

1/2022

32. Jahrgang

Zum Mitnehmen!

Füllhorn

Das Magazin für Soester Bürgerinnen und Bürger



**Kultur
Geschichte**

**Informationen
Land und Leute**

**Unterhaltung
Veranstaltungen**



Jahreslauf

Das Jahr -
Es dehnt sich aus vor uns
In langer Weile.
Tage, Wochen, Monate
Eisblumen welken,
Tulpen öffnen ihre Kelche,
Goldregen sprühen Sommerperlen,
bevor die Murmeltiere sich verkriechen
und Trauerweiden blattlos pendeln.
Im Bruchteil der Sekunde
Tickt dann die Zeit uns
In ein neues Jahr.

Dagmar Schindler
(Foto: Renate Stolle, Soest)

Geistl. Wort	Es ist nicht gut, dass der Mensch ...	Hans König	4
Information	Das Jägerken	Hans-Werner Gierhake	6
	Der Bürgermeister möchte gratulieren		11
	Brot aus Luft	Hety Büchte	15
	Repair Café - Mehr als Reparieren	Rudolf Köster	22
	Das erste Hörgerät	Ludmilla Dümichen	26
	Neues aus dem Seniorenbeirat Das Füllhorn im Gespräch: H. Fröhlich	Rudolf Köster	28
	Neuwahl des Soester Seniorenbeirats	Petra Arlitt	27
	Bildungsreise	Heidlinde Briedigkeit	30
	Der Soester Internet-Treff	Hans-Werner Gierhake	31
	Osthofenfriedhof - Friedhofscafé	Martina Brennecke	32
	Die Immunkarte – Impfnachweis	Hety Büchte	33
	Opfer werden nur die anderen	Wolfgang Lückenkemper	35
	Was Sie immer schon wissen wollten	Hety Büchte	38
	Vögel beobachten	Dr. Henning Vierhaus	20
	Smartphone- und Tabletberatung	Petra Duling	42
	Veranstaltungskalender	Petra Arlitt	43
	Impressum		46
Kultur	Jahreslauf	Dagmar Schindler	2
	Tanzliedchen	Siegfried Steffen	3
	Pflanzt einen Apfelbaum	Liv Lüdeking	7
	seniorTrainerin	Annette Denninghaus	8
	Die Pfalz	Inge Thomas	24
Unterhaltung	Vergesslichkeit	Dagmar Schindler	10
	Frojjahr	Marita Jost	10
	Kinderlogik	Dagmar Schindler	11
	Bildung für Mädchen	Eva von Kleist	12
	Kreislauf	Horst Müller	14
	Allzeit online	Siegfried Steffen	17
	Schillerlocken	Hannelore Johanning	18
	Mein simposophisches Kaleidoskop	Rudolf Köster	34
	Raten Sie mal!	Hans-Werner Gierhake	45
	Rätselauflösung	Hans-Werner Gierhake	46
	Humor	Hans-Werner Gierhake	47
Rezepte	Ostermenü	Inge Thomas	39

tanzliedchen


*es wird wieder frühling wie steigen die säfte
es hüpfen hormone und trübsal zerrinnt
da springen die lämmer und lärmen die vögel
es bersten die knospen ein sprießen beginnt
frau kürzt keck den rocksaum
und zeigt schöne schenkel
und wandelt mit freuden und fescher frisur
und mann putzt den porsche
und bringt ihn zum glänzen*

*und startet das prachstück zur aufreißer-tour
auf wegen und stegen erblickt man ein pilgern
die großmutter bringt hier die enkel auf trab
es wedelt der collie mit buschigem schwanze
und legt brav am wegrand sein kothäufchen ab
da fühlt man ein sehnen und spürt ein verlangen
kann länger nicht bleiben im muffigen haus
und schultert den rucksack und schnürt seine stiefel
der liebeliche zephir zwingt einen hinaus*


Siegfried Steffen



Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei . . .

„Tschüs, auf Wiedersehen, schönes Wochenende!“ So wünschen es sich Kolleginnen und Kollegen gegenseitig, wenn es Freitagnachmittag ist und alle nach Hause streben.

Wochenende - ein Zauberwort: ausschlafen, ausführlich frühstücken, in der Stadt einkaufen, im Garten arbeiten, mit den Kindern spielen – für alle, die eine Familie, die Freunde haben, kann das so sein.

Doch viele fürchten sich auch vor dem Wochenende. Ich denke an eine Frau, die allein lebt. Freitagabend macht sie es sich noch gemütlich: endlich Feierabend, endlich ausruhen. Am Samstagmorgen ist der Einkauf dran, danach wird die Wohnung geputzt, dann kommt die Wäsche. Samstagabend: entweder Fernsehen, Kino oder lesen – aber allein!

Und dann der Sonntag: Die Bekannten sind verheiratet, da möchte sie nicht stören. Vielleicht einen Spaziergang machen? Doch draußen regnet's. Ins Café setzen? Da war sie erst letzten Sonntag. In der Stadt zum zigsten Mal dieselben Geschäfte ansehen?

Der Sonntag ist am schlimmsten. Sie ist froh, wenn er vorübergeht. Am Montag hat sie wieder ihre Arbeit. So geht es Woche für Woche. Eine alleinstehende Frau.

Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei,

heißt es am Anfang der Bibel. Doch viele unter uns sind allein. Sie empfinden ihre Einsamkeit als eine schwere Last. Sie haben keinen Gesprächspartner, sitzen bei den Mahlzeiten allein am Tisch und werden von niemandem erwartet, wenn sie nach Hause kommen.

Einsamkeit hat viele Gesichter, und hinter jeder Einsamkeit steckt meist eine eigene Lebensgeschichte.

Evelin ist seit 24 Jahren verheiratet und einsam in ihrer Ehe. „Es geht schon seit vielen Jahren so, dass wir nur noch das Nötigste miteinander reden“, erzählt sie. Die Gespräche mit ihrem Mann beschränken sich auf organisatorische Dinge, auf das Haus, den Garten oder die Planung für den nächsten Urlaub. „Manchmal reden wir auch über die Kinder, die beide in der Ausbildung sind, aber nie, niemals über uns.“

Sven ist 18 und geht noch zur Schule. Er hat viele Kontakte zu Gleichaltrigen, aber im Grunde fühlt er sich allein. „Wenn es mir wirklich mal dreckig geht, dann bin ich damit allein. Die Jungs aus meinen Kursen tun immer so, als hätten sie überhaupt keine Probleme und wären ständig gut drauf. Da ist keiner darunter, mit dem ich mal drüber reden könnte, dass ich Probleme habe, Mädchen anzusprechen. Wenn ich davon anfange, lacht mich jeder aus.“

Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei.

Nach repräsentativen Statistiken fühlen sich zehn Prozent der erwachsenen Bundesbürger einsam. Die Dunkelziffer wird weit darüber hinaus gehen, denn viele Menschen wagen es nicht, mit anderen offen über ihre Einsamkeitsprobleme zu sprechen. In unserer dynamischen Leistungsgesellschaft gilt Einsamkeit als sozialer Makel, den man besser vor anderen verbirgt.

Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei.



In der Bibel wird erzählt, wie Jesus an den Heilquellen des Teiches Bethesda, einem antiken Kurort, einem Mann begegnet, der seit 38 Jahren krank ist. 38 Jahre allein unter Blinden, Gelähmten und chronisch Kranken, die alle darauf warteten, dass die Heilquellen hervorbrachen und sich das Wasser bewegte. Jeder wollte der Erste am Wasser sein, weil man glaubte, dann mit Heilung rechnen zu können.

„Willst du gesund werden?“, fragt Jesus, als er den Mann trifft. Und dieser antwortet: „Herr, ich habe keinen Menschen.“ Er meint: Ich habe keinen, der mich zum Wasser

trägt; keinen, der nach mir fragt. Um mich „kümmert sich kein Schwein“.

Ich glaube, das ist es, was die Einsamkeit quälend macht: *Um mich kümmert sich niemand: das Leben geht an mir vorbei: es gibt keinen, für den ich wichtig bin.*

***Es ist nicht gut,
dass der Mensch allein sei.***

Für einen Tag, auch für eine Woche einmal mit sich selbst allein sein, das ist manchmal nötig, um neue Kräfte zu tanken oder mit sich selbst ins Reine zu kommen. Aber 38 Jahre oder auch nur einige Jahre lang allein, einsam, übersehen, nicht beachtet – das macht krank, das kann einen Menschen zerbrechen. Wie viele vereinsamte Frauen und wie viele verschlossene Männer leben unter uns!

Die Geschichte am Teich Bethesda endet so, dass Jesus dem Kranken auf den Kopf

zusagt: *„Du kannst aufstehen, du bist zu einem aufrechten Leben bestimmt – dein Leben muss nicht in den Zwängen der Einsamkeit verkümmern!“*

Starke Worte! Ob sie auch etwas nützen?

Einsame bekommen heute eher andere Ratschläge: „Gehen Sie in einen Verein!“ „Setzen Sie eine Kontaktanzeige auf!“ „Bearbeiten Sie erst einmal die Probleme, die hinter Ihrer Einsamkeit stecken!“

Hier ist es anders: Jesus sieht nicht nur das Problem, das es zu kurieren gilt – die Krankheit, die Einsamkeit. Er sieht den Kranken als Menschen mit seiner eigenen Würde und Bedeutung.

Hans König

*(Bild: Wikimedia.org/P. Aertsen):
Die Heilung des Gelähmten*

***Und sogleich wurde der Mensch gesund
und nahm sein Bett und ging hin.***

(Joh 5,6-9)



**BERATUNG.
PFLEGE.
CARITAS.**

Wir informieren, beraten und unterstützen Sie in allen Fragen rund um Pflege und Alter

 **caritas**
im kreis soest

Telefon: 02921 / 35900 **Mail:** info@caritas-soest.de **Internet:** www.caritas-soest.de



Das Jägerken unterwegs in der Stadt

Unter dieser Überschrift wird über Bedenkenswertes aus unserer Stadt berichtet. Aus der Sicht eines Zeugen, der in einem anderen Zeitalter gelebt und daher andere Erfahrungen hat als wir, bekommt manches plötzlich eine neue Qualität. Wir wünschen uns, dass der Zeuge hilft, unsere Welt zu beurteilen und gelegentlich dem gesunden Menschenverstand eine Bresche zu schlagen



Füllhorn: Am Mittwoch, dem 8. Dezember 2021, hat der Bundestag in Berlin den neuen Bundeskanzler ge-

wählt. Alle Medien haben über dieses Ereignis gebührend berichtet. Ist das nicht ein selbstverständlicher Vorgang, nach dem man möglichst schnell zur Tagesordnung übergehen sollte? Es gibt schließlich genug Probleme in Stadt und Land. Wie war das in Deiner Zeit vor 400 Jahren?

Jägerken: Also, mit den Problemen hast du schon recht. Aber ihr solltet +/- einen Moment innehalten und bedenken, was im vergangenen Jahr in Berlin geschehen ist.

Füllhorn: Ja, ja, ich weiß. Bundestagswahl, Koalitionsverhandlungen hinter verschlossenen Türen, Einigung der Partner auf einen dann öffentlich vorgestellten Koalitionsvertrag, Wahl des Kanzlers im Bundestag und Vereidigung von Kanzler und Minister*innen durch den Bundespräsidenten.

Jägerken: Das heißt doch, dass nach festgelegten Regeln eine neue Regierung bestimmt wurde. Die hat nun die Macht und Verpflichtung, in den nächsten Jahren die Geschicke des Landes zu lenken und zwar nach den geltenden Gesetzen. Alle haben sich daran gehalten, das ist das Wichtigste! Alles geschah friedlich und fast ohne Ausnahme mit Respekt voreinander.

Nun kann sie im ebenfalls festgelegten Verfahren unter Beteiligung aller im Bundestag vertretenen Parteien unter Beachtung des Grundgesetzes nach dem Mehrheitsprinzip das geltende Recht weiter entwickeln.

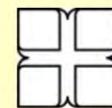
Füllhorn: War das denn in deiner Zeit anders?

Jägerken: Die Regeln waren anders. Es galt: „Der König ist tot. Es lebe der König!“ Nur beim Tod des Regenten ging

normalerweise die Macht auf einen neuen Regenten über. Darüber, wer der berechnete Erbe war, wurde gern gestritten. Wenn ich sage „gestritten“ hieß das oft Krieg. Das Volk als Betroffenen von Regierungsmaßnahmen mitreden zu lassen, gab es nicht einmal als Idee.

Füllhorn: So schlimm wird es doch nicht gewesen sein.

Jägerken: Oh doch. Eure Stadt Soest und die Soester Börde gehörten seit der Fehde (1444 bis 1449) zur Grafschaft Mark, einem Teil des Herzogtums Kleve. 1609 starb der Herzog Johann Wilhelm von Kleve kinderlos. Damit war das Herrscherhaus ausgestorben. Die Auseinandersetzungen um den reichen Landbesitz des herzoglichen Hauses eskalierten zu einem internationalen Konflikt, der in den 30-jährigen Krieg einmündete. Erst 1666/72 wurde der Erbfolgestreit beigelegt. Eine schlimme Zeit nicht nur für Soest und



**HANSE-
ZENTRUM**

ALTEN- UND PFLEGEHEIM



**Für ein
umsorgtes,
zufriedenes
Leben.**

**Für Frauen,
Männer und
Paare.**

Kasernenweg 11 ❖ 59494 Soest

☎ 02921 96975-0

info@hanse-zentrum.de

www.hanse-zentrum.de

Börde. 1616 wird Soest zum ersten Mal in seiner Geschichte erobert. Es ging um Macht und Einfluss. Es gab zwar Regeln, aber meist galt das Recht des Stärkeren.

Füllhorn: *Aber das ist Geschichte!*

Jägerken: Richtig. Aber schaut euch um. Anfang 2021 behauptet der in den Wahlen unterlegene Donald Trump „Wahlfälschung“ und hetzt einen Mob seiner Anhänger zum Sturm auf das Kapitol.

2020 wurden bei den Wahlen in Belarus konkurrierende Kandidaten gar nicht erst zugelassen und unabhängige Wahlbeobachter unter Druck gesetzt. Unabhängige Umfragen vor der Wahl gab es nicht oder sie waren nicht repräsentativ.

Über die Wahl in Russland 2020 schreibt die Süddeutsche Zeitung: „Putin leitet eine Phase seiner Regentschaft ein, die sich kaum noch als imitierte Demokratie beschreiben lässt.“ In China lässt sich der Präsident auf Lebenszeit in dieses Amt berufen;

vermutlich in der Befürchtung, dass jeder Wechsel im Amt die Macht von Partei und Staat schwächen könnte. Es ist schon so: Die Wahlen in Deutschland und in ihrer Folge der Übergang der Macht waren bemerkenswert regelgerecht, dass man sagen kann: „Ein Muster für die Staaten der Welt!“

Füllhorn: *Mannomann! So habe ich das noch nie gesehen. Kann man das auch bescheidener ausdrücken?*

Jägerken: Warum denn bescheidener? Der Respekt vor den Regeln und der Würde der Beteiligten bei fast allen, seien sie Wähler oder Gewählte, war musterhaft. Darauf könnt ihr stolz sein, und das müsst ihr für die Zukunft bewahren. Dass etwa 10% der Bevölkerung das anders sehen, ist schade. Aber die 90% geben Hoffnung

Füllhorn: *Jägerken, ich danke für das Gespräch.*

Das Gespräch mit dem Jägerken führte Hans-Werner Gierhake

Pflanzt einen Apfelbaum

(Pantun)

Was wäre, wenn morgen die Welt unterginge?

Ich pflanzte zuerst einen Apfelbaum

als Zeichen lebendiger Hoffnung.

Seine Krone, die gäbe mir Schatten.

Ich pflanzte zuerst einen Apfelbaum.

Ihn setzt' ich tief in die Erde,

seine Krone, die gäbe mir Schatten

und meine besten Freunde holt ich dazu.

Ihn setzt' ich tief in die Erde,

wir tanzten herum vor Lebensfreude,

und meine besten Freunde holt ich dazu.

Ich würde alle Menschen umarmen.

Wir tanzten herum vor Lebensfreude.

Was wäre, wenn morgen die Welt unterginge?

Ich würde alle Menschen umarmen

als Zeichen lebendiger Hoffnung.

Liv Lüdeking

(Pantun, ein Gedicht aus beliebig vielen vierzeiligen Strophen, das 2020 in die Repräsentative Liste des immateriellen Kulturerbes der Menschheit aufgenommen wurde. Siehe Aufbau eines Pantuns: <https://de.wikipedia.org/wiki/Pantun>)

Erstes Projekt in Soest gestartet!

