekümmert und oft dort im Garten gearbeitet hatte. Wie ihre Schwester war sie eine harte Frau, die kaum über den Zaun grüßte, wenn sie einen von uns sah. Von Frau Klein wusste ich, dass sie als Buchhalterin gearbeitet und diese Tätigkeit offenbar sehr gern ausgeübt hatte. In den 1950iger Jahre erwartete die Gesellschaft, dass Frau als Mutter die Berufstätigkeit aufgab. Über Frau Arendt wusste ich nichts. Erst als ich vor einigen Tagen vor ihrem Grab stand, fiel mir auf, dass ihr Mann noch 1945 gefallen war: Sein Name – Norbert Arendt, Ingenieur – steht auf einem unbehauenen gelblichen Stein, fast einem Findling, seitlich neben dem breiten, konventionell polierten Stein für die Eheleute Wellmann. Natürlich kann ich nur spekulieren, wann dieser Stein aufgestellt wurde, wahrscheinlich jedoch deutlich früher als der große Stein: Vor dem Todesjahr von Norbert Klein ist nämlich das Symbol des Eisernen Kreuzes eingemeißelt – das war in den späten 1950iger Jahren nicht mehr üblich. Während Herr und Frau Klein vermutlich unter derselben Steinplatte ruhen, steht Frau Arendts Name unter den Namen ihrer Eltern. Als ihr Mann fiel, war sie erst 37 Jahre alt. Wie lange sie und ihr Mann da verheiratet waren, konnte ich nicht feststellen. Jedenfalls war sie kinderlos, genau wie ihre Schwester, die in meiner Gegenwart mehrfach sagte: „Isch hab kein Kind und kein Rind.“ Frau Arendt war die älteste von den vier Wellmann-Kindern. Ihr nächstjüngerer Bruder war Gerhard. Ob sie ihm deshalb besonders nahe stand? Ihre Geschwister Hermann und Hildegard waren deutlich jünger als sie; sie wurden erst nach dem Ersten Weltkrieg geboren. Herr Busch, ihr Großcousin, bestätigte mir, dass Frau Arendt Volksschullehrerin war. Bis zu ihrem Tod lebte sie im Haus ihrer Eltern auf der Kaiserstraße und wurde 86 Jahre alt.

Als wir 1999 in mein Elternhaus einzogen, war sie bereits verstorben, und wir mussten uns mit Frau Klein auseinandersetzen. Für uns war sie ebenfalls eine schwierige Nachbarin: Während der Umbauphase unseres Hauses mussten wir sie um Erlaubnis bitten, ihr Grundstück zu betreten, um von dort aus Bauarbeiten durchzuführen. Diese Bitte schlug sie uns rundheraus ab.

Weil ich über das Leben der beiden Wellmann-Töchter nichts herausbringen konnte, wandte ich mich an Martina Clasen, die seit dreißig Jahren auf der Kaiser-

straße, schräg gegenüber von Familie Wellmann, wohnt. Sie erinnerte sich, dass Frau Arendt ihre Arbeiten auf der Straße gern mit Kittelschürze und einem Kopftuch, das über der Stirn verknötet wurde, verrichtete. Frau Klein dagegen kannte sie näher, besuchte sie hin und wieder, unter anderem, weil Martina die Werkstatt in der Albertstraße gern gepachtet hätte, aber davon wollte Frau Klein nichts wissen.

Während sie ihre Familie jedes Jahr zur Feier ihres Geburtstages in den Kaiserhof einlud, hatte sie offenbar mit anderen Menschen schlechte Erfahrungen gemacht, die sie misstrauisch und grantig werden ließen.

Erst als Frau Klein 2009 starb, konnte Martina von deren Großcousin das ganze Gelände pachten, die Werkstatt entrümpeln und renovieren. Sie legte einen wunderschönen Garten an, der vielleicht sogar Frau Arendt gefallen hätte.

Als wir uns im letzten Sommer über Familie Wellmann unterhielten, erklärte mir Martina, dass es bei dem Erhalt von Werkstatt und Wohnung gar nicht um die Eltern gegangen war: Die Schwestern hofften auf die Rückkehr ihres vermissten Bruders. Wenn er nach Hause kam, sollte er alles so vorfinden, wie er es verlassen hatte. Dies lässt das Verhalten der Schwestern in einem ganz anderen Licht erscheinen.

Bei meiner Beschäftigung mit dem Ersten Weltkrieg ist mir klar geworden, dass der Bescheid „vermisst“ letzten Endes schlimmer für eine Familie war als die eindeutige Todesnachricht. Diese Nachricht war endgültig, und so wenig sich Eltern, aber vielleicht auch Geschwister oder Ehefrauen, damit abfinden konnten und es vermutlich auch nie wirklich taten, so ließ dieser Bescheid doch andererseits keinen Raum für Hoffnung oder Illusion. Von vielen Menschen, deren Brüder oder Söhne im Krieg vermisst waren, hörte ich, dass sie bis zu ihrem eigenen Tod den Gedanken an eine mögliche Rückkehr des geliebten Angehörigen nicht aufgegeben hatten. So ähnlich muss es Maria Arendt und Hildegard Klein auch gegangen sein. Sie hatten beide keine Kinder, die sie vielleicht von diesem Kummer hätten ablenken können.

Wenn ich das Grab meiner Eltern auf dem Nordfriedhof besuche, bleibe ich immer vor der Wellmann'schen Grabstelle stehen und denke an diese Familie und an die Lebensumstände, mit denen sie fertig werden mussten.

Eingereicht von Eva Amann-Brockhaus, Siegburg

# Nostalgisches

## Nachträge und weitere Erinnerungen zu Beiträgen aus Heft 182

Zum Titel „Deichhaus wird mobil“, Seite 40.  
Das erste Auto im Siegburger Stadtteil „Deichhaus“ gehörte Josef Brambach!

Aus meiner Erinnerung möchte ich noch einiges nachtragen, obwohl ich noch ein paar Jährchen jünger bin.

Es war Ende der 1920er Jahre. Ein Herr Bäckermeister Kirsch hatte seinen Laden auf der Frankfurter Straße am Bahnübergang. Er nahm mich mal bei einer Kundenauslieferung mit seinem Ford (hochbeinig) zu einer Fahrt mit. Für mich ein tolles Erlebnis; die erste Autofahrt meines Lebens!

Als nächstes: Praktischer Arzt Dr. Becker! Sehr bekannt und beliebt! Er hatte seinerzeit ein motorisiertes Dreirad und Chauffeur. Später war er Chef des Troisdorfer Krankenhauses. Verschiedene amüsante Geschichten wurden erzählt, jedoch zu Gunsten der Leute!

Ich wohnte damals im vorderen Teil (vor dem Bahnübergang) der Bonner Straße, fast Frankfurter Straße. An diesem „Verkehrsknotenpunkt“ hatten die Gebrüder Brodesser wohl die erste Shell-Tankstelle, außerdem hatten sie ein Fuhrgeschäft (Pferd und Wagen).

Die Belieferung der Kunden erfolgte zunehmend über Fahrzeuge, die nicht alle motorisiert waren. So hatten wir einen Anbieter, einen Bäcker, der hatte einen vierräderigen Kastenwagen, der von einem großen Hund und dem Chef selber gezogen wurde!

Von außerhalb (ländlich) kam ein Bäcker mit Pferd und Wagen, der hatte so leckere Rosinen-Brötchen.

Ich wohnte neben dem Gasthof Wenigmann. Jedes Jahr zur Heringszeit kam ein Holländer mit frischen Fischen im Faß. Er wohnte im Hotel Wenigmann und zog von dort täglich zum Verkauf durch die Straße. Ebenfalls hat mal ein Bauchredner eine Zeitlang dort gewohnt.

Sehr gefreut habe ich mich über die Fotoerinnerung der Deichhäuser Junggesellen (Seite 49), da ich selbst ein geborener Deichhäuser bin. Das Bild bringt viele „Alte Gesichter“, schließlich sind sie ja ein paar Jährchen älter. Die Familie Schneider ist gleich mit drei Mann vertreten, in späteren Jahren hatte ich mit dem Wilhelm als Beinahe-Nachbar zu tun. Der Peter Schneider war von einem anderen Stamm.

So bringt eine Geschichte die andere, doch für heute will ich meinen Beitrag beenden!

Eingereicht von Erich Sieben, Siegburg

## Einschulung 1937

In Ergänzung des Berichtes von Gert Schneider, Heft 181, Seite 44, noch ein Beitrag.

Mein Zeugnisheft der Einschulungsklasse zeigt, dass sich im Laufe der Zeit der Lehrstoff gewaltig geändert hat.

0. Klasse  
 in Siegburg Kreis Sieg

### Jahreszeugnisse

für Ben- und Name: Schneller Josef Peter  
 Wohnort: Siegburg  
 Geburtsort: R.  
 Geburtsort: Siegburg Kreis Sieg  
 Geburtsdatum: 23. 6. 31.

