

Magazin für Soester Bürgerinnen und Bürger

Zum Mitnehmen !

Füllhorn

2/2020

Stadt Soest - Seniorenbüro



**Kultur
Geschichte
Gesundheit
Informatives
Erinnerungen
Land und Leute
Unterhaltsames
Geistliches Wort**



analoge assoziationen

farben

sehe ich nicht
ich höre sie
ich fühle sie
ich schmecke sie
ich rieche sie

rot

ich höre feuer
ich fühle samt
ich schmecke saft
ich rieche blut

weiss

ich höre synapsen
ich fühle das beste
ich schmecke milch
ich rieche den nebel

türkis

ich höre die triangel
ich fühle die fliesen
ich schmecke den fisch
ich rieche den stein

grün

ich höre die meise
ich fühle karierten stoff
ich schmecke kräuter
ich rieche wiese und heu

blau

ich höre die serenade
ich fühle den abend
ich schmecke wasser
ich rieche den kosmos

schwarz

ich höre den tunnel
ich fühle fremd sein
ich schmecke die erde
ich rieche das konservative

beige

ich höre eher nichts
ich fühle das loch
ich schmecke die mühe
ich rieche das unentschlossene

braun

ich höre brummen
ich fühle lehm
ich schmecke kaffee
ich rieche die katastrophe

lila

ich höre vollendung
ich fühle die ruhe
ich schmecke advent
ich rieche lavendel

grau

ich höre die stimme
ich fühle die strassen
ich schmecke das potenzial
ich rieche das nichts

gelb

ich höre den falter
ich fühle das strickeleid
ich schmecke löwenzahn
ich rieche miktion

orange

ich höre pop
ich fühle die niederlande
ich schmecke die siebziger
ich rieche fruchteis

silber

ich höre die flöte
ich fühle die schlacht
ich schmecke das echte
ich rieche die klarheit

gold

ich höre metall
ich fühle das vollkommene
ich schmecke die macht
ich rieche die sonne

rosa

hasse ich
weil ich mädchen bin
sehe aber immer gleich
den rosa elefanten
im zimmer

Geistl. Wort	In der Welt habt ihr Angst . . .	Hans König	4
Information	Dat Jägerken unterwegs	Hans-Werner Gierhake	5
	Soest solidarisch	Petra Arlitt	28
	Corona und die Offline-Senioren	Hety Büchte	35
	Impressum		42
Kultur	Dat Jägerken von Soest	Siegfried Steffen	10
	Pfingstochsenglück	Horst Müller	19
	Wunderwelt Wald	Siegfried Steffen	22
	Liebe liebt Eigenart	Hannelore Johanning	27
	Mehr als ein Erinnern . . .	Johannes Utsch	32
	Einst	Hildegard Hönemann	34
	Zwischenglück	Hannelore Johanning	42
Unterhaltung	Alptraum im Supermarkt	Eva Borgmann	7
	Mein simplosophisches Kaleidoskop	Rudolf Köster	9
	Teil 3 - Das unerwartete Ableben . . .	Eva von Kleist	11
	Erotikland – wie peinlich!	Johannes Utsch	14
	Begegnung im Zug	Hety Büchte	16
	Ein <i>Beute</i> -Westfale in Soest . . .	Werner Schwarz	18
	Nützliches aus Afrika	Hannelore Johanning	20
	Kinder wissen Bescheid	Rudolf Köster	23
	Sofie – späte Liebe	Ludmilla Dümichen	24
	So war das damals . . .	Wilfried Wulff	29
	Raten Sie mal . . .	Hans-Werner Gierhake	41
	Rätselauflösung	Hans-Werner Gierhake	22
Küchentipps	Leckeres aus der Küche	Anja Lehnert	38

Hilfe vor Ort im Kreis Soest



- Häusliche Krankenpflege
- Tages- und Kurzzeitpflege
- Pflegeberatung
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Essen auf Rädern
- Hausnotruf / Servicruf
- Wohnraumberatung
- Familienpflege
- Fahrdienst für Behinderte
- Seniorenwohnheim
- Senioren-Wohngemeinschaften
- Service-Wohnen
- Stundenweise Betreuung
- Sterbebegleitung
- Ambulante Palliativpflege
- Gesprächskreis für pflegende Angehörige
- Caritas-Shop

Caritas Sozialstation Soest · Osthofenstraße 35 a · Telefon 0 29 21/35 90 90
Caritas Sozialstation Bad Sassendorf · Bahnhofstraße 20 · Telefon 0 29 21/3 60 60

Dauerhaft helfen: Caritas-Stiftung für den Kreis Soest · Spendenkonto 10 591 001 · BLZ 472 603 07

Wir freuen uns über Ihre Beiträge
und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn
per Post (Anschrift siehe Impressum) oder Mail: fuellhornredaktion@gmail.com
Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.

Geistliches Wort

Liebe Leserin, lieber Leser!

Ich schreibe diese Zeilen in „Corona-Zeiten“. Und ich spüre und erfahre von vielen Menschen viel Angst: Wie gefährdet bin ich? Wie geht es wirtschaftlich und finanziell weiter? Warum darf ich meine Eltern, meine Enkelkinder nicht sehen? Und viele Fragen mehr, und es sind existentielle Fragen; und es sind berechnete Fragen!

In „normalen“ Zeiten ist es komisch, wenn jemand unter uns offen Angst zeigt. Angst stört, Angst gehört sich nicht, Angst ist ein Kennzeichen von Schwäche. Vor allem wir Männer sind häufig so erzogen worden, eigene Angst nicht zuzugeben, sie zu bekämpfen, Angst auf jeden Fall mit sich selber auszumachen. Denn das Ideal heißt – oder besser: hieß, alles im Griff zu haben, Stärke zu zeigen – jedenfalls nach außen.

Das ist eine ungesunde Einstellung und Haltung, denn es gibt kein Leben ohne Angst. Sie beginnt, wenn wir die Geborgenheit des Mutterleibes verlassen. Mensch sein, heißt Angst haben: Angst vor Krankheit und Schmerzen; Angst vor dem Verlust eines geliebten Menschen; Angst vor dem eigenen Versagen; Angst vor Krieg und Zerstörung; Angst vor dem eigenen Sterben; Angst vor Corona! Kein Leben ohne Angst.

Nun erleben wir das andere Extrem: Die Angst wird in den Medien andauernd thematisiert: Virologen warnen, Mediziner raten, Politiker beschließen Restriktionen, jede Talk-Show beschäftigt sich mit der Angst.

Auf der einen Seite ist es gut, dass darüber gesprochen werden kann. Auf der anderen Seite wird der Angst auch ein zu großer Spielraum zugestanden. Die Angst kann uns auch eng machen. Es ist ein entscheidender Unterschied, ob wir die Angst haben, mit der wir dann auch umzugehen lernen müssen, oder ob die Angst uns hat und wir ihr damit ausgeliefert sind.

Im Johannesevangelium sagt Jesus:

„In der Welt habt ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden.“

Mir ist wichtig, was Jesus hier *nicht* sagt. Er sagt nicht: Ich habe ein Rezept gegen die Angst. Er sagt auch nicht: Wer glaubt, hat keine Angst. – Von Jesus wird erzählt, dass er selbst Angst hatte – damals im Garten Gethsemane am Abend vor seinem Tod.

„In der Welt habt ihr Angst.“ Das ist tröstlich. Es gibt keinen Grund, sich seiner Angst zu schämen und Stärke vorzutäuschen. Es ist kein Zeichen von Mut, keine Angst zu haben, sondern nur ein Zeichen von Unehrlichkeit oder Unreife. Vor Leuten, die behaupten, keine Angst zu haben, kann man nur Angst bekommen.

Der Angst können wir nicht entkommen. Sie gehört zu unserem Leben. Aber wir können Gegenkräfte entwickeln, um nicht von ihr beherrscht zu werden,

- indem wir miteinander reden und uns und andere nicht in der Einsamkeit verkommen lassen, auch telefonisch und per Brief in Kontakt bleiben,
- indem wir aufeinander achten und sehen, wer was braucht und wie wir dabei Unterstützung leisten können,
- indem wir kreative Möglichkeiten entwickeln, wie Lebensfreude trotz Einschränkung erhalten werden kann. In den Medien wird immer wieder davon berichtet.

Angst kann lähmen. Sie kann uns aber auch über uns hinauswachsen lassen und Kräfte freisetzen, von denen wir nichts gewusst haben. Diese Kräfte haben ihre Wurzeln in Gott selbst. Denn Gott ist hinter der Angst. Er bewahrt nicht vor der Angst, aber er ist da in der Angst – und hilft, sie zu tragen.

Hans König

Das Jägerken unterwegs in der Stadt



eigentlich damals, als Du in Soest warst, wenn Pest oder Cholera und Typhus drohten?

Jägerken: Schlimme Infektionskrankheiten drohten immer, das war alltäglich. Dass es gegen Krankheiten kaum wirkliche Hilfe gab, wusste auch jedermann. Aber manchmal geriet die Bevölkerung doch in Aufregung, wenn nämlich in einer Epidemie die Zahl der Erkrankten und schließlich der Gestorbenen so drastisch anstieg, dass das öffentliche Leben gestört war. Das passierte im 17. Jahrhundert in Deutschland während der Pestepidemien 1623, 1635 und 1666 dreimal innerhalb von 43 Jahren vermutlich auch in Soest.

Füllhorn: Ja, und die Genforscher haben seit neuestem festgestellt, dass die Pest schon seit 5000 Jahren die Menschen in Europa begleitet, als vermutlich harmlose Bodenbakterien aus unbekanntem Gründen zunächst auf Tiere und dann auf den Menschen übersprangen. Sie wissen sogar, dass sich die Übertragung der Krankheit bei der Epidemie im 6. Jahrhundert (Julianische Pest) von der im 14. Jahrhundert (Schwarzer Tod) unterscheidet.

Jägerken: Heute wissen wir, dass es Bakterien und Viren gibt, die krank machen, und wie die Übertragung durch Hygiene unterbrochen oder verzögert werden kann. Die westliche Medizin erkennt seit dem 19. Jahrhundert die meisten Krankheiten, kann ihren Verlauf einschätzen und hat auch meist wirksame Medikamente.

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: Aber bei dem neuen Coronavirus von 2020 tappt die Wissenschaft noch im Dunkeln, wie vor 300 Jahren bei der Pest.

Jägerken: Nein. Die Wissenschaft ist heutzutage nicht hilflos. Sie weiß, welche Informationen fehlen und kann zielgerichtet suchen: Wie ansteckend ist die Krankheit? Wer ist besonders und wer ist weniger gefährdet. Und schließlich und ganz wichtig: Welches Medikament hilft? Und man weiß auch bei dieser bisher unbekanntem Krankheit, dass man sich durch Hygiene und dadurch schützen kann, dass man Ansteckungsorte, also Menschenansammlungen, meidet.

Neue Antworten auf offene Fragen werden heute umgehend durch die Medien bekannt gemacht, so dass Mediziner und schließlich wir alle uns vernünftig verhalten können. Die Politik hilft mit organisatorischen Maßnahmen.

Im 17. Jahrhundert wurde die Ausbreitung von Infektionskrankheiten auch dadurch begünstigt, dass die Menschen insgesamt schlecht ernährt waren. Sie wussten wenig darüber, wie man sich gesund ernährt und vor allem wussten sie nichts über Hygiene.

Man lebte halt. Man starb früh. Und man hatte Angst, weil nicht nur Krankheit, sondern auch Armut und Hunger ständig drohten, quer durch alle Schichten.

Füllhorn: Du hast da viele Dinge angesprochen: Armut, Hunger, Krankheit und fehlendes Wissen. Was war denn das Schlimmste?

Jägerken: Ach, das hatte keine Rangfolge, das fügte sich zusammen zu einem Lebensgefühl der Unsicherheit und Angst. Vergessen wir aber nicht, dass viele Menschen in den Lehren der beiden Kirchen Geborgenheit und Trost fanden. Schau mal nach, was in den Kirchengesangbüchern von heute an Liedtexten aus dem 17. Jahrhundert enthalten ist.

Füllhorn: *Kannst Du uns denn aus Deiner Erfahrung Empfehlungen für unser Verhalten in Zeiten von Grippe- und Corona-Pandemien geben?*

Jägerken: Ihr seid so viel besser informiert als wir damals. Da werde ich doch keine Ratschläge geben, die auf meinen Erfahrungen beruhen.

Aber eins scheint mir wichtig: Wir wissen doch: Wer kein Wissen und daher kein Urteil hat, bei dem blühen Vorurteile und Aberglaube.

Zu meiner Zeit gab es üble Beschuldigungen und Verdächtigungen gegen vermeintliche Hexen oder Juden.

Füllhorn: *Auch in Soest?*

Jägerken: Die letzte „Hexe“ wurde in Soest 1620 verbrannt.

Der Punkt ist doch, dass leichtfertig grundlose Beschuldigungen ausgesprochen werden und die Hetze dann von kranken Hirnen in kriminelle Taten umgesetzt wird.

Ich höre, dass heutzutage in den sozialen Netzen wüste Beschimpfungen gegen Menschen umgehen, die im Skiurlaub in Südtirol von der Seuche angesteckt wurden.

Füllhorn: *Ich fass es nicht.*

Jägerken: Ich rate Euch: Macht Euch klug und verhaltet Euch klug. Meidet vermeidbare soziale Kontakt.

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

Das Gespräch mit dem Jägerken suchte Hans-Werner Gierhake zu einem Zeitpunkt, als die Corona-Pandemie in Europa einem ersten Gipfel zustrebte, und niemand wusste, was die nächsten zwei Wochen bringen werden.



**Stark
für die Region.**

Wenn man einen Finanzpartner hat, der Verantwortung für den heimischen Wirtschaftsraum übernimmt, sich in vielfältiger Weise für die Menschen vor Ort engagiert und gesellschaftliche Projekte fördert.

 Sparkasse
SoestWerl



sparkasse-soestwerl.de

Alptraum im Supermarkt

Sie hat es mal wieder eilig. Hetzt von Regal zu Regal. Schnell noch den Einkauf erledigen, dann zur Bank ... Zwischen Saft und Tütenmilch knallt ihr ein Einkaufswagen in die Hacken.

„Autsch, verflixt!“, entrüstet dreht sie sich um.

„Oh! Entschuldigen Sie, ich habe grad nicht ...“, hochgezogene Augenbrauen in gerötetem Gesicht, „tut es sehr weh?“

„Ach, ja, aber es geht schon, ich hab' mich bloß ziemlich erschreckt.“

„Das gibt's doch gar nicht!“, verblüffter Gesichtsausdruck. „Bist du es wirklich? Sybille?“

„Ja, allerdings ...“, ihr verflixtes Gedächtnis! So oft hat sie sich vorgenommen, mal an einem Kurs Gedächtnistraining teilzunehmen. „Hallo! Wie geht's denn so?“, unsicher lächelnd schaut sie ihrem Gegenüber ins Gesicht. Wer ist das bloß?

„Super geht's mir! Ich habe endlich einen Job gefunden. Das war ein echter Glücksfall, kannst du mir glauben!“

Die Namenlose scheint sie auch noch gut zu kennen. Wo hat sie das Gesicht schon mal gesehen?

„Und weißt du wo? Stell dir vor: Beim Arbeitsamt!“

Sybilles Hirn arbeitet auf Hochtouren. Auch das noch, beim Arbeitsamt, denkt sie irritiert und fragt: „Und was machst du da für eine Arbeit? Ich dachte, die bauen alle Personal ab.“

„Eigentlich ist der Job auch nur befristet. Aber immerhin hab' ich 'nen Dreijahresvertrag als Unterstützung bei der Daten-

eingabe, das ist ja auch schon mal was, ne?“

Ihr Gegenüber scheint nicht auf eine Antwort zu warten. Sybille kann sich noch immer nicht erinnern, wie die große, blonde, übergewichtige Frau wohl heißen mag.

Diese lässt nicht locker: „Und du, Sybille? Was machst du jetzt so beruflich?“

„Ich bin immer noch ...“,

„Ach ja? Immer noch im Kindergarten in Hamm? Das finde ich ja toll. So lange bei einem Arbeitgeber! Das machst du bestimmt schon fünf Jahre, oder?“



publicdomainvectors.org

Die Blonde weiß wirklich einiges von ihr.

„Sag mal: Macht das denn immer noch Spaß, Sybille?“, fragt sie jetzt interessiert.

„Ach, weißt du. Als ich mich mal umgehört habe, wie die Chancen für Erzieherinnen so sind ...“, antwortet Sybille vage und wird sofort wieder unterbrochen.

