

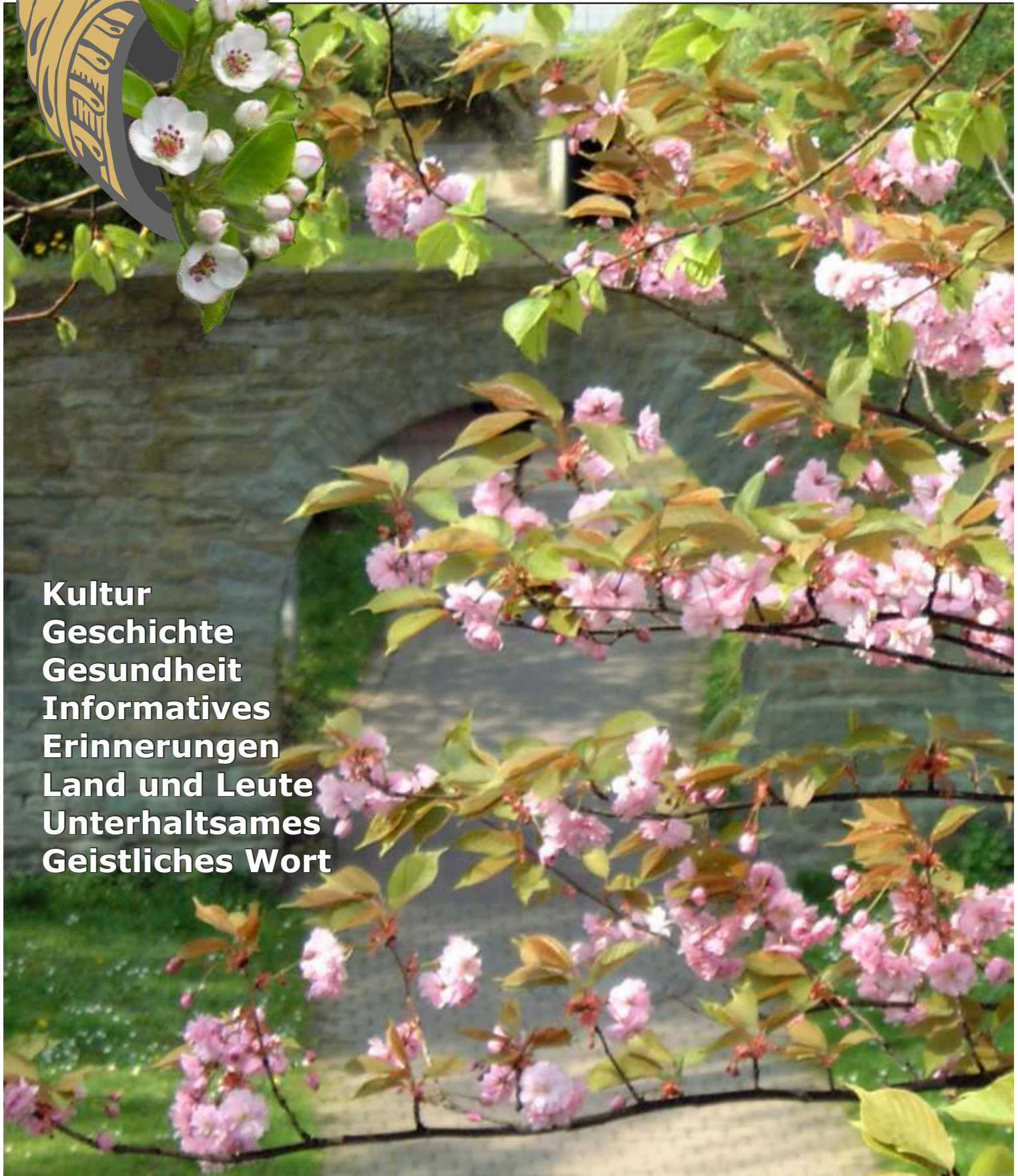
Magazin für Soester Bürgerinnen und Bürger

Zum Mitnehmen !

Füllhorn

1/2020

Stadt Soest - Seniorenbüro



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



(Bild: Wikimedia Commons)

Das alte Bauernhaus

Einhundertvierzig Jahre steht es da,
Fachwerk, solide, ziemlich groß,
etwas abweisend gegenüber der Welt.
Viergeteilt das hohe Deelentor,
durch einen Querbalken
fest zu verschließen,
Schutz bietend vor den
Gefahren der Nacht.
Im hinteren Teil die geräumige Tenne –
Schwalben nisten
an der geweißten Decke
und Fledermäuse hängen im Dachgebälk.
Niedrige kleine Zimmer, schmale Türen
prägen die Wohnräume im vorderen Teil.
Tagein, tagaus bietet das Haus so
einen altgewohnt vertrauten Anblick.
Der Abrissbagger macht alles nieder –
in gerade einmal zwei Tagen.
Die Greifschaukel mit den
stählernen Zähnen
zerfetzt das kunstvoll gefügte Gebälk,
Staubwolken steigen auf.

Vorschriftsgemäß werden
Baumaterialien getrennt,
Berge von Balken werden geschichtet;
wurmstichiges, morsches,
zerbröselndes Holz,
Dachziegel, kleine Haufen von Lehm,
quadratische Platten aus grünem Gestein,
bereit zum Abtransport auf die Deponie.
Eine Woche später schon
ist der Platz geräumt
und wartet auf einen Neubau
im Stadtvillen-Stil.
So manifestiert sich
das Ende einer Epoche
und der Übergang in eine andere Zeit,
verbunden mit neuer Nutzung des Hofes.
Kaum noch produziert man
Kartoffeln und Korn,
dafür eine maximale Menge
an Futtermitteln für die Massentierhaltung
und Fleischproduktion.
Und es wechseln die Zeiten...

Geistl. Wort	Schwein gehabt!	Hans König	4
Information	Dat Jägerken unterwegs	Hans-Werner Gierhake	6
	Erste Hilfe 60+	Heinrich Gehlmann	11
	Aktiv im Alter: Briefmarken sammeln	Rudolf Köster	15
	2. Soester Seniorenwoche		32
	Digitale Ausleihe Stadtbücherei Soest	Hety Büchte	37
	Senioren-Veranstaltungskalender		42
	Termine Latschen und Tratschen		44
	Zusätzliche Veranstaltungstermine		44
Kultur	Es ist so schön, Soldat zu sein...	Hannelore Johänning	9
	Frühlingseinzug	Dagmar Schindler	11
	Genussspender Frühling	Dagmar Schindler	17
	Gewagtes Hoffen	Hannelore Johänning	18
	Osterwetter	Dagmar Schindler	28
	Ich lebe noch immer	Johannes Utsch	39
Unterhaltung	Mein simplosophisches Kaleidoskop	Rudolf Köster	10
	Zufällig?	Eva von Kleist	12
	Kinder wissen Bescheid - Die Lösung	Siegfried Steffen	14
	Aus der Zeit gesprungen	Hety Büchte	20
	Das unerwartete Ableben	Eva von Kleist	23
	Tante Elli	Ludmilla Dümichen	25
	Meine erste Schokolade	Ina Prößdorf	29
	So war das damals!	Wilfried Wulff	30
	Raten Sie mal!	Hans-Werner Gierhake	45
	Rätselauflösung	Hans-Werner Gierhake	46
	Impressum		46
Küchentipps	Ostermenü 2020	Gerhild Oehmichen	40

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!

Sie schneidet im Vorgarten die Rosen. Er stoppt schon vor dem Carport, springt fast aus dem Auto und schreit mit sich überschlagenen Stimme: „So ein Schwein, das ich gehabt habe! So ein Schwein – du kannst es dir nicht vorstellen!“ Und dann erzählt er, auf der Autobahn sei einem Auto vor ihm ein Reifen geplatzt und er habe gerade noch im letzten Moment ausweichen können. „So ein Schwein!“

Es gibt ein Gedicht von Rudolf Otto Wiemer mit der Überschrift „**Großes Dankgebet**“. Darin heißt es:

*Ich danke dir, Schwein,
das ich gehabt,
das ich wieder und wieder gehabt;
ich danke dir, toi, toi, toi,
dreimal auf Holz geklopft,*

*wem soll ich sonst danken -
für den Zufall, Schwein ...
für den Verkehrsunfall,
den ich nicht gehabt, weil ich,
der ich Schwein gehabt, toi toi toi
mit dem Schrecken davon kam ...“.*

Ich besuche in der Gemeinde eine alte Dame, um ihr zum 90. Geburtstag zu gratulieren. Es sind viele Verwandte da, Enkel und Urenkel. Alle staunen über die Großmutter, die noch bei guter Gesundheit ist und sich lebhaft an der Unterhaltung beteiligt. Sie wird gefragt: „Wie hast du das geschafft, Oma, so alt zu werden?“ Die Großmutter: „Dafür muss ich Gott danken. Und ich bin froh und dankbar für jeden Tag, den er mir schenkt.“ - Die Reak-



**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

tion der Kinder: „Na, na, wir haben dich auch gut gepflegt. Du hast auch ein robustes Herz. Außerdem bist du ja auch ein Löwe!“ Die Reaktion: ein peinliches Schweigen.

Wem sollen wir danken für die eigenen Jahre? Unserer guten Gesundheit, dem Schicksal, unserer Herkunft oder dem Schwein, das wir gehabt haben?

Was mache ich mit der Erfahrung, dass es mir gut geht und ich keine Not zu leiden habe? Führe ich das auf meinen Fleiß und meine Tüchtigkeit zurück, auf das Glück oder vielleicht den puren Zufall? Mit welchen Augen sehe ich meine Genesung von einer schweren Krankheit vor ein paar Jahren? Dass die Familie von schweren Unfällen bisher verschont blieb?

Es gibt keine zwingende Notwendigkeit, dafür gerade Gott zu danken. Ich kann auch alles auf berechenbare Ursachen und Gründe zurückführen. Dass ich morgens gesund aufwache, ist kein Grund zum Danken, denn ich bin auch zigtausend Mal vorher gesund aufgewacht. Dass ich ohne Unfall zur Arbeitsstelle gekommen bin, ist kein Wunder, denn ich bin vorsichtig

gefahren. Und dass heute Morgen ein wunderschöner Sonnenaufgang zu bestaunen war, war schon gestern im Wetterbericht vorausgesagt worden.

Wenn wir wollen, können wir so alles erklären und haben damit doch gar nichts erklärt. Wenn sich alles auf klar erkennbare Ursachen zurückführen lässt, wenn das ganze Leben organisiert ist und alles erklärt werden kann – dann werden die, die ihr Leben als Wunder erleben, die letzten freien Menschen sein.

Wem soll ich danken? Dem Zufall, dem Schwein, dem Schicksal, meiner gesunden Natur?

„Gott sei Dank!“, sagen wir oft unüberlegt dahin. Das ist meist nicht mehr als eine Floskel. Aber selbst in der unbedacht dahingesagten Floskel „Gott sei Dank!“ schwingt noch eine Erinnerung daran mit, dass das Leben weiter reicht als alle Erklärungen. Wir haben es nicht nur mit uns selbst zu tun, wir haben es auch nicht mit einem blinden Schicksal oder einem ominösen Schwein zu tun, sondern mit einem Gott, der es gut mit uns meint. Gott sei Dank!

Hans König



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 Jägerken unterwegs in der Stadt



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



Füllhorn: *Jägerken, vor 75 Jahren ging der Weltkrieg in Europa zu Ende.*

Jägerken: Es gab unendlich viele Kriege in der Vergangenheit; man findet für jeden Kalendertag einen Krieg, an dessen Ende man erinnern könnte.

Füllhorn: *Ja, aber vor 75 Jahren ging ein besonderer Krieg zu Ende: der bisher letzte, der in ganz Europa stattfand. Für mich und meine Altersgenossen wurde dieses Kriegsende bestimmend für unser Leben.*

Jägerken: Ja, und damit begann eine bis heute nicht endende Periode ohne Krieg in Europa. Das hatte es in Mitteleuropa vorher nie gegeben! Zu meiner Zeit im 17. Jahrhundert schon gar nicht.

Damals gab es viele souveräne Staaten, die alle ihren Willen notfalls mit Gewalt durchsetzen wollten. Krieg war ein normales Werkzeug in der Politik.

Füllhorn: *Wie reagierte denn die Bevölkerung darauf?*

Jägerken: Wie sollte sie reagieren? Sie wurde nicht gefragt und hatte nichts zu sagen!

Füllhorn: *Und wie erlebte sie den Krieg?*

Jägerken: Der Krieg ernährte den Krieg. Die Feldherren erpressten aus den Landstrichen, in denen sie agierten, Geld- und Sachleistungen; die Soldateska raubte, was sie zum Leben brauchte. Die jungen Männer suchten und fanden ihre gesetzlosen Vergnügungen; meine Romanfigur,

das Jägerken von Soest, ist ein Beispiel dafür.

Immer war irgendwo Krieg. Die Folge der Kriege war Armut. Die Folge der Armut waren Seuchen. Die Folge von allem zusammen war Angst. Man kann sich das gar nicht schlimm genug vorstellen.

Füllhorn: *War das wirklich dein Leben lang so?*

Jägerken: Mitteleuropa war nach dem Dreißigjährigen Krieg in einem schlimmen Zustand. Ein Drittel, in Teilen des Landes sogar die Hälfte der Bevölkerung war direkt im Krieg und an Seuchen gestorben. Die Äcker lagen wüst. Die Städte waren zerstört. Das ganze Land war bitter arm geworden. Das entstandene Vakuum lockte aggressive Nachbarn zu Übergriffen.

Es gab also keine ruhige Periode des Aufbaus, sondern nur ständig weitere Kriege an den Grenzen von Mitteleuropa; im Norden mit den Schweden, im Westen mit den Franzosen oder im Südosten mit den Türken.

Füllhorn: *Das ist Geschichte.*

Jägerken: Stell Dir vor, was diese andauernde Unsicherheit und Angst mit den Menschen gemacht hat, mit der Gesellschaft. Schau Dir in der Tagesschau die Berichte aus Syrien oder von anderen Bürgerkriegen an.

Füllhorn: *Ich denke, das kann man sich nicht vorstellen, wenn man nicht selbst Ähnliches erlebt hat. Gab es denn gar keine Hoffnung auf bessere Zeiten?*

Jägerken: Das 17. und 18. Jahrhundert gilt in Europa als Zeitalter der Aufklärung. Viele Vordenker der Aufklärung waren fortschrittsoptimistisch und nahmen an, eine vernunftorientierte Gesellschaft werde die Hauptprobleme menschlichen Zusammenlebens schrittweise lösen.

Füllhorn: *Half die Philosophie, die Regenten zur Friedensliebe zu bekehren?*

Jägerken: Nicht wirklich. In Preußen zettelte der aufgeklärte Thronfolger Mitte des 18. Jahrhunderts eine Reihe von Kriegen an, die seinen Staat im Bestand gefährdeten und über Jahrzehnte in bittere Armut stürzten. 50 Jahre später löste der Versuch der Monarchien in Europa, die Französische Revolution rückgängig zu machen, eine Folge von Kriegen aus, die in Europa ein Chaos hinterließen.

Füllhorn: *Ja, aber die Friedensordnung, die nach den Napoleonischen Kriegen auf dem Wiener Kongress verhandelt wurde, hielt dann 50 Jahre lang.*

Jägerken: Stimmt, wenn man nicht genau hinschaut. Aber dann haben die Preußen mit ihrem Kanzler Bismarck in einer Reihe von Kriegen die Entstehung des

Kaiserreiches erzwungen. Krieg war immer noch ein probates Werkzeug der Politik. Bismarck war erfolgreich, die Deutschen jubelten ihm zu, weil er ihnen einen Traum erfüllt hatte. Aber die Franzosen schworen Rache, insgeheim. Bismarck war bemüht, das Erreichte friedlich abzusichern und neue Konflikte mit England und Frankreich, etwa über Kolonien, zu vermeiden. Das gelang nur teilweise. Schließlich mündete das im 20. Jahrhundert in den Ersten Weltkrieg, in dem Deutschland wenig gewinnen, aber viel verlieren konnte, wie der Vertrag von 1919 schließlich drastisch zeigte. Über die glücklose Zeit der Weimarer Republik und die unseligen 12 Jahre, 1933 bis 1945, will ich gar nicht reden.