Schuljahr	Jahreszeugnisse:			Befähigung
	1. a.	2. a.	1939/40.	
Strategen	gut	gut	gut	gut
Mathematik	gut	befriedigend	befriedigend	gut
Ordnung u. Neatigkeit	gut	gut	gut	gut
Körperbau	gut	gut	befriedigend	gut
Wissen	gut	gut	gut	gut
Arbeitsweise	gut	gut	befriedigend	gut
Rechnen	gut	gut	befriedigend	befriedigend
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				
Wissen				
Arbeitsweise				
Rechnen				
Wahrnehmung				
Zeichnen				

### Die alte Schultür der Schule Friedensplatz

Das Bild der Schule Friedensplatz mit der Zerstörung 1945 ist der Anlass dazu, einen Beitrag zu leisten.

Im Jahr 1992 habe ich die Geschäftsräume der Fa. Eisenwaren Krebs in der Bahnhofstraße 10 übernommen und umgebaut und renoviert.

Die Verbindung des Geschäfts zum Innenhof war mit einer schweren Holztür versehen, die mit grauer Lackfarbe dick bestrichen war.



Herbert Krebs sagte mir:

Das ist die alte Schultüre vom Friedensplatz, die wir nach dem Bombenangriff aus den Trümmern geholt haben.

Diese alte Schultüre war zweiflügelig; die habe ich bei unserem Schulbesuch ab 1937 beschritten.

Nun hatte ich die Möglichkeit nach vielen Jahren sie restauriert der Nachwelt zu erhalten.

Die Tür wurde abgelaut und von ihrer dicken Farbe befreit.

Sie erstrahlt im alten Glanz. Ein Dekorationsstück im Atrium unseres Damen-Modegeschäftes.

Der bekannte Maler Josef Hawle füllte die Rückwand

mit einem für ihn typischen Bild der Stadt und Abtei dekorativ aus (Foto unten).

Ein original Straßenschild vom Friedensplatz in Blau mit weißer Schrift ergänzt die Szenerie.

Diese Erinnerung an früher hat viele Besucher erfreut und mir Gewissheit gegeben, ein altes Stück Siegburg erhalten zu haben.

Eingereicht von Hans-Peter Schneller, Anger



## Schule früher und heute

Zu meiner Zeit, als wir eingeschult wurden, hatten wir eine Schiefertafel und Griffeln. Die Tafel war auf einer Seite liniert, auf der Rückseite kariert. Die Tafel hatte einen Holzrahmen, der auf der kurzen Seite ein Loch hatte, wo der Tafellappen befestigt war. Die Griffel befanden sich in einer Griffeldose, sofern man eine hatte, sonst waren sie mit einem Gummiband zusammengehalten. Nicht jeder Schüler hatte einen Ranzen. Ich hatte eine alte, abgewetzte Aktentasche, an die mein Vater aus einem alten Ledergürtel zwei Träger angenietet hatte, um sie auf dem Rücken zu tragen. Wir gingen alleine in die Schule, ohne ein Elternteil. Auch hatten wir noch Respekt vor der Lehrerschaft, das hatten wir von zu Hause mitbekommen.

In den nächsten Klassen hatten wir dann schon Schreib- und Rechenhefte sowie Bleistifte zum Schreiben. Das Lesebuch, das wir bekamen, mussten wir in Ehren halten, denn das wurde an die nächsten Schüler weitergegeben, deshalb wurde es mit einem Umschlag versehen, damit es nicht schmutzig wurde, genau so die Hefte.

Es soll aber keiner glauben, dass die Umschläge alle gleich aussahen, mitnichten, einer hatte braunes Packpapier, wieder ein anderer Schrankpapier, der nächste aufgebügeltes Geschenkpapier usw.

Vorne auf dem Umschlag klebte man ein kleines Schild mit dem Namen des Schülers.

Später gab es dann eine Revolution, es gab Federhalter und Tintenfäßchen. Ab da wurde mit Tinte geschrieben, ich muss noch erwähnen: Ohne Löschblatt ging gar nichts. Die Familie, die es sich leisten konnte, kaufte ihren Kindern Füllfederhalter.

Zu meiner Zeit wurde in der Rechenstunde noch mit dem Kopf gerechnet, wir hatten keine Taschenrechner.

Erdkundeunterricht war mit großem Aufwand verbunden. Aus dem Lehrerzimmer wurde ein großes Stativ geholt und eine aufrollbare Karte, etwa 2x3 Meter, daran aufgehängt. Ein langer Zeigestock war vonnöten.

Beim Gesangsunterricht wurden erst die Stimmen der einzelnen Schüler getestet, gesungen wurde immer mehrstimmig, meistens Volkslieder.

Einmal in der Woche war Schulmesse, ein Schüler wurde dann immer vom Lehrer zum Vorlesen bestimmt.

Noch zu erwähnen ist, dass wir von zu Hause immer Pausenbrot mitbrachten.

Eingereicht von Hans Schiefen, Hennef-Söven

## Das Bild von 1925

zeigt je ein Vereinsmitglied der Deutschen - Jugend - Kraft (DJK) Siegburg und dem katholischen Jünglingsverein Siegburg mit ihren Vereinselementen.

Der Spruch des Jünglingsvereins lautete:



"Tapfer und Treu, das ich meiner Väter würdig sei. Das ist des Jünglings edle Art, darin sein Mut sich offenbart."

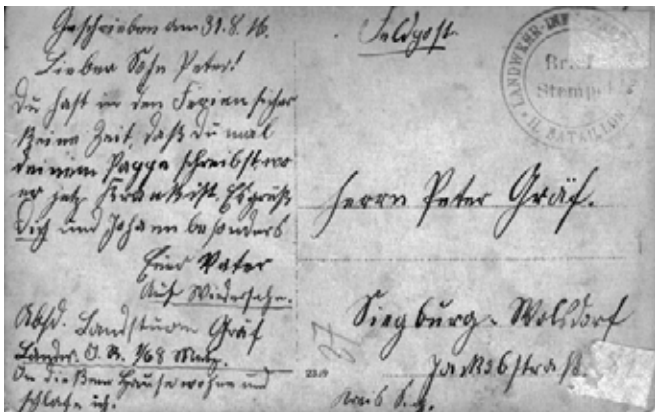
Eingereicht von Hans-Peter Schneller, Anger



## Der erste Weltkrieg 1914-1918

Geschrieben am 31.08.1916: ein Vater schreibt aus dem Feld an seinen 11-jährigen Sohn:

Mein lieber Sohn Peter,  
du hast in den Ferien sicher etwas Zeit, dass du mal deinem Papa schreibst, wo er jetzt krank ist. Es grüßt dich und Johann besonders, dein Vater. Auf Wiedersehen. In diesem Gebäude wohne und schlafe ich.



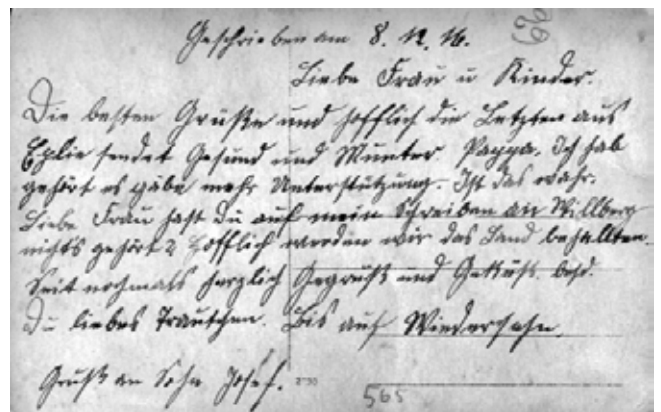
Da war das Haus, in dem er wohnte und schlief, noch bewohnbar.

Geschrieben am 08.12.1916 schreibt der Ehemann aus dem Feld an seine Familie

Liebe Frau und Kinder,  
die besten Grüße und hoffentlich die letzten aus Metz sendet gesund und munter euer Papa. Ich habe gehört, es gäbe etwas mehr Unterstützung. Ist das wahr? Liebe Frau: Hast du auf mein Schreiben an Willbergs nichts gehört? Hoffentlich werden wir das Land behalten. Seid nochmals herzlichst begrüßt und geküsst. Besonders du, liebes Traudchen. Bis auf ein Wiedersehen. Gruß an Sohn Josef

Die Post vom 08.12.1916 zeigt deutlich, dass das Quar-

tier zerstört und nicht mehr bewohnbar war. Es zeigt Soldaten bei den Aufräumarbeiten. Trotzdem treibt ihn die Sorge um die Familie um, und er macht sich Gedanken, ob das Auskommen zu Hause zum Überleben auch reicht. Zwei Jahre lang sollte der Krieg noch dauern, und viele, viele Väter und Ehemänner sollten diesen grausamen Krieg nicht überleben.



Möge ein solcher Krieg unser Land nie mehr heimsuchen, mit Millionen Toten auf den Schlachtfeldern Europas.