„Ja, da hast du recht. Besser das behalten, was man hat! Heutzutage sind die Aussichten ja eh' katastrophal!“

Katastrophal ist inzwischen Sybilles Laune. Sich mit jemandem zu unterhalten, dessen Namen man nicht erinnert, gehört nicht gerade zu ihren Lieblingsbeschäftigungen, ist schon eher ein Alptraum. Außerdem hasst sie es, ständig unterbrochen zu werden. Und überhaupt: Wieso sendet ihr Langzeitgedächtnis keinerlei Infos? Das ist ja zum Austicken, denkt sie und beobachtet die Blonde, während sie ihre Einkaufswagen nebeneinanderher in den Mittelgang des Super-

marktes schieben. *Schätze, sie ist so um die Dreißig, also in meinem Alter. Schule? Ausbildung ...?*

„Aber vielleicht findest du ja einen neuen Job gerade dann, wenn du gar nicht damit rechnest; das ist ja meistens so“, behauptet die Blonde soeben und greift gleichzeitig in die Haribo-Auslagen. „Als ich meinen Job bekam, hab' ich's erst gar nicht geglaubt. Dass die mich ausgesucht hatten ...!“

Sybille stöhnt innerlich auf. *Kann ich mir auch nicht erklären*, denkt sie und sagt dann: *„Ach, eigentlich bin ich ja zufrieden in Hamm. Keine Probezeit mehr bestehen müssen, im Team anerkannt ...“*.

„Natürlich, das macht ´ne Menge aus! Da bist du ja auch zu beneiden“, erwidert die Blonde und fragt dann neugierig: „Und was macht die Familie?“

Aha, das weiß sie also nicht! Also habe ich sie irgendwann zwischen ... Ihre Überlegungen werden wieder unterbrochen. „Ich bin wieder solo. Hab' Norbert in den Wind geschossen!“ *Norbert? Und wer ist jetzt Norbert?*, fragt sich Sybille verzweifelt.

„Weißt du, er wollte mir immer vorschreiben, was ich zu tun und zu lassen habe. Das kann ja auf Dauer nichts sein, oder?“

Norbert und ...? Norbert und ... wie heißt diese Quasselstrippe denn bloß?, Sybille rotiert innerlich.

„Stell dir vor, er wollte mich doch schon wieder in so eine Abnehmtruppe verfrachten! Meinte, ich sei dick geworden.“ Entrüstet stoppt sie ihren Einkaufswagen vor dem Weinregal, schnappt sich eine Flasche Chianti und meint dann: „Der Blödmann, dabei hat er selbst ´ne Plauze.“ Dann: „Musst du gar nichts einkaufen?“

Sybille ist es jetzt leid. Sie entscheidet, dass Flucht die einzige Lösung ist.

Inzwischen ist es ihr auch völlig egal, wer die Blonde ist. Wichtige Menschen merkt man sich mit Namen, entscheidet sie. *Ich komme bestimmt jetzt nicht drauf, vielleicht ja heute Nacht, wenn ich nicht mehr dran denke. Und wenn nicht – ist auch egal!* „Ach, ich bin an der Kühltheke vorbei und muss doch noch Gemüse ...“, setzt sie an.

„Ja, so siehst du auch aus. Hast dich echt gut gehalten, muss ich schon sagen. Alles vom Gemüse essen?“ *Nein, vom Herzschmerz und Trennungsschweiß*, denkt Sybille grimmig. *Da vergeht manchem der Appetit. „Nein, ich hab' eigentlich nie Probleme mit meinem Gewicht. Und jetzt... tut mir leid, ich muss weiter. War nett dich zu treffen...“*, lügt sie unverschämt und dreht dabei ihren Einkaufswagen.

„Lass uns doch mal telefonieren, wenn du Lust hast, ja?“ fragt die Blonde, reicht Sybille die Rechte, drückt zu und lacht. Dabei fischt sie mit der Linken eine Visitenkarte aus ihrer Jackentasche. „Hier, ich bin umgezogen. Das ist meine neue Adresse. Tschüss und mach's gut, Sybille!“

„Tschüss dann,“ lächelt Sybille schief zurück, steckt die Visitenkarte ein und flüchtet zur Tiefkühltheke. *Eins weiß ich sicher*, denkt sie, *dass ich die nicht anrufen werde. Aber ich will jetzt unbedingt wissen, wer mich die ganze Zeit genervt hat!* Sie fischt die Karte aus der Jackentasche, beugt sich über die hell erleuchtete Tiefkühlbox, um besser lesen zu können, wird plötzlich von hinten angerempelt, erschrickt mit einem „Huch!“, und die blütenreine Visitenkarte fällt ungelesen zwischen gestapelte Fischstäbchen und Putenschnitzel.

Eva Borgmann

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 Ungeheimheiten 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. Das gilt auch in Zeiten, in denen das Corona-Virus unser Leben in vielerlei Hinsicht beeinträchtigt. Vieles hat sich geändert, und selbst unwichtige Kleinigkeiten haben Folgen. Bedingt durch die Auflagen, die Wohnung so wenig wie möglich zu verlassen, bringt z. B. die ständige Nähe des häuslichen Kühlschranks alle guten Vorsätze des kalorischen Maßhaltens schnell ins Wanken. Die Folgen können verheerend sein, besonders durch das simplosophische Kaleidoskop betrachtet:

Auch Angehörige der Risikogruppe sind nicht gegen Verlockungen gefeit:

Sehnsucht kennt kein Alter

*Bin nun ja lang schon über Siebzig
und war der Meinung, so was gibt sich:*

*Sehnsucht, die im Herzen glüht
und unter Pochen Liebe sprüht,
die sich in Leidenschaft verzehrt
und immer wieder neu begehrt!*

*Ich fühl das alles wie bisher,
als ob ich grade Zwanzig wär,
und wär so gern noch mal verliebt
in etwas, was es wohl nicht gibt,
das göttlich schmeckt und delikates
und keine Kalorien hat.*

Und gerade in Tagen mangelnder sozialen Kontakte sollte man wohlfeile Spruchweisheiten etwas genauer unter die Lupe nehmen:

Subjektiver Einwand

*Immer wenn das Sprüchlein fällt,
Glück, das könne man mit Geld,
nicht erkaufen, denk ich dran,
es kommt letztlich darauf an,
was man unter Glück versteht!
Ich zum Beispiel mein', es geht
manchmal schon mit wenig Knete,
Glücksmomente, ganz konkrete,
kann in hohem Grad ich messen
bei gutem Wein und lecker Essen!*

Die ständige Nähe des Kühlschranks beim Befolgen der zur Zeit angebrachten Anweisung „Bleib zuhause!“ hat bei mir Fragen aufgeworfen, von denen ich nie und nimmer geglaubt habe, dass ich sie mir irgendwann einmal stellen würde:

Dialektischer Materialismus?

Zwei Dinge sind's, die um mich treiben:

*Erstens lieb' ich fettes Essen,
zweitens möchte ich indessen
nicht so dick und rundlich bleiben!
Ist man nun, wenn gern man isst,
ideologisch Kommunist?*

Und wie bekämpften Sie die verordnete Einsamkeit, liebe Leserin und lieber Leser?

Unterbringung

*Ich ess' nicht einfach Schokolade,
wenn an ihr ich ohne Pause
nasche, sondern gebe grade
Kalorien ein Zuhause!*

Bei nebenstehender Lösung ist allerdings anzuraten, überflüssige Kontrollen zu unterlassen:

Überflüssig

*Ich brauche mich nicht abzuquälen
und dauernd Kalorien zählen,
denn ich vertraue ihnen ja:
Sie sind bestimmt noch alle da!*

Das Jägerken von Soest

Auf Feiern und Märkten sah ich dich oft
- malerisch mittelalterlich grün kostümiert
als besonderes Wahrzeichen
dieser alten Stadt.

Da ergriff mich der Wunsch,
nachzulesen in dem berühmten Buch,
was du vordem Besonderes getrieben
in der westfälischen Börde.
Kaum kannte ich dein
abenteuerreiches Geschick.

Wie er selbst uns erzählt, kam er
in den Wirren des 30-jährigen Krieges
als verlauster Diener eines Dragoners
ins Frauen-Kloster Paradeis,
wo ihn die schönen Jungfern
„also traktierten“,
dass er bald wieder einen
„glatten Balg“ bekam.

Der Fund - nun ja - eines Packens Tuch
verschaffte ihm das
allseits bekannte Kleid
und das Gehabe eines echten Junkers:
Nun ritt er „selbender daher
wie ein Edelmann“

Als eine Art Räuberhauptmann
striefte er durch die Börde,
plünderte in dem
ausgeplünderten Land
- aber nur die Reichen - sagt er,
machte als tüchtiger Kerl täglich Beute,
teilte diese klugerweise halbe-halbe
mit Offizieren und Kollegen und ward so
bald ein stark hofierter Kamerad.

Fantastisch auch seine Erlebnisse
mit den lieblichen Soester Frauen,
bei denen er durch seine jugendliche Anmut
und seinen betörenden Gesang reüssierte.
Bescheiden erzählt er zum Beispiel:
„...da hatte ich gerade sechs,
die mich liebten“
- gleichzeitig.
Wie beschäftigt war da sein Bursche!

Was sind das für tolle Geschichten!
Solchermaßen gründlich informiert
bedachte ich den Lauf der Welt
und kam zu der Erkenntnis: Wie gut,
dass du in unseren Zeiten nur noch
die heimische Tourismussparte bedienst.

Siegfried Steffen



Bücher aus der Region

Hannelore Johänning
„Das Echo im Wort“
ISBN 978-3-945692-17-2

Maria Broll
„Der traurige Salzesel
oder die Abenteuer
der gefährlichen Weichmacher“
ISBN 978-3-945692-13-4

Mehr Informationen: www.pigmentar.eu



Das unerwartete Ableben des Max Adalbert Berlau-Biesekötter / 3. Teil

Rückblick – 1. Teil:

Der Pflegedienstleiter Max Adalbert Berlau-Biesekötter wurde von der Reinigungskraft Olga in der von ihm geleiteten Senioren- und Pflegeeinrichtung in seinem Büro tot aufgefunden. Er hatte die Bewohnerinnen heimlich mit Videokameras überwacht, jedoch waren die auf seinem PC gespeicherten Daten komplett gelöscht worden. Olga fand später bei der Reinigung der Zimmer bei der ehemaligen Mathematiklehrerin Hurtig eine verdächtige Notiz und verführerische Dossiers bei der als demenzgelaltenden, aber offensichtlich doch geistig fitten Frau des Schönheitspezialisten Dr. Preuß.

Rückblick – 2. Teil:

Im Papierkorb von Frau Preuß entdeckte Olga zudem einen USB-Stick sowie eine Spritze. Beides leitete sie an die Kommissarin weiter. Somit hielt diese Frau Preuß für verdächtig: Frau Preuß musste sich im Büro des Pflegedienstleiters aufhalten und die Videoaufzeichnungen vom PC auf den USB-Stick kopiert haben, bevor sie die Daten vom PC löschte. Bei der Kontrolle der Videoaufzeichnungen stellte sich jedoch u.a. heraus, dass Frau Preuß zum vermutlichen Todeszeitpunkt des Pflegedienstleiters in ihrem eigenen Bett gelegen hatte. Als wichtige Zeugin wurde sie trotzdem von der Kommissarin vernommen.

Die Vernehmung ergab, dass auch Frau Hurtig, eine ehemalige Patientin von Dr. Preuß, eine wichtige Rolle in diesem Fall spielte. Wegen ihrer angeblich misslungenen Nasen-OP habe sie dem Doc gedroht, die BILD-Zeitung einzuschalten. Dr. Preuß habe ihr freiwillig 1 Million Euro gezahlt. Sie habe Ruhe gegeben, aber eine schwere Psychose entwickelt. Deshalb sei sie früh-pensioniert und in der Senioren- und Pflegeeinrichtung untergebracht worden.

Der Pflegedienstleiter habe von der problematischen Nasen-OP erfahren, erpresste damit den Schönheits-Doc und setzte Frau Hurtig psychisch unter Druck.

Nach eigenen Angaben wollte die Frau des Schönheits-Mediziners ihrem Mann nun beistehen, gab sich demenzgelaltend und täuschte gegenüber dem Pflegedienstleiter erotische Absichten vor. Dabei habe sie ihn nur kontrollieren wollen. Sie befürchte nun, dass ihr Mann wegen der lang andauernden Erpressung die Nerven verloren und den Pflegedienstleiter getötet haben könnte.

Nach einer Pause legte Frau Beierlin-Busemann USB-Stick und Spritze auf den Tisch. „Frau Preuß, kennen Sie diese Gegenstände?“

„Na klar, ein Stick und 'ne Spritze. Wieso?“

„Beides haben wir in Ihrem Abfalleimer gefunden!“

„Waaaaas?! Also von mir ist das nicht!!! Das hat mir jemand untergejubelt! Ich will sofort meinen Anwalt sprechen!!!“

„Wir brechen die Vernehmung ab. Sie können gehen, wohin es Ihnen beliebt. Verlassen Sie aber die Stadt nicht, falls wir noch Fragen haben!“

Während die klackernden Absätze von Frau Preuß im langen Flur des Präsidiums immer leiser wurden, ließ sich die Kommissarin das soeben Gehörte noch einmal durch den Kopf gehen: *Durchsichtige Strategie einer attraktiven Ehefrau mit übersichtlicher Intelligenz, dem Geld des Gatten außerordentlich zugetan!*

Das Klingeln ihres Handys unterbrach ihre Überlegungen: Es war Dr. Brakenkämper, eilig wie immer: „Tja, winzige Einstichstelle am Hals, aber sonst — nichts! Sieht bis jetzt nach stinknormalem Herzinfarkt aus. Das könnte schwierig werden, zumal auf der Spritze und dem Stick ja nur die Fingerabdrücke der Putzhilfe entdeckt wurden. Bis dann, ich melde mich, wenn es Neues gibt.“ Klack, aufgelegt, typisch Brake! Frau Beierlin-Busemann runzelte die Stirn. Sie sollte vielleicht wirklich noch einmal mit Olga reden.

Als sie gegen 19:00 Uhr vor Olgas Wohnungstür stand, musste sie nicht klingeln: Die sichtlich nervöse Olga schien sie erwartet zu haben. „Bitte, kommen Sie rein! Ich muss Ihnen was beichten. Ich wollte Sie schon anrufen, habe mich aber nicht getraut, weil ich dann bestimmt meinen Job verliere.“ Damit hatte die Kommissarin nicht gerechnet, ließ sich aber nichts anmerken. „Ich zeichne das Gespräch auf.“ „Selbstverständlich, und da sind wir

schon beim Thema: Es geht um Aufzeichnungen, die Videoaufzeichnungen“, sprudelte es aus der sonst eher besonnen wirkenden Olga heraus. „Das müssen Sie sich unbedingt angucken, hier, bei mir am Laptop. Ich hab’ mir nämlich eine Kopie vom Stick gemacht! Also von dem aus dem Papierkorb von der Schönheitsfrau. Sie müssen entschuldigen: Meine Nase hat gejuckt, und dann stimmt was nicht; das war bis jetzt immer so! Außerdem wollte ich auch sehen, wie ich putze; so von oben betrachtet, ob das wirklich gut ist, und überhaupt... Aber damit“, Olga holte tief Luft, „habe ich nicht gerechnet! Gucken Sie mal!“ Olga hatte inzwischen den Laptop hochgefahren: „Hier!!!“

Auf dem Bildschirm sahen die beiden Frauen das Zimmer von Frau Preuß, rechts unten im Bild war die Uhrzeit eingeblendet: 5:32 Uhr. Da - die Tür öffnete sich, eine leicht gebeugte Figur mit einer Taschenlampe in der Rechten wieselte schnurstracks zum Papierkorb, warf etwas hinein, wandte sich um, hielt kurz neben dem Spiegel inne, blickte hinein und schien sich ins Gesicht zu greifen. Dann verließ sie den Raum mit kurzen, schnellen Schritten.

