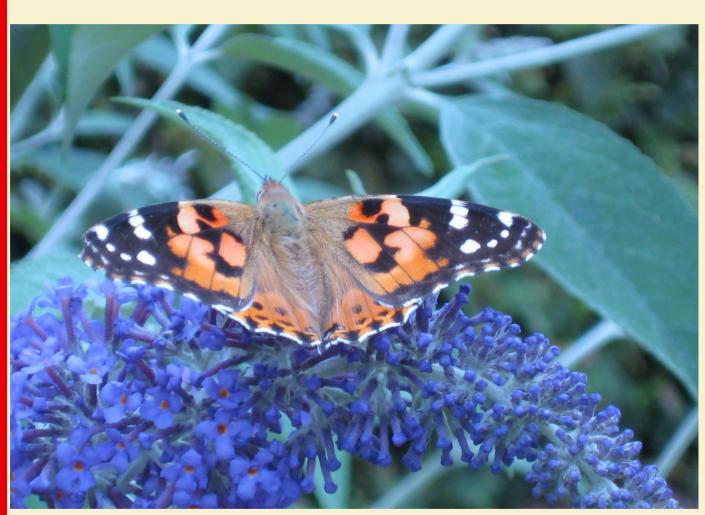


32. Jahrgang Ausgabe 131 III. Quartal 2020



"Leben allein genügt nicht", sagte der Schmetterling. "Sonnenschein, Freiheit und eine kleine Blume muss man auch haben." H.C. Andersen (1805-75)





## **Inhalt**

### **DIALOG**

Seite 2 Editorial

Seite 3 Ich bin's - der Neue

Seite 32 Termine

Seite 34 Impressum/Preisrätsel; Antrag Förderverein

## Zeitgeschichte/Reisen

Seite 4 • 150 Jahre Strecke Schwerte - Arnsberg

Seite 7 Schwerter Senfmühle zieht in die Haverhallen

Seite 8 Heimatverein Ergste e.V.

Seite 10 Afri-Cola, Anjola und Libella - fast schon eine

Legende

Seite 11 Nordseeurlaub

### Schwerte aktuell

Seite 12 Neue Broschüre informiert über Hospiz- und Palliativversorgung in Schwerte

Seite 13 Erste Bank mit Aufstehhilfe

Seite 14 ISEK Westhofen: Ein neuer Anlauf im nächsten Jahr

Seite 15 Neue Marktschwärmerei in Schwerte

Seite 16 Erstmals deutschlandweit Sicherheitsringe für Blinde eingesetzt

### **AS-Forum**

Seite 16 UPB Unabhängige Patientenberatung

Seite 17 Zusammenspiel zweier Faktoren gefährtet
Frauenherzen nach einer Krebserkrankung

Seite 18 Mehr Sicherheit für Fahrzeuge

Seite 19 Von Fittness am Wohnzimmerfenster und

Engagement in der Krise

Seite 20 PSA-Test - was er Wirklich taugt

Seite 21 Hilfe für Verkehrsunfallopfer

Seite 22 Notdienste bei Insektenplage

Seite 23 Den eigenen Nachlass planen

Seite 24 Urlaubs-Hilferuf von falschen Freunden

## **Erzählungen/Gedichte**

Seite 25 Herbstbild

Seite 27 Lügenbaron

Seite 27 Rotkäppchen

Seite 28 Löwensafari

Seite 30 Die Brück' am Tay

### Liebe Leserinnen und Leser!

Der Sommer ist um, jetzt laden die herbstlich bunten Wälder zum Spazierengehen ein. In den vergangenen Sommerferien fielen Fernreisen ja weitgehend aus, dafür entdeckten viele Urlauber die Nord- und Ostsee mit ihren langen Stränden, an denen die Wellen mit den weißen Schaumkronen ausrollen. Und die Möwen, die gern neugierig die Bauherren der Sandburgen besuchen, sorgen für zusätzliche Unterhaltung.

"Unser" Sauerland mit seinen vielen Flüssen und Seen fanden viele Feriengäste aber auch interessant. Die Strände sind zwar klein, aber dafür fahren auf den großen Seen Ausflugsschiffe. Von ihnen kann man, geschützt unter einem Sonnendach, bei Kaffee und Kuchen oder ein Eis löffelnd, die bewaldeten Ufer bestaunen, vor denen Segelboote das glitzernde Wasser durchkreuzen. Manchmal leisten sich sogar Paddelboote eine kurze "Wettfahrt" mit dem Ausflugsdampfer oder ein Motorboot mit einem Wasserskifahrer im Schlepp zischt vorbei. Tretboote können auch ausgeliehen werden und während automatisches Strampeln die "schwimmende Insel" fortbewegt, bringt das Betrachten der ziehenden weißen Wolken vielleicht die Erfüllung von Traumreisen.

An kühleren Tagen im warmen Zimmer oder beim Laufen durch raschelndes Laub erinnern sich Ausflügler bestimmt gern daran.

Ich wünsche Ihnen noch viele erholsame "Spaziergänge" und bleiben Sie gesund.

Herzlich Ihre Wilma Frohne

Eisenbahnen in Schwerte



Eisenbahnjubiläum: 150 Jahre Strecke Schwerte - Arnsberg

Seite 4

Gutes aus der Region



Neue Marktschwärmerei in Schwerte

Seite 15 ->

## Ich bin's - der Neue und ich wollte mich mal vorstellen

Naja neu bin ich nicht mehr, aber der Neue im Team der AS.

Mein Name ist Jürgen Hüsmert, geb. 1957 (so steht es im Personalausweis, also nix mit Neu) fühle mich aber gar nicht so alt wie da behauptet wird.

Nun könnte man das Glück nennen, denn amtlich belegt gehe ich nun in den Ruhestand und finde dadurch etwas Zeit um ehrenamtlich für die AS tätig zu werden. Geboren wurde ich in Huryde, in der wunderschönen Grafschaft Mark, ich bin durch und durch Hörder mit einem Hang zu meiner Nachbarstadt Schwerte – kein Dortmunder.

Meine Ausbildung - zwei kaufmännische Berufe, um dann doch im Finanzamt als Quereinsteiger zu landen. Ich bin seit 1987 verheiratet und Vater einer 28jährigen Tochter.

Zu meinen Hobbys zähle ich Fotografieren, Angeln, Autofahren, Computerspiele und früher mal getunte amerikanische Autos.

Die Liebe zur Fotografie habe ich schon als Kind erfahren, mit fünf Jahren bekam ich meine erste Kamera; die Fotografie ist kein Hobby mehr, denn ich bin mittlerweile



Jürgen Hüsmert auf der Pirsch

als Fotograf für Hochzeiten, Events, Familienfeiern uvm. Unterwegs und ich liebe es.

Von 2010 bis 2019 war ich nebenberuflich als Vor-Ort-Redakteur eines Dortmunder Regiomagazins tätig und habe dadurch Ferdinand Ziese kennengelernt, heute "mein Freund Ferdi". Durch Ferdi kam ich zur AS und mein Hang zur Stadt Schwerte verfestigte sich weiter.

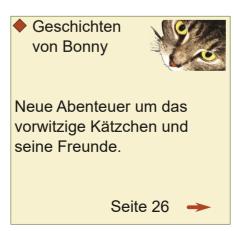
Nun kurz und bündig:

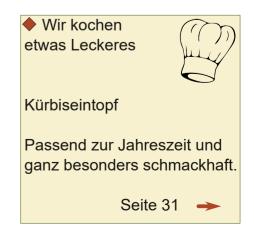
"Hallo liebe Leser - hier bin ich!"

Natürlich gibt es zum Einstand auch was Artikeliges und zwar gleich zweimal.

Hier ein Link zu meiner eigenen Internetseite: www.augen-blicke.one







### Eisenbahnjubiläum

## "150 Jahre Strecke Schwerte - Arnsberg"

(Inbetriebnahme 1.6.1870)

### von Wolfgang Güttler

Für die im Schnittpunkt von Ruhrgebiet und Sauerland liegende Stadt Schwerte begann die Eisenbahnzeit am 1. April 1867. An diesem Tag wurde der planmäßige Bahnbetrieb auf der durch die "Bergisch-Märkische Eisenbahngesellschaft (BME)" errichteten Gleistrasse von Hagen-Hengstey nach Holzwickede aufgenommen.

Um 1850 plante man den Bau einer Eisenbahnlinie von Schwerte nach Neheim. Auf alten Plänen ist zu erkennen, dass die Trasse allerdings auf der anderen Seite der Ruhr angelegt worden wäre. Der Schwerter Bahnhof hätte in diesem Fall weit vom Ortskern entfernt gelegen.

Bereits 1856 wurde ein Komitee aus Vertretern der damaligen Kreise Meschede, Brilon, Arnsberg, Soest und Iserlohn sowie der Städte Dortmund und Hamm gegründet, das sich für den Bau einer Eisenbahnstrecke durch das Hochsauerland einsetzte. 1866 unterzeichnete Wilhelm I., König von Preußen, die Konzession für den Bau einer Bahnlinie durch das obere Ruhrtal bis Bestwig mit der Auflage, eine Verbindung bis Kassel herzustellen.

## Allerhöchste Concessions- und Beftätigungs-

nebst Statut-Rachtrag, betreffend den Bau und Betrieb der Rubrthal - Gifenbahn.

> Bom 1. Oftober 1866. (Gesets-Sammlung pro 1866, Seite 619—622.)

Wir Wilhelm, von Gottes Gnaden König von Preußen zc.
Nachdem die Bergisch-Märkische Sisenbahngesellschaft in der General-Bersammlung ihrer Actionäre vom 30. Juni 1866 den Bau und Betrieb einer Sisenbahn von Düsseldors über Katingen, Kettwig, Werden, im Kuhrthal auswärts über Schwerte, Arnsberg, Meschebe dis Bestwig, sowie von Kettwig dis Mülheim an der Ruhr, nehst den ersorderlichen Zweig- und Anschlußbahnen beschlossen, sich auch zur Fortsührung dieser Bahn dis Cassel oder in der Richtung nach Cassel bereit erklärt hat, wollen Wir der gebachten Sesellschaft zu dieser Erweiterung ihres Unternehmens unter den in dem beigefügten, von Uns hierdurch bestätigten Statut-Rachtrage enthaltenen Bedingungen die landesherrliche Seenehmigung hiermit ertheilen.

Bugleich bestimmen Wir, daß die in dem Gesetze über Sisenbahn-Unternehmungen vom 3. November 1838 ergangenen Vorschriften, betressend das Expropriationsrecht und das Recht zur vorübergehenden Benutzung fremder Grundstüde, auf die in Rede stehenden Unternehmungen Anwendung sinden sollen.

Urfunblich unter Unserer höchsleigenhandigen Unterschrift und beigebrucktem Königlichen Insiegel.

Gegeben Schloß Babelsberg, ben 1. October 1866.

(L. S.) (gez.) **Alihelm.** (gez.) Graf von Jhenplih. Graf zur Lippe.

(Foto: Concessions-Urkunde vom 1. Okt. 1866 für den Bau der Ruhrtal-Eisenbahn) Für Schwerte bedeutete der Anschluss an das Eisenbahnnetz 1867 einen enormen wirtschaftlichen Aufschwung, was zur Folge hatte, dass von Schwerte aus in mehreren Etappen eine Bahnverbindung durch das obere Ruhrtal über Fröndenberg, Wickede, Neheim-Hüsten, Arnsberg, Brilon bis Warburg angelegt wurde. So entstand eine wichtige Durchgangsverbindung zwischen West- und Mitteldeutschland.

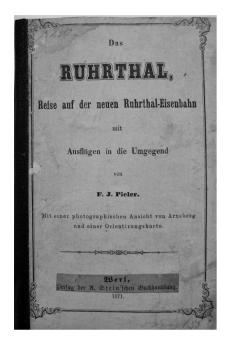
Am 5. Mai 1868 begannen die Arbeiten für die Errichtung des Schlossbergtunnels bei Arnsberg. Knapp ein Jahr später erfolgte der Durchbruch. Am 1. Juni 1870 wurde der Abschnitt von Schwerte bis Arnsberg in Betrieb genommen. Unmittelbar vor dem Schlossbergtunnel musste für die Überquerung der Ruhr ein Viadukt errichtet werden.

Nach Überfahren des Viadukts und Durchquerung des Tunnels erreichten die Züge die Station Arnsberg. Ab 1873 war die Strecke von Schwerte bis Warburg durchgängig befahrbar.

	92 e 11	e șt c	r Ei	fent	ahn	=Fal	prpl	a n.		(18	72)
Stationen.	Bormittags.					Nachmittags.					
Schwerte Abjahrt	1			10,5	-	-	3,55			-	9,20
Langichebe "	_			10,22	-	-	4,12			-	9,37
Frondenberg . "				10,31		-	4,21		-	-	9,46
Bidebe "			-	10,44	-	_	4,34				9,59
Rebeim-Suften "			-	11,1	-	-	4,51			-	10,16
Arnsberg "	6,33		-	-	_	-	1,8	-	6,52	-	-
Rebeim Suften "	6,52	_	100	_	-		1,24	_	7,8	_	_
Bidebe	7,8	_	_	_	-		1,41	_	7,25	=	_
Fronbenberg . "	7.20	_	-	_	-	-	1,53	_	7,87	-	_
Langichede "	7,29	_		-	-	-	2,3	-	7,47	-	_
	4,10	8,5			11,43		2,12	6,40	7,11		
Galania.	1	8,16			l i		2,55	1	7,55		
	4,33	7,43		_	i i	12,6	2,18	3,9	- 1	-	8,9
an .nc	ï	7,52		-	-	1	2,27	3,18	-	_	8,18
		8,28		-		-	12,32	3,40	-	7,20	9,0
Sabel	_	8,43		-	-	-	12,46	3,55	_	7,35	9,15
Limburg			10.2	_	-	-	1,0	4,10	-	7,50	
Letmathe nach Mitena	_	9,8	10,13	_	-	-	1,11	4,22	-	8.0	9,12
Altena nach Letmathe	5,36	8,5	10,55	_	_	-	1,31	5,55	7,24		_
Letmathe nach Bjerlohn	6,0	8,25		10.20	11,20	-	1,50	4,30	6,20	8,10	9,45
Siertohn nach Letmathe	5,35	8,0	8,50		10,54		12,52	4,5	5,54	7,22	
Letmathe . Abfahrt	5,53	8,22			11,13		1,18		6,14	7,41	
Qian france	6,2	8,31			11,22		1,57	_	6,23	7,51	
	6,17	8,16			11,37	-	2,11	_	6,38	8.6	
	0,	8.20		9,40		-	2,48	3,30			11,15
Sagen #		8,35		9,55			3,3	3,15			
Befthofen "		8,45		3,33	100		3,12		7,24		11,36
Schwerte "					ed to se	-	1		7,38	7.2	-1,00
Solzwidede "		8,59		. 70		10 12	2,50	4,31	7.18	8,52	
Sagen nad Dortmund		8,14		9,30		12,15	2,25	4,52			
Dortmund nach hagen	5,40	8,10			11,15		4,-5	4,52	5,50	7,35	

(Foto: Fahrplan von 1872)

Bei der Inbetriebnahme fuhren die Züge durch das Ruhrtal zunächst auf einem Gleis, obwohl der Bahndamm bereits für zwei Gleise angelegt war. 1874 konnte der Verkehr auf zwei Gleisen durchgeführt werden. Welche Bedeutung das erste Teilstück der Schienenverbindung nach Arnsberg hatte, zeigt ein Buch, das schon ein Jahr nach Eröffnung der Strecke von F. J. Pieler herausgegeben wurde.