Eingereicht von Liesel Schäfer, Siegburg

### Bin ich ein Siegburger Junge?

Seit dem Jahre 1984 bin ich Mitarbeiter bei den „65er Nachrichten“. Bis heute habe ich etwa 200 Beiträge in Wort und Bild zu den Heften beigetragen. Damit dürfte ich der Spitzenreiter unter den Autoren gewesen sein. Das alles war zwar mit Arbeit verbunden, aber die Mitarbeit an den 65er Nachrichten hat mir auch großen Spaß bereitet! Immer wieder habe ich lobende Worte und Interesse von vielen Lesern erhalten. Einmal erzählte mir ein Ehepaar: „Wir zanken uns immer wieder, wer die 65er Nachrichten zuerst lesen darf.“

Das ist alles nicht verwunderlich, denn unsere Zeitschrift für die Alten ist in ihrer Art etwas Wertvolles und Einmaliges. Ich habe Zeitschriften für die älteren Mitbürger der Städte Bonn und Köln erhalten, die zwar von Profis gestaltet waren, aber von ihrem Inhalt und der Aufmachung her nicht an die Siegburger Ausgaben heranreichten. Das liegt an dem großen Kreis der Mitarbeiter in Siegburg, die mit ihren Gedichten, Aufsätzen und Bildern ihre persönlichen Erfahrungen mit einbringen, die gerne gelesen werden. Dieses Interesse lässt einfach nicht nach!

Ich bin zwar aus Kiel und nicht in Siegburg geboren, aber dennoch fühle ich mich als alter Siegburger. Meine Familie zog 1938 von Kiel nach Siegburg, da sich mein Vater als preußischer Beamter hierhin hatte versetzen lassen. Wir bezogen unsere Wohnung in der Weierstraße 28 im Haus des Fuhrunternehmers Johann Böckem. Durch diese alteingesessene Siegburger Familie, durch meine Freunde aus der Aulgasse und den Nebenstraßen sowie durch mein riesiges Spielfeld zwischen dem Gasthaus „Jägerhof“ an der Aulgasse und den Wiesen und Feldern zwischen der Aulgasse und dem Rasthaus an der Reichsautobahn erfuhr ich meine rheinische Sozialisation, die mich zum Siegburger machte.

Hier meine Stationen. Ostern 1938: Einschulung in die Ev. Volksschule Siegburg, Humperdinckstraße bei Lehrer Pöttgen, Ostern 1939: Umschulung in die Gemeinschaftsvolksschule in der Bambergstraße (Nordschule, Schulreform). Der Beginn des Zweiten Weltkrieges überraschte meine Familie zum 01.09.1939 während des Sommerurlaubs auf der dänischen Insel Römö, 1943 Einschulung nach Aufnahmeprüfung im Jungengymnasium Siegburg, Humperdinckstraße, Oktober 1944 das Gymnasium stellt seinen Unterricht bis November 1945 ein (es mussten erst noch Schäden beseitigt und unbe-

lastete Lehrer gesucht werden) wegen der Fliegerangriffe bei Tag und Nacht und wegen vermehrter Tieffliegerangriffe, 28.12.1944 und 06.03.1945 schwerste Bombenangriffe mit großen Schäden auf Siegburg. Wir hörten zu dieser Zeit den ganzen Tag über schwersten Artilleriebeschuss auf das von den Amerikanern umkämpfte Köln. Unsere Mutter entschließt sich mit vier Kindern und unserer Großmutter am 07.03.1945 nach Norddeutschland zu fliehen. Wir sind eine ganze Woche bis Hamburg unterwegs, da die Züge der Reichsbahn wegen der Tieffliegerangriffe nur nachts fahren. Da der Siegburger Bahnhof zu diesem Zeitpunkt geschlossen ist, fährt uns die Tochter unseres Hauswirts, Maria Böckem, mit PKW und Anhänger bis nach Eitorf. In Schleswig-Holstein werden wir freundlich auf einem großen Bauernhof in dem Dorf Klinkrade untergebracht, müssen aber in drei verschiedenen Häusern übernachten und kommen nur zu den Mahlzeiten zusammen. Auf dem Bauernhof helfe ich fleißig bei den Erntearbeiten, Mitte April Einmarsch englischer Truppen im Dorf ohne Menschenopfer und Zerstörungen, Mitte September 1945 wagte Mutter wieder die Heimfahrt nach Siegburg (wieder eine Woche unterwegs z.T. in Güterwagen). Verpflegt wurden wir von den Bahnhofsmissionen. Der Zug brachte uns seltenerweise bis nach Bonn. Mit einem Bötchen ging es über den Rhein und weiter zu Fuß auf Siegburg zu. Wegen der vom Militär angeordneten Sperrstunde mussten wir in Hangelar anhalten, konnten aber dort bei Bekannten übernachten.

Unsere Wohnung in der Weierstraße war belegt und so fanden wir erst nach Wochen in der Kronprinzenstraße in Diensträumen des Kulturamtes eine Wohnung, wo mein Vater nach seiner Kriegsgefangenschaft wieder arbeiten konnte.

Jetzt geht es stichwortartig weiter: November 1945 wieder Schulunterricht im Jungengymnasium Humperdinckstraße (1 ½ Jahren durch Kriegseinwirkung verloren!), Schulspeisung, im Herbst 1945, Eintritt in die Turnabteilung des Siegburger Turnvereins, Herumklettern in den Ruinen des kriegszerstörten Siegburgs.

Als das Erlebte mehr und mehr zu dem wurde, was wir unter dem Begriff „Geschichte“ kennen, begann ich, mich intensiv mit dieser auseinanderzusetzen. Ich wurde Mitglied im Geschichts- und Altertumsverein für Siegburg und den Rhein-Sieg-Kreis, im Heimatverein Lohmar-Birk, im Rheinischen Verein für Denkmalpflege und Landschaftsschutz, verfasste zahlreiche Beiträge zur Heimatgeschichte in den Jahresveröffentlichungen

dieser Vereine und im Jahrbuch des Rhein-Sieg-Kreises. Ich schrieb ferner das Buch „Siegburg und die Königlichen Werke“ innerhalb der Reihe des Geschichts- und Altertumsvereins im Rheinlandia Verlag. Einen ersten Beitrag in den 65er Nachrichten lieferte ich 1984, um Kontakt aufzunehmen mit Zeitzeugen der Königlichen Werke.

Aus meinen Erfahrungen und Erlebnissen im Siegburger Raum konnte ich für meine zahlreichen Beiträge in den 65er Nachrichten schöpfen. Für Verdienste um den Sport und die Heimatgeschichte wurde ich mit dem Ehrenwappen der Kreisstadt Siegburg (2002) und 1997 mit dem Bundesverdienstkreuz am Bande ausgezeichnet. Ich hoffe, dass ich meiner Altersbeschäftigung noch einige Jahre nachgehen kann!

Eingereicht von Hans Warning, Lohmar

## Fotoerinnerung:



Drogerie Hochgürtel in der Holzgasse um 1920

Eingereicht von Renate Griegel, Siegburg

## Jugenderinnerung

En Appeltaat meng Motter maat, die wor zom Esse fass ze schad! On Röpstell-Moos, dat konnt se koche, do hätt me at van feen jeroche, wie jood dat schmack; och Eeze-zupp möt Speck on Ölech nur so flupp ihr von de Häng, wie Waffele – miee ooße janze Schaffele! Zom Kaffee jov et Käs on Krock. Et kom och vür, dat me sech plock blau Wolbere on Kooche book on dat me riefte Kiesche sook für Kieschezupp on stieve Ries; nur Eepel on Bruut, dat fong ech fies! Quellmänne hat ech dovür jeen, de oß ech fröh bes dat de Steen am Himmel wore, heeß mött Botte janz freschjeschällt van Menge Motte. Die breet och prima Panneschieve, Rievkoche och, ech överdrieve net, wat et alles joodes jov, von morjens fröh bes en de Schloof. Doch maneche werklech domme Flappes suur Bonne net on suure Kappes moch eiße! Ävve jooode Wuesch on Himbeersaf für Sommeduesch, on jode Platz on fein Jebäck wor schnell os Köch on Döppe, die däten em Dezembe höppe, een no de ande en de Mul, dobei wor me ke bessche ful. Och Kaffeedeelche met Kompott on Putsch, die wore ruckzuck fott. Als Kaffee jov et Muckefuck us Kooen on selden ene Schluck von jode, düüre Kaffeebonne; wer hätt sech die at leiste konne? Doch maneche jooode Botteram on ovv en Appelkoochepann. Do freut sech jede kleene Dotz noch övver ene Kandisklotz, wie övve ene Wuesch mött Mostert – do danz de maneche domme Hospet! On maneche aal veloche Schruuv mooch jeen doch en jebroden Duv. Die joov et selden, wann et flupp, dann joov et sonndachs Honndezupp! Vell Eepel on Andiveschloot, die maaten satt, die wore jood!

Eingereicht von Gertrud Knobloch, Berg/Starnberg

### Goldhochzeit unbekannt

Mit Interesse lese ich die elektronische Ausgabe der 65er Nachrichten. Vieles erinnert an meine Kindheit und Jugend in Siegburg. Vor allem die alten Fotos wecken Erinnerungen an diese Zeit.