Es begann mit einem Telefonat im Frühjahr 2021. Hier erfuhr ich, dass im Spätsommer 2021 die Qualifizierung zur *seniorTrainerin* starten sollte. Dieses Projekt wurde vom Kreis Soest, der Bürgerstiftung Hellweg und den kreisangehörigen Kommunen gefördert.

Ich konnte mir wenig darunter vorstellen. Nach einiger Recherche war mir dann klar, dass es um Menschen ging, die ihre Berufstätigkeit schon hinter sich hatten oder kurz vor dem Eintritt in den Ruhestand standen und sich bürgerschaftlich engagieren wollten. Ziel dieses Projekts: das über Jahrzehnte aus Berufstätigkeit, Ehrenamtstätigkeit oder Hobbybereich angesammelte Wissen anderen interessierten Menschen zur Verfügung stellen.

Ich war sofort begeistert, bewarb mich und nahm an der angebotenen Qualifizierung teil. Wir durchliefen ein *mind mapping*

(Methode, Gedanken in Form von Schlagwörtern und Bildern aufzuzeichnen, zu sammeln, ordnen und gliedern), um herauszufinden, wie man zunächst vage Projektideen konkretisieren könnte, um sie für die Umsetzung vorzubereiten.

Am faszinierendsten fand ich die entstandene Gruppendynamik und das geballte Expertenwissen aus unterschiedlichsten Bereichen. Für mich war von Anfang an klar, dass ich ein Projekt im Bereich tiergestützter Therapie oder mit Wolle machen wollte. Da sich das erstere als zu aufwendig erwies, entschied ich mich für die *Die Wollveredler*innen*.

Ich entwickelte ein Kooperationsprojekt mit der Stadtbücherei in Soest und stellte es unter das Motto: **Stöbern, Schmökern, Nadel klappern!** Es beinhaltet das Bewahren, Wiederentdecken und Beleben alter textiler Techniken, wie Stricken, Häkeln, Sticken, Spinnen, Färben und Weben.

Schon seit meiner frühesten Jugend war ich von dem Naturmaterial Wolle fasziniert, probierte Techniken aus und blieb beim Stricken, Spinnen und Wollfärben hängen. Nach meiner Pensionierung vor drei Jahren, konnte ich dieses Hobby intensiver leben. Inspiriert, den natürlichen Rohstoff Wolle vom Schaf bis zum fertigen Pullover selbst zu verarbeiten, wurde ich durch meine Reisen ins Baltikum, besonders Estland. Dabei gehört meine besondere Liebe der nordischen Strick- und Webkunst. Ich bin immer wieder überrascht, welche Techniken ich noch nicht beherrsche! Diese Leidenschaft fürs „Wollige“ möchte ich gerne mit anderen Menschen teilen.

Die Stadtbücherei als Treffpunkt ist für mich ein idealer Ort der Begegnung von Jung und Alt. Sie liegt zentral und verfügt über ansprechende Räumlichkeiten. Die Möglichkeiten, sich hier Hintergrundwissen und Inspiration zum eigenen Tun anzueignen, ist sehr vielfältig. Eine umfangreiche Abteilung im kreativen Bereich lädt zum Stöbern und Schmökern ein. Zu Beginn eines jeden

Doppelte Kompetenz in Sachen Pflege

- Stationäre Pflege ■ Kurzzeitpflege
- Seniorenwohnungen

In der angenehmen Atmosphäre unserer Häuser fühlen sich die Bewohnerinnen und Bewohner wohl. Wir bieten individuelles Wohnen und professionelle Pflege und Betreuung.

Adolf-Clarenbach-Haus Soest
Altenhilfeeinrichtung
Heinsbergplatz 12 | 59494 Soest
Tel. 02921 356-0 | Fax 02921 356-222

Perthes-Zentrum Soest
Altenhilfeeinrichtung
Bleskenweg 1-3 | 59494 Soest
Tel. 02921 9688-0 | Fax 02921 9688-170

www.perthes-stiftung.de

Treffens möchte ich gern einen literarischen Impuls geben.

Bei der Umsetzung meines Projektes wurde ich tatkräftig unterstützt von Petra Arlitt (Seniorenbeauftragte) und von Alexandra Eckel (Leiterin der Stadtbücherei). So konnte bereits am 12. Dezember 2021 ein Vorbereitungstreffen stattfinden. Ich war sehr beeindruckt, wie viele interessierte Menschen sich an diesem verregneten Nachmittag in der Stadtbücherei dazu einfanden. Ich stellte meine Ideen vor und veranschaulichte sie an mitgebrachtem Material. Auch wurden bereits die ersten Spinnversuche gestartet. Alle Beteiligten waren sich einig, dieses Angebot fest zu installieren.

Die Gruppe der **Wollveredler*innen** – so der Name – ist ein offenes Angebot für alle Altersgruppen ab 14 Jahren. Angesprochen sind Menschen, die schon immer mal was mit Wolle machen wollten oder gemacht haben. Es sollen möglichst viele Techniken zum Ausprobieren und Experimentieren angeboten werden.

Bisher liegt das Projekt in meiner Verantwortung. Aber ich möchte auf diesem Weg Mitstreiter*innen finden, die bereit sind, als Experten*innen die Lernenden zu unterstützen und verbindlich und regelmäßig an den Treffen teilzunehmen.

Besonders glücklich wäre ich, wenn sich jemand in den Bereich Häkeln oder Sticken einbringen könnte. Hier liegen definitiv nicht meine Stärken.

Auch über fast schon vergessene textile Techniken wie Klöppeln oder Bändchenweben würde ich mich sehr freuen.

Man muss nichts Besonderes können, sondern Freude daran haben, anderen Menschen zu zeigen, was man schon immer getan hat. Der zeitliche Umfang bei der Mitarbeit der **Wollveredler*innen** ist überschaubar. Der offene Werkstatttreff soll einmal im Monat - sonntags - im Café-Bereich der Stadtbücherei stattfinden. In den wärmeren Monaten kann auch der neugestaltete, idyllische Garten genutzt werden.



Die Wollveredler*innen:

Stöbern – Schmökern – Nadel klappern

Annette Denninghaus

(annettedenninghaus@gmail.com)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch:
Stadtbücherei Soest, Severinstraße 10

(Fotos: pixabay.com)



Sonntag, 23.01.2022, 14:00-16:00 h

Sonntag, 27.02.2022, 14:00-16:00 h

Sonntag, 27.03.2022, 14:00-16:00 h

Sonntag, 24.04.2022, 14:00-16:00 h

Vergesslichkeit



„Glücklich ist, wer vergisst, was nicht mehr zu ändern ist“, singt die Fledermaus. Aber: Kann eine Fledermaus singen? Die, die mit ihrem Sonarsystem auf Beutejagd geht, wohl nicht. Sie will ja auch nicht vergessen, sondern nur sich orientieren. Aber die von Johann Strauß schon und das in höchst eingängigen Melodien.

„Vergessen“ klingt hier nach Arbeit, nach ernsthafter Bemühung, Anstrengung, Schuldbewältigung. Dieses Vergessen meine ich nicht. Mich irritiert zunehmend das „vergessen“, das sich mit „-lichkeit“ verbindet, nämlich die „Vergesslichkeit“. Sie reimt sich auf „Schusseligkeit“, aber auch auf „Heiterkeit“ und das gibt mir eher die Möglichkeit, mit ihr umzugehen.

- 🕒 Wie lästig ist es, wenn du mit einem Einkaufszettel losziehst. Sieben Artikel stehen drauf, aber nur fünf trägst du nach Hause. Nicht, dass die Waren nicht lieferbar gewesen wäre! Du hast nur vergessen, noch einmal auf den Zettel zu blicken.
- 🕒 Wie mühsam ist es, immer nach den Geburtstagsdaten der Enkel zu graben. Wie viele Eselsbrücken habe ich mir schon gebaut, um sie stets abrufbar im Gedächtnis zu behalten!
- 🕒 Du verlässt die Wohnung und kehrst noch einmal zurück, um zu kontrollieren, ob die Kerze ausgepustet ist. Gott sei Dank, sie ist es, und der Umweg war überflüssig.
- 🕒 Du trainierst in der Muckibude und wunderst dich, dass die Maschine nicht piept. Die Übung müsste doch schon lange zu Ende sein! Ach ja, du hast den Schlüssel nicht eingelockt, also existierst du für den Apparat nicht und du strampelst, bis du es selber merkst.
- 🕒 Das Kreuzworträtsel fragt nach dem höchsten Berg im Harz. Verflix! Ich weiß genau, die Antwort kenne ich. Da findet immer die Walpurgisnacht statt und da hat sich doch auch der Faust rumgetrieben, dieser Kotzbrocken. Wusst' es doch: Brocken!

Wie kann ich mir aus diesem Tal der Peinlichkeiten helfen? Ich habe beschlossen: mit Gelassenheit, Geduld und Geduld und Humor.

Dagmar Schindler

Froijohr



Et was imme Froijohr, un Kaspar woll Tomasschlacke op et Land ströggen. Dai Ruie Heidi gäng met. Hai was ower wuier hoit. „Ierck passe ob“, sagte Kaspar.

Op ainmol was dai Ruie en Spitz van Ernäse (Oberense) inne Nöchte. Un schon gäng es rund! „Nei!“, sagte Kaspar. „Ierck häwe soi oppas-set, häw mi bl ois ümmedrägget, un schon satte droppe!“

Niegen Wiäken läter läkten imme Ruienschott drei spitzgedackelte Welpen. Me söll't nit gloiwn, dat dat dao säo ferrig bui denne kümmet!

Marita Jost





Der Bürgermeister möchte gratulieren!

Schon seit Jahren ist es gute Tradition in Soest, dass Bürgermeister Dr. Eckhard Ruthemeyer oder seine Stellvertreterinnen, Christiane Mackensen und Jutta Maybaum, Soester Ehepaaren zu ihren Hochzeitsjubiläen gratulieren. Die Glückwünsche werden je nach Wunsch entweder persönlich überbracht oder die Jubilare erhalten ein Gratulationsschreiben.

Zu diesem Zweck ist es aber notwendig, dass die Jubilare ihr Ehejubiläum bei der Stadtverwaltung anmelden und die Einzelheiten der Gratulation absprechen. Für die Absprache steht gern das Ratsbüro der Stadt Soest zur Verfügung. Hier können die Soester Bürger*innen telefonisch (02921-103-9041) einen Termin vereinbaren. In der Regel folgt noch ein persönliches Gespräch, zu dem auch das Familienbuch mitgebracht werden sollte.

Übrigens: Diese Terminabsprache können nicht nur die Jubilare selbst, sondern durchaus auch nahestehende Angehörige vereinbaren.

Melden Sie sich im Ratsbüro der Stadt Soest, wenn folgende Ehejubiläen anstehen:

Goldene Hochzeit	50. Hochzeitstag
Diamantene Hochzeit	60. Hochzeitstag
Eiserne Hochzeit	65. Hochzeitstag
Steinerne Hochzeit	67,5. Hochzeitstag
Gnadenhochzeit	70. Hochzeitstag
Kronjuwelnhochzeit	75. Hochzeitstag

Kinderlogik

„Mamma, warum geht Pappa genau so grade wie du?“. Verwirrt blickt die Mutter auf ihre Tochter. „Wie kommst du auf diese Frage?“, fragt sie zurück. „Warum sollte er sich anders halten?“

„Er hat doch eine Rippe weniger als du oder ich. Da sind doch seine beiden Seiten nicht gleich, da muss er doch schief sein.“

Die Mutter verbeißt sich nur mühsam das Lachen. „Wie kommst du denn auf diesen Gedanken?“

„Im Religionsunterricht haben wir gelernt, dass Gott die Menschen nach seinem Ebenbild geschaffen hat. Und Gott ist doch perfekt, oder?“ Die

Mutter nickt. „Da war Adam also zunächst auch perfekt, dann aber nicht mehr.“ Die Mutter runzelt die Stirn. „Und wieso nicht?“

„Na, Gott hat ihm dann doch eine Rippe weggenommen. Da wurde er doch unvollkommen. Und dann hat der liebe Gott aus der Rippe die Eva gemacht. Und die hat alle Rippen behalten dürfen, also, die blieb vollkommen heile.“ Das Mädchen macht eine kleine Pause und überlegt.

Dann geht ein Strahlen über ihr Gesicht. „Jetzt weiß ich auch, warum Papa nicht häkeln kann!“

Dagmar Schindler

Bildung für Mädchen



In den 60er Jahren besuchten „höhere Töchter“ in Iserlohn das „Neusprachliche Mädchengymnasium und Gymnasium für Frauenbildung“, das sich bis zum Jahre 1975 ausschließlich auf die Bildung junger Mädchen kon-

zentrierte, während die bildungshungrigen Söhne Iserlohns im „Märkischen Gymnasium“ unter sich waren. Beide Schulen lagen räumlich recht nahe beieinander. Keine 300 Meter Luftlinie trennten das „Neusprachliche Mädchengymnasium“, das seit 1966 in dem neuen Gebäude an der Stennerstraße 5 untergebracht war, von dem „Märkischen Gymnasium“. Trotz dieser räumlichen Nähe gab es keine bemerkenswerten schulischen Gemeinschaftsveranstaltungen.

Dafür gab es jedoch klare Bekleidungs-vorgaben: Für uns Schülerinnen waren Hosen nicht vorgesehen, Röcke hatten eine gewisse Mindestlänge nicht zu unterschreiten, das Knie durfte sichtbar sein, mehr aber nicht.

Das Kollegium bestand aus Frauen und Männern. Es gab zum einen „Herren“; damit waren verheiratete, verwitwete und geschiedene Lehrer ebenso gemeint wie Junggesellen. Des Weiteren unterrichteten „Frauen“, also verheiratete, verwitwete oder geschiedene Lehrerinnen, und außerdem gab es noch „Fräulein“. Mit dieser Bezeichnung waren unverheiratete Lehrerinnen jeden Alters anzusprechen. Wenn uns der Fehler unterlief, eine unverheiratete, unserer Meinung nach, uralte Frau – sie mag vielleicht um die fünfundfünfzig gewesen sein – mit Frau Müller anzusprechen, aus Unkenntnis ihres Familienstandes, trafen uns empörte Blicke dieser Dame, und es setzte mindestens eine spitze Bemerkung über mangelnde Kinderstube, wenn nicht gar einen Anruf bei unseren Eltern mit anschließendem längerem Vortrag unseres Vaters über unflätiges Betragen.

Diese „Fräulein“ rangierten für mich in der schulischen Hierarchie der Lehrerschaft auf den unteren Plätzen.

Was wusste ich schon vom sogenannten „Lehrerinnenzölibat“ aus dem Jahr 1880,

das von den Frauen verlangte, sich entweder für den Beruf oder für die Familie zu entscheiden? Dieses Gesetz war zwar offiziell 1919 mit der Unterzeichnung der Weimarer Verfassung außer Kraft gesetzt worden, wirkte jedoch noch bis in die 1950er Jahre hinein und wurde erst 1951 in der Bundesrepublik endgültig abgeschafft. Bis zu diesem Zeitpunkt wurde eine Lehrerin, die den Sprung in die Ehe wagte, sogleich entlassen und verlor sämtliche Pensionsansprüche.

Im Jahr 1965 hatten fünfzig- bis sechzigjährige Lehrerinnen irgendwann zwischen 1930 und 1950 ihre Ausbildung abgeschlossen und ihre berufliche Laufbahn begonnen, stets begleitet von dem Wissen, dass eine Ehe für sie nicht in Frage käme.

All das war mir nicht bekannt, und so blickte ich mit einem Gemisch aus Mitleid und Verachtung auf die „Fräulein“ in unserer Lehrerschaft herab.

Sie hatten nun mal keinen abgekriegt, vermutete ich, und dafür musste es einen Grund geben. Wahrscheinlich waren sie schon immer recht hässlich gewesen. Bestimmt waren sie neidisch auf uns junge Mädchen, weil sie selbst doch so

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



KARSTEN
HUFNAGEL

APOTHEKE
AM
BRÜDER-
TOR

 *Ihre Gesundheit...
unsere Verpflichtung!*

vertrocknete alte Schachteln waren. Vor ihnen mussten wir uns hüten.

„Schneewittchen“ hatte auch bei mir seine Spuren hinterlassen.