Der Verfasser widmete das Buch der "Bergisch-Märkischen-Eisenbahngesellschaft" zum Andenken an die Eröffnung der Bahnlinie. Es trägt den Titel "Das Ruhrthal, Reise auf der neuen Ruhrthal-Eisenbahn". Der Autor beschreibt die Sehenswürdigkeiten der an der Strecke liegenden Städte.

(Foto: Buch von 1871 "Das Ruhrthal - Reise auf der neuen Ruhrthal-Eisenbahn")

Das Buch beginnt mit den Worten: "Mit lebhafter Freude und grossen Hoffnungen begrüsst das Süderland Westfalens den Tag, an welchem seine Thäler und bewaldeten Höhen eintreten in die durch die Eisenbahn vermittelte Weltverbindung; den Tag, der die Schätze seiner Berge, die treibende Kraft seiner raschen Flüsse und Bäche und den Fleiss seiner kräftigen Bewohner zu vollständiger Nutzung und gewinnbringender Thätigkeit führt; den seine Städte in ihren Annalen verzeichnen werden als den Anfang einer neuen Aera wachsender Grösse und frisch aufblühenden Wohlstandes: den Tag der Eröffnung unserer neuen Ruhrthal-Eisenbahn."

Das von Landwirtschaft geprägte Städtchen Schwerte, mit damals rund 3.000 Einwohnern, entwickelte sich durch diese Verkehrsanbindungen rasch zu einer Industriestadt. Eisenverarbeitende Betriebe siedelten sich an und errichteten eigene Gleisanschlüsse. Durch die benötigten Arbeitskräfte in den Betrieben verdreifachte sich die Einwohnerzahl von 1867 bis 1895. Ohne die Eisenbahnanbindung wäre die Entwicklung Schwertes wohl völlig anders verlaufen.

Schwerte wurde eine Eisenbahnerstadt. Viele Bürger waren bei der Bahn beschäftigt. Weitere Streckenanbindungen wurden gebaut. 1910 fuhren die Züge von Schwerte nach Iserlohn und 1912 ging der Abschnitt Schwerte – Hörde in Betrieb.

1910 setzte die Bahn bereits umweltfreundliche Accu-Triebwagen zwischen Schwerte und Arnsberg ein. Für die damaligen "Speichertriebwagen" wurde am Bahnhof eine Ladestation errichtet.

Durch den Eisenbahnbau kam es zu einer Vernetzung der Städte zwischen dem Rheinland und dem Ruhrgebiet und durch die Ruhrtalbahn bis hin nach Mitteldeutschland. Dies machte die Anlage von Bahnbetriebswerken und Rangierbahnhöfen erforderlich. Da der Güterverkehr ständig zunahm, wurde in Geisecke 1912 ein großer Rangierbahnhof errichtet.



(Foto: Luftaufnahme Rangierbahnhof Geisecke um 1928)

In Schwerte-Ost ging 1922 eines der modernsten und leistungsfähigsten Dampflok-Ausbesserungswerke in Betrieb. Für die Arbeiter wurde neben dem Werk eine Wohnsiedlung errichtet. Arbeitskräfte aus umliegenden Städten konnten mit der Bahn anreisen, denn mit Beginn der Dampflokreparatur wurde auch der Bahnhof Schwerte-Ost gleich neben dem Werk fertig gestellt.



Foto: Bahnhof Schwerte-Ost)

### Zeitgeschichte

6

Während des Zweiten Weltkriegs war die Strecke für den Transport des Nachschubmaterials aus dem Ruhrgebiet Richtung Osten stark ausgelastet. 1944/45 waren das Arnsberger Viadukt, größere Bahnhöfe, der Rangierbahnhof Geisecke und der Bahnknoten Schwerte immer wieder Ziele von Bomberstaffeln und Jagdfliegern.

Nach Kriegsende ließ der Verkehr Richtung Osten wegen der Ost-West-Teilung (Eiserner Vorhang) stark nach. Der zerbombte Güterbahnhof in Geisecke ging nicht mehr in Betrieb. Zwischen den Bahnhöfen Brilon und Warburg wurde das zweite Gleis nach und nach abgebaut.

Heute wird die Strecke nicht mehr im Personenfernverkehr genutzt. Bis 1991 verkehrten noch D-Züge zwischen Hagen und Kassel sowie Amsterdam und Bad Wildungen. Das letzte Schnellzugpaar (D 2640 und D 2641) fuhr bis 2003 einmal wöchentlich von Düsseldorf nach Willingen.

Im Personenverkehr war und ist der Bahnhof Schwerte in erster Linie in den regionalen Verkehr eingebunden, heute bekanntermaßen im Taktbetrieb. Von Hagen aus fährt täglich der "Sauerland-Express" (RE 17) im Stundentakt nach Warburg und Kassel. Der Güterverkehr beschränkt sich auf Übergabezüge nach Neheim-Hüsten. Dort übernimmt die Privatbahn "Regionalverkehr Ruhr-Lippe-GmbH (RLG)" den Weitertransport. Das Holzwerk "Egger" in Brilon nutzt weiterhin den Transport über die Schiene zum Schwerter Rangierbahnhof und aus dem Hönnetal erreichen Kalkzüge das Schwerter Stadtgebiet und werden hier umgespannt.



(Foto: Güterzug in Geisecke)

Ab Schwerte ist die "Obere Ruhrtalbahn" nicht elektrifiziert. Deshalb wird sie gern mit Dampfsonderzügen befahren. Mit viel Dampf sollte auch das 150-jährige Bahnjubiläum gefeiert werden. Leider machte "Corona" dies nicht möglich. Bleibt zu hoffen, dass das Jubiläum im nächsten Jahr nachgeholt werden kann. Dann wird man gleich zwei Jubiläen feiern können, denn die Strecke von Schwerte nach Iserlohn wird in diesem Jahr (30.09.2020) auch schon 110 Jahre alt.



(Foto: Dampfzug an der Brücke Dorfstraße)

Die Eisenbahnfreunde Schwerte haben anlässlich beider Jubiläen eine Skulptur gesponsert, die an die Aufnahme des Eisenbahnbetriebes nach Arnsberg und Iserlohn erinnert. Sie steht auf dem Bahnhofsvorplatz.



(Foto: Skulptur vor Schwerter Bahnhof)

W. Güttler, Eisenbahnfreunde Schwerte (15.06.2020)

## Schwerter Senfmühle zieht in die Haverhallen

Schwerte, 03.06.2020. In den Haverhallen "Im Reiche des Wassers" wird die Schwerter Senfmühle ihr neues Domizil finden. Einstimmig folgte am Dienstag der Ausschuss für Infrastruktur, Stadtentwicklung und Umwelt (AISU) in nicht öffentlicher Sitzung dem Vorschlag der Verwaltung.

"Das Konzept von Svea und Frank Peisert hat uns im Vergleich mit acht weiteren Nutzungsvorhaben am besten gefallen", erklärt Bürgermeister Dimitrios Axourgos. "Der Einzug der Schwerter Senfmühle wird die Bedeutung des historischen Gebäudes hervorheben und eröffnet die Möglichkeit der langfristigen Sicherung des Schwerter Betriebes".

Die Stadtverwaltung hatte im vergangenen Jahr ein Verkaufsexposé veröffentlicht, das insgesamt neun Interessenten auf den Plan gerufen hatte.

Die Konzepte wurden durch die Verwaltung unter Anwendung der folgenden Bewertungskriterien beurteilt und untereinander abgewogen:

- Attraktivität Nutzungskonzept
- Ortsbezug / Lokalkolorit
- Auswirkungen auf Umfeld (Immissionen, Gewässerschutz u. a.)
- Verkehrsverträglichkeit / Stellplätze
- wirtschaftliche Leistungsfähigkeit
- Kaufpreis bzw. Ertrag
- Arbeitsplätze

Nach Abschluss der Analyse erzielt das Konzept zur Verlagerung der "Schwerter Senfmühle" die beste Bewertung. Jetzt soll dort ein Verkaufsbereich mit einem Senfmuseum, ein Produktionsbereich



und ein Lagerbereich mit Verpackungszone entstehen. "Wir haben dort in allen Bereichen weitaus mehr Möglichkeiten als an unserer derzeit noch aktuellen Verkaufs- und Produktionsstätte in der Ruhrstraße", unterstreicht Frank Peisert. "Wir sind überzeugt, dass unsere Senfmühle dort einen idealen Standort hat und freuen uns, dass wir mit unseren Plänen einen Beitrag zur Attraktivitätssteigerung Schwertes leisten können".

Der offizielle Eingangsbereich über die erste Brücke wird gleichzeitig Verkaufsraum für den Schwerter Senf werden. Mit knapp 45 m² bietet der Raum genügend Platz, um den Schwerter Senf zu präsentieren und probieren zu lassen, bleibt dabei aber überschaubar. Das Sichtmauerwerk der Außenfassade wird im Innenbereich erhalten bleiben. Als Kontrast wird ein dunkler Holzboden/Steinboden mit Holzoptik verlegt. Zwei feststehende Fensterelemente erlauben dem Kunden beim Einkauf einen Blick auf die historische Senfmühle.

Das angrenzende Senfmuseum beinhaltet die Geschichte des Schwerter Senfs und die Geschichte des Senfs allgemein. Auch in dieser Zone bleibt die Backsteinwand im Innenbereich erhalten. Ein Steinboden mit Holzoptik wird verlegt, Holz als wesentliches Element für die Ausstellung genutzt. Im Museum sollen Besucher die Senfgeschichte neu erleben. Es soll eine moderne, offene und geschmackvolle Atmosphäre bieten.

Wann genau die Schwerter Senfmühle in die Haverhallen umziehen wird, steht noch nicht fest. Svea und Frank Peisert hoffen jedoch, spätestens im Frühjahr nächsten Jahres den Umbau und den Umzug abschließen zu können.





## Zitiert aus dem Vorwort zum Buch "Ergste", von Dr. Herbert Moeller

Zur Geschichte:

"Die Gründung des Heimatvereins wurde im September 1930 vollzogen. Haupttriebfeder war der verstorbene Hauptlehrer Wilhelm-August Schulte. In dieser Zeit, da das Radio noch ein neugeborenes Kind war, in der man von Musikbox, Tonband und Fernsehen in Ergste wenig kannte, war es nicht sonderlich schwer, Heimatabende mit vollbesetztem Saal durchzuführen. Da sang man noch mit Inbrunst jene alten "Striepmauslieder", lauschte andächtig den lustigen, ernsten und rührseligen Liedern zur Laute und klatschte sich die Hände wund, wenn Tillmanns August und Pelzings Fittmann dem Trecksack und der



Die Kirchstraße in den 1930er Jahren

Flöte die Töne entlockten. Vor allen Dingen konnte man nach dieser Musik graziös tanzen und nicht durch Verzückungen und Verrenkungen in Ekstase geraten. In der Zeit nach 1933, als alles gleichgeschaltet wurde und Kulturträger nur noch mit politischer Konzession Existenzberechtigung hatten, verlor der Heimatverein seine Bedeutung und schlief ein.

Nach dem 2. Weltkriege, und zwar am 10. August 1950, wurde auf Vorstellungen des Kreisheimatpflegers Große-Wienker und des verstorbenen Schulrats Overbeck der Ergster Heimatverein wieder aktiv. Zum Vorsitzenden wählte man Bauer Wilhelm Böhmer. Der jetzige Vorstand ging andere Wege, indem er nicht den Laien zum Gestalter der Heimatabende machte, sondern bekannte und tüchtige Interpreten heimatlicher Mundart verpflichtete: Kuhlmann, Bürger, Böckenholt u.a. Auch diese Abende brachten volle Räume; was man aber vermisste, das war die Jugend. Es muss ihr zugute gehalten werden, dass Radio, Kino und Fernsehen überforderten und das Vergnügen, entschuldbarerweise im Tanz, Sport und Motorenrausch, gesucht wurde.

Am 13. Dezember 1958 übernahm Dr. Herbert Moeller, der damals Bürgermeister in Ergste war, die Leitung des

Vereins. Ihm fiel die nicht leichte Aufgabe zu, dem Verein neue und andere Impulse zu geben: Es entstand der Heimatfilm "Bei uns zu Haus", ein bleibendes, köstliches Dokument unseres Dorflebens der 50er Jahre. 1960 wurde eine zweiter Film "Ergste, Bild eines Dorfes", ein

Buntfilm mit herrlichen Naturaufnahmen, gedreht. Alle Ergster Vereine wurden in diesen Film einbezogen. Ergste erhielt ein schönes und sinnvolles Wappen. Die alljährlich veranstalteten Schnadegänge fanden durch spritzige Einfälle und Einlagen auch bei der jüngeren Generation Anklang und Teilnahme. Das schönste Geschenk des hiesigen Heimatvereins dürfte jedoch das vorliegende Heimatbuch sein. Seit Anfang des Jahres 1960 befasste sich der Verein mit.



Postkarte Anfang des vorigen Jahrhunderts

der Zusammenstellung und Erarbeitung des Buches. Es musste viel Fleiß aufgewandt werden, um eine einigermaßen umfassende Geschichte der Gemeinde darzulegen, insbesondere auch alle Gebiete zu erfassen: Die Menschen mit ihren Sitten, das Land, die Geschichte. Der Heimatverein sah die Erarbeitung des Buches als dringend an, da vieles, was jetzt noch alte Leute wussten, in Vergessenheit geraten wäre. Es war auch zeitraubend und schwierig, erfahrene Mitarbeiter zu finden; sie wurden aber gefunden und stellten ihre Mitarbeit selbstlos zur Verfügung.



Die alte Ergster Grundschule

Das Heimatbuch erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit; der Verein ist aber überzeugt, dass der Leser ein übersichtliches Bild vom Werden der alten Gemarkung und der Gemeinde Ergste erhält und wer und was hier zu Hause war, wie sich das Gesicht der Heimat formte und wie die heutige Gemeinschaft entstand. Zu dem dürften unsere Neubürger ihre neue Heimat beim Lesen besser kennenlernen."