„War das nicht die Frau aus Zimmer 3? Die mit dem Nasentick, diese Frau Hurtig? Das muss ich nochmal sehen! Der Stick wird eingezogen“, versuchte die Kommissarin ihr Erstaunen und ihren Ärger zu überspielen. *Das hätte doch mir auffallen müssen und nicht dieser Olga!*

„Und schauen Sie mal hier!“, wurde die Kommissarin jäh aus ihren Gedanken gerissen, „hier, dieser verschlüsselte Ordner mit der Bezeichnung *TS!*“

„Wie heißt der: *TS?* Komisch! Nein, da fällt mir nichts zu ein.“

„Ich glaub, ich hab’s“, vernahm die Kommissarin plötzlich von der aufgeregt klingenden Olga. „Manchmal sollte ich für *Stasi-Maxe* auch privat putzen; schwarz natürlich! Was mir gar nicht recht war! Und dann hat er immer *TS* gesagt und leise *top secret* geflüstert!“

Die Kommissarin grinste anerkennend: „Womit wir unser Passwort hätten!“

„Bitte geben Sie’s ein. Ich weiß, laufende Ermittlungen - ich will doch nur wissen, ob das Passwort stimmt!“

„Gut, dann gehen Sie mal da um die Ecke, am besten in die Küche, da können Sie einen schönen Tee kochen!“, ordnete die Kommissarin gnädig an und gab das Passwort ein. Vergeblich!

„Bitte denken Sie dran, *Stasi-Maxe* war Legastheniker“, hörte sie nun aus der Küche. „Er benutzte deshalb nur Großbuchstaben, was ihm aber wenig nützte, da er nicht nur in der Groß- und Kleinschreibung viele Fehler machte. Versuchen Sie doch einfach *TOP SEKRET.*“

Tatsächlich, das war’s! „Den Tee erst mal gut durchziehen lassen und in den nächsten Tagen gründlich Zeitung lesen“, empfahl die Kommissarin und verließ beschwingten Schrittes Olgas Wohnung.

Kurze Zeit später hatte Beierlin-Busemann den diensttuenden Polizeianwärter Kruse in der Einsatzzentrale zur Überprüfung der Datei mit dem Passwort *TOP SEKRET* hinzugezogen: Das Videomaterial zeigte das Geschehen im Büro des Verstorbenen, in der Nacht seines Todes:

Max Adalbert hatte um 20:00 Uhr in entspannter Körperhaltung die Tagesschau verfolgt, sich zwischen 20:15 Uhr und 22:30 Uhr sehr konzentriert einem Computerspiel gewidmet und dabei siebenmal den Alarmknopf weggedrückt. Um 22:30 Uhr war er aufgestanden, hatte ausgiebig gegähnt und anschließend eine Flasche Sekt aus einer kleinen, im Schreibtisch verborgenen Kühlbox geholt, geöffnet und auf dem Schreibtisch positioniert. Zwischen zwei edlen Sektflöten, die er gekonnt hinter einer großen Greiner-Bibel hervorgezaubert hatte.

Um 22:39 Uhr öffnete er die Tür und Frau Preuß, elegant zurechtgemacht, betrat das Büro. Kurze Begrüßung, Übergabe eines dicken Kuverts, Leeren der Sektflöten im Stehen, danach verschwanden beide aus dem Bild. Um 24:02 Uhr verließ Frau Preuß etwas zerzaust den Raum. Um 24:09 Uhr erschien Max Adalbert wieder im Bild, in ein morgenmantelähnliches Gewand gehüllt, warf einen konzentrier-

ten Blick in das Kuvert und legte es in die Kühlbox. Danach säuberte er bis 1 Uhr morgens sein Zimmer: Mit verschiedenen Putzmitteln bearbeitete er sorgfältig den Schreibtisch, alles im Bild Sichtbare und verließ danach das Kamerablickfeld, mit Lappen und Putzmitteln in den Händen.

Um 1:05 Uhr erschien Max Adalbert wieder im Blickfeld, setzte sich in den Sessel, schien die Lehne verstellen zu wollen, und dann geschah es: Max Adalbert griff sich an die linke Brust, sein Gesicht verzerrte sich, seine Rechte suchte nach irgendetwas auf dem Schreibtisch. Vergeblich! Nach kurzem Aufbäumen lag der Pflegedienstleiter bewegungslos in seinem Chefessel, so, wie Olga ihn am nächsten Morgen finden würde.

„Ach“, wunderte sich die Kommissarin, „und der Einstich am Hals? Komisch. Kruse, spulen Sie mal vor!“ Der Schnelldurchlauf zeigte bis um 5:00 Uhr morgens ein unverändertes Bild, doch dann betraten zwei Personen gleichzeitig den Raum: Vom Flur, leicht gebeugt und nasezupfend, Frau Hurtig, und von draußen, durch das bodentiefe Fenster, ein großgewachsener Mann. (*Kommt mir bekannt vor: Ach ja, vom Foto, im Zimmer von der Preuß! Also wohl ihr Mann.*) Beide Eindringlinge schienen einander nicht erwartet zu haben, da sie erschrocken innehielten, als sie sich im Schein ihrer Taschenlampen erblickten. Dann aber legten beide wie auf ein Kommando den Finger an die Lippen und handelten im Folgenden in stillem Einvernehmen, nicht nur im übertragenen Sinne; ihre vorsichtigen Bewegungen verrieten, dass sie jedes Geräusch vermeiden wollten. Auf eben diese Weise näherten sie sich dem Sessel des Pflegedienstleiters. Mit geübter Bewegung platzierte der Mann eine Spritze in den Hals des vermeintlich Schlafenden, während er ihm gleichzeitig den Mund zuhielt, zuckte jedoch sogleich zurück, fühlte den Puls und entfernte die Spritze, ohne sie entleert zu haben. Dann ein Kopfschütteln zu Frau Hurtig und weg war er! Frau Hurtig schien jedoch keine Eile zu haben. Zunächst legte sie die

eingeschaltete Taschenlampe auf den Schreibtisch und kramte fast umständlich eine Spritze aus ihrer Jacke hervor, deren Inhalt sie in eine Vase auf dem Schreibtisch des Toten entleerte. Dann verstaute sie die leere Spritze wieder in ihrer Tasche und zog einen USB-Stick aus der Tasche, mit dem sie sich im Folgenden am Computer des Pflegedienstleiters zu schaffen machte. Das dauerte eine Weile. Danach hantierte sie in den Tiefen der Kühlbox, entnahm dieser mehrere dicke Kuverts, löschte das Licht und verließ das Büro.

Der sofortige Anruf der Kommissarin in der Seniorenose ergab, dass Frau Hurtig gegen Mittag von einer älteren Dame, die sich als ihre Schwester vorgestellt hatte, abgeholt worden war. Zu einem weihnachtlichen Bummel durch die schöne Altstadt, hatte es geheißen. Inzwischen war man im Pflegeheim in Unruhe und wartete voller Sorge auf die beiden alten Damen. Frau Beierlin-Busemann ließ Frau Hurtig zur Fahndung ausschreiben, machte sich aber wenig Hoffnungen: Frau Hurtig trug ihren Namen offensichtlich zu Recht. Vielleicht war das Zupfen an der Nase auch nur ein ausgedachter Tick.

Dr. Preuß würde sich jedoch nach einer anderen beruflichen Tätigkeit umsehen müssen, auch wenn er den Tod des Pflegedienstleiters nicht verschuldet hatte. Sein Verhalten im Zimmer des Toten widersprach dem ärztlichen Ethos aufs Größte. Und an dem Verhalten gab's ja nichts zu rütteln, dank des informativen Sticks, den Frau Hurtig freundlicherweise im Papierkorb seiner Ehefrau hinterlassen hatte. Schlaue Frau! Dabei dachte die Kommissarin allerdings nicht an Frau Preuß. Die würde nämlich erhebliche Kosten an die Krankenkasse zurückzahlen müssen, wegen unberechtigter Inanspruchnahme einer Pflegeleistung. Und Olga? Frau Reinig, die gute Seele der Polizeikantine, ging doch in Elternzeit. Und sie brauchten Ersatz, qualifizierten Ersatz. Lächelnd griff Frau Beierlin-Busemann zum Hörer . . .

Eva von Kleist

Erotikland - wie peinlich!

In unserem Briefkasten lag seit gestern ein Benachrichtigungszettel von der Post. „Paketsendung für Sie beim Nachbarn abgegeben. Datum ...“ Nur - bei welchem Nachbarn? Keiner unserer Mitbewohner hatte sich den ganzen Tag über bei uns gemeldet! Der Besitzer des großen Hauses vorne an der Straße war in Urlaub – also kam nur noch das Haus daneben mit den großen Schaufenstern infrage, wo der Bote eventuell das Paket abgegeben haben konnte.

Früher war in diesem Haus mit den Schaufenstern ein Kinder-Schuhgeschäft, seit einigen Jahren jedoch befindet sich darin stattdessen nun ein Fachgeschäft für Erotik mit Namen *Erotikland*. Das einzige in der Stadt? Der Eingang zu diesem Laden befindet sich an der Straßenseite, einen Hinterausgang kenne ich nicht.

Während zu Zeiten des Schuhgeschäftes öfter mal eine Mama vor den Schaufenstern stehenblieb und das Kind eher zum Weitergehen drängte, ist es bei diesem Laden genau umgekehrt: Kinder bleiben verwundert stehen vor den ziemlich exotischen Auslagen im Schaufenster und fragen ihre Mutter: „Mama, was ist das?“, und Mama versucht, ihr Kind zum schnellen Weitergehen zu bewegen

Der Erotik-Laden liegt direkt an einer der Hauptadern des in die Innenstadt strömenden Verkehrs und für diese Branche ziemlich zentral. Zahlreiche Fußgänger passieren die Schaufenster auf ihrem Weg ins Zentrum.

Mag man auch immer betonen, dass heutzutage der Umgang mit Sexualität anders und freier sei, so wird dies Thema auch heute noch von Schamgefühlen und Heimlichkeiten geprägt. Klar wird mit

zunehmender Freizügigkeit der *Kick* größer, trotzdem ist alles aber auch eine Spur verruchter. Dennoch ist der Standort dieses Geschäfts mit seinem vielfältigen erotischen Angebot in den Schaufenstern nicht das, was man unter *Rotlichtviertel* versteht. Auch irrt man, wenn man glaubt, es gäbe in diesem Laden im Wesentlichen das, was Man(n) so braucht; Männer wie Frauen suchen den Laden auf! Dabei ist das Publikum, das das Geschäft betritt, recht gemischt: Es mag den hochnotpeinlich berührten Besucher, der hinter seinem eigenen Rücken in dieses Geschäft geht, noch geben; die meisten Kunden jedoch, wie z. B. junge Paare, betrachten interessiert die Auslagen in den Schaufenstern und schauen dann einfach rein. So wie der ältere Herr, der sein Rad abstellt, verschließt und dann ganz ohne Scheu in den Laden hineinläuft. Und für den

Paketboten schließlich, der diesen Shop regelmäßig beliefert, ist es natürlich viel einfacher, Pakete, die in unmittelbarer Nachbarschaft abzuliefern sind, deren Empfänger er aber leider nicht antrifft, hier im *Erotikland* zur Abholung zu hinterlassen.



So erging es auch mir und meiner Frau! Wir hatten ein Paket mit einer Weinauswahl bestellt, das nun im Sex-Shop auf unsere Abholung wartete. Ich gebe zu, dass ich damit ein Problem hatte! Für mich war der Laden ein *No-Go-Ort!*

Sprach ich die Sache irgendwo an, erntete ich süffisantes Grinsen und ironische Bemerkungen wie „Tja“ und so weiter und so fort. Meine Frau dagegen, die ja die Bestellung aufgegeben hatte, sah die Sache ganz nüchtern. Sie war mittags selbst in dem Laden gewesen und hatte nach einer für uns bestimmten Sendung gefragt.

„Ja! Ihre bestellte Weinflaschen-Sendung wurde hier für Sie abgegeben!“, bestätigte eine freundliche Verkäuferin. „Sie können sie jederzeit hier abholen!“ „Das machen wir gleich, wir kommen mit der Sackkarre!“, hatte meine Frau entschieden.

Nun also waren Zeit und Stunde da! Es war ein warmer, sommerlicher Tag, viele Leute genossen die Sonne und flanieren in der Stadt. Ich hatte meinen Dienst beendet und freute mich auf unser Zuhause. Meine Frau erwartete mich schon: „Da bist du ja endlich! Wir müssen doch noch den Wein mit der Sackkarre aus dem Sex-Shop abholen.“ Von ihrer Entschlossenheit, dies jetzt gleich zu erledigen, fand sich bei mir so gar nichts! In meinem Kopf kreisten eher dramatische Vorstellungen: Ich – berufsbedingt kein Unbekannter – würde in den Staub der öffentlichen Meinung geworfen als einer, der bei dem moralischen Fehltritt in den verruchten Laden ertappt wurde!

Widerstrebend, ein wenig unbehaglich, holte ich die Sackkarre aus dem Keller, und meine Frau schob das scheppernde Gerät zur Straße. Ich – einzig um passende Ausflüchte bemüht – trottete hinterher. Für eine Packung *Unsichtbar!* hätte ich alles gegeben! „Weißt du, ich würde ja ...“, mit solchen oder ähnlich beginnenden Erklärungen versuchte ich, ihr meine Vorbehalte näherzubringen. Sie aber blieb stur und entschied pragmatisch: „Wenn du dich nicht traust, dann gehe ich eben allein in den Shop!“ Das war nicht mal spitz gemeint und sagte doch alles über mich aus.

Ausgerechnet da, wo unser kleiner Zugang die Hauptstraße erreicht, standen zwei Paare im Gespräch zusammen. Sie machten keine Anstalten, weiterzugehen. Das hieß, sie würden all das hier direkt

mitbekommen! Mich verließ jeder Mut, meiner Frau, die schon vorausgegangen war, zu folgen. Sie schaute sich spöttisch nach mir um, und ich meine, so etwas wie „feige Socke“ oder Ähnliches von ihr gehört zu haben.

Selbstbewusst und fest entschlossen zog sie allein mit der Sackkarre zum Eingang des Erotik-Shops, öffnete die Türe und verschwand samt Sackkarre im Laden. Genau diesen Moment hatte ich gefürchtet: Alle glotzen: „Hast du das gesehen – mit Sackkarre in den Sex-Shop!“

Ich war mehr oder weniger inexistent. Endlos schien mir die Zeit, bis sich die Türe wieder öffnete. Eine junge Frau hielt sie auf, ich erblickte zuerst die Sackkarre, mit zwei großen Kisten beladen, und dann meine Frau, die die Last vor sich herschob. „Vielen, vielen Dank!“, hörte ich sowie ein Lachen und so etwas wie „Kommen Sie heile an!“, und schon schob meine Frau mit scheppernder Karre, beladen mit klirrender Fracht, auf mich zu.

Merkwürdig: Keiner glotzte! Keine Passanten, die stehen geblieben wären, keine johlenden Zuschauer, nichts von meinen Fantasien bewahrheitete sich! Die beiden Ehepaare verhielten sich völlig unauffällig, schauten kurz belustigt hin und redeten weiter.

Mir fiel nichts Banaleres ein, als meine Frau sehr laut zu fragen: „Na, hat das alles gut geklappt mit dem Wein? Sind die Flaschen die richtigen?“ Natürlich war ich jetzt angesichts der schweren Last als Mann gefordert und übernahm selbstverständlich die Karre. Verständnislos schüttelte meine Frau den Kopf: „Die Flaschen sind alle beisammen!“ sagte sie. Ich schaute sie an, sah die beiden Kisten, und plötzlich schämte ich mich ...

Johannes Utsch

Begegnung im Zug:

André et Françoise francoise



Fast eine Woche bin ich mit meinem Partner unterwegs im schweizerischen Hochgebirge. Kein anderes Land der Welt bietet so viele Gelegenheiten, per Bahn und Postauto durch atemberaubende faszinierende Landschaften zu fahren und die spektakulären Aussichten zu genießen.

Jeden Tag sind wir in einem anderen Zug unterwegs; meistens sind es schicke, saubere Panoramaabteile. Die Wände und auch Teile des Daches der Wagen gleichen einer großen Glasfront, die wunderbare Aussichten ermöglicht. Wir fahren über viele Bergpässe, durch unzählige Tunnel, vorbei an kleinen Ortschaften, Wäldern, über schmale Eisenbahnbrücken und überqueren tiefe Schluchten.

Bevor wir mal wieder einen Zug wechseln, geht es an Bord eines Schiffes über den Vierwaldstätter See. In Flüelen verlassen wir das Schiff, und kaum haben wir unsere Plätze im Gotthard-Panorama-Express eingenommen, geht es auch schon los. Hinauf zur kleinen Kirche von Wassen, durch den Gotthard-Scheiteltunnel, vorbei an hohen Bergen und Gletschern.