Über Fräulein Schmidt kursierten jedoch andere Gerüchte: Ihr Verlobter, die Liebe ihres Lebens, sei im Krieg „gefallen“, und für sie habe es eben immer nur „den Einen“ gegeben. Dieses romantische Ideal, dass es nur eine große Liebe im Leben gäbe, gefiel mir. Ja, so sollte es sein: Treue bis über den Tod hinaus! Andererseits hatte ich meine Zweifel: Das ganze Leben über alleine zu bleiben, ohne Familie, welch eine traurige Vorstellung!

Fräulein Schmidt unterrichtete uns in Mathematik und Latein. An ihre blaugrau karierten wadenlangen Faltenröcke und ihre blauen oder grauen Rollkragenpullover, an die schlichten Schnürschuhe mit den Blockabsätzen hatten wir uns längst gewöhnt. Ebenso an den strengen, immer gleich geformten hohen Haarknoten, die eckige Brille und an die stets wiederkehrende Geste, mit der sie ihre Brille mit dem Zeigefinger ihrer rechten Hand ganz fest auf die Wurzel ihrer geraden, wohlgeformten Nase drückte, wenn wir mit ihr mathematische Lösungswege erarbeiten sollten. Dabei blickte sie uns fast beschwörend an, was zwar augenblicklich zum Verstummen jeglicher Nachbarschaftsflüstereien und sogar zu angestrengten Mienen führte, aber die gewünschten Ergebnisse doch nur bei den Einser- und Zweierkandidatinnen hervorzaubern konnte.

Immerhin brachte Fräulein Schmidt uns grundlegende pädagogische Feinheiten bei. So bestrafte sie unsere gesamte Klasse, eine Quarta (7. Klasse), einmal damit, dass sie uns schlichtweg die Hausaufgaben verweigerte. Fünf von uns 25 Nasen hätten die Hausaufgaben so gut wie nie, fünf hätten sie immer nur zur Hälfte, fünf hätten sie abgeschrieben, fünf hätten sie falsch, und die restlichen fünf hätten Hausaufgaben eigentlich nicht nötig. Warum also Hausaufgaben?

Fräulein Schmidt brachte diese Überlegungen mit weit aufgerissenen Augen, wiederholtem eindrucksvollem Schulterzucken und

uns zugewandten, abwehrend erhobenen Handflächen vor. Danach verkündete sie mit ebenso eindrucksvoll abgeklärter Miene, dass der einzige Lösungsweg hier das Verweigern jeglicher Hausaufgaben von ihrer Seite sei. Wir würden dann schon sehen. Und so geschah es: In der nächsten Mathearbeit hatten sich fast alle um eine Note verschlechtert.

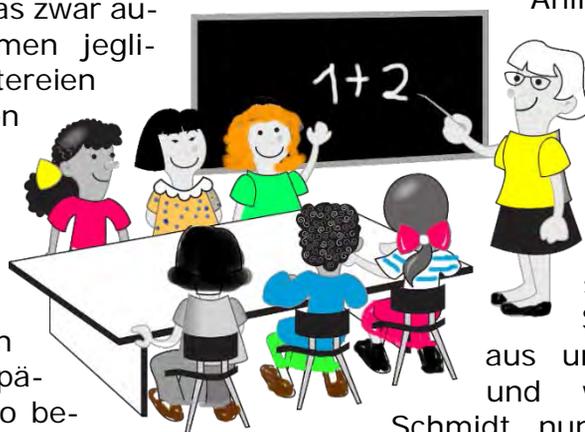
Somit kam es, wie es kommen sollte: Die Klassensprecherin und ihre Vertreterin meldeten sich in der folgenden Stunde und baten um Gehör. Aber nein, Fräulein Schmidt hatte keine Zeit, denn wir hätten jetzt doch so viel nachzuholen. Da müssten die beiden schon noch etwas warten. Sie sollten ihr Anliegen bitte schriftlich vorbringen. Das würden sie schon schaffen. Klassensprecherinnen wären doch häufig die mit der „Eins“ im Diktat. Wenn die beiden ihr Anliegen vernünftig formuliert hätten, wäre sie eventuell bereit, den Brief in der kommenden Woche anzunehmen. Vielleicht hätten wir dann ja auch bereits die schlimmsten Lücken aufgearbeitet.

In der folgenden Woche durfte die Klassensprecherin, die mittlerweile den zuvor mit Hilfe ihrer Mutter verfassten Brief auswendig gelernt hatte, nach vorne kommen und ihr

Anliegen mit wohlgesetzten Worten vortragen. Wir, die Klasse 7, wussten, dass wir uns in der Vergangenheit häufig schlecht benommen hätten. Wir wären wahrscheinlich die schlimmste Klasse der Schule. Aber wir hätten aus unseren Fehlern gelernt und würden sie, Fräulein

Schmidt, nun ganz inständig bitten, uns wieder Hausaufgaben zu erteilen. Das würde sich die ganze Klasse von Herzen wünschen. Dabei nickten wir alle, wie zuvor in der Pause besprochen, mit demütig bitenden Mienen. Fräulein Schmidt ließ sich nach wohldosierten fünf Minuten erweichen, und fortan gab es im Fach Mathematik wieder Hausaufgaben. Und wir bemühten uns etwas mehr, sowohl beim Anfertigen der Aufgaben als auch beim Abschreiben.

Eva von Kleist



KREIS-LAUF

Das Leben dreht, wie jeder weiß,
bei vielen Menschen sich im Kreis,
weil das, was man als Kind erfährt,
in hohem Alter wiederkehrt.

Ein kleines Kind kann noch nicht stehen
und auch noch nicht alleine gehen.

Drum muss ein Kinderwagen her,
Transport auf Rädern ist nicht schwer.

Verdauung ist nie ein Problem,
denn Pampers machen sie bequem.

Es wächst auch schon die Lebenslust
beim Stillen an der Mutterbrust.

Und geht das Stillen mal nicht mehr,
kommt's Fläschchen mit dem Schnuller her.

Allmählich wird das Kind dann groß,
passt nicht mehr auf der Mutter Schoß,

die Muskelmasse wächst und wächst,
Hormone sprießen wie verhext,

bis in der Zeit der Pubertät
das Leben aus dem Lot gerät.

Das gibt sich aber irgendwann.

Dann fängt normales Leben an,
in dem man es mit Schaffenskraft
zu Glücksgefühl und Wohlstand schafft.

Im Alter sechzig merkt man dann:
Jetzt fängt die große Wende an!

Es kommt die Alterspubertät,
in der es langsam abwärts geht
mit Tatendrang und Liebeslust.

Und so beginnt der Altersfrust.

Normales Trinken geht nicht mehr.

Jetzt muss die Schnabeltasse her,
die einem Schnullerfläschchen gleicht.

So fällt das Trinken wieder leicht.

Der Weg zum Klo ist auch erschwert.

Drum sind die Pampers Goldes wert.

Was man als Kind erfahren hat,
das findet nun im Alter statt.

Man wird von früh bis spät betreut,
was alte Herzen sehr erfreut.

Das ist ein deutlicher Beweis:

Das Menschenleben ist ein Kreis!

Horst Müller

IHR SOESTER
COMPUTERASSISTENT
GENERATION 50 PLUS

IHRE PERSÖNLICHE SOFORTHILFE RUND UM
DAS THEMA COMPUTER, INTERNET UND TELEFON

BERATUNG | REPARATUR | INSTALLATION | VERKAUF | SCHULUNG

THOMAS SCHIRDEWAHN

☎ **02921-63966** (über diese Festnetz-
nummer auch per WhatsApp erreichbar)

✉ kontakt@soester-assistent.de

🌐 www.soester-assistent.de



Gemeinsam finden wir für alles eine gute und verständliche Lösung!



Brot aus Luft!



In den Jahren um 1900 verzeichnete man ein enormes Wachstum der Weltbevölkerung. Es mehrten sich die Stimmen, die Sorge hatten, wie die damalige Landwirtschaft die vielen Menschen auf der Welt dauerhaft ernähren

sollte.

1898 warnte Sir William Crookes von der *British Science Association* (eine Vereinigung mit dem Ziel, Wissenschaft populär zu machen und den Austausch zwischen Wissenschaftlern zu fördern) in seiner Antrittsrede als Präsident vor einer bevorstehenden Hungerkatastrophe. Seine Sorge: Die zivilisierten Nationen könnten nicht mehr genug Nahrung produzieren, weil Düngermangel drohe und zwar wegen Stickstoff, der für das Wachsen von Pflanzen wichtig ist.

Grund dafür sei der Mangel an Stickstoffdünger aus natürlichen Quellen. Damals wurde der Stickstoff-Dünger (=Ammoniak) aus Salpeter gewonnen. Nur durch die Verwendung von Ammoniak auf Feldern und Äckern war ein guter Ertrag möglich, der die Nationen ausreichend ernähren konnte.

Die Salpeter-Vorkommen befanden sich vor allem in Chile. Sie waren sehr umkämpft und vor allem nicht unendlich. Chile führte sogar wegen des Salpeterabbaus einen Krieg gegen Bolivien und Peru (1874-1884). Auch der Transport aus Südamerika war schwierig und dauerte sehr lange.

Sir William Crookes forderte in seinem Vortrag die Wissenschaftler auf, technologische Prozesse zu entwickeln, um Düngemittel aus der Atmosphäre, die zu ca. 80 % aus Stickstoff besteht, zu gewinnen. Seine Rede wurde weltweit von der Presse verbreitet.



Damals bemühten sich vor allem die Chemiker, ein Verfahren zu finden, mit dem es möglich war, Ammoniak aus der Luft zu gewinnen. Es gab jedoch ein Problem: Weil Pflanzen Stickstoff aus der Luft nicht einfach so aufnehmen können, musste man einen Umwandlungsprozess finden. Hier waren vor allem die Chemiker gefragt, die über gute Kenntnisse in der technischen Elektrochemie verfügten. Sie ist der elektrische Weg zur Realisierung chemischer Reaktionen. Die Elektrochemie war das große Interesse von Professor Dr. Fritz Haber (geb. 09.12.1868, gest. 1934), einem deutschen Chemiker, der sich für Naturwissenschaft und Technik interessierte. 1904 nahm er eine Assistentenstelle bei der Technischen Hochschule Karlsruhe an und habilitierte 1908 zum Außerordentlichen Professor für technische Chemie. Fritz Haber gelang es, das Düngerproblem zu lösen: Er entwickelte

Der Behördenfuchs

Bürgernah Kompetent Ergebnisorientiert

Leistungsangebot:

- Patientenverfügung, Vorsorge- und Betreuungsvollmacht
- Schwerbehindertenangelegenheiten
- Einstufung Pflegegrade und Abwicklung mit dem med. Dienst und den Krankenkassen
- Antragstellung (Beihilfe, Krankenkassen, Renten)
- Private Betreuung etc.



Heribert Brunstein
-Verwaltungsfachwirt-

Ostermannstraße 16
59505 Bad Sassendorf
Telefon: 0171/ 1 425 118
Mail: behoerdenfuchs@gmail.com
Internet: www.behoerdenfuchs.com

40 Jahre Berufserfahrung garantieren
die notwendige Kompetenz!

ein Verfahren, durch die Verbindung von Wasserstoff und Luftstickstoff Ammoniak herzustellen, das die Pflanzen aufnehmen können und sie wachsen und gedeihen lässt. Zusammen mit Carl Bosch, Chemiker bei der BASF (Badische Anilin- und Sodafabrik), entwickelte Fritz Haber das *Haber-Bosch-Verfahren* zur synthetischen Herstellung von Ammoniak.

1909 stellte er damit zum ersten Mal Kunstdünger her. Die BASF erwarb das Patent und 1913 ging eine erste Anlage zur industriellen Massenproduktion von Ammoniak aus Luftstickstoff in Betrieb. Inzwischen wird nach

dem *Haber-Bosch-Verfahren* ca. 90 % der Stickstoff-Weltproduktion abgedeckt.

1918 erhielt Fritz Haber für seine Leistung den Nobelpreis für Chemie. In der Laudatio hieß es, „*Brot aus Luft*“ laute die Formel, die seine Entdeckung am besten beschreibe.

Ammoniak synthetisch herzustellen, gilt als eine der größten Errungenschaften der Chemie im letzten Jahrhundert. Diesem Verfahren ist es zu verdanken, dass mehr als 8 Milliarden Menschen auf der Erde leben können.

Hety Büchte

(Quelle: Internet; Foto: Wikipedia)



(Foto: Renate Stolle, Soest)

THOMIA
Residenz

...rundum wohl fühlen

Lütgen Grandweg 4-6. 59494 Soest

Tel. 02921 / 376 - 0

Häuslicher Pflegedienst

Wohnen mit Service

Betreutes Wohnen

Tagespflege Noah

Kurzzeitpflege

Pflegeheim

Allzeit online

**Mein Smartphone ist mein Ein und Alles,
wie konnte ich je ohne sein?
Sechs Stunden einmal völlig offline
wär' tote Zeit, wär' Höllenpein.**

**Wie zärtlich liegt es in der Hand,
wie schmeichelt es dem sanften Griff,
so warm, so glatt, so durchgestylt
und mit dem angesagten Schliff.**

**Was sollt' ich ohne Smartphone machen?
Ich bin ja sonst ein schlichtes Kind.
So aber weiß ich jederzeit,
wo ich die heißen News gleich find.**

**Es gibt auch keine leeren Zeiten,
kann dauernd auf das Display sehen,
nichts Wichtiges will ich versäumen,
betrachten alles Zeitgeschehen.**

**Und mein Gefühl und gar mein Denken
versend ich in die ganze Welt,
und Hass und Abscheu, Widerwillen
- ein Smiley doch, wenn was gefällt.**

**So bin ich, bin ich wirklich wichtig
als Teil der Netcommunity
- gering manipuliert wahrscheinlich -
und fühle mich als Netzgenie!**

Siegfried Steffen

(Foto: Wallusy/Pixabay.com)



Schillerlocken



Schon vor der Geburt wurde dem neuen Familienmitglied, obgleich leibhaftig noch völlig unbekannt, viel aufgeregte Zeit gewidmet. Die Hausgeburt, sie findet wieder zunehmend statt, ähnelte in nichts einer Sturzgeburt.

Verlief dennoch völlig unkompliziert. „Bei einer Erstgebärenden dauert es eben länger. Das ist ganz normal“, beteuerte glaubhaft die sympathische Hebamme.

Natürlich war schon vor der Entbindung bekannt, dass es ein Mädchen sein würde. So blieb genügend Zeit für die Suche nach einem passenden Namen. Nach tausend oder mehr Vorschlägen stand fest: Das Kind würde Ida heißen. Widersprüche blieben endlich aus. Schließlich gab es viele berühmte und bekannte Trägerinnen dieses historischen Namens. Außerdem ließ sich mit den drei Buchstaben *I-d-a* durchaus was anfangen. Ganz zärtlich klang Ida, wenn beim Namennennen das *I* langgezogen wird. Herrisch dagegen die kurzeharte Betonung auf *a*. Ein Befehlston. Noch nicht. Erst später.

Ida musste auch das *Idalein* ertragen. Die ersten zwei, drei Jahre generell. Später sporadisch. Für unverbrüchliche Vasallentreue garantierten Tanten aus drei Generationen. Beim intensiven Betrachten der noch winzigen Ida waren sich die Tanten im Pauschalurteil: *Süüüß* auf Anhieb einig. Unmittelbar danach tranchierten dieselben Tanten das Baby quasi. Gerieten in heftige Debatten beim Zuordnen von Idas Augen, Ohren, Mund, Händchen, Fingernägeln und hörten erst bei den Zehen auf. „Ida ist eine uns glücklich gelungene Familiencollage“, so die absurde und doch erstaunlich einhellige Meinung des Clans. Überzeugt glaubte jeder, sich wenigstens stückhaft in Ida wiederzufinden. Rätselhaft blieb dagegen vorerst die Haarfarbe. Was derzeit beim zärtlichen

Streicheln des Köpfchens spürbar war, verdiente die Bezeichnung Haar noch nicht. Es wird kein Geheimnis bleiben.

Ida war in ihren ersten Lebensjahren unausweichlich Dreh- und Angelpunkt, Fokus und Studienobjekt. Oft alles gleichzeitig und exzessiv. Ihre Haare, das zeigte sich jetzt eindeutig, tendierten ins Rötliche. In der großen Schillersippe war die rötliche Haarfarbe nicht neu. Somit keine Überraschung. Überrascht haben Idas Locken: kurz und kraus! Noch herrschte Uneinigkeit, ob das niedlich war und wenn ja, ob das wohl so bleiben würde. Aber gibt es unter den weisen Sprüchen aus Jahrhunderten nicht auch den: Krause Haare – krauser Sinn?