Die Ergster Grundschule

Soweit Dr. Moeller im Jahr 1968. Heute, 2019 sind 51 Jahre vergangen und die Welt hat sich gewaltig geändert durch Computer, Raumfahrt etc. und auch Ergste hat sich gewaltig geändert. Der Charakter des alten Dorfes ist inzwischen fast ganz verschwunden. 1996 erschien das Buch von Friedhelm Mann, dem damaligen Vorsitzenden des Vereins, "Ergste ein Dorf am Rande des Lürwaldes". Mit diesem Buch hat uns F. Mann eine Unmenge Informationen über Ergste hinterlassen.

Da dieses Buch schon lange vergriffen ist, entschloss sich 2016 der Heimatverein in Zusammenarbeit mit "Ergste und Wir im Ruhrtal" eine 2. Auflage herauszubringen. Diese Ausgabe wurde ergänzt durch ein Quellenverzeichnis und zwei Ergänzungen zum Text.

Vorher, im Jahr 2005 konnte der Heimatverein die überall verstreuten historischen Ergster Grabsteine als "Historischen Kirchhof 1602-l855" der Öffentlichkeit übergeben.



Die Brennerei Hidding

Was macht der Heimatverein heute? An jedem ersten Donnerstag im Monat findet in der Heimatstube in der ehemaligen Grundschule in der Kirchstraße ein Klönabend statt. Klönabend heißt nicht, das Platt gesprochen wird, sondern Hochdeutsch.

Einmal in der Woche am Mittwoch trifft sich unsere Handarbeitsgruppe unter der Leitung von Uschi Böttcher in der Heimatstube. Es wird gestrickt, gehäkelt, gestickt, genäht. Zu allen Techniken gibt es fachkundige Anleitung.

Viermal im Jahr treffen wir uns zu kleinen Wanderungen in die nähere Umgebung mit anschließendem gemütlichen Zusammensein bei Kaffee und Kuchen. Nicht zu vergessen das Grünkohlessen im Februar und im August die Busreise zu immer neuen Zielen. Die Wanderungen und die Reise organisieren Irmgard Beckhaus und Erich Kumbruch.

Im November, am Wochenende vor Totensonntag, veranstaltet der Verein seinen traditionellen Freizeitkünstlermarkt. Zwei Tage bieten Hobbykünstler aus Ergste und Umgebung ihre Produkte zum Kauf an. Für das leibliche Wohl der Besucher sorgt unser gut sortiertes Café.



Ergste

Die beiden in den 1950-iger und 60-iger Jahren entstandenen Filme hat der Heimatverein im letzten Jahr überarbeitet, mit Ton versehen, und neu herausgegeben. Friedrich Wilhelm Vogt hat sich dankenswerter Weise die Mühe gemacht und fast alle Namen der Akteure herausgesucht und den Text gesprochen. Wie groß das Interesse an dem Film ist zeigte sich bei der öffentlichen Vorführung, der Saal war brechend voll.

Seit einigen Jahren finden Sie den Heimatverein auch im Internet. Unsere Homepage: www.heimatverein.ergste.de.

Wir hoffen, dass wir die Arbeit für den Verein noch lange fortführen können und wünschen uns vor allen Dingen interessierten Nachwuchs.

Roswitha Bliese, Vorsitzende

### Firma Althoff zeigt:

Afri-Cola, Anjola und Libella - fast schon eine Legende

Knickerflaschen, Hebelverschluss und Kronkorken

Bereits vor 130 Jahren eröffnete August Althoff in Schwerte einen Feinkosthandel mit Mineralwasserfabrik. Nur 30 Jahre später übernahm schon sein Sohn Fritz das Familienunternehmen. Der Feinkostladen in der Bahnhofstraße wurde weiter ausgebaut und 1931 kam eine neue Abfüllanlage dazu.



1955 übernahmen die Geschwister Rosemarie und Friedrich Josef das Geschäft ihres Vaters, trennten sich aber 1964 vom Lebensmittelladen in der Bahnhofstraße und stattdessen wurde die Mineralwasserfabrik mit einer neuen, größeren Abfüllanlage ausgestattet.



Die Fabrik wurde moderner und bot nun auch Verkaufsautomaten, so erweiterten die Althoff's nun nach und nach ihr Angebot.

Auf der neuen Maschine konnten jetzt sowohl alte Knickerflaschen (siehe Foto) als auch die moderne Hebelverschlussflasche und die neuen Libella-Flaschen mit Kronenkorken abgefüllt werden.

Eine besondere Spezialität war seinerzeit Anjola, ein Ananas-Fruchtsaft-Getränk mit Fruchtstücken. Auch für



Afri-Cola erhielt der Familienbetrieb eine Abfüll-Lizenz und darauf war damals Fritz Althoff sehr stolz. War doch die Deutsche Cola das Kultgetränk der Jugend in den "wilden siebzigern".

Ende der siebziger Jahre wurde die noch heute aufgebaute, größere Abfüllanlage angeschafft und bis 2011 liefen hier noch die begehrten Retro-Flaschen, gefüllt mit Libella, vom Band. Libella war ein



Eigenprodukt, abgefüllt in der braunen, bauchigen Rillenflasche (siehe Foto). Es kamen nur echte Fruchtsäfte, echter Zucker und keine künstlichen Farbstoffe in die Limonade.

2005 übernehmen dann Christel und Friedrich Althoffs Kinder, Ulrike, Christine und Ernst-Friedrich, den Betrieb. Als dann nach 60 Jahren im Unternehmen der Seniorchef Friedrich Althoff im Alter von 90 Jahren im Jubiläumsjahr verstarb, wurde auf eine 125-Jahr-Feier verzichtet.

Heute - in vierter Generation - bietet Getränke Althoff einen Getränke-Lieferservice für Privat- und Geschäftskunden, Heiß- und Kaltgetränke- sowie Snack-Automaten.

Außerdem beliefert das Familienunternehmen
Veranstaltungen mit
Leihmöbeln, Theken,
Kühlwagen
Ausschankwagen,
Zapfanlagen und
allem, was dazu gehört
- ob für die kleine
Privatparty oder die
große, öffentliche
Veranstaltung.



## Nordseeurlaub

### Johanna und Ferdinand Ziese

Eine traumhafte Urlaubswoche verlebten meine Frau und ich im schönen Neuharlingersiel an der Nordsee.



Egal, ob man schon einmal da war oder als Neuling in diese wunderschöne Region kommt, es gibt immer viel zu erleben und zu entdecken.

Wir hatten herrliches Sonnenwetter, 30°C, und immer eine leichte Brise. Einmal war die See allerdings ziemlich bewegt und schickte zwei Meter hohe Wellen zum Strand.

Zu unseren Ausflügen gehörte auch eine Fahrt zur Insel Spiekeroog, die uns ebenfalls begeisterte.



Ausflug nach Spiekeroog

Und wichtig war selbstverständlich, dass immer die Corona-Regeln eingehalten wurden.

## Neue Broschüre informiert über Hospiz- und Palliativversorgung in Schwerte

Die Steigerung der Lebensqualität, eine gute Begleitung und die Linderung von Schmerzen auf ein Minimum sind die Ansprüche des Palliativ- und Hospiznetzes Schwerte. Wie das alles erreicht werden kann, erfahren Schwerstkranke, Sterbende und deren Angehörige in einer Broschüre, die das Netz jetzt herausgegeben hat.

Die Broschüre liegt u.a. im Rathaus I der Stadt Schwerte (Rathausstraße 31) aus.

Spendenkonto: DE08 4415 2490 0000 0389 01 Sparkasse Schwerte, Vermerk "Verwendung für Palliativ- und Hospiznetz".



Dr. Holger Felcht (vorne Mitte) stellte die neue Broschüre über Hospiz- und Palliativversorgung vor.

Gastgeber war Bürgermeister Dimitrios Axourgos.

Foto: Stadt Schwerte / Ingo Rous

Bürgermeister Dimitrios Axourgos und seine persönliche Referentin Gabriele Stange gehören zu den Unterstützern des Palliativ- und Hospiznetzes und waren die Gastgeber einer Präsentationsveranstaltung im Bürgersaal des Rathauses, wo Dr. Holger Felcht als Sprecher des Netzwerks Sponsoren und Unterstützern für die "großzügige und unkomplizierte Hilfe" dankte. Dimitrios Axourgos hatte zuvor die große Bedeutung des Palliativund Hospiznetzes hervorgerufen. "Das Leiden von Menschen zu minimieren und sie auf ihrem letzten Weg angemessen zu begleiten, ist eine der größten Herausforderungen unserer Gesellschaft. Ich schätze mich glücklich, dass diese Idee hier in Schwerte eine so große Unterstützung erfährt".

In der Tat ist die Beteiligung am Palliativ- und Hospiznetzwerk sehr groß. Institutionen aus der ambulanten palliativärztlichen Versorgung, ambulante Pflegedienste, ambulante Hospizdienste, stationäre Einrichtungen, Trauerbegleitungen sowie Apotheken und Sanitätshäuser sind dabei, stellen sich in der noch druckfrischen Broschüre vor und liefern wichtige Informationen.

Gewidmet ist die Erstauflage der vorgestellten Broschüre Dr. Ludger Wolfgart. Der ehemalige Vorsitzende der Hospizinitiative ist Anfang des Jahres überraschend gestorben und "war an der Gründung des Netzwerkes maßgeblich beteiligt", so Dr. Holger Felcht.

## In Schwerte aufgestellt:

# Erste Bank mit Aufstehhilfe Weitere sollen folgen

Sitzgelegenheiten am Wegesrand und über das Stadtgebiet verteilt werden immer gerne angenommen. Dabei steht fest, dass Sitzkomfort je nach Alter und Gesundheit sehr unterschiedlich sein kann.

Um dem Rechnung zu tragen, entstand das Projekt einer altersgerechten Sitzbank, die nicht nur bequem sein sollte, sondern auch wirkliche Unterstützung bietet.

Am Weg der Mobilität im Stadtpark haben wir im August die erste Bank mit Aufstehhilfe nicht nur für Senioren aufgestellt.

Der städtische Mitarbeiter Carsten Wischan hat die Bank nach meinen Vorgaben gebaut. Für unsere älteren Mitbürger ist die Aufstehhilfe eine große Hilfe.

Die Rückenlehne ist steiler gestellt und auch die Höhe der Bank ist auf seniorengerechte 53 cm angepasst.



Seniorenbeauftragte Katharina Spigiel und 1. Stellv. Bürgermeister Jürgen Paul auf der neuen Bank

Wenn die Bank angenommen wird, ist an weitere Exemplare, zum Beispiel in unserer Fußgängerzone, gedacht, informierte der 1. Stellv. Bürgermeister Jürgen Paul, der zusammen mit der Seniorenbeauftragten Katherina Spigiel als erster auf der Bank Platz nehmen durfte.

## ISEK (Integriertes Städtebauliches Entwicklungskonzept) Westhofen: Ein neuer Anlauf im nächsten Jahr

Schwerte. Der Stadtteil Westhofen soll dynamisch und zukunftsorientiert entwickelt werden mit dem Ziel, seine Missstände in Chancen und seine Potenziale in Stärken umgewandelt werden.

Deshalb wird die Stadt Schwerte das bereits entwickelte "Integrierte Städtebauliche Entwicklungskonzept" (ISEK) 2021 neu an den Start bringen, insbesondere, nachdem das Land Nordrhein-Westfalen das Konzept in diesem Jahr leider nicht wie erhofft in sein Förderprogramm aufgenommen hat.

Ein bisschen ISEK wird es aber trotzdem auch in 2020 schon geben.

So können erfreulicherweise bereits die folgenden drei Maßnahmen aus dem Haushalt der Stadt Schwerte finanziert werden.



#### Das sind

- die Aufwertung und Gestaltung der Unterführung an der Wasserstraße;
- die Schaffung von Spielanlagen und Aufenthaltsmöglichkeiten am Neuen Hellweg
- die Schaffung eines öffentlichen Bolzplatzes an der Wasserstraße.

Andere bereits zufor festgelegte Startermaßnahmen aus dem vorbereiteten ISEK werden für 2021 beim Land neu angemeldet.

### Dazu gehören

- ein Fassaden- und Hofprogramm
- eine städtebauliche Konzeptstudie Alter Markt und Reichshofstraße
- ein Parkraumkonzept oder Verbesserungen an Gehwegen und Beleuchtung im öffentlichen Raum

Über aktuelle Entwicklungen hatte Christian Vöcks die Politik jüngst im Ausschuss für Infrastruktur, Stadtentwicklung und Umwelt informiert.

"Es ist schade, dass das ISEK nicht für das Förderprogramm 2020 berücksichtigt worden ist", sagt der Technische Dezernent der Stadt Schwerte. "Wir sind aber überzeugt von der Qualität des Konzeptes. Deshalb legen wir es für das kommende Jahr erneut vor".

Vorausgegangen waren zwei Stadtteilkonferenzen unter Beteiligung eines externen Planungsbüros.

Unter großem Interesse der Bevölkerung wurden zahlreiche städtebauliche, funktionale oder sozialräumliche Defizite und Anpassungserfordernisse für Westhofen aufgezeigt und bearbeitet.

## Neue Marktschwärmerei in Schwerte

### Neugierig, interessiert?

Sie möchten gerne möglichst unkompliziert frische Lebensmittel (und no-food Artikel) aus der Region einkaufen? Möglichst in Bio-Qualität, ohne großen Aufwand zentral an einem Ort?

Dabei auch wissen, wer die Landwirte und Produzenten sind und wie sie arbeiten?

Den kleineren regionalen Produzenten faire Preise ohne viele Zwischenhändler sichern?

Dann sind Sie bei den Marktschwärmern richtig; einer Bewegung, die sich auch im Ruhrgebiet immer mehr durchsetzt und nun für Schwerte in Vorbereitung ist.

#### Die Idee

Landwirte und Produzenten (möglichst aus max. 30 km Umkreis) stellen Ihre Angebote in eine online Plattform ein. Sie können dort stöbern, sich informieren, nach Bedarf bestellen und online bezahlen.

An einem festen Tag der Woche liefern die Produzenten dann Ihre bestellte Ware an einen zentralen Abholpunkt. Dort holen Sie Ihre Ware ab und können die Landwirte / Produzenten kennenlernen. Das war's schon: Möglichst Bio-Qualität, regional, saisonal, persönlich und all das zusammen an einem Ort.