Fast alle Mitreisenden stehen an den Panoramafenstern und fotografieren, was das Zeug hält. Auch unsere Handy-Kameras sind immer schussbereit, und wann immer etwas Interessantes vor unseren Augen auftaucht, wird geklickt. Natürlich schaue ich nach jedem Foto sofort, ob es gelungen ist. Und dabei entdecke ich überrascht, dass ich, ohne es beachtet zu haben, ein Paar im Bild habe, das fasziniert aus dem Fenster auf den Gotthard-Tunnel schaut. Ein sehr schönes Foto, denke ich und entdecke ein Handy, das achtlos neben dem betagten älteren Paar auf dem Sitz liegt. Ich überlege nicht lange, wende mich an die Herrschaften, zeige ihnen das Foto und frage, ob ich es ihnen senden soll.

Sie schauen auf den Bildschirm meines Handys, freuen sich ebenso wie ich über das gelungene Foto und stimmen gern zu. An einer kleinen Station hoch in den Alpen trennen sich unsere Wege. Wir steigen um in ein bereitstehendes Postauto, das uns nach einer abenteuerlichen Serpentinfahrt durch das Hochgebirge am späten Nachmittag

nach St. Moritz in unser Hotel bringt. Die Begegnung mit dem bejahrten Paar haben wir längst vergessen. Wir schauen uns nach dem Abendessen noch ein wenig den Ort an, machen einen kleinen Spaziergang und gehen dann recht müde zu Bett.

Am nächsten Morgen dusche ich ausgiebig und will zum Frühstück mit meinem Partner wieder zusammentreffen. Ich sperre meine Tür auf, trete in den Flur, da öffnet sich gegenüber ebenfalls eine Zimmertür, und heraus tritt die grauhaarige, ältere Dame, die ich gestern auf das Foto gebannt habe. Wir sind beide überrascht und begrüßen uns sehr freundlich.

Mir fällt auf, wie gepflegt und elegant sie aussieht! Ich erfahre von ihr, dass die beiden in Genf zuhause sind und heute ihre Goldhochzeit feiern. Sie haben sich schon lange auf diese Reise gefreut und genießen die Zeit mit sich allein wohl sehr.

Sie macht mir ein paar Komplimente, wovon ich mich sehr freue und die ich gern erwidere. Inzwischen ist der Ehemann auch auf den Flur getreten, begrüßt mich und stellt sich und seine Frau vor: Francoise und Andre, so heißen sie.

Ich nenne ebenfalls meinen Namen, gratuliere beiden zu ihrem Festtag, wünsche ihnen eine gute Reise und einen schönen Tag.

Als ich mit meinem Partner das Frühstücksrestaurant betrete, fällt mir bei der Suche nach einem freien Platz ein besonders feierlich gedeckter Tisch auf, geschmückt mit einem leuchtenden dreiarmligen Kerzenleuchter und einer Vase mit fünf langstieligen roten Rosen. Nur kurze Zeit später betritt das Goldhochzeitspaar den Frühstückssaal, Francoise und Andre, beide sehr sorgfältig frisiert und dem Anlass gemäß geschmackvoll gekleidet. Francoise am Arm, führt Andre – ganz Kavaliere – seine Frau zum Tisch, rückt ihr den Stuhl zurecht, verneigt sich kurz und nimmt dann ihr gegenüber Platz. Eilig kommt der Ober herbei, füllt die bereitstehenden Gläser mit Champagner und entfernt sich diskret. Das Ehepaar hebt seine Gläser, schaut sich an, nickt sich zu, und man nimmt einen ersten Schluck.

Ein warmes Gefühl durchströmt mich, als ich sehe, wie er sich ein wenig vom Stuhl erhebt und die Hand seiner Frau küsst. Wie wunderbar, so miteinander umzugehen nach 50 Jahren Ehe!

Hety Büchte

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

Wir freuen uns über Ihre Beiträge und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn per Post (Anschrift siehe Impressum) oder Mail: fuellhornredaktion@gmail.com Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.

Ein Beute-Westfale in Soest dauerhaft vor Anker!

Im März 1990 beendete ich nach 34 Jahren meinen Dienst bei der Marine. Da ich noch fit war, stellte sich mir die Frage, was ich denn nun zu tun gedächte. Klar war, es musste etwas von maritimer Natur sein. Schließlich hatte ich viele Jahre an Bord von Schiffen und Booten zugebracht und wollte nun im Ruhestand einen passenden Anschluss finden.

Ich wohnte – verwitwet - in Flensburg. Eines Tages las ich in der Zeitung, dass in Bremerhaven für einen außer Dienst gestellten 52 Jahre alten Dampf-Eisbrecher namens *Wal* eine neue Besatzung gesucht würde. Mein Interesse war geweckt. So fuhr ich spontan nach Bremerhaven zur *Lloyd-Werft*, um mir das gute Stück mal anzusehen, war sofort begeistert und blieb gleich drei Wochen an Bord. Das war Anfang Juni 1990.

Das Innere dieses Schiffes musste so umgestaltet werden, dass man mit 18 an Dampfmaschinen interessierten Gästen Kreuzfahrten in der Nord- und Ostsee anbieten konnte. Das war etwas für mich!

Die erste Crew wurde zusammengestellt, musste tüchtig Hand anlegen, um dem Dampfveteranen ein gefälliges Äußeres zu vermitteln.



Schon ein Jahr später, im Juni 1991, machten wir mit 18 Mitreisenden die erste Ostseereise von 15 Tagen unter Dampf in die schwedischen Schären und nach Bornholm. Eine Reise mit all den Haken und Ösen, wie sie zu Beginn vorkommen können! Aber es war eine herrliche Kreuzfahrt!

Nachdem es mir 1992 gelungen war, vom Bundesminister für Verkehr eine „Zulassung als Schiffsführer für das Traditionsschiff *Wal*“ zu erwirken, fuhr ich auf dem Dampfer als Steuermann und überwiegend als Kapitän. Der Dienst an Bord war ehrenamtlich. Es gab keine Entschädigung für den getätigten Aufwand.

Während dieser Zeit lernte ich meine heutige Frau kennen, die in Soest wohnte. Nach einer Reise als Gast ließ sie sich in die Crew aufnehmen und sorgte etliche Jahre in der Kombüse für das Wohl der Besatzung und der Gäste.

Fast zwanzig Jahre war mein zweites Zuhause die *Wal*! Es waren schöne, unvergessliche Jahre! Einige Höhepunkte dieser Reisen auf der *Wal*:

- 1993 - Kaliningrad/Königsberg (RUS)
- 1995 - im Konvoi durch den 100 Jahre alten Kaiser-Wilhelm-Kanal
- 1997 - Turku (SF) und Pori (SF) das war die längste Reise!
- 2000 - Kaliningrad/Königsberg (RUS)
- 2001 - Riga (LV) und Visby (S) für die Hanseatische Gesellschaft Soest)

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



APOTHEKE
AM
BRÜDER-
TOR

KARSTEN
HUFNAGEL



*Ihre Gesundheit...
unserer Verpflichtung!*

Wir freuen uns über Ihre Beiträge
und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn
per Post (Anschrift siehe Impressum) oder Mail: fuellhornredaktion@gmail.com
Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.

Die Soester, die an der Riga-Reise teilgenommen haben, sind noch heute von Reiseverlauf, Schiff und Besatzung begeistert.

Als meine damalige Lebensgefährtin und spätere Ehefrau erfuhr, dass meine Mutter in Soest geboren ist, bot sie an, gemeinsam mit mir das Geburtshaus meiner Mutter zu suchen. Mithilfe eines Kirchenregisters konnten wir es in der Nöttenstraße ausfindig machen. Es steht unter Denkmalschutz.

So zog ich 1997 zu meiner Frau nach Soest, die schöne mittelalterliche Kleinstadt, in der ich seither gerne lebe!

In meinem Herzen aber bin ich immer auch ein seeverbundener Wilhelmshavener geblieben! Wilhelmshaven ist eine Stadt, die mich durch ihre wechselvolle Geschichte entscheidend geprägt hat. Durch sie bin und bleibe ich zugleich Ostfriesen und Preuße, auch wenn ich inzwischen zusätzlich „Beute-Westfale“ wurde.

Werner Schwarz



*Das Leben des Ochsen verläuft recht banal,
nachdem ihm der Bauer die Männlichkeit stahl.
Der Fortpflanzungstrieb bleibt von Jugend an lahm.
Verglichen mit Bullen sind Ochsen sehr zahm.
Nie sind sie beim Anblick von Kühen entzückt,
sind niemals durch Zeugung von Nachwuchs beglückt,
verrichten nur Arbeit im Ochsengespann
und enden als Grillfleisch am Spieß irgendwann.*

*Der Pfingstochse aber ist privilegiert,
wenn er eine Herde zur Weide hinführt.
Er wird mit viel Blumen und Bändern geschmückt,
damit er die Kühe beim Austrieb entzückt.
Die mögen ihn trotz seiner Impotenz sehr
und laufen ihm unentwegt brav hinterher.
Den Pfingstochsen freut es. Er schöpft neue Kraft.
Ein Mann hätte so was wohl niemals geschafft.*

Horst Müller

Nützliches aus Afrika



Er ist der neue Shootingstar. In Lonas Küche kommt er ganz groß raus, ist leicht zu handhaben, multinützlich, dazu noch sehr hübsch. Lona besitzt ihn erst seit kurzem. Sie nennt ihn Mulo. Das O am Ende, meint Lona, grenzt es deutlich vom Muli-Esel ab. Es ist nämlich ein Zebra, ein kleines, nicht wie üblich schwarz-weiß, sondern beige-braun gestreift. Dennoch stammt es, wie alle Zebras dieser Welt, aus Afrika.

Lona kann beides, konnte es eigentlich schon immer: arbeiten und dabei sehr plastisch und sehr bunt träumen. Diesmal stellt sie sich vor, dass ihr Zebra in Ghana zur Welt gekommen ist. Sie sieht einen halbwüchsigen braunen Jungen, Kofi heißt er. Kofi heißt zu Recht Kofi. Schließlich ist er an einem Freitag geboren und auf ghanaisch heißt Freitag Kofi. Er sitzt vor einem einfachen Zweiraumhaus. Seine Familie ist groß. Kofi hockt aber nicht tatenlos herum, er schnitzt. Kofi hat geschickte Hände und viel Phantasie. Er beschäftigt sich jedoch nicht nur zum Spaß mit Werkzeug und Holzresten, vertut nicht wertvolles Material für Spielzeug, das er sicher auch ganz gerne anfertigen würde. Nein! Kofi muss mit seinen vierzehn Jahren ernsthaft sein, muss arbeiten. Nützliches herstellen aus den Abfällen des nahegelegenen Sägewerks. Muss Geld verdienen.

Am besten geraten ihm Kochlöffel. Darin ist er ein Ass. Kochlöffel schnitzen macht ihm richtig Spaß. Nachdem seine Mama, seine Tanten und seine verheirateten Schwestern mit genügend Kochlöffeln



ausgestattet sind, schnitzt und formt er nun auch welche für andere. Aber nicht mehr umsonst, er verkauft sie. Das Geld, das er dafür bekommt, braucht seine Mama, damit sie öfter reichlich gesundes Essen kochen kann. Gelingen ihm besonders gute und schöne Löffel, und sie gelingen immer öfter, verwahrt er sie in einem Karton, und ist der voll, werden sie auf dem riesigen Markt in Accra, Ghanas Hauptstadt, verkauft. Es ist aber nicht leicht und schon gar nicht umsonst möglich, nach Accra zu kommen. Er kann nicht so mir nichts, dir nichts in ein Auto springen und lossausen. Seine Familie hat kein Auto. Immerhin fährt ein Bus, zwar ein klappriger, doch zu akzeptablem Preis, und Kofi fährt gerne mit dem alten Bus, genießt die Fahrten. Das Schlingern und Rumpeln machen ihm nichts aus. Er muss nur aufpassen, dass ihm der Karton mit dem wertvollen Holzlöffelsortiment

nicht vom Schoß rutscht. Während den fast zweistündigen Fahrten schaut er aus den Fenstern, entdeckt immer etwas, das ihn schemenhaft streift, kaum erinnerlich, und doch entzückt.

In unmittelbarer Nähe des großen Marktes hält der Bus. Kofi sucht sich einen passenden, möglichst schattigen Platz. Hier wimmelt alles erregend wirr und laut durcheinander: Menschen und Waren und Tiere und Farben. Er breitet die kleine kunterbunte Decke, die seine ältere Schwester Akua aus Resten aller Art gewebt hat, auf dem Boden aus und stellt seine Kochlöffelparade dekorativ zur Schau.

Leicht geben die Leute ihr sauer verdientes Geld nicht aus. Sie sehen sich erst lange und gründlich um, vergleichen vorm Kauf Angebot und Preis genau.

Trotzdem wird jedes Mal noch ausgiebig gefeilscht. Kofis Augen werden vom Schauen nicht müde. Noch nie sind die gespitzten Ohren vom genauen Zuhören geplatzt. Nichts entgeht ihm von dem, was ringsum abläuft. Zuhause bläht er sich vor den Geschwistern gern auf, prahlt kleine Abenteuer und Ereignisse dann groß.

Frauen jeglichen Alters bleiben bei ihm stehen, prüfen seine Erzeugnisse kritisch, ehe sie kaufen. Kochlöffel kann man nie genug haben, reden sie sich gerne ein, und der Reiz, auch so einen schönen Löffel zu besitzen, ist groß. Kofis konkurrenzlose Holzlöffel sind nämlich einzigartig. Jeder ein sorgfältig hergestelltes Unikat aus edlem Holz. Viel hat Kofi heute verkauft, fast alles. Die drei, die jetzt noch im Karton klappern, sind zwar brauchbare, aber nicht gerade die schönsten Exemplare. Er wird sie den jüngeren Geschwistern schenken. Sehr zufrieden mit sich, Verkauf und Umsatz, fährt er wieder zurück. Im kleinen Beutel aus Kamellederresten klumpert es diesmal überhaupt nicht. Immer wieder befühlt Kofi den Geldbeutel. Glücklicherweise knistern die Scheine Lob und Stolz.

Während der Heimfahrt hat Kofi auch Zeit zum Nachdenken, und er denkt an Rührlöffel mit und ohne Loch, an kleine Schöpflöffel und Kellen, an die er sich bald wagen will, denkt an andere Formen, schöne Muster und Verzierungen.

Gleich am nächsten Vormittag sitzt er wieder draußen bei seiner Arbeit. Die Schnitzerei geht ihm mittlerweile leicht von der Hand, so dass er nebenher auch an anderes denken kann. In seinen geträumten Wünschen gibt es einen seriösen Händler, der sich um den Verkauf seiner nützlichen Ware kümmert, machen seine Löffel weite Reisen. Weit über Ghana hinaus, bis nach Europa, träumt Kofi. Gerade hält er einen ungewöhnlichen Rohling in den Händen, auffällig durch die seltene Maserfarbe. Er begutachtet ihn lange, überlegt genau, wie er ihn bearbeiten wird. Die Größe erlaubt, diesmal eine breitere Mulde zu formen,

breiter und länger als üblich. Er gibt sich große Mühe, um ja nichts zu verhunzen. Er verhunzt nichts. Der Löffel ist ein Prachtstück, und Kofi stellt sich auch gleich vor, wie in Europa eine hübsche hellhäutige Frau in ihrer modernen Küche werkelt, natürlich mit dem von ihm soeben geschnitzten Löffel. Als besondere Eigenart schnitzt er zum ersten Mal oben am Griff ein kleines Zebra, malt ihm braune Streifen, reibt den Löffel mit dem ölgetränkten Lappen, den er für diese Zwecke immer griffbereit hat, gründlich ab und verwahrt das Glanzstück im Karton für den Markt in Accra, auf den er bald wieder fahren wird.

Kofi kann natürlich nicht wissen, dass sein Tagtraum inzwischen Wirklichkeit ist. Übrigens: Lona ist an einem Sonntag geboren. Wäre sie in Ghana zur Welt gekommen, hieße sie vermutlich Esi. Aber Lona ist in Soest zuhause, hieß schon immer Lona und liebt ihren Neuerwerb, diesen Kochlöffel mit der praktischen breiten Mulde und dem kleinen, niedlichen Zebra am Griff, von dem sie annimmt, dass Kofi ihn geschnitzt hat.

Hannelore Johanning



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

Wunderwelt Wald



Marten, sieben Jahre alt,
streift mit Opa durch den Wald.