Auch in der Kita blieb Ida das entzückende Kind. Sehnsüchtig entbehrte sie einen oder gar ihren eigenen Vater nicht. Dass ein Papa nicht immer präsent, ja der Familie mitunter von Angesicht sogar gänzlich unbekannt sein kann, kommt öfter vor. Doch mit dieser Tantenpräsenz gab es für Klein-Ida keinen Grund, betrübt zu sein. Nur ihrer Mutter war der gutaussehende Kindsvater natürlich bekannt und nur sie wusste, dass er jenseits großer Meere bei Weib und Kindern lebte, und dort seinem gesamten Nachwuchs dunkle Krauslocken in trotzig Stirnen fallen. Bis auf die Haarfarbe konnte sie bei ihrer Tochter keine schillerschen Ähnlichkeiten ausmachen. Hütete sich aber wohlweislich, diese Feststellung auszuplaudern.

Auch um Idas Problemsorgen und gelegentliches Kranksein kümmerten sich die Tanten stets liebevoll. Gewährten im Bedarfsfall Hilfe und Trost im Übermaß. Einschließlich Kuschneln an üppigen Busen. Mindestens einer war immer greifbar. Und ihr Verständnis und Verzeihen für mancherlei bewahrte Idas Seele vor Wunden und Narben. Das funktionierte so reibungslos, dass Idas Mutter, ohne dass ihr Gewissen im Geringsten ziepte, ihrem lukrativen Hostess-Job auf ständig irgendwo stattfindenden Messen

beruhigt nachgehen konnte. Genauso ihren diversen Freizeitinteressen.

Eines Abends nach rituellem Bad entdeckten sie auf Idas Näschen Sommersprossen mit dem großen Fragezeichen: *Von wem hat sie die denn?* Keiner hatte eine Ahnung. Irgend- ein Eingeheirateter musste die Schillersippe kontaminiert haben. Sie verunstalteten aber keineswegs, sondern setzten aparte Akzente. Und für Ida begann jetzt endlich für viele Jahre das aufregende Leben eines Schulkindes.

Nicht nur dass sie gern zur Schule ging, sie war auch gern eine gute Schülerin. Täglich für mehrere Stunden den Schiller'schen Brenngläsern zu entkommen, wurde ihr sehr bald unentbehrliches Bedürfnis, Genuss und Gewinn.

Lange war sie Star der Sippe. Ihr Schulleben verlief dagegen nicht ganz so ungetrübt: die Haare! Vor allem größere Jungs riefen in den Schulhof-Pausen immer öfter ungeniert: *Fuchse!* Noch frechere rümpften sogar die Nasen, behaupteten: „Es stinkt rauchig. Nach Schillerlocken!“ Und zeigten auf sie. Dann flossen reichlich Tränen und Ida wünschte sich auf der Stelle einen kahlen Kopf. Doch noch wirkte und heilte der balsamische Tantentrost zuverlässig. Von ihren Freundinnen nahm keine an der Haarfarbe Anstoß. Denn trotz Farbe war das, was auf dem Kopf wucherte, mit Fug und Recht Haarpracht zu nennen. Und um die Locken wurde sie eher beneidet.

Mit so viel schillerschem Flankenschutz absolvierte sie ihre Schulzeit ganz unbeschadet und wie erwartet mit gutem Resultat, einschließlich Abi.

Selbst für die generösen Tanten wurde Ida immer dann nervig, wenn sie partout ihren Willen durchsetzen wollte, was ihr auch meist gelang. Spätestens dann kramte ein Schillerkopf wieder das uralte *Krause-Haare-krauser-Sinn*-Zitat vor. „Ida, du hast einen Dickschädel, hart wie Stahl“, war dann der gehörte Kommentar dazu, mit knallkurzer Betonung auf a. „Aber aus Edelstahl“, konnte Ida schon früh kontern.

Ihr Äußeres ist nun gewissermaßen komplett und nichts gibt es zu bemängeln. Die

kurzen Locken haben sich gedehnt und wellen bis auf die Schultern. Glanz und Farbe hat Ida den hübschen Kastanien abgeschaut. Dazu harmonieren reizvoll die grünen Augen. Ein Grün wie neues Gras.

„Du solltest Oecotrophologie studieren. Das ist eine anspruchsvolle und zeitgemäße Disziplin. Dabei sehr feminin. Ist zudem ein Studium mit breiter Fachbasis, die dir bestimmt viele berufliche Möglichkeiten eröffnet“, raten nach gemeinsam erzieltm Beschluss begeistert die unvermeidlichen Tanten. Würzen und garnieren ihren *Ratschlag* nachdrücklich noch mit dem Hinweis: „Dank Uni-Nähe kannst du während des Studiums sogar weiterhin zuhause wohnen. Das ist von enormem Vorteil und finanziell ein dickes Plus. Du scheinst Glück abonniert zu haben! Du Glückspilzin!“ Wie immer nickt Ida angemessen dosiert. Eine ihrer ganz eigenen, unnachahmlichen Gesten.

Ihre bewährte Taktik, bei wichtigen Vorhaben mehrere Eisen gleichzeitig vorzuglühn, wendet sie auch jetzt an. Gut formuliert und plausibel argumentiert, richtet sie ihre Bewerbungen an entsprechende Institutionen in Hamburg und Berlin. Möglichst fern vom atemberaubenden Tantenclinch. Ihr Vorname Ida und ihr Nachname Schiller verankern gleichsam Anspruch wie Pflicht, unbedingt den Schauspielberuf zu erlernen. Schon seit geraumer Zeit entspricht dieses Berufsziel absolut auch ihrem eigenen, noch geheimen Wunsch. Selbstverständlich kommt nur eine solide Ausbildung an renommierten Häusern in Betracht. Sie glaubt für diesen Beruf auch ganz gut gerüstet zu sein. Wie hätte sie ohne Finten, Tricks und Verstellen fast zwanzig Jahre gegen diese massive, einflussreiche Tantenfront auch sonst bestehen können? Und seit sie die anmutigen Girls der irischen Formation *River Dance* erlebt hat, die mit hinreißender Rasanzen die Bühnenbretter gesteppt haben, steht für sie unumstößlich fest: So perfekt wird auch sie mal steppen können. Vor ebenso staunendem Publikum. Gegen den jetzt zu erwartenden Widerstand hilft dann eben nur Edelstahl!

Hannelore Johänning
(Foto: JasperSinn)

Aktiv im Alter:

Ausgesuchte Hobbys für Senioren

Wer rastet, der rostet! Das gilt besonders für Senioren, wenn sie nichts mit ihrer Freizeit anzufangen wissen. Dabei gibt es viele interessante Hobbys und Freizeitangebote, um vom Sofa runterzukommen. Sie kennen das vielleicht: Da fällt man nach seinem Eintritt in das Rentenalter in ein tiefes Loch, weil man nichts mit der nun plötzlich verfügbaren Zeit anzufangen weiß. Wir möchten Ihnen einige Hobbys vorstellen, die vielleicht geeignet sind, Ihnen die Langeweile zu vertreiben, nette Leute kennenzulernen, sich untereinander auszutauschen, neue Ideen zu entwickeln und, und, und . . .



Vögel beobachten

Vögel sind die Elemente der heimischen Tierwelt, die uns am vertrautesten sind, sind sie doch allgegenwärtig, munter, oft farbenfroh und machen durch ihren Gesang oder Rufe auf sich aufmerksam. Viele Menschen unter uns sind zufrieden, wenn sie Tauben, Krähen, Enten, Schwäne, kleine Vögel, also meist Meisen oder Spatzen, sowie Geflügel auf dem Bauernhof benennen können.

Aber manch einer möchte doch mehr wissen: Was sind das für Arten, die das Futterhäuschen besuchen? Oder: Die Wasservögel auf dem Teich im Park sind doch nicht alle nur Enten?

Tatsächlich gibt im Kreis Soest fast 130 mehr oder weniger häufige Brutvogelarten und mindestens weitere 170 Arten kommen als Durchzügler, Wintergäste oder als seltene Besucher dazu. Während zum Beispiel Blaumeisen oder Elstern problemlos als solche erkannt werden können, gibt es viele unscheinbar gefärbte Vögel, die sich kaum von anderen Arten unterscheiden. Das kann die Bestimmung erschweren oder sie gar unmöglich machen.

Ein Zugang zur Vielfalt der heimischen Vogelwelt kann ein gut gebildetes Buch sein, in dem eine Auswahl der Vogelarten behandelt wird, denen man am ehesten im eigenen Umfeld begegnet. Denn als Anfänger sollte man sich nicht gleich mit einem Vogelbestimmungsführer belasten, der auch alle seltenen Arten sowie die Vögel des Mittelmeerraums behandelt. Sieht man nun

draußen einen Vogel, kann das Wiedererkennen zu einer ersten Bestimmung führen. Und solch ein Vorabstudium mag auch zur Suche nach weiteren Arten reizen.

Der beste Zugang zu unserer Vogelvielfalt bleibt die selbständige „Erarbeitung“ der Arten, denen man rund um Haus, Garten oder benachbartem Park begegnet. Vögel, die man bisher noch nicht gesehen hat, sollten - wenn sie es denn zulassen -, ohne sie zu stören, genau betrachtet werden. Zu achten ist zuerst einmal auf die Größe des Vogels, am besten vergleicht man ihn mit einer bekannten Art: Ist er größer oder kleiner als eine Amsel oder sogar kleiner als ein Sperling?

Dann merkt man sich die Färbung und ob der Vogel etwa auffällige Musterungen an Kopf, Flügel oder Schwanz aufweist. So wirkt beispielsweise eine Bachstelze wie ein schwarzweißer Vogel. Ein Buchfink besitzt eine deutliche Flügelbinde und die verschiedenen Meisenarten haben charakteristische Kopfzeichnungen.

Die Fortbewegungsweise und das Verhalten sind weitere Eigenschaften, die für Vogelarten typisch sein können. Der an eine Maus erinnernde Gartenbaumläufer (siehe Foto oben) scheint bei der Nahrungssuche an einem Baumstamm in die Höhe zu rutschen. Für Amseln ist charakteristisch, dass sie nach dem Landen gerne den Schwanz aufstellen und sich dann eher hüpfend fortbewegen. Stare dagegen laufen trippelnd über

eine Rasenfläche. Grauschnäpper sind „An-sitzjäger“, während Schwalben Insekten im Jagdflug erbeuten.

Nicht zuletzt ist der Ort, an dem sich ein Vogel aufhält, für die Bestimmung wichtig. Eine Feldlerche wird nicht in einem Vorstadtgarten landen. Einen Teichrohrsänger muss man dort suchen, wo Schilf wächst, und der Schwarzspecht ist im Wald zu Hause.

Vögel sind stimmungsfreudig, und da ihre Rufe und Gesänge der innerartlichen Verständigung dienen, überrascht es nicht, dass Arten sich in ihren Stimmen unterscheiden. Und das nutzen wir bei der Bestimmung von Vögeln. So kann man in einem Wald Arten nachweisen, ohne dass man sie sieht, denn sie geben sich durch ihren Gesang oder ihre Rufe zu erkennen.

Die Bestimmung über den Gesang setzt aber eine gewisse Erfahrung und Musikalität voraus. Und zu bedenken ist, dass die Stimmen einiger Vogelarten so hoch sind, dass Menschen mit zunehmendem Alter sie immer schlechter hören können.

Sollte einem, nachdem man nun viele Arten gesehen hat, ein Vogel begegnen, den man nicht einordnen kann, empfiehlt es sich, Notizen zu dieser Beobachtung zu machen. Ein erfahrener *Feldornithologe*, den man Rat bittet, kann dann hoffentlich entscheiden, um welche Art es sich gehandelt hat.

Es gibt jedoch Vögel und Vogelgruppen, deren Bestimmung auch gute Vogelbeobachter immer noch herausfordern. Das sind z. B. die verschiedenen Greifvögel, Enten im Schlichtkleid, manche tarnfarbenen Watvögel und viele kleine Singvogelarten. Deren Bestimmung kann manchmal nur unter besten Beobachtungsbedingungen gelingen. Das unerlässliche Handwerkszeug des Vogelbeobachters ist in diesem Fall ein ordentliches Fernglas. Das muss zu Anfang kein teures Gerät sein, aber auch nicht ein sehr billiges aus dem Supermarkt, das oft sehr licht-

schwach, optisch mangelhaft und nicht waserdicht ist.

Auch sogenannte Nachtgläser sind keineswegs erforderlich. Die meisten *Feldornithologen* benutzen Ferngläser mit einer zehnfachen Vergrößerung, wobei achtfache Gläser, die man in die Tasche stecken kann, es oft auch tun.

Heute können viele, auch einfache digitale Fotoapparate recht brauchbare Teleaufnahmen machen. Wenn es damit gelingt, von einem unbekanntem Vogel ein Bild zu machen, lässt sich so vielleicht der anfangs rätselhafte Vogel noch nachträglich bestimmen.

Selbst mit den Kameras in den modernen Smartphones lassen sich brauchbare Teleaufnahmen knipsen. Auch der Gesang eines fraglichen Vogels kann damit aufgenommen und anschließend von Kennern beurteilt werden.

Zudem gibt es kostenlose oder zumindest preiswerte „Vogel-Apps“ für Smartphones, die den Zugang zu dem jeweils gesehenen Vogel ermöglichen. Die Apps

erleichtern die Bestimmungsbearbeitung auch dadurch, dass zusätzlich die Stimmen der in Frage kommenden Arten vom Smartphone abgerufen werden können.

Schließlich sollte man die Möglichkeit nutzen, an Exkursionen teilzunehmen, die etwa von Naturschutzvereinen vor Ort (z. B. ABU = Arbeitsgemeinschaft biologischer Umweltschutz im Kreis Soest) angeboten werden. Selbst auf Exkursionen, die nicht speziell die Vogelwelt zum Ziel haben, gibt es genügend Gelegenheiten, weitere Vogelarten kennen zu lernen.

Vogelbeobachtung ist nicht nur eine schöne Freizeitbeschäftigung. Jeder auf diese Weise gewonnene zusätzliche Nachweis einer Vogelart ist auch ein Beitrag zu den Schutzmaßnahmen von bedrohten Arten.

Dr. Henning Vierhaus
(Foto: Dr. Vierhaus)



Schafstelze

Bürgerschaftliches Engagement

In loser Folge wird das Füllhorn künftig über Soester Vereine oder Gruppierungen informieren, in denen ehrenamtlich das Gemeinwohl im Fokus steht.

Mehr als Reparieren

Fünf Jahre Soester Repair Café
Wallburger-Osthofen-Wallstraße 1

Geöffnet jeden dritten Dienstag

Von 15:00 h – 19:00 h



Seit fünf Jahren gibt es das Soester Repair Café nun schon, und als ich mich auf den Weg zum Osthofentor mache, bin ich sehr gespannt auf das vereinbarte Gespräch mit Frau Verena Bense. Gespannt darauf, was ich von der Ansprech-

partnerin für dieses Projekt über das erste halbe Jahrzehnt bürgerschaftlichen Engagements im Repair Café erfahren werde.

Einen ersten Eindruck über die Begeisterung der dort aktiv Beteiligten gewinne ich schon, als ich dort neben Frau Bense von zwei weiteren ehrenamtlichen Mitarbeitern erwartet werde.

Die für mich vorbereiteten Unterlagen zeigen, dass schon vieles davon umgesetzt worden ist, was sich die Gründer im Januar 2017 vorgenommen haben. Da sind zu allererst die inzwischen 774 Reparaturaufträge zu nennen: Uhren, Bügeleisen, Nähmaschinen, Elektronik usw. Die vollständige Liste der Geräte würde den Platz im Füllhorn sprengen. Aber alle sind gewissenhaft in einer Excel-Tabelle über die bisherigen Termine seit Januar 2017 aufgeführt, ergänzt um Spalten für Befund, Arbeitserfolg, Bearbeiter und Geschlecht sowie Alter des „Kunden“. Nicht ohne Stolz weist Verena Bense bei meinem Besuch auf eine nahezu 50%ige Erfolgsquote hin. Aber es ist nicht nur dieses Ergebnis, was sie freut. Ihr Herz hängt auch an der Idee, die hinter dem Engagement der Ehrenamtlichen im Repair Café steht.

Denn dort soll neben der Hilfe bei der Instandsetzung von grundsätzlich noch

brauchbaren Geräten auch ökonomische und ökologische Nachhaltigkeit deutlich werden: Was repariert werden kann, muss nicht neu angeschafft werden und manches Altbewährte ist viel zu wertvoll, um auf dem Müll zu landen. Ein praktischer Beitrag zum Umweltschutz durch weniger Wegwerfen und weniger Ressourcenverbrauch für Neuanfertigungen.