Füllhorn: *Ja, aber seitdem herrscht Frieden in Mitteleuropa!*

Jägerken: Nun mal langsam. Es ist ja nicht so, dass die letzten 75 Jahre Friedenszeiten gewesen wären. Es gab die Periode des Kalten Krieges, in der zwar in Europa nicht geschossen wurde. In der Zeit gab es zahlreiche Stellvertreterkriege in aller Welt. Es bestand immer die Gefahr eines Atomkrieges, der Mitteleuropa in eine leblose Wüste verwandelt hätte. Ein Krieg war nicht systematisch ausgeschlossen. Es war ein glücklicher Zufall, dass nicht scharf geschossen wurde!

Füllhorn: *Was meinst du mit: „systematisch ausgeschlossen“?*

Jägerken: Schon der große Philosoph Immanuel Kant plädierte 1795/96 in seiner Schrift „Zum ewigen Frieden“ für die Schaffung von Institutionen, die die Politik auf den Weg der Vernunft leiten würden. Dementsprechend gab es auch Versuche, den Frieden zu organisieren, etwa durch Gründung des „Völkerbundes“ 1920 und der UN.

1945 haben 51 Länder die „Vereinten Nationen“ (UN) gegründet, um die Zusammenarbeit der Staaten in Bezug auf Menschenrechte, Sicherheit und Weltwirtschaft voranzubringen und zu fördern. Seit 2011 hat die UN 193 Mitgliedssta-

SENIORENHEIM
Paulistraße



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

**Pflegenote
sehr gut**

Individuelle Pflege und Betreuung
in ruhiger Zentrumslage von Soest.
www.seniorenheim-paulistrasse.de

Ihr Wohlbefinden ist unsere Aufgabe



DUO
med

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

ten. Ziel der UN ist, Frieden dadurch sicherer zu machen, dass die Staaten der Welt eng zusammenarbeiten, die Ziele ihres Zusammenlebens aufeinander abstimmen und sich im Fall eines drohenden Konfliktes dem Spruch des Sicherheitsrates unterwerfen. Aber Tageszeitung und Tagesschau bestätigen uns täglich, dass die Staaten immer noch nicht gelernt haben, dass gewaltsame Übergriffe und Krieg keine Mittel der Politik sein dürfen.

Füllhorn: *Können wir als Bevölkerung etwas zur Sicherung des Friedens tun?*

Jägerken: Ihr lebt hier in einer Demokratie. In einer Demokratie wählt die Bevölkerung ihre Regierung. Das ist nicht Theorie, sondern Praxis. Bei der Wahl müsst ihr darauf achten, dass für die gewählten Volksvertreter Gewalt und kriegerischer Angriff keine Mittel der Politik sind. Diese Haltung muss über jeden Zweifel erhaben sein. Hassgefüllte oder

verächtliche Attacken auf politische Gegner oder Teile der Bevölkerung sind Anzeichen für Gewaltbereitschaft. Nicht nur der Frieden mit den Nachbarn muss erhalten bleiben, sondern auch der Frieden im Inneren der Staaten.

Ihr müsst weiter bedenken, dass Mitteleuropa mit seiner geringen Größe im Weltgeschehen kaum eine Rolle spielen kann. Nur wenn die Staaten Europas ihre friedlichen Ziele bündeln, werden sie eine nennenswerte Rolle spielen können.

Ihr müsst also bei euren Wahlen sehr aufmerksam sein und nur die Kandidaten mit der Regentschaft beauftragen, denen Ihr vertrauen könnt, dass sie diese Regeln einhalten werden.

Füllhorn: *Danke Jägerken, da hast du uns eine Menge Hausaufgaben gegeben.*

Das Gespräch mit dem Jägerken führte Hans-Werner Gierhake



Seniorencentrum
St. Antonius

Seniorencentrum St. Antonius
Thomästraße 8a
59494 Soest
Tel. 02921.59030 0

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

Caritas
SENIORENCENTRUM ST. ANTONIUS

www.st-antonius-soest.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.

*Es ist so schön Soldat zu sein, Rose-Marie . . .**

**Ach, Rose-Marie,
wo, sag, wo ist es schön, Soldat zu sein?**

In der Golf Region?
Weil es um Öl, also Profit und Interessen geht?

Oder schöner in Tschetschenien?
Hier geht es um Unabhängigkeit,
Selbstbestimmung, Autonomie.

Oder noch schöner in Irland?
In Irland geht es um Religion,
also Glaubensfreiheit.

Oder am allerschönsten in Jugoslawien?
Dort geht es um das friedliche
Zusammenleben Vieler mit
unterschiedlicher Abstammung und Religion,
Interessen und Autonomie.

Oder Sri Lanka? Syrien? Afghanistan? Irak?
Wo? Wo ist es schön, Soldat zu sein?

**Ach, Rose-Marie,
wann, sag, wann ist es schön,
Soldat zu sein?**

Wenn Mann ganz jung, fast noch Kind ist?
Im Granatenhagel und Geschützfeuer
schreiend Ideale verbrennen?
Jugendträume und Jugendzeit
zertrümmert werden?

Wenn Männer die Mitte ihres Lebens leben,
in feuchten, kalten Schützengräben
hungern und frieren?

Übernächtigt, verdreckt,
tränen Nass vergehen vor Sehnen
nach Mädchenküssen und Frauenarmen?

Wenn Mann Familienvater ist?
Glaubt Ehre und Vaterland
verteidigen zu müssen?

Für eine bessere Zukunft der Kinder
zu kämpfen hofft, für Zeiten ohne Krieg?

Wann? Wann ist es schön, Soldat zu sein?

**Ach, Rose-Marie,
was, sag, was ist schön am Soldaten-Sein?**

Die Uniform?

Die Auszeichnungen und Orden?

Das Heldentum?

Das Dabeisein mit Namen im
Ehrenmal-Gedenkstein?

Der eingedrillte Gehorsam?

Die berühmte Kameradschaft?

Der Gleichschritt?

Das Marschieren, Exerzieren?

Hantieren mit Militär High Tech?

Was? Was ist schön am Soldaten-Sein?

**Ach, Rose-Marie,
warum, sag, warum ist es schön,
Soldat zu sein?**

Warum muss es Soldaten geben?

Warum in aller Welt?

Warum seit eh und je?

Warum brauchen Nationen,

Völker, Stämme Krieger?

Warum gibt es keine arbeitslosen Soldaten?

**Warum? Rose-Marie, warum ist es
schön, Soldat zu sein?**



*Rose-Marie, ach – Du mit Deinem schönen Namen!
Sag, wer, wer dichtet, wer singt solche Lieder???*

Hannelore Johanning

* Herms Niel, Hitlers "musikalischer Oberzeremonienmeister" als Dirigent aller Reichsarbeitsdienst-Musikzüge bei den Reichsparteitagen der NSDAP in Nürnberg, schrieb das Soldatenlied „Es ist so schön Soldat zu sein, Rosemarie“ zu Beginn der Dreißigerjahre. Es ist auch heute noch in dem Liederbuch „Volks- und Soldatenlieder“ (3. Auflage 2003) zu finden, herausgegeben vom Bayerischen Soldatenbund. (Füllhorn-Redaktion)



Mein simplosophisches Kaleidoskop

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

Diesmal richte ich meinen Blick durch das Kaleidoskop auf die schreibende Zunft. Als wir (das sind einige Literaturbegeisterte und selbst Schreibende aus der Region) 2018 in Soest den Verein der „BördeAutoren“ gegründet haben, war es keine Überraschung für uns, dass auch Schriftsteller nur ganz normale Menschen sind. Und wie es unter normalen Menschen üblich ist, findet sich auch bei ihnen manches des Merkens Würdige, das sich lohnt, in Verse gefasst zu werden.:

Da gibt es zum Beispiel die:

Einfallslosigkeit

Was kann für **Dichter** schlimmer sein,
als Kopf zermarternd zu beklagen:
„Es fällt mir einfach nichts mehr ein!“
Man hätte wirklich – muss man sagen –
vor diesem Satz viel mehr Respekt,
wäre der Dichter **Architekt**.

Oder man empfiehlt eine ganz besondere:

Schlagrichtung

Gerade wenn man Bücher liebt,
weiß man, dass es viele gibt,
die reizen uns, sie zuzuschlagen.
Stattdessen sollte man sich fragen,
ob's die erwünschte Wirkung hätte,
wenn lustvoll man's beim Autor täte.

Als Verseschmied verweise ich meine Mitautoren sehr gerne darauf, wie hilfreich ein Versmaß in bestimmten Situationen sein kann – zum Beispiel als:

Lebensrettender Daktylus

Korrekte Betonung im Versmaß ist wichtig,
drum füll es als Dichter gewissenhaft richtig,
wenn Autos, die gerne dich umfahren wollen,
daktylisch gezwungen umfahren dich sollen.

Und weil nun beileibe nicht alles, was
zwischen Buchdeckel gepresst wird, er-
baulich ist, schreibe ich:

Verlegern ins Stammbuch

Mich drängt es, bei Euch anzuregen,
prüft genauer beim Verlegen,
ob sich's Drucken wirklich lohnt!
Denkt dran, dass es den Leser schont,
wenn manches Druckwerk ihm zuliebe
– weit weg verlegt – ganz unterbliebe.

Doch manchmal sind es weniger die Dich-
ter, die es zu tadeln gilt, sondern die un-
kritischen Leser:

Alles abgeschrieben

Warum man noch in aller Welt
die Klassiker für Dichter hält,
erschließt sich mir nun wirklich nicht.
Ob es nun Drama, ob Gedicht:
Im Grunde alles Plagiate:
Nur Zitate, nur Zitate!

Abschließend muss ich allerdings gestehen: Manchmal zeige auch ich ein deutlich:

Falsches Rollenverhalten

Wahrheitsgetreu muss ich bekennen,
in Lesungen oft einzupennen,
was dann besonders peinlich ist,
wenn selber man als Autor liest.

Frühlingseinzug



*Wenn Amseln, Drosseln neben Staren
hübsch tirilieren in großen Scharen
zusammen mit den flinken Meisen,
Wenn keine Teiche mehr vereisen,*

*wenn Mückenstiche wieder jucken,
und Veilchen aus dem Grase gucken*

*wenn Rasen grüßt mit frischen Halmen
und Igel wieder Würmer malmen,*

*wenn Blüten aus den Ästen knospen
und Frösche in die Tümpel hopsen,*

*wenn Bienen wieder Honig sammeln
und Hasen in der Feldflur rammeln -*

*dann hat der Winter sich getrollt.
Ob der nun trist am Nordpol schmolzt?*

Dagmar Schindler

(Bild: creativecommons.org)
(Bild: Emmie Norfolk/Pixabay.com)



Erste Hilfe 60+:

- Druckverband, Defibrillator & Co -



Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) bietet einen **Erste-Hilfe-Kurs** der besonderen Art an. Dazu eingeladen sind besonders Seniorinnen und Senioren. Die üblichen Lehrgangsinhalte werden auf drei Unterrichtstage mit jeweils drei Stunden aufgeteilt und der tatsächliche Ablauf wird abhängig gemacht vom Interesse und von den Möglichkeiten der Teilnehmenden. Alle können nach den eigenen Bedürfnissen üben. Zusätzlich gibt es Tipps zur Notfallvermeidung.

Der Kurs (Kosten 30,00 €; für DRK-Mitglieder 20,00 €) findet **jeweils mittwochs von 09:00h – 12:00 h** im Rotkreuzzentrum Soest, Ferdinand-Gabriel-Weg 7 statt und zwar am **22.04.2020 und 29.04.2020 sowie am 06.05.2020**.

Anmelden kann man sich sowohl telefonisch (02943-871320) als auch über das Internet: www.drk-hellweg.de/kurse

(Text + Foto: Heinrich Gehlmann)

Zufällig?



Als ich Mitte 20 war, ging es mit meiner Tante Mariechen zu Ende.

Tante Mariechen, auch Mieken genannt, war nicht im üblichen Sinne mit mir verwandt, also weder die Schwester meiner Mutter noch meines Vaters, verfügte jedoch in reichem Maße über die Merkmale einer liebevollen Tante. Dass sie mich nach meinem Abitur zu einem Urlaub in die Schweiz eingeladen hatte, schien mir – einem etwas verwöhnten jungen Mädchen, frei von finanziellen Sorgen – damals nicht weiter erwähnenswert. Ihre gelassene, liebevolle, zugleich aber unaufdringliche, respektvolle Art beeindruckte mich jedoch nachhaltig. Tante Mieken hatte ihr Leben als Angestellte in der Konditorei meines Großvaters und später meines Onkels verbracht und war Teil der Familie geworden. Somit trafen wir uns regelmäßig bei den Familienfeiern, die häufig in dem Café meines Onkels stattfanden.

Wir beide konnten über alles Wichtige reden. Als ich mit 22 noch nicht verlobt war, geschweige denn verheiratet, machte Tante Mieken sich Sorgen. Bei einer dieser Feiern nahm sie mich zur Seite: „Aber einen Freund hast du doch, oder?“ Ich nickte stumm, ich hatte den Mund voller köstlicher Käsesahnetorte. „Ich meine, einen festen.“ „Ja natürlich“ - inzwischen hatte ich den Mund wieder frei - „einen festen, seit 2 Monaten schon, und er wird wohl bei uns einziehen, wenn die anderen aus der WG nichts dagegen haben.“ Das schien nicht die Antwort zu sein, die sich meine Tante gewünscht hatte. Sie ersparte uns jedoch die leidige Diskussion über die Bedeutung der Kernfamilie mit geordneten Verhältnissen. Wahrscheinlich dachte sie, dass sich das alles schon in ihrem Sinne regeln würde, mit der Zeit, die sich großzügig vor mir ausbreitete.

Drei Jahre später besuchte ich sie im Krankenhaus Bethanien. Sie war fröhlich wie immer: „Es kann sein, dass ich bald sterbe“, sagte sie und nahm meine Hand. „Erst hatte ich Angst, aber dann habe ich mit der Gemeindeschwester gebetet, und jetzt geht es mir gut. Ich bin ganz ruhig.“ Das half auch mir über den ersten Schock hinweg. Und so konnte ich sie bitten: „Wenn du gestorben bist, dann gib mir ein Zeichen. Irgendetwas. Ich bin nämlich leider nicht fromm. Ich wäre aber sehr froh, wenn ich wüsste, dass wir nach dem Tod noch Zeichen geben können. Das würde mich ungemein beruhigen.“ Meine Tante versprach's. Drei Tage später starb sie.

Danach habe ich jahrzehntelang Begebenheiten und Erlebnisse aller Art daraufhin überprüft, ob es sich möglicherweise um Zeichen von der anderen Seite handeln könnte. Nichts von allem zeigte auch

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

nur Ansätze, bis zum 24. Dezember des Jahres 2017.

Es ging um Geschenkpapier, weihnachtliches Geschenkpapier für ein recht spät und möglicherweise lieblos ergattertes Geschenk, dessen schöne Verpackung diesem weihnachtlichen Notnagel eine angemessene Position in der Weihnachtszeremonie verschaffen sollte. Jedoch – der übliche Platz für das Geschenkpapier hinter dem Bücherschrank war leer. Da kam mir die Sattelkammer in den Sinn. Hatte ich dort nicht vor einigen Jahren goldrot gemustertes Weihnachtspapier gesehen?

Dieser als Sattelkammer bezeichnete, 28 qm große Raum befindet sich im Stallgebäude, neben dem Heuboden, erreichbar über eine sehr steile Treppe mit extrem schmalen Stufen. Ich habe ihn gemeinsam mit meinem Mann vor 12 Jahren liebevoll hergerichtet. Es sollte ein Ort zum Träumen sein, den man nicht dringend brauchte, sich aber gönnen durfte: mit einem Bullerofen in der Ecke, zwei schwarzen alten Ledersesseln links und rechts davon, die zum Reinfläzen einladen, einem ausziehbaren ca. 100 Jahre alten Buchenholztisch in der Mitte mit feinedrechselten Beinen, umstanden von gemütlichen Stühlen unterschiedlicher Herkunft, mit alten Schränken und Regalen an den Wänden und einer Gipsfigur der heiligen Maria mit dem Kinde, in deren Krone ein Zacken fehlt. Die meisten Einrichtungsgegenstände sind alt, viele stammen aus dem Haushalt meiner verstorbenen Eltern. Natürlich gibt es auch die namengebenden Sättel: Sie liegen hintereinander über einem breiten runden Holzbalken an der Stirnseite der Kammer neben Pferdedecken, Halftern und anderen dem Pferdesport dienlichen Utensilien

und fallen dem Betrachter als Erstes ins Auge.