#### So funktioniert es

Sie melden sich zunächst (natürlich unverbindlich und kostenlos) bei der online Plattform der Schwerter Marktschwärmer an

### https://marktschwaermer.de/de/assemblies/12788

Ab Eröffnung können Sie dann online im Shopsystem einkaufen und bezahlen.

Jeweils Dienstagabends zwischen 17:30 und 19:00 Uhr können Sie Ihre Einkäufe in Meas Cucina, Am Markt 9 in Schwerte abholen (unter dem Marktplatz befindet sich eine Tiefgarage, so dass Sie bei Anfahrt mit dem PKW kurze Wege haben können).

### Stand der Vorbereitungen

Um unsere Marktschwärmerei eröffnen zu können sind mindestens 150 Mitglieder notwendig. Ich würde mich deshalb freuen, wenn Sie sich der Marktschwärmerei Schwerte anschließen und uns den gemeinsamen Start ermöglichen.

Probieren Sie es einfach aus. Sobald das Projekt läuft werden es erfahrungsgemäß deutlich mehr Mitglieder.... Ich arbeite zur Zeit daran, Landwirte und Anbieter für das Projekt zu gewinnen. Viele sind schon bei anderen regionalen Marktschwärmereien aktiv (z.B. im Dortmunder Kreuzviertel). Zu anderen habe ich durch meine eigene berufliche Tätigkeit und Vernetzung Kontakt. Ziel ist es ein umfassendes Angebot an Grundnahrungsmitteln sicherzustellen und kontinuierlich zu erweitern.

Wir haben schon jetzt tolle Produzenten an Bord, u.a.: BIO-Gemüse und Kräuter vom Werkhof in Dortmund, NEULAND-Fleisch, Wurstwaren und Eier vom Landwirt Sebastian Becker aus Fröndenberg, Molkereiprodukte von Milchhof Billmann aus Waltrop, Honig, Säfte und Fruchtaufstriche von Familie Zamponi aus Drüpplingsen, Wildfleisch und -Wurst von Jäger Zoltan aus Witten, Sauerlandforellen aus Refflingsen, Feine BIO-Speiseöle frisch gepresst von der Ruhrmühle....

Und es werden immer mehr gute Lebensmittel aus unserer Region; bis auf wenige Ausnahmen alles im Umkreis von max. 30 km. Sie können beobachten, wie sich das Angebot weiter entwickelt. Anfang September soll es dann losgehen.

### Weitersagen!

Ich würde mich freuen, wenn Sie Freunde und Bekannte auf das Projekt aufmerksam machen und auch gerne diese PDF weiterleiten.

Danke und herzlichen Gruß, Michaela Wendel | Marktschwärmer Schwerte

### Marktschwärmer Schwerte

Michaela Wendel

Meas Cucina | Am Markt 9 | 58239 Schwerte

Phon: 02304 4718905

Email: marktschwaermer@meascucina.de

Web: https://marktschwärmer.de/assemblies/12788

## Erstmals deutschlandweit Sicherheitsringe für Blinde eingesetzt!

Vor fünf Jahren hat es mich besonders gefreut, dass ich in Schwerte als erste Stadt in Deutschland den ersten von 14 Sicherheitsringen an unseren Bushaltestellen in Schwerte für unsere Sehbehinderten und blinden Mitbürger legen und übergeben durfte.

Gemeinsam mit dem Landrat des Kreises, Herr Michael Makiolla, und der VKU wollten wir somit für mehr Sicherheit für Sehbehinderte und blinde Bürger in Schwerte, aber auch im Kreis Unna, sorgen.

Haltestellenmasten, die mittig auf dem Weg platziert sind, bergen für Sehbehinderte und blinde Menschen eine große Verletzungsgefahr. Die ausladenden Fahrplankästen können mit dem Langstock nicht früh genug ertastet werden, dadurch kann es zu Kollisionen und Verletzungen kommen.

Besonders wichtig sind den Verantwortlichen des Projekt JEDER-BUS das diese Vorreiterprojekte mit den Betroffenen gemeinsam erarbeitet werden.

Übrigens: Diese Vorgehensweise, mit den Betroffenen zusammen nach Lösungen zu suchen, wurde vom Land NRW im September 2015 mit dem Inklusionspreis (Zugänglichkeit, Barrierefreiheit, Mobilität und Wohnen) ausgezeichnet. Nun ist aber die Zeit gekommen, dass die 14 Sicherheitsringe in Schwerte und 126 im Kreis Unna bei dem schrittweise vorgenommenen Umbau der Bushaltestellen mit taktilen Elementen durch "Dynamische Fahrgastinformationssysteme", wie wir sie an unserem Bahnhof und in der Bahnhofstraße schon vorfinden, ersetzt werden.



Die Kommunen können bei den Zweckverbänden einen Antrag auf Förderung stellen, 50 Millionen stehen dafür insgesamt bereit.

Dieses Sonderprogramm ist aber grundsätzlich bis Ende 2021 befristet.

Jürgen Paul 1.Stellv. Bürgermeister



## Unabhängige Patientenberatung Deutschland | UPD

Sie haben Fragen oder möchten mehr zu medizinischen bzw. (sozial-)rechtlichen Themen wissen?

Das Team der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland (UPD) beantwortet Ihre Fragen gern.

Sie erreichen die UPD an 80 Stunden in der Woche kostenfrei unter der Telefonnummer 0800 011 77 22 (montags bis freitags von 8.00 bis 22.00 Uhr und samstags von 8.00 bis 18.00 Uhr).

Weitere Informationen und Beratungsangebote unter: www.patientenberatung.de

### **UPD** Patientenberatung

Deutschland gGmbH Tempelhofer Weg 62 12347 Berlin

## Zusammenspiel zweier Faktoren gefährdet Frauenherzen nach einer Krebserkrankung



Bis zu den Wechseljahren sind Frauen besser vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen geschützt als Männer. Dafür sorgt das Hormon Östrogen. Bei Menschen, die als Kind eine Krebserkrankung hatten, ist es umgekehrt. Hier haben Frauen ein höheres Risiko an Herz und Kreislauf zu erkranken.

Welche molekularen Mechanismen dafür verantwortlich sind, erforscht Dr. Marina Panova-Noeva, Wissenschaftlerin des Deutschen Zentrums für Herz-Kreislauf-Forschung (DZHK) in der Arbeitsgruppe von Univ.-Prof. Dr. Philipp Wild am DZHK Standort RheinMain. Sie hat herausgefunden, dass nach einer Krebserkrankung nur bei Frauen eine erhöhte Neigung zur Blutgerinnung und eine gestörte Gefäßfunktion zusammenwirken – und dieses Zusammenspiel dazu beiträgt, dass Frauenherzen gefährdeter sind.

Krebs im Kindesalter ist ein einschneidendes Ereignis. Immerhin überleben heutzutage 84 Prozent aller Kinder diese schweren Erkrankungen. Doch den Krebs in so jungen Jahren zu besiegen, bleibt nicht ohne Konsequenzen für das weitere Leben. Neben dem erhöhten Risiko erneut an einem Tumor zu erkranken, sind diese Menschen auch fast fünf Mal anfälliger für Herz-Kreislauf-Erkrankungen als der Rest der Bevölkerung.

Davon sind besonders Frauen betroffen. Denn Chemound Strahlentherapien in jungen Jahren beeinträchtigen das Hormonsystem. Bei Frauen ist deshalb weniger des Herz- und Gefäß schützenden Östrogens vorhanden. Dr. Marina Panova-Noeva von der Universitätsmedizin Mainz will genauer verstehen, welche molekularen Vorgänge im Körper zu dem erhöhten Risiko beitragen.

Nun hat sie herausgefunden, dass bei Frauen eine erhöhte Neigung zur Blutgerinnung und eine verschlechterte Gefäßfunktion zusammenhängen und damit ein Element der krankmachenden Mechanismen aufgespürt. Bei gesunden Personen und Männern, die als Kind Krebs hatten, konnte die Wissenschaftlerin diesen Zusammenhang nicht nachweisen.

### Frühzeitig handeln

Die Neigung des Bluts zu gerinnen und eine gestörte Gefäßfunktion sind anerkannte Warnzeichen für das Risiko später ein thrombotisches Ereignis, zum Beispiel eine Lungenembolie oder Thrombose in den Beinvenen zu bekommen bzw. dafür, dass die Gefäße verkalken (Arteriosklerose) und sich eine koronare Herzkrankheit entwickelt.

"Unser untersuchtes Kollektiv war 20 bis 45 Jahre alt, deshalb sehen wir bei diesen Personen noch nicht die Erkrankungen selbst, sondern subklinische Veränderungen wie das erhöhte Blutgerinnungspotenzial oder die verschlechterte Gefäßfunktion", erklärt DZHK-Wissenschaftler Univ.-Prof. Dr. Philipp Wild von der Universitätsmedizin Mainz.

Mithilfe solcher Marker könne man herausfiltern, wer ein erhöhtes Herz-Kreislauf-Risiko habe und wer nicht. Denn nicht alle Frauen, die als Kind eine Tumorerkrankung hatten, sind gefährdet. Wie gut es der Gefäßwand geht, kann man zum Beispiel beurteilen, indem man misst, wie steif bzw. elastisch sie ist. "Damit hat man eine kontinuierliche Zielgröße, mit der man den Zustand graduell beurteilen kann", erklärt Panova-Noeva.

"Werden solche Risikosignale frühzeitig erkannt, kann man sie heutzutage sehr gut behandeln, so dass es nicht zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen kommen muss", sagt Wild. "Bislang haben wir Menschen, die als Kind Krebs hatten, so behandelt wie Menschen ohne Krebs."

Denn fünf Jahre nachdem die Krebserkrankung überstanden wurde, werden die Patienten zurzeit als geheilt entlassen und anschließend von ihrem Kinderbzw. später Hausarzt regulär weiterbetreut. Dabei müssten sie schon in jungen Jahren, und damit viel früher als der Rest der Bevölkerung, wesentlich engmaschiger hinsichtlich des Auftretens von Herz-Kreislauf-Risikofaktoren untersucht werden.

## Mehr Sicherheit für Fahrzeuge Diese Systeme sind ab 2022 Pflicht

Die EU will den Straßenverkehr sicherer machen. Dabei sollen neue obligatorische Assistenzsysteme helfen: Ab Mitte 2022 müssen alle neuen Kraftfahrzeuge, die in Europa auf den Markt gebracht werden, mit modernen Sicherheitsfunktionen ausgestattet sein. Ziel ist es, auf diese Weise die Zahl der im Straßenverkehr Getöteten drastisch zu senken. PolizeiDeinPartner erklärt, welche Systeme für welche Fahrzeuge verpflichtend werden, und was damit erreicht werden soll.

### Mehr als 25.000 Verkehrstote in Europa

Im Jahr 2018 kamen nach Angaben der EU-Kommission rund 25.100 Menschen bei Verkehrsunfällen auf Europas Straßen ums Leben. Aus ihrer Sicht könnten bis zum Jahr 2038 rund 25.000 Verkehrstote und 140.000 schwere Verletzungen vermieden werden. Denn die Kommission führt rund 90 Prozent aller Unfälle auf menschliches Versagen zurück. Die neue Regelung sieht deshalb ab 2022 für alle Neufahrzeuge unter anderem Kontrollsvsteme vor, die bei übermäßigem Alkoholkonsum den Start des Autos blockieren, sowie Warnsysteme, die den Fahrer bei Müdigkeit oder Ablenkung alarmieren. Zudem sollen Kameras und Sensoren zum Rückwärtsfahren sowie Datenrekorder für Unfälle installiert werden – ähnlich den sogenannten "Blackboxes" in Flugzeugen. Für alle Pkw und Nutzfahrzeuge werden darüber hinaus zusätzliche Notbrems- und Spurhalteassistenten vorgeschrieben. Speziell für Lastwagen und Busse werden Abbiege-Assistenten und Sensorsysteme zur Pflicht. Sie sollen schutzbedürftigere Verkehrsteilnehmer neben den Fahrzeugen erkennen. Außerdem soll ein verändertes Fahrzeugdesign die Sicht der Fahrer verbessern, so dass der "tote Winkel" um das Fahrzeug herum erheblich verringert wird. Denn in den vergangenen Jahren ist insbesondere die Zahl der im Straßenverkehr getöteten Fahrrad- und Motorradfahrer gestiegen: Dem Allgemeinen Deutschen Fahrrad Club (ADFC) zufolge stirbt täglich mindestens eine Radfahrerin oder ein Radfahrer – am häufigsten durch fahrlässig abbiegende Lkw.

### Mehr Sicherheit für Fahrzeuge Erforderliche Sicherheitssysteme

Nach den neuen Vorschriften müssen alle Kraftfahrzeuge – einschließlich Lastkraftwagen, Busse, Lieferwagen und sportliche Geländewagen – mit den neuen Sicherheitsmerkmalen ausgestattet sein. Für Personenkraftwagen und Lieferwagen werden darüber hinaus zusätzliche Sicherheitsmaßnahmen erforderlich sein.

Für alle Fahrzeuge vorgeschrieben sind:

- Notbremslichter,
- ein intelligenter Geschwindigkeitsassistent,
- eine Vorrichtung zum Einbau einer alkoholempfindlichen Wegfahrsperre,
- eine Fahrer-Müdigkeitserkennung sowie ein -Aufmerksamkeitswarnsystem,
- eine fortgeschrittene Ablenkungserkennung,
- Systeme für die Erkennung beim Rückwärtsfahren,
- ein Unfalldatenspeicher sowie eine
- präzise Reifendrucküberwachung.

### Nur für Pkw und Lkw zusätzlich vorgeschrieben sind:

- Notbremsassistenzsysteme,
- Spurhalteassistenzsysteme sowie
- erweiterte Kopfaufprallschutzbereiche, mit denen bei einem Aufprall potenzielle Verletzungen von ungeschützten Verkehrsteilnehmern wie Fußgängern und Radfahrern gemindert werden können.

Nur für Lkw und Busse zusätzlich vorgeschrieben sind:

 Abbiege-Assistenten und Sensorsysteme, die sich in unmittelbarer Nähe des Fahrzeugs aufhaltende Fußgänger und Radfahrer entdecken

### "Europa in Bewegung"

Die neue EU-Verordnung ist Teil des dritten Mobilitätspakets "Europa in Bewegung", das die Kommission im Mai 2018 auf den Weg gebracht hat. Damit sollen alle Europäer von einem sichereren Verkehrssystem, umweltfreundlicheren Fahrzeugen und fortschrittlichen technologischen Lösungen profitieren, während gleichzeitig die Wettbewerbsfähigkeit der EU-Wirtschaft gefördert wird.