Außerdem versteht sich das Repair Café auch als Bürgertreff kultureller, sozialer und generationenübergreifender Vielfalt. Der Bestandteil „Café“ in seinem Namen steht dort ganz bewusst. Denn auch Kaffee und Kuchen spielen durchaus eine Rolle,

wenn dort miteinander geredet und voneinander gelernt wird, wenn Laie und Fachmann, Alt und Jung, Hilfesuchender und Helfer aufeinandertreffen.

Und nicht zuletzt sieht Verena Bense auch eine Chance darin, Besucher des Repair Cafés in den eigenen Möglichkeiten zu bestärken: „Wenn z. B. ein junges Mädchen durch fachkundige Anleitung zum eigenen Erstaunen merkt, wie einfach es ist, einen Draht zu verlöten, dann ist das doch ein toller Erfolg weit über die reine Reparatur hinaus!“

Bei dieser breiten Aufgabenstellung, der sich das Repair-Café verpflichtet fühlt, ist es nicht verwunderlich, dass der Lionsclub Soest-Hellweg es im Jahr 2020 bei der Verleihung seines Umweltpreises auf Rang 1 gesetzt hat.

Meine Frage, wie man zum Engagement in diesem Projekt kommt, beantwortet Gottfried Moering, einer der beiden weiteren Gesprächsteilnehmer, spontan so: „Ich habe schon als Kind gerne repariert, und nun habe ich im Ruhestand die Zeit dazu.“ Mit einem entwaffnenden Lächeln fügt er noch hinzu: „Und jemandem dabei zu helfen, etwas zu reparieren, das ist doch eine schöne Zugabe zu meinem Hobby!“ Ihn treibt auch um, dass z. B. der Ersatz eines durch unsachgemäßes Herausziehen defekten Steckers beim Staubsauger bei einem Fachbetrieb das 20- bis 30fache des Preises für einen neuen Stecker fällig wird. „Keine Frage, das kann gar nicht anders sein, wenn man den Aufwand für Anfahrt, Betriebskosten usw. eines Elektrikermeisters betrachtet – aber ist das nicht ein Irrsinn?“

Während Gottfried Moering unter dem Motto „Altes wieder instand zu setzen macht Spaß“ aus Freude am Reparieren zum Repair Café gestoßen ist, bringt Bernd Panke seine beruflichen Erfahrungen als Telekom-Mitarbeiter in das Projekt ein. Als Mobilfunkexperte kennt er sich in der Handhabung der modernen Kommunikationsmittel natürlich besonders gut aus. Bei Fehlfunktionen oder Schwierigkeiten mit

Smartphon oder Tablet ist man bei ihm gut aufgehoben. „Besonders ältere Menschen müssen behutsam mit den Funktionen und Möglichkeiten digitaler Medien vertraut gemacht werden“, meint er und führt weiter aus, dass er immer wieder höre, die Hilfestellung durch Kinder oder Enkelkinder funktioniere meist nicht. Den Älteren gehe das dann viel zu schnell und alle Mühe der Jüngeren sei vielfach verlorene Liebesmühe.

Immer deutlicher wird mir in dieser Gesprächsrunde klar: Die Stärke des Soester Repair Cafés liegt darin, dass hier engagierte Experten mit völlig unterschiedlichem Hintergrund gemeinsam ein breites Band von Organisation, nachhaltigem Denken, technischen Fertigkeiten und gesellschaftlicher Hilfsbereitschaft abdecken. Zudem sind die Soester eingebunden in ein Netz weiterer etwa 300 Repair Cafés in ganz Deutschland. Alle mit einer ähnlichen Ausrichtung, die sich als ehrenamtlich arbeitende freie Werkstätten untereinander austauschen und beispielsweise für den Versicherungsschutz sorgen. In der regionalen Zusammenarbeit mit den Repair Cafés im Umkreis (Bad Sassendorf, Lippstadt, Ense und Wickede) sieht man übrigens noch Luft nach oben, besonders im Austausch von Spezialisten.

„Aber daran arbeiten wir, denn warum soll man sich nicht gegenseitig im Expertenwissen auch praktisch unterstützen?“, betont Gottfried Moering, der von sich scherzhaft behauptet, es gäbe kaum eine Kaffeemaschine, die er nicht wieder auf Vordermann bringen könne.

Wer neugierig geworden ist, findet im Internet unter www.repaircafesoest.de mit einem Klick auf *Mehr lesen* eine detaillierte und aussagekräftig bebilderte Beschreibung des Repair Cafés: Der Soester Anzeiger hat dem Projekt zum zweijährigen Jubiläum am 19. Januar 2019 als „Ortsgespräch“ eine ganze Zeitungsseite gewidmet.

Rudolf Köster
(Foto: Repaircafe Soest)

Die Pfalz



Wer das erste Mal in die Pfalz fährt, wird überrascht sein, was diese Landschaft alles zu bieten hat. Egal ob Sie mit Bus, Bahn, Auto oder, wie wir, mit dem Wohnmobil fahren: Es gibt immer was Neues zu entdecken.

Zuerst einmal das Klima. Vom Frühjahr bis in den Herbst gibt es ca. 1800 – 2000 Sonnenstunden. Der Pfälzer Wald bietet Schutz vor Wind und Wetter. Es herrscht ein mediterranes Klima, das sogar Feigen, Zitronen und Kiwis gedeihen lässt. Auch Esskastanien und Mandelbäume wachsen hier prächtig. Vom Wein brauchen wir gar nicht zu reden, den findet man an allen Hängen, so weit das Auge reicht.

Die Menschen in der Pfalz sind sehr gastfreundlich und gesellig. Und so findet man entlang der Deutschen Weinstraße – von Bockenheim im Norden bis Schweigen-Rechtenbach im Süden – in jedem Dorf oder Städtchen Vinotheken und Weinstuben, in denen es sich gut essen und trinken lässt.



Meine Lieblingsstadt ist Bad Dürkheim. Von weitem sieht man schon das riesige Weinfass, das 1,7 Millionen Liter Wein fassen soll, jedoch hat man es aber noch nicht ausprobiert. Wer mag, fährt im September zum Wurstmart, dem größten Weinfest der Welt. Da geht es dann ähnlich zu wie auf der Soester Kirmes, nur dauert das Ganze neun Tage und Nächte.

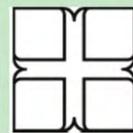
Nicht allzu weit von Bad Dürkheim entfernt liegt Neustadt a. d. Weinstraße. Eine quirlige Stadt direkt am Pfälzer Wald. Jedes Jahr im Herbst wird hier die Deutsche Weinkönigin

gewählt. Rund um Neustadt liegen Freinsheim mit seiner wunderbar restaurierten Altstadt, Wachenheim mit der Wachtenburg, das Haardter Schlössel (Villa Clemm), die Höhenburgruine Wolfsburg (die Hausburg von Neustadt), die Burg Spangenberg und das Hambacher Schloss, das als die Wiege der Demokratie gilt.

Dazu gibt es noch gut ausgebaute Wander- und Radwege, die durch die gesamte Pfalz führen und gut beschildert sind. Und wem das alles noch nicht reicht, das Elsass ist auch nicht weit.

Zum Schluss noch ein kleiner Tipp. Fahren Sie mal im März, April an die Weinstraße, nach Gimmeldingen. Da findet jedes Jahr das Mandelblütenfest statt, rund um die Mandelbäume mit viel Wein, Sekt und gutem Essen.

Inge Thomas (Foto: Inge Thomas)



Lina-
Oberbäumer-
Haus



Alten- und Pflegeheim

Geborgenheit geben,
Sicherheit schenken,
Türen zur Geselligkeit öffnen...

Alten- und Pflegeheim
„Lina-Oberbäumer-Haus“
Feldmühlenweg 17 - 59494 Soest
Tel.: 02921 371-250
info@lina-oberbaeumer-haus.de



Baujahr: 1984, Anbau: 2010

Modernisiert: 2011

Auszeichnungen: 2010 -

Feststellung der Verbraucherfreundlichkeit

Plätze - nur für Frauen:

- 72 Einzelzimmer
- 4 Doppelzimmer

Wohnformen:

- Leben in Hausgemeinschaften
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege

Pflegfachliche Schwerpunkte:

- Versorgung der Schwerkranken und Sterbenden auf der Basis der Palliative Care
- Betreuung von Frauen mit Erkrankungen aus dem dementiellen Formenkreis (Demenz, Alzheimer, etc.)



www.lina-oberbaeumer-haus.de

Werbung im Füllhorn



Das Seniorenmagazin wird von der Stadt Soest den Bürgern der gesamten Stadt und darüber hinaus kostenlos angeboten. Es erscheint viermal im Jahr mit einer Auflage von 3000 Stück (Farbdruck).

Das **Füllhorn** wird von ehrenamtlichen Autoren und Redaktionsmitgliedern erstellt und zum Teil ebenfalls durch Ehrenamtliche verteilt.

Sie finden das **Füllhorn** in folgenden Einrichtungen: Arztpraxen, Apotheken, Krankenhäusern, Banken, Begegnungsstätten, VHS, Seniorenbüro, Stadtbücherei, etc. Außerdem wird das Magazin bei Bedarf einigen Interessenten per Post zugestellt.

Darüber hinaus ist das **Füllhorn** auch im Internet präsent: www.fuellhorn-soest.de.

Beispiele unserer Preisgestaltung für Ihre Anzeige:

¼ DIN A4-Seite = 255,00 €
für 4 Ausgaben/Jahr- Auflage: 3000 Stück

½ DIN A4-Seite = 510,00 €
für 4 Ausgaben/Jahr- Auflage: 3000 Stück

Möchten Sie das **Füllhorn** durch Werbung unterstützen?

Wenden Sie sich bitte telefonisch oder per Mail an

Ihre Ansprechpartnerin:

Petra Arlitt

Seniorenbeauftragte der Stadt Soest,
0 29 21 - 103-2212, (p.arlitt@soest.de)

(Foto: Peter Altmann/Pixabay)

Wentzel Dr. HOMES

IMMOBILIEN SEIT 1820

**MIT HERZ
& VERSTAND.**



NACH DIESEM MOTTO BERATEN WIR SIE INDIVIDUELL UND KOMPETENT BEIM KAUF UND VERKAUF IHRER IMMOBILIEN.

Neben der Marktkenntnis und langjährigen Erfahrung steht bei uns das Persönliche im Mittelpunkt. Lassen Sie uns gemeinsam besprechen, was Sie benötigen und was Sie wünschen. Mit Ihrem Anliegen sind Sie bei uns an Soests erster Adresse.

Vor Ort sind wir für Sie daheim:

Wentzel Dr. HOMES · Shop Soest
Marktstraße 2 · 59494 Soest
02921 340 99 0 · soest@wentzel-dr.de

wentzel-dr.de/soest



HOMES

Das erste Hörgerät

**Nicht sehen trennt von den Dingen,
aber nicht hören trennt von den Menschen.
(Emanuel Kant)**



Als ich mein nagelneues Hörgerät meinen Freundinnen präsentierte, gratulierten sie mir: „Willkommen im Club!“ Ich war überrascht, wie viele meiner Bekannten ein Hörgerät nutzen. Weil es nie Thema

für mich war, interessierte es mich bisher auch nicht.

Aber jetzt recherchierte ich im Internet und fand heraus: Ungefähr jeder sechste der 14 Millionen Schwerhörigen in Deutschland trägt ein Hörgerät. Laut einer Umfrage ergab sich Folgendes: Im Jahr 2020 nutzten rund 2,44 Millionen Personen ab 14 Jahren ein Hörgerät, das sind 2,93 % der Bevölkerung.

Im Alter von 14 Jahren ein Hörgerät zu benötigen, fand ich traurig, denn bisher ordnete ich nachlassendes Hörvermögen nur dem Alterungsprozess zu. Als meine Mutter mit etwa 90 Jahren plötzlich in einer Unterhaltung stumm wurde und einen leeren Blick aufsetzte, wusste ich: Sie hatte den Gesprächsfaden verloren, weil jemand zu leise gesprochen hatte. Aus Scheu oder aus Schamgefühl für ihr schwindendes Hörvermögen wollte sie nicht nachfragen. Und so saß sie da – in den Standby-Modus versetzt - bis es jemand bemerkte und sie wieder ins Leben zurückholte.

Schlimmer ist noch, wenn jemandem wegen seines mangelnden Hörvermögens, ein falscher Kommentar entwischt, weil er etwas falsch verstanden hat.

So wie in folgendem Witz:

Treffen sich zwei ältere Herren. „Wie geht es dir, Willi?“, fragt der eine sehr laut. „Gut, aber du brauchst nicht mehr so zu schreien, ich habe mir nämlich ein sündhaft teures Hörgerät gekauft.“

„Ach, was hat es denn gekostet?“ „Gleich Viertel vor acht.“

Die ersten Hörgeräte waren große, unhandliche Kästen, die so viel Platz wie ein kleiner Koffer beanspruchten und entsprechend viel

Gewicht hatten. Sie bestanden aus einzelnen Komponenten, die miteinander verschaltet waren und demzufolge in der Regel auf einem Tisch Platz fanden.

Dazu gehörten das Mikrophon, der Verstärker, die Kopfhörer und eine riesige Batterie, die, obwohl sie so groß war, nur wenige Stunden durchhielt.



Erst ab 1902 wurden handlichere Geräte erfunden, die endlich leichter waren und sogar besser funktionierten als die frühen Modelle. Allerdings mussten Verstärker und Batterien nach wie vor um den Hals gehängt und das Mikrophon mit der Hand gehalten werden.

Je nach dem Grad der Schwerhörigkeit wurden angepasste Mikrophone benutzt. Sehr schwerhörigen Personen blieb nichts anderes übrig, als sehr große Mikrophone mit sich herumzutragen.

1901 entwickelte der amerikanische Ingenieur Miller Reese Hutchinson ein tragbares Hörgerät, das 12 Kilogramm wog. Die englische Königin Alexandra probierte das Gerät als Erste aus. Sie wollte unbedingt die Krönungszeremonie ihres Mannes, der als König Edward VII. den englischen Thron besteigen sollte, mitverfolgen. Die Prinzessin war

aufgrund einer Erkrankung fast taub. Da las sie von der Erfindung des Amerikaners Miller Reese Hutchinson und nahm sofort Kontakt mit ihm auf.

Hutchinson präsentierte Alexandra ein telefonähnliches Rohr, das sie während der Krönung ans Ohr halten sollte. Am Ende des Rohres hingen Drähte, die in einen schweren Batteriekasten mündeten. Königin Alexandra war überglücklich, als sie 1902 bei der Krönungszeremonie ihres Mannes mit dem Hörer in der Hand seine ersten Worte als Monarch hören konnte. Ein Diener trug für sie den Koffer mit der 12 Kilo schweren Batterie.

Später verlieh die Königin Alexandra Miller Reese Hutchinson einen Orden für seine bahnbrechende Erfindung.

1934 gelang es Technikern, die Hörgeräte leichter zu machen, sie wogen nur noch 1 Kilogramm. Auch nicht sehr angenehm, so viel Gewicht am Hals zu tragen, aber die Techniker experimentierten immer weiter.

In den 1960er Jahren wurden die modernen Hörgeräte hinter dem Ohr getragen. Mitte der 1990er Jahre wurden die ersten voll digitalen *Hinter-dem-Ohr-* und *Im-Ohr-Hörge-*

räte mit einer Leistung von 40 Millionen Rechenschritten pro Sekunde in Massenproduktion hergestellt.

Für Brillenträger gibt es heute eine Hörbrille, in deren Bügel die Hörgerätetechnik untergebracht ist. Und inzwischen geht die Technik so weit, dass kleine Elektroden ins Ohrinnere eingebracht werden, die mit Hilfe elektrischer Impulse Schallschwingungen erzeugen, den Hör-Nerv stimulieren und dadurch das Hören möglich machen.

Im Gegensatz zum Rest der Welt bezahlen die deutschen Krankenkassen Hörgeräte komplett – oder übernehmen einen großen Anteil. In Deutschland gelten Hörgeräte nämlich als Medizinprodukt. Aufgrund dieser Zuordnung übernehmen die Krankenversicherungen die Kosten einer sogenannten Basis-Versorgung.

Sind Sie betroffen von Schwerhörigkeit und haben noch kein passendes Hörgerät, sollten Sie sich von Fachleuten über Möglichkeiten und Kosten informieren lassen.

Ludmilla Dümichen

(Foto: <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=1272023>)

Wenn der Alltag zuhause manchmal schwerfällt.