Stauden, Farne, Baum und Strauch
und so manches Blümchen auch?

Wissbegierig ist das Kind,
wie die Kleinen nun mal sind.

Schließlich war er Ingenieur,
Flora lesen fällt ihm schwer.

Hundert Pflanzen sieht der Wicht,
Opa aber kennt sie nicht,

Marten aber liebt dies Spiel:
„Opa, frage ich zu viel?“

weiß die Namen nicht zu nennen.
Woher soll er sie auch kennen,

Weiter bummeln sie am Bach.
Durch das dunkle Blätterdach

dringt ein Strahl des Sonnenlichts.

„Frag nur, Kind, sonst lernst du nichts.“

Siegfried Steffen

Kinder wissen Bescheid...



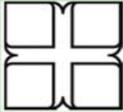
Kindermund tut Wahrheit kund, sagt der Volksmund – und wie recht er damit hat! Wir Großeltern erfahren das besonders intensiv, ist doch der Abstand von zwei Generationen für das gegenseitige Verständnis ein besonderer Segen. Wir müssen nicht dauernd erziehen, und unsere Enkelkinder brauchen nicht ständig ihre erwachenden Kräfte an uns zu erproben. Sie können uns die Welt erklären – gerade so, wie sie dort alles noch ganz unverstellt wahrnehmen. Von solchen Episoden aus dem Erleben mit unseren Enkeln erzählen wir hier regelmäßig im Füllhorn.

„Soll ich dir was ganz Tolles erzählen?“

Die vorurteilungslose Sicht kleiner Kinder ist es, die mich immer wieder daran erinnert, wie festgefahren wir Erwachsenen in vielen Dingen sind. Dass dabei auch überkommenes Rollenverhalten aus traditionell geprägter Denkweise herrlich unverstellt auf den Prüfstand geraten kann, habe ich unlängst im Nachbargarten verfolgen können: Die aufgeweckte, gerade Vier gewordene Mara war soeben von der Nachbarin aus dem Kindergarten mitgebracht worden und musste unbedingt eine Neuigkeit loswerden. „Mamma, Mamma!“, rief sie schon vom Gartentor aus. „Soll ich dir was ganz Tolles erzählen?“ In Windeseile war sie bei ihrer Mutter, die gerade dabei war, einen kleinen Blumenstrauß zu pflücken und kaum dazu kam, ihre Tochter zu begrüßen. Denn schon plapperte die Kleine los: „Du, Mama, stell dir mal vor, was Lena heute im Stuhlkreis erzählt hat! Sie ...“ Weiter kam sie erst mal nicht, denn ihre Mutter hatte sich zu ihr hinunter gebeugt und sie in den freien Arm genommen. „Willst Du mich nicht erst einmal begrüßen?“, lachte sie, um aber schnell fortzufahren: „Was war das denn Tolles?“ „Bei Lena ist alles ganz anders als bei uns, Mama! Ganz anders – weil bei Lena die Mama als Lehrerin in der Schule arbeitet, ist da der Papa die Mama!“ Wie das Gespräch sich weiter entwickelt hat, konnte ich nicht mehr verfolgen, weil die beiden ins Haus verschwanden. Aber ich bin sicher, dass in Maras anerkennendem „Mama“ für Lenas

Vater mehr Anerkennung lag, als wir vielfach für das tagtägliche Kochen, Putzen und Waschen übrig haben. Denn sie hatte ja „was ganz Tolles“ aus dem Kindergarten mitgebracht. Ob diese Hochachtung vielleicht daran liegt, dass Lenas Papa im Gegensatz zu einer Hausfrau ein Hausmann ist?

Rudolf Köster



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



Wir freuen uns über Ihre Beiträge
und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn
per Post (Anschrift siehe Impressum) oder Mail: fuellhornredaktion@gmail.com
Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.



„Bist du meine Tochter?“
Sofie bleibt abrupt stehen. Eine alte Frau mit runzeligem Gesicht streckt die Hände nach ihr aus. Ihre Augen senden Hoffnung und Zweifel zugleich. Sofie schüttelt kurz ihren Kopf und

geht nachdenklich weiter. In ihrem Zimmer schlägt sie die Bettdecke zur Seite und lässt ihr Kleid und mit ihm diesen verfluchten Tag zu Boden fallen. Ihr erster Tag in der Seniorenresidenz beschert ihr Kopfschmerzen und Unwohlsein. *Unter solchen Greisen werde ich hier bestimmt depressiv*, geht es ihr durch den Kopf.

Solche Gedanken lassen sie frösteln, auch das Bettlacken fühlt sich feucht und kühl an. Keiner hat die Heizung aufgedreht, bevor sie hier einzog. Sie steht auf und dreht die Heizung voll auf. Es dauert nicht lange, dann rauscht und knackt die Heizung. Sie tastet ihre Matratze ab, und ihr wird klar, warum sie sich so kühl anfühlt: Darunter liegt eine Inkontinenzauflage aus Gummi. *Ich hab' doch keine Probleme mit der Blase*, empört sie sich. *Ich hab' mir nur vor drei Monaten das Schultergelenk ausgerenkt*.

Diese Schulter hat ihr das jetzige Desaster beschert. Sie konnte nicht mehr allein für sich sorgen. Ihre Tochter Simone, die 60 km entfernt wohnt, kam zwei Mal die Woche zu ihr, kochte, spülte und hat die Wäsche gewaschen. Irgendwann sprach Simone von einem Altenheim. Sofie erstarrte. Sie ist gerade mal 77 und schon reif fürs Altenheim? Sie verbot ihrer Tochter, auch nur ansatzweise darüber zu sprechen und verwies sie der Wohnung. Aber allein konnte sie nicht viel machen. Auch nach wochenlanger Therapie ging es ihrer Schulter nicht besser. Schweren Herzens rief sie Simone an und gestand tapfer, dass sie die Kurzzeitpflege im Altenheim in Anspruch nehmen wolle.

Simone suchte mehrere Heime auf, und relativ schnell war ihre Mutter hier gelandet. Das bereut Sofie nun gleich am ersten Tag bitterlich. Sie fühlt sich abgeschoßen und unglücklich. Sie möchte weinen, aber die Tränen bleiben weg. Sie versucht sich zu beruhigen: *Ich gehe in drei Wochen wieder nach Hause. Es ist doch nicht für ewig. Simone hat doch selbst gesagt: Mama, probiere es wenigstens*.

Etwas erleichtert krabbelt Sofie aus dem Bett, sucht im Schrank nach einer Wolljacke und Wollsocken.

Sie wundert sich, als die Pflegerin sie weckt. Sie glaubt, sie habe nicht geschlafen. Aber die Pflegerin schiebt die Gardinen zur Seite und grüßt fröhlich: „Guten Morgen, Frau Vogel!“

Im Frühstückraum ist es laut. Sofie schreitet mit erhobenem Kopf und aufrechten Schultern zu dem ihr zugewiesenen Platz. Es ist ein Sechsertisch. Sie entscheidet, alles hier nur als ein Theaterstück zu betrachten, in dem sie die Hauptrolle spielt und sogar Regie führt. Ihr Guten-Morgen-Gruß an die Tischnachbarn kommt ihr verhalten über die Lippen. Sie greift nach dem Brötchenkorb, sucht eins mit Körnern und vertieft sich in ihr Frühstück.

Eine Hand berührt leicht die ihre. Sie schaut diese Hand an und dann den, dem diese Hand gehört. „Ich bin Maximilian, aber du darfst Max zu mir sagen.“

Ein adretter feiner Herr Mitte Siebzig lächelt so unbeschwert und einladend, dass Sofie ihm nur ein Lächeln zurückgeben kann. „Sofie“, sagt sie kurz. „Bist du traurig, Sofie?“, fragt Max. *Sieht er mir das an?* Sofie ist unsicher, ob sie ihre Gedanken einem fremden Menschen, ausgerechnet einem Mann, anvertrauen soll. „Ja, ein bisschen.“ Max lächelt und betrachtet sie aus seinen blauen Augen. Sofie könnte in diese Augen versinken, so viel Wärme und Mitgefühl strahlen sie aus. „Wie lange bist du schon hier, Max?“



Ihr wird ganz warm, als sie seinen Namen ausspricht. „Ein halbes Jahr.“ „Und? Nicht bereit?“ Max lacht wieder: „Nein. Warum soll ich allein zuhause sitzen, wenn ich doch so viele Menschen um mich herum haben kann?“

Sofie dreht sich um und schaut in den Raum hinein. Erst jetzt sieht sie auch fröhliche Menschen, die gut gelaunt in Gespräche vertieft sind. Gut frisierte Damen in schicken Blusen und Röcken und Herren in Anzügen, manche sogar mit Krawatten. Max trägt ein Seidentuch. Gestern Abend hat sie keinen fröhlichen Menschen wahrgenommen. Sie schaut ihren Pulli und die Hose an. Die sind zwar hübsch, aber ... und ihre Haare hat sie nur dürftig gekämmt. Sie hätte wenigstens ein kleines Make-up auftragen können.

Plötzlich sieht Sofie die Alte von gestern, die, die sie mit ihrer Tochter verwechselt hatte. Sofie muss schmunzeln. Ein buntes Polyesterkleid steckt hinten in ihrer Unterhose, aus der eine Inkontinenzeinlage herabhängt.

Wie *peinlich*, denkt Sofie. Aber gleich ist eine Pflegeschwester da. Sie führt die Alte zügig aus dem Raum hinaus.

„Was ist, Sofie? Kommst du auch?“ Max tätschelt schon wieder ihre Hand. *Er hat keine Hemmungen vor Körpernähe*, denkt Sofie. Aber es ist ihr nicht unangenehm. Max ist sehr sympathisch. Es ist schon lange her, dass eine Männerhand sie berührte. Genauer gesagt, zehn Jahre, seit dem Tod ihres Mannes.

„Was hast du gesagt, Max?“ Jetzt flutscht ihr sein Name schon locker über die Lippen, worüber sie sich selbst wundert. „Heute ist Tanzen angesagt.“ „Wo?“, wundert sich Sofie. „Hier, im Gemeinschaftsraum in der ersten Etage. Du kannst doch tanzen?“

Das hat sie hier nicht erwartet. Was hat sie überhaupt hier erwartet? Tanzen bestimmt nicht. *Wann habe ich das letzte Mal getanzt*, versucht sie sich zu erinnern. *Ja, auch vor zehn Jahren*. Sie hat mit ihrem Mann über dreißig Jahre in einem

<p>THOMA <i>Residenz</i> ...rundum wohl fühlen Lütgen Grandweg 4-6, 59494 Soest Tel. 02921 / 376 - 0</p>	
	<p>Häuslicher Pflegedienst Wohnen mit Service Betreutes Wohnen Tagespflege Noah Kurzzeitpflege Pflegeheim</p>

Tanzclub getanzt. Sie haben sogar an Turnieren teilgenommen.

„Und ob ich das kann!“, sagt Sofie selbstbewusst. „Dann warte ich auf dich. Nicht vergessen: 15 Uhr geht es los!“ Sofie ist plötzlich so aufgeregt, sie stellt sich vor, in seinen Armen zu liegen und mit ihm übers Parket zu schweben, so wie früher mit ihrem Mann.

Im Zimmer sucht sie nach Garderobe und Schuhwerk. Ihre Tanzschuhe sind noch in ihrer Wohnung. Gut, dass sie die nicht in den Altkleidercontainer eingeworfen hat. *Ich muss sie unbedingt abholen. Vielleicht kann Max mich begleiten. Wenn es doch hier öfter Tanzveranstaltungen gibt!* Sie schmunzelt bei dem Gedanken „Max in ihrer Wohnung“. Es fühlt sich gut an. Und leicht amüsiert über sich selbst bemerkt sie, dass ihr der Wunsch, das Heim schnellstmöglich wieder zu verlassen, mit einem Mal gar nicht mehr so wichtig erscheint.

Simone besucht ihre Mutter gleich am nächsten Tag nach ihrem Feierabend. Sie hat schlecht geschlafen wegen ihrer Gewissensbisse und möchte Sofie anbieten, zu ihr zu ziehen. *Es wird schon irgendwie gehen*, tröstet sie sich selbst. *Zur Not können wir auch einen Pflegedienst beauftragen.*

Ihre Mutter ist nicht in ihrem Zimmer, auch nicht im Gemeinschaftsraum.

Hoffentlich ist ihr nichts zugestoßen. Simone fragt die Pflegerin, wo ihre Mutter ist.

„Sie ist bestimmt mit Max unterwegs.“ „Welcher Max?“ Simone ist richtig besorgt.

„Machen Sie sich keine Sorgen, Ihrer Mutter geht es bei uns gut. Kommen Sie.“ Sie führt Simone auf die Terrasse, wo Kaffee und Kuchen serviert wird. Senioren sitzen an zusammengerückten Tischen und unterhalten sich. Manche spielen Karten, andere

Mensch ärgere dich nicht. Simone sieht viele fröhliche Gesichter. Aber ihre Mutter ist nicht zu sehen. „Da, im Park! Sehen Sie?“, zeigt die Pflegerin auf eine Bank, wo ihre Mutter sitzt. Ein älterer Herr neben ihr hält ihre Hand und flüstert ihr etwas ins Ohr. Die Mutter lacht so ausgelassen, so fröhlich, dass Simone Freudenstränen kommen. Da will sie besser nicht stören. Sie atmet tief und

befreit durch und geht zu ihrem Auto.

Am nächsten Morgen macht sich Sofie fein, zieht ihre schönste Bluse an und legt ein leichtes Make-up auf. Als sie zu ihrem Tisch kommt, sitzt Max schon da. Sie setzt sich neben ihn und ruft fröhlich in die Runde: „Guten Morgen!“ Max schaut sie mit seinen strahlend blauen Augen an, seine Hand berührt leicht ihre. „Ich bin Maximilian, aber du darfst Max zu mir sagen. Und wie heißt du?“

Ludmilla Dümichen



LIEBE LIEBT EIGENART



Eigentlich gibt es gar nichts zu maulen. Der sympathische junge Mann versieht seinen Dienst, obwohl anspruchsvoll und höchst unregelmäßig, dennoch sehr engagiert und zur allseitigen Zufriedenheit.

Auffällig ist dagegen, Mädchen scheinen ihm nicht besonders aufzufallen, obwohl er die Zwanzig schon um ein paar Jahre überschritten hat. Aber vielleicht bleibt ihm zum Hingucken ja wirklich einfach keine Zeit. Seine Mama ist jedenfalls mitunter sehr merkwürdig besorgt.

Beim Gardasee-Urlaub ist er mit seinen Eltern jedenfalls putzmunter dabei. Ein Teil der Sippe hat auf gleichem Areal mehrere Ferienunterkünfte gemietet. Die Idee: gemeinsame Unternehmungen und dabei endlich näheres Kennen lernen der durch Heirat neu hinzugekommenen Verwandtschaft. Bislang war's ziemlich schwierig bis unmöglich. Erst lange DDR-Zeiten und in der Jetztrepublik wohnen alle weit verstreut.

Mit ihm und seinen Eltern logiert auch die Autorin unterm gleichen Ferienhausdach, ist neugierig dabei, wenn es gilt, die nähere Umgebung von Bella Italia zu erkunden. Neben anderem wird auch Verona inspiziert und selbstverständlich La Casa di Giulietta,

Julias einstigem Zuhause, staunend ein Besuch abgestattet. Lebensgroß steht sie da, in Bronze natürlich, schaut ein wenig melancholisch. Magisch zieht aber als Allererstes ihr berühmter Balkon sämtliche Besucherblicke an. Der kleine Hof, der im TV so großartig scheint, ist ziemlich knapp und rappellvoll mit Touristen. Hauptsächlich junge Leute und Pärchen. Pausenlos wird fotografiert. Auf dem Balkon, unter dem Balkon, mal er, mal sie, mal beide zusammen. Gerne sind Fremde gefällig, knipsen das überzeugende Erinnerungsfoto. Eine Steinwand ist bedingungslos dienlich, duldet die unzählig angebrachten kleinen Liebesbotschaften in Sprachen aus fast aller Herren Länder. Handschriftliche Zeugnisse von Versprechen und Schwüren für immer und ewig. Und meinen es angesichts schmeichelhafter Sommerlaune und romantischen Milieus zärtlich und vor allem absolut ehrlich.

Julia hat ein entzückendes enganliegendes Sommerkleidchen an. Im Sonnenschein strahlt ihr bezaubernder Busen in Hochglanz. Hauptsächlich links.