Im Nachlass meiner Mutter habe ich ein Foto gefunden, welches wahrscheinlich aus Anlass einer Goldhochzeit aufgenommen wurde. Dem Bild nach zu urteilen, könnte es nach dem Ersten Weltkrieg aufgenommen worden sein. Ich vermute dies, weil die abgebildeten jüngeren

Männer glattrasiert sind und keinen Bart tragen wie es einst zu Zeiten Kaiser Wilhelms üblich war.

Es könnte auch sein, dass dieses Foto in Siegburg in der Mittelstraße aufgenommen wurde. Das Haus im Hintergrund erinnert mich an die Mittelstraße, in der ich in meiner Kindheit oft gespielt habe.

Vielleicht erkennt ja ein Leser, um welche Familie es sich hierbei handelt.

Eingereicht von Annemarie Herrmann



### Die Zeughausstraße

#### Historie:

Die Zeughausstraße. Nr. 5 ging in die Geschichte ein.

#### Das Zeughaus:

Als Zeughaus wird ein Gebäude bezeichnet, in dem Waffen und militärische Ausrüstungsgegenstände gelagert und instandgesetzt wurden.

Das einstige königlich-preussische Zeughaus in der Zeughausstraße Nr. 5 erlangte Bedeutung, als Freischärler 1849 versuchten, das Zeughaus zu erstürmen. Unter ihnen waren die Revolutionäre Carl Schurz und Gottfried Kinkel.

Sie machten sich von Bonn aus auf den Weg nach Siegburg, wurden aber bereits in Hangelar gestoppt.

## Herbst 1914

### Hintergrund:

Nach der Pariser Februarrevolution 1848 und den Aufständen in Berlin und Wien erreicht der Revolutionsgedanke auch Bonn.

Am 17. November 1848 berief der Revolutionär Gottfried Kinkel die Bürgerwehr ein. Sie entschied, den Beschluss der Berliner Nationalversammlung zur Steuerweigerung zu befolgen.

Am 18. und 19. November 1848 wurden Schlacht- und Mahlsteuer an den Stadttoren nicht eingefordert. Am 20. November musste die AKTION wegen der einrückenden Infanterie-Bataillons abgebrochen werden. Die Bürgerwehr wurde am 2. Januar 1849 aufgelöst.

Im Mai 1848 tagte die Nationalversammlung in der Paulskirche. Die „Frankfurter Verfassung“, nach der es ein Deutsches Reich ohne Österreich geben sollte, wurde angenommen.

Der Kaiser des Deutschen Reiches sollte der preußische König sein. Als dieser die Krone im April 1849 ablehnte, war die Revolution gescheitert.

Es kam zu Aufständen.

Am 10. Mai 1849 beteiligte sich Gottfried Kinkel an dem Versuch, das Siegburger Zeughaus einzunehmen, der jedoch scheiterte.

Im Juni 1849 gehörte er zu den Revolutionären des badischen Aufstandes, der ebenfalls niedergeschlagen wurde. Kinkel wurde gefangengenommen und zu lebenslanger Haft im Zuchthaus verurteilt.

Im Mai 1850 musste sich Kinkel vor dem Kölner Gericht für seinen Zug nach Siegburg verantworten. Wegen seiner meisterhaften Verteidigungsrede, die heute hochberühmt ist, wurde er freigesprochen. Trotzdem wurde er wegen des badischen Aufstandes in Zuchthaus genommen.

Im November 1850 wurde Kinkel von seinem Freund und Mitstreiter Carl Schurz aus dem Zuchthaus befreit.

Eingereicht von Heinz Neumann, Siegburg

Im Sommer und Herbst 1914 wurden die ersten Reservisten auch in Siegburg zum Kriegsdienst eingezogen. Die damals noch junge Pfarrgemeinde St. Anno wollte ihren ins Feld ziehenden Soldaten einen würdigen Abschied bereiten und hatte ihre Soldaten samt ihren Angehörigen eingeladen. Mein Großvater hat als Kirchenchormitglied an diesem Abschied teilgenommen. Als dann die Männer zum Abmarsch bereitstanden, kam es zu herzzerreißenden Abschiedsszenen. Lediglich eine Frau, die neben meinem Großvater stand, schien recht unbekümmert und fröhlich zu sein, was ihn erstaunte und zu der Frage drängte: „Dat ühre Mann en d'r Kreech moß schenk üch evver wennich uszumaache?“. Darauf die Frau: „Wenn d'r Franzmann esuvell Klöpp vun demm kritt wie ich, dann hann m'r d'r Kreech ald jewonne.“

Nachtrag:

Wie die Geschichte dieses Mannes und seiner Frau ausgegangen ist, weiß ich nicht. Auch habe ich damals, als mein Großvater mir diese kurze Geschichte erzählte, nicht weiter nachgefragt. So hätte der Mann ja den Ersten Weltkrieg überleben können. Vielleicht wäre er verwundet wieder nach Hause gekommen, geläutert durch das Kriegserlebnis. Nach nüchternem Abwägen der Chancen, glaube ich eher, dass der Mann die menschenverschlingenden Schlachten an der Westfront nicht überlebt hat.

Von dem Liedermacher und Sänger Hannes Wader möchte ich aus der ersten Strophe des Liedes: „Es ist an der Zeit“ noch einige Zeilen anfügen:

Weit in der Champagne im Mitsommergrün,  
dort wo zwischen Grabkreuzen Mohnblumen blühen,  
da flüstern die Gräser und wiegen sich leicht  
im Wind, der sanft über das Gräberfeld streicht  
auf deinem Kreuz finde ich toter Soldat deinen Namen  
nicht,  
nur Ziffern  
und jemand hat die Zahl 1916 gemalt.....

Eingereicht von Heinz Roßbach, Bad Münstereifel

### Die erste Ärztin im Siegkreis – Frau Dr. med. Luise Baare Fachärztin für Kinderheilkunde

Es war im Juni 1924, als Dr. Luise Baare in Siegburg ihre Praxis als Kinderärztin eröffnete. Am Anfang war es für sie sehr schwierig, brach sie doch in eine reine Männerdomäne ein. Eine Frau, das ging doch gar nicht! Und sie wurde von ihren Kollegen auch nicht beachtet. Eines Tages erkrankte das Kind eines Siegburger Arztes, doch keiner von den Kollegen wusste Rat und konnte dem Kind helfen. Die Not und die Sorge waren groß und da konsultierte man Frau Dr. Baare. Mit ihrem Fachwissen übernahm sie die Behandlung und konnte zur Heilung beitragen. Von diesem Zeitpunkt an genoss sie auch bei ihren männlichen Kollegen Ansehen.

Bis 1945 war sie die erste und einzige Kinderärztin des Kreises. Im Städtischen Krankenhaus Siegburg belegte sie Kinderbetten, daraus entstand später die Kinderstation. Die anstehenden Infektionskranken wurden in das „Haus zur Mühlen“ verlegt.

Auch die Neugeborenen auf der Wochenstation betreute sie bei Auffälligkeiten. Dort habe ich ihre Fürsorge erfahren. Lautlos stand sie oft ungerufen nachts neben mir, wenn ein Neugeborenes oder Frühchen uns Sorgen machte. Viele Jahre hielt sie die vom Gesundheitsamt empfohlenen Mütterberatungen in den umliegenden Städten und Gemeinden ab. Hier wurden die Mütter über Ernährung und die notwendigen Impfungen aufgeklärt; Säuglinge gemessen, gewogen und untersucht, um eventuelle Entwicklungsstörungen festzustellen.

1961 gründete sie mit Eva-Maria Schneider vom DRK Kreisverband Siegburg die erste Mütterschule. Dort, in den Kursen „Die Eltern und ihr erstes Kind“, unterrichtete sie über Impfungen, Kinderkrankheiten und Ernährung. Hieraus entstand das heutige „DRK Familienbildungswerk“.

Ihre erste Wohnung befand sich in Siegburg am Hühnermarkt, eine Praxis in der Bahnhofstraße. Später baute sie ein Haus mit Praxis in der Bergstraße 8 am Michaelsberg. 1933 nahm sie Verbindung mit Amerika auf, um dort ein Medikament zu bestellen, das bei uns in Deutschland noch nicht zur Verfügung stand.

Erst mit dem Fahrrad, später mit dem Auto besuchte sie ihre Patienten zu Hause, die nicht in die Praxis kommen konnten. Dort hatte sie einen besseren Überblick und stand den Eltern mit Rat und Tat zur Seite. Hedi Precker war viele Jahre ihre Sprechstundenhilfe.

Als Kind Patient, später im Beruf und als Fachärztin bei meinen eigenen Kindern, so wie in ihrem Ruhestand, war ich bis zu ihrem Tod immer mit ihr in Verbindung. Auch viele ältere Mitbürger werden sich sicher noch an Dr. Baare erinnern können.

Mit 83 Jahren praktizierte Dr. Luise Baare noch. 1977 wurde ihr das Bundesverdienstkreuz am Bande verliehen.

Am 7. Juni 1984 feierte sie ihren 90. Geburtstag. Mit 93 Jahren wurde sie mit dem silbernen Ehrenschild der Stadt Siegburg ausgezeichnet.