Egal, wann Sie uns brauchen, wir sind für Sie da.

- Betreuung zuhause
- Begleitung außer Haus
- Hilfen im Haushalt
- Unterstützung bei der Grundpflege
- Entlastung pflegender Angehöriger

Den Zeitumfang bestimmen Sie.

Kostenfreie unverbindliche Beratung.

Rufen Sie uns an! Tel. 02921 35485 -40

soest@homeinstead.de

www.homeinstead.de

Jeder Home Instead Betrieb ist unabhängig und selbstständig. © 2019 Home Instead GmbH & Co. KG

Kostenübernahme durch alle Pflegekassen möglich.

Home Instead®
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

Neues aus dem

Seniorenbeirat Soest



Das Füllhorn im Gespräch: Heribert Fröhlich (Seniorenbeirat)



Als ich ihm im Seniorenbüro gegenüber sitze, kann ich kaum glauben, dass er Jahrgang 1947 ist. Frohgemut und ohne dass man ihm sein Dreivierteljahrhundert ansieht, erzählt Heribert Fröhlich mir, wie er, in Lippstadt geboren,

von Kindesbeinen an in Soest, der Heimatstadt seiner Mutter, aufwuchs und auch die Handelsschule besuchte. Nach den ersten Berufsjahren wurde er 1986 bei der Caritas eingestellt und blieb dort, bis er 2020 das Rentenalter erreichte.

Neben der Organisation des Fuhrparkes war er bei der Caritas auch mit den Seniorenfreizeiten und der Kurfürsorge befasst. Dabei lernte er viele Menschen im Ehrenamt kennen und schätzen. Darunter auch Hannelore Werner, die viele Jahre als Abgesandte der Wohlfahrtsverbände im Seniorenbeirat mitwirkte. Als sie 2015 dort ausschied, konnte sie Heribert Fröhlich dazu bewegen, ihre Nachfolge anzutreten. Sehr drängen musste sie ihn allerdings nicht, war ihr Nachfolger im Seniorenbeirat doch bereits jahrelang ehrenamtlich in seiner Kirchengemeinde aktiv: seit 1987 im Männerkreis u. a. beim jährlichen Aufbau der Westfälischen Krippe im Patrokli-

Dom, als Sänger im Domchor und als Vertreter des Küsters.

So hat er seinen Platz in Herzen der alten Hansestadt gefunden. „Nirgends möchte ich lieber leben als hier in unserem schönen, überschaubaren Soest mit den vielen so unterschiedlichen Kirchen, verwinkelten Gassen und schmucken Häusern“, schwärmt er, als ich ihn frage, was ihm hier am besten gefalle. Auch der historische Wall und die Gräfte haben es ihm angetan und das viele versteckte Grün neben den kleinen öffentlichen Parks. „Und man kann alles zu Fuß erreichen“, fügt er noch als wichtig für ihn hinzu.

Als ich ihn danach frage, ob er auch Negativpunkte an Soest zu vergeben habe, stiehlt sich ein Lächeln auf sein Gesicht. „Das ist die Kehrseite unserer historischen Altstadt: Das Straßenpflaster ist vielfach nicht seniorengerecht und die Maßnahmen der Verkehrsberuhigung machen der Geschäftswelt zu schaffen! Aber bei dem Spagat zwischen Historischer Altstadt und Förderung des bürgerlichen und wirtschaftlichen Lebens können wir als Seniorenbeirat die Politik beraten und werden auch gehört, wie sich am Beispiel rollstuhlgerechter Streifen bei der Neupflasterung im Zentrum gezeigt hat.“



Damit bei der Arbeit im Seniorenbeirat angekommen, frage ich meinen Gesprächspartner danach, was er als künftige Aufgabenstellung in diesem Gremium ansieht.

„Wir müssen auch jüngere Menschen finden, die bei uns mitmachen!“, heißt es da sofort. Die neue Wahlordnung für die Neuwahl im Herbst empfindet Heribert Fröhlich als einen richtigen Schritt auch in diese Richtung. „Wenn mehr Mitglieder direkt aus der Bürgerschaft gewählt werden, kann noch mehr Nähe zu den Menschen in Soest möglich werden“, hofft er. „Auch wenn die Hürde,

sich zur Wahl zu stellen, für manche sehr hoch sein wird.“ Da werde es nötig sein, das bürgerschaftliche Engagement für die Beteiligung an der Kommunalpolitik zu wecken – auch um Soesterinnen und Soester U65 anzusprechen.

Da kann man nur wünschen, dass dieses Vorhaben auch gelingt!

Rudolf Köster
(Foto: Rudolf Köster)

Den genauen Wortlaut der Wahlordnung finden Sie im Internet auf der Seite des Seniorenbeirates: www.soest.de/seniorenbeirat

November 2022: Neuwahl des Soester Seniorenbeirates

Alle Soesterinnen und Soester über 63 Jahre sollten wählen!

Im letzten Jahr hat die Interessenvertretung der Seniorinnen und Senioren, der Soester Seniorenbeirat, ihr vierzigjähriges Jubiläum im Rathausinnenhof gefeiert.

Auch in diesem Jahr steht ein besonderes Ereignis an. Ein neuer Seniorenbeirat wird im November gewählt. **Jede Soesterin und jeder Soester über 63 Jahre erhält erstmalig die Gelegenheit, sich als Kandidatin bzw. Kandidat aufstellen zu lassen** und/oder auf einem Stimmzettel eine Kandidatin bzw. einen Kandidaten anzukreuzen.

Grund für dieses erstmalig angewandte Wahlverfahren ist die neue Wahlordnung des Seniorenbeirates der Stadt Soest. Der aktuelle Seniorenbeirat hat bei seiner Wahl in 2017/18 am eigenen Leib erfahren, dass die bisherige Wahlordnung nicht mehr zeitgemäß ist, und die Erstellung einer neuen Wahlordnung angeregt. Diese neue Wahlordnung liegt nunmehr vor.

Der zukünftige Seniorenbeirat wird sich aus bis zu neun stimmberechtigten und sechzehn beratenden Mitgliedern zusammensetzen. Die neun stimmberechtigten Mitglieder werden im Rahmen der Seniorenbeiratswahl in Form einer reinen Briefwahl von allen Soester Senior*innen über 63 Jahre gewählt.

Die beratenden Mitglieder setzen sich aus neun stellvertretenden Seniorenbeiratsmitgliedern, je einer Vertreterin bzw. einem Vertreter in den vier stärksten Fraktionen des Rates und bis zu drei Vertreter*innen der freien Wohlfahrtsverbände zusammen.

Der neue Seniorenbeirat wird für vier Jahre gewählt. Den genauen Wortlaut der Wahlordnung finden Sie im Internet auf der Seite des Seniorenbeirates unter

www.soest.de/seniorenbeirat

Eine Kopie der neuen Wahlordnung erhalten Sie auch im **Seniorenbüro der Stadt Soest, Rathaus 1, Eingang: Am Seel**. Das Seniorenbüro ist montags bis freitags von 09:00 h – 12:00 h geöffnet. Durch die Corona-Situation ist das Seniorenbüro jedoch zur Zeit nur dienstags und donnerstags von 09:00 h – 12:00 h geöffnet.

In der nächsten Ausgabe des Füllhorn (Mai 2022) erhalten Sie weitere Informationen zum zeitlichen Ablauf der Beiratswahl und zu der Frage, wie Sie sich als Kandidatin/Kandidat bewerben bzw. vorschlagen lassen können.

Petra Arlitt

Neues aus dem

Seniorenbeirat Soest

Bildungsreise



Zum ersten Mal nach der Corona-Zwangspause machten sich Ende September 2021 die Mitglieder des Seniorenbeirats der Stadt Soest zu einer Bildungsfahrt nach Königswinter. Wieder zurück in der Heimat berichtet eine der Mitgereisten ihrem Enkel Paul (Name von der Autorin geändert) von ihren Erlebnissen.

Oma: „Das ist ja schön, mein Junge, dass du mich mal wieder anrufst. Hab ja lange nichts von dir gehört.“ - Paul: „Hab doch so viel zu tun. Studieren, Jobben und endlich wieder Freunde treffen. Außerdem bist du ja selbst ständig unterwegs.“

Oma: „Ich bin nicht ständig unterwegs. Ich engagiere mich. Da kommen so einige Termine zusammen. Letzte Woche war ich drei Tage lang mit dem Seniorenbeirat in Königswinter.“ - Paul: „Oha! Senioren auf Klassenfahrt. Das war bestimmt lustig!“

Oma: „Das war keine Klassenfahrt, sondern eine Bildungsreise. Tagsüber gab es Seminare und abends geselliges Beisammensein in der kleinen Kneipe vom Tagungshaus.“ - Paul: „Also doch wie auf Klassenfahrt!“

Oma: „Aber im Gegensatz zu euch sind wir dankbar gewesen, dass uns ein Bus abgeholt und wieder nach Hause gefahren hat. Das ist nämlich nicht selbstverständlich. In den letzten Jahren mussten wir mit dem Zug fahren. Da war die Fahrt in diesem Jahr mit dem komfortablen Reisebus luxuriöser.“ - Paul: „Das kann ich mir vorstellen. Mit dem Rollator auf deutschen Bahnhöfen ist kein Vergnügen. Wie war denn das Essen?“

Oma: „Das Essen war ausgezeichnet, aber dafür waren wir doch nicht da. Das Seminar

behandelte Fragen der Digitalisierung aus der Sicht der älteren Generation.“ - Paul: „Digitalisierung? (stöhnt) Kann ich nach drei Semestern Online-Lehre nicht mehr hören!“

Oma: „Ja, du! Aber für uns Ältere ist dieses Thema unglaublich wichtig. Wenn wir Geräte wie Smartphones und Tablets nicht beherrschen, werden wir abgehängt.“ - Paul: „Aber ich hab' dir doch gezeigt, wie man mit dem Tablet umgeht!“

Oma: „Ja, klar! Gezeigt hast du mir alles! Aber so schnell, dass ich nicht mitkomme. Aber darum ging es bei dem Kurs auch nur am Rande. Die Vorträge behandelten Fragen, wie digitale Innovationen Quartiersentwicklung beeinflussen, wie digitale Kompetenzen gestärkt werden können und wie eine menschenwürdige Politik für alle Generationen gestaltet werden sollte.“ - Paul: „Und gezockt habt ihr gar nicht?“

Oma: „Doch, am letzten Tag wurden auch Spiele vorgestellt. Aber das ist ja nicht so mein Ding.“ - Paul: „Was habt ihr denn gespielt?“

Oma: „Reise um die Welt.“ - Paul: „Das kenne ich. Und? Hast du abgeliefert?“

Oma: „Nun ja. Ich hatte Glück, mein Tischnachbar hat sich als ausgesprochen reiseerfahren erwiesen. Er kannte sehr viele berühmte Orte, Sehenswürdigkeiten und Kurioses aus anderen Ländern. So haben wir es gemeinsam auf 1000 Punkte gebracht.“ - Paul: „Wow! Höchstzahl! Alleine hättest du das nie geschafft.“

Oma: „Vielleicht war es doch ein bisschen wie auf Klassenfahrt ...“

Enkel Paul konnte mit dem Lied „Ich habe den Vater Rhein in seinem Bett geseh'n“ nichts mehr anfangen. Die Leserinnen und Leser des Füllhorns erinnern sich aber sicher noch.

Heidelinde Briedigkeit

Der Soester Internet-Treff



Eins der derzeit wichtigen Themen der Politik in unserem Land heißt „Digitalisierung“; Digitalisierung auf allen Ebenen, in allen Bereichen und an allen Orten. Da fragt sich der Füllhornleser: „Und wer hilft mir,

mit den zweifellos entstehenden Problemen fertig zu werden?“

Die Digitalisierung in der Wirtschaft ist nicht zu übersehen oder -hören, z. B. an jeder Ladenkasse, wo die Kunden immer seltener mit Scheinen und Münzen bezahlen.

Seit den fünfziger Jahren des vorigen Jahrhunderts nahm die Digitalisierung Fahrt auf. Mit dem Heimcomputer (Commodore) erreichte sie Mitte der 1980er Jahre auch die Familien, zumindest die Schüलगeneration. Nur die Senioren, die in Schule, Ausbildung und Beruf keine Berührung mit den Geräten hatten, blieben außen vor, wenn sie sich nicht beherzt in einem VHS-Kursus anmeldeten, um die Grundbegriffe zu lernen. Aber das ist nicht jedermanns Sache.

2002, also vor zwanzig Jahren, wurde in Soest der Verein „I-Treff“ gegründet. Laut Satzung will der Verein auch heute noch vor allem ältere Menschen mit Computern und Internet vertraut machen. Das war damals wichtig und ist immer noch nicht überflüssig.

Der Verein hat sich neben der ältesten - über 1000 Jahre alten - Mauer in Soest, im Keller des Gemeindehauses der Petri-Pauli-Kirchengemeinde, eingemietet.

An fünf Arbeitsplätzen mit dem Windows Betriebssystem können Interessierte dort den Umgang mit Computern und dem Internet lernen und üben. Auch mit Vorbildung „null“! Das ist wichtig! Hier kann man einsteigen! Texte schreiben und bearbeiten,

Informationen im Internet suchen, Mails verfassen, verschicken und empfangen, Bilder bearbeiten oder auch Computerspiele spielen. „Lernen durch Ausprobieren“, das war von Anfang an die Devise.

Zur Beantwortung von Fragen und zur Anleitung steht ein versierter Betreuer zur Verfügung. Alles in geselliger Runde, nur unterbrochen für eine Tasse Tee. Sonst herrscht eine intensive Arbeitsatmosphäre, in der man gelegentlich die Zeit vergisst. (Ich weiß, wovon ich rede.)

Im vergangenen Jahr ging ein Ruck durch den Verein. Nach Lähmung durch Corona und verschiedene schmerzhaft erlebte Trauerfälle, zusätzlich gebremst durch Gerätschaften, die schon in die Jahre gekommen waren und nur ächzend die Datenfülle moderner Programme beherrschten, kam ein Angebot der BAGSO: **DIGITALPAKT ALTER.**

Die BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen) will damit die digi-

taile Teilhabe älterer Menschen unterstützen.

Dazu gibt es Finanzhilfen und

Weiterbildungsangebote, um nur das Wichtigste zu nennen. Um das vor Ort umzusetzen, sollten sich Institutionen, die dergleichen im Programm haben, zur Teil-

nahme meiden. Der I-Treff Soest bewarb sich und erhielt 3000 Euro zur Modernisierung seiner veralteten Gerätschaften.

Die neuen Rechner sind schneller, als man denken kann. So kann der Verein das Versprechen seiner Satzung einlösen, digitalen Einsteiger*innen unter Anleitung der Ehrenamtlichen in geschütztem Rahmen bei den ersten Schritten in die digitale Welt behilflich zu sein oder vorhandene Kenntnisse zu vertiefen.

InternetTreff Soest e.V.

59494, Petrikirchhof 10

☎ 02921 - 667100

Petra Runte

☎ 02921 - 16262

Peter v. Hagen

☎ 02921 - 65348

Öffnungszeiten:

dienstags

10:00 - 13:00 Uhr

donnerstags

15:00 - 17:00 Uhr



Einer der ehrenamtlichen Mitarbeiter, Peter von Hagen, steht jeden Dienstagmorgen als Betreuer im I-Treff zur Verfügung. „Solide Kenntnisse der Bedienung von Computern erleichtern auch die Handhabung des Smartphones“, versichert er. Sucht jemand nur Hilfe bei dem Umgang mit dem Smartphone, so kann ihm im I-Treff ebenfalls geholfen werden.

Natürlich gibt es in Soest noch andernorts Hilfen für Senioren, ihre Fertigkeiten zur Digitalisierung modernen Entwicklungen anzupassen. Als Beispiel möchte ich hier aufführen: die Volkshochschule, die Smartphone- und Tablet-Beratung in der Begegnungsstätte Bergentalpark und **Hetys Computerecke** in jedem Füllhorn.

Suchen Sie aus dem Angebot das zu Ihnen Passende heraus! Das ist meine Antwort auf die am Anfang dieses Beitrages angesprochene Frage, wer dem betagten Füllhornleser bei der Digitalisierung hilft.

Übrigens: Die Helfer im Internet-Treff suchen Mitstreiter, die ehrenamtlich älteren Menschen beim Umgang mit Computer und Smartphone behilflich sein möchten. Weitere Informationen erhalten Sie bei Peter von Hagen (Telefon: 02921-65348). Hans-Werner Gierhake



(Foto: Martina Brennecke)

Im Frühjahr dieses Jahres eröffnet unter ehrenamtlicher Leitung das

Friedhofscafé

Es soll ein Treffpunkt sein für Menschen, die das Gespräch suchen oder einfach nach einem Spaziergang über den Friedhof bei einem heißen oder kalten Getränk in gemütlicher Umgebung ausruhen möchten.