Nicht zu schätzen die Zahl derer, die ihn ständig handgreiflich poliert. Bedeutet das Berühren doch entweder Fortbestehen der gefundenen Liebe oder baldiges Finden einer solchen, natürlich der ganz großen und nichts Geringeres als das beständige Einzigglück.



A. Curell/Flickr.com

Mama stupst ihren Filius an: „Fass Julia auch mal an den Busen“, ermuntert sie ihn. „Aber doch nicht an den bronzenen. Wenn schon, dann in echt“, entrüstet er sich überzeugend banal normal. Sie atmet beruhigt aus.

Wieder zurück im Alltag, muss der junge Mann als Assistenzarzt in langen, unterschiedlichen Dienstzeiten schwer schuften, nicht selten auch an Wochenenden. Der heiß ersehnte Endlich-Urlaub ist wohlverdient und wird ihm bedingungslos gegönnt. In Portugal will er Abstand gewinnen und entspannen, zwischendurch wieder anderes sehen als nur Kranke und

Krankenhaus. Das glückt. Schließlich ist Mai, und Mai und Urlaub, das passt immer. Auch in Portugal. Just dort lernt er eine junge, ebenfalls erholungssuchende Deutsche, eine Apothekerin, kennen. Schon im allerwestlichsten Teil unseres Kontinents lodert das Liebesfeuer hoch und heiß und wärmt und leuchtet unvermindert auch in der Heimat.

Inzwischen ist er von Berlin nach Süddeutschland gezogen. Zu ihr, die selbstverständlich, alles andere wäre auch völlig unlogisch, Julia heißt. Ihr Julchen ist auch schon da, heißt aber Laura.

Hannelore Johänning



Soest solidarisch!



Wenn Sie aufgrund Ihres Alters oder eines anderen gesundheitlichen Umstands zur Zeit nicht selbst Ihre Einkäufe und Besorgungen erledigen können, dann melden Sie sich bei uns!

Die Stadt Soest hat diese Aktion ins Leben gerufen, und viele Soesterinnen und Soester Bürger bieten Ihnen Hilfe an!

***Bitte melden Sie sich bei Bedarf
Montags – freitags
09:00 – 12:00 Uhr
Bei Petra Arlitt
Seniorenbeauftragte der Stadt Soest
☎ 0 29 21 – 103 2212
Mail: p.arlitt@soest.de***

So war das damals...

Nachkriegszeiten

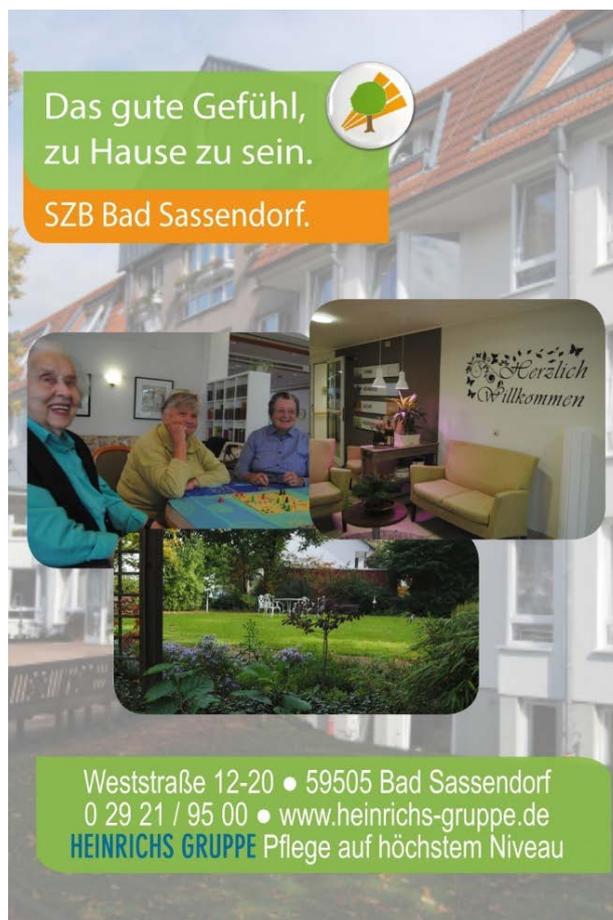
Ich wurde direkt an einer Kaserne groß, die, wie sagte man damals, von belgischen Soldaten „besetzt“ war. Der Kasernenzaun war unten aus behauenen Grünsandstein gemauert, im Abstand von ca. 2,5 m staken ca. 2m lange Rohre darin. Dazwischen gab es massives Welldrahtgeflecht, mit Winkeleisen rundherum verschweißt. Gekrönt wurde das Bauwerk durch Stacheldrahtrollen. Eben ein Bauwerk vormaliger Zeiten – echte deutsche Wertarbeit.

Ich glaube, ein gewisser Walter Ulbricht hat diese „Krönungsrollen“ später besichtigt und zur Freiheitsentwicklung der „Ostzone“ nachgebaut. Der Zaun war Treffpunkt, Torwand, Spielfeldbegrenzung und Turngerät in einem. Die älteren Kinder hatten den Stacheldraht teilweise entfernt, um über den Zaun zu kommen, wenn der Ball in das Kasernengelände geflogen war, was oft vorkam. Wir hatten nicht das Talent wie Fritz oder Ottmar Walter, eher die Schussgewalt von Helmut Rahn, hoch und weit. Die Großen hatten eine besondere Technik, den Zaun zu überwinden. Vier bis fünf Meter Anlauf, ein Bein auf die Mauer, nach oben abstoßend und zur gleichen Zeit mit beiden Händen den Oberkörper auf den Zaun ziehend. Dann eine gekonnte Flanke hinüber, und abfedernde Landung auf die andere Seite. Es durfte natürlich kein Wachposten in der Nähe sein. Ein ganz besonderes Erlebnis ist haften geblieben: Der Ball wurde von mir über den Zaun geschossen. Die Regel besagte: *Der Verursacher muss ihn holen*. Ich, etwa sechs Jahre alt, hatte nicht die Länge und auch nicht die Kraft für die von mir bewunderten Flanken der Großen. Mühsam musste ich auf den Zaun klettern und an der anderen Seite wieder runter. Schnell den Ball holen und zurück.

Ersteres hatte funktioniert, der Ball war wieder auf der richtigen Seite. Fast wieder oben, kam der Warnschrei meiner

Spielkameraden. Wie gelähmt hing ich an dem Zaun, als eine Hand mich von hinten festhielt. Meine Fluchtversuche waren vergebens. Eine riesige Männerklaue hielt die hinten gekreuzten Hosenträger meiner kurzen Lederhose fest im Griff und zog mich wieder zurück.

Von einer Sekunde zur anderen versagten alle Schließmuskeln. Oben Tränen und Rotznase, die trotz aller Hochziehversuche in den Mund lief und dann mit der Zunge von den Lippen gewischt wurde. Unten vorne der undichte Piephahn, und hinten zeigte der zuvor getrunkene Rhabarbersaft seine verstopfungshemmende Wirkung. Die ehemals rosige Flüssigkeit lief als sehr geschmeidige braune Brühe aus der kurzen Lederhose wohlig warm an den Beinen herunter.



Das gute Gefühl,
zu Hause zu sein.

SZB Bad Sassendorf.

Weststraße 12-20 • 59505 Bad Sassendorf
0 29 21 / 95 00 • www.heinrichs-gruppe.de
HEINRICHS GRUPPE Pflege auf höchstem Niveau

Ein Kniestumpf hatte halbwegs ordentlich gehalten, der andere hing an den Knöcheln, und der Soldat hatte von meinen Ausflüssen ordentlich etwas abbekommen. In dieser Dekoration führte mich der Soldat ab, die Hosenträger und dadurch auch mich fest im Griff.

Entlang der Rückseiten nicht enden wollender Panzergaragen ging es diagonal über einen riesigen, mit roter Asche gewalzten Platz zur Wache. Überall Soldaten, die das komische Pärchen an- oder auslachten. Der Weg war endlos. Meine Gedanken beschäftigten sich nur mit den Strafen, die ich zu erwarten hatte. Sie gingen über Kleiderbügel, Kochlöffel, Teppichklopfer, die die Belgier bestimmt auch hatten, bis hin zu Gefängnis. Oder gar Gefangenschaft? Gefangenschaft sollte ja viel schlimmer sein als Gefängnis. Von den Erwachsenen hörten wir ja immer, wie schlimm Gefangenschaft war: Nur Wassersuppe, kaum Brot, in eiskalten Güterwagen tagelang fahren und in der Nacht bei Regen auf einer Wiese schlafen.

Über das Klo brauchte ich mir ja im Moment keine Sorgen machen. Meine Vorstellungskraft war ohnedies voller

Widersprüche. Wieso kalt? Es war ja alles warm in meiner kurzen Hose und an den Beinen.

Vor einem großen Gebäude blieben wir stehen. Mein Bewacher schickte einen anderen Soldaten in das Haus. Nach einer Weile erschien ein dritter. Irgendwie sah der anders aus. Mein Bewacher veränderte plötzlich seine Furcht einflößende Haltung und ließ mich los.

Ich stand nun zwischen zwei „Besatzern“. Der mit der sauberen Uniform vor mir, mein Fänger und Bewacher hinter mir. Was sie sagten, konnte ich nicht verstehen, ich konnte doch auf Belgisch nur „Good Verdamme“.

Der Neue, der im guten Zeug, sah irgendwie anderes aus. Er hatte ein nettes Gesicht, fast wie mein Vater, den ich mir in der Lage so herbeisehnte. Als er auf mich zukam, suchte ich den Wäscheklopfer, mindestens den Kleiderbügel, aber er hatte keinen von beiden. Stattdessen legte er seine Hand auf meinen Kopf, strich mir über das Haar und sagte auf Deutsch: „Mach das nicht noch einmal!“, und drohte mit dem Zeigefinger.

Ich meine, er hätte sogar ein verschmitztes Lächeln in seinem Gesicht gehabt, oder war es eine leicht krause Nase wegen ... Ich roch ja selbst ein leichtes Müffeln um mich herum. Ich weiß es nicht mehr genau.

Egal, der nette Mann schickte mich nach Hause. Er konnte besser Deutsch als ich Belgisch, der hätte bestimmt auch „Gott verdammt“ sagen können.

Als ich losrannte, ohne mich umzudrehen, hörte ich nur noch laute, fast schreiende Worte meines Befreiers, die aber nicht mir galten. Ich war froh, die rot-weiße Schranke hinter mir zu wissen. Heute bin ich sicher, dass mein Fänger und Peiniger von dem Lieben eine richtige „Zigarre“ bekommen hat.

Den Weg nach Hause ging es etwas breitbeinig, ein Teil des ehemaligen Rhabarbersaftes begann zu trocknen und bröselte auf den Gehweg, wie die

SENIORENHEIM
Paulistraße



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

**Pfegenote
sehr gut**

Individuelle Pflege und Betreuung
in ruhiger Zentrumslage 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

Wir freuen uns über Ihre Beiträge
und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn
per Post (Anschrift siehe Impressum) oder Mail: fuellhornredaktion@gmail.com
Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.

angetrocknete Erde aus dem Garten an meinen Händen. Diesmal nicht von meinen Händen, sondern von meinen Beinen. Mir war plötzlich kalt, kalt wie im Garten.

Um die halbe Kaserne musste ich, zurück zum Kleiderbügel, Kochlöffel oder Wäscheklopper. Mindestens zu einer dieser plötzlichen Backpfeifen, bei denen ich oft nicht wusste, weshalb ich sie bekam. Nur diesmal wusste ich jetzt schon warum. Als großer Junge von sechs Jahren durfte man sich doch nicht in die Hose machen! Die Backpfeife war garantiert. Allein der vollen Hose wegen.

Aber ein Wunder, meine Mutter erwartete mich schon ohne Kochlöffel. Sie war von meinen Spielkameraden, den Petzern, gewarnt worden und konnte sich das Lachen nicht verkneifen. Ich muss einen erbärmlichen Eindruck gemacht haben.

Sie zog mich aus, wusch mich, und mit einer sauberen Hose durfte ich wieder spielen gehen. Nicht ohne die Warnung:

„Aber kletter' nicht wieder über den Zaun!“

Von dem Tag an war ich Torwart, stand vor dem Zaun und konnte so den Ball nicht über ihn schießen. Torwart, bis ich groß genug war, für die von mir so bewunderte Flanke. Aus heutiger Sicht hat es nicht sehr lange gedauert, bis die Kraft und die Länge für diese fast olympiareife Übung da war.

Noch eins ist in Erinnerung geblieben: Unter den sogenannten „Besatzern“ gab es auch nette Menschen und nicht nur die „ollen Ausländer“, wie sie zu der Zeit häufig von den Erwachsenen bezeichnet wurden. Die Lederhose habe ich nur noch einige Male getragen. Der Geruch des schon einmal verdauten Rhabarbersafts ging trotz langem und wiederholtem Lüften nicht mehr raus.

Wilfried Wulff

*(in Soest am Windmühlenweg aufgewachsen;
heute in Kiel lebend)*



Seniorenzentrum St. Antonius

Seniorenzentrum St. Antonius
Thomästraße 8a
59494 Soest
Tel. 02921.590300

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



www.st-antonius-soest.de

Mehr als ein Erinnern: 75 Jahre nach dem Ende des 2. Weltkrieges

Nachrichtensendung 3. Mai 2020: Immer wieder Corona, aktuelle Zahlen, Pandemie-Chaos in Amerika und in Russland, weltweite Rezession, Schulsituation und kein Ende, Diskussion über Freiheitseinschränkungen, Flüchtlingseiland in Griechenland, Heuschreckenplage in Ostafrika – und dann zum Schluss Rückblick auf ein Ereignis heute vor 75 Jahren – britische Truppen erreichen das Konzentrationslager Neuengamme bei Hamburg.

Damals war der *totale Krieg*, den Goebbels im Sportpalast propagiert hatte, nach Deutschland zurückgekommen in ein darnieder liegendes, indoktriniertes, jetzt aber verzweifelndes Land. Das *Tausendjährige Reich* bestand nur 12 Jahre und wurde nach fünf Jahren Krieg in seiner letzten Phase in den ersten vier Monaten von 1945 bis zur Kapitulation am 8. Mai von den Truppen der Roten Armee von Osten her und von den von Westen vorrückenden Truppen der Alliierten gegen den letztlich sinnlosen Widerstand der Deutschen Schritt um Schritt erobert. Berlin wurde nach Einkesselung durch russische Truppen bis Anfang Mai eingenommen. Die Bewohner der deutschen Ostgebiete flohen, soweit sie konnten, nach Westen, um den Russen zu entkommen. Man fürchtete die Rache des Landes, das wohl die meisten Opfer in diesem Krieg zu beklagen hatte, bis zu 27 Millionen Menschen! Flüchtlingstracks in Richtung Westen, Schicksale, Tragödien unter den Zivilisten, die Versenkung zweier völlig überladener Flüchtlingsschiffe in der eiskalten Ostsee, die englische Bombardierung von Dresden, angefüllt mit Flüchtlingen. Der Frühling hingegen zeigte sich nach einem bitter kalten Winter von seiner schönsten Seite. Bei ihrem Vordringen befreiten die alliierten Truppen und die Sowjets dabei Schritt um Schritt auch die deutschen Konzentrationslager, am 27. Januar 1945 bereits Auschwitz-Birkenau, dann im April u.a. Buchenwald, Bergen-Belsen, Dachau und

zuletzt am 3. Mai 1945 Neuengamme in Hamburg und gewährten der Welt Einblicke in die Schreckenskammern der Nazis, die um die Welt gingen.