Trotz seiner zwanglos gemütlichen Atmosphäre wird der Raum selten genutzt, möglicherweise hindert die steile Treppe, möglicherweise lässt sich auch an anderen Orten gut träumen, vielleicht wird aber auch inzwischen weniger geträumt. Und so segelt die Sattelkammer durch die Jahre, hin und wieder mit leisem Fluchen von Staub und Spinnweben befreit.

Natürlich teilt sie das Schicksal vieler Räume dieser Art. Manchmal wird dort etwas aufbewahrt, von dem wir uns nicht so einfach trennen möchten und was wir dann nach und nach vergessen, eben weil wir es nicht mehr brauchen. Oder, sehr selten, benötigen wir es doch, wie ich an jenem 24. Dezember 2017 das goldrot gemusterte Weihnachtspapier.

Ich erinnerte mich dunkel, es musste in dem Kirschholzschränk sein, dessen obere Tür inzwischen je nach Witterung klemmte. Aber dieses Mal hatte ich Glück: Die obere Tür ließ sich leicht öffnen und das Weihnachtspapier lag an Ort und Stelle. Ob sich auch die mittlere Schublade so leicht öffnen ließ? Tatsächlich, mit leichtem Ruckeln konnte ich sie herausziehen. Mein Blick fiel auf eine hässliche rote Plastikmappe. Was man nicht alles so hatte? Ich öffnete sie und staunte über ihren Inhalt: Mehrere Scheine alter Schweizer Franken förderte ich zutage: 100, 50er und 20er, dazu verschiedene Münzen dieser Währung. Damit hatte ich nicht gerechnet, an jenem 24. Dezember 2017.

Die Scheine hätten übrigens wenig später ihre Gültigkeit verloren.

Diese Geschichte ist meiner Tante Wilma und meinem Onkel Fritz gewidmet.

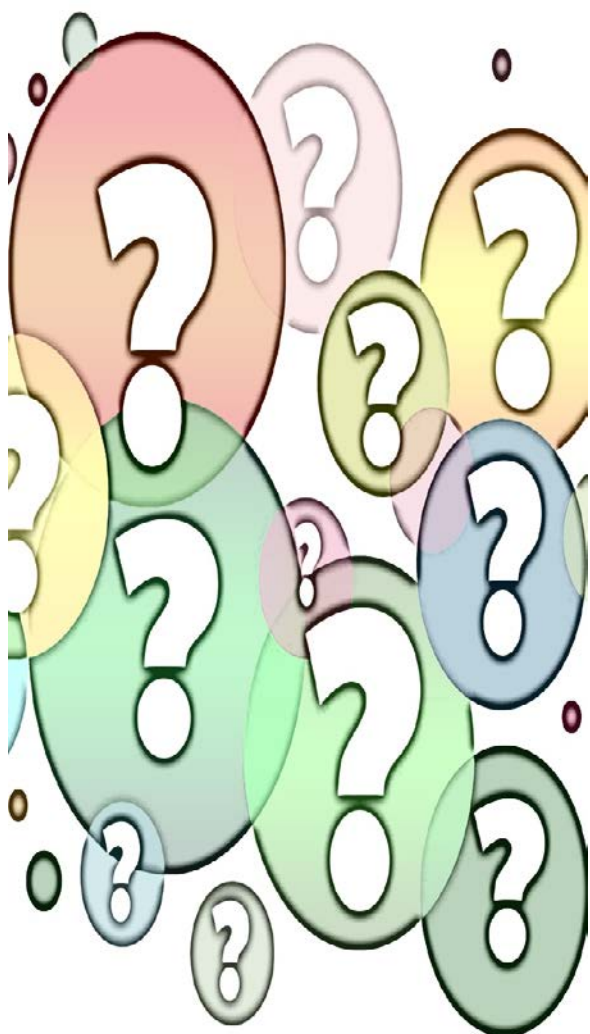
Eva von Kleist

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.*

Die Lösung



(Foto: Gerd Altmanna – pixabay)

**Marten – sieben Jahre alt –
Spielzeug reicht ihm nicht mehr aus,
sucht nach mehr Betätigung
strolchend durch das ganze Haus.**

**Wird dann auch im Keller fündig:
Hammer, Zange, Nägel, Holz,
und mit größter Achtsamkeit
benagelt er die Bretter stolz.**

**Nun ein Balken, dick der Nagel
und der Hammer groß und schwer.
Wie er zielt und wie er zuschlägt,
schwankt der Nagel hin und her.**

**Gründlich denkt der Kleine nach,
wie's Problem sich lösen lässt.**

**Da fällt ihm die Lösung ein:
„Opa, halt den Nagel fest!“**

Siegfried Steffen



(Bilder: commons.wikimedia.org+de.wikipedia.org)

Briefmarken sammeln!

„Briefmarken sammeln – gibt es das denn heutzutage noch?“ Immer wieder höre ich diesen erstaunten Satz, wenn ich mich bei jemandem für eine besonders schöne Marke auf einem Brief an mich bedanke.

Dabei sind solche Skeptiker in guter Gesellschaft, beklagte doch auch der Verein der Soester Briefmarkenfreunde unlängst in einem Zeitungsartikel den fehlenden Nachwuchs für die organisierten Liebhaber philatelistischer Kunstwerke.

Sicher nicht ganz unverständlich, denn die Jugend braucht heute keine kleinen Boten aus aller Welt mehr, um Fernweh zu stillen. Smartphone und andere digitale Medien sind ein viel interessanteres Tor zu Welt geworden. Wo soll da die Faszination des Sammelns und Tauschens herkommen, die ich in meinen Jugendjahren empfunden habe. Diese Freude, Marken nach Ländern, Motiven oder Sätzen zusammenzustellen, die Erfahrung, nebenbei vielen berühmten Menschen, besonderen Jubiläen sowie Ereignissen in Politik, Kunst, Geschichte und Sport begegnet zu sein?

Wenn mich erstaunte Blicke über unerwartetes Spezialwissen trafen, habe ich sehr viel öfter, als mich auf Schule oder Studium zu berufen, die Begründung angegeben: „Das weiß ich, weil es eine Briefmarke dazu gegeben hat!“ Und ich bin sicher, bei Günther Jauchs Sendung

Wer wird Millionär wären mir die Briefmarken mehr wert als alle Joker zusammen. Auch das ist wohl ein Grund, nach meinem Berufsleben wieder die bunten Marken entdeckt zu haben.

Vielleicht erinnert dieser Beitrag einige Füllhornleser daran, dass irgendwo noch Alben aus der Jugendzeit schlummern – und vielleicht weckt er sogar die Neugier eines Einsteigers in dieses Hobby. Ist

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

KARSTEN
HUFNAGEL

APOTHEKE
AM
BRÜDER-
TOR

*Ihre Gesundheit...
unserer Verpflichtung!*

doch das Sammeln von Briefmarken nicht nur eine lehrreiche Liebhaberei im stillen Kämmerlein, sondern bietet auch die Gelegenheit vieler sozialer Kontakte zu Gleichgesinnten – spätestens nach dem Ausstieg aus dem Beruf, einem Lebensabschnitt, in dem genügend Zeit für dieses Hobby zur Verfügung steht.

Für eventuelle Neueinsteiger eines noch vorweg: Wer glaubt, mit dem Briefmarkensammeln oder der Übernahme einer Hobbysammlung reich werden zu können, irrt sich gewaltig. Briefmarken sind Massenware, selbst ältere Ausgaben sind nur äußerst selten wirklich kostbar. Der „normale“ Sammler wird kaum auf ein wertvolles Stück stoßen, und die Katalogpreise im *Michel*, dem Standardwerk der Philatelisten, sind keine reellen Wertangaben für den Verkauf. Wenn für Briefmarken 15 bis 20 Prozent davon erzielt werden, dann kann man sich schon glücklich schätzen.

Wer meine Freude am Briefmarkensammeln teilen möchte, dem empfehle ich eine vorherige Entscheidung darüber, welches Ziel er dabei hat. Soll es die Vielfalt der Länder sein, die man zusammentragen möchte? Will ich eine Motivsammlung (Katzen, Saurier, Pilze, Eisenbahnen, Dichter, usw.) aufbauen? Ist es das Ziel, eine möglichst komplette Sammlung eines Landes aufzubauen, oder möchte man lediglich so genannte Briefmarkensätze komplettieren? Letzteres möchte ich hier beispielhaft vorstellen, denn im Sammeln kompletter Sätze und dem kreativen Umgang damit liegt für mich ein besonderer Sammelreiz.

In Österreich erschien vom 01.06. 1948 bis zum 09.12.1958 die Dauerreihe *Volks-trachten*: Die obige rechte Abbildung zeigt das erste von drei selbst erstellten Albumblättern eines Projektes, das ich schon als Schüler begonnen und immer noch nicht abgeschlossen habe. Auf diesem ersten Blatt habe ich unlängst kleine Abbildungen der insgesamt 37 Trachtenmarken dieses Briefmarkensatzes farbumrandet den jeweiligen Bundesländern



zugeordnet und die Daten der Serie sowie zum Künstler vermerkt, der die Marken entworfen hat. Diesem Blatt verdanke ich ein unauslöschliches Wissen darüber, dass Österreich aus den neun Bundesländern Wien, Niederösterreich, Burgenland, Steiermark, Oberösterreich, Salzburg, Kärnten, Tirol und Vorarlberg besteht.

Auf den beiden weiteren Albumblättern habe ich erst die Beschreibung der österreichischen Post zu diesem Satz eingetragen und dann mein bisheriges Sammelergebnis in Klarsichttaschen platziert:





Dass mein Trachtensatz noch nicht komplett ist, erkennt ein genauer Betrachter an den schwarzen Rändern der Bildvorlage bei sieben Marken. Diese fehlenden Exemplare sind für mich ein Ansporn, weiterhin nach Tauschpartnern oder Angeboten zur Komplettierung zu suchen.

Soweit dieses kleine Beispiel für eine der vielen faszinierenden Sammelmöglichkeiten aus der Welt der Briefmarken. Wer aus Jugendzeiten noch über Briefmarkenbestände verfügt, kann leicht auf ähnliche Weise tätig werden.

Und wenn dieser Beitrag Ihr Interesse als Neueinsteiger geweckt haben sollte, dann rate ich, sich im Internet über Suchanfragen schlau zu machen und bei Ebay oder Briefmarkenhändlern Angebote zu vergleichen, um sich darüber klar zu werden, was Sie zum Einstieg in dieses Hobby investieren möchten. Zudem empfehle ich dringend, sich bei einer Philatelistengruppe näher zu informieren.

Die Soester Briefmarkenfreunde treffen sich z. B. zur ihren regelmäßigen Vereinssabenden an jedem 2. und 4. Dienstag im Monat um 18 Uhr im Siegmund-Schultze-Haus, Siegmund-Schultze-Weg 102. Diese Treffen werden jeweils im Soester Anzeiger angekündigt, und auch Nichtmitglieder sind jederzeit willkommen, wovon ich mich selbst persönlich überzeugen konnte.

Rudolf Köster

Genusspender Frühling

Minze sprießt, dazu der Lauch
neben Giersch und Koriander.
Schmeichelt das doch unserm Bauch,
wenn gepaart mit frischem Zander.

Neben Giersch und Koriander
zier'n sie jeden Festtagstisch.
Wenn gepaart mit frischem Zander
und zart gesotten dieser Fisch,

zier'n sie jeden Festtagstisch.
Mit viel Sahne angerichtet
und zart gesotten dieser Fisch,
auf Salat wird nicht verzichtet

mit viel Sahne angerichtet.
Minze sprießt, dazu der Lauch.
Auf Salat wird nicht verzichtet,
schmeichelt das doch unserm Bauch.

Dagmar Schindler



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.

Gewagtes Hoffen



Gewiss, alles ist sehr lange her.

Aber kann vergessen werden, wenn tagtäglich brutale Bilder von Kriegsschauplätzen aus aller Welt in behaglichen Wohnzimmern unvor-

bereitet grell und laut explodieren? Kriege gibt es scheinbar immer wieder und überall, wohl auch zu jeder Zeit. Da ist vorgesorgt für Bilder-Nachschub ohne Ende. Ein Blasserwerden, ein Vorbei kann's somit nicht geben. Schrecklichste Geschehnisse werden konserviert und archiviert. Jederzeit. Immerzu. Ein Verfalldatum ist nicht vorgesehen.

Und so ist es urplötzlich wieder da, das Erlebnis. Eines der schlimmsten. Von der Erinnerung wahllos katapultiert. Und foltert abermals. Lässt erneut durchleben, durchleiden die Angst, das Hoffen, das Warten, die Wut, die Verzweiflung, das Herztrommeln und Zittern. Den Angstschweiß, den Stoßatem. Die Unmöglichkeit der Flucht.

Noch beißend kalt ist 1945 der Aprilvormittag in Ostpreußen. Dass der Russe schon da ist, wissen alle längst. Sichtbar ist er für die Bewohner des Kleindorfs aber noch nicht. Ihre große Furcht gilt seinem Leibhaftigwerden, dem unausweichlichen Gegenüberstehen. Ist doch nur Grauenvolles und Entsetzliches von und über ihn, in Kindergegenwart hinter vorgehaltener Hand, erzählt, getuschelt, furchtsam geflüstert worden. Schon im Vorab und Voraus lähmt alle schrecklicher Schrecken.

Plötzlich schreit Onkel Karl: „Die Russen! Schnell! Mädchen verschwindet! Schnell!“

Zum Entsetzen werden sie jetzt zu Hunderten sichtbar und leibhaftig, die Wilden, die Verschrienen. Zwischen sich Panje-Wagen, nehmen sie zum Hof die Abkürzung über die Felder, schließen diesen Fluchtweg aus, noch ehe er bedacht.

Wohin so schnell?! Das Backhaus! Nein! Keine Möglichkeit, sich dort unsichtbar zu machen. Der Holzstapel vor der Backhauswand? Ist er ein geeignetes, unauffälliges Versteck? Die ofengerechten Scheite lehnen, zum Stapel geschichtet, in zwei Reihen hintereinander an der Wand. Wortlos einig, schaffen sie zu dritt im hinteren Schichtstapel einen Hohlraum. Trotz Eile arbeiten sie vorsichtig, damit ja nichts einstürzt, angetrieben von Angst und Hast. Karl hilft der dreiundzwanzigjährigen Irma beim Hineinklettern. Um die zwanzigjährige Anneliese aufzunehmen, ist der Raum doch nicht groß genug. Noch mehr Scheite entfernen. Rasch. Schnell. Irma hilft von innen. Jetzt muss es aber reichen. Muss genügen. Behutsam, damit bloß alles stehen bleibt, ja nichts lärmt, klettert Anneliese nach. Nur unbequemes Stehen ist möglich. Mit einem Brett über den



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

Pflegefachliche 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

Mädchenköpfen und darüber geschichteten Holzscheiten hat der Onkel den Stapel wieder gesichert und getarnt. Gut genug?

Wohin mit dem wirren Haufen entnommener Scheite? Ins Backhaus mit ihm. Schnell! Dort erscheint das Lagern gewollt und sinnvoll. Auch eine größere Menge. Zum Vortrocknen. Wird bestimmt kein Misstrauen erregen. Darf nicht.

Die letzten Holzstücke im Arm, um sie ins Backhaus zu bringen, hört Karl den von einem Pony gezogenen Panje-Wagen in solchem Galopp herandonnern, dass er fürchtet, das Pferdchen würde die Scheitschichten zum Einsturz bringen. Nur Zentimeter davor kommt es zu stehen, bläst seinen heißen Atemdampf in den Stapel. Die Mädchen wagen kaum zu atmen. Die grauenhafte Vorstellung, sie könnten entdeckt werden, überfällt sie mit stockmachender Angst. Es müssen mehrere Russen sein, die am Stapel lehnen oder davor hin und her gehen. Drei, werden sie später erfahren, sind es, die sich abgesondert haben, auf ihrem Hof rasten, mal eben „vorbeischaun“ wollten. Sie rufen sich gegenseitig deutsche Vokabeln zu: eins, zwei, drei. Und hurra. Und: Frau komm! Keine Armeslänge von ihnen entfernt lachen sie darüber, haben ihren derben Spaß, der die Mädchen ängstigt und beschämt. Der in fremder Sprache geführten Unterhaltung können sie nichts entnehmen. Auch der Tonfall offenbart nichts. Das Gesagte bleibt für sie sinnlos. Nichts lässt sich ahnen, sich deuten. Was erwartet sie? Worauf müssen, sollen sie sich einstellen? Ist Einstellen überhaupt möglich? Spielraum noch da?