Martina Brennecke

Die Immunkarte - Impfnachweis aus der Apotheke

Wenn Sie gegen Corona geimpft wurden, erhielten Sie einen Impfnachweis, in der Regel ein gelbes DIN-A6 Büchlein oder auch eine einfache DIN-A4-Bescheinigung, die einen QR-Code enthält. Die Smartphone-Nutzer unter uns haben sich die COV-App auf das Handy geladen und den QR-Code damit gescannt. Damit kann man sich jederzeit ausweisen und muss nicht ständig den papierernen Impfnachweis bei sich tragen. Voraussetzung aber ist, dass man das Smartphone mit sich trägt und dass es auch genug Akkuladung hat, wenn man die App mit dem QR-Code irgendwo vorzeigen muss.

Am Silvesterabend passierte es einem befreundeten Ehepaar: Sie kamen rechtzeitig zur vereinbarten Uhrzeit am Restaurant an, in dem wir uns mit einem vorher gebuchten Silvestermenü verwöhnen lassen wollten. Selbstverständlich mussten sie ihren Impfstatus nachweisen, bevor sie eintreten durften. Der Ehemann zog sein Smartphone hervor, öffnete die entsprechende COV-App und konnte so seine Impfung belegen. Seine Frau aber hatte kein Smartphone und nicht



an das papierne Impfnachweishüchlein gedacht. Man konnte sie leider nicht hereinbiten. Der Ehemann schwang sich in sein Auto und fuhr noch mal nach Hause, um das Büchlein zu holen, während seine Frau im Eingangsbereich des Hotels mehr als 30 Minuten wartete, bevor er endlich wieder erschien und sie gemeinsam mit uns an der Feier teilnehmen konnten.

Das kann nicht noch mal geschehen! Inzwischen hat meine Freundin nämlich eine Apotheke aufgesucht und dort um die Ausstellung einer Immunkarte gebeten. Dazu brauchte sie nur ihr Impfbüchlein und – wichtig! – den Personalausweis vorzulegen. Diese Immunkarte (Impfnachweis) hat das Format einer Scheckkarte, wird von einigen Apotheken sofort erstellt oder Ihnen zugeschickt und kostet rund 10,00 Euro.

Die Karte steckt man in der Regel in die Geldbörse, die man eigentlich immer bei sich trägt. Darüber hinaus erhält man häufig auch noch zusätzlich quadratische, mit Kleber versehene QR-Codes, die ebenfalls den Nachweis über die Impfung und die Person enthalten. Diese lassen sich beliebig auf unterschiedlichen Gegenständen anbringen, die man ständig bei sich führt. Der QR-Code auf der Karte wird vom Bundesgesundheitsministerium oder dem Robert-Koch-Institut generiert und ist – ebenso wie in der Cov-App – fälschungssicher. Die Daten auf der Immunkarte lassen sich von den Verifizierungsstellen in ganz Europa auslesen. In Kombination mit Ihrem Personalausweis ergibt sich der Nachweis Ihres Immunstatus.

Hety Büchte

SENIORENHEIM

Paulistraße



Pfegenote
sehr gut

Paulistraße 1a - c
59494 Soest
Tel. 0 29 21/ 48 50
Fax 0 29 21/ 1 77 56

Individuelle Pflege und Betreuung
in ruhiger Zentrums-lage von Soest.

www.seniorenheim-paulistrasse.de

Ihr Wohlbefinden ist unsere Aufgabe



Pflege zu Hause –
wir helfen Ihnen als
kompetenter Pflegedienst
Ihres Vertrauens!

Häuslicher Pflege- und Betreuungsdienst

59494 Soest · Höggenstraße 1
Tel. 0 29 21/ 22 77 · Fax 0 29 21/ 3 10 47
www.pflegedienst-duomed.de

Füllhorn:



Es muss unter die Leute!

Dabei helfen ehrenamtlich Damen und Herren, die das Soester Bürgermagazin am Rathaus abholen und Exemplare zu den einzelnen Einrichtungen (Arztpraxen, Apotheken, Krankenhäusern, Banken, Begegnungsstätten, VHS, Stadtbücherei, Seniorenbüro, etc.) bringen.

Das **Füllhorn** ist überall kostenlos erhältlich!

Wäre das eine Aufgabe, bei der Sie uns behilflich sein möchten?

Auf Ihren Anruf oder Ihre Mail freut sich:
Petra Arlitt, Seniorenbeauftragte Stadt Soest
0 29 21 – 103-2212, (p.arlitt@soest.de)

Foto: Ciker-Free-Vector-Images/Pixabay



Ihre Immobilie in guten Händen.

Immobilien-Vermittlung ist Vertrauenssache.

Egal ob Sie eine Immobilie kaufen oder verkaufen möchten:
Wir finden mit Ihnen gemeinsam die richtige Lösung für Ihre Wünsche.

www.sparkasse-soestwerl.de/immobilien



Sparkasse
SoestWerl



Mein simplosophisches Kaleidoskop

Das Leben ist viel interessanter, als man so beiläufig glauben mag. Man muss nur richtig hinschauen. Und die richtigen Instrumente nutzen. Da ist es zum Beispiel hilfreich, die Ungereimtheiten des Lebens in Verse zu fassen. Hochgestochenes erweist sich dann oft als äußerst simpel, und das Einfache kann sich als Weisheit von philosophischem Rang entpuppen.

So zum Beispiel auch, wenn wir die Menschen um uns herum anschauen. Und wie das so ist im Leben, interessant sind vor allem solche Mitbürger, über die man sich so schön das Maul zerreißen kann. Viel Spaß bei der simplosophischen Begegnung mit Zeitgenossen, die auf die ein oder andere Weise im besten Sinne des *Bemerkens wert* sind:

Sie sind für ihre Direktheit bekannt, die Menschen zwischen Haarstrang und dem Rothaarkamm. Kaum in einer anderen Gegend wird so herzlich eingeladen wie dort:

Sauerländer Einladung



*„Kommt doch am Sonntag mal vorbei,
am besten gleich nach dem Kaffee,
Dann habt ihr keine Hetzerei
und könnt genüsslich zum Souper
noch deutlich vor dem Mondenschein
bequem wieder zuhause sein!“*

- - -

Das weise Sprichwort hat ja so recht: Dass Schweigen oft wirklich Gold ist, bemerkt man vor allem als Zuhörer:

Goldenes Schweigen

*Wer gute Unterhaltung liebt,
der weiß auch, dass es Menschen gibt,
die sollte man, wenn sie nicht sprechen,
dabei partout nicht unterbrechen!*

- - -

Wenn sie sich doch darauf beschränken würden, ihren animalischen Drang nur auf einsamer Flur auszuleben, dann brächten sie sich wenigstens nur selbst in Gefahr. Aber im allgemeinen Straßenverkehr sind sie ein:

Tierisch hohes Risiko

*Packt ein Affe hinterm Steuer
sich den Tiger in den Tank,
wird er leicht zum Ungeheuer,
rasend im Motorenklang!*

Wer selbst das gemütliche Beieinander mit einem guten Tropfen dazu nutzt, seine vorgebliche Überlegenheit kundzutun, ist und bleibt lediglich ein:

Großkotz

*Für Rotweintrinker gilt zumeist,
dass liebenswert und freundlich sie.
Doch ich kenn' einen, der fällt dreist
heraus aus dieser Galerie:
mein rechter Nachbar, Müllers Heiner.
„Was bleibt mir übrig“, sagt der Mann,
„ich trinke Rotwein, weil mir keiner
hier das Wasser reichen kann!“*

- - -

Im folgenden Fall ist dem armen Künstler auch mit einem herzhaften: „Lache Bajazzo!“ nicht wirklich geholfen:

Berufliche Härte



*Der Komiker ist ungehalten,
dass er mit Kummer und Verdruss
nach der Scheidung von der Alten
die Ex noch unterhalten muss!*

- - -

Es hat sie schon immer gegeben, die

Überzeugungstäter

*Ein Ignorant kann in der Tat
an seine Überzeugung glauben,
denn wenn er keine andre hat,
lässt die sich schwerlich einfach rauben!*

Rudolf Köster



POLIZEI

Nordrhein-Westfalen

„Opfer“ werden nur die anderen!

Dieser Satz wird zwar selten ausgesprochen, doch er wird oft gedacht. Auf den Gedanken, Opfer eines Einbruchs zu werden, kommen die wenigsten Menschen. „Bei mir gibt es doch eh nichts zu holen - warum sollten die hier einbrechen?“, denkt sich manch Haus- oder Wohnungsinhaber. Anders sieht es bei denen aus, die schon einmal in der Rolle des Opfers waren. Einbrecher dringen nicht nur einfach in die Wohnung ihrer Opfer ein. Sie schaffen es anschließend oft, sich in den Köpfen festzusetzen. Ein Einbrecher nimmt nicht nur Wertsachen und Bargeld einfach mit, er dringt in die persönlichsten Dinge seiner Opfer vor. Viele Betroffene werfen gar ihre Unterwäsche anschließend weg, weil ein absolut Fremder darin gewühlt hat. Opfer sind oft traumatisiert und kämpfen lange mit dem Gedanken, dass erneut Fremde in ihre Privatsphäre eindringen könnten.

Aber soweit muss es gar nicht kommen!

Eine abgeschlossene Haus- oder Wohnungstür und geschlossene Fenster sind bei Abwesenheit schon ein wichtiger Baustein, um Einbrecher abzuschrecken. Leider werden diese vorhandenen Sicherungen nicht immer genutzt. Eine nicht abgeschlossene Haustür oder ein auf „Kipp“ stehendes Fenster können auch dazu führen, dass Versicherungen nicht für den entstandenen Beuteschaden aufkommen.

Eine leicht umzusetzende Maßnahme ist, die Wohnung bei Abwesenheit bewohnt erscheinen zu lassen. Gerade in der dunklen Jahreszeit schreckt eingeschaltetes Licht Einbrecher oft ab. Diese wollen möglichst ungestört arbeiten und suchen sich meist Häuser aus, die im Dunkeln liegen. Dies kann durch eine Zeitschaltuhr an einer Stehlampe ganz einfach und vor allem kostengünstig erledigt werden.

110 - die „Nummer Sicher“, um aktuelle Hinweise zu geben



Oftmals zögern Zeugen, die Polizei über die 110 anzurufen. „Wenn ich einen Hinweis gebe, ist das doch kein Notfall“, ist eine weit verbreitete, aber vollkommen falsche Ansicht. Nur wenn die Leitstelle der Polizei zeitnah einen Streifenwagen aussenden kann, können Einbrüche verhindert oder Täter festgenommen werden.

Eine gut funktionierende Nachbarschaft hat schon manchen Einbruch verhindert. Die kurze Info über den Gartenzaun „Wir sind nächste Woche nicht da“, sollte eine selbstverständliche Sache in der Nachbarschaft sein. So fallen verdächtige Personen auf dem Grundstück nebenan auch sofort ins Auge und können über die Notrufnummer 110 an die Polizei gemeldet werden.



*Ein paar Tipps der Polizei,
um die eigene Nachbarschaft
„sicherer“ zu machen:*

- Langsam fahrende Autos mit auswärtigen Kennzeichen, die nicht in „Ihr“ Wohngebiet gehören – vielleicht suchen Einbrecher ein lohnendes Objekt.

 ***Notieren Sie das Autokennzeichen!***

- Fremde schellen im Haus an mehreren Wohnungen oder streifen auf dem Nachbargrundstück umher - vielleicht wollen Einbrecher feststellen, ob jemand zu Hause ist.

 ***Sprechen Sie fremde Personen an!***

- Unbekannte warten scheinbar grundlos auf der Straße, im Hausflur oder im abgestellten Auto – vielleicht steht hier jemand Schmiere.

 ***Verständigen Sie die Polizei über die 110!***

- Im Treppenhaus splittert Holz einer Tür, Sie hören Bohr- oder Hebelgeräusche. Nicht immer sind es Handwerker - vielleicht sind es Einbruchgeräusche.

 ***Machen Sie sich bemerkbar –
schauen Sie nach dem Rechten!***

- Haustürverkäufer oder Werber benehmen sich auffällig - vielleicht wollen sie nur Ihre Türsicherungen inspizieren.

 ***Verdächtige Personen sofort über 110 melden!***

Pflegen Sie Kontakte zu Ihren Nachbarn, für mehr Lebensqualität und Sicherheit. Denn in einer aufmerksamen Nachbarschaft haben Einbrecher und Diebe weniger Chancen!

Wolfgang Lückenkemper (Kreispolizeibehörde Soest)
(Foto: C1ker-Free-Vector-Images/Pixabay.com)





Hetys
Computerecke



Foto: Mohamed Hassan/Pixabay

Was ist ein Account?

Das ist der englische Begriff für *Benutzerkonto*. Dieses braucht man, um auf einer Website (z. B. bei Amazon) einen persönlichen Bereich mit individuellen Einstellungen einzurichten. Dieser Bereich ist nur durch die Eingabe eines Benutzernamens sowie eines Passwortes zugänglich. Der Benutzername kann ein individueller Begriff oder z. B. der Name oder die Mailadresse sein. Viele Seiten im Internet kann man nur nutzen, wenn man einen Account anlegt. Meistens muss man dazu auch einige persönliche Daten wegen der Identifikation preisgeben.

Was ist Android und was ist IOS?

Android ist ein **offenes** Betriebssystem für das Smartphone. Android wurde von Google entwickelt und ist seit 2008 auf zahlreichen Smartphones unterschiedlicher Hersteller installiert.

Es gibt jedoch noch ein weiteres bedeutendes Betriebssystem, das IOS (=Internetwork Operating System). IOS wurde von Apple 2007 entwickelt und wird ausschließlich für das iPhone (=Apple-Smartphone) und das iPad (=Apple-Tablet) eingesetzt. Es kann nicht von anderen Smartphones verwendet werden.

Was ist eine App?

Als App werden Programme für Smartphones und Tablets bezeichnet. App ist die Kurzform für das englische Wort „Applications“ (=Anwendungen). Unzählige kostenlose und kostenpflichtige Apps werden in den Stores zum Download angeboten: Apps zum Online-Banking, Apps für Kochrezepte, Apps für Spiele, usw.

Was ist der Playstore oder Appstore?

Im Appstore (Apple) oder Playstore (Android) kann man unzählige Apps (=Anwendungen) kostenlos oder kostenpflichtig downloaden (=herunterladen) auf sein Smartphone oder Tablet. Jedes Betriebssystem hat einen eigenen Store (=Shop). Bei IOS (Apple) ist es der Apple App Store und bei Android ist es der Play Store, über den Anwendungen vertrieben werden.

Was versteht man unter Bluetooth?

Durch Bluetooth  wird eine Datenübertragung (z. B. Text, Musik, Videos und Bilder) zwischen zwei digitalen Geräten über eine kurze Entfernung möglich. So sieht das Zeichen für Bluetooth fähige Geräte aus:

Was ist die Cloud?

Der Begriff kommt aus dem Englischen und bedeutet „Wolke“. Die Cloud ist eine Dienstleistung, mit der Daten in einem räumlich weit entfernten Rechenzentrum über das Internet gespeichert werden können. Die Daten werden also nicht auf dem lokalen Speicher (z. B. Smartphone, Tablet oder Laptop) abgelegt, sondern über das Internet in einer Cloud. Inzwischen gibt es auch Anwendungen, die über die Cloud benutzt werden und dadurch eine Installation auf dem eigenen Computer überflüssig machen.

Hety Büchte

Ostermenü



Französischer Salat trifft russische Eier

(6 Portionen)

6 Eier hartgekocht, 300 g TK-Gemüse nach Wahl, 150 g Mayonnaise, 150 ml Essig, 1 TL Senf, 150 g Kartoffeln, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Paprika

Gemüse und Kartoffeln (gewürfelt) kochen, abtropfen lassen. Essig, Salz, Pfeffer und Knoblauch mischen. 1-2 Stunden marinieren, ab und zu umrühren. Inzwischen die Eier halbieren, Dotter mit einem kleinen Löffel herausnehmen. Mit Salz, Pfeffer, Senf und etwas Mayonnaise cremig rühren. Masse in einen Spritzbeutel geben, die halbierten Eier füllen und mit Paprika bestreuen. Sud abgießen, ein bisschen Sud zurücklassen. Gemüse mit restlicher Mayonnaise vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Eier auf dem Salat anrichten.