Das 75-jährige Gedenken an zurückliegende Ereignisse hat in unserer Erinnerungskultur einen hohen Stellenwert, noch gibt es Zeitzeugen und Überlebende, und viele Ältere, die oft noch eine biographische und emotionale Beziehung zu den damaligen Ereignissen haben. Der Befreiung Deutschlands und der vielen Opfer der nationalsozialistischen Schreckensherrschaft wollte man deshalb in diesem Jahr an den Orten der Befreiung angemessen und würdevoll, aber auch nachhaltig und publikumswirksam unter Beteiligung von Zeitzeugen und Überlebenden gedenken. Es sollte noch einmal als weltweite Botschaft verstanden werden: Nie mehr darf so etwas geschehen! In 25 Jahren beim 100. Gedenktag wird es den



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

engen Bezug zu dem Geschehenen nicht mehr geben, Erinnerungen werden verblassen. Aber alles kam anders! Wegen Corona gab es all diese Veranstaltungen nicht, stattdessen nur ein paar Bilder eines ganz stillen Gedankens, drei, vier Offizielle bei den Kranzniederlegungen. Das Leid wurde nicht durch große Worte des Gedenkens verdrängt oder weggeredet, in den Medien gab es zahlreiche Berichte und Dokumentationen, man sah wieder die Schwarz-Weiß-Bilder der alten Wochenschauen aus jener Zeit, ebenso berührende und schockierende Filme wie *Nackt unter Wölfen*, oder *Der Hauptmann*, an Deutlichkeit nicht zu überbieten, alles jedoch im Schatten der Corona-Berichterstattung. Die über Achtzigjährigen und Älteren unter uns werden vielfach auch noch ganz andere, eigene Erinnerungen haben an jene ferne Zeit, etwa an Kindheit und eine versunkene Welt, die sie verlassen mussten. Etliche Soester, die Schlesier z. B. und auch ihre Nachkommen, wären gar keine Soester geworden, wenn nicht die Wirren der Flucht sie hierher verschlagen hätten. Flucht und Vertreibung blieben Thema bis weit in die Nachkriegszeit, aber auch das Schlimme, das die Nazis ihren Opfern bis zuletzt antaten, darf nicht verschwiegen werden, Zeitzeugen werden immer weniger. Das Leid der KZ-Häftlinge, die zum Schluss noch auf sogenannten Todesmärschen umkommen sollten, Massenexekutionen von Fremdarbeitern - auch hier in der Nähe bei Suttrop, 208 Personen, darunter zwei Kinder, im April 1945 - die düstere Stimmung eines Landes der Verstörten, Heimatlosen und Hungernden, alle getrieben von der Hoffnung, irgendwie zu überleben.

Die britischen Truppen fanden am 3. Mai 1945 das KZ Neuengamme geräumt. Die SS hatte die Insassen nach Lübeck transportiert und von dort auf das nicht wirklich fahrtüchtige ehemalige Passagierschiff *Cap Arcona* und mehrere

Begleitschiffe verfrachtet. Die Schiffe waren nicht weiß geflaggt, den perfiden Schlusspunkt ließen die Nazis von der englischen Luftwaffe erledigen. Hatten die Briten nicht erkannt, was sie da noch am gleichen Tag bombardierten? Die meisten Häftlinge an Bord, Tausende, starben im Feuer, ertranken oder wurden im Wasser um ihr Leben ringend von deutschen Verfolgern von Booten aus erschossen! Ende aller Hoffnungen und Träume der Geschundenen nur wenige Stunden vor dem Ende des Nazi-Staates! Die Lübecker Bucht war blockiert von Schiffswracks, wurde zum Leichenbeck. Britische Panzer rollten durch ein unwirkliches, zertrümmertes Land, ebenso durch Trümmerlandschaften der Seelen und der gebrochenen Herzen.

Welchem Chaos waren die Überlebenden entkommen! Eine böse Ideologie war in Deutschland zur Ausreife gelangt und hatte dieses mit sich in einen Abgrund gerissen, einen Kontinent verheert. Die Sieger waren unsere Befreier, Deutschland musste wieder bei null anfangen, hat aber nach 1945 diesen Kulturbruch überwunden. Das Eingeständnis unserer Schuld machte erst die Versöhnung möglich. Zur Friedenssicherung wurde 1945 auf angelsächsischen Vorschlag die UNO gegründet, die sich den von ihr propagierten Menschenrechten verpflichtet sieht. Dennoch wird es nicht gelingen, ein Weltfriedensreich zu schaffen, Böses scheint unausrottbar, böse Ideen lauern wie Viren und ihre Mutanten auf ihre Stunde. Faschismus ist ein brutaler Killer, hier hilft nur entschiedenes Intervenieren! Andere globale Bedrohungen wie z.B. die aktuelle Corona-Pandemie oder der Klimawandel zeigen die Notwendigkeit eines weltweiten solidarischen Handelns, wollen wir unseren Planeten als einen Platz erhalten, an dem wir leben können! Eine Zeitenwende bahnt sich an. Wie groß muss ein Übel werden, damit wir das begreifen?

Johannes Utsch

Tempora mutantur, nos et mutamur in illis

(Die Zeiten ändern sich, und wir uns in ihnen)

Ich kann ihn immer noch entsprechend betonen, diesen Sinnspruch aus der Obertertia, den unser Lateinpauker uns nicht nur als zu befolgende Lebensweisheit, sondern vor allem als Paradebeispiel für den Hexameter ans Herz legte.

Als uns folgendes Gedicht voller Wehmut über verlorenes Miteinander in Zeiten digitaler Kommunikation in die Füllhornredaktion flatterte, war sie plötzlich da, die lateinische Verszeile – wenngleich hier offenbar ins Gegenteil verkehrt. Hier möchte wohl jemand in den Zeiten ohne Smartphone und Co verharren, dachte ich – bis ich die letzten beiden Zeilen las. Da war sie wieder in Ordnung, die Welt der Sinnsprüche und Lebensweisheiten.

Rudolf Köster

Einst

Einst haben wir...
gemeinsam
Lieder gesungen gelacht
Geschichten erzählt
Erlebnisse ausgetauscht.

Einst...
standen Bänke vor den Häusern
die Türen standen offen
am Tisch war immer noch Platz
jeder der eintrat war willkommen

Der Winter schreckte nicht
die Sommerarbeit ruhte
da war es gemütlich am Herd
jeder hatte was zu erzählen
von Geistern vom Krieg und Sommerglück

Ja einst...
heute verstummen sie
da wird getippt den Blick aufs Handy
wer schaut sich noch in die Augen
den Spiegel unserer Seelen

Darin könnten wir vieles lesen...
all das Verlorene ist wie ein bisschen sterben
weil es das nicht mehr gibt
aber alles kommt wieder
nur anders...

Hildegard Hönemann

Corona und die Offline-Senioren



Hetys
Computerecke

Während ich diesen Beitrag erstelle (Mitte April 2020), sind wir alle – egal ob alt oder jung – noch strengen Corona-Regeln unterworfen. Ich hoffe sehr, dass sich diese Situation bis zum Erscheinen dieses FÜLLHORN-Heftes gelockert

hat, und wir alle, hoffentlich ohne größere Gefahren, wieder in nahem Umgang miteinander leben und den Sommer genießen können.

In dieser von ernsten gesundheitlichen Gefahren geprägten Zeit sind es gerade die Älteren unter uns, die doppelt gestraft sind. *„Zum einen tragen sie das höchste Risiko, schwer zu erkranken – und werden deshalb streng isoliert. Dabei gibt es im Internet praktische Tipps für den Alltag in schweren Zeiten!“, so drückte es das Kölner Dom-Radio in einem Kommentar aus.*

Wenn Sie im Internet die Suchbegriffe „Corona worauf Senioren achten sollten“ oder „Senioren wie schützen vor Coronavirus“ u.a.m. eingeben, finden Sie zahlreiche Verhaltenstipps zum Schutz der Zielgruppe „Senioren“. Doch deren Empfehlungen kennen Sie sicher schon aus Zeitung und Radio.

Aber – wie kommen Sie in dieser immer noch schwierigen Zeit mit der für alle Bevölkerungsschichten außergewöhnlichen Situation zurecht? Gerade in Krisenzeiten ist es wichtig, sich schnell und richtig informieren zu können, egal, zu welcher Uhrzeit! Das bietet nur das Internet! Hier finden Sie rund um die Uhr Seiten mit verlässlichen, vertrauenswürdigen Nachrichten, wie z. B. den Webauftritt der Tageschau oder die Seiten der großen überregionalen Zeitungen, wie DIE WELT, ZEIT oder SPIEGEL u.a.m.

Kennen Sie alle Hilfs- und Pflegeangebote in Ihrer Region? Auf den Webseiten vieler Kommunen finden sich wertvolle Hinweise und Tipps für Senioren: Hilfen beim

Einkaufen oder Beratungsangebote, um nur einige Möglichkeiten zu nennen.

Als uns im März der Corona-Virus erwischte, wurden fast täglich die Seiten des RKI (Robert-Koch-Institut) aufgerufen. Vielleicht hat das inzwischen etwas nachgelassen, (das hoffe ich jetzt – Mitte April - zumindest!), doch auf dieser Webseite können Sie sich informieren über momentane Entwicklungen, neue Empfehlungen und aktuelle Zahlen. Wichtige Nachrichten und Berichte der Bundesregierung finden Sie ebenfalls auf deren Seiten im Internet.

Darüber hinaus existiert im Internet das Portal www.nebenan.de. In ganz Deutschland verfügbar, werden hier Webseiten angeboten, auf denen man seine direkte Nachbarschaft kennenlernen, sich eintragen und um eine individuelle Hilfe bitten kann, die im Portal von Nachbarn noch nicht angeboten wird, z. B. Begleitung zum Arzt, Hilfe beim Einkauf, Haustierbetreuung u.a.m. Hier finden gerade Senioren in Wohnortnähe entsprechend Hilfen, nicht nur in Corona-Zeiten.

Das Coronavirus zwang uns (hoffentlich ist das vorüber, wenn das neue Füllhorn erscheint!), soziale Kontakte einzustampfen und uns mehr als sechs Wochen auf die eigene Wohnung zu beschränken. Die Frage stellte sich: Wie gehen wir mit der möglicherweise drohenden Vereinsamung um? Mit ein wenig Wissen um die digitalen Möglichkeiten hätte man mit seinen Kindern, Enkelkindern, Freunden und Bekannten per Videotelefonie kommunizieren können und hätte sich nicht nur mit dem Telefon begnügen müssen. Außerdem verursacht die Nutzung der Videotelefonie nicht einmal Kosten, vorausgesetzt, man hat eine Internetverbindung für PC, Tablet oder Smartphone.

Seit die Pandemie auch Deutschland erreicht hat, sind unzählige spirituelle Webseiten entstanden. Weil in den Kirchen keine Messen mehr gefeiert werden durften, zeichneten die Pfarreien Gottesdienste und Andachten mit Video auf, die

man auch heute noch auf den Webseiten der entsprechenden Pfarrgemeinden anschauen kann. Sogar die HI. Messe, die Papst Franziskus jeden Morgen (07:00 h) im Vatikan feiert, können Sie auf diese Weise direkt online verfolgen oder Sie starten zu einem späteren Zeitpunkt deren Videoaufzeichnung (=Video-on-Demand).

Im Web-Portal *YouTube* haben Sie die Gelegenheit, ältere Filme und Dokumentationen, die in den Mediatheken der Sender nicht mehr vorhanden sind, anzuschauen und das auch über den Fernseher!

Beim Einkaufen findet man an den Kassen in fast allen Geschäften den Hinweis, möglichst bargeldlos zu zahlen, um Infektionsgefahren auszuweichen. Das geht mit Check- oder Kreditkarte, aber je nachdem muss man die PIN der verwendeten mit der Hand eingeben und dabei dann doch die Tasten berühren, was ja eigentlich vermieden werden soll. Es sind überwiegend junge Kund*Innen, die ihr

Smartphone nehmen, es an den Sensor des Bezahlterminals halten und keineswegs dieses Gerät berühren müssen.

Da kommt das Online-Banking ins Spiel; es war noch nie nützlicher als jetzt! Immer mehr Banken schließen ihre Filialen dauerhaft oder während der Corona-Krise. Per Online-Banking ist man in der Lage, über das Internet seinen Kontostand zu überwachen, Daueraufträge einzurichten, Überweisungen auszuführen etc. Sicherheitsbedenken? Die Erledigung von Bankgeschäften über Computer oder Smartphone ist von den Banken gut abgesichert, und das Risiko, dass Ihr Konto leergeräumt wird, ist äußerst gering!

Sie finden zu allen Fragen, die Sie beschäftigen, „Antworten“ im „Netz“! Natürlich gibt es wichtige, unwichtige und sicher auch falsche Informationen; umso wichtiger ist, das eine vom anderen unterscheiden zu können! Das setzt Neugier und Interesse an der digitalen Technik sowie den Willen voraus, die grundlegenden Kenntnisse über den Umgang mit Internet, Smartphone und PC bzw. Tablet zu erlernen.

Ich höre im Umgang mit Senioren oft nachfolgende Kommentare zu diesem Thema: *„Das brauche ich nicht! Wenn ich was wissen will, sucht mir das mein Sohn/Tochter/Enkel im Internet!“* Oder auch: *„Egal, wo man hinsieht, fast jeder hat so ein Smartphone ständig in den Händen oder am Ohr!“* Selbst die Smartphone-Besitzer unter den Älteren benutzen es nur selten und wenn, dann meist, um mal zu telefonieren. Sehr oft sagt man mir: *„Was soll ich mit WhatsApp oder mit Skype? Was ist das überhaupt?“* Die vielen Möglichkeiten neben dem Telefonieren oder SMS schicken liegen einfach aufgrund von Nichtwissen brach.

Bis zu acht Millionen der über 70-Jährigen waren noch nie im Internet! Angesichts der fortschreitenden Digitalisierung droht den „digitalen Offlinern“ im Seniorenalter eine Reduzierung der sozialen, kulturellen und wirtschaftlichen Teilhabe. (Prof. Bohn, Universität Bremen, Okt. 2019)

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!

Wir Senioren müssen den Umgang mit Smartphone und Internet erlernen! Unsere Kinder und Enkelkinder sind oft in der ganzen Welt verstreut unterwegs. Die Mailfunktionen und Nutzung der Videotelefonie erlauben es, rund um den Globus intensiver mit ihnen in Kontakt zu bleiben.

Die Digitalisierung erlebt während der Corona-Krise einen immensen Schub. „Die Corona-Krise beweist allen bisherigen Skeptikern, dass die generelle Digitalisierung ein Geschenk für die Menschheit ist. Soziale Distanz halten, ohne auf die Verbindung zu anderen Menschen zu verzichten; außerhalb des Büros zu arbeiten und trotzdem auf Firmendaten zugreifen; unterrichten, ohne in einem Klassenzimmer zu sitzen: Wie sollte all das gehen, gäbe es das Internet nicht?“ („Süddeutsche Zeitung“; 22.03.2020).

Vom größten Internet-Knoten der Welt (Frankfurt) wurde in den letzten Märztagen gemessen, dass **Mitte März in jeweils einer Sekunde über 9 Terabit an Daten ausgetauscht wurde, das sind ca. 2 Milliarden beschriebene**

DIN-A4-Seiten, soviel wie niemals vorher! Es ist die außergewöhnliche Corona-Situation und hier das Laden (Streamen) von Filmen, Spielen sowie der gestiegene Informationsaustausch, der zu diesem Rekord geführt hat. Im gleichen Maße, in dem unser soziales Leben zurückgefahren wurde, erfuhr das soziale Leben per Internet einen gewaltigen Zuwachs. Das wird sich nicht mehr ändern, auch wenn wir Menschen die Corona-Krise hoffentlich bald überwunden haben! Es muss auch für die Senioren selbstverständlich werden und zu ihrem Alltag gehören wie das Zeitunglesen. Für viele Ältere bedeutet das, Scheu, Abneigung und Angst vor der digitalen Technik zu überwinden.

Es ist zu vergleichen mit Nichtschwimmern, die ins Wasser gefallen sind und nun ums Schwimmen-Können nicht herkommen! Sicher werden diese zu Beginn oft ihren Kopf unter Wasser haben und auch welches schlucken, bevor sie endlich richtig schwimmen können! Aber dann klappt es auf einmal, und sie können sich gar nicht vorstellen, dass sie es nicht lernen wollten!

Übrig bleiben die, die absolut „wasserscheu“ und nicht zu bewegen sind, auch nur einen Fuß ins Wasser zu setzen. Sie werden zu denen gehören, denen viele Informationen verborgen bleiben und die damit von sozialer, kultureller und wirtschaftlicher Teilhabe ausgeschlossen sind.

Mein Rat: Nutzen Sie die Bildungsangebote zum Thema Smartphone und Internet, lernen Sie – möglichst in kleinen Gruppen – den Umgang mit dieser Technik! In Ihrem Umkreis existieren ganz sicher viele Angebote, die Ihnen dabei gerne geduldig helfen!

Noch ein Hinweis für Sie: Die *BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.*

bietet eine kostenlose Broschüre an:

Wegweiser durch die digitale Welt

Diese Broschüre können Sie bestellen:

Telefon: 030-182722721

Post: *Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 481009, 18132 Rostock*

mail:

publikationen@bundesregierung.de.