Heiße Furcht wechselt mit betäubender Kälte. Ein Bewegen, das Einnehmen einer lockeren, bequemeren Haltung lässt ihr enges Gefängnis nicht zu. Sie schauern bei dem Gedanken, husten oder niesen zu müssen, atmen nur ganz flach und fürchten doch, ihr Atemhauch könnte durch die Hohlräume der Scheitwand dringen, sie verraten, den Soldaten sichtbar werden, hörbar das laute Hämmern ihrer nicht zu beruhigenden Herzen. Nur schemenhaft nehmen sie sich gegenseitig wahr. Wagen keine Berührung. Dennoch ist jeder die Anwesenheit des anderen Trost. Qual und Angst geteilt zu wissen, lassen Mut und Hoffen nicht gänzlich untergehen.

Nur vereinzelt und in Sprenkeln hüpf das blaue Mittagslicht in die Schichtwand. Versatzstücke, die sie beim vorsichtigen Spähen durch die belassenen Lücken im Stapel erfassen, fügen sich aber zu keinem stimmigen Bild, lassen das Einschätzen der Gesten, einen Wortzusammenhang, ein Erkennen der Situation nicht zu. Sie können sich nicht austauschen über das was sie vermuten, glauben, fürchten. Und gleichzeitig mahlt ihre rastlose Kopfmühle immer wieder die hoffenden und vernichtenden Wenss und Abers und Vielleichts krümelklein.

In Not und Leid hat Zeit viel Zeit. Für Anneliese und Irma mussten über drei zur Ewigkeit gedehnte Stunden vergehen, ehe Karl rief: „Die Russen sind weg! Mädchen, Mädchen, prima seid ihr davongekommen. Ganz prima“.

Hannelore Johanning



Aus der Zeit gesprungen



Egal, von welcher Seite ich meinen Kopf im Spiegel betrachtete: Ich gefiel mir nicht mehr! Die Haare waren – nach mehr als acht Wochen Friseur-Abstinenz – aus der Form geraten, egal, wie sehr ich sie auch mit

Shampoo, Kur und Spray verwöhnte! Es vergingen nur wenige Tage, bis diese *Nichtfrisur* auch beim Kaffeeklatsch mit meinen Freundinnen zu durchaus kritischen Kommentaren führte.

Und es blieb nicht dabei. Es folgten konkrete Empfehlungen, zu welchem Friseur ich ihrer Meinung unbedingt gehen müsse. Ich hörte interessiert zu, begutachtete insgeheim vor allem die Haarfarbe meiner Freundinnen und entschied mich in Gedanken für den Friseur, den mir Iris empfohlen hatte, weil ihre Haare – obwohl schon von Natur grau geworden – wunderbar gestrahlt waren und das durchschimmernde Grau das Farbspiel besonders belebte.

Gott sei Dank hatten unsere Gespräche bald andere Themen. Nachdem alles Wichtige oder Unwichtige besprochen war, gingen wir zufrieden mit einem neuen Termin für den nächsten Kaffeeklatsch auseinander.

Gleich am Tag darauf machte ich telefonisch einen Termin im Friseursalon und zwar bei der Friseurin, die mir von meiner Freundin genannt worden war. Noch eine ganze Woche musste ich meinen Kopf

ertragen, bevor ich mich auf den Weg zum Salon machen konnte.

Bisher spielte für mich bei der Auswahl eines Friseursalons auch der optische Eindruck des Salons eine große Rolle. Modern, hell, schick eingerichtet sollte er sein, und junge Friseurinnen mit extravaganten Frisuren, elegantem Makeup und langen, lackierten Nägeln waren natürlich auch wichtig und für mich Attribute eines guten Friseursalons.

Und nun stand ich vor zwei Schaufenstern mit leicht vergilbten Gardinen, alten Postern und den obligatorischen Gummibäumchen. Zwei Schaufenster, getrennt durch die Eingangstür. Sie hatte ebenfalls



schon ein beträchtliches Alter, das war nicht zu übersehen und sah ein wenig gammelig aus. Auch die Eingangsstufen hätten dringend einer Sanierung bedurft.

Alles in mir schrie danach, auf dem Absatz umzudrehen und woanders mein Glück zu versuchen. Doch irgendetwas hielt mich davon ab. Vielleicht war ich neugierig darauf, wie es innen aussehen möge.

So stieg ich die vier Stufen hinauf und versuchte, die Tür

nach innen zu aufzustoßen. Da wurde sie bereits geöffnet, eine junge Dame begrüßte mich mit frischem, natürlichem Lächeln und bat mich freundlich, hereinzukommen.

Sobald ich die Tür geschlossen hatte, geschah etwas Merkwürdiges mit mir! Auf einmal fühlte ich mich um viele Jahre in

der Zeit zurückversetzt. Es schien mir so, als sei ich gerade aus dem 21. Jahrhundert zurück in die Mitte des 20. Jahrhunderts katapultiert worden! Gleich hinter der Eingangstür musste man sich entscheiden: Links ging in den Herrenrechts in den Damensalon. Zögerlich wandte ich mich nach rechts, und der aus dem Herrensalon herbeigeeilte Chef half mir höflich aus dem Mantel. Er bat mich, auf einem der Friseurstühle Platz zu nehmen und offerierte mir Kaffee, Tee oder Mineralwasser. Ich entschied mich für eine Tasse Kaffee.

Es war ein recht kleiner Salon. Im Damensalon hingen vier runde Spiegel an der Wand. Davor die obligatorischen Sessel. An der anderen Wand eine Garderobe mit billigen Plastikbügeln und weiter hinten im Raum eine kleine Küche, vom Salon getrennt durch eine dünne Wand. Vor dieser Wand stand – wohl mehr als Deko, wie ich dachte – ein älteres Klavier und darauf eine Vase mit einem Papierblumenzweig. Alles sah ein wenig antiquiert aus, mit Rauhfasertapete aus längst vergangener Zeit; nichtssagende Bilder oder angeheftete Poster schmückten sie.

Drei recht betagte Damen mit dauerwellgelockten silbrigen Haaren in den Friseurstühlen ließen meine Hoffnung auf eine moderne schicke Frisur immer mehr verblassen, und wartend stellte ich mir innerlich die Frage: „Wie kommst Du hier bloß schnell wieder raus?!“ An solch einem Ort konnte ich doch weder einen flotten Haarschnitt, noch eine hübsche Farbe und erst recht keine schicke Frisur erwarten!

Andererseits fühlte ich mich plötzlich merkwürdig berührt von der Atmosphäre im Raum. Von Hektik oder Stress überhaupt keine Spur! Ich fühlte mich wie aus der Zeit gefallen, überließ mich der

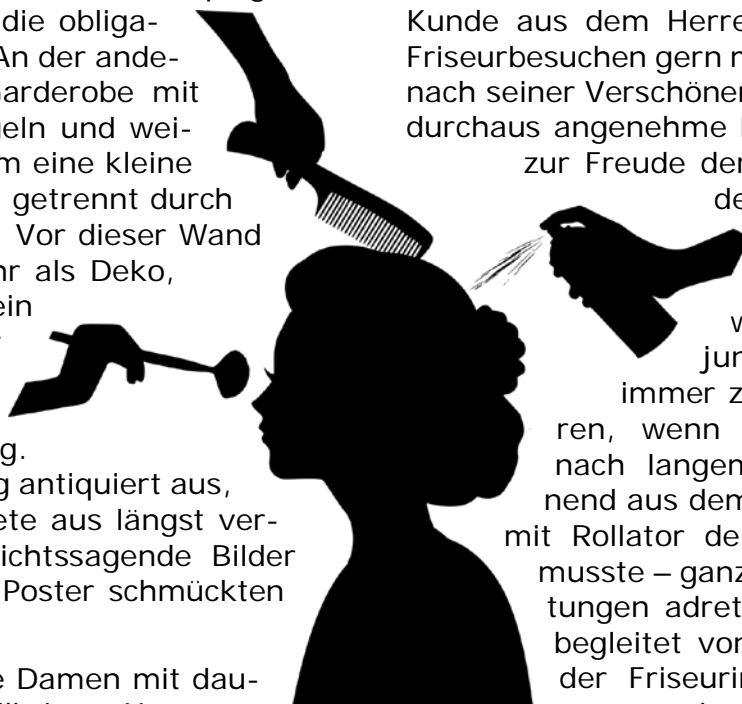
Situation und hörte den Gesprächen zwischen den beiden Friseurinnen und ihren Kundinnen zu. Nicht einmal habe ich sie, während ich lauschte, ertappt, dass sie gegenüber den älteren Damen uninteressiert und unpersönlich gewesen wären. Im Gegenteil: Ich gewann immer mehr den Eindruck, dass die betagten Damen es genossen, aus ihrem Alltag zu erzählen und sich dabei der Aufmerksamkeit gewiss zu sein. Geschmeichelt lauschten sie den Komplimenten und der Anteilnahme gegenüber ihrer gesundheitlichen Verfassung. Man merkte, dass es ihnen wirklich guttat, so wahrgenommen zu werden!

Ganz nebenbei erfuhr ich, dass hier ein Kunde aus dem Herrensalon bei seinen Friseurbesuchen gern mal – vor oder auch nach seiner Verschönerung – dem Klavier durchaus angenehme Melodien entlockte zur Freude der im Salon weilenden Kundschaft.

Schön war es, mitanzusehen, wie besorgt die jungen Friseurinnen immer zur Hilfe bereit waren, wenn eine Kundin sich nach langem Stillsitzen stöhnend aus dem Sessel erhob und mit Rollator den Salon verlassen musste – ganz nach ihren Erwartungen adrett hergerichtet und begleitet von guten Wünschen der Friseurinnen. Man spürte geradezu ihre Freude auf das nächste Wiedersehen

an diesem Ort. Je länger ich so im Salon verweilte, desto wohler fühlte ich mich und vergaß mehr und mehr meine Sorge um eine schicke Frisur in diesem altbackenen Salon.

Und dann war ich an der Reihe. Sabine, die ich „gebucht“ hatte, wandte sich mir zu und erfragte geduldig meine Wünsche, bevor sie Hand anlegte. Ihre Schere benutzte sie so souverän, als seien es verlängerte Finger ihrer rechten Hand. Dabei kamen wir beide immer mehr ins Gespräch und dieses weitete sich alsbald so



(Mohamed Hassan/Pixabay)

aus, dass irgendwann alle weiblichen Personen im Salon mit eingebunden waren und ihre Meinungen miteinander austauschten. Nebenbei hatte ich bemerkt, dass auch im Herrensalon eine gesprächige Konversation im Gange war.

Was soll ich sagen? Es war einfach gemütlich und entspannend! Ich fühlte mich wirklich wohl und hatte nie das Gefühl, dass hier Zeitdruck oder gar Hektik die Arbeit bestimmte. Im Gegenteil, Sabine nahm sich Zeit, überprüfte immer wieder ihre Arbeit und fragte nach, ob alles für mich in Ordnung sei. Als ich mich zum Abschluss mit neuer schicker Frisur und

wunderschön gesträhnten Haaren im Spiegel von vorn und hinten betrachtete, war ich höchst zufrieden. Das hatte ich wirklich nicht erwartet, nicht in diesem Salon! Aber ich habe verstanden, warum es so wichtig ist, dass dort niemand daran denkt, irgendetwas zu modernisieren. Es würde eine wunderbare Atmosphäre zerstören!

Und so verließ ich den Salon mit einem neuen Termin, kehrte zurück ins 21. Jahrhundert ... und flugs hatten mich Straßenlärm, Hektik und Stress des Alltags wieder.

Hety Büchte



(Bild: www.Live-Karikaturen.ch)

<p>THOMAS <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>

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.

Das unerwartete Ableben des Max-Adalbert Berlau-Biesekötter

Eine schlüpfrige Geschichte
Zweiter Teil

Liebe Leserinnen und Leser:



Im ersten Teil der Kriminalerzählung wurde der Pflegedienstleiter der Seniorenanoase „Zum heiligen Amadäus“, Max Adalbert Berlau-Biesekötter, von der Reinigungskraft Olga tot aufgefunden. Der Pflegedienstleiter hatte die Bewohnerinnen des Altenheims von seinem Büro aus überwacht, mithilfe von Videokameras in allen Zimmern. Auf seinem Computer waren jedoch sämtliche Daten gelöscht worden. Bei der Reinigung der Zimmer fand Olga in Zimmer 3 einen Zettel mit der kompromittierenden Aufforderung „Pfoten wech vonne Unterplinten, du Sausack von Stasi-Maxe!!!“ Im Nachbarzimmer entdeckte sie in der

Wäschekommode der attraktiven, angeblich dementen Ehefrau des Schönheitsspezialisten Dr. Preuß verführerische Unterwäsche. Außerdem schien Marita Preuß doch recht fit zu sein. Offensichtlich im Vollbesitz ihrer geistigen Kräfte wollte sie von Olga wissen, was diese in ihrer Wäschekommode suchte.

Geschickt zog sich Olga aus der Affäre: Sie beglückwünschte Frau Preuß zu ihren erfreulichen Genesungsfortschritten, schloss wie beiläufig die Wäschekommode und leerte den Papierkorb. In diesem fand sie, begraben unter zahlreichen Wattepad und Tempotaschentüchern, eine Spritze und einen Stick. Olga ließ sich nichts anmerken, aber innerlich lief sie zur Höchstform auf: Sie musste sofort Frau Beierlin-Busemann informieren. Wieder auf dem Flur, wählte sie blitzartig die Nummer der Kommissarin und erstattete ihr Bericht. 20 Minuten später war Frau Beierlin-Busemann vor Ort, mit einem Durchsuchungsbefehl in der Tasche. Sogleich gab sie die verdächtige Spritze an das Labor weiter. Dann kontrollierte sie den Stick, während das Zimmer von Frau Preuß in Anwesenheit des stellvertretenden Pflegedienstleiters durchsucht wurde.

„Die Spritze und den Stick habe ich leider mit den Händen angefasst“, hatte ihr Olga mit bedauerndem Augenaufschlag mitgeteilt. „Wegen der Fingerabdrücke. Da hab' ich in der Aufregung nicht dran gedacht.“ Wohlweislich hatte Olga verschwiegen, dass sie sich in aller Eile eine „Sicherungskopie“ des Sticks angefertigt hatte. Und so kam es, dass sowohl die leitende

Kommissarin als auch die Reinigungskraft Olga die auf dem Stick befindlichen Video-Dateien zeitgleich überprüften: Frau Beierlin-Busemann auf dem großen Bildschirm im Büro des verstorbenen Pflegedienstleiters und Olga auf ihrem kleinen Laptop in der Abstellkammer für die Reinigungsgeräte. Während Olga jedoch zunächst den Zeitraum von 8:30 Uhr bis 17:00 Uhr ins Visier nahm, also ihre Arbeitszeit, interessierte sich die Kommissarin für die Aufnahmen der vergangenen Nacht zwischen Mitternacht und drei Uhr morgens, da Dr. Brakenkämper den Zeitpunkt des Todes bereits auf „höchstwahrscheinlich zwischen ein und drei Uhr morgens“ eingegrenzt hatte.