Durch die Gesetzesänderung und Einführung der neuen Assistenzsysteme soll demnach nicht nur die Zahl der im Straßenverkehr getöteten Autofahrer, Fußgänger und Radfahrer deutlich reduziert werden. Indem eine Grundausstattung an Hightech-Fahrhilfen in jeden neuen Pkw einzieht, ebnet die EU außerdem den Weg zum autonomen Fahren.



## Von Fittness am Wohnzimmerfenster und Engagement in der Krise

**BAGSO-Podcast** informiert

Information ist wichtig. Der BAGSO-Podcast "Zusammenhalten in dieser Zeit" informiert deshalb Ältere in der Corona-Pandemie.

Ältere Menschen sind von der Corona-Situation besonders betroffen. Auch nach ersten Lockerungen von Corona-Maßnahmen bleibt für viele Ältere der Alltag von Vorsicht geprägt, gewohnte Aktivitäten finden weiterhin nicht statt.

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen hat deshalb die Podcast-Reihe "Zusammenhalten in dieser Zeit" gestartet, die sich vor allem an ältere Menschen richtet.

Bis Ende des Jahres behandelt der BAGSO-Podcast alle zwei Wochen ein Thema, das für ältere Menschen wichtig ist. Ob Fit bleiben zu Hause, der Umgang mit Ängsten und Sorgen oder Engagement in der Corona-Krise, die Hörstücke geben Tipps für den Alltag und berichten von guten und ermutigenden Beispielen. Die aktuelle Folge ist den Erfahrungen mit Computer, Smartphone und Tablet gewidmet: In der Corona-Krise helfen sie, den Kontakt zu anderen Menschen nicht zu verlieren und das Leben aktiv zu gestalten. Die Folge "Digital verbunden" berichtet von Online-Stammtischen und Tanzkursen per Kurznachrichtendienst WhatsApp und gibt Tipps, wie der Einstieg gelingt.

Der BAGSO-Podcast erscheint auf www.bagso.de/podcast, YouTube und vielen gängigen Podcast-Plattformen wie Spotify und Deezer.

In der nächsten Folge "Richtig feiern" geht es darum, wie Feste auch in der Corona-Zeit gelingen können und was bei der Planung zu beachten ist. Sie erscheint am 2. Juli 2020. Der BAGSO-Podcast wird vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert.

Alle Informationen zum BAGSO-Podcast finden sie auf www.bagso.de/podcast

### Über die BAGSO

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen vertritt über ihre 120 Mitgliedsorganisationen viele Millionen ältere Menschen in Deutschland.

Mit ihren Publikationen und Veranstaltungen – dazu gehören auch die alle drei Jahre stattfindenden Deutschen Seniorentage – wirbt die BAGSO für ein möglichst gesundes, aktives und engagiertes Älterwerden.

Die immer bunter und vielfältiger werdenden älteren Generationen spricht die BAGSO direkt an und gibt Impulse für die Gestaltung der Lebensphase Alter.

Die BAGSO ist überparteilich und überkonfessionell.

## PSA-Test - Was er wirklich taugt

### Frühzeitige Diagnose eröffnet bessere Heilungschancen

Davor haben die Männer in gesundheitlichen Fragen die größte Angst: vor Impotenz. Aber sie tun erstaunlich wenig dafür, um vorzubeugen. Nur jeder fünfte Mann nimmt an einem Krebsvorsorgeprogramm teil.

Jedes Jahr erkranken etwa 60.000 Männer an der häufigsten Krebsart Prostatakrebs. Der tückische Krebs löst im Anfangsstadium keine Symptome aus und Betroffene bemerken die Krankheit erst dann, wenn es zu spät ist. Im Frühstadium hingegen können Urologen den Tumor weitaus besser behandeln, operieren oder bestrahlen, auch so, dass Erektionsstörungen oder Inkontinenz nur selten auftreten.

Jedoch herrscht derzeit viel Verunsicherung bei Vorsorgeuntersuchungen zur Prostatakrebsfrüherkennung. Gesetzliche Krankenkassen bescheinigen dem gängigen PSA-Test ein hohes Risiko, private hingegen bezahlen den Test anstandslos.

Dr. Reinhold Schaefer, langjährig praktizierender Urologe aus Bonn, spricht sich für den Test aus: "Negative Auswirkungen der Vorsorgeuntersuchung treten fast überhaupt nicht auf." Die Prostata, eine walnussgroße Drüse, gehört zu den inneren Geschlechtsorganen des Mannes. Als Drüse produziert sie die Samenflüssigkeit, in der auch der Eiweißstoff Prostata-spezifisches-Antigen (PSA) enthalten ist. Dieser PSA-Wert, der aus dem Blut bestimmt wird, zeigt bei einer Krebserkrankung Veränderungen.

"Nicht jeder Befund, der nicht im so genannten "Normbereich" liegt, muss sofort biopsiert werden", verdeutlicht Dr. Schaefer. "Wir haben heute gute



bildgebende Verfahren, die uns sehr gut wirklich hochverdächtige Befunde anzeigen können." Mit der Biopsie sollte wegen möglicher Nebenwirkungen sparsam umgegangen werden. Sie ist auch der größte Kritikpunkt der Krankenkassen.

Die derzeitige Früherkennungsuntersuchung der gesetzlichen Krankenkasse sei laut Dr. Schaefer hingegen eher eine "Späterkennung". Sie umfasst lediglich das Abtasten der Prostata mit dem Finger vom Enddarm her. Damit kann der Urologe maximal ein Drittel der Oberfläche der Prostata tasten. Wenn dort der Tumor sitzt, ist dieser aber meistens bereits fortgeschrittener Natur. Der PSA-Test kann viel früher Veränderungen aufzeigen.

Entscheidend ist jedoch, wie sich der PSA-Wert im Verlauf entwickelt. Daher sollten Männern zwischen 50 und 60 Jahren den Wert regelmäßig bestimmen lassen. Liegen erbliche Vorbelastungen vor, sollten sich Männer ab 40 Jahre untersuchen lassen.

Der Test gehört zudem in die Hände erfahrener Urologen. Sie können Faktoren ausschließen, die den PSA-Wert in die Höhe treiben wie z.B. Fahrradfahren in den Tagen vor dem Test oder auch ein Samenerguss.

Nähere Informationen unter www.uro-gmbh.de



## Hilfe für Verkehrsunfallopfer

## Portal Hilfefinder.de bietet Unterstützung bei psychischen Belastungen

Im Jahr 2018 nahm die Polizei bundesweit etwa 2,6 Millionen Verkehrsunfälle auf. Viele der Opfer wurden bei den Unfällen verletzt. Doch die körperlichen Verletzungen sind nur das eine. Viele der überlebenden Opfer als auch deren Angehörige sowie Helfer und Zeugen leiden unter psychischen Belastungen. Die Bundesanstalt für Straßenwesen (BASt) bietet mit dem neuen Portal "Hilfefinder" Unterstützung für Menschen, die nach einem Unfall psychologische Hilfe benötigen. Dr. Kerstin Auerbach ist Psychologin und Psychotherapeutin bei der BASt und dort für den Bereich "Folgen von Unfällen" zuständig. Sie erklärt, wie man psychische Belastungen erkennen und wie das Portal bei der Suche nach Unterstützung helfen kann.

### Schlafstörungen, Unruhe, Alpträume

Bis zur Hälfte der Menschen, die Opfer von einem Verkehrsunfall geworden sind, entwickeln im Anschluss psychische Belastungssymptome wie Unruhe, Anspannung, Schlafstörungen oder Albträume. "Diese Reaktionen sind völlig normal und klingen in der Regel nach wenigen Tagen von allein wieder ab.

Bei einem kleinen Teil der Betroffenen entwickeln sich aber auch manifeste psychische Störungen. Am häufigsten ist dabei die sogenannte posttraumatische Belastungsstörung", erklärt Dr. Kerstin Auerbach. Angsterkrankungen oder depressive Störungen seien aber genauso denkbar. Stellt man fest, dass man nach einem Unfall psychische Beschwerden entwickelt, sollte man diese unbedingt ernst nehmen und sich möglichst schnell Hilfe holen – etwa bei

einem Psychotherapeuten. Im Gespräch oder auch durch psychologische Tests kann dann abgeklärt werden, welcher Art und Schwere die Beschwerden sind, und wie sie am besten behandelt werden können. "Dabei benötigt nicht jeder Betroffene eine langjährige Therapie. Oftmals reichen schon wenige Sitzungen, um zu helfen."

### Hilfsangebote sind unübersichtlich

Die gesetzlichen Unfallversicherungen nehmen bei der Versorgung von Verletzungen eine Vorreiterstellung ein. Denn hier wurden Strukturen und Vorgehensweisen geschaffen, die Betroffenen qualifizierte Hilfe bieten. Dr. Kerstin Auerbach: "Das Problem ist: Es gibt zwar eine breite Palette an Hilfsangeboten, unsere Studien haben aber gezeigt, dass die wenigsten Menschen diese auch kennen. Es benötigt einiges an Kenntnissen und viel Geduld, um – beispielsweise bei einer Internet-Recherche – einen Überblick darüber zu bekommen, wer bzw. welche Einrichtung helfen kann. Für Betroffene, denen es ohnehin nicht gut geht, kann dies eine enorme Hürde sein.

Eine weitere Schwierigkeit ergibt sich oftmals dann, wenn die Geschädigten eine Psychotherapie benötigen und lange auf einen Therapieplatz warten müssen." Aus diesem Grund hat die BASt gemeinsam mit dem Deutschen Verkehrssicherheitsrat (DVR) und der Verkehrsunfall-Opferhilfe Deutschland (VOD) das Portal www.hilfefinder.de ins Leben gerufen. Dort finden Menschen, die an Verkehrsunfällen beteiligt waren, Unterstützung bei psychischen Problemen.

Der "Hilfefinder" soll es Betroffenen in erster Linie erleichtern, sich rund um das Thema "psychische Unfallfolgen" zu informieren und zeitnah ein für ihn passendes Beratungsangebot in seiner Nähe zu finden", erklärt Dr. Kerstin Auerbach.

Zusätzlich bietet das Portal Informationen zu den unterschiedlichen Kostenträgern wie zum Beispiel die gesetzlichen oder privaten Krankenversicherungen. Hier werden etwa Fragen beantwortet wie "In welchen Fällen werden die Behandlungskosten übernommen?" oder "Wie finde ich einen Therapieplatz?". Auch rechtliche Hintergründe zum Beispiel zu späteren sozialrechtlichen Ansprüchen werden beleuchtet.

# Notdienste bei Insektenplage Abzocker auf Kundenfang

Im Sommer schicken sich die Wespen wieder an, flügge zu werden. Seit Wochen legt auch der Eichenprozessionsspinner vielerorts Gärten und Parks lahm.

"Das warm-trockene Klima mit seinen tierischen Begleitern lässt ebenfalls viele Abzocker aus der Deckung kommen", weiß Hannah Pick von der Verbraucherzentrale NRW in Schwerte. Ob die gesundheitsgefährdenden Raupen aus den Bäumen oder das Wespennest im Rollladenkasten des Kinderzimmers – die ungebetenen Gäste will man möglichst schnell wieder loswerden. Und in der Eile fallen tierisch Geplagte dann auf unseriöse Anbieter ohne Sachkunde, aber mit überzogenen Rechnungen rein."

Die Verbraucherzentrale NRW gibt deshalb die **folgenden Tipps** rund um Schädlingsbekämpfung:

### Achtung Arten- und Naturschutz:

Ohne triftigen Grund dürfen Wespen nicht gefangen, gestört, umgesiedelt oder getötet werden, so sieht es das Bundesnaturschutzgesetz vor. Hornissen sind nach der Bundesartenschutzverordnung sogar noch stärker geschützt. Nur wenn ein "vernünftiger" Grund vorliegt, dürfen Bienen- und Hornissennester entfernt werden. So zum Beispiel, wenn im Haus kleine Kinder wohnen oder Allergiker, bei denen ein Wespenstich tödlich enden kann. Allein ein Fachmann darf entscheiden, ob ein Nest beseitigt werden darf. Wer die Behausungen eigenmächtig entfernt, riskiert eine **Geldbuße** von bis zu **50.000 Euro**.

Imker, zugelassene Schädlingsbekämpfungsunternehmen, Kammerjäger sowie einige Umweltschutzorganisationen sind die richtigen Ansprechpartner – mit der passenden Ausrüstung und sachkundigen Erfahrung. Fach- und Berufsverbände der Schädlingsbekämpfer sowie Stadtverwaltungen oder Umweltämter helfen bei der Suche nach Fachleuten aus dem Umkreis.

### Im Notfall auf Nummer sicher:

Auch wenn die ungebetenen Gäste plötzlich bedrohlich nahe kommen, gilt es, nicht hektisch eine 0800-Nummer oder eine Handynummer zu wählen, unter der sich schnell ein Notdienst-Eintrag in den Branchenbüchern findet. Die führt nämlich oftmals nur zu einem Gesprächspartner im Call Center, der dann mithilfe von Kontaktdaten vermeintliche Fachleute zu den Kunden schickt. Weil deren Firmensitz meist nicht in unmittelbarer Umgebung liegt, werden die Dienste dann oft mit hohen Kosten für die Anfahrt erkauft.



Verbraucherzentrale Westwall 4 58239 Schwerte

Wer im Internet nach Hilfe sucht, sollte direkt auf die Homepage des Anbieters gehen und im Impressum nach dessen tatsächlichem Standort recherchieren. Mit dem **Notdienst einen Festpreis zu vereinbaren**, schützt vor Überraschungen bei der Rechnung.

### Keine Sofortkasse:

Rechnungen für Notdienste niemals sofort an der Haustür zahlen.

Erscheint die Rechnung zu hoch, sollte zunächst allenfalls eine Anzahlung geleistet und die Rechnung, etwa durch die Verbraucherzentrale, geprüft werden.

Denn ist der **Betrag** erst einmal – ob **bar oder mit Karte** – bezahlt, kann bei Unregelmäßigkeiten **meist nur schwer Geld zurückgefordert** werden.

### Rechnung ohne Höhenflug:

Ist kein besonderer Aufwand erforderlich, sind Preise zwischen 80 und 150 Euro – einschließlich Anfahrt – üblich, um Wespennester zu entfernen oder umzusetzen.

Die Kosten hängen jeweils von Größe und Erreichbarkeit ab. Muss zum Beispiel eine Hebebühne bestellt werden, um etwa an ein Nest unter der Dachgaube zu gelangen, sind höhere Kosten zu veranschlagen.

Die örtlichen Beratungsstellen der Verbraucherzentrale NRW bieten eine rechtliche Prüfung von Rechnungen. Zur Zeit sind die Beratungsstellen **nur nach vorheriger Terminvereinbarung für die Verbraucher geöffnet**.

Wenn Sie daher zu uns kommen wollen, dann vereinbaren Sie einen Termin!!