Am 7.2.1989 verstarb sie im Alter von 95 Jahren und wurde am 13.2.1989 in einem Familiengrab auf dem alten Friedhof in Bochum beigesetzt.



Dr. med. Luise Baare anlässlich ihres 90. Geburtstages  
[Foto: Juni 1984, Rundschau des Rhein-Sieg-Kreises]

Eingereicht von Helene Klug, Lohmar

### Als ich ein kleines Mädchen war (Allerheiligen 1948)

Das Jahr ging dem Ende entgegen, und wie jedes Jahr im Herbst musste man sich Gedanken machen, wie man den Winter überstehen wollte. Der Weißkohl war geerntet und sah im großen Fass seiner Reife entgegen. Ein Winter ohne Sauerkraut war für die Familien damals undenkbar. Auch die Stangenbohnen wurden geschnippelt mit einer Maschine, die am Tisch befestigt wurde, um dann im Bohnenfass eingesalzen zu werden. Die Bohnen, die bei uns am Zaun wuchsen, wurden mit dem Laub geerntet und für den Winter getrocknet auf den Speicher gebracht. Wenn es hieß „Heute gibt es dicke, bunte Bohnen als Suppe“, war die Freude bei uns Kindern groß. Dann wurde der Sack mit dem trockenen Laub vom Speicher geholt und wir Kinder durften den Sack so lange behauen, bis Vater glaubte, alle Bohnen seien nun aus den Hülsen gefallen. Gut, dass das nur einmal im Jahr vorkam. Denn unsere Mutter war von dieser Aktion in ihrer Küche nicht sehr angetan. Was am Ende herauskam, waren Bohnen in allen Farben. Von weiß bis schwarz, rot gepunktet und gestreift und wunderschön anzusehen. So gut wie sie aussahen, so gut schmeckten sie auch uns Kindern. Aber es fehlten noch die Winterkartoffeln, was den Eltern einige Sorgen bereitete, denn der Winter stand bereits in den Startlöchern.

Vater erholte sich nur langsam vom Kriegsgeschehen. Im alten Beruf (Dreher) konnte er nicht mehr arbeiten. Die Firma Fischer (Rüstungsbetrieb) durfte nach dem Krieg nicht mehr produzieren und wurde stillgelegt. So blieb nichts anderes übrig, als sich eine neue Arbeit zu suchen. Als Familienvater mit vier Kindern bekam er von der Stadt Siegburg schnell eine Arbeit zugeteilt, die ihm zu Beginn körperlich sehr viel Mühe machte. Aber man musste nehmen, was man bekam. Und so ging er täglich in den Stadtwald und wurde Waldarbeiter. Als ihm die Arbeit zu schwer wurde, bekam er eine Arbeit auf dem Friedhof zugeteilt. Hier wurden die Gräber noch von Hand ausgehoben, was nicht weniger kräftezerrend war. Für uns Kinder ein Schock, da der Vater ein sogenannter „Totengräber“ war. Später wurde er als Gärtner ausgebildet, was ihm viel Freude bereitete. So langsam, nach ein paar schweren Jahren, sah die Welt wieder hoffnungsvoller aus. Und so blieb er viele, viele Jahre bis zu seiner Pensionierung auf dem Friedhof der Stadt Siegburg angestellt.

Der Aufschwung kam erst langsam, und die schwere Zeit war noch nicht vorbei. Der Verdienst war oft nicht ausreichend, und so musste Vater noch etwas dazu verdienen. Da waren ein paar „Lappöhrchen“ an der Tagesordnung. Im Großen und Ganzen hatte er im Jahr mehrere Pflegegräber zu versorgen. Das sah man aber nicht so gerne. Um jedem Ärger aus dem Weg zu gehen, wurden alle Pflegegräber zu nahen und entfernten Verwandten deklariert. Vater bekam jeden Mittag den „Einsatz“ gebracht, damit er bei der schweren Arbeit eine warme Mahlzeit am Tag hatte. Entweder Mutter oder ich haben ihm täglich das Essen vorbeigebracht. Gleichzeitig wurden die Gräber unserer „Verwandten“ gepflegt. Das machte uns großen Spaß. Die Stiefmütterchen, die zu Allerheiligen auf die Gräber gepflanzt wurden, zogen wir zu Hause in unserem Garten, und die Grabgestecke, die Allerheiligen auf die Gräber gelegt wurden, machten wir selber mit großem Vergnügen. Die Zutaten sammelte ich das ganze Jahr über an den Wasserstellen auf, wo die Gärtner allerlei weggeworfen hatten, was ich verwenden konnte.

Jeder weiß, dass Allerheiligen das Fest ist, an dem die Pacht und auch die Pflege der Gräber bezahlt wird. Das brachte mein Vater in arge Bedrängnis. Mutter, pragmatisch wie immer, hatte eine geniale Idee. Das ganze Jahr waren wir fleißig gewesen. Nun wollten wir auch unseren Lohn dafür haben. Ich schrieb zehn Zettel in meiner schönsten Schrift. Darauf stand: „Grabpflege für ein Jahr, 10 D-Mark erhalten. Dankeschön, auch im Namen meiner Eltern. Liesel Gräf“.

Die zehn Zentner Kartoffeln, die wir für den Winter bestellt hatten, konnten wir nun ohne Mühe bezahlen, denn alle „Verwandten“ bezahlten an Allerheiligen die Grabpflege mit großer Dankbarkeit. Es hatte sich niemand beschwert, so sagte uns unser Vater und war sehr stolz auf uns. Das ging noch viele Jahre so, und unsere Einkellerungskartoffeln (heute gibt es das nicht mehr) waren gesichert. Jetzt konnte der Winter kommen.

Eingereicht von Liesel Schäfer, Siegburg

### Die Geschichte von einem wunderschönen, alten Schrank!

Ich, ein alter Schrank, möchte Euch ein wenig von meinem langen Leben erzählen.

Ich stehe seit 27 Jahren in einem urigen Lehmhaus in Lohmar-Algert. Dort fühle ich mich sehr wohl, denn ich bin von alten Bildern und Gegenständen umgeben, die mir eine heimelige Atmosphäre vermitteln.

Da meine Besitzer in eine Wohnung in die Stadt ziehen, wurde für mich eine neue Bleibe gesucht. Auf die Besichtigung meiner neuen Besitzer war ich sehr gespannt.

Es kamen zwei Antiquitätenhändler. Zu denen wollte ich auf keinen Fall, hat ja auch zum Glück nicht geklappt. Dann kam eine nette Frau, die von mir total begeistert war. Leider war ich etwas zu breit. Doch dann kam Sandra!

Sie sollte sich den Schrank nur mal so ansehen, weil sie ja Ahnung von Antiquitäten hat. Ihr glaubt es nicht, als sie mich sah, war es „Liebe auf den ersten Blick“. Als die Lade geöffnet wurde und mein Innenleben zum Vorschein kam - ich bin nämlich ein Sekretär mit Intarsien-Arbeiten vom Feinsten - sagte sie: „Oh, der ist perfekt, ein außergewöhnlich schönes Stück. Den möchte ich gerne haben! Ich wüsste auch schon wo ich ihn hinstellen könnte, aber ich fahre heute Nacht noch in Urlaub, muss auch noch mal kurz überlegen, sage aber heute noch Bescheid“.

Meine jetzigen Besitzer waren sehr erfreut, als es spät abends noch klingelte und man das Geschäft per Handschlag besiegelte, denn sie wollten, wie man so schön sagt, mich nur in "gute Hände" geben. Soweit ich mich erinnern kann, begann mein Leben in einem Fachwerkhaus in Donrath um 1850. Das Haus wurde bewohnt von Josef Bargon, einem Malermeister (künstlerisch sehr begabt, denn er renovierte auch Kirchen, z.B. die Kapelle in Halberg) und seiner Frau Therese Bargon, einer Schneiderin. Sie hatten zwei Töchter, Martha und Elisabeth. Elisabeth, 1889 geboren, lebte bis zu ihrem Tode in dem Elternhaus mit den Möbeln der Eltern und somit auch mit mir. Es war eine schöne Zeit!

Für damalige Verhältnisse war ich mit dem passenden

Tisch und Stühlen schon etwas Besonderes. Elisabeth, die unverheiratet blieb und bei feinen Herrschaften in Stellung war, mit denen sie auch viel reiste, kam immer wieder gern in ihr Elternhaus zurück.

Als die Eltern verstarben, blieb sie bis zu ihrem 90. Lebensjahr allein in dem Haus wohnen. Elisabeth, von allen nur Tante Lisa genannt, war eine herzengute, lustige Frau, gerne Phantasie-Geschichten erzählte, gerne feierte und zur späten Stunde auch schon mal eine Zigarre rauchte.

Zu ihrer Nichte, Käthe Nüchter, hatte sie ein mütterliches Verhältnis. Oft wurde sie von Käthe und ihren beiden Kindern besucht. Bei jedem Besuch bat Ilse die Tante, meine Lade, die stets hochgeklappt war, zu öffnen. Fasziniert betrachtete sie mich, meinem schönen Mittelteil mit den Intarsien und vor allem den vielen kleinen Schubladen.