Frau Beierlin-Busemann warf zunächst einen Blick auf die Bewohnerin von Zimmer 3, eine gewisse Jutta Hurtig, eine pensionierte Mathematiklehrerin. Was machte Frau Hurtig denn dort, nur spärlich beleuchtet vom Schein einer Kerze? Sie hatte die Kommode ausgeräumt. Was suchte sie? Nun bildete sie gleichgroße Stapel ihrer Unterwäsche, die sie akkurat nebeneinander positionierte. Was tat sie denn da? Nein, sie suchte nichts, sie zählte, sie zählte ihre Unterhosen, und zwar jeden Stapel einzeln. Außerdem starrte sie zwischendurch dauernd in den

großen Wandspiegel und zog an ihrer Nase. Das schien ein richtiger Tick zu sein. Da, schon wieder! Aha, jetzt hängte sie ein großes Tuch vor den Spiegel. Arme Frau, sie kam wohl als Täterin nicht in Frage. Nun wechselte Frau Beierlin-Busemann zu den Aufzeichnungen von Zimmer Nr. 4, in dem Frau Marita Preuß wohnte. Zunächst konnte sie aufgrund der Dunkelheit kaum etwas erkennen. Aber doch, da lag jemand im Bett, wälzte sich unruhig hin und her und murmelt etwas. Kein Zweifel, das war Marita Preuß, deutlich zu erkennen an der Lockenmähne und der leichten Stupsnase. Damit kam sie als mögliche Täterin eigentlich nicht infrage, musste aber wegen des Inhalts ihres Papierkorbs trotzdem befragt werden, am besten in Anwesenheit der Polizeipsychologin Kottwitz.

Zwei Stunden später saßen sich die Kommissarin, die Polizeipsychologin und Frau Preuß gegenüber: Frau Preuß hatte darauf bestanden, weder in ihrem Zimmer noch in einem anderen Raum der Seniorenase befragt zu werden, vielmehr schien ihr das Polizeipräsidium hierfür doch der passendste Ort zu sein, gehe es doch um den Mord am Pflegedienstleiter. Nach dem einleitenden Hinweis auf die Wahrheitspflicht und der Aufnahme der persönlichen Daten ging Beierlin-Busemann zunächst ganz behutsam vor: „Frau Preuß, wie fühlen Sie sich gerade? Fühlen Sie sich dieser Unterhaltung gewachsen?“ „Na ja, es geht so. Ich mach mir Sorgen um meinen Mann.“ „Aber warum denn? Können Sie das erklären?“ „Ach wissen Sie, ich habe Angst, dass er etwas Dummes gemacht hat.“ „Was meinen Sie damit?“ „Nun, es kommt ja doch heraus, dann kann ich es auch gleich erzählen. Sie müssen wissen, der Max hat meinen Mann erpresst. Dabei ging es um Frau

Hurtig. Frau Hurtig war eine Patientin meines Mannes. Er hat ihre Adlernase in eine gerade Nase verwandelt, auf ihren Wunsch natürlich. Und danach tickte sie nicht mehr richtig und hat behauptet, mein Mann hätte ihr ein Allerwelts Gesicht gemacht. Er hätte ihre Seele geraubt. Sie lief von einem Gutachter zum andern. Dumm nur, dass nichts bei rauskam, ihre Nase ist nämlich super geworden. Als sie drohte, zur Bildzeitung zu gehen, zahlte mein Mann ihr einmalig eine große Summe und sie gab Ruhe. Sie entwickelte jedoch eine schwere Psychose. Sie zog dauernd an ihrer Nase und musste schließlich frühpensioniert werden. Als sie vor 3 Jahren in dieses Pflegeheim kam, hat Max ihr die Sache mit der OP entlockt und fing an, meinen Mann zu erpressen. Außerdem hat er Frau Hurtig richtig auf Touren gebracht. Er hat ihr einen Mega-Metallspiegel ins Zimmer gehängt - wo sie doch Spiegel inzwischen so hasste. Gerne hat er ihr andersfarbige Unterwäsche untergejubelt. Das machte sie echt fertig, sie glaubte, sie könnte nicht mehr zählen.“ „Frau Preuß, woher wissen Sie das alles?“ „Ich kannte Max genauer, ich bringe ihm seit 3 Jahren das Geld vorbei, insgesamt sind es bis jetzt 150.000€. Ich habe ihm erzählt, dass ich meinen Mann leid bin und auf Macke machen würde, damit ich in seiner Nähe sein könnte. Deshalb auch die idiotischen Schlüpfer. Er fühlte sich geschmeichelt, der Idiot. Natürlich hatte ich die ganze Sache, also meinen Einzug vor 2 Monaten, mit meinem Mann geplant, um die Lage vor Ort zu peilen und um dem Max ein bisschen auf die Finger zu gucken. Und jetzt ist er tot, und ich habe Angst, dass mein Mann die Nerven verloren hat.“

Eva von Kleist

Liebe Leserinnen und Leser!

*Wie könnte die Erzählung enden? Teilen Sie uns Ihre Vermutung begründet mit. Wenn Sie uns überzeugen, werden wir die Erzählung in Ihrem Sinne bzw. nach Ihren Vorgaben fortsetzen. **Einsendeschluss ist der 15.05.2020***

Sie erreichen uns per Mail (siehe Fußzeile) oder per Post: Füllhorn-Redaktion, Seniorenbüro, Am Vreithof 8, 59494 Soest



Tante Elli



Wie geht es deiner Tante?", frage ich Ella bei unserem nächsten Treffen. „Nicht besonders gut. Ihr Hermann hat einen Schlaganfall erlitten. Er ist zur Kurzzeitpflege in einem Altenheim. Für vier Wochen!“

Das ist hart, denke ich! Für beide, Hermann und Elli. Sie haben gerade ihren dritten Frühling erleben dürfen, träumten davon, die Welt mit dem Wohnmobil zu bereisen und jetzt...

„Haben sie wenigstens schon das Wohnmobil getestet? Sind sie denn schon mal damit verreist?“ „Ja, sie waren in Portugal, Spanien, Italien, und auf dem Weg nach Hause ist es passiert.“

„Ach, und wie kam Tante Elli mit der Situation zurecht?“ „Sie waren gerade in Abano Terme in der Nähe von Venedig. Bezauberndes Städtchen! Sie hatten ein Hotel mit eigener Thermalquelle gebucht. Hermann hatte sich auf eine Liege gelegt, die Augen zugemacht und war eingeschlafen. Als Tante Elli ihn zum Abendbrot wecken wollte, sah sie, dass er nicht schlief, sondern halb gelähmt auf seiner Liege lag. Mit dem Krankenwagen wurde er ins Spital eingeliefert, und da gab es ein Riesenproblem: Keiner von beiden sprach Italienisch! Und die Ärzte sprachen kein Deutsch!“

„Und wie ist es weitergegangen?“ „Tante Elli rief gleich bei Hermanns Sohn an, der auch Arzt ist, und der reiste sogleich an. Wahrscheinlich konnte er Italienisch oder vielleicht hat er sich mit Latein beholfen, auf jeden Fall hat er ziemlich schnell einen Transport nach Deutschland organisiert.“

„Und Tante Elli? Wie kam sie nachhause? Mit dem Wohnmobil? Allein?“ Ella nickt energisch mit dem Kopf: „Ja, stell dir das mal vor! Mit ihren 78 Jahren!“

Ich bin so froh, dass Tante Elli nichts passiert ist, und entscheide mich, sie zu besuchen und ihr beizustehen. Wahrscheinlich ist sie sehr traurig.

Es ist Ende Juni, als wir uns bei Tante Elli treffen. Noch unterwegs kündigt sich Regen an und die Wolkendecke wird immer dichter. Ein Nieselregen breitet sich aus und sorgt für schlechte Sicht und ungemütliche Stimmung. Aber bei Tante Elli brennt der Kamin, als wir eintreten.

Vor dem knisternden Kaminfeuer wartet bereits ein gedeckter Kaffeetisch auf uns. Ein Sanddorn-Pfirsich-Kuchen, den sie selbst gebacken hat, thront in der Mitte. Sie weiß, wie gerne ich den mag! Wir plaudern fröhlich eine Weile, das Thema *Hermann* ersparen wir uns zunächst gegenseitig. Aber dann packt Tante Elli ein Stück Kuchen in eine Dose und wir fahren ins Altenheim.

Es ist ein modernes mehrstöckiges Haus mit viel Glas und Beton. Drinnen ist es ruhig, wir sehen auf den Gängen nur wenige Patienten mit ihren Rollatoren. Das Pflegepersonal ist nicht unfreundlich, aber reserviert. Hermanns Zimmer liegt im vierten Stock; es ist ein Einzelzimmer. Als er Tante Elli sieht, versucht er sich in seinem Rollstuhl so gerade wie möglich aufzurichten, aber das gelingt ihm nicht. Er ist rechtsseitig gelähmt.

Tante Elli streichelt seine Wange, und Hermann versucht zu lächeln. Ich habe Hermann bisher noch nicht kennengelernt, aber dieser Mann im Rollstuhl ähnelt dem attraktiven Hermann auf dem Bild, das ich vor einigen Monaten gesehen habe, nicht im Geringsten.

Tante Elli nimmt den Kuchen aus der Dose und schiebt ihn mit einem kleinen Löffel Hermann in den Mund, Stückchen für Stückchen. Hermann genießt ihre liebevolle Fürsorge und schenkt ihr ein leichtes Lächeln. Tante Elli wischt geduldig die Krümel um seinen Mund herum weg. Das

Leiden dieses mir unbekanntes Mannes berührt mich, weil er so hilflos, gebrechlich und so plötzlich alt geworden ist. Ich kann daran nichts ändern, und es macht mich traurig. Tante Elli jedoch ist gefasst, strahlt Mitgefühl für seine missliche Lage aus und tut das Richtige. Sie leidet nicht mit Hermann, sie stärkt ihn und er nimmt es an. Woher schöpft sie diese Kraft? Aus der Liebe zu ihm?

Ein Mann Anfang sechzig tritt in den Raum, geht zu Hermann, umarmt ihn und fragt: „Wie geht es dir heute, Vater?“ Die Antwort kann ich nicht verstehen, bei Hermann ist die Sprache verloren gegangen. Gerd, der Sohn von Hermann, umarmt auch Tante Elli und fragt sie: „Bist du dir sicher, dass du es machen möchtest?“ Tante Elli nickt: „Ja, ganz sicher.“ Gerd zieht eine Grimasse, als ob er Zahnschmerzen hätte, winkt uns und geht hinaus auf den Balkon, um zu rauchen.

Ich bin neugierig: Was möchte Tante Elli *ganz sicher* machen? Hat Hermann ihr einen Heiratsantrag gemacht? Schon vorher, als er noch in der Lage dazu war? Möchte sie jetzt ihr Versprechen einlösen? Aber das sollte sie doch nicht tun, sonst wird sie ihre schöne Witwenrente verlieren. Ich möchte Ella fragen, worum es hier geht, aber sie ist auf den Balkon gegangen und spricht mit Gerd.

Ich nehme meinen Mut zusammen und frage Tante Elli, wozu sie „Ja“ gesagt hat. „Ich werde Hermann nach der Kurzzeitpflege zu mir nehmen. Ich werde ihn zuhause pflegen.“ Ich muss mich hinsetzen. Das kann nicht ihr Ernst sein! Sie hat drei Jahre ihren Mann allein gepflegt, ist dabei an ihre Grenzen gegangen und jetzt das Gleiche noch einmal von vorne! Mit 79! Hermann kann sich nicht einmal die Nase putzen, er kann weder ohne Hilfe essen noch trinken, er kann sich nicht alleine die Zähne putzen, ganz zu schweigen vom Toilettengang.

Ich nehme mir fest vor, mit Tante Elli heute Abend zu sprechen. Aber als ich nach dem Abendessen los reden möchte, macht Ella große Augen und schüttelt den

Kopf. Ich spreche es trotzdem an. Tante Elli schweigt eine Weile, dann steht sie auf und sagt: „Komm bitte mit!“ Sie führt mich in ein großzügiges Hinterzimmer, das einen herrlichen Blick in den Garten ermöglicht und außerdem einen ungehinderten Zugang zur Terrasse, Rollstuhl geeignet.

„Schau mal, wie schön ich es eingerichtet habe. Alles ist da: Krankenbett und Toilettenstuhl aus dem Sanitätshaus, das Regal mit seinen Lieblingshörbüchern und Lieblingsfilmen, Musikanlage und Fernsehen, Bilder von seiner Familie an der Wand und hier in der Kiste die Dinge, die ich für den Physiotherapeuten besorgen sollte.“ Sie richtet liebevoll das Kissen und zieht die Decke gerade. „Es ist schwer zu erklären, doch ich bin mir sicher, dass ich es schaffe.“

Mir kommen die Tränen. Was für ein großes Herz hat diese Frau!



EVANGELISCHE PERTHES-STIFTUNG e.V.
menschennah.

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

„Gerd wollte, dass der Vater in der Senioren-Residenz bleibt, denn Gerd ist noch berufstätig und hat keine Möglichkeit, seinen Vater zu sich nachhause zu nehmen. Lange Arbeitszeiten, Schichtarbeit mit großer Verantwortung, er schafft es einfach nicht.“ Sie fängt meinen Blick auf und hebt die beiden Hände hoch: „Natürlich müssen sich Kinder um ihre Eltern kümmern, das ist das Natürlichste auf der Welt. Das heißt jedoch nicht, dass sie ihren Beruf deshalb aufgeben müssen.“

„Und du, Tante Elli, du gibst dich nicht auf bei dieser Aufgabe? Es nützt niemandem, wenn du aufopferungsvoll selbst krank wirst und zusammenbrichst. Denk an dein Alter! Und was ist jetzt mit deinem Wohnmobil? Du wolltest doch die Welt bereisen?“

„Die Angst, etwas im Leben zu verpassen, ist auch kein guter Lebensberater. Ir-

gendetwas verpasst der Mensch immer! Später, wenn es Hermann besser geht, fahren wir wieder in den Süden, ans Meer.“

Ich schaue sie skeptisch an. Etwas leise sagt sie: „Vielleicht.“ Sie schüttelt noch einmal kräftig das Kissen, legt es aufs Bett und lächelt.

„Ich freue mich darauf, mit Hermann lange Winterabende vor dem Kamin zu verbringen. Wir werden Karten und „Mensch ärgere dich nicht“ spielen. Ich werde ihm Geschichten vorlesen und Frühstück ans Bett bringen.“

Ich habe mir vorgenommen, mir nie wieder Sorgen, um Tante Elli zu machen. Sie ist weiser und stärker als ich und Ella zusammen. Ohne solche Menschen wäre unser Leben trübe.

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



**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.



Da sitz ich nun, ich armer Hase,
und Ostern ist's.
Mir läuft die Nase,
denn Regen rinnt ins frische Gras
und alles um mich her ist nass.

Wo bleibt sie denn,
die Festtagslaune
mit ihrem fröhlichen Geraune,
wenn dieses kühle Wasserrieseln
verbreitet sich auf dunklen Kieseln?

Die Farben meiner bunten Eier
sind wie verhüllt von grauem Schleier,
der aus dem Boden sich erhebt
und wabernd zu den Wolken strebt.

Doch trotzdem bin ich nicht erbost,
denn die Erfahrung gibt mir Trost:
Schon bald wird wieder Sonne scheinen
und Wärme, Licht und Glanz vereinen.

*Dann kann ich ganz gelassen, trocken
in diesem frischen Grase hocken.*

Dagmar Schindler
(Bild: www.Live-Karikaturen.ch)



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



Besonders jetzt, wenn die Weihnachts- und Festtage mit ihrer „Schokoladenseite“ hinter uns liegen, mit Schokolade in allen Formen (Nikoläuse, Weihnachtsmänner, Engelchen, Glocken, Kugeln), wird deutlich, in welchem Überfluss wir leben. Und dieser Überfluss wird sich zu Ostern wiederholen!

Wie anders war das doch in den Vierzigern und Fünfzigern des vergangenen Jahrhunderts! Ich habe mit sechs Jahren die erste Schokolade gesehen bzw. gegessen – und das kam so:

Unsere Familie lebte damals mit drei Parteien in einem Drei-Familien-Haus, dessen Eigentümer in einer anderen Straße wohnten und neben diesem Mietshaus noch einen großen Garten besaßen – wohlgeschützt eingezäunt mit einem kleinen abgeschlossenen Gartentürchen.

Dieser Garten war in unseren Augen ein Paradies: Obstbäume, Beerensträucher, Gemüsebeete und ein wundervoller, samtweicher Rasen. Heinz, der mit uns gleichaltrige Sohn der Hauseigentümer lud uns manchmal gnädig in dieses Paradies zum Spielen ein.

In unserem Mietshaus wohnte mit Mutter und Großmutter auch Hans, genannt Hänschen, ein ebenfalls gleichaltriger Junge, der uns immer beim Spielen störte und den wir ausschlossen oder vor ihm fortliefen, wenn er auftauchte.