- telefonisch unter 02304/94226-0
- per Email an schwerte@verbraucherzentrale.nrw
- über das Kontaktformular unter www.verbraucherzentrale.nrw/schwerte.

Ganz ohne Internet geht's aber auch, und zwar in dem die an unserer Beratungsstellen-Eingangstür ausliegenden Formulare von den Verbrauchern ausgefüllt und gleich vor Ort in den Briefkasten der Beratungsstelle eingeworfen werden. Wir rufen Sie dann schnellstmöglich zurück.

## Den eigenen Nachlass planen

### Ratgeber bietet Infos, Checklisten und Musterformulierungen

Wer kann verantwortungsbewusst mit Geld umgehen? Wer ist verschuldet? Mit wem verstehe ich mich gut?

Die Antworten auf solche Fragen können die schwierige Entscheidung erleichtern, wem man zu welchem Zeitpunkt das eigene Vermögen übertragen möchte.



OTTO N. BRETZINGER

Solch eine Bestandsaufnahme der aktuellen persönlichen
Lebensumstände sollte am Anfang der Nachlassplanung stehen – ergänzt durch eine
Vermögensaufstellung und natürlich den Blick auf die rechtlichen
Rahmenbedingungen.

Der neu aufgelegte Ratgeber der Verbraucherzentrale "Richtig vererben und verschenken" bietet Tipps und hilfreiche Checklisten, um die Umstände und Wünsche festzuhalten und zu beurteilen.

Das Buch unterstützt die Leserinnen und Leser dabei, die Weichen für den eigenen Nachlass rechtzeitig und richtig zu stellen. Es informiert über wichtige Themen wie Schenkungen, gesetzliche Erbfolge, Testament, Enterbung, steuerliche Stolperfallen oder Pflichtteilansprüche.

Zwar gibt es weder ein Patentrezept für die richtige Strategie, noch ein geeignetes Testament "von der Stange". Doch typische Fallbeispiele



Verbraucherzentrale Westwall 4 58239 Schwerte

und Musterformulierungen helfen dabei, die Verfügung über Vermögen und Besitz so zu gestalten, dass die eigenen Wünsche in der geltenden Rechtslage wirklich zum Tragen kommen.

Der aktualisierte Ratgeber "Richtig vererben und verschenken" hat 256 Seiten und kostet 14,63 Euro, als E-Book 10,49 Euro (Preise gültig bis 31. Dezember 2020).

### Bestellmöglichkeiten:

Im Online-Shop unter www.ratgeber-verbraucherzentrale.de oder telefonisch unter 0211 / 38 09-555.

Der Ratgeber ist auch im Buchhandel erhältlich.

## Der Kölner Dom vor 140 Jahren vollendet

Nachdem Lang- und Querhaus vollendet waren erfolgte zunächst die Fertigstellung der Türme.

Mitte der 1860er Jahre hatte die Dombauhütte bereits über 500 Beschäftigte. Es wurden modernste technische Maschinen eingesetzt.

Bei seiner Fertigstellung 1880 war der Kölner Dom das höchste Bauwerk der Welt! Seine beiden Türme ragten stolze 157 Meter gen Himmel.



## Urlaubs-Hilferuf von falschen Freunden

### Mit vertraulichen Phishing-Mails auf Geldfang

Wer per E-Mail einen finanziellen Hilferuf von einem vermeintlichen Freund aus dem Ukraineoder Türkei-Urlaub erhält, läuft derzeit Gefahr, einer neuen Betrugsmasche aufzusitzen:

Auffällig daran ist, dass die Betrüger vorher einen höheren Aufwand betreiben, indem sie persönliche Beziehungen zwischen zwei Personen ausfindig machen, um sich dann als realer Bekannter oder Freund eines E-Mail-Opfers auszugeben.

## Der Inhalt der Nachricht ist fast immer der Gleiche:

Tasche am Urlaubsort in der Türkei oder der Ukraine mit Reisepass und Kreditkarte verloren; kein Geld mehr, um Flugticket und Hotelrechnung zu bezahlen: "Ich wollte dich fragen, ob du mir 1.850 Euro leihen kannst" – mit diesem dramatischen Appell und einer Regie-Anweisung, wie die Geldsumme schnell und zuverlässig an den Betrüger gelangt, endet meist die E-Mail über die persönlichen Notlage an den Empfänger.

"Wer eine solche Mail erhält, sollte keinesfalls den geforderten Geldbetrag überweisen, sondern sich stattdessen umgehend zur Klärung des

### Verteiler gesucht!

Liebe Leser\*innen!
Viermal im Jahr erscheint die

AS Aktive Senioren
und wird von Verteilern zu vorher
abgesprochenen Auslagestellen
gebracht. Die Tätigkeit ist
ehrenamtlich, aber das Fahrgeld wird
erstattet.

Vielleicht haben Sie Lust, unser Team zu verstärken. Sie erreichen uns dienstags zwischen 10 und 12 Uhr in der Konrad-Zuse-Str. 10 oder per Telefon unter 02304-8892.



Verbraucherzentrale Westwall 4 58239 Schwerte

Sachverhalts an seinen realen Freund oder Bekannten und an die Polizei mit einer Strafanzeige wenden", rät die Verbraucherzentrale NRW. Folgende Hinweise helfen, um den Geld-"Phishern" nicht ins Netz zu gehen:

### Akribische Vorarbeit nötig:

Falsche E-Mails mit der betrügerischen Absicht, mit wahllos versendeten Phishing-Mails ans Geld und an die persönlichen Daten von ahnungslosen Usern zu kommen, sind seit Jahren im Umlauf.

Neu ist, dass Betrüger nun persönliche Daten von potenziellen Opfern nutzen und hierzu auch die E-Mail-Verbindungen von Personen untereinander in Erfahrung bringen – etwa über öffentlich sichtbare Freundschaftslisten in sozialen Netzwerken, gemeinsame Mitgliedschaften in einem Sportverein oder über Mitarbeiter-Angaben auf einer Webseite von Firmen.

Mit geringem Aufwand sind solche Daten im Internet leicht zu ermitteln. Die persönlichen Merkmale – wie Name, Geburtsdatum und vermeintliche E-Mail-Adresse sowie die gegenseitige Bekanntschaft – setzen sie ein, um sich mit ihrem Notfall-Appell möglichst glaubhaft an Einen von beiden mit der Identität des Anderen zu wenden.

### Das Kalkül:

Angeschriebene sollen dem angeblichen Freund aus der Patsche helfen und das geforderte Geld überweisen.

### Geldtransfer über Zahlungsdienst gefordert:

Damit die genannte vierstellige Summe beim Geld-Abgreifer auf Nimmerwiedersehen ankommt, soll der Betrag bei einer Agentur eines internationalen Zahlungsdienstes, etwa MoneyGram oder Western Union, in bar eingezahlt und die Referenz-Nummer an den betrügerischen Absender durchgegeben werden.

### Richtig reagieren:

Wer eine solche Nachricht erhält, sollte ihr keinesfalls vertrauen, sondern zunächst bei der in der Mail genannten Person nachfragen, ob und was sie über das fragwürdige Hilfsgesuch per E-Mail weiß. Ein Indiz kann auch die Absender-E-Mail sein. Handelt es sich um eine andere Adresse als die bisher bekannte, ist dies ein Zeichen für eine Fake-Mail. Auf eine solche Post sollte zudem nicht mit einer Rückantwort oder Nachfrage reagiert werden, damit der Geld-Kassierer im Hintergrund keine weiteren persönlichen Daten für sein Unwesen im Netz erhält.

#### Schnell handeln:

Wer dennoch dem dringenden Zahlungsappell aufgesessen ist und den gewünschten Betrag

überwiesen hat, sollte sofort handeln. Der Zahlungsdienst sollte angewiesen werden, dass Geld umgehend wieder zurückzubuchen, auch wenn dies ausgeschlossen erscheint.

Da es sich bei dieser Phishing-Masche um einen gezielten Betrugsversuch an der eigenen Person handelt, ist eine Anzeige bei der Polizei zur Strafverfolgung sinnvoll. Die E-Mail, auf die man hereingefallen ist, besser nicht löschen, sondern den Strafverfolgungsbehörden übermitteln, um diese bei ihren Ermittlungen zu unterstützen.

Wer eine verdächtige E-Mail erhält, kann diese auch direkt per E-Mail an die Verbraucherzentrale NRW unter phishing@verbraucherzentrale.nrw weiterleiten.

In ihrem Phishing-Radar auf
www.verbraucherzentrale.nrw/phishing
informiert die Verbraucherzentrale regelmäßig über
neue Varianten von betrügerischen Mails.



von Gerhard Kischewski

# Kleine Geschichten aus der Reihe Bonny

## Bonny war nicht zu finden

Schon um 7.00 Uhr saß Bonny vor der Terrassentür. Frauchen öffnete die Tür, aber Bonny ging nicht hinaus, da es in Strömen regnete.

"Dann bleib hier und schlaf weiter!"

Bonny lief durch's Haus und verschwand irgendwo. Nach 2 Stunden begann Frauchen Bonny zu suchen. Sie schaute in alle Verstecke, die sie von Bonny kannte. Aber kannte sie wirklich alle Verstecke?

Sie rief auch nach Bonny, aber die rührte sich nicht. "Ob ich es mal mit einem Leckerchen probieren sollte?"

Schnell war ein Leckerchen auf Bonnys Teller, aber die hielt sich verborgen.

Frauchen machte Mittagessen und aß. "Wo die Katze nur wieder steckt!"

Nach dem Abwasch machte sie sich den Fernseher an, um zu hören und sehen, was es Neues in der Welt gab. Als sie sich bequem in die Sofaecke gesetzt hatte, um das Programm zu verfolgen, traute sie ihren Augen nicht. Bonny saß hinter dem Fernseher und schaute über diesen hinweg auf Frauchen.

"Da hätte ich dich nie vermutet! Aber du bist endlich wieder da!"

Bonny ging zu ihrem Frauchen, ließ sich schnurrend von ihr streicheln und ging dann zu ihrem Teller, um das Leckerchen zu genießen.



## Bonny vertrieb den Traktordieb

Bonny machte schon früh einen Spaziergang. Der Bauer vom Nachbarhof pflügte sein Feld, um es anschließend zu eggen. Bonny kannte ihn gut, und als der Bauer Bonny sah, hielt er den Traktor an. Eine Frühstückspause braucht jeder; und so nahm er

seine Thermoskanne mit Kaffee und seine Brote und setzte sich auf eine Bank am Feldrand. Hier streichelte er Bonny, die ihn immer mit einem Miau begrüßte. "Du bist ja ein liebes Kätzchen! Darf ich dir von meiner Wurst etwas abgeben?"

Bonny schnurrte und schaute ihn erwartungsvoll an und nahm gern die Wurst. Nach dem Frühstück sprang der Traktor nicht wieder an und der Bauer sagte zu Bonny: "Pass auf meinen Traktor auf, ich hole eben Werkzeug!"

Bonny legte sich in die Fahrerkabine und machte es sich auf dem Sitz gemütlich. Nach kurzer Zeit hantierte jemand am Traktor. Bonny schreckte auf und stellte sich auf das breite Schutzblech. Sie sah sogleich, dass es

nicht der Bauer war und sprang dem Mann in den Nacken und biss und kratzte ihn. Der Bauer hatte den Fremden auch entdeckt und kam zum Traktor. Durch lautes Miauen und Fauchen hielt sie den Mann am Tatort.

Der Bauer sagte zu Bonny: "Du warst super, aber den Rest mache ich."
Bonny legte sich hin und behielt den Mann im Blick. Der Bauer telefonierte mit der Polizei, die den Mann schließlich abholte.
Am Abend brachte der Bauer für Bonny eine ganze Wurst als Dankeschön vorbei und erzählte allen von der guten Tat Bonnys!

## "Lügenbaron"

Vor 300 Jahren kam er zur Welt, der Freiherr Hieronymus Carl Friedrich von Münchhausen, der Nachwelt bekannt als "Lügenbaron".

Zunächst Page beim Herzog von Braunschweig-Wolfenbüttel führte ihn sein Lebensweg als Rittmeister an den Hof des russischen Zaren. Er war ein begnadeter Geschichtenerzähler! Nach seinem Abschied vom Militär führte er in der Heimat eine langjährige Ehe, die leider kinderlos blieb.

Nach dem Tod seiner Frau folgte das Desaster einer neuen Ehe des bereits hochbetagten mit seiner erheblich jüngeren Patentochter. Unschöne Rechtsstreitigkeiten, die eine Scheidung mit sich brachten, ruinierten ihn finanziell. Zudem



wurden seine Geschichten ohne seine Erlaubnis veröffentlicht, zuerst tatsächlich in England. Hier verdienten andere.

Um die Urheberrechte führte er erfolglose Prozesse. Sein Erbgut musste er aufgeben.- Er verstarb in seiner Geburtsstadt Bodenwerder, die heute noch touristisch von ihm profitiert. Er jedoch musste damals seinen Lebensabend verarmt, blamiert und verbittert verbringen. Weltweit sind seine Geschichten ein Begriff.

Ich persönlich erinnere mich auch an den Film mit Hans Albers und den "Ritt auf der Kanonenkugel". Eine Geschichte ist mir Ansporn, wenn es mir mal schlecht geht, das sprichwörtlich gewordene "Sich wie Münchhausen am eigenen Zopf aus dem Sumpf ziehen", also: niemals aufgeben! Dies wünsche ich auch unseren Leserinnen und Lesern!

U.B.

## Rotkäppchen

## Ein neuzeitliches Märchen von einem umbekannten Verfasser



Mit Wein und Kuchen wollte ich heute meine Oma besuchen. Ich ging durch den Wald zu ihrem Haus, da sah ich schon von weitem - sie ist nicht zu Haus. Die Garage war offen, ihr Wagen war fort da fiel mir ein: Montags macht sie ja Sport. Sie macht Aerobic von 9 Uhr bis 10. nachher schwitzt sie sich in der Sauna schön. Dienstag und Mittwoch sind auch ausgebucht, da werden Kurse der VHS besucht. Sie lernt Englisch, Spanisch, sie zeichnet und strickt. Dann hält Yoga noch ihren Rücken fit. Am Donnerstag, ach du gütiger Vater, da sind Proben im Seniorentheater. Freitag ist Chorprobe und samstags schwingt sie das Bein, da ist Volkstanz im Heimtverein. Am Sonntag klebt nur ein Zettel im Flur: Bin mit dem SGV in der freien Natur! Käme ein Wolf vorbeigeschlichen, er wäre in 5 Minuten verblichen. Oma kann Karate, Kurs Nr. 10 ihren Schlag auf die Schnauze würde er nicht übersteh'n. Nun stellte ich nur hin, was ich mitgebracht, denn sie kommt selten heim vor Mitternacht. Unsere Großmütter von heute sind aus besonderem Holz, auf meine Oma bin ich deshalb sooo stolz!