Zu allen Kapiteln des Wegweisers gibt es **Wissenstests**. Sie können bestellt werden per Telefon: 0228-55525550.

oder Mail: kontakt@bagservice.de

**Es gibt viel zu tun! Packen Sie's an!
Man ist nie zu alt für das Internet!**

Hety Büchte





Vorsuppe

2 Zwiebeln, 1250 g Brokkoli, 2,5 EL Butter, 1,8 L Brühe, 100 g geräucherten Lachs, 200 g Creme fraiche, Salz, Pfeffer, Muskat.

Zwiebeln würfeln, Brokkoli in Röschen teilen. Butter erhitzen, Zwiebelwürfel andünsten und mit Brühe ablöschen, Brokkoli dazugeben, 10 Minuten garen lassen. Nach 5 Minuten Garzeit einige Röschen für die Garnierung aus der Brühe nehmen.

Nach 10 Min. Garzeit Brokkoli in der Suppe pürieren, Creme fraiche einrühren und Suppe kurz aufkochen.

Lachs in feine Streifen schneiden und zur Suppe geben, ebenso auch die vorher entnommenen Brokkoliröschen wieder hinzufügen und die Suppe servieren.

Niedrig-Temperatur-Garen:

Schweinefilet im Speckmantel mit Champignons

650 g Schweinefilet; 150 g Frühstücksspeck, möglichst lang geschnitten, 3 EL Öl oder Butterschmalz, 750 g braune Champignons, möglichst braune 50 g Butter, 100 g gewürfelten Schinkenspeck, 2 mittlere Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 1 EL Tomatenmark, 200 ml Sahne; 100 ml Creme fraiche; 100 ml Brühe; 100 ml Weißwein, Worcestersauce Salz und Pfeffer, evtl. Mehl oder Mondamin zum Binden, nach Belieben Petersilie, Schnittlauch

Das Schweinefilet ca. 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen, Fleisch von Sehnen, Häutchen, Fett etc. befreien. Das Filet nur wenig salzen (wegen des Speckmantels) und pfeffern.

Frühstücksspeck-Scheiben überlappend nebeneinander auslegen, in einer Breite, die der Länge des Filetstücks entspricht. Die Enden des Filets je nach Dicke mit 1-2 (evtl. halbierten) Speckscheiben abdecken, dann das Filet auf die ausgelegten Scheiben legen und einrollen. Die Speckhülle entweder mit Küchengarn oder mit Rouladennadeln fixieren.

In einem großen Schmortopf Öl bzw. Butterschmalz erhitzen und das Filet in ca. 6 Minuten von allen Seiten braun und kross anbraten. Auch die Enden sollten angebraten werden (Filet mit Hilfe von Küchenzange oder gefaltetem Küchenpapier senkrecht halten).

Unbedingt ½ Stunde vor dem Garen des Filets einen flachen Teller oder eine Platte in den Backofen stellen, Backofen dann auf 80 Grad vorheizen und Teller/Platte für 30 Minuten im Backofen heiß werden lassen.

Dann das Fleisch für ca. 2 Stunden in den vorgeheizten Backofen auf die heiße Platte legen.

Bratensatz im Schmortopf entfetten und mit etwas Weißwein oder Brühe lösen, dann für späteren Gebrauch beiseite stellen.

½ Stunde vor Ende der Garzeit des Fleisches die Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und würfeln sowie die Pilze säubern und je nach Größe in 2, 4 oder 6 Teile schneiden.

In einer großen Pfanne Butter zerlassen, Schinkenspeck anbraten, Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen. Die Champignons und das Tomatenmark hinzufügen, etwas pfeffern und salzen. So lange braten, bis kaum noch Flüssigkeit übrig geblieben ist.

Währenddessen Sahne, Crème fraîche, Brühe und Wein im Schmortopf mit dem gelösten Bratensatz zusammen erhitzen.

Die gebratenen Champignons in den Schmortopf geben, ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen, dabei nach Belieben klein gehackte Kräuter hinzufügen. Anschließend mit Worcestersoße, Salz und Pfeffer abschmecken. Wem das Champignon Gemüse zu flüssig ist, kann gegebenenfalls noch mit Mehl oder Mondamin andicken.

Spätzle

400 g Spätzle, 1 TL Salz, 2 EL Öl, etwas Butter. Die Spätzle nach Anweisung im Salzwasser mit 2 EL Öl bissfest kochen, abgießen und - wenn sie nicht direkt auf die vorgewärmten Teller verteilt werden - kurz in etwas zerlassener Butter schwenken.

Fleisch aufschneiden und mit Champignon Gemüse und Spätzle servieren.

Noch ein paar Tipps für Sie:

Wärmen Sie die Essteller gleichzeitig mit der Fleischplatte. Zwar sind die Teller dann relativ heiß (80 Grad), aber das ist nicht tragisch, da das Fleisch beim Niedrig-Temperatur-Garen nicht sehr heiß auf den Teller kommt und so schnell auskühlen würde.

Rhabarber-Crumble

250 g Butter, 250 g Zucker, 1 P. Vanillezucker, 2 Pr. Salz, 400 g Mehl, 100 g feine Haferflocken, 800-1000 g Rhabarber, etwas weiche Butter für die Form, etwas Puderzucker zum Bestäuben

Eine Pie-Form von ca. 28 cm Durchmesser mit etwas Butter ausstreichen (meine hat 30 cm - das geht natürlich auch).

Rhabarberstangen waschen, putzen, in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Backofen auf 200° C vorheizen. Die Butter in einem etwas größeren Topf schmelzen lassen. Mit einer Gabel den Zucker, Vanillezucker, Salz sowie das Mehl und die Haferflocken langsam in die flüssige Butter einrühren. Dabei entstehen die Streusel wie von selbst. Nun etwa die Hälfte des Streuselteiges als dünnen Boden in die Pie-Form krümeln. Die Rhabarberstücke darauf verteilen und darüber werden die restlichen Streusel gegeben. Den Crumble im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene für 30-35 Minuten bei 200° C backen. Die Streusel sollten schön goldbraun sein. **Wer die Streusel noch knuspriger haben möchte, bestäubt sie VOR dem Backen noch dünn mit Puderzucker.** Lauwarm serviert schmeckt so ein Crumble am allerbesten. Dazu passt wunderbar Vanille-Eis oder Vanille-Sauce.

Auch mit Obstsorten wie Kirschen, Johannisbeeren, Blaubeeren, Pfirsichen, Aprikosen, etc. ist dieser Crumble mit seinen knusprigen Streuseln ein Genuss. Hier sind der Phantasie kaum Grenzen gesetzt. Bei süßerem Obst wie z.B. bei Erdbeeren, Pfirsichen oder Aprikosen bitte die Zuckermenge im Teig ein wenig reduzieren.

Gutes Gelingen und guten Appetit!

Anja Lehnert



Liebe Leserinnen und Leser!

An dieser Stelle finden Sie eigentlich die Auflistung aller wiederkehrenden Termine und Daten zu besonderen Veranstaltungen.

Der *Lockdown* der Corona-Krise hat unser Leben mehr und mehr eingeschränkt, und wir alle sind froh, dass zu dieser Zeit der *Shutdown* wieder mehr Freiheit zulässt.

Dennoch können wir an dieser Stelle keine Termin-Ankündigungen wie in den vergangenen FÜLLHORN-Magazinen drucken, hoffen aber, dass Sie vielleicht im nächsten FÜLLHORN 03-2020 wieder – wie gewohnt – hier die Veranstaltungsliste finden.

Bitte, achten Sie auf die Hinweise in der Tageszeitung und auch im Internet. Dort werden in der Zwischenzeit aktuelle stattfindende Veranstaltungen und auch wiederkehrende Termine bekanntgegeben.

Die FÜLLHORN-Redaktion

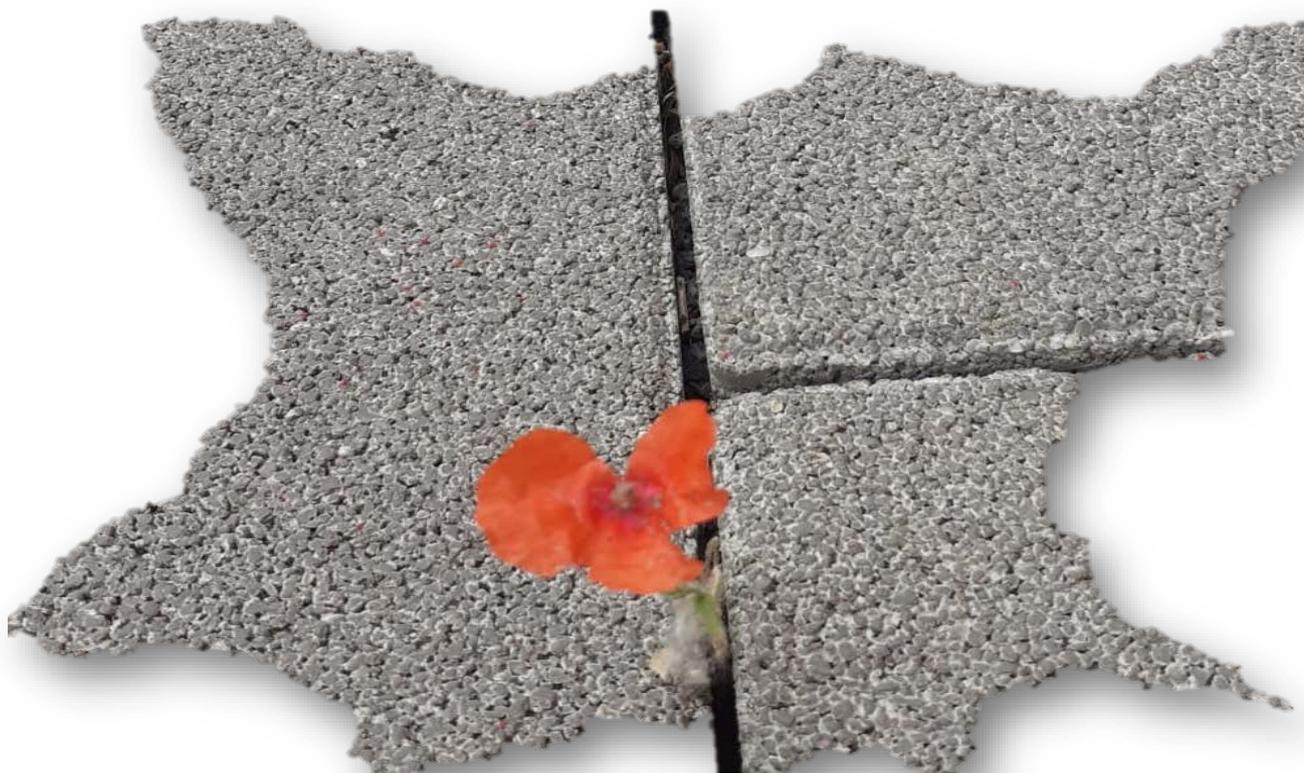


Foto: Ludmilla Dümichen

Wir freuen uns über Ihre Beiträge
und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn
per Post (Anschrift siehe Impressum) oder Mail: fuellhornredaktion@gmail.com
Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.

Raten Sie mal....



Kennen Sie Ihre Stadt?

Seit gut 200 Jahren gibt es die allgemeine Schulpflicht, sie sichert jedem Kind tatsächlich den Zugang zum Lesen, Schreiben und Rechnen; zuvor war das ein Privileg, abhängig vom Ehrgeiz und Vermögen der Eltern.

Heute haben wir in Soest als allgemeinbildende Schulen acht Grundschulen, eine Realschule, eine Sekundarschule, eine Gesamtschule und drei Gymnasien mit rund 5800 Schülern. Außerdem gibt es private Einrichtungen wie die Waldorfschule oder die Musikschule, die die Schullandschaft ergänzen oder weitere Akzente setzen. Schulen sorgen für fast jede Art theoretischer und praktischer Ausbildung, nicht zu vergessen der Campus Soest der Fachhochschule Südwestfalen mit akademischen Abschlüssen. Das kostet natürlich. Stadt, Kreis und Land tragen diese Kosten entsprechend den gesetzlichen Vorgaben.

Allein die Schulgebäude für die Grundschulen und der weiterführenden Schulen in ausreichender Qualität und Menge vorzuhalten, ist ein gewaltiger Kraftakt für die Stadt. Kennen Sie die Schulen in der Stadt Soest? Schauen wir uns doch einmal um.



1	Aldegrever Gynasium	3	Georg-Grundschule
2	Archigynasium	4	Patrokli-Grundschule
3	Christian-Rohlf's-Realschule	5	Petri-Grundschule
4	Conrad-von-Soest-Gymnasium	6	Sekundarschule Soest
5	Fachhochschule Südwestfalen	7	
6		8	
7		9	

Die Lösung dieses Rätsels finden Sie im nächsten FÜLLHORN.
Viel Spaß beim Raten!
Hans-Werner Gierhake

Wir freuen uns über Ihre Beiträge
und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn
per Post (Anschrift siehe Impressum) oder Mail: fuellhornredaktion@gmail.com
Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.

Auflösung des Rätsels aus Heft 1/2020

Ja, ja, die Hinterhöfe! So sieht die richtige Lösung aus, die Sie auf Ihrem Spaziergang sicher leicht gefunden haben, wenn Sie die Gebäude von vorne erkannt hatten.

1	2	3	4	5
E	D	C	B	A

Auch wenn Sie nicht gewonnen haben, hatten Sie doch hoffentlich Ihren Spaß an der Fragestellung. Die Füllhornredaktion gratuliert den Gewinnern/Innen!

Zwischenglück

Würde ich die Frage:
Bist Du glücklich,
mit nein beantworten,
wäre das nicht wahr.

Würde ich die Frage:
Bist du unglücklich,
mit ja beantworten,
wäre auch das gelogen.

Im **Zwischen**,
zwischen Ja und Nein,
Licht und Schatten,
liebt Leben, lebt Liebe,
wohnt Lebensglück

Hannelore Johanning

Impressum

Herausgeber: Stadt Soest – Der Bürgermeister
Redaktionsteam: Hety Büchte, Dagmar Schindler, Ludmilla Dümichen, Hans-Werner Gierhake, Hannelore Johanning, Rudolf Köster, Anja Lehnert, 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: www.Pixabay.com / www.Pixelio.com / www.wikipedia.com

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

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

Wir freuen uns über Ihre Beiträge
und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn
per Post (Anschrift siehe Impressum) oder Mail: fuellhornredaktion@gmail.com
Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.

Hier lacht das FÜLLHORN



Kleinanzeige in Soester Anzeiger: „Gesucht: Corona Witze“ (*Da man keine Freunde beim Bier trifft, hört man weder neue noch alte Witze.*)

„Mutti, Mutti, ich möchte nicht nur Hände waschen; ich will auch wieder duschen!“

Nach dem Urlaub im Büro. „Na, und wo wart ihr diesmal im Urlaub?“ - „Auf Ko Samui.“
- „Wo ist das denn?“ - „Weiß nicht, wir sind geflogen.“

Ein Witzbold beim Optiker: „Ich brauche eine Brille.“ - „Kurzichtig oder weitsichtig?“, fragt der Optiker. „Bitte durchsichtig, wenn es möglich ist.“

Karla sagte ihre Mutter: „Schulfrei in Coronazeiten ist so langweilig, ich möchte mal was ganz anderes machen.“ Darauf die Mutter: „Na dann räum doch mal dein Zimmer auf!“ (*Nach der Lektüre der Witze, weiß ich, was den meisten von uns in Corona-Zeiten fehlt: Das Lachen über den alltäglichen Unsinn!*)

Der Lehrer kommt erschöpft ins Lehrerzimmer und sagt zu seinen Kollegen: „Das Studium bereitet uns auf alles vor, nur nicht auf die Wirklichkeit!“

Der Wirt zu seinem Stammgast: „Vom letzten Monat hast du bei mir noch sechs Bier auf dem Deckel stehen!“ - „Die kannst du ruhig wegschütteln, die trinkt keiner mehr.“

Der Abteilungsleiter zum Angestellten: „Komisch, immer wenn es ein Fußballspiel gibt, ist Ihre Mutter krank!“ - „Sie wollen doch wohl nicht etwa behaupten, meine Mutter simuliert?!“ (*Das war vor Corona!*)

Am Hansaplatz steigt eine Frau in einen Stadtbus. Dort faltet sie eine Landkarte von Frankreich auf. Ein Mann neben ihr fragt: „Sind Sie sicher, dass Sie im richtigen Bus sitzen?“ (*Das war voriges Jahr, vor der Corona Pandemie.*)