Eines Nachmittags spielte ich friedlich mit Heinz im „Paradies-Garten“ Hümpelkästchen auf dem sandigen Gartenweg, während Hänschen alleine im Mietshausgarten im Sandkasten saß und die Ohren hängen ließ, weil er niemanden ärgern

konnte. Als seine Mutter aus dem Parterrefenster schaute, erkannte sie die Situation ihres „armen Kindes“ sofort und rief mich zu sich: „Du bekommst zwei Stückchen Schokolade von mir, wenn Du jetzt mit Hans spielst.“

Das Wort *Schokolade* elektrisierte mich – Schokolade kannte ich nur aus Erzählungen von Eltern und Großeltern. Wir Kinder bekamen zu Weihnachten nur selbstgemachte Plätzchen, deren Herstellung wir gut kannten. Da hieß es: auf dem Feld Ähren lesen, Spreu von den Körnern trennen, Körner in der Kaffeemühle zu Mehl mahlen und daraus mit Milch und wenig Zucker Plätzchen backen. Und jetzt, im Spätsommer, zwei Stückchen Schokolade für mich ganz alleine!? Dafür musste ich aber das Paradies, d. h. den „guten“ Spielkameraden, verlassen und zu dem „unguten“ Hänschen überwechseln.

Ich verdrängte ein tiefes Unbehagen und ließ das kleine Stückchen Schokolade in meinem Mund zerschmelzen. Das war Verrat, das war Sünde – war das der Beigeschmack von Schokolade?

Heinz ging nach Hause, er schloss das Gartentürchen wieder ab. Nach zehn Minuten „Sandkasten mit Hänschen“ ging ich auch, denn von Zeit hatte die Mutter ja nicht gesprochen.

Ich esse selten Schokolade, aber wenn, dann muss ich noch nach all den Jahren an dieses Kindheitserlebnis denken und gebe, um meine Schuld zu schmälern, Hänschens Mutter die Schuld an meinem „süßen Verrat“ – und natürlich dem Krieg, der uns Kindern nicht nur Schokolade so lange vorenthalten hat.

Ina Prößdorf

So war das damals...

Nachkriegszeiten

Als ich geboren wurde war *KRIEG*. Meine Eltern, wie alle anderen Eltern, oftmals auch nur Mütter, taten alles, um uns Kinder durch diese schwere Zeit zu bringen.

In Deutschland rollten sinnlos „Räder für den Sieg“, man praktizierte die verbrecherische „Endlösung der Judenfrage“. In den USA diskutierte man über einen möglichen „Morgenthau-Plan“, der genau so sinnlos gewesen wäre wie alles zuvor. Kurz: eine schlimme Zeit.

Persönlich habe ich keine Erinnerung daran. Wie sagte Helmut Kohl später: *„Es war die Gnade der späten Geburt!“*

Meine Erinnerungen begannen ca. vier bis fünf Jahre später: Es gab noch keinen Fernseher, keine Schluckimpfung und keine Tiefkühlkost. Unser Fernseher war ein Kaleidoskop mit schöneren Bildern als heute. Die Schluckimpfung war der Löffel Lebertran. Die Tiefkühlkost war eingemachtes oder getrocknetes Obst. Bis in den Januar hinein noch frische Äpfel. Boskop oder rote Weihnachtsäpfel an den Landstraßen gepflückt.

Der Arzt wurde nur in wirklichen Notfällen aufgesucht, bei Verstauchungen, Blinddarm und Platzwunden, die dann ohne Betäubung genäht werden mussten, es heilte bei mir so. Es halfen Wadenwickel, heiße Zitrone mit Honig, bei Durchfall Kohletabletten. Spulwürmern wurden mit Wermut-Tee ohne Zucker der Garaus gemacht. Für einen Becher gab es zehn Pfennig Belohnung.

Wer schon einmal Wermut-Tee ohne Zucker getrunken hat, weiß, dass so ein Becher mit zehn Pfennig bei weitem unterbezahlt ist. Daher rührt wohl auch der Spruch: *Er hat sein Geld bitter verdient*. Das Geld kam dann in eine Spardose. Ein leicht abgerundetes Blechkonstrukt mit einem abschließbaren Boden. Der Schlüssel lag an einem geheimen Ort, den nur Mutter kannte. Glaubte sie! Oben mit zwei

Öffnungen versehen. Eine runde, für eng gerollte Scheine gedacht – aber wer hatte schon Scheine –, die Öffnung wurde so gut wie nie benutzt. Außerdem ein Langloch für die Wehrmutgroschen, denn irgendwann musste ja wieder der Honig für die heiße Zitrone gegen Halsschmerzen gekauft werden.

Es gab keine Waschmaschine, nur den großen mit Holz und Kohle befeuerten Waschkessel. Holz gab es auf Baustellen, und Kohle wurde organisiert. So nannte man das damals.

Waschpulver wurde aus geriebener Kernseife selber gemacht. Die Wäsche musste in einer von Hand bewegten Rubbeltrommel gerubbelt werden, durch einen Hebel auf dem Deckel – vor und zurück, vor und zurück. Sie nahm einen ganzen Tag in Anspruch und war wirkliche Schwerstarbeit.



(Bild: Manfred Antrianas Zimmer / pixabay.com)

Der Wäschetrockner war die über den Hof gespannte Leine. Unsere Unterwäsche und Betten wurden kuschelig weich, alles musste nach dem Trocknen gebügelt werden. Ich verstand übrigens nie, warum das Gewaschene erst getrocknet wurde und dann zum Bügeln wieder nass gemacht werden musste.

Etwas gab es, das Mutter nicht hautgerecht hinbekam. Das waren die langen, selbstgestrickten Strümpfe. Die Wollfäden zum Stricken bestanden, vom Gefühl her zumindest, aus gekämmten Wollresten und lang faserigem Heu, die über die

Stricknadeln zu Strümpfen geformt waren. Sie kratzten und piekten fürchterlich. Kurze Hosen wurden fast das ganze Jahr getragen. Im Herbst bis zum Mai war Folterzeit durch die Strümpfe. Gehalten wurden sie durch ein Leibchen, das mit Haken und Ösen um den Bauch gewickelt war. An diesem Bauchwickel hingen die Strapse. Diese wiederum hielten die Strümpfe mit einem Knopf. Beim Spielen rollte sich der Hüfthalter zu einer Wurst und rutschte Richtung Beine. Das Ergebnis waren die nackten Oberschenkel unterhalb der kurzen Hose und wellenförmige Strümpfe bis zu den Knöcheln.

Lange Hosen gab es nur im strengsten Winter, sie waren zu teuer. Auch unter den langen Hosen mussten lange Stümpfe getragen werden. Clochard-Hosen wie heute, bei denen die Löcher teurer sind als die Hose, gab es nur, wenn ich mal wieder durch Hecken und über Zäune getobt bin. Zu Hause wurden dann Kleiderbügel, Kochlöffel oder Teppichklopfer zweckentfremdet.

Die langen Hosen hatten einen Bund, der in die Schuhe gesteckt wurde. Beim Spielen im Schnee – und es gab noch Schnee – war das der Garant für nasse Füße und eventuelle Erkältungen. Aber es gab ja die Spardose mit dem Wermutgeld für Zitrone und Honig.

Mutter brauchte keinen Weichspüler oder Entkalker für den Waschkessel. Mit Essig gereinigt, war der gleiche Kessel gleichzeitig Kochtopf für Pflaumenmus und Zuckerrübensirup.

Über Nacht entstanden an den Fenstern tolle Eisblumengebilde. Am Morgen habe ich dann durch Anhauchen ein kleines Guckloch in die schönen Eisblumen gemacht, um zu sehen, ob es über Nacht geschneit hatte. Wenn dann der Küchenherd angeheizt war und die Fenster langsam abtauten, lief das Tauwasser in die kleine Ablaufrinne und von dort durch ein Röhrchen nach draußen. Wenn das zugefroren war, schwamm bald das gesamte Fensterbrett.

Im Frühjahr ging es in den Garten. Ich musste mit, wohl nicht wegen der Aufsicht, sondern zum Unkraut ziehen, um Totholz von den Bäumen zu sammeln und, und, und. All das waren damals kindgerechte Tätigkeiten. Aber es war für mich immer ekelhaft, wenn die feuchte Erde an meinen Händen trocknete und dann langsam bröselte. Ein kalter Schauer lief dann über meinen Rücken.

Als bald gab es aus dem Garten das erste Erfrischungsgetränk, den selbst gemachten Rhabarbersaft. Er schmeckte nicht nur gut, sondern förderte auch die Verdauung, war also gut gegen Verstopfung.

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

Warum dem Erzähler gerade die eklig bröselnde Erde und der Rhabarbersaft in besonderer Erinnerung geblieben sind, erfahren wir in einem weiteren Bericht im nächsten Füllhorn.

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 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.

Zweite Soester Seniorenwoche 20. – 26. April 2020:

„Älter werden – jung bleiben!“

Im Rahmen dieser Veranstaltungswoche stehen eine ganze Woche lang die die Soester Seniorinnen und Senioren im Mittelpunkt!

**Der Bürgermeister, Dr. Eckhard Ruthemeyer
wird die *Zweite Soester Seniorenwoche* eröffnen:**

**Auftaktveranstaltung:
Montag, 20. April 2020 – 18:00 h
Kulturhaus „Alter Schlachthof“**

Anschließend wird Margarete Heckel, Autorin, Journalistin und Moderatorin, das Geheimnis lüften, warum die Menschen im Alter glücklicher sein werden als je zuvor, bzw. warum es nie spannender war, älter zu werden!

Nach einer kurzen Pause lädt Claudia Hirschfeld, Musikerin und Komponistin, die Gäste zum Mitsingen, Schunkeln und Freude haben ein!

Und noch ein Termin, den Sie sich merken sollten!

25.04.2020 – 10:00 – 14:00 h:

**Informations- und Mitmachttag im Petrushaus:
*Neues entdecken, Freizeit gestalten – Kontakte knüpfen****

Lassen Sie sich überraschen, was es sonst noch alles zu entdecken gibt! Das Programmheft zur **Zweiten Soester Seniorenwoche** erscheint Mitte März!

Ich hoffe, dass ich Ihr Interesse an der Seniorenwoche wecken konnte und bedanke mich bei allen Akteuren, die die Seniorenwoche mit vielfältigen Angeboten unterstützen! Es bietet sich allen Besuchern ein buntes Programm aus Unterhaltung, Information, Freizeittipps und Beratungsangeboten!

Petra Arlitt

(Seniorenbeauftragte der Stadt Soest)

*** Hier wird auch das FÜLLHORN-Redaktionsteam mit einem Stand vertreten sein! Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

**Kurzübersicht - Termine der 2. Soester Seniorenwoche
20.04. - 26.04.2020**

Tag	Uhrzeit	Thema	Gebühr	Veranstaltungsort
Montag - 20.04.20	10:15	„Barfuß die Natur erleben“ Eröffnung des Barfußpfades		Lina-Oberbäumer Haus, Feldmühlenweg 17, Soest
	13:30 - 16:30	Frühlingsfest der AWO-Montagsgruppe	2,50 €	Begegnungsstätte Bergenthalpark, Nöttenstr. 29c, Soest; Anmeldung: 02921/33111
	18:00	Auftaktveranstaltung: 2. Soester Seniorenwoche „Älter werden-jung bleiben“		Kulturhaus „Alter Schlachthof“ in Kooperation mit der Stadt Soest; Ansprechpartnerin: Petra Arlitt: 02921/103 2212
Dienstag – 21.04.20	09:30 - 10:15	Rollator-Training		Altenpflegeeinrichtung Perthes-Zentrum Bleskenweg 1-3, Soest
	10:30 - 11:15	Rollator-Training		
	10:00 – 11:15	Führung über den Osthofenfriedhof		Osthofenfriedhof Anmeldung erforderlich 02921/103 4410 Veranstalter: Kommunale Betriebe Soest/Friedhofsverwaltung
	10:00 – 13:00	Internet-Treff		Petrushaus (Keller), Veranstalter: Internettreff Soest e.V.
	10:15 – 11:00	„Begegnung und Aktivitäten am Barfußpfad“		Lina-Oberbäumer Haus, Feldmühlenweg 17, Soest
	13:30 – 17:30	Doppelkopf-Spielen		Begegnungsstätte Bergenthalpark, Nöttenstr. 29c, Soest; Anmeldung: 02921/33111
	14:30 – 16:00	Tanzen für Seniorinnen und Senioren		Turnhalle im Jahnstadion; Veranstalter: Seniorenbüro Soest;
	15:00	„Kultur und Kulinarisches“ – Internationale Gerichte und ihre Geschichte(n)		Pflegeheim Hanse-Zentrum, Kasernenweg 11, Soest
	15:00 – 16:30	„Sing mit, bleib fit“ Schlager der 40er bis 60er Jahre		Thomä-Residenz (Speisesaal), Lütgen Grandweg 4-6, Soest
	15:00 – 18:00	Seniorenclub; Spiele-Nachmittag im Ardeyhaus	3,00 € (Kaffee und Kuchen)	Ardeyhaus, Paradieser Weg 84, Soest; Anmel- dung bis 20.04.unter Tel.: 02921/665302
	16:00 – 17:00	„Freizeit aktiv gestalten“ Vortrag Thema: Ehrenamt		Seniorenzentrum St. Antonius, Thomästr. 8a, Soest
	16:00 – 18:00	Benefizkonzert des Luft- waffenmusikkorps Münster	10,00 €	Stadthalle Soest; Veranstalter: Seniorenberrat und Seniorenbeauftragte der Stadt Soest;
	17:30	„Abnehmen mit Vernunft“ Erfahrungsaustausch		Begegnungsstätte Bergenthalpark, Nöttenstr. 29c, Soest; Anmeldung: 02921/33111

Tag		Thema	Gebühr	Veranstaltungsort
Mittwoch - 22.04.20		Keine Scheu vor dem Fahrkartensystem (versch. Termine am Vormittag)		Soester Bahnhof; Angebot der Deutschen Bahn; Anmeldung: 02921/103 2212 (Arlitt)
	09:30 – 13:00	Fit & Aktiv im Wasser für Seniorinnen und Senioren	6,00 €	AquaFun Soest, Ardeyweg 35, Soest
	09:30 – 10:15 10:30 – 11:15	Mobilität erhalten Tipps rund um den Rollator-	3,00 €	Seniorenzentrum St. Antonius, Thomästr. 8a, Soest; Anmeldung: 02921/590300
	09:30 – 10:30	„...und oben fit“ Gedächtnistraining		Rotkreuzzentrum Soest, Ferdinand-Gabriel-Weg 7, Soest;
	22.04. 29.04. 06.05. jeweils 09:00 – 12:00	Erste Hilfe- wie war das noch? Druckverband, Defibrillator & Co	30,00 €	Rotkreuzzentrum Soest, Ferdinand-Gabriel-Weg 7, Soest; Anmeldung: 02943/871320
	10:15 – 11:00	„Begegnung und Aktivitäten am Barfußpfad“		Lina-Oberbäumer-Haus, Feldmühlenweg 17, Soest
	10:45 – 11:45	„Freude auf Schritt und Tritt“ Musik, Tanz, Bewegung-		Rotkreuzzentrum Soest, Ferdinand-Gabriel-Weg 7, Soest; Anmeldung: 02924/3245061
	14:00 – 15:00 h	Klimaschutz und Stadtentwicklung Vortrag mit Diskussion		Tagungsstätte Soest, Feldmühlenweg 15, Soest
	14:30	Filmcafé mit Kaffeepause: „Frühstück bei Monsieur Henri“	3,50 € (Kaffee gedeckt)	Begegnungsstätte Bergenthalpark, Nöthenstr. 29c, Soest Anmeldung: 02921/33111
	15:00 – 16:00 16:00 – 17:00	„Locker vom Hocker“ Sitzgymnastik		Albertus-Magnus-Haus, Im Tabrock 8, Soest
	15:00 – 16:00	„Wer rastet, der rostet...“ Gedächtnistraining mit Bewegung		Alzheimer Gesellschaft Schwemecker Weg 1, Soest Anmeldung: 02921/9810512
	15:00 – 16:00	Rechtliche Informationen rund um Handy & Vertrag		Verbraucherzentrale Soest Nottebohmweg 2-8, Soest (gegenüber dem Osthofentor)
	15:00 – 17:00	Frischzelle Glauben - innehalten und auftanken	3,00 € (Kaffee und Kuchen)	Patroklus-Haus Thomästr. 1a, Soest Anmeldung: 02921/103 2212 (Arlitt)
	17:00 – 18:30	Führung durch das Stadtarchiv		Stadtarchiv Soest Jakobistr. 13, Soest Anmeldung: 02921/103 1242
	22.04. 29.04. 06.05. Jeweils 17:30 – 18:30	„Nicht rasten – ran an die Tasten!“ Akkordeon-Schnupperkurs für Anfänger und Wiedereinsteiger	20,00 €	Rotkreuzzentrum Soest Ferdinand-Gabriel-Weg 7, Soest; Anmeldung: 2921/71943 (ab 18:00 Uhr)