Ich freute mich sehr, dass die Kinder so großes Interesse an mir hatten. Gerne waren sie bei der Tante auf dem Land. Sie konnte sehr gut kochen, hatte Hühner und Kaninchen, die sie selber schlachtete. Ihren großen Gemüsegarten bewirtschaftete sie noch bis zum Schluss. Obwohl sie arm war, waren die Besucher auf dem "Nach-Hause-Weg" mit Gemüse, Obst, Petersilie und Blumen bepackt.

Damit die Tante einigermaßen über die Runden kam, hielt sie sich mit Heimarbeit (gehäkelter und gestrickter Babykleidung) über Wasser und war trotzdem immer zufrieden. Weihnachten kochte sie für die Verwandten ein herrliches Menü, wobei der Kaninchenbraten nicht fehlen durfte.

Als sie 1979 verstarb, vermachte sie ihrer Nichte, Käthe Nüchter, das Haus samt Inventar. Käthe Nüchter vererbte wiederum Haus und Inventar an ihre Tochter Ilse Schneider.

Somit stand mein erster Umzug bevor. Bei Ilse, die in einem Haus neben unserem Fachwerkhaus wohnte, fand ich eine neue Bleibe. In einem großen Wohnzimmer mit dem mir lieb gewonnenen Tisch, den Stühlen und einem neuen passenden Sofa verbrachte ich 10 Jahre. Danach kam der Umzug nach Algert, womit wir wieder beim Anfang der Erzählung sind. Alles in allem hatte ich eine schöne Zeit, habe gute und schlechte Zeiten und sogar Kriege überlebt und hoffe, dass meine neue Besitzerin viel Freude an mir haben wird!



Sie haben sicher erkannt, dass es sich um meinen Schrank gehandelt hat. Meine Nachbarin, die den Schrank gekauft hat, bat mich ihr einige Daten von dem Schrank aufzuschreiben. So entstand die Geschichte.

Eingereicht von Ilse Schneider, Siegburg

## Fotoerinnerung:



Juwelier Nassmacher, Markt 37, dort war die Einsenderin von 1953 bis 1958 beschäftigt

Eingereicht von Helene Brück, Hennef

## Fotoerinnerung:



Gastwirtschaft zum Wolsberg, Peter Kemp, der erste Große in der ersten Reihe ist ihr Vater Johann Wierz

Eingereicht von Martha Wierz, Siegburg

## Fotoerinnerung:



Schulgasse mit ehemaligem alten Rathaus mit Standesamt in den 1960er Jahren

Eingereicht von Therese Girharz, Siegburg

## Fotoerinnerung:



Belegschaft der Firma Fusshöller, Markt 17-18, in den 1920er Jahren

Eingereicht von Herbert Antoine, Siegburg

# Senioreneinkaufsdienst in Siegburg

Der SKM bietet älteren Siegburger Mitbürgern einen kostenlosen Einkaufsdienst. Es besteht ergänzend die Möglichkeit einer Alltagsbegleitung zu Ärzten oder Behörden.

Die Hilfeleistung wird über haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter koordiniert. Der SKM wird unterstützt von der Paul und Helena Schmitz Stiftung.



## Senioreneinkaufsdienst

SKM - Katholischer Verein für soziale Dienste im Rhein-Sieg-Kreis e. V.

Bahnhofstraße 27 Telefon 02241 177860  
53721 Siegburg Fax 02241 177831

E-mail [einkaufsdienst@skm-rhein-sieg.de](mailto:einkaufsdienst@skm-rhein-sieg.de)

Wir bedanken uns bei allen Inserenten für die Unterstützung zur Herausgabe dieser Ausgabe der "65er Nachrichten"!

### IMPRESSUM

#### Herausgeber:

Kreisstadt Siegburg, Nogenter Platz 10, 53721 Siegburg, Redaktion: Lara Bous, Hanna Hofmann  
Verantwortlich gemäß § 10 MDSTV: Jan Gerull

#### Auflage:

8.250

#### Titelbild:

Das Johannisturmchen, Gerd Heiliger

#### Gestaltung „Bunte Blätter“:

Verantwortlich für Anzeigen  
(Umschlag)

Klopietz Art&Design, Lindenstraße 141, 53721 Siegburg

Kreisstadt Siegburg, Redaktion 65er Nachrichten, Nogenter Platz 10, Siegburg  
Tel: 02241/102-266, Email: [65er@siegburg.de](mailto:65er@siegburg.de)

#### Redaktionsschluss:

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

Frühlingsausgabe: 02.01. Sommerausgabe: 01.04.

Herbstausgabe: 01.07. Weihnachtsausgabe: 01.10.



Der Wahnbachtalsperrenverband, im Jahr 1953 gegründet, versorgt heute 800.000 Einwohner in der Region/Bonn-Sieg/Ahr mit qualitativ und hygienisch hochwertigem Trinkwasser im Härtebereich "weich".

Ein konsequenter Gewässerschutz in den Einzugsgebieten, Phosphat-Eliminierung des Wahnbachwassers am Zulauf zur Talsperre, die Zusammenarbeit mit der Landwirtschaft, eine naturnahe Wald- und gezielte Fischwirtschaft um die Wahnbachtalsperre und als letzte Barriere eine prozessstabile, versorgungssichere Aufbereitungsanlage garantieren eine nachhaltig angelegte Trinkwasserversorgung.

**Wahnbachtalsperrenverband** · Siegelsknippen · 53721 Siegburg  
Telefon: 02241/128-102 · [www.wahnbach.de](http://www.wahnbach.de) oder [info@wahnbach.de](mailto:info@wahnbach.de)



## WOHNQUALITÄT IM HERZEN DER STADT

KREISSTADT **SIEGBURG**  
SENIORENZENTRUM SIEGBURG GMBH



### DAS ZUHAUSE VON MORGEN PLANEN

Das Seniorenzentrum Siegburg bietet Ihnen eine Vielzahl von Dienstleistungen, die von der stationären über die ambulante Pflege bis hin zum Wohnen im Seniorenzentrum und einem behüteten Bereich alles umfasst. Unser Haus befindet sich am Rande der Siegburger Innenstadt (300 Meter bis zur Fußgängerzone und zum Markt) und wird zur Zeit durch unseren Neubau in unmittelbarer Nähe (Heinrichstraße) erweitert. Machen Sie sich selbst ein Bild von unseren Einrichtungen und lernen Sie uns unverbindlich kennen.



#### Seniorenzentrum Friedrich-Ebert-Straße

- Stationäre Pflege mit 206 Betten
- behüteter Bereich
- Wohnen im Seniorenzentrum:  
40 kleine und 12 große Apartments
- Kurzzeitpflege
- Ambulante Pflege

#### Seniorenzentrum Heinrichstraße

- Stationäre Pflege mit 80 Betten:  
Wohnen in Wohngruppen
- 11 Apartments im Staffelgeschoss
- 12 Plätze Seniorentagespflege
- Kindertagespflege

#### Seniorenzentrum Siegburg GmbH

Friedrich-Ebert-Str. 16  
53721 Siegburg  
Telefon: 0 22 41/25 04 0  
Telefax: 0 22 41/25 04 25 05  
E-Mail: [info@seniorenzentrum-siegburg.de](mailto:info@seniorenzentrum-siegburg.de)

Informieren Sie sich über uns und unser neues Haus in der Heinrichstraße unter: [www.seniorenzentrum-siegburg.de](http://www.seniorenzentrum-siegburg.de)



## siegburgaktuell

# VORHER WISSEN WAS PASSIERT

Der Newsletter der Stadt Siegburg.  
Gratis und werbefrei mit Infos,  
Fakten, Wissenswertem,  
Veranstaltungsservice, Terminen,  
Notdiensten - täglich als E-Mail  
direkt zu Ihnen.

**JETZT ABONNIEREN!**

Kostenlos unter [www.siegburg.de](http://www.siegburg.de)

[www.siegburg.de](http://www.siegburg.de)

Das Gesundheitshandwerk  
seit 1919  
**Blumenbach**  
Schuhmacher  
63721 Siegburg, Ringstr.-42

**Diabetikerschuhe**

**Fuß-Einlagen**  
**Orthopädische Maßschuhe**  
Orthopädische Schmetterlingsrollen u. Schuhehöhungen  
Med. Kompressionsstrümpfe - u. Hosen  
Fuß - u. Kniebandagen, Gehwol-Fußpflegeartikel  
**Schuhreparatur**

Geöffnet: Montag - Freitag von 9:00 Uhr bis 18 Uhr

Rufen Sie uns an! Wir schicken Ihnen gerne kostenlos Diabetiker-Schuh-Info-Material

☎  
578 78  
☎



# BUNTE BLÄTTER

DER SONDERTEIL DER **65<sup>er</sup>** NACHRICHTEN



„Germania“-Musikdirektor Stefan Wurm

125 Jahre Germania Siegburg e.V.



Foto oben: Geschosfabrik und Laboratorium und sein Areal an der Luisenstraße  
Foto unten: Der Chor in Rom 2010

**COUPON**

**10%\* RABATT  
AUF EINEN EINKAUF**

\* Nur einlösbar bis zum 31.12.2017 im hagebaumarkt Siegburg. Gilt nicht für Dienstleistungen, Gutscheine, bereits getätigte Aufträge, Artikel aus der aktuellen Werbebeilage und bereits reduzierte Ware. Keine Anrechnung auf die Jahreseinkaufssumme für den Treuebonus. Nicht in Verbindung mit anderen Rabatten und Aktionen.