Lachskotelett mit feiner Senfsoße und Spargel

1 kg Spargel, Salz, Pfeffer, 1 EL Zucker, 250 g Natur-Wildreis Mischung, 4 Lachskoteletts (je 200 g), 1 Zitrone, 1 Zwiebel, 100 g Butter, 200 g Schlagsahne, 2 TL Senf

Spargel schälen und mit etwas Zucker in Salzwasser garen. Reis kochen und ca. 25 Minuten ausquellen lassen. Lachskotelett waschen, mit Zitronensaft beträufeln, leicht salzen. Salzwasser aufkochen, restliche Zitronen schneiden und dazugeben. Lachskotelett hineingeben und 10 Minuten ziehen lassen.

Für die Soße Zwiebeln schälen und würfeln. 10 g Butter erhitzen, Zwiebeln darin anbraten und mit Sahne ablöschen. 3 EL Fischsud dazugeben, mit Senf abschmecken. Topf von der Herdplatte nehmen, restliche Butter unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fisch, Reis, Spargel mit der Soße anrichten.

Eierlikör-Trifle

100 g Schlagsahne, 250 g Mascarpone, 8 EL Eierlikör, 50 g Zucker, 1 P. Vanillezucker, 100 g Löffelbiskuit, 30 g Pistazienkerne

Mascarpone, Eierlikör, Zucker und Vanillezucker cremig rühren. Sahne steif schlagen und unterheben. Löffelbiskuit zerbröseln und Pistazien hacken, zusammen mischen. Eierlikörcreme und Pistazienmischung abwechselnd in Gläser füllen.

Ostermenü



Seelachs-Eiersalat

10 Eier, 2 kleine Zwiebeln, 2 Glas rote Seelachsscheiben in Pflanzenöl, 4 EL Mayonnaise, Pfeffer, Petersilie.

Hart gekochte Eier pellen. Zwiebel und Eier würfeln. Seelachsscheiben klein schneiden. Alle Zutaten mit Mayonnaise mischen. Mit Pfeffer würzen, mit Petersilie garnieren.

Camembertbraten mit Champignons

1,5 kg Schweinenackenbraten, Salz, Pfeffer, 500 g Champignons, Öl, 1 ½ P. Camembert, 160 g Schmelzkäse, 160 g Schlagsahne, Petersilie

Am Vortag: Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Auf die Fettpfanne im Backofen legen und 3 Stunden braten (Umluft: 175° / Ober- u. Unterhitze: 195°). Pilze in Scheiben schneiden, in Pfanne mit Öl anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Camembert klein schneiden. ¼ l Wasser aufkochen, Camembert und Schmelzkäse darin schmelzen. Sahne dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, nochmals aufkochen.

Braten in Scheiben schneiden, in eine ofenfeste Form schichten. Pilze und Soße darüber verteilen.

Am nächsten Tag: 35 – 40 Minuten backen (Umluft 150° / Ober- und Unterhitze: 170°), mit Petersilie bestreuen.

Rösti-Nocken

500 g Kartoffeln, 1 Zwiebel, 50 g geriebener Parmesan, 1 Eigelb, 1 EL Mehl, Salz, Pfeffer, Muskat, Öl.

Kartoffeln kochen und pellen. Zwiebeln würfeln, in Öl anbraten. Kartoffeln grob raspeln. Mit Parmesan, Eigelb, Zwiebeln, Mehl, Pfeffer Salz und Muskat verkneten. Aus der Kartoffelmasse 20 Nocken formen. In Öl 4 – 5 Minuten goldbraun backen. Zusammen mit dem Camembertbraten servieren.

After Eight Creme

1 P. After Eight, 200 g Sahne, 1 P. Sahnesteif, 250 g Quark

Sahne erwärmen. 4 Täfelchen After Eight zum Verzieren bei Seite legen. Restliches After Eight unter die Sahne rühren und schmelzen lassen. Über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am nächsten Tag die Pfefferminzcreme cremig schlagen. Sahnesteif und Quark unterheben. In Portionsschälchen geben, mit den zurückgelegten 4 Täfelchen After Eight verzieren. Bis zum Servieren kalt stellen.



Ostermenü



Eierlikör-Torte

150 g Zartbitterschokolade, 4 Eier, 80 g Zucker, 50 g Butter, 200 g gemahlene Haselnüsse, 1 TL Backpulver, 1 P. Vanillezucker, 1 Prise Salz

Für die Füllung: 600 g Sahne, 1 El Zucker, 2 P. Sahnesteif, 200 g Eierlikör

Schokolade raspeln, 50 g zum Verzieren zur Seite stellen. Eigelb mit Zucker schaumig rühren. Weiche Butter, Schokolade, Nüsse und Backpulver unterrühren. Eiweiß mit Vanillezucker und Salz zu Eischnee schlagen und unter die Masse heben. In Form füllen und im Ofen (160° Umluft/180° Ober-u. Unterhitze) 30 Minuten backen. Danach aus der Form nehmen und auf Backpapier auskühlen lassen.

Auf Tortenplatte setzen. Sahne mit Zucker und Sahnesteif steif schlagen. $\frac{1}{4}$ der Sahne in eine Spritztüte füllen. Restliche Sahne auf dem Boden verteilen und glatt streichen. Rand dünn mit Sahne bestreichen. Mit der Spritztüte Sahne in Tupfen auf dem Rand der Torte verteilen. Eierlikör vorsichtig auf die Torte gießen, mit Schokoraspeln garnieren. Bis zum Verzehr kalt stellen.

ich wünsche Ihnen gutes Gelingen und guten Appetit!
Inge Thomas



Begegnungsstätte Bergenthalpark Smartphone und Tablet: Unterstützung und Beratung



Durch die Schulung von weiteren ehrenamtlich zur Verfügung stehenden „**Digitallotsen**“ kann die Begegnungsstätte Bergenthalpark das Angebot Smartphone- und Tablet-Beratung erweitern: So werden jetzt an jedem ersten und zweiten Mittwoch im Monat jeweils in der Zeit von 14:00 h - 17:00 h jeweils neun einzelne Unterstützung- und Beratungstermine gegen eine Gebühr von 6,00 €/Stunde angeboten.

Ratsuchende melden sich bitte mit ihrem Terminwunsch von montags bis freitags, in der Zeit von 14:00 h – 17:00 h telefonisch unter 02921-33111.
Petra Duling



Seniorenzentrum **St. Antonius**

Seniorenzentrum St. Antonius
Thomästraße 8a
59494 Soest
Tel. 0 29 21.5 90 30 0

- ▲ Zentral gelegen
- ▲ Pflege und Betreuung
- ▲ Tagespflege
- ▲ Kurzzeitpflege
- ▲ Offener Mittagstisch
- ▲ Sinnesgarten



www.st-antonius-soest.de



Veranstungskalender

Jeden Monat wiederkehrende Veranstaltungen

Uhrzeit	Tag	Ge- bühr	Veranstaltungsort
	Jeden Montag		
10:15 – 10:45	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
15:00	Walkingtreff		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden Dienstag		
10:00 – 13:00	Internet-Treff: Beratung, Unterstützung und Anleitung	2,50 €	Petrushaus, Petrikirchhof 10, Soest Ansprechpartnerin: Petra Runte, 02921-3620253
10:30 – 11:00	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
13:30 – 17:30	Doppelkopf		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden dritten Dienstag im Monat		
15:00 – 18:00	RepairCafe hat geöffnet		Büro der Grünen, Soest Walburger-Osthofen-Wallstr. 1 Anmeldung: Mail an repair-cafe-soest@web.de
	Jeden Mittwoch		
10:30 – 11:00	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
	Jeden ersten Mittwoch im Monat		
14:00 – 17:00	Smartphone- und Tablet-Beratung	6 €/Std.	Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden zweiten Mittwoch im Monat		
14:00 – 17:00	Smartphone- und Tablet-Beratung	6 €/Std.	Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden dritten Mittwoch im Monat		
14:30 – 17:00	Bingo mit Kaffeetrinken		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden vierten Mittwoch im Monat		
14:30	Filmcafé mit Kaffeepause		Begegnungsstätte Bergenthalpark



Veranstungskalender

Jeden Monat wiederkehrende Veranstaltungen

Uhrzeit	Tag	Gebühr	Veranstaltungsort
	Jeden Donnerstag		
10:150 – 10:45	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
15:00 – 17:00	Gedächtnistraining	3,50 €	Begegnungsstätte Bergenthalpark
15:00 – 17:00	Internet-Treff: Beratung, Unterstützung und Anleitung	2,50 €	Petrushaus, Petrikirchhof 10, Soest; Ansprechpartnerin: Petra Runte, 02921-3620253
	Jeden Freitag		
10:30 – 11:00	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
13:30 – 17:30	Doppelkopf		Begegnungsstätte Bergenthalpark
15:00	Walking-Treff		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden ersten, dritten und fünften Freitag im Monat		
16:30	Gesprächskreis „Frauen ab 50“		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden zweiten und vierten Freitag im Monat		
14:30	Malen mit Heidelinde Briedigkeit		Begegnungsstätte Bergenthalpark

Bitte beachten Sie:

Als Besucher der Begegnungsstätte Bergenthalpark müssen Sie entweder vollständig geimpft, genesen sein oder einen aktuellen (48 Std.) negativen Schnelltest vorweisen.

Ansprechpartnerin:

Frau Petra Duling
☎ 02921-33111 oder 02921-63986

Termine „Latschen und Tratschen“

<u>Dienstagsgruppe</u>	<u>Mittwochsgruppe:</u>	<u>Donnerstagsgruppe</u>
Treffpunkt: 14:30 Uhr: Am Vreithof/Rathaus-Treppe	Treffpunkt: 14:30 Uhr: Grandweg/Ecke Klosterstraße	Treffpunkt: 14:30 Uhr: Am Vreithof/Rathaus-Treppe
Aufgrund der aktuellen Corona-Situation finden zur Zeit keine Termine statt		

Raten Sie mal.....



Kennen Sie Ihre Stadt?

Liebe Rätselfreunde!
 Heute wird es ganz einfach und ohne lange Wege. Viele Häuser haben als Verzierung an ihrer Ansichtsseite **Erker**, die sie einzigartig, erkennbar und beschreibbar machen. Hier ein paar Beispiele. Finden Sie heraus, wo sie stehen!



Ordnen Sie in der Tabelle die Nummer der Bilder den Buchstaben und Adressen der Gebäude zu.

Burghofstraße 22	A	
Waisenhausstraße 12	B	
Markt 14	C	
Brüderstraße 7	D	
Brüderstraße 30	E	
Brüderstraße 16	F	

Schicken Sie bitte Ihre Lösung bis **Donnerstag, 12. 05.2022**,
 an das **Seniorenbüro, Rathaus 1, Am Vreithof 8, 59494 Soest**

Aus den richtigen Lösungen werden drei Gewinner*innen ausgelost, die vom Seniorenbüro ein kleines Präsent als Anerkennung für ihre Teilnahme erhalten.

Viel Spaß beim Spaziergang zur Lösung des Rätsels!

Hans-Werner Gierhake
 (Fotos: Hans-Werner Gierhake)

P.S.: Sie können den Spaziergang (zum Beispiel bei schlechtem Wetter) auch mit Ihrem Computer machen: Die Hausfassaden finden Sie im Internet: www.soest.virtualcitymap.de, und die Hausnummern entdecken Sie auf den Katasterplänen, die sich im Internet (https://www.bezreg-koeln.nrw.de/brk_internet/tim-online/index.html) bei starker Vergrößerung der *topographischen Karten* öffnen.



Auflösung des Rätsels aus Heft 4/2021

Kennen Sie Ihre Stadt?

Da es nur ganz enge Bildausschnitte waren, die Sie finden sollten, mussten Sie beim Aufsuchen der Adressen genau hinschauen. Aber das sollte kein Problem sein.

Hoffentlich hat Ihnen der kleine Spaziergang in Corona-Zeiten gefallen.

Die Gewinner sind inzwischen ausgelost. Hoffentlich kann der Bürgermeister seine Einladung zum Kaffeetrinken (wegen der gültigen Coronaregeln) einhalten.

Wenn Sie nicht unter den Gewinnern sind, haben Sie hoffentlich Spaß gehabt bei der Lösung der Aufgabe.

3	Potsdamer Platz 2 - nach Potsdamer Platz 3
4	Haus Rathausstraße 5 - zum Rathaus
6	Ressourcengasse - zur Rathausstraße
2	Ueliksgasse - Garten Steingraben 10
1	Thomästraße 1 - nach Nikolaikapelle
5	Marktstraße 2 - nach Nöttenstraße 1
7	St. Patrokli - nach Rathausstraße 13
8	Rathaus - nach St. Patrokli

**Das wünscht Ihnen ganz herzlich
Hans-Werner Gierhake**

Impressum

Herausgeber: Stadt Soest – Der Bürgermeister
Redaktionsteam: Hety Büchte, Ludmilla Dümichen, Hans-Werner Gierhake, Hannelore Johanning, Rudolf Köster, Dagmar Schindler, Inge Thomas, Eva von Kleist, Andreas Müller, Petra Arlitt (Seniorenbeauftragte der Stadt Soest)
Anschrift: „**Füllhorn**“, Seniorenbüro/Rathaus 1, Am Vreithof 8, 59494 Soest
Telefon: 02921-103-2202
Internet: www.fuellhorn-soest.de
Mailadresse: fuellhornredaktion@gmail.com
Fotos: Umschlag: Andreas Müller
www.Pixabay.com / www.Pixelio.com / www.wikipedia.com

Gestaltung Innenseiten: Hety Büchte

Das **Füllhorn** erscheint vierteljährlich. Sie erhalten das Heft im Seniorenbüro, Am Vreithof 8, in der Seniorenbegegnungsstätte im Bergenthalpark und in einigen Soester Apotheken, Arztpraxen, Krankenhäusern, Geldinstituten, etc.

Gelesen wird das **Füllhorn** auch in Japan, Russland, Südafrika, Kanada, England u.a.m

HIER LACHT DAS FÜLLHORN



Fragt der Lehrer in der 5. Klasse im Archi: „Wieviel Städte und Gemeinden grenzen an Soest und wie heißen sie?“ – „Es sind sechs und Sie sollten mich duzen.“

„Herr Doktor, Herr Doktor, wie ist das nun mit meinen Laborwerten. Ich sterbe vor Ungeduld!“ - „Nicht nur daran.“

„Warum kann ich denn nicht Schlitten fahren, Mutti?“ - „Weil kein Schnee liegt.“ - „Und warum erzählst Du mir immer vom Schlittenfahren früher, Mutti?“ - „Weil früher mehr Schnee lag.“ - „Ach ja, das war ja auch in der Eiszeit.“

Karl Lauterbach, Gesundheitsminister und Bundestagsabgeordneter, hat Geburtstag. Die Bundestagspräsidentin schickt eine Glückwunschkarte im Namen des Bundestages: „Wir wünschen Ihnen mit 455 Ja-Stimmen bei 199 Gegenstimmen und 48 Enthaltungen alles Gute zum Geburtstag.“

Braut und Bräutigam sind Hochseilartisten. Der Pfarrer predigt: „. . . und der Herrgott möge immer seine schützende Hand über Euch halten!“ Murmeln die Brautleute: „Unter uns, Herr Pfarrer, unter uns.“

Ein Ostfrieser und ein Bayer begegnen sich im Fahrstuhl. Sagt der Bayer: „Grüß Gott!“ Sagt der Ostfrieser: „So hoch fahre ich nicht.“

Der Bundesligaverein hat im Pokalspiel gegen den Oberligaverein verloren. Sagt der Trainer. „Ihr solltet spielen wie nie und nicht, als ob ihr nie gespielt hättet!“

Zwei Gebietshäuptlinge der Apachen sitzen schweigend zusammen bei einer Friedenspfeife. Sagt schließlich der eine: „Wie können wir nur den Holzverbrauch bei unseren Rauchsignalen verringern? Wir finden kaum noch Bäume in der Prarie!“ Sagt der andere: „Ihr solltet keine Ferngespräche mehr führen, nur noch Ortsgespräche, dafür reicht angefeuchtetes Gras.“

Ausgewählt von
Hans-Werner Gierhake

Füllhorn

Das Magazin für Soester Bürgerinnen und Bürger

In eigener Sache:

Wir freuen uns über Ihre Beiträge und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn per Post:

„Füllhorn“ Seniorenbüro,
Am Vreithof 8, 59494 Soest
oder Mail:
fuellhornredaktion@gmail.com

Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.