Tag		Thema	Gebühr	Veranstaltungsort
Donnerstag - 24.04.20	10:00 – 16:00 h	Verkehrssicherheitstag auf dem Soester Marktplatz		Marktplatz Soest Verkehrswacht Soest/Kreispolizeibehörde und weitere
	10:00 – 11:30	Führung über den Osthofenfriedhof		Osthofenfriedhof Anmeldung erforderlich 02921/103 4410 Veranstalter: Kommunale Betriebe Soest/Friedhofsverwaltung
	10:15 – 11:00	„Begegnung und Aktivitäten am Barfußpfad“		Lina-Oberbäumer-Haus Feldmühlenweg 17, Soest
	14:00 – 15:30	Sicherheit im Medienalltag Vortrag der Kreispolizeibehörde		Rathaus I (Kleiner Sitzungssaal), Am Vreithof 8, Soest;
	15:00 – 16:50	Seniorenkino „Enkel für Anfänger“	5,00 €	SchlachthofKino, Ulrichertor 4, Soest;
	15:00 – 17:30	Tanznachmittag	3,00 € (Kaffee und Kuchen)	Saal des Kulturhauses „Alter Schlachthof“ Ulrichertor 4, Soest
	15:00	„Café Classique“ Musikalischer Nachmittag bei Kaffee und Kuchen		Pflegeheim Hanse-Zentrum, Kasernenweg 11, Soest
	15:00 – 17:00	Seniorenachmittag mit Kaffee und Kuchen	Kollekte	Hohne-Gemeindehaus Am Hohnekirchhof 1, Soest Anmeldung: 02921/2253
	15:00 17:00	Internet-Treff		Petrushaus (Keller) Petrikirchhof 10, Soest
	15:45 – 17:15	Gedächtnistraining	3,50 €	Begegnungsstätte Bergenthalpark, Nöttenstr. 29c, Soest; Anmeldung:02921/33111
	17:00 – 18:00	„Notrufassistenz – Unterwegs so sicher wie zu Hause“ Vortragsveranstaltung		Seniorenzentrum St. Antonius Thomästr. 8a, Soest
	19:00 – 20:30	„Sagenhaftes Soest“ Ein literarischer Spaziergang		Treffpunkt: Stadtbücherei Soest, Severinstr. 10, Soest

**eReader für die ONLEIHE
(s. Beitrag S. 37)**



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.

Freitag - 24.04.20	09:00 – 12:00	Balance zwischen Alltag und Entspannung		Kleiner Sitzungssaal im Rathaus I, Am Vreithof 8, Soest; Veranstalter: Klinikum Stadt Soest
	09:30 - 11:00	„Spaziergang mit Köpfchen“ Gedächtnisübungen in Bewegung		Treffpunkt: Rezeption der Thomä-Residenz Lütgen Grandweg 4-6, Soest Anmeldung: 02921/3760
	10:00 – 11:00	Senioren-gymnastik im Sitzen		Adolf-Clarenbach-Haus Heinsbergplatz 12, Soest
	10:30 – 12:00	„Keine Angst vor dem letzten Willen“ Info-Veranstaltung zum Thema Erbrecht		Sparkasse Soest Hauptstelle Puppenstraße 7-9, Soest; Eintrittskarten kostenlos an allen Geschäftsstellen erhältlich
	15:00-17:00	„Alt werden – jung bleiben“ Senioren-nachmittag im Petrushaus	4,00 € (Kaffee und Torte)	Petrushaus, Petrikirchhof 10, Soest; Anmeldung: 02921/13000
	15:30	Malen mit Heidelinde		Begegnungsstätte Bergenthalpark Nöttenstr. 29c, Soest; Anmeldung: 02921/33111
	16:30 – 18:00	Brandschutz-aufklärung der Feuerwehr		Feuerwache Soest Florianweg 11-13, Soest; Anmeldung: 02921/103 2212 (Arlitt)
Samstag - 25.04.20	10:00 – 14:00	„Neues entdecken: Freizeit gestalten Kontakte knüpfen“ Bunter und abwechslungsreicher Informationstag im Petrushaus		Petrushaus, Petrikirchhof 10, Soest
Sonntag - 26.04.20		Abschlussveranstaltung der 2. Soester Seniorenwoche Musikalischer Nachmittag mit Kaffee und Kuchen	3 Euro + 2 Euro Für Kuchen- gedeck	Kulturhaus „Alter Schlachthof“ Ulricher Tor 4, Soest Veranstalter: Kooperation des Kulturhauses „Alter Schlachthof“ mit der Soester Musikschule und der Stadt Soest, Seniorenbeauftragte; Kartenvorverkauf im Seniorenbüro und im Kulturhaus „Alter Schlachthof“

Das ausführliche Programmheft für die 2. Soester Seniorenwoche erscheint voraussichtlich Mitte März 2020 und liegt u.a. für Sie bereit im Soester Seniorenbüro, Am Vreithof 8, 59494 Soest.



Hetys
Computerecke



Digitale *Online Ausleihe* der Stadtbücherei Soest

Viele städtische Bibliotheken bieten ihren Kunden neben der klassischen Ausleihe von Büchern, Zeitschriften, etc. seit einigen Jahren den Service an, sich **eBooks** auszuleihen. Büchereien

schließen sich oft dazu zusammen und starten eine digitale Onleihe als Verbund.

Möglicherweise sind Sie bereits fleißiger Nutzer der klassischen Angebote der Soester Stadtbücherei. Aber kennen und nutzen Sie auch deren digitale Onleihe? Das Stöbern, Ausleihen und Lesen von **e-Books** mit für die öffentlichen Bibliotheken speziell angepassten Webseiten ist für Sie als Benutzer mit Leseausweis (20,00 €/Jahr) völlig kostenlos.

Wie funktioniert das denn? Über welche digitalen Geräte muss man als Benutzer verfügen? Und was kostet das? Fragen über Fragen! Ich will versuchen, einige davon zu beantworten.

Voraussetzung ist, dass Sie in Ihrem Haushalt über ein **WLAN** und einen internetfähigen **eReader** (oder eBook-Reader) verfügen. Und Sie müssen einen Leseausweis der Soester Stadtbücherei haben, sonst können Sie sich nicht auf die Webseite von www.onleihe24.de einloggen.

Außerdem benötigen Sie eine **ADOBE-ID**. Sie regelt beim Ausleihen von eBooks die Ausleihzeiten. Sobald die Leihfrist verstrichen ist, kann man das eBook nicht mehr auf dem eReader öffnen. Wie Sie eine solche ID erhalten, erklären Ihnen die Bedienungsanleitungen und Angestellten der Stadtbücherei.

Zeitungen und Magazine lassen sich nur mit Smartphone, Tablet oder PC lesen.

Welche Vorteile hat die Nutzung eines eReaders? Er ist sehr leicht, wiegt nur etwa 200 - 250 g, ist ca. 15 x 11 cm groß,

kann mehrere hundert Bücher speichern und passt in jede Handtasche. Der Preis des eReaders beträgt zwischen 100,00 – 300,00 Euro, je nach Modell, das Sie kaufen möchten.

Im Unterschied zu Tablets und Smartphones lässt sich auf einem eReader lesen, wie man es vom Papierbuch gewöhnt ist. Selbst, wenn Sie am Strand mitten in der Sonne liegen, können Sie mit dem eReader komfortabel lesen, aufgrund des nicht spiegelnden Displays. Es ist auch problemlos möglich, gleichzeitig in mehreren Büchern zu lesen, weil der Reader automatisch die zuletzt gelesene Seite eines Buches speichert.

Und ein weiterer Vorteil liegt darin, dass der eReader über ein Wörterbuch verfügt. Ab und zu möchte man ein Wort in einem Buch nachschlagen – entweder, weil man es nicht kennt oder einfach aus Interesse. Wie praktisch ist es da, wenn man dafür nicht die Lektüre unterbrechen muss, weil die benötigten Wörterbücher in den E-Book-Reader integriert sind.

Die Verlage legen bei Papierbüchern die Schriftgröße und -art fest. Das aber können Sie beim eReader selbständig einstellen, ganz nach Ihren eigenen Bedürfnissen. Wenn Sie lieber die Buchstaben etwas größer dargestellt haben möchten und auch den Zeilenabstand ein wenig ausdehnen möchten, dann ist das alles kein Problem und ein großer Vorteil für Menschen mit Sehschwäche u.a.m.

Die aktuellen eBook-Reader besitzen eine eingebaute Beleuchtung und einen lesefreundlichen Hintergrund, damit können Sie selbst in totaler Dunkelheit oder in einer Umgebung mit diffusen Lichtverhältnissen gut lesen.

EBook-Reader sind sehr sparsam im Stromverbrauch und verfügen deshalb über einen sehr leistungsfähigen Akku. Wenn Sie etwa jeden Tag ca. 1 Stunde

lang lesen, hält der Akku mindestens 14 Tage ohne Aufladen aus.

Einige eBook-Reader sind sogar wassergeschützt, das heißt, man kann auch in der Wanne sein Lieblingsbuch lesen! Aber – lassen Sie das Gerät nicht ins Wasser fallen: Ein paar Spritzer verträgt es schon, aber es ist nicht wasserdicht!

Leider sind nicht alle eBooks-Formate mit jedem Lesegerät kompatibel. Sämtliche öffentliche Bibliotheken sind im Verbund auf der Website www.onleihe24.de zu einzusehen. Sie empfehlen den eBook-Reader **TOLINO**. Mit diesem eReader lassen sich alle ihre angebotenen eBooks lesen! Sie können sich bei der Stadtbücherei Soest für vier Wochen einen eReader ausleihen und testen, ob das Gerät für Sie geeignet ist.

Möchten Sie Hörbüchern lauschen, sollten Sie das mit Smartphone oder Tablet umsetzen. Mit eReadern können Sie die eBooks der öffentlichen Bibliotheken nur lesen, nicht aber hören. Dasselbe gilt für eAudio- und eVideo-Dateien. Diese lassen sich nur mit PC, Smartphone oder Tablet anschauen und anhören und benötigen dafür die **Onleihe-App**, die sich über den Playstore (Android) oder den Appstore (IOS) installieren lässt.

Sie sollten wissen, dass der eReader von Amazon (Kindle) keine Alternative ist! Damit können Sie keine eBooks usw. der öffentlichen Bibliotheken nutzen.

Wie funktioniert die **Onleihe**? Ähnlich wie bei den Papierbüchern können eBooks nur ausgeliehen werden, wenn sie verfügbar sind. Hat bereits ein anderer Büchereikunde das eBook ausgeliehen, müssen Sie leider warten, bis dieser es „zurückgegeben“ hat bzw. die Ausleihe beendet. Wie viele eBooks ausgeliehen werden können, hängt davon ab, wie viele Lizenzen die Stadtbücherei für das jeweilige eBook erworben hat. Die Adobe-ID sorgt dafür, dass die eBooks nicht beliebig kopierbar sind.

Ist ein eBook für Sie nicht verfügbar, können Sie es vormerken lassen und erhalten

eine Mail, wenn es für Sie verfügbar zum Download auf den eReader ist. Außerdem können Sie in der Onleihe stöbern und erhalten so eine Übersicht der verschiedenen Kategorien der Stadtbücherei.

Der Onlinekatalog enthält ca. 80000 Online-Medien. Welche Kategorien stehen denn zur Verfügung?

eBook

Hier finden Sie Bücher, Bücher, Bücher. Es sind mehr als 14000 Bücher registriert.

eAudio

Hier sind Hörbücher aus den Bereichen Belletristik, Unterhaltung, Kinder- und Jugendbibliothek eingestellt. Aber auch Sachmedien und Ratgeber, sowie Podcasts aus dem Gebiet Schule und Lernen. Dazu gehört jeweils eine Hörprobe!

ePaper

Die wichtigsten Tageszeitungen können Sie unter dieser Kategorie lesen: FAZ, Die Zeit, Die Welt, Handelsblatt, Süddeutsche Zeitung und die taz. Auch können Sie hier stöbern in vom Datum zurückliegenden Exemplaren.

eMagazine

Der Stern, Spiegel und Focus, das Testheft von Stiftung Warentest und viele, viele andere Zeitschriften aus den verschiedensten Sachgebieten, wie Reise-Magazine, Handarbeitshefte, usw. sind hier vorhanden. Auch hier finden Sie neben den aktuellen Ausgaben auch Zeitschriften, deren Erscheinungsdatum schon zurückliegt.

eLearning

In diesem Bereich haben Sie Zugang zu Büchern und Videos aus den Gebieten Software und Programmieren, berufliche Weiterbildung, Freizeit und Gesundheit. Auch Sprachen – Englisch, Italienisch, Spanisch und Deutsch lassen sich erlernen.

eVideo

Unter dieser Kategorie treffen Sie vor allen Dingen auf Dokumentationen aus vielen Bereichen unseres Lebens: Hobby &

Lifestyle, Geschichte, Kunst, Kultur & Medien, Wissenschaft & Technik, etc.

In der Onleihe existiert auch ein Forum, wo sich die Nutzer untereinander austauschen und Tipps und Tricks weitergeben. Darüber hinaus sind als Hilfestellung Video-Anleitungen verfügbar, die Ihnen den Umgang mit der Onleihe erklären.

Und das Wichtigste zuletzt: In der Stadtbücherei erhalten Sie Hilfe durch die Angestellten zu allen Themen im Umgang mit der Onleihe aber auch zur Installation des eReaders sowie zum Download und Einrichtung der Onleihe-App auf dem Tablet:

Onleihe-Sprechstunde im März 2020:

montags - 02.03./16.03./30.03.2020:

10:00 – 12:00 h

freitags - 13.03./27.03.2020

16.00 – 18:00 h

Die Stadtbücherei hat darüber hinaus folgende Öffnungszeiten:

Mo+Di+Do+Fr:

10:00 – 13:30 h / 14:30 – 18:00 h

Mittwoch: geschlossen

Samstag: 10:00 – 13:00 h

Hety Büchte

Ich lebe noch immer

(Antwort u.a. auf die Frage: „Was, so alt bin ich schon?“)

Wo sind die Jahre hingegangen,
die unlängst alle vor mir lagen?
Wie konnte ich so weit gelangen,
war so beschäftigt mit den Tagen!

Die Lebenszeit fein portioniert
erhielt ich täglich Stück für Stück,
sah, was der Augenblick gebiert,
ob Leid, ob Freud, sah auch das Glück.

Wie hätt' ich sonst die ganz Fülle
an Lebensreichtum nur gewonnen?
War randvoll eines Jahres Hülle,
dann hat ein neues halt begonnen.

Was sollen Zahlen mich beschweren?
Ich freue mich an ihrem Schimmer!
Für mich die wichtigste der Lehren:
Ich hab' gelebt, und ich lebe noch immer!

Johannes Utsch





Brokkoli-Cremesüppchen

2 Zwiebeln, 200 g Kartoffeln, 1 kg Brokkoli, 1 Liter Brühe, 500 ml Sahne,
Salz, Pfeffer, Muskat, 50 g Mandelblättchen

Zwiebeln und Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Andünsten in Öl und mit Brühe ablöschen. Brokkoli in Röschen teilen, dazugeben und 20 Minuten in der Brühe garen. Mit Pürierstab mixen, Sahne einrühren (evtl. 250 ml Sahne und 250 ml Creme fraiche) und nochmals aufkochen.

Mandeln trocken in einer Pfanne rösten. Suppe vor dem Servieren noch einmal kräftig aufschlagen, mit Mandelblättchen servieren.