**HIER HILFT  
MAN SICH.**



**hagebaumarkt siegburg**

**gegenüber KAUF LAND**

**HIER HILFT MAN SICH.**

Dirk Heise Baumarkt GmbH  
Wilhelm-Ostwald-Str. 1  
53721 Siegburg

Tel: 02241-95917-0  
www.hagebaumarkt-siegburg.de

Öffnungszeiten:  
Mo. – Sa. 8.00 – 20.00 Uhr



Elena Sandberg  
Geschäftsleitung  
gepr. Wertermittlerin (EIA),  
Immobilienmaklerin (IHK)

**DEN BESTEN PREIS  
FÜR IHR HAUS!**

Wir bewerten Ihre Immobilie kostenfrei und sagen Ihnen, wie Sie den besten Preis erzielen. Dazu für Sie: Bewertung der Lagequalität und der Substanz – detailliert als 15-seitige Broschüre. Für Sie kostenfrei.



**Wohnenbleiben  
bei Hausverkauf?**  
Wir beraten Sie gerne

**PITZ & PARTNER**  
WOHNIMMOBILIEN | 1977  
Kaldauer Straße 31  
53721 Siegburg  
Tel.: 02241 - 96 92 00  
info@pitzundpartner.de  
www.pitzundpartner.de

**Wohlfühlwärme für zu Hause**



**Barrierefrei im Eigenheim**



**Wir sind Starck!  
24 Stunden, 365 Tage im Jahr**

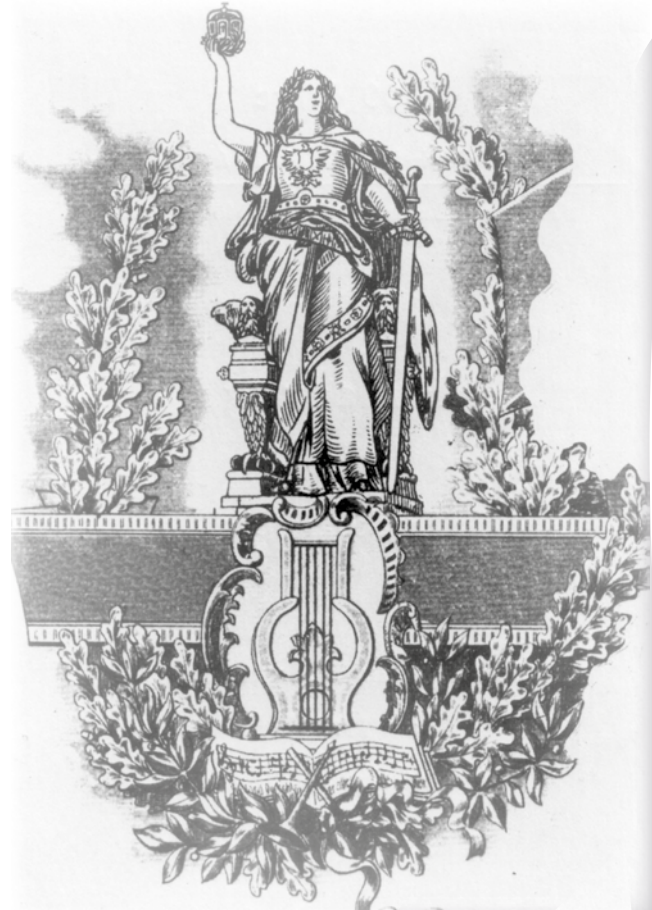
Heizung | Sanitär | Badsanierung | Kälte | Klima | Elektro | Solarenergie  
24-Stunden-Service

**DR. STARCK**   
UNTERNEHMENSGRUPPE

Bernhardstraße 18, 53721 Siegburg  
Tel. 0 22 41/30 96-0  
www.dr-starck.de

## Vor 125 Jahren gründete sich der Siegburger Männergesangverein „Germania“

Wir schreiben das Jahr 1892. In New York wird die erste Zahnpasta in Tuben verkauft, Asa Griggs Candler gründet Coca Cola, Rudolf Diesel erhält ein Patent für Verbrennungsmaschinen und das Einweckglas wird erfunden. „Herr der Ringe“-Autor J.R.R. Tolkien erblickt das Licht der Welt, Conan Doyle veröffentlicht die ersten Sherlock-Holmes-Geschichten und in England gründet sich der FC Liverpool. Vier Mitglieder der berühmten Wild-West-Gang der Dalton-Brüder werden in Cuffeyville/Kansas beim Bankraub erschossen. Kaiser Wilhelm II. sitzt seit zwei Jahren auf dem für ihn zu großen Thron, als Kanzler amtiert Leo Graf von Caprivi. Papst in Rom ist Leo XII., Zar in Russland Alexander III. und der Kaiser von China hört auf den Namen Guangxu. In Bayern residiert König Otto. Und in Siegburg gründen 40 Männer den Gesangverein „Germania“.



Die Namensgeberin des Männergesangvereins „Germania“ mit Schild und Schwert. Heute steht die Figur für Aussöhnung und Austausch.



Aus alter Zeit: Die „Germania“-Fahne im Stadtmuseum



Historische „Germania“-Liederblätter



Auch im Feiern groß: die „Germania“ mit eigenem Wagen in den 1960er-Jahren beim Karnevalszug.



**Diese Aufnahme hat absoluten Seltenheitswert: Sie ist das älteste Foto, das von der Chorgemeinschaft existiert, entstanden 1903, beim Gesang-Wettstreit in Trabach an der Mosel. Die Siegburger holten den ersten Preis.**

Siegburg-Wolsdorf wird erst in sieben Jahren dazugehören, entwickelt sich in dieser Zeit zur industriell geprägten Stadt. Zwei kaiserliche Rüstungsschmieden gründen sich 1892, werden mit bis zu 20.000 Beschäftigten die Hauptarbeitgeber, prägen die gesellschaftlich-soziale Struktur. Es sind dies die Geschossfabrik an der Wilhelmstraße, deren mächtige Hallen in der Nachbarschaft des HIT-Marktes noch heute stehen.

Und es ist das Feuerwerkslaboratorium an der Luisenstraße, dem späteren Kasernengelände. Die Direktorenvilla steht an der Ecke zum Barbarosaplatz.

Dort gründen bereits in den Anfangsmonaten 40 Handwerker einen Männergesangsverein, dem sie den Namen „Germania“ geben.



**Kümpel**  
BESTATTUNGEN

[www.bestattungshaus-kuempel.de](http://www.bestattungshaus-kuempel.de)

**Tel.: 022 41-51 288**  
Tag & Nacht erreichbar





**ALTE LOHMARER STRASSE 6 | 53721 SIEGBURG | DIREKT AM NORDFRIEDHOF**  
Eigene Trauerhalle | Alle Bestattungsarten auf allen Friedhöfen | Inhaber William Busse jun.





**Feuerwerkslaboratorium an der Luisenstraße, hier gründeten Handwerker den Gesangverein „Germania“**



**Auch die Geschosfabrik an der Wilhelmstraße zählte zu den Königlichen Werken.**

Mit diesem Namen wollten sich die Sänger entsprechend der Zeit zur nationalen Geisteshaltung um die Jahrhundertwende und zu ihrem Kaiser bekennen. Dem Kaiser, der ihnen in ihrer rapide wachsenden Heimatstadt mit Arbeit und Brot eine sichere Zukunft zu geben schien.

Die Figur der Germania, bewaffnet mit Schild, Schwert und Brustpanzer, war den Menschen Sinnbild und ein Garant der errungenen Einheit des deutschen Volkes, den seinerzeitigen Feinden als Drohung und Warnung. Eine Schutzpatronin für Erreichtes und die für die weitere Zukunft.

Die in Siegburg massenhaft produzierte Munition wurde im Ersten Weltkrieg im Kampf gegen den einst als „Erbfeind“ empfundenen Gegner Frankreich eingesetzt, auf den grauvollen Schlachtfeldern Belgiens

Seit über 70 Jahren

## Reisebüro Papendick

### Ihr Ansprechpartner für Reisen aller Art

Schon seit der Gründung 1946 – übrigens als erstes Reisebüro im Rhein-Sieg-Kreis – ist unser Reisebüro eines der führenden Reisebüros in der Region. Als DERPART-Gesellschafter gehören wir zu einer der größten und leistungsfähigsten Reisebürogruppen Deutschlands mit über 480 Vertretungen. Darüber hinaus sind wir Mitglied des internationalen Netzwerkes RADIUS und so mit weltweit über 5.000 Betriebsstellen verbunden. Unsere Betriebsstellen sind zusätzlich dem DERPART-Reisevertrieb sowie dem DERPART Travel Service angeschlossen. Mehr als 55 Mitarbeiter bemühen sich täglich um Ihr Wohlbefinden. Die DERPART-Reisebüros gehören außerdem zur DER Touristik, der Touristiksparte der REWE-Group, dem größten Reisevertrieb in Deutschland. Das ist für Sie – unsere Kunden – natürlich mit vielen Vorteilen verbunden.

Für die schönste Zeit im Jahr stehen wir Ihnen als kompetenter Ansprechpartner zur Seite

- \* Kreuzfahrtexperten
- \* Themenabende mit Veranstaltern
- \* **Persönliche Ansprechpartner** Vor- während und nach der Reise
- \* Event- und Veranstaltungstickets
- \* Eventplanung
- \* **Mobiler Reiseservice**
- \* Geschäftsreisen
- \* und vieles mehr

Standorte: Siegburg | Troisdorf | Hennef | Bonn | Detmold | Hamburg

Weitere Informationen sowie die einzelnen Niederlassungen finden Sie unter [www.reisebuero-papendick.de](http://www.reisebuero-papendick.de)

DERPART Reisebüro Papendick GmbH & Co. KG | Hauptgeschäftsstelle | Auf dem Seidenberg 1|53721 Siegburg | service@reisebuero-papendick.de

und Frankreichs, wie in der Flandernschlacht vor 100 Jahren an der Westfront, eines der Synonyme für die sinnlose Brutalität des Krieges mit über sieben Millionen Toten, darunter auch zahllose Siegburger.

Kaum erholt von diesem unseligen Krieg, wurde die Germania-Figur auch im Zweiten Weltkrieg missbraucht zur Aufwiegelung der Massen, und als Deutschland 1945 in Schutt und Trümmern lag, kämpfte auch der Verein Germania um sein Überleben.

In dieser schweren Zeit des Wiederaufbaus gelang es den Verantwortlichen nach und nach, dem ehemals belasteten Namen wieder einen neuen Bedeutungssinn zu verleihen. Stand er früher für eine Kriegsgöttin, die andere bedrohte und in die Schranken wies, überwand die neue Germania diese Schranken. Mit Liedern, statt mit Waffen.



**Neue Wege in die Zukunft: Im Herbst 2015 gründete die „Germania“ mit Musikdirektor Stefan Wurm einen neuen und gemischten Chor: die „Germania-Swingphonie“.**

# ABSCHIED VERTRAUENSVOLL BEGLEITEN

ERLEDIGUNG ALLER  
FORMALITÄTEN  
BESTATTUNGSVORSORGE  
BESTATTUNG AUF  
ALLEN FRIEDHÖFEN

ROSENGARTEN
FRIEDWALD
MICHAELSGARTEN



Tag und Nacht erreichbar  
**0 22 41-6 27 20**  
mail@bestattungen-arz.de

Siegburg, Aulgasse 124  
Kaldauen, Mühlenhofweg 1  
Lohmar, Hauptstraße 79

www.bestattungen-arz.de

Als der Gedanke der Aussöhnung politisch erst langsam wuchs, Städtepartnerschaften noch nicht praktiziert wurden, da überwand der Siegburger Chor die Ländergrenzen, brachte den einstigen Gegnern die Botschaft der Versöhnung. So nahm die Germania 1963 am „Internationalen Musikfestival“ in Wales teil, einem Versöhnungsfest, maß sich im musikalischen Wettstreit mit Chören aus 29 Nationen. Sie sang in der ein Jahr zuvor neu erbauten Friedenskathedrale von Coventry, die von deutschen V2-Raketen zerstört worden war.

20 Jahre später traten die Siegburger in Leningrad auf, das im Zweiten Weltkrieg unter einer 900 Tage dauernden deutschen Blockade Unsagbares erlitten hatte, und die Friedensbotschaft des Chores wurde angenommen. Die Sänger standen 1986 in Israel fassungslos in der Gedenkstätte Yad Vashem und gedachten der sechs Millionen von Hitler-Deutschland umgebrachten Juden. Es folgten Auftritte in Tel-Aviv und Jerusalem. Europa und Übersee, unter der Leitung von Theo Breuer (1951-1993) und Musikdirektor Stefan Wurm wurden tragfähige Partnerschaften über alle politischen, kulturellen, religiösen und geographischen

Grenzen hinweg bewirkt. Mit der Weltsprache Musik, einer von Herz und Stimme kommenden Friedensdemonstration.

Unvergessen bleibt auch die Konzertreise nach Rom 2010 mit einem Konzert in der Basilika San Ignazio, der Gestaltung einer Messe im Petersdom und einem Auftritt vor 30.000 Pilgern während der Papstaudienz auf dem Petersplatz.

Seit der Eröffnung der Rhein-Sieg-Halle im Jahre 2006 veranstaltet die Germania regelmäßig vor ausverkauftem Haus ihr Herbstkonzert.

1996 gründete der Chor in Kooperation mit der Stadt Siegburg und den Professoren Liselotte Hammes und Karl Josef Görgen die Konzertreihe „Junge Stimmen“ und rief damit eine Veranstaltung ins Leben, in der die Musikhochschule Köln zur Förderung ihres musikalischen Nachwuchses regelmäßig Opern- und Liederabende im Siegburger Stadtmuseum veranstaltete. Viele der jungen Nachwuchskünstler haben inzwischen eine nationale und internationale Karriere begonnen, darunter als erfolgreichste Künstlerin die Sopranistin Anja Harteros, die nun in den berühmtesten Opernhäusern der Welt gastiert.

Vorsitzender Hans-Josef Bargon freut sich über das Jubiläum: „Die Germania feiert als lebendiger Teil unserer Heimat Siegburg in einer Zeit, in der Gemeinschaftsleben, Solidarität, soziales Engagement und Kommunikation an Bedeutung zu verlieren scheinen, mit der Kraft der Musik und des Chorgesangs – gegen Abhängigkeit, Isolierung und Manipulation.“ Den Wahlspruch „Einigkeit und Ausdauer sind des Sängers Streben!“ hätten sich die Gründungsväter einst vor 125 Jahren gegeben. Bargon: „Als Optimisten hoffen wir, dass er auch in Zukunft seine Daseinsberechtigung hat.“



**PE**  
SEIT 1919 | BESTATTUNGSHAUS  
**Peter Esser**

**BESTATTUNGEN**  
TRAUERBEGLEITUNG  
BESTATTUNGSVORSORGE  
(Beratung und Planung)  
EIGENE ABSCHIEDSRÄUME  
ALTERNATIVE BESETZUNGEN  
(Michaelsgarten / Friedwald)  
ÜBERNAHME ALLER  
FORMALITÄTEN

Aulgasse 25-29  
53721 Siegburg

Hauptstraße 59  
Siegburg-Kaldauen

**Telefon 0 22 41-6 25 11**  
(Tag & Nacht)  
info@bestattungen-esser.de  
www.bestattungen-esser.de

Es gibt viele  
Wege in  
die Ewigkeit.

**SPRECHEN SIE MIT UNS,  
ÜBER IHREN WEG.  
WIR BERATEN SIE GERNE.**

## Impressum

**Herausgeber:**  
Kreisstadt Siegburg  
Nogenter Platz 10  
53721 Siegburg  
rathaus@siegburg.de

**V.i.S.d.P.:**  
Ralf Reudenbach  
**Text:**  
Ralf Reudenbach

**Grafik:**  
Klopitz Art & Design  
Lindenstraße 141  
53721 Siegburg  
mail@werbedesign.com



*Germania-Konzert in der Rhein-Sieg-Halle*

# Das barrierefreie Bad

Fällt Ihnen im Alter alles schwerer? Das muss nicht sein!  
Ebenerdige Duschen und altersgerechte Badgestaltung  
bieten Ihnen mehr Lebensqualität und Sicherheit.  
Wenden Sie sich vertrauensvoll an uns!



**ODENTHAL**  
SANITÄR · HEIZUNG · KLIMA

Odenthal Haustechnik GmbH  
Wilhelmstraße 169  
53721 Siegburg  
Telefon: 0 22 41 / 96 90 5-0  
E-Mail: mail@odenthal-shk.de  
www.odenthal-shk.de

Realisation: www.schaab-pr.de

## Wir haben das Bett neu erfunden. Wieder einmal.

Das neue TEMPUR® Boxspring Bett.



Stellen Sie sich Ihr persönliches Bett zusammen –  
wählen Sie aus vielen Kombinationen und 14 Farben.

### Kopfteile



### Boxspring Foundations



### Füße



Schwebe-  
optik



Das neue TEMPUR® Boxspring Bett – jetzt bei uns erleben!

## INHAUSEN

WOHNEN ■ SCHLAFEN ■ LEBEN

Inhausen Wohnen Schlafen Leben  
Cecilienstr. 8, 53721 Siegburg

Email: info@inhausen.de  
Web: www.inhausen.de

Tel.: 02241/59620  
Fax: 02241/596220

Öffnungszeiten  
Mo. - Fr. 9.30 - 18.30 Uhr | Sa. 9.30 - 16.00 Uhr