Helma Gerber schrieb das "R" ins letzte Lösungskästchen.

"Regulus heißt also der hellste Stern im kleinen Löwen. Somit könnte ich einschicken und vielleicht die Teilnahme an einer Löwensafari gewinnen! - Aber ohne die Familie?" Sie lächelte. "Beim Wellness-Wochenende in Bad Meinberg konnte ich mich schon nicht entspannen. Und in Afrika!?"



Sie stellte sich vor, auf der Terrasse des Maritim zu sitzen, wie der Tafelberg zu ihr herüber grüßte, die Wellen auf den Sand rollten und den Duft des Meeres sandten, hörte das Rascheln der Palmwedel und fühlte den leisen Wind.

Helma trank einen Schluck Saft. Maunzi sprang zu ihr auf die Couch und kuschelte sich ein. Helma lehnte sich in die Couchecke zurück und schloss die Augen.



"Bilder von Löwen habe ich viele gesehen und über ihre Verhaltensweise gelesen. Doch die Tiere in der Natur zu erleben …"

Sie sah sich mit anderen Safariteilnehmern in einem Jeep fahren. Während der Reiseleiter noch über das Verhalten bezüglich Sicherheit sprach, entfernten sie sich von der Hotelanlage und vor ihnen dehnte sich die Savanne. - Diese Weite ...

Die Sonne brannte unbarmherzig. Auf der ausgedörrten unebenen Piste holperte der Geländewagen zusätzlich noch über jeden Stein und in jedes Schlagloch.

In der Nähe einer Giraffenherde stoppte er. Kameras klickten und Ferngläser wurden schärfer eingestellt. Langsam zogen die Tiere vorwärts. Manchmal blieben einige von ihnen stehen und rupften mit ihren langen Greifzungen Blätter von den Bäumen. Ab und zu verschwanden dabei ihre Köpfe zwischen den Zweigen.



Elefanten, Gnus, Zebras und endlich das Löwenrudel. Wie angekündigt mit Jungtieren. Diese glichen großen Kuscheltieren.

Obwohl der Fahrer noch nach dem besten Standort suchte, surrten schon die Filmkameras.

Aber die Löwen, vielleicht müde und satt nach einer erfolgreichen Jagd, störte es nicht.

Abseits, auf dem starken Ast eines Baumes, lag der "Herr" des Rudels, ein Löwe mit mächtiger Mähne. Auch der König der Tiere, das Sinnbild für Tapferkeit und Heldentum, schlief.

Eine Löwin ruhte auf einem größeren Stein und bewachte ihre spielenden Jungen. Sie kullerten übereinander, rannten umeinander herum, tatzten sich, rissen ihre kleinen Mäuler weit auf und fauchten.



Als die Jungen sich etwas von ihrem Spielplatz entfernten, richtete sich die Mutter auf. Da die Kleinen jedoch an dem niedrigen Baum in der Nähe stehen blieben, legte sie sich wieder hin, beobachtete aber aufmerksam.

Ein Junges kletterte bis zum ersten Ast. Vorsichtig setzte es eine Pfote vor die andere. Als der Ast sich unter dem Gewicht des Löwenjungen senkte, fauchte es ängstlich, tastete sich dann aber rückwärts zum Stamm.



Das andere probierte nicht zu klettern. Es schärfte in der Rinde seine Krallen. Plötzlich saß es, mit gespitzten Ohren und etwas schräg gehaltenem Kopf, still und wartete.

Nur die zuckende Schwanzspitze verriet die Aufregung. Ganz langsam richtete sich das Löwenkind auf, verharrte noch einen Moment ¬-

und sprang. Doch die "Beute" war schneller. Es brauchte wohl noch viel Übung.



Die Löwenmutter gähnte. Welch ein Riesenmaul. Und die Zähne. Sie streckte noch die Pfoten, sprang vom Stein, witterte und legte sich ins Gras. Sofort flitzten die immer durstigen und hungrigen Jungen heran und geduldig säugte sie ihre Kinder.

Ein: "Hallo Mama!", riss Helma aus ihren Gedanken.

"Hallo mein Schatz!" Sie rieb sich die Augen, stand auf, drückte ihre Tochter und fragte: "Hast Du Hunger?"

Das Mädchen nickte, nahm Maunzi auf den Arm und folgte der Mutter in die Küche. Auch die anderen Familienmitglieder kamen bald danach zum Essen.

Abends, während ihr Mann noch die Spätnachrichten verfolgte, saß Helma in der Hollywoodschaukel auf der Terrasse und betrachtete den nachtblauen Himmel. Sie ließ ihren Blick von einem Stern zum anderen schweifen, aber lange beim Sternbild des "Kleinen Löwen" verweilen.

\* \* \*



Alle Fotos von pixabay

Die Ballade beruht auf einer tragischen Begebenheit in Schottland. Die Brücke "Firth-of-Tay" stürzte am genannten Datum ein und riss einen Zug mit 73 Menschen in den Tod. Das Motto: When shall we meet again – stammt aus Macbeth (Shakespeare), Fontane setzte es symbolisch um, die drei Winde / Naturgeister aus den verschiedenen Richtungen.

## Die Brück' am Tay

(28. Dezember 1879)
When shall we three meet again?
Macheth

"Wann treffen wir drei wieder zusamm'?" "Um die siebente Stund', am Brückendamm." "Am Mittelpfeiler." "Ich lösche die Flamm'." "Ich mit " "Ich komme vom Norden her." "Und ich von Süden." "Und ich vom Meer." "Hei, das gibt ein Ringelreihn, Und die Brücke muß in den Grund hinein." "Und der Zug, der in die Brücke tritt Um die siebente Stund'?" "Ei, der muß mit." "Muß mit." "Tand, Tand, Ist das Gebilde von Menschenhand!"

Auf der Norderseite, das Brückenhaus -Alle Fenster sehen nach Süden aus, Und die Brücknersleut', ohne Rast und Ruh Und in Bangen sehen nach Süden zu, Sehen und warten, ob nicht ein Licht Übers Wasser hin "ich komme" spricht, "Ich komme, trotz Nacht und Sturmesflug, Ich, der Edinburger Zug."

Und der Brückner jetzt: "Ich seh einen Schein Am anderen Ufer. Das muß er sein. Nun Mutter, weg mit dem bangen Traum, Unser Johnnie kommt und will seinen Baum, Und was noch am Baume von Lichtern ist, Zünd' alles an wie zum heiligen Christ, Der will heuer zweimal mit uns sein, - Und in elf Minuten ist er herein."

Und es war der Zug. Am Süderturm Keucht er vorbei jetzt gegen den Sturm, Und Johnnie spricht: "Die Brücke noch! Aber was tut es, wir zwingen es doch. Ein fester Kessel, ein doppelter Dampf, Die bleiben Sieger in solchem Kampf, Und wie's auch rast und ringt und rennt, Wir kriegen es unter: das Element."

"Und unser Stolz ist unsre Brück';
Ich lache, denk ich an früher zurück,
An all den Jammer und all die Not
Mit dem elend alten Schifferboot;
Wie manche liebe Christfestnacht
Hab ich im Fährhaus zugebracht,
Und sah unsrer Fenster lichten Schein,
Und zählte, und konnte nicht drüben sein."

Auf der Norderseite, das Brückenhaus Alle Fenster sehen nach Süden aus,
Und die Brücknersleut' ohne Rast und Ruh
Und in Bangen sehen nach Süden zu;
Denn wütender wurde der Winde Spiel,
Und jetzt, als ob Feuer vom Himmel fiel',
Erglüht es in niederschießender Pracht
Überm Wasser unten ... Und wieder ist Nacht.

"Wann treffen wir drei wieder zusamm'?"

"Um Mitternacht, am Bergeskamm."

"Auf dem hohen Moor, am Erlenstamm."

"Ich komme."

"Ich mit."

"Ich nenn euch die Zahl."

"Und ich die Namen."

"Und ich die Qual."

"Hei!

Wie Splitter brach das Gebälk entzwei."

"Tand, Tand,

Ist das Gebilde von Menschenhand."

Theodor Fontane (\* 30.12.1819, † 20.09.1898)

# Kürbiseintopf (6-8 Personen)



## Guten Appetit wünscht Gerhard Kischewski

### Man nehme:

1 großen Kürbis

4 Stangen Porree

600 g mehlige Kartoffeln

120 g Butter

1/2 1 Milch

1/2 l Wasser

Salz und Pfeffer

400 g Creme fraîche

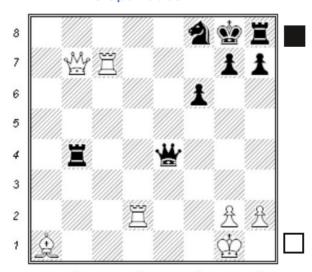
### So wird's gemacht:

Butter in einem Topf zerlassen, den Porree in ½ cm breite Ringe schneiden, Kartoffel würfeln und dazugeben. Milch und Wasser auffüllen und alles zusammen bei mittlerer Hitze etwa 30 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zuletzt Creme fraîche unterheben. Wenn man einen festen Brei haben möchte, muss man alles mit einem Mixer pürieren.



## Das AS-Schachrätsel

viel Spaß dabei



Weiß zieht - und gewinnt mit einem Zug!

## Kindermund!

Paul (5) wird gefragt:

"Möchtest du wieder Käse
auf dein Butterbrot?"

"Nein, Mama, lieber nicht,
der Käse hat Mundgeruch."

Auflösung Schachrätsel: Turm c7 x g7#



Wer zwingen will die Zeit, den wird sie selber zwingen; wer sie gewähren lässt, dem wird sie Rosen bringen.

friedrich Rückert (1788-1866)

# ?

### Rätselanleitung:

Füllen Sie die leeren Kästchen so aus, dass in jeder waagerechten und senkrechten Zeile sowie in jedem umrandeten Quadrat die Ziffern 1 - 9 je einmal vorkommen.

## Das neue SUDOKU

viel Spaß dabei

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

# Aufgrund der Corona-Krise informieren Sie sich bitte beim Veranstalter oder in der Tagespresse, ob die Termine stattfinden!!!

### ERGSTE

**Altengemeinschaft**, Auf dem Hilf 6 jeden 3. Mittwoch, 15 Uhr, Seniorentreff

### GEISECKE

#### Frauenhilfe Geisecke-Lichtendorf

jeden 2. Montag im Monat 15 Uhr Auskunft: Frau Wuttke, Tel.: 40192 und Frau Feldmann, Tel.: 942244

### Frauengemeinschaft St. Antonius,

Am Brauck 7

Kontakt: Christa Schmitt, Tel.: 02304/44595

01.10. Uschi Vielhauer / Bunte Träume, buntes Leben

05.11. Dorothee Dötsch zeigt den Film "Maria Magdalena"

03.12. Adventsfeier

Beginn jeweils 15 Uhr mit

Wortgottesdienst, Kaffee und Kuchen 12.10. 9 Uhr Hl. Messe in St. Marien und anschl. Frühstück im Marien-

Krankenhaus

### HOLZEN

## Gemeindehaus St. Christophorus,

Rosenweg 75

Betreuungsgruppe Christophorus für Senioren\*innen mit Unterstützungs-, Betreuungs- und Beaufsichtigungs-bedarf jeden Donnerstag von 9 - 13 Uhr. Info und Anmeldung bei Herbert Müller (0172 5661582)

AWO Familienzentrum, Westhellweg 218 Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz jeden 3. Dienstag im Monat, 17:30 – 19 Uhr Reparaturcafé jeden 1. Samstag im Monat (außer Januar und August) von 10 - 12 Uhr. Die Veranstaltung findet unter Berücksichtigung der Hygieneverordnung statt, das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes ist verpflichtend.

## Friedrich-Krahn-Seniorenzentrum,

Westhellweg 220

Telefonische Auskunft über das Angebot zu den regulären Geschäftszeiten unter 02304/899-0 oder auf unserer Homepage https://friedrich-krahn-sz.awo-ww.de Das Team vom Friedrich-Krahn-Seniorenzentrum hofft, dass in naher Zukunft wieder Veranstaltungen stattfinden und wünscht allen Senioren und Seniorinnen, dass sie die Krise gesund überstehen.

Ev. Paulusbezirk, GWG-Raum, Hermann-Löns-Weg 8 offener Spielenachmittag, Leitung: Herr Rademacher, Tel.: 81874 Termine für die nächsten Spielenachmittage: siehe Tagespresse Die Treffen beginnen jeweils um 16 Uhr

### Frauenhilfe Bezirke Nord/Holzen,

Leitung: Frau Berkenhoff, Tel.: 14646 Treffen jeden 2. Mittwoch im Monat von 15 - 17 Uhr

Programm in der aktuellen Tagespresse u. der Ev. Kirchenzeitung

#### Schicht 24

Regelmäßige Nachbarschaftstreffen, Ausflüge und Veranstaltungen im Internet unter: www.schicht24schwerte.de oder in den Infokästen vor dem Haus Klusenweg 56a oder am Holzener Weg/Ecke Kreuzstraße.

### DORTMUND-HOLZEN

**Räuber Mohr** geht auf die Pirsch ab 30.10. alle 14 Tage freitags um 19 Uhr ab Gastronomie "Ledendecker", die IG Holzen bittet um eine Spende von 9,-Euro pro Person. Um Anmeldung wird gebeten unter 02304/8892 oder 0176/66105030

### SCHWERTE-MITTE

Haus am Stadtpark, Beckestr. 5 dienstags: 11 Uhr Gehirnjogging, mittwochs: 10:30 Uhr Gymnastik mit der Physiotherapie am Park (5 € für Gäste) donnerstags: 15 Uhr Waffelessen mit Kaffee (€ 3,50 für Gäste) samstags: 10 Uhr Gymnastik mit Andrea

Reichert

freitags: (Termine siehe Tagespresse) 10:30 Uhr Literaturkreis mit Ulrike Berkenhoff

## Offener Seniorenstammtisch der CDU-Senioren-Union

Jeden ersten Montag im Monat um 15 Uhr im Haus am Stadtpark, Beckestr. 5

Ökumenischer Seniorenkreis, Goethe-Straße 22

Verantwortl. Maria Tebroke, Tel. 812192 und Christel Ibert, Tel. 45555

Aufgrund der Corona-Krise vorläufig keine Treffen

### Kath. Kirchengemeinde St. Marien

Friedensbank – Bank der Begegnung, sie steht im Karree unterhalb der Trauerhalle

Gesprächstermine: dienstags 10:30 – 12 Uhr und donnerstags 16 – 17:30 Uhr

### Frauengemeinschaft St. Marien,

Pfarrheim Goethestr.

Ansprechpartner: Frau Nauber, Tel.: 3088617

Die Monatsversammlungen beginnen jeden 1. Mittwoch – wenn nicht anders angegeben – um 15:30 Uhr, vorher um 15 Uhr ist ein Wortgottesdienst Frauentreff:

Die Abende beginnen jeden 2. Dienstag im Monat um 19 Uhr

### Grete-Meißner-Zentrum,

Schützenstraße 10 allgemeine Öffnungszeiten: montags bis freitags von 11 - 17 Uhr, jeden 1. Sonntag im Monat von 11 – 17 Uhr Kaffee und Kuchen 14:30 - 17 Uhr tägl. montags: 10:45 Uhr Arthrosegymnastik, 8:45 Uhr und 15:45 Uhr Gymnastik für Männer im Rentenalter, 13:45 Uhr Gymnastik für Frauen dienstags: 10:45 Uhr Arthrosegymnastik, 15 Uhr Handarbeitskreis mittwochs: Gretes Kunstcafé jeden 2. + 4. Mittwoch von 14:30 Uhr – 17:30 Uhr donnerstags: 14 Uhr Gymnastik für Senioren, jeden 2. + 4. Donnerstag 15 Uhr Internetsprechstunde

## freitags 14:45 Uhr Lesekreis Nachtwächterrundgang

ab 29.10. jeden Donnerstag 19 Uhr mit Ferdinand Ziese. Gruppen, Firmen, Vereine bittet der Heimatverein Schwerte um eine Spende von 70,-€, Schulen und Kitas 50,- €, sowie Einzelpersonen 9,- €. Treffpunkt am Marktbrunnen.

### Pflege- und Wohnberatung Kreis Unna

Jeden Montag von 14 – 16 Uhr Sprechstunde der Wohnberatung und Psychosozialen Beratung im Grete-Meißner-Zentrum

### Paul-Gerhardt-Seniorenkreis,

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat 14:30 – 16:30 Uhr

# Aufgrund der Corona-Krise informieren Sie sich bitte beim Veranstalter oder in der Tagespresse, ob die Termine stattfinden!!!

### Gesprächskreis f. pfleg. Angehörige

Treffen am letzten Montag im Monat von 17 - 19 Uhr

**FeG Schwerte**, Graf-Adolf-Straße 19, www.feg-schwerte.de

Männerabend, jeden 2. Freitag im Monat um 19:30 Uhr, Beginn mit einem Abendessen, danach ein aktuelles Thema (siehe auch Schaukasten) Tel.: 02304/254200

StrickCafe, jeden letzten Samstag im Monat um 14:30 Uhr. Jeder der Stricken, Häkeln, Basteln oder ganz einfach Gemeinschaft bei Kaffee und Kuchen möchte, ist herzlich eingeladen. (siehe auch Schaukasten) Tel.: 02304/81240

### Schießsport-Club Schwerte e.V.,

Schützenstr. 32a

Übungsabende jeden Montag und Donnerstag von 18 - 20 Uhr

### Altenbegegnung der AWO,

Kleppingstraße 4 (Gesundheitsamt) 1. Etage

dienstags 14:30 Uhr durchgehend Frauengruppe mittwochs, 14 Uhr, Skatclub

### Klara-Röhrscheidt-Haus.

Ostberger Straße 20

Ev. Gottesdienst im Festsaal "Unter den Linden" am letzten Dienstag im Monat um 10:30 Uhr

Kath. Gottesdienst jeden 2. Donnerstag im Monat um 16 Uhr

## Johannes-Mergenthaler-Haus,

Liethstr. 4

jeden 3. Donnerstag im Monat 10:30 Uhr Ev. Gottesdienst

jeden 2. Donnerstag im Monat 10:30 Uhr Kath. Gottesdienst im Café

### Kräuterführung mit F. Ziese

Jeden Mittwoch ab 19 Uhr (letzte Führung 30.9.), Treffpunkt: Brunnen auf dem Markt, Preis: 5 Euro pro Person als Spende an den Heimatverein. Gezeigt werden über 30 Kräuter in den Ruhrauen.

### Marktmusik in der Viktorkirche Samstags 11 Uhr

Konzertgesellschaft Schwerte Infos unter www.kgs-schwerte.de Volkshochschule VHS, Am Markt 12.9. 11 Uhr Führung Länderkunde: Mit dem Rad durch Ruhr- und Lennetal mit F. Ziese

12.11. 19 Uhr Führung Geschichte: Unterwegs mit dem Nachtwächter im Mittelalter

18.11. 18.30 Uhr Vortrag Recht: Tipps für die Rente im Alter 21.11. 16 Uhr Vortrag Länderkunde: Bilderreise Schwerte mit Sabine Totzauer Details zu den Veranstaltungen entnehmen Sie bitte dem aktuellen Programmheft der VHS oder unter

Musikschule Schwerte, Westenort 18 Infos über das vielfältige Programm, auch für Ältere, gibt es im Programmheft der Musikschule oder unter Telefon 104325/327

www.vhs-schwerte.de

donnerstags 9:30 - 11 Uhr Chorprobe "Cantiamo"

Kath. Akademie, Bergerhofweg über Kurse und Tagungen informiert das Halbjahresprogramm, das man anfordern kann bei Katholische Akademie, Bergerhofweg 24, 58239 Schwerte, Tel.: 02304/477-0, Fax: 02304/477-599, e-mail: info@akademieschwerte.de, http: www.akademieschwerte.de

BSW Seniorengruppe, Rathausstr. 33 Treffen jeden letzten Dienstag im Monat 15 Uhr in der Gaststätte "Zum Rathaus" Fahrten siehe Aushang (bei der Betreuungsstelle und Sparda-Bank) (Für Fahrten, Vorträge und Feste wird ein Unkostenbeitrag erhoben)

## Freiwilligenzentrum "Die Börse",

Jägerstr. 6

Tel.: 02304/257094, FAX: 02304/257095, E-Mail: die-

boerse@versanet.de

Beratungszeit jeden Dienstag von 16 – 18 Uhr im Forum SCHWERengagierTE im Ruhrtalmuseum am Markt (Brückstr. 14)

### VdK-Ortsverband Schwerte,

Am Stadtpark 1, Tel.: 18196 (Wilhelm Klein); jeden 1. + 3. Dienstag im Monat Sprechstunde, 15 - 16 Uhr

### SCHWERTE-OST

Führungen Arbeitskreis 100 Jahre EAW

führt durch das ehemalige Eisenbahnausbesserungswerk Termine: 02.10.Treffpunkt: Hinweistafel am ehemaligen Tor 1, Dauer ca. 2 Stunden.

Kosten pro Person 3 €, Anmeldung nicht erforderlinch! Gruppen können individuelle Termine vereinbaren mit: Sabine Totzauer, Tel.: 02304/22178 oder Lothar Schulze Tel.: 01703137517 oder per E-Mail ankunft@eisenbahnschwerte.de oder auf der Internetseite www.eisenbahn.schwerte.de

Frauengemeinschaft Hl.-Geist, Aufgrund der Corona-Krise vorläufig keine Treffen

### VILLIGST

**Altenbegegnungsst.**, Villigster Str. 43a jeden 1. Donnerstag, ansonsten jeweils mittwochs, 15 Uhr, Seniorentreff

### WANDHOFEN

### Ursula-Werth-Begegnungsst.,

Strangstr. 36

jeden 2., 3. und 4. Montag (evtl. auch 5. Montag), Seniorentreff, 15 – 17:30 Uhr

### WESTHOFEN

## Altenbegegnungsst. ev. Gemeindehaus

montags, 15 Uhr, Seniorentreff **Hertha's Gute Stube**, Kirchplatz 8

montags, 17:30 Uhr für junggebliebene Frauen

dienstags, 14 Uhr für Freunde des Skatspiels

donnerstags, 14 Uhr für Kaffeeliebhaber und Bingospieler

freitags, 17:30 Uhr Treffen für alle bei Musik, Spiel und Unterhaltung Infos bei Angelika Wiggeshoff, Tel.: 591307 oder Christel Knauer, Tel.: 67686

Wir sind auf die Mitteilungen der einzelnen Institute angewiesen, daher besteht keine Gewähr auf Vollständigkeit und Richtigkeit der Angaben.

Redaktionsschluss für Termine: 03. November 2020

### **Impressum**

### Herausgeber:

Stadt Schwerte, Der Bürgermeister

#### Redaktionsanschrift:

Schwerter Seniorenzeitung "AS Aktive Senioren" Konrad-Zuse-Straße 10, 58239 Schwerte Büro ieweils Dienstag von 10.00 - 11.00 Uhr Internet-Adresse: http://www.as.schwerte.de Mail-Adresse: as@schwerte.de

### Redaktionsleitung:

Ferdinand Ziese (kommissarisch), Zum Prinzenwäldchen 32. 58239 Schwerte. Tel.: 02304/8892

#### Redaktionsteam:

Ulrike Berkenhoff (ub), Carmen Danz (cd), Wilma Frohne (wf), Jürgen Hüsmert (jh), Gerhard Kischewski (gk), Jürgen Paul (jp), Monika Sommer (ms), Reinhold Stirnberg (rs), Ferdinand Ziese (fz).

### An dieser Ausgabe wirkten außerdem mit:

Roswitha Bliese, Wolfgang Güttler, Michaela Wendel

### Layout, Druckvorstufe und Internet: Heike Hoppe

### Druckerei Uwe Nolte, 58640 Iserlohn Auflage: 4000 Exemplare.

Erscheinungsweise: März, Juni, Sept., Dez.

### Verteilergruppe:

Klaus Gerhold, Elke Hansel, Gerhard Kischewski, Monika Sommer, Hans-Georg Wiese, Ferdinand Ziese.

## Inserate und Anzeigen: Anzeigenpreisliste Nr. 7/2017

Die "AS" wird seit 1988 im Rahmen des Altenhilfeplanes der Stadt Schwerte herausgegeben und kostenlos an Interessenten ausgehändigt. Sie ist parteipolitisch neutral. Redaktionsmitglieder und freie Mitarbeiter sind ehrenamtlich tätig. Mit vollem Namen gezeichnete Artikel müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Jeder Autor ist verantwortlich für den Inhalt seiner Berichte und behält auch alle Rechte an ihnen.

Bei der Verlosung von Preisen ist der Rechtsweg ausgeschlossen.

Redaktionelle Beiträge können nur berücksichtigt werden, wenn sie bis zum Ende des ersten Quartalsmonats bei uns eingegangen sind. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Bücher etc. wird keine Haftung übernommen. Ist die Rücksendung erwünscht, so bitten wir das zu vermerken und einen ausreichend frankierten Briefumschlag beizulegen.

### **Unser Förderverein:**

Stärken Sie uns durch Beitritt zu unserem Förderkreis AS-Aktive Senioren e.V.,

Vereinsregister: Amtsgericht Hagen VR 2635.

Vorsitzender: Jürgen Paul Bankverbindung:

Stadtsparkasse Schwerte

IBAN: DE98 4415 2490 0000 0722 98

SWIFT-BIC: WELADED1SWT

## Sommerunterhaltung

Sommer, Sonne und Musik gehören zusammen. Einmal in der Woche marschiert der Spielmannszug in den parkähnlichen Innenhof der Anlage Margarete. Die schmissigen Töne locken Bewohnerinnen und Bewohner an Fenster und auf Balkone und oft wird von ihnen begeistert mitgesungen oder auch geschunkelt.

In den folgenden Silben sind zehn Begriffe versteckt.

$$Ak - ba - de - del - du - fe - ge - gei - gi - har - ka - kor - la - lai - mel - ne - on - pe - phon - po - re - sa - sack - sau - tar - te - trom - trom - xo$$

S - - - - - - -

Т - п - - - -

Н - - п -

G - - -

В - - - - - п -

A - - - 🗆 - - - -



Die gekennzeichneten Buchstaben, von oben nach unten gelesen, ergeben das Lösungswort des AS-Preisrätsels.

Wilma Frohne

Als Preise für dieses Preisrätsel winken: 1 Blumengutschein, Überraschung, 1 Buch

Einsendeschluss ist der 03.11.2020 Unsere Anschrift:

Schwerter Seniorenzeitung "AS" Aktive Senioren, Konrad-Zuse-Straße 10, 58239 Schwerte

Die Lösung unseres Rätsels in der AS 130 lautet:

### " Rosenmonat "

Unter den richtigen Einsendungen entschied sich das Los für

Elmar Dettmer, Iserlohn - 1 Blumengutschein Elisabeth Hötter, Schwerte - 1 Schwerte-Gutschein Angela Spitthoff, Schwerte - 1 Gutschein von Bücherei Bachmann

Herzlichen Glückwunsch allen Gewinnern!

## Antrag auf Aufnahme in den "Förderkreis AS-Aktive Senioren e.V.", Schwerte

### unter Anerkennung seiner Satzung.

Ort und Datum: .....

§ 2 der Satzung: "Zweck des Vereins ist die Förderung der Alten- und Jugendhilfe. Dieser Zweck wird verwirklicht insbesondere durch die Erhaltung u. Förderung der 1988 – im Rahmen des Altenhilfeplanes der Stadt Schwerte – gegründeten Seniorenzeitung "AS-Aktive Senioren". Deren Aufgabe ist, als Sprachrohr der älteren Generation, einen Brückenschlag zur jüngeren Generation zu ermöglichen, Unterhaltsames, Historisches und Aktuelles festzuhalten und für die Nachwelt zu erhalten. Sie ist parteipolitisch und konfessionell neutral."

Der Antrag ist angenommen, wenn ihm nicht 14 Tage nach Zustellung widersprochen worden ist.

Dei Antrag ist angenommen, werin inin n	icht 14 Tage Hach Zustellung widersprochen worden ist.
Antrag senden an: AS-Förderkreis	: Konrad-Zuse-Straße 10, 58239 Schwerte
Der Jahresbeitrag beträgt z. Zt. (06-2010	):
<ul> <li>( ) € 60,- für Gewerbetreibe</li> <li>( ) Ich/wir zahlen freiwillig ei</li> <li>( ) € 30,- für Privatpersonei</li> <li>( ) € 15,- ermäßigt (für Ren</li> <li>(X) Der für mich/uns gültige E</li> </ul>	inen erȟöhten Beitrag von : € n ıtner, Studenten etc.)
Ich überweise den Beitrag auf das Gi IBAN: DE98 4415 2490 0000 0722 98	iro-Konto des "Förderkreis AS-Aktive Senioren e.V." . SWIFT-BIC: WELADED1SWT
Name des Antragstellers:	
Anschrift und PLZ:	
Tel·	MohilTel

Unterschrift: .....