Lachs mit Knoblauch-Zitronenöl auf Gemüse

800 g Lachs mit Haut, Salz und Pfeffer

1-2 Knoblauchzehen, 1 Schalotte, Salz, 2 EL gehackte Petersilie, 4-5 EL Olivenöl,
1 unbehandelte Zitrone (Saft und Abrieb), Pfeffer

3-4 Möhren, 1-2 Zucchini, 4 Lauchzwiebeln oder 100 g Zuckerschoten

Knoblauch und Zwiebel schälen und fein hacken, Petersilie waschen und ebenfalls hacken, mit Öl und den weiteren Zutaten abschmecken. Möhren und Lauchzwiebeln, in Scheiben schneiden, die Zucchini der Länge nach in 6-8 lange Streifen schneiden oder hobeln, in der Mitte durchschneiden.

Das Gemüse in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten und bissfest garen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Lachs in 4 Streifen teilen, mit Salz und Pfeffer würzen, 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und den Lachs auf der Hautseite bei mittlerer Hitze kross anbraten, dann wenden und bei schwacher Hitze 3-5 Min. fertig garen.

Das Gemüse auf die Teller verteilen, den Lachs daraufsetzen und mit dem Knoblauch-Zitronenöl beträufeln.

Grüner Kartoffelbrei

800 g Kartoffeln, Salz, 1 Bund glatte Petersilie, 300 ml Milch,
120 g Butter, Muskatnuss.

Kartoffeln mit Salz weich kochen, Petersilie mit der Milch sehr fein pürieren, bis sich die Milch grün färbt. Mit Butter und Muskat in einen Topf geben und erwärmen. Die Kartoffel stampfen oder durch eine Presse geben, Milch nach und nach dazugeben, bis ein cremiges Püree entsteht, mit Salz und Muskat abschmecken.

Ricotta-Eierlikör-Creme

250 g Ricotta, 6 EL Puderzucker, 4 EL Zitronensaft,
60 ml Eierlikör, 300 ml Sahne, 50 g Zucker

Ricotta und Puderzucker verrühren, Zitronensaft und Eierlikör zufügen. Sahne steif schlagen, Zucker nach und nach zugeben. Sahne vorsichtig unter die Eierlikör-Creme heben. In Dessertgläser verteilen und etwa 1 Stunde kalt stellen. Mit gerösteten Mandelblättchen oder frischen Früchten servieren.



Salat mit Räucherfisch

100 g Feldsalat, 1 Bund Rucola, je 1 Bund Kerbel, Petersilie,
Schnittlauch und 1 Kästchen Kresse

Vinaigrette: 1 Schalotte, 4 EL Weißweinessig, 1 TL Honig, 5 EL Nussöl, Salz, Pfeffer
400 g geräucherte Forellenfilets, 100ml Sahne, 1 kleiner Apfel, 1-2 EL Meerrettich

Salat waschen und trocken schleudern, auf Tellern anrichten. Für die Vinaigrette die Schalotte fein schneiden, alle Zutaten verrühren mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Fischfilets in 3 cm breite Streifen schneiden, Sahne schlagen, Apfel reiben, mit Meerrettich unter die Sahne heben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Vinaigrette über den Salat geben, mit Apfel-Meerrettichsahne und Forellenfilets anrichten.

Lübecker Schwalbennest mit Mangold

4 Kalbs- oder Putenschnitzel, Senf, 4 Scheiben rohen geräucherten Schinken (z.B. Schwarzwälder), 4 hartgekochte Eier, etwas Mehl, 1 EL Butter,
200 ml heißes Wasser, 200 ml Rotwein, Salz, Pfeffer

Schnitzel, in einen Gefrierbeutel stecken und flachklopfen, dünn mit Senf bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen. Schinken und Ei auflegen, fest aufrollen und mit Zahnstocher zusammenstecken. In Mehl wälzen, in Butter rundherum goldbraun anbraten, mit heißem Wasser ablöschen, Rotwein dazugeben, 40 Minuten weiter köcheln lassen. Rouladen aus dem Bratenjus nehmen und die Soße mit Speisestärke andicken, Rouladen in der Mitte schräg halbieren, mit Soße servieren.

Tipp: Eventuell übrig gebliebene, erkaltete Rouladen aufschneiden mit Cocktailltomaten oder ähnlichem garnieren und als Fingerfood servieren.

Mangold

1 kg Mangold, 1 Zwiebel, 40 g Butter, Salz, Pfeffer, Muskat, Sahne

Mangoldblätter waschen, tropfnass erhitzen und zusammenfallen lassen. Klein schneiden oder pürieren. Zwiebeln schälen, in Würfel schneiden. Butter erhitzen und Zwiebeln darin dünsten, Mangold dazugeben und noch weitere 10 Minuten fertig garen. Mit den Gewürzen abschmecken. Durch Zugabe von Sahne wird der Geschmack milder und die Vitamine werden besser aufgenommen. Beilage: Salzkartoffeln oder Bandnudeln.

Sahniger Grieß-Beeren-Traum

750ml Milch, 1 Prise Salz, 4 Päckchen Vanillezucker, 80 g Weichweizen-Grieß,
1 EL Butter, 100 ml Sahne, 250 g TK-Himbeeren

Milch mit Salz und 3 P. Vanillezucker aufkochen, Grieß einrühren und gut 5 Minuten quellen lassen, gelegentlich umrühren. Butter untermischen, abkühlen lassen. Sahne mit restlichem Vanillezucker steif schlagen, unter den Grießbrei heben. Himbeeren mit Grießbrei in vier Gläser schichten.

Ein frohes Osterfest und viel Freude und gutes Gelingen beim Nachkochen

wünscht Gerhild Oehmichen

(Bild: [PublicDomainPictures](#) auf Pixabay)



Jeden Monat wiederkehrende Veranstaltungstermine

Uhrzeit	Tag	Gebühr	Veranstaltungsort
	Jeden Montag		
15:00	Senioren-Kaffeeklatsch Spielen, Klönen Zeit zusammen verbringen	3,00 €	Gemeindehaus St. Bruno Akazienstraße 18, Soest Anmeldung: 0178-3212298
15:30	Walkingtreff		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden Dienstag		
10:00 – 13:00	Internet-Treff Beratung, Unterstützung und Anleitung	2,50 €	Petrushaus Petrikirchhof 10, Soest
13:30 17:30	Doppelkopfrunde		Begegnungsstätte Bergenthalpark
15:00 – 17:00	Seniorentanz auch ohne Part- ner/in (Reihen- und Kreistänze)	3,00 €	Turnhalle im Jahnstadion (neben der Stadthalle)
ab 15:00	Seniorentreff mit Kaffeetrinken und Spielen (Skat, Doppelkopf, Rummikub und mehr)	3,00 €	Ardeyhaus, Paradieser Weg; Ansprechpartner: Rosmarie und Armin Häger
	Erster Dienstag im Monat		
09:00	Senioren-Frühstück	3,50 €	Petrushaus, Petrikirchhof 10; Anmeldung unter Tel.: 13000
	Zweiter Dienstag im Monat		
09:00	Senioren-Frühstück	3,00 €	Begegnungsstätte Bergenthalpark Veranstalter: Seniorenbeirat Soest
	Dritter Dienstag im Monat		
15:00	Singen mit Kurt Borger		Begegnungsstätte Bergenthalpark
15:00 – 18:00	RepairCafe hat geöffnet		GRÜNEN-Büro, Wallburger-Osthofen- Wallstraße 1, Soest
	Jeden Mittwoch		
14:30- 18:00	Tanztee mit Marco (Live-Musik) getanzt wird z. B. Walzer, Tango, Rumba, Samba Kaffee und Kuchen	9,00 €	Tagungs- und Kongresszentrum, Eichendorffstr. 2, Bad Sassendorf
	Erster Mittwoch im Monat		
14:30	Basteln und spielen mit Kinder- gartenkindern		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Zweiter Mittwoch im Monat		
15:00	Hilfestellung bei Fragen zur Nut- zung und Einrichtung Smart- phone, Tablet und Internet	6,00 € Pro Std.	Begegnungsstätte Bergenthalpark

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.



Jeden Monat wiederkehrende Veranstaltungstermine

Uhrzeit	Tag	Gebühr	Veranstaltungsort
	Zweiter Mittwoch im Monat		
19:30	Tauschring-Treffen		Begegnungsstätte Bergenthalpark
14:30 - 17:00	Bingo spielen mit Kaffeetrinken		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Dritter Mittwoch im Monat		
14:30 – 17:00	Bingo spielen mit Kaffeetrinken		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Vierter Mittwoch im Monat		
14:30	Filmcafé mit Kaffeepause		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden Donnerstag		
09:00	Treffen der Walking-Truppe		Treffpunkt: Bruno-Kirche
15:45 – 17:30	Gedächtnistraining (außer 3. Donnerstag im Monat)		Begegnungsstätte Bergenthalpark
15:00 – 17:00	Internet-Treff: Beratung, Unterstützung, Anleitung	2,50 €	Petrushaus, Petrikirchhof 10, Soest
	Dritter Donnerstag im Monat		Kulturhaus „Alter Schlachthof
15:00	Tanznachmittag mit Live-Musik und Kaffee und Kuchen (Sommerpause im Juli)		
14:00-17:00	Handarbeitskreis		Pfarrheim St. Bruno, Soest Akazienstraße 16
	Jeden Freitag		
13:30-17:30	Doppelkopfrunde		Begegnungsstätte Bergenthalpark
15:30	Walking-Treff		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Erster Freitag im Monat		
15:00	Tanzcafé mit Live-Musik, Kaffee und Kuchen	5,00 €	Perthes-Zentrum (Saal im Erdgeschoss), Bleskenweg 3, Soest
17:00	Gesprächskreis „Frauen ab 50“		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	2. und 4. Freitag im Monat		
15:30	Malen mit Heidelinde Briedigkeit		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	1., 3., + 5. Freitag im Monat		
17:15	Gesprächskreis „Frauen ab 50“		Begegnungsstätte Bergenthalpark



Senioren - Veranstaltungskalender

Termine „Latschen und Tratschen“

Dienstagsgruppe Treffpunkt um 14:30 Uhr: Am Vreithof/ Rathaus-Treppe	Mittwochsgruppe: Treffpunkt um 14:30 Uhr: Grandweg/ Ecke Klosterstraße	Mittwochsgruppe: Treffpunkt um 14:30 Uhr: Grandweg/ Ecke Klosterstraße
03.03.2020	04.03.2020	05.03.2020
17.03.2020	18.03.2020	19.03.2020
31.03.2020	01.04.2020	02.04.2020
14.04.2020	15.04.2020	16.04.2020
28.04.2020	29.04.2020	30.04.2020
12.05.2020	13.05.2020	14.05.2020
26.05.2020	27.05.2020	28.05.2020

Zusätzliche Veranstaltungstermine

Datum	Anlass	Gebühr	Veranstaltungsort
22.02.20	63. Seniorenkarneval in der Soester Stadthalle	13 €	Seniorenbüro der Stadt Soest; Weitere Informationen: 02921/103 2202
21.04.20	Benefizkonzert des Luftwaffenmusikkorps Münster in der Egerländer Blasbesetzung	10 €	Seniorenbüro der Stadt Soest; Weitere Informationen: 02921/103 2202
30.04.20	Offenes Singen von 10:30 – 11:30 Uhr (Weitere Termine: 14.05./28.05./18.06.)		Petrushaus Soest, Petrikirchhof 10, Soest
09.05.20	20 Jahre AWO im Bergenthalpark		Begegnungsstätte Bergent- halpark, Nöttenstraße, Soest
17.05.20	Spargelesen		Veranstalter: Arbeiterwohl- fahrt (AWO Soest); Anmel- dung: 02921/33111



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?

Das Rathaus, den „Wilden Mann“ oder das Haus der Loge kennt jeder. Zumindest die vordere Schauseite. Aber kennen Sie auch die Hinterhöfe oder Rückseiten, die nicht so um unsere Aufmerksamkeit werben?

Ich erinnere mich an den Ausspruch eines Journalisten, der nach einer Reise durch den Hinterhof der USA, nämlich Mittelamerika, behauptete: „Die Amerikaner haben ihren Hinterhof verdammt schlecht in Ordnung!“ Wie dem auch sei. Wie haben die Soester ihre Hinterhöfe in Ordnung? Gehen Sie auf Entdeckungstour! (Keine Angst, die Standorte des Fotografen waren ohne Beeinträchtigung privater Rechte frei zugänglich.)



1	2	3	4	5

Bringen Sie Hinterhöfe und Vorderseiten in der Tabelle zusammen und **senden Sie Ihre Recherche bis zum 15. Mai an das Seniorenbüro.**

Aus den richtigen Lösungen werden drei ausgelost. Die Gewinner erhalten je zwei Freikarten zu einer Veranstaltung des Seniorenbüros.

Viel Spaß beim Raten!
Hans-Werner Gierhake

Auflösung des Rätsels aus Heft 4/2019

Aus den richtigen Lösungen werden drei Gewinner/innen ausgelost, die mit je einer Begleitperson vom Bürgermeister zu einem Kaffeetrinken im Burghofmuseum eingeladen werden. Die Gewinner werden in Kürze vom Seniorenbüro benachrichtigt.

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

Den Markt kennt jeder Soester und jeder Besucher in Soest. Und Sie haben die richtige Lösung gefunden, wenn Sie beim Gang durch die letzten 150 Jahre die Bilder diesen Jahreszahlen zugeordnet haben.

A	1875	5
B	1900	1
C	1916	2
D	um 1960	6
E	1991	3
F	2019, im Oktober	4



Er ist's

*Frühling lässt sein blaues Band
wieder flattern durch die Lüfte;
süße, wohlbekannte Düfte
streifen ahnungsvoll das Land.*

*Veilchen träumen schon,
wollen balde kommen.
Horch, von fern ein leiser Harfenton!
Frühling, ja du bist's!*

Dich hab ich vernommen!

(Eduard Mörike)



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.flickr.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



Herr Köhler fragt den Automechaniker: „Na, kriegen Sie meinen alten Wagen wieder flott? Darauf der Mechaniker: „Ja, wenn wir ein neues Auto zwischen die beiden Nummernschilder bauen.“

Die Lehrerin erklärt: „Die Füße laufen und die Nase riecht.“ Da meldet sich Fritzchen: „Bei uns ist das anders. Bei uns riechen die Füße und die Nasen laufen.“

Die große Familie sitzt zu Weihnachten bei Oma um den Tisch. Oma hat Lasagne zubereitet. Tante Berta fragt die kleine Marie: „Und? Wie schmeckts?“ Antwortet die begeistert: „Besser als zu Haus!“ (Ihre Mutter war nicht so begeistert.)

Maximilian fragte seinen Vater: „Papa, was weißt du über den Neandertaler?“ Antwortet der Vater: „Nicht viel. Es frag doch mal deinen Onkel, der arbeitet bei der Bank.“

Oma ist schon alt und telefoniert werktäglich um neun morgens mit ihrer Tochter. Das ist ihr Start in den Tag. Als sie sonntags auch einmal so früh anruft sagt die Tochter mit leichtem Vorwurf: „Aber Oma, weißt du, wie spät es ist und heute ist Sonntag, da schlafen wir doch länger.“ „Ja, ich habe es deshalb nur ganz leise klingeln lassen.“

Treffen sich zwei Spinnen. Fragt die eine: „Warum hast du mich gestern nicht angerufen?“ „Und mir leid, kein Netz.“

In der Grundschule: „Janis was ist die Hälfte von zwölf?“ „Weiß ich nicht, Herr Lehrer, aber allzu viel kann es nicht sein!“

Treffen sich zwei alte Freunde. „Und? Was machst du so?“ „Ich arbeite an der zweiten Million.“ „O, und was ist mit der ersten?“ „Ach, das hat nicht geklappt.“

„Jetzt weiß ich endlich, warum die Leute in dem neuen Café Tee trinken.“ „Und warum?“ „Ich habe den Kaffee dort probiert.“

Zwei Katzen sitzen vor einem Vogelkäfig. „Der ist ja grün, das ist kein Kanarienvogel.“ „Vielleicht ist er noch nicht reif.“

Der Kunde im Reisebüro ist genervt. „Ich bin schon dreimal um die Welt gereist. Haben sie nicht ein neues Reiseziel für mich?“

Die Mutter fragt: „Warum hast du denn den Teddybären ins Tiefkühlfach gelegt?“ „Ich wollte doch so gern einen Eisbären haben.“

2. Soester

Seniorenwoche

„Älter werden - jung bleiben“



20. - 26. April 2020