

# AS

## Aktive Senioren

Das Magazin für Schwerte



Ausgezeichnet mit der  
Stadtmedaille 2008



22. Jahrgang

Ausgabe 89

März 2010



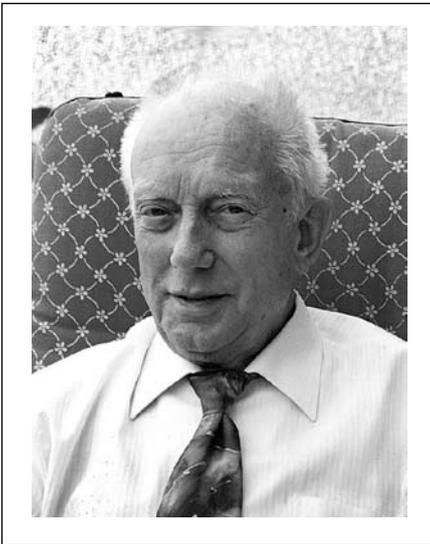
*Haselstrauch, erste Frühlingsboten*

*Foto: Heinz Kranefeld*

### Aus dem Inhalt

---

- |                         |       |
|-------------------------|-------|
| ■ Das Ehrenamt          | S. 4  |
| ■ Schwerte putzt munter | S. 9  |
| ■ Ausgegraben           | S. 10 |
| ■ Ein Jahr Rentner      | S. 19 |
| ■ Hasenhelden           | S. 25 |



## Was ich noch sagen wollte . . .

Guten Tag, meine Damen und Herren,

wir befinden uns zwar schon in einer etwas fortgeschrittenen Jahreszeit, aber trotzdem wünsche ich Ihnen in dieser ersten Ausgabe des Jahres viel Glück und hoffe, dass Sie den Jahreswechsel gut überstanden haben und das neue Jahr bei bester Gesundheit beginnen konnten. Wenn wir Sie auf diese 89. Ausgabe unserer AS leider etwas länger warten lassen mussten, so bitte ich um Verständnis, denn es hatte mehrere gute Gründe. Die „AS“ erfährt seit einiger Zeit eine Entwicklung, deren Ausgang von großer Bedeutung ist. Sowohl für die AS-Redaktion als auch für mich persönlich ist die Zeit von der Jahreswende bis heute z.T. recht turbulent und nicht gerade alltäglich gewesen. Ich werde versuchen, es zu erklären.

Vorab das Positive: Zu Beginn des letzten Monats im alten Jahre durfte ich meinen 85. Geburtstag daheim im kleinen Familienkreis recht besinnlich bei akzeptabler Gesundheit erleben. Zwei Tage später konnte ich ihn in der „Alten Rohrmeisterei“ in „etwas“ größerem Verwandten- und Freundeskreis recht harmonisch und in froher Stimmung verbringen. Weshalb ich das erwähne? Viele meiner Gäste hatten meinen in der Einladung geäußerten Wunsch beherzigt, statt der beabsichtigten Geschenke eine Spende zugunsten der AS-Redaktion vorzunehmen. Ich war überrascht, als außer den Bargeldspenden in Höhe von € 226,88 auch noch Spenden-Überweisungen bei der Stadtkasse Schwerte eingingen in Höhe von € 945,-. Somit konnte ich insgesamt € 1.171,88 als Geburtstagsspende unserer Redaktion zur Verfügung stellen. Ich danke

an dieser Stelle allen, die nicht nur mich, sondern auch unser Team so reichlich beschenkt haben. Dieses Geld werden wir zur Anschaffung moderner Geräte verwenden, die unsere Redaktionsarbeit noch effektiver und unabhängiger machen.

Etwa eine Woche nach diesem so positiven Ereignis wurde Brigitte Blosen, die seit Bestehen der „AS“ unserer Redaktion angehört, bei einem Verkehrsunfall schwer verletzt und in eine Spezialklinik eingeliefert. Sie ist noch heute an den Rollstuhl gebunden und kann sich nur sehr langsam erholen. Wir wünschen ihr eine recht baldige Genesung, denn ihr verbindliches, kollegiales Wesen und Ihre Fachkenntnisse als Lektorin vermissen wir sehr und hoffen, dass sie recht bald wieder in unserer Mitte sein kann.

Auch dass zum Jahresbeginn ein weiteres Redaktionsmitglied erkrankte und ein ungewohnt hartnäckiger Schneefall, Frost und Straßenglätte unsere Beweglichkeit wochenlang einschränkte, blieb das auf die Abwicklung unserer Arbeit nicht ohne Folgen.

Nach all diesen Hindernissen und Schicksalsschlägen empfanden wir die eingehenden Antworten auf unsere Leserumfrage in der AS Nr. 88, die alle sehr positiv ausfielen, besonders wohltuend. Wir erhielten mündlich und schriftlich nicht nur eine Bestätigung unserer Arbeit, sondern auch manche Anregung in Bezug auf Gestaltung des Inhaltes. Historische Berichte kamen sehr gut an, von Heiterem und Besinnlichem wünschte man etwas mehr. Und da können wir schon in dieser Ausgabe echte Hoffnung machen und verweisen auf die Ankündigung auf S. 17 „Scherbeln, schickern und achilen.“

Besonders erfreute es mich, dass alle es begrüßten, angesichts der angespannten Haushaltslage unserer Stadt, einen Förderkreis zu gründen, um unserer „AS“ mehr Sicherheit und Selbständigkeit zu verleihen. Bekräftigt wurde diese Zustimmung noch durch die Jahresstatistik über unsere „AS“ im Internet. Danach erhielten wir 2009 insgesamt 199.438 Anfragen, was einem **Monatsdurchschnitt** von 16.620 Anfragen entspricht, das ist eine Steigerung gegenüber 2008 um 24,58%!

Diese Entwicklung war mir ein willkommener Anlass, um alles für die Gründung eines Förderkreises in die Wege zu leiten und klare Verhältnisse zu schaffen. Die Finanznöte der

Städte sind ja schon lange bekannt und ich möchte nicht warten, bis die Wogen über uns zusammenschlagen und unsere nahezu 22-jährige erfolgreiche Redaktionsarbeit zunichte machen. Unserem Bürgermeister sowie allen Damen und Herren in Rat und Verwaltung bin ich dankbar für die gute Zusammenarbeit in allen Jahren und für den Erhalt unserer „AS“, trotz der finanziellen Probleme.

Meine vorrangige Aufgabe sah ich nunmehr darin, schleunigst einen Satzungsentwurf zu konstruieren für einen „Förderkreis AS-Aktive Senioren, Schwerte, e.V.“. Diesen stimmte ich mit dem Notar ab, der ihn auch dem Finanzamt vorlegte, das natürlich hier und da etwas zu korrigieren hatte. So kam eine Mehrarbeit auf mich zu, deren Zeitaufwand umfangreicher war als erwartet, mit etlichen Verhandlungen mündlicher und schriftlicher Art. Vor wenigen Tagen erhielt ich jedoch die Nachricht vom Finanzamt, in der es u.a. heißt: „Bei einer Verabschiedung der Satzung in vorstehendem Sinne bestehen gegen die vorläufige Bescheinigung der Gemeinnützigkeit keine Bedenken.“ Das war die erlösende Nachricht für mich, denn ich wollte ja an dieser Stelle nicht nur vage Hoffnungen wecken. Nun kann ich endlich diese positive Nachricht übermitteln. Die Unterzeichnung dieses Vertrages sowie die Anmeldung ins Vereinsregister wird auch in absehbarer Zeit erfolgen können.

Inzwischen ist zwar die Zeit der Osterferien ungewollt nahe gerückt, aber ich hoffe, daß die weitere Bearbeitung zum Druck zügig fortschreiten kann.

Für alle, die unsere „AS“ schätzen lernten und unterstützen möchten, haben wir auf Seite 14 dieser Ausgabe einen Antragsvordruck für den „Förderkreis AS-Aktive Senioren, Schwerte“ eingeblendet. Außerdem wird dem AS-Printmedium ein Antragsformular beigelegt, das ausgefüllt an unsere Redaktion geschickt werden kann. Da wir um erschwingliche Beitragssätze bemüht waren, hoffen wir auf eine rege Beteiligung.

Nun wünsche ich Ihnen und unserer „AS“ ein herzliches „Glück auf!“ für eine erfolgreiche Zukunft.

Es grüßt Sie

Ihr Horst Reinhard Haake

## Schafft Euch ein Nebenamt

Schafft Euch ein Nebenamt, ein unscheinbares,  
womöglich ein geheimes Nebenamt.

Tut die Augen auf und sucht,  
wo ein Mensch ein bisschen Zeit,  
ein bisschen Teilnahme,  
ein bisschen Gesellschaft,  
ein bisschen Fürsorge braucht.

Vielleicht ist es ein Einsamer, ein Verbitterter,  
ein Kranker, ein Ungeschickter,  
dem du etwas sein kannst.

Vielleicht ist's ein Greis, vielleicht ein Kind.

Wer kann die Verwendungen alle aufzählen,  
die das kostbare Betriebskapital,  
Mensch genannt, haben kann!

An ihm fehlt es an allen Ecken und Enden.

Darum suche, ob sich nicht  
eine Anlage für einen Menschen findet.

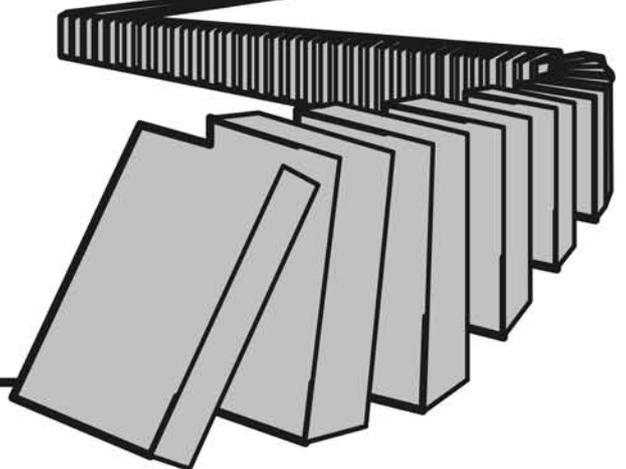
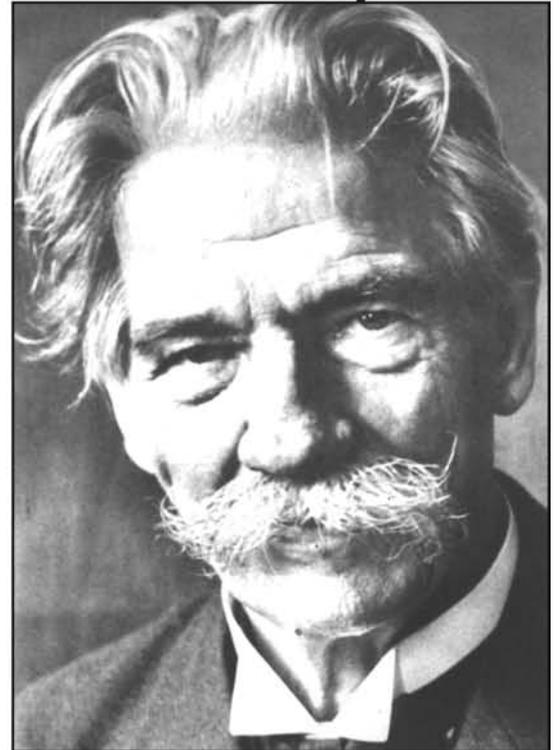
Laß dich nicht abschrecken, wenn du warten  
oder experimentieren mußt.

Auch auf Enttäuschungen sei gefasst.

Aber laß dir dein Nebenamt, in dem du dich  
als Mensch an Menschen aus gibst,  
nicht entgehen.

Es ist dir eines bestimmt,  
Wenn du nur richtig willst.

Albert Schweitzer



# Das Ehrenamt

Wie interessant und segensreich ehrenamtliche Tätigkeit bzw. ein „wichtiges Nebenamt“, wie Albert Schweitzer sagt, sein kann, zeigt ein Informationsblatt, das ein fleißiger Helfer unserer AS-Redaktion mir kürzlich überreichte. Mit wachsendem Interesse konnte ich dort lesen:

„Brauchen Sie eine Pause? Wollen Sie sich vom Alltag und Stress erholen oder einfach einmal zur Ruhe kommen? Gemeinsam mit einer Bergbauernfamilie bieten wir Ihnen dazu die perfekte Gelegenheit. In frischer Bergluft und weitab vom alltäglichen Leben tanken Sie in der Natur neue Energie. Sie packen mit an, unterstützen je nach Fähigkeit und Können die Gastfamilie oder bringen Ihr Know-how ein. Sie leben in und mit der Familie und sind dabei herzlich willkommen, nicht nur als Arbeitskraft, sondern auch als Mensch. Das Eintauchen in diese bislang fremde Welt wird Sie als wertvolle

Erfahrung ein Leben lang begleiten. Kost Logis sind frei, neue Erlebnisse und die Dankbarkeit Ihrer Gastfamilie sind garantiert. Informieren Sie sich jetzt telefonisch oder im Internet über diese wunderbare Möglichkeit, sich aktiv zu erholen und gleichzeitig etwas Sinnvolles für sich und andere zu tun“

Wer in Schwerte oder Umgebung wohnt, kann nähere Auskunft erhalten bei

Hans Georg Wiese, Eschenweg 42, 58239 Schwerte.

Die Adresse im Internet lautet: Caritas Schweiz, Bergeinsätze, Löwenstrasse 3, CH 6002 Luzern, Telefon: 041 419 22 77.

E-Mail: [bergeinsatz@caritas.ch](mailto:bergeinsatz@caritas.ch)

Internet: [www.bergeinsatz.ch](http://www.bergeinsatz.ch)

Beim Lesen dieser Informationen reifte in mir ein Vergleich mit dem ehrenamtlichen Einsatz hier in unserer Redaktion der

„AS“. Die meisten, die zu uns gestoßen sind, waren keine Experten auf dem Gebiet der Journalistik, aber verspürten großes Interesse, Erlebnisse niederzuschreiben, erfreuliche und weniger erfreuliche, stadt-historische oder überregionale. Aber es sollten auch andere Menschen teilhaben, nicht nur durch mündlich Wiedergabe, durch Gespräche im vertrauten Kreise. Sie kamen in unseren Kreis, machten sich vertraut mit den kollegialen, freundschaftlichen Gewohnheiten und journalistischen Gepflogenheiten und fanden Freude daran, von Zeit zu Zeit einmal aus dem Alltagsleben auszubrechen und die dankbare Zustimmung der Kollegen und Leser zu erleben.

Doch lesen Sie vorab einmal die Schilderung der Erlebnisse von jemandem, der einen solchen Einsatz in der schönen Natur der Schweizer Bergwelt hinter sich hat.



**SOMMER 2008**  
**Z' ALP GEHEN**  
VON HELGA KÖSTER-WAIS

Die Alp Cave du Scex, oberhalb von Sierre, am Südhang des Rhônetales im Wallis gelegen, war mein „Bergeinsatzort“. Auf der weitläufigen Alp (1200–1800 m ü. M.) werden während der Sommerzeit Rinder, Kühe und Ziegen gesömmert,

die Milch wird zu Kuh- und Ziegenkäse verarbeitet und direkt verkauft.

Als mein Rucksack nach langer Zugfahrt am vereinbarten Treffpunkt in Aminona von Uli mit Schwung auf die Ladefläche des Bullis befördert wurde, wusste

ich: Jetzt bin ich meinem Traum vom „Mini-Ausstieg“ aus meinem üblichen Alltagsleben ganz nahe.

Nach kurzem Begrüßen und Gemustertwerden durch die drei Mitarbeiter der Alp war schon gleich die Zeit zum

abendlichen Melken der Ziegen. Ich, die nie zuvor eine Ziege überhaupt angefasst hatte, fand mich inmitten einer Herde von 164 Tieren, die mir in der folgenden Zeit ans Herz wachsen sollten. Zunächst aber war Beobachten und Anpacken angesagt: Jeweils 12 Ziegen sollten pro Durchgang auf den Melkstand und ihn nach dem Melken in der richtigen Richtung wieder verlassen. Ich versuchte einfach, jeden Handgriff bei Uli abzugucken und in dem ganzen Gewurstel den Überblick zu behalten sowie Ulis Dialekt durch den Lärm der Melkmaschine hindurch zu verstehen. Die Milch kam in die Käserei und ich fand Zeit, mir das imposante Bergpanorama anzuschauen: Es war kitschig schön – Abendsonne über dem Matterhorn!



Der nächste Morgen begann damit, eine Ziegengruppe, die sich über Nacht selbstständig gemacht hatte, zu suchen und zurückzubringen. Das hieß für mich: Uli folgen, der in sehr zügigem Tempo ohne jeglichen Ansatz von Atemnot die Hügel hinauf- und hinabließ. Und da waren sie, die Ausreißer: Sie wurden von Uli in meine Richtung und von mir mit Hilfe eines langen Hirtensteckens Richtung Melkstand getrieben.

Zwei Tage wie aus „Heidi“ folgten: Wir führten die Ziegen zu saftigen Plätzen, wo sie weideten und ruhten. Doch halt, so war es nicht ganz: Letztlich gingen die Ziegen immer ihren Weg. Wir konnten sie zwar führen, mit Abstand und in großen Bögen, mit dem Stecken auf Steine klopfend und durch Rufe antreibend, aber ein einziger uneinsichtiger Tourist konnte unsere ganze Mühe zunichte machen, indem sich eine Leitziege ihm anschloss und wie ein fließender Strom sich die ganze Herde ebenfalls wendete.

Geschehenlassen und trotzdem das Ziel nicht aus den Augen verlieren, das kann im Zusammensein mit Ziegen wunderbar erlernt werden!

Nach wiederum zwei Tagen, die ich als Zusennerin in der Käserei verbringen konnte, wurde es noch spannender: Zusammen mit J., einer Frau aus Berlin, bekam ich die Aufgabe, die Ziegen auf 2075 m Höhe zu hüten. Dort sollten sie den Rest des Sommers verbringen. Unsere Unterkunft bestand in einem klapprigen Wohnwagen, ansonsten war eine Weide eingezäunt; es gab eine Scheune und eine vermietete Hütte, die wir „in Notfällen“ (schlechtes Wetter z.B.) nutzen durften. Und ringsherum Berge und eine traumhaft schöne Landschaft. Der Melkstand wurde mit einem Trecker hochgebracht; die Herde dorthin getrieben; Lebensmittel, Futter, Werkzeug, Zaunmaterial, ein Dieselgenerator gebracht; und als meine „Kollegin“ gleich beim ersten Transport kochenden Wassers aus dem Wohnwagen zum Melkstand über den Zaun stolperte, sich das Gesicht verbrühte und zum Krankenhaus gebracht werden musste, stand ich spät abends nach einem äußerst



aufregenden Tag völlig allein unter einem funkelnden Sternenhimmel...

J. kam am nächsten Tag zum Glück wieder und es folgte eine sehr anstrengende, spannende, voller Überraschungen steckende Zeit, in der ich Dinge tat, die ich nicht für möglich gehalten hätte. Wir zogen einen Zaun für eine große

Nachtweide, das bedeutet Sensen, Pfähle einschlagen, unzählige Isolatoren einschrauben, Drähte ziehen. Kranke Tiere versorgten wir mit Spritzen. Um 6 Uhr und um 18 Uhr melkten wir die Ziegen, schleppten die vollen Kannen zum kühlen Brunnen, reinigten die Melkmaschine mit Säuren und Laugen und lernten täglich ein bisschen besser, mit den Tieren umzugehen.

Wir beobachteten, probierten aus, hatten wunderbare und frustrierende Erlebnisse, waren völlig erschöpft und verwöhnten uns aber auch mit üppigem Frühstück nach getaner Morgenarbeit. Abends kochten wir, nachdem wir die regennassen Klamotten gewechselt hatten. Wir erkundeten die Umgebung, assistierten der Tierärztin, ließen uns von vorüberwandernden Touristen fotografieren (mit einem gewissen Stolz, keine „Touris“ zu sein), hofften, eine vom Gewitter verschreckte und in einem Felsen festsetzende Ziegengruppe würde den Weg zurückfinden. Irgendwann kannten wir alle unsere Tiere mit ihren Eigenarten, waren fasziniert von den Bewegungsströmen innerhalb der Herde. Wir schleppten Futtersäcke und Milchkannen, optimierten die Zäune, befreiten neugierige Zicklein aus denselben, horchten ständig, woher das Glockengeläut kam.

Es war eine beglückende und bereichernde Zeit für mich, jeder Tag voll mit neuen Eindrücken und Herausforderungen, ein Weg in eine ganz andere Welt und zu mir selber. Ich konnte mich einlassen auf das, was auf der Alp notwendig war und so einen winzigen Beitrag leisten zum Erhalt der Almen.

Als Alexander und Christian mich nach Sierre zum Bahnhof fuhren, nahmen sie sich anschließend zwei Stunden freie Zeit an einem Badesee – ihr einziger „Urlaub“ während des Alpsommers.

PS.: Ziegenkäse hat seitdem für mich einen besonderen Beigeschmack



## *Die Börse*

Die vielfältigen Aktivitäten, insbesondere im Bereich Projekte, wie auch die intensive Öffentlichkeitsarbeit, haben dazu geführt, dass die Börse einen beträchtlichen Bekanntheitsgrad erlangt hat.

Das bürgerschaftliche Engagement brachte die Anerkennung durch das Land Nordrhein-Westfalen und die Schwerter Börse versucht, getreu dem Motto: „Zeit für Schwerte“, das Aufgabenfeld weiter zu stärken.

Der sogenannte „Katalog der Möglichkeiten“ für ehrenamtliche Tätigkeiten enthält über 90 Angebote in sozialen,

kulturellen, sportlichen und ökologischen Bereichen. Die Stellenangebote befinden sich auch auf der Homepage [www.freiwilligenzentrum.schwerte.de](http://www.freiwilligenzentrum.schwerte.de).

Das Büro der Börse, Goethestr. 22, Tel. 257094, ist zweimal wöchentlich für je 2 Stunden besetzt (dienstags von 17.00 bis 19.00 und mittwochs von 9.00 bis 11.00 Uhr). Darüber hinaus können auch andere Termine mit den Teammitgliedern vereinbart werden.

In diesem Jahr wird es am 10. Juli auch wieder einen Freiwilligentag geben.

Dieser Tag ist mit über zwanzig Aktionen besonders für die Jugend interessant. Helferinnen und Helfer sind herzlich willkommen.

Bei der Gelegenheit soll auch deutlich werden, dass bürgerschaftliches Engagement einen Zuwachs vielfältiger Erfahrungen an Sozial-, Handlungs- und Leistungskompetenz bringt und den weiteren Lebens- und Berufsweg bereichern kann.

wf

# Patientenfreundliche Beipackzettel in Europa

*Die AG Beipackzettel zu Gast bei den forschenden pharmazeutischen Unternehmen*

Hört man sich bei älteren Menschen um, so fallen die Kommentare zum Thema Beipackzettel oft wie folgt aus: „Den Beipackzettel lese ich erst gar nicht.“, „Der ist so klein gedruckt, das kann ich gar nicht lesen.“, „Was ich suche, ist immer schwer zu finden.“ Dabei sind die Informationen des Beipackzettels gerade für ältere Patientinnen und Patienten wichtig, da sie häufig aufgrund von chronischen Erkrankungen und der Einnahme mehrerer Medikamente besonders auf Wechselwirkungen achten müssen. Ein lesbarer und verständlicher

Beipackzettel, der über die erhoffte positive Wirkung und mögliche Risiken aufklärt, ist Ziel der AG Beipackzettel. In Berlin traf sie sich daher am 14. Oktober 2009 mit dem Verband der forschenden Pharma-Unternehmen (vfa). Dabei wurden zum einen die guten Modellprojekte mit dem Unternehmen Pfizer vorgestellt, das gemeinsam mit Patienten- und Seniorenorganisationen patientenfreundlichere Beipackzettel konzipiert. Einige Unternehmen bekundeten Interesse, dem Beispiel Pfizer zu folgen.

Zum anderen wurde diskutiert, wie unter Einbeziehung der nationalen und europäischen Zulassungsstellen patientenfreundliche Beipackzettel gestaltet

werden können. Eine 7-Punkte-Leitlinie, die von der AG Beipackzettel dazu erarbeitet wurde, war Ausgangspunkt für die weiteren Überlegungen. Da viele Medikamente auf europäischer Ebene zugelassen werden, soll im nächsten Schritt auf die Richtlinien der europäischen Zulassungsstelle Einfluss genommen werden. Die AG setzt sich weiter dafür ein, dass lesbare und verständliche Beipackzettel für mündige Patienten entwickelt werden.

Ansprechpartnerin für weitere Informationen:

Dr. Barbara Keck, BAGSO Service GmbH,  
E-Mail: [keck@bagso-service.de](mailto:keck@bagso-service.de)

## IMWF **Presseinformation: Notfallpflege: Zwei Drittel der Deutschen wissen nichts von ihrem Recht auf kostenlose Hilfe**

*Jeder sechste Bundesbürger ist von Pflegebedürftigkeit direkt oder indirekt betroffen.*

Jeder sechste Bundesbürger ist pflegebedürftig oder hat ein zu pflegendes Familienmitglied. Doch nur wenige machen von ihrem Recht auf eine kostenlose und unabhängige Pflegeberatung Gebrauch. Der Grund: Zu wenig Bundesbürger wissen, dass sie seit einem Jahr Anspruch auf diese Hilfsangebote haben. So sind zwei Drittel beispielsweise nicht darüber informiert, dass sie sich jederzeit telefonisch von Experten zu allen Fragen rund um das Thema Pflege beraten lassen können. Bei den von Pflegebedürftigkeit am stärksten betroffenen älteren Menschen liegt der Anteil sogar noch deutlich höher. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen Bevölkerungsbefragung des Meinungsforschungsinstituts Forsa im Auftrag des Instituts für Management- und Wirtschaftsforschung (IMWF).

Pflegebedürftigkeit gehört für viele Familien in Deutschland längst zum Alltag – ein Trend, der sich aufgrund

der demografischen Entwicklung in den kommenden Jahren noch verstärken wird. Bis 2020 wird die Zahl der Pflegebedürftigen offiziellen Statistiken zufolge um ein Drittel steigen. Trotzdem bleibt das Thema Pflege ein Tabu-Thema, über das sich viele Bundesbürger erst informieren, wenn der Ernstfall eintritt und sie selbst oder ein Familienmitglied pflegebedürftig werden.

„Wir stellen doch erhebliche Wissensdefizite beim Thema Pflege fest“, sagt Elisabeth Beikirch, Geschäftsführerin von Compass, der Pflegeberatung der privaten Krankenversicherung. Compass hat im vergangenen Jahr bundesweit rund 40.000 Beratungsgespräche geführt. „Vor allem bei plötzlich eintretender Pflegebedürftigkeit ist die Hilflosigkeit groß. Es fällt aber generell den meisten Betroffenen schwer, sich im Pflegedschungel zu orientieren, zumal das Leistungsspektrum in der Sozialgesetzgebung rund um das Thema Pflege zunehmend komplexer wird und die

unterschiedlichen Leistungsansprüche sowie Unterstützungsmöglichkeiten nicht immer transparent sind.“ Eine Erfahrung, die auch die Pflegestützpunkte der gesetzlichen Kassen machen.

Vor allem bei der Beantragung der Pflegebedürftigkeit fühlen sich Betroffene und ihre Angehörigen ohne fremde und unabhängige Hilfe überfordert. Auch bei konkreten Ansprüchen aus gesetzlich garantierten Leistungen wünschen sich viele Menschen Unterstützung. Die Pflegeberater bieten dabei sowohl telefonisch als auch persönliche Gespräche an. Während bei Compass ein solches persönliches Gespräch vor Ort bei den Betroffenen stattfindet, also zu Hause, in der Klinik oder Rehaeinrichtung, führen viele Pflegestützpunkte solche Gespräche in ihren eigenen Räumen durch.

Compass ist unter der gebührenfreien Servicenummer 0800-1018800 bundesweit zu erreichen, die Pflegestützpunkte haben regional unterschiedliche Nummern.

# *Nicht ohne Risiko: Nahrungsergänzungsmittel*

Vitamintabletten und Co., sogenannte Nahrungsergänzungsmittel (NEM), werden vor allem von Älteren (43,2 % der 65- bis 80-jährigen Frauen, 30 % der gleichaltrigen Männer) genommen, nicht selten sogar mehrere.

Grundsätzlich besteht mit zunehmendem Alter in Relation zum Energieumsatz ein höherer Bedarf an Nährstoffen, da noch ebenso viele Vitamine, aber immer weniger Kalorien benötigt werden. Dieser Bedarf kann aber meist durch ganz normale Lebensmittel gedeckt werden. Das sieht anders aus, wenn bestimmte Lebensmittel (z.B. Milchprodukte) nicht vertragen werden oder wenn der Nährstoffbedarf aufgrund von Erkrankungen oder Medikamenten erhöht ist. Dann sollte zusammen mit dem Arzt oder einer von den Krankenkassen zugelassenen Ernährungsberaterin ein geeignetes NEM ausgewählt werden.

Manch einer vertraut jedoch den Lebensmitteln und seinen eigenen Essgewohnheiten nicht und versorgt sich zusätzlich mit Vitamin C, Fischölkapseln und vielleicht auch noch einem Ginkgo-Produkt. Dabei ist aber Vorsicht geboten: Unter Umständen können diese Produkte der Gesundheit nicht zuträglich sein oder es kann zu unerwarteten Risiken kommen. Was ist zu beachten?

## **Nebenwirkungen**

NEM sind Lebensmittel. Sie sollen die Ernährung ergänzen, nicht aber Krankheiten heilen oder lindern. Kurz: Sie sollen, ja sie dürfen gar nicht (pharmakologisch) wirken. NEM werden weder geprüft noch zugelassen. Gebrauchsinformationen durch einen „Beipackzettel“ wie bei Arzneimitteln gibt es nicht. Die Verbraucherzentrale NRW hat mögliche Nebenwirkungen von NEM, soweit überhaupt bekannt - zusammengestellt

([www.vz-nrw.de/wechselwirkungen](http://www.vz-nrw.de/wechselwirkungen)).

## **Wechselwirkungen**

Mikronährstoffe und Arzneimittel benutzen im Körper dieselben Transport- und

Stoffwechselwege. Werden mehrere NEM kombiniert oder zusammen mit Medikamenten eingenommen, kann es Probleme geben: So kann ein Medikament im Körper zu schnell oder zu langsam abgebaut oder seine Wirkung ganz blockiert werden oder es kann sich im Körper anreichern und ihn damit vergiften.

Ein im Grüntee enthaltener Stoff vermindert zwar die Nebenwirkungen bei Chemotherapie, aber nur deswegen, weil das Medikament dadurch weniger gut wirkt. Arzneiwirkstoffe, wie Marcumar®, Ginkgo, Knoblauch oder Acetylsalicylsäure (z.B. Aspirin®), aber auch NEM wie Vitamin E oder Fischölkapseln hemmen die Blutgerinnung. Jedes dieser Produkte, vor allem aber eine Kombination kann das Risiko für innere Blutungen erhöhen und damit schon beim Zahnziehen und erst recht bei Operationen zum Problem werden. Einige NEM können zu weiteren unerwünschten Nebenwirkungen vor und nach einer Operation bzw. während eines chirurgischen Eingriffs führen (z.B. durch Veränderungen der Herzfrequenz oder des Blutdrucks). Unter Umständen müssen sie einige Zeit vorher, vielleicht

auch noch längere Zeit danach abgesetzt werden.

## **Ehrlichkeit ist lebenswichtig**

Es ist unerlässlich, dass Arzt und/oder Apotheker umfassend über *alles* informiert werden, was der Patient „für seine Gesundheit“ zu sich nimmt. Dazu gehören neben den verordneten Medikamenten alle Arten von Vitaminen, Mineralstoffen, Pflanzenextrakten, Fettsäuren, Haifischknorpelmehlen, Stutenmilchprodukten und Ähnliches, egal ob Kapsel, Pulver, Drink oder Ampulle.

Dabei sollte niemand Sorge haben zu „beichten“: Alternativen oder Ergänzungen zur herkömmlichen Behandlung zu suchen, ist kein mangelndes Vertrauen in den Arzt, sondern ein Zeichen, dass sich Patienten ernsthaft um ihre Gesundheit kümmern.

*Dipl. oec. troph. Angela Clausen, Verbraucherzentrale NRW, Mintropstr. 27, 40215 Düsseldorf*

*Weitere Informationen zu Inhaltsstoffen und Produkten:*

*[www.fitimalter.de/de/index.html](http://www.fitimalter.de/de/index.html)*

# „Schwerte putz(t) munter...“ – eine Aktion des Schwerter Oberschichts

Nach Aufzeichnungen aus alten Schichtbüchern, die bis in das Jahr 1730 zurück zu verfolgen sind, hatten die Schwerter Bürger der alten Schichte 1 bis 10 besondere Rechte und Pflichten. Diese Schichte, oder auch organisierte Nachbarschaften, befanden sich innerhalb der damaligen Stadtmauern zwischen Südwall, Westwall und Nordwall. Schwerte hat keine Stadtmauern mehr, sie wurden abgetragen und die Steine für den Bau von Häusern verwendet.

Pflichten waren unter anderem:

- den Feuerschutz zu gewährleisten
- das Salz aus Unna zu holen
- sich um kranke Nachbarinnen und Nachbarn zu kümmern
- das Holz aus dem Schwerter Wald zu holen und wieder neu zu pflanzen
- die Verstorbenen zu Grabe zu tragen
- das Totenläuten zu übernehmen und
- die Wege, Plätze, Gräben und Teiche in der Stadt sauber zu halten

Diese Aufgaben übernehmen heute die Stadt Schwerte sowie besondere Einrichtungen und Institutionen.

Eine Aufgabe wurde allerdings im Jahre 2001 wieder belebt:

Basierend auf den damaligen Pflichten, Wege, Gräben und Teiche in Ordnung zu halten, rief Frau Diethild Dudeck, langjährige Oberschichtmeisterin, jetzt Ehrenbeiratsmitglied im Oberschicht, alle Schwerter Bürger zum gemeinschaftlichen Putzen auf. Daraus entstand die Aktion „Schwerte putz(t) munter“. Diese Idee wurde gerne angenommen und findet jährlich in der Schwerter Bürgerschaft bei jedem Wetter großen Zuspruch.

In jedem Frühjahr, an einem Samstag im März, beteiligen sich immer wieder zahlreiche Bürger und Bürgerinnen, Firmen, Vereine, Schulen, Kindergärten und viele andere Institutionen an der gemeinschaftlichen Aktion. Die Organisation wird auch weiterhin eine der



Hauptaufgaben des Oberschichts bleiben und als ein gelungenes Projekt, bewährte Tradition des Schichtwesens in einem modernen Gewand aufleben zu lassen, angesehen.

Als das Oberschicht im Jahr 2001 hiermit begann, mussten Gerätschaften zum Säubern beschafft und Sponsoren gefunden werden. Diese unterstützen das Projekt auch heute noch, indem sie unter anderem für das leibliche Wohl nach der Putzaktion in der Aula des Ruhrtal Gymnasiums sorgen.

Der Bauhof fährt in einer Sonderschicht freiwillig den gesammelten Müll ab. Bis jetzt wurden jeweils bis zu 4 Tonnen gesammelt.

Seit einigen Jahren wird diese Aktion auch in anderen Städten des Ruhrgebietes durchgeführt. Unter dem Motto: „Der Pott putzt“ haben sich mittlerweile 18 Städte zusammengeschlossen.

Waren es im Jahr 2006 im Ruhrgebiet 8 Städte, so zählten wir im Jahr 2009



18 teilnehmende Städte mit insgesamt 35.600 „Putzteufeln“.

Nicht nur wir in Schwerte haben unseren Slogan „Schwerte putz(t) munter“. Jede der angeschlossenen Städte hat ihren eigenen Namen. So heißt es zum Beispiel in Duisburg: „Der Pott putzt und DU mach (s)t sauber“, in Herten: „Herten putzt sich raus“ und in Marl gibt es den „Marler Besentag“.

Einmal im Jahr treffen sich die Verantwortlichen der teilnehmenden Städte zu einem gemeinsamen Erfahrungsaustausch.

Man sieht also, dass das Interesse, in einer sauberen Stadt zu wohnen, sehr groß ist.

In diesem Zusammenhang sollten der ständige Einsatz der Stadtreinigung, die Ruhrtal-Ranger und die vielen Freiwilligen, die das ganze Jahr hindurch für die Reinhaltung unserer Stadt und des Ruhrtal Radweges im Einsatz sind, nicht vergessen werden.

Am Samstag, dem 20. März 2010 fand die 9. Aktion „Schwerte putz(t) munter...“ statt. Wieder halfen viele Bürgerinnen und Bürger, Vereine, Schulen, Kindergärten und ausländische Mitbürger.

In der Woche vor dem „Putztag“ suchten wir die Kindergärten und Schulen auf, die mithelfen wollten und gaben kindgerechte Arbeitshandschuhe, Müllzangen und Säcke, sowie kleine Geschenke als Dankeschön aus.

Auch in diesem Jahr beteiligten sich wieder mehr als 1.000 Kinder und Schüler und mehr als 1.500 Erwachsene.

Zum Abschluss trafen sich etwa 100 – 150 Personen in der Aula des Ruhrtal Gymnasiums bei einem deftigen Erbsen- und/oder Gemüsesuppen-Eintopf.

Ein Dankeschön vom Bürgermeister und Oberschichtmeister beendeten die Aktion.

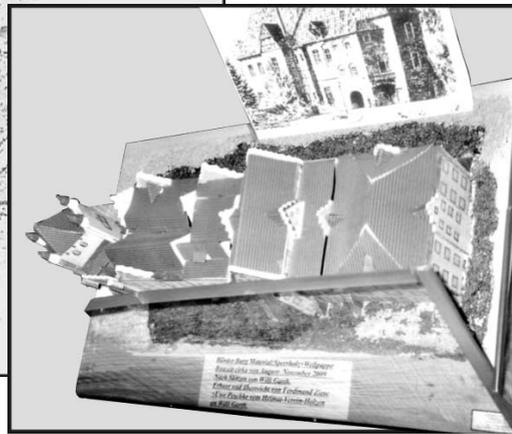
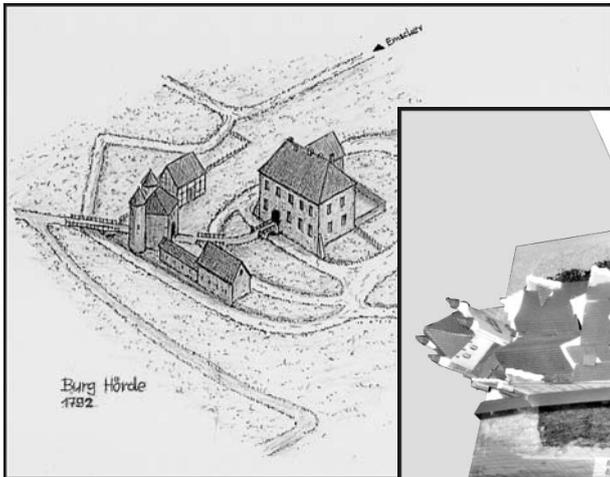
Ernst Kunert (Oberschichtmeister)

**Ausgegraben!**

# 800 Jahre Hörder Burggeschichte(n)

Der 13. Oktober 2009 war für mich ein erlebnisreicher Tag an der Hörder Burg. Mit Frau Dr. Henriette Brink-Kloke (Untere Denkmalbehörde) sprach ich über die Hohensyburg und meine dortigen Führungen und habe sie bei der Gelegenheit gefragt, ob ich einmal einen Tag an Ausgrabungsarbeiten an der Hörder

Mit wasserfester Kleidung und Arbeitsschuhen ging es munter in die von der Firma Freundlieb (Bauunternehmer) aus Hörde, ausgeschaufelte neue Baugrube. Herr Lammers wies mich ein und teilte mir eine Fläche von ca. drei Quadratmetern in der alten Gräfte der Hörder Burg zu.



Burg teilnehmen könnte. Sie meinte, dass das schon gehen würde.

Einen Tag später rief mich Herr Lammers, der Ausgrabungsleiter an der Hörder Burg, an, und wir vereinbarten, dass ich am 13. Okt. 2009 mithelfen könnte.

„In diesem Bereich befinden wir uns ungefähr im vierzehnten Jahrhundert“, erklärte er mir und dass ich ca. 10 Zentimeter tief mit dem Schürhaken, einem Grabeinstrument, mein Glück versuchen solle. Also kniete ich mich auf eine Holzplatte und begann zu suchen.

Es dauerte nicht lange und die ersten Scherben alter Keramik lagen offen vor mir. Auch alte Knochen und Teile von Schieferschindeln, Reste von Muscheln und ein Wetzstein, den man z.B. zum Schleifen von Messern brauchte, befanden sich hier im Erdreich.

Danach grub ich noch an zwei unterschiedlichen Stellen Sockel von Keramikgefäßen aus. Herr Lammers begutachtete die Teile und stellte fest, dass es sich dabei um die Reste von Siegburger Keramik handelte.

Ich bedauerte, dass ich kein ganzes Gefäß gefunden hatte, doch Herr Lammers behauptete, dass ich viel Anfängerglück hätte.

Am Ende des Arbeitstages war mein Sammelgefäß, eine Wanne, ziemlich voll und ich ziemlich fertig.

Über die Erfahrungen und Anschauungsmaterialien habe ich mich sehr gefreut und bin mit neuen Erkenntnissen nach Hause gefahren.

Aber mir war auch bewusst geworden unter welchen schwierigen Umständen das Ausgrabungsteam arbeiten muss.

Wir sollten diesen Forschern dankbar sein, die für uns unsere Vergangenheit und somit Geschichte ans Tageslicht bringen.

Die Hörder Burg habe ich im Maßstab 1:400 aus Sperrholz nachgebaut. Zu besichtigen ist die Abbildung im Hörder Burgmuseum.

F. Ziese Heimat-Verein-Holzen

# ***Ehrenamtlich helfen im EKS bringt Freude und Freunde – Interessierte mit Engagement und „offenem Ohr“ für Patienten werden gesucht***

Die ersten Tage sind sicher ungewohnt. Mancher wird vielleicht mit klopfendem Herzen ins Krankenhaus kommen, tief durchatmen, bevor es zu den Patienten geht. Doch nach kurzer Zeit ist das „Herzklopfen“ vergessen und man ist mit Leib und Seele dabei, wenn es einen einmal gepackt hat. So bildhaft schildert die stellvertretende Pflegedienstleiterin und Ehrenamtskoordinatorin des Evangelischen Krankenhauses Schwerte, Schwester Martina Lamparski, die Arbeit der ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im EKS.

„Die Ehrenamtlichen sind inzwischen nicht mehr wegzudenken!“, bringt es Schwester Martina Lamparski auf den Punkt. Insgesamt rund 40 Damen und ein Herr sind zur Zeit im Krankenhaus ehrenamtlich tätig. Und jedem von ihnen ist anzumerken, wie viel Freude diese Tätigkeit bereitet. Egal, ob bei alltäglichen Hilfestellungen, beim „literarischen anregenden Gespräch“ in der Krankenhausbücherei oder dem von vielen Patienten dankbar aufgenommenen Erzählcafé, wo gesungen, vorgelesen, aber auch über Probleme gesprochen wird, jeder Ehrenamtliche findet seinen Platz, wo er sich einbringen kann.

„Die Ehrenamtlichen der Krankenhaus-hilfe im EKS möchten den Patienten ganz einfach den Aufenthalt so angenehm wie möglich machen“, erklärt Schwester Martina: „Das fängt bei Kleinigkeiten an, wie eine Blumenvase zu besorgen oder mal das Kissen aufzuschütteln.“ Die Ehrenamtlichen helfen auch beim Essen, wenn Patienten nicht mehr selbstständig Messer und Gabel halten können. Doch das größte Geschenk für die Patienten ist, dass die Ehrenamtlichen Zeit mitbringen, Zeit zum Reden und Zuhören. „Die Arbeit gibt einem sehr viel“, erklärt Schwester Martina, „auch wenn sie nicht immer einfach ist.“

Doch die EKS-Krankenhaushilfe hat Nachwuchsprobleme! Schwester Martina Lamparski berichtet davon, wie schwer es geworden ist, Nachfolger zu finden. „Dabei“, so die Ehrenamtskoordinatorin im EKS, „kann man gerade durch diese Tätigkeit mit wenig Aufwand einen wichtigen Beitrag dazu leisten, dass sich die Patienten im EKS wohlfühlen. Wer Geduld hat und ein offenes Ohr, kann für die Patienten im EKS eine unschätzbare Hilfe sein.“

„Im Ehrenamt für das EKS tätig zu werden, ist eine verantwortungsvolle Aufgabe.

Wir lassen dabei jedoch keinen allein“, erläutert Schwester Martina Lamparski und unterstreicht: „Mit anderen einen Dienst am Menschen leisten, das schafft Freude und verbindet.“ Alle Interessierten, die volljährig sind, können im EKS ehrenamtlich tätig werden, egal ob Student, Hausfrau, Angestellte, Selbstständige oder Pensionär. Der zeitliche Einsatz ist variabel. Wichtig nur ist die Kontinuität. Egal ob einmal in der Woche oder mehrmals, egal ist auch die Anzahl der Stunden! Einzig die Zuverlässigkeit spielt eine wesentliche Rolle beim Einsatz für den Patienten. Zudem sollten die Helfer kommunikativ und interessiert sein an ihren Mitmenschen. Selbstverständlich gibt es auch die Möglichkeit, die Hilfe als Ehrenamtlicher für einige Stunden oder Tage zunächst unverbindlich zu erleben.

Wer sich angesprochen fühlt, ehrenamtlich für das EKS tätig zu werden, sollte mit Schwester Martina Lamparski (Tel.: 02304-202301) oder mit Magdalene Hoffmann, der Vorsitzenden der EKS Krankenhaushilfe (Tel.: 02304-16911), Kontakt aufnehmen. In einem persönlichen Gespräch beantworten beide gerne alle Fragen und informieren ausführlich über das Ehrenamt im EKS.

# Schwerte für das Ruhrgebiet

## *Kulturhauptstadt RUHR.2010 – Aufgabe, Chance und Herausforderung*

Kulturhauptstadt RUHR.2010 – nach jahrelanger Vorarbeit öffnet sich für ein gewaltiges Vorhaben endlich der Vorhang. Unter Federführung der Stadt Essen haben sich die 53 Städte des Ruhrgebiets zusammengefunden, um die Region für ein Jahr lang in den kulturellen Fokus Europas zu rücken.

Dass eine mittelgroße Kommune wie Schwerte an diesem Vorhaben mitwirken darf, erfüllt uns mit Stolz und Freude.

Zahlreiche Leistungsträger aus vielen Sparten des Kulturlebens unserer Stadt haben sich spontan bereit erklärt, Schwerte im Verbund der Ruhrgebietsstädte tatkräftig zu repräsentieren, weil sie die Idee Kulturhauptstadt RUHR.2010 für sich als Aufgabe, Chance und Herausforderung erkannt haben.

Insofern ist das hier vorgestellte Programm eine Leistungsschau der sympathischen Stadt an der Ruhr, und das in

einer Zeit, die eigentlich für zusätzliche kulturelle Großvorhaben kaum noch Entfaltungsräume bietet. Leider konnten nicht alle Projekte aufgegriffen werden, die von den Schwerter Kulturschaffenden entwickelt worden sind. Manch gute Idee blieb wegen fehlender Finanzmittel leider auf der Strecke.

Gleichwohl hat das Vorhaben Kulturhauptstadt RUHR.2010 manches in Schwerte ermöglicht, was im Normalbetrieb nicht zustande gekommen wäre. Mit vielen Ideen, Projekten und Veranstaltungen betreten die Handelnden auf kreative Weise Neuland - zum Wohle der Stadt, der Region und der Kulturhauptstadt RUHR.2010.

Eine weitere positive Auswirkung ist die Entstehung neuer Partnerschaften zwischen Kulturschaffenden, wie z.B. zwischen der »Ruhrakademie Schwerte«, einem privaten Lehrinstitut für Design, Kunst und Medien, und dem Kultur und Weiterbildungsbetrieb der Stadt Schwerte (KuWeBe). Sogar städteübergreifend

entwickelte sich eine Kooperation zwischen dem Wuppertaler Verein »Unter Wasser fliegen«, der Justizvollzugsanstalt Schwerte-Ergste, dem Schwerter Jugendamt und dem Schwerter Netz.

Auch zwei Veranstaltungen zum Hans-Werner-Henze-Projekt schafften neue Partnerschaften: So präsentieren der Schwerter Unternehmerzusammenschluss US-2 e.V., die Hoesch Schwerter Profile GmbH und Momm e.V. aus Dortmund auf der Walz-Straße von Hoesch ein Konzert mit dem Bottroper Kammerorchester. Die Konzertgesellschaft Schwerte bietet im Rahmen der Reihe Cello Herbst Unna ein Konzert des Trios Bamberg.

Bemerkenswerte strukturfördernde Impulse für die Städtepartnerschaftsbewegung in Schwerte gehen von den Projekten »Ventures into History« – Historische Spiele, dem »Day of Song« in der Veltins-Arena, dem internationalen Bildhauersymposium unter der Regie des Schwerter Künstlers Jan van Nahuijs sowie den Projekten rPott und 2010 TV der Ruhrakademie Schwerte aus.

Schließlich wird es im Kulturhauptstadtjahr besondere Inszenierungen der Festivals »Welttheater der Straße«, »Schwerter Kleinkunstwochen« und »Tanztheater Schwerte« geben. Mit allen drei Festivals ist Schwerte über die Grenzen der Region bekannt geworden.

Den zahlreichen Beteiligten und Initiatoren aus dem Schwerter Kulturleben, deren Ideen, Konzepte und persönlicher Einsatz das Projekt Kulturhauptstadt RUHR.2010 für Schwerte erst zum Leben erweckt haben, danken wir an dieser Stelle herzlich, ebenso den Sponsoren, ohne die so manches Projekt nicht hätte realisiert werden können.

In Schwerte bleibt uns weit mehr als die Hoffnung, dass die Strahlkraft der Kulturhauptstadt RUHR.2010 nicht am Ende des Jahres wie ein schönes Event erlischt, sondern weit darüber hinaus wirkt und die Phantasie und die Kreativität von Kulturschaffenden sowie von Kulturförderern und der Menschen in unserer Stadt nachhaltig beflügelt.

Quelle: [www.schwerte.de](http://www.schwerte.de)

# Sommerbraut

Mit diesem Beinamen wurde von unseren bäuerlichen Vorfahren die Heilige Gertrud bezeichnet.

Die „Heilig Gertrudis“ trat an die Stelle der heidnischen Freya als Schutzpatronin der Hausfrauen. Ihre Attribute: Spinnrocken und Mäuse.

Eine Legende besagt: Gertrud war eine fleißige Spinnerin. Der Teufel versuchte



sie in Gestalt einer Maus. Immer wieder biss er in der Gestalt des kleinen Nagers den Faden durch. Gertrud ließ sich aber nicht zur Ungeduld verführen und blieb unbeirrt bei ihrer hausfraulichen Aufgabe.

Früher gehörte das Spinnen an die erste Stelle der „fraulichen Tugenden“.

Wir alle kennen Märchen, in denen das Spinnrad eine Rolle spielt, so Frau Holle, Rumpelstilzchen und andere.

Am 17. März, dem Gertrudentag, begann nach der langen Winterzeit die Gartenarbeit für die Hausfrau. Spinnen und andere Tätigkeiten, die man während der dunklen Jahreszeit in der Stube am Herdfeuer erledigen musste, wurden nun beendet.

Der Name Gertrud ist sehr verbreitet. Er kann auch Gertraud oder ähnlich lauten. Gesine ist ebenfalls von ihm abgeleitet.

Übrigens: „Gertrud“ schützt vor Mäusen und anderem ungeliebten Getier in Haus und Garten. Kuckuck und Storch gelten als Gertrudenvögel.

Ulrike Berkenhoff

## Schmetterling

*Du kleines  
zartblaues Wunder.*

*Woher bist du gekommen?  
Hat vor dem Regen schützend  
der Wind dich  
zu mir mitgenommen?  
Wo die leuchtenden Disteln stehn  
sah ich dich  
beschirmt und behütet,  
voll Freude im Vorübergehn  
am sonnenbeschienenen  
Mittagstisch.  
Gedeckt mit Nektar  
und Honigseim.  
Morgentauf frisch.  
Ganz plötzlich ein kurzes  
Sommergewitter.  
Schnell den Schirm gespannt,  
wehte der Wind dich  
auf meine schützende Hand.  
Beglückt habe ich dich  
leise, ganz leise  
dies und das gefragt.  
Unhörbar flüsternd  
hast du gesagt:  
„Von einem Ort,  
ganz weit....“  
Husch, warst du  
wieder fort.  
Das tat mir so leid!*

*Johanna Weishaupt*

# Schichtwesen in Schwerte heute

## 10 Fragen und Antworten

Dr. Klaus Halfpap

### 1. Was ist das „Wesen“?

Das Wesen ist ein altes Wort für „Sein“, das heißt für eine Sache, die es gibt, aber auch für das „lebende“ Wesen. Heute ist das „Wesentliche“ durch bestimmte Eigenschaften oder Merkmale gekennzeichnet, die für die „Sache“ (das „Wesen“) grundlegend oder bestimmend sind.

### 2. Was ist ein „Schicht“?

Das Schicht ist ein Unterbezirk einer Stadt. Es wird gekennzeichnet durch seine Lage (in der Stadt), seine Größe und seine Bewohner, die dort leben und das Wohnumfeld gestalten. Hier, in der näheren und weiteren Nachbarschaft, handeln sie in lockeren oder auch engeren Beziehungen teilweise miteinander, um gemeinsame Interessen zu verwirklichen. Durch diese Merkmale wird das „Schichtwesen“ bestimmt.

Ein Schicht ist kein Verein. Denn die Mitgliedschaft wird nicht durch Wil-

lenserklärungen vertraglich begründet. Die Zugehörigkeit zu einem Schicht besteht durch die Tatsache, dass man dort wohnt.

### 3. Welche Interessen leiten die Nachbarn?

Die Nachbarinnen und Nachbarn wollen in religions- und parteipolitischer Neutralität

- zum einen: sich gegenseitig helfen und Anteil nehmen an familiären Ereignissen in Freud- und Leidsituationen, aber auch gemeinsam feiern und fröhlich sein;
- zum anderen: gemeinsame Interessen in kommunalen Angelegenheiten wahrnehmen (z. B. bei Anhörungen zu Straßenbaumaßnahmen, Ortsteilentwicklungen oder beim Erhalt und der Gestaltung von Kinderspielplätzen).

Der erste Bereich betrifft die Pflege der originären Nachbarschaftsidee meist

im unmittelbaren Wohnumfeld. Der zweite ist Spiegelbild der Ursprungsidee des Schichtwesens im Mittelalter: Mitwirkung an Entscheidungsprozessen über das Zusammenleben im kommunalen Bereich, die alle Bewohner eines Stadtteils (früher: der ganzen Stadt) betreffen.

### 4. Wie könnte ihr Leitbild lauten?

Zusammenfassend könnte das Leitbild für das Selbstverständnis gemeinsamen Handelns der Akteure in bestimmten Lebensbereichen ihres Schichtes lauten: „Wir, Nachbarinnen und Nachbarn im Schicht XYZ, gestalten unser Wohnumfeld mit.“

Damit wird deutlich, dass das Schichtwesen durch das menschliche Miteinander der hier agierenden Menschen bestimmt wird, nicht durch hierarchische Organisationsstrukturen.

---

## Antrag auf Aufnahme

in den **„Förderkreis AS-Aktive Senioren, Schwerte“**

unter Anerkennung seiner Satzung.

Nach Eintragung in das Vereinsregister erhält der Name den Zusatz „e.V.“.

§ 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, Unterhaltbares, 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.

**AS-Redaktionsbüro: Konrad-Zuse-Straße 4, 58239 Schwerte**

Der Jahresbeitrag beträgt z. Zt.:

- € 60,- für Gewerbetreibende u. jur. Personen
- € 30,- für Privatpersonen
- € 15,- ermäßigt (für Rentner, Studenten etc.)

Ich/wir zahlen freiwillig einen erhöhten Beitrag von: € .....

**X Der für mich/uns gültige Beitrag ist unterstrichen.**

**Einzugsermächtigung bis auf Widerruf:**

Girokonto bei dem Geldinstitut: ..... Bankleitzahl : .....

Konto-Nummer: ..... Konto-Inhaber: .....

Name des Antragstellers: .....

Anschrift und PLZ: .....

Tel.: ..... MobilTel. ....

Ort und Datum: .....

Unterschrift: .....

## **5. Wie ist das Schichtleben organisiert?**

Abgesehen von Pflege der originären Nachbarschaftsidee mit den Nachbarn „von nebenan“, leitet in der Regel eine Schichtmeisterin/ein Schichtmeister mit dem/der Stellvertreter/in und weiteren Vorstandsmitgliedern (z. B. für Finanzen und für Schriftführung/Organisation) das Schicht. Die Schichtmeister/innen werden in der Regel im jährlichen Wechsel gewählt, und zwar im festlichen Rahmen bei einer Versammlung von Nachbarn aus dem gesamten Schichtgebiet (dem Schichtfest). Die Arbeit wird unterstützt von einem Schicht Helferkreis möglichst aus allen Teilen des Schichtgebietes.

## **6. Wie werden die schichtübergreifenden Interessen organisiert?**

Durch das 1950 gegründete Oberschicht, in der alle Schichtmeister/innen und weitere Vertreter der Schichte Mitglied sind; der/die Bürgermeister/in der Stadt Schwerte ist geborenes Mitglied. Es wird geleitet von einem/einer Oberschichtmeister/in und weiteren Vorstandsmitgliedern.

Aufgrund einer Vereinbarung zwischen der Stadt Schwerte und dem Oberschicht treffen sich seit 1961 einmal jährlich Vertreter des Rates und der Verwaltung

der Stadt sowie des Oberschichts und besprechen Fragen, die alle Bürger der Stadt betreffen.

## **7. Welchen Beitrag kann das Schichtwesen zur kulturellen Bildung leisten?**

Die Schichte und das Oberschicht können im Rahmen der Heimatpflege in den Schulen der Stadt die Tradition des Schwerter Schichtwesens vorstellen und lebendig werden lassen.

Das Oberschicht sollte im vorgesehenen „Regionalen Bildungsnetzwerk“ mit anderen Bildungsträgern der Region (Unternehmen, Kirchen, Volkshochschule, Vereinen) mitwirken.

## **8. Welches ist die Tradition des Schwerter Schichtwesens?**

In den Städten eroberten sich in Deutschland ab dem 14. Jahrhundert zunehmend die Bürger das Recht, politischen Einfluss in den Stadtparlamenten zu erhalten: durch die Vertreter der Gilden, der Zünfte, der Bauernschaften und eben der Nachbarschaften.

Der älteste urkundliche Nachweis des Schwerter Schichtwesens datiert vom 14. Mai 1565, als der Schichtmeister von Schicht 1 Bürgermeister der Stadt Schwer-

te war. Bereits im 15. Jahrhundert wurde die Stadt Schwerte in zehn Schichte eingeteilt, die es heute noch gibt; weitere sind im Laufe der Zeit geschaffen worden.

## **9. Welches ist das jüngste Schicht?**

Das Schicht 24 bestand von 1974 bis um die Jahrtausendwende. Am 1. Oktober 2009 wurde es wieder gegründet, und zwar mit einem größeren Schichtgebiet (wegen der erweiterten kommunalpolitischen Aufgaben in der heutigen Zeit) vom nördlichen Bahndamm bis zur A 1 sowie den Ost-West-Grenzen Holzener Weg und Hörder Straße.

Das Schichtwesen lebt! (vgl. Antworten 1 und 2)

## **10. Welches ist die historische Bedeutung des Schichtwesens?**

Sie liegt darin, dass es der Entwicklung des Bürgertums einen stützenden Organisationsrahmen gab und mit Wegbereiter zur Gleichberechtigung und Autonomie auch unfreier Mit-Bürger in den Nachbarschaften der Stadt war.

Es war Mitgestalter der beginnenden repräsentativen Demokratie und bietet heute und zukünftig einen Strukturrahmen für mögliche Aktionen in neuen Formen direkter Demokratie.

# **Wanderung mit der SGV Abt. Dortmund-Holzen rund um den Reichshof Westhofen**

Wie all unsere Wanderungen begann auch diese an unserem allgemeinen Treffpunkt auf dem Marktplatz in Dortmund-Holzen.

Zuerst ging es den Hasenberg entlang und durch das romantische Wannebachtal. Von da marschierten wir in Richtung Wandhofen, am großen Feld vorbei, über die Eisenbahnbrücke zum Findling mit der Geschichte der Familie Wandhof und deren Wappenstein.

Wandhofen ist gesegnet mit Bänken zum Verweilen.

Über den Ochsenhügel erreichten wir Haus Ruhr, einst 2,5 rheinische Morgen groß. (1 rhein. Morgen – 30 x 2500 qm; 1 heutiger Hektar 2500 x 4 qm.)

An einer der zwei ehemaligen Ölmühlen, nämlich der Rettelmühle, und entlang des Ruhrwanderweges führte unser Weg ins Zentrum der alten Freiheit Westhofen zum Rathaus.

Hier erwartete uns Lothar Meißgeier und hielt uns einen spannenden Vortrag über sein „Schatzkästlein“, das Reichshofzimmer, und den Reichshof von Westhofen.

Lothar Meißgeier ist ein Westhofener Urgestein und war jahrzehntelang erster Vorsitzender des Heimatvereins Westhofen.

So erfuhren wir u. a., dass Karl der Große von Westhofen aus die Hohensyburg erobern ließ. Somit stammt der Reichshof Westhofen aus karolingischer Zeit und konnte schon 1250 Jahre feiern.

Westhofen spielte aber auch im Mittelalter als befestigter Ort eine Rolle.

Sein berühmtester Bürger ist Jürgen Velt- haus, der als Chronist in die Geschichte Westhofens einging.

Zum Ende des Mittelalters wurde Westhofen von der Stadt Schwerte immer abhängiger. So

verlor die alte Freiheit (Reichshof Westhofen) immer mehr an Bedeutung.

Bis in die Neuzeit gab es aber das Amt Westhofen mit seinem Amtshaus neben der Sparkasse. Dieses Amt verwaltete unter anderem die Ortsteile Villigst und Holzen mit all seinen Einwohnern und Höfen.

Der Reichshof Westhofen hatte einst eine Größe von ca. 39 Quadratkilometern. Holzen, heute durch die kommunale Neuordnung (1975) in die Ortsteile Schwerte-Holzen und Dortmund-Holzen getrennt, hatte mit 7,5 Quadratkilometern Anteil am Reichshof Westhofen.

Nach dem Vortrag von Lothar Meißgeier wanderten wir durch den Ebborg (Eibenberg) wieder zurück zu unserem Ausgangspunkt in Dortmund-Holzen.

„Frisch auf“ Ferdinand Ziese

# Der Computer und unser Leben

Gedanken zum 100. Geburtstag von Prof. Dr. Konrad Zuse, dem Vater des Computers

von Horst Reinhard Haake



Als im vergangenen Jahr ein Bekannter mich darauf aufmerksam machte, dass im kommenden Jahr, also in 2010, der 100. Geburtstag des Vaters des Computers, Prof. Dr. Konrad Zuse, gefeiert werden kann, mit dem ich doch persönlich gut bekannt gewesen sei, war ich schon etwas überrascht. Wie doch die Zeit vergeht!!! - In weiteren Gesprächen mit Freunden, die das selbe Thema anschnitten und mein Rechenzentrum noch gut in Erinnerung hatten, wurde mir nahe gelegt und auch allmählich bewusst gemacht, dass ich nicht daran vorbei komme, diesem Tag hier in Schwerte etwas mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Schließlich war ich ja nicht ganz unschuldig daran, dass diese weltbekannte Persönlichkeit unsere Stadt einst mit ihrem Besuch beehrte. Das war zwar schon im Jahr 1978 und ist lange her, aber seitdem ist der Kontakt zur Familie Zuse nicht abgerissen. In den Ausgaben 33 und 34 unserer „AS“ berichtete ich seinerzeit



Prof. Dr. Konrad Zuse während seiner Festrede im Freischütz zum 25-jährigen Firmenjubiläum des „ZBL-Rechenzentrum“

begeistert über die „Begegnungen mit einem Genie“, insbesondere über mein Interview, das ich für unsere „AS“ mit Herrn Prof. Dr. Konrad Zuse am 9. August 1995 in seinem Hause in Hünfeld führen durfte. Ich ahnte damals nicht, dass es das letzte mal sein sollte. Er starb unerwartet am 18.12.1995. Die Erlebnisse mit diesem beeindruckenden Menschen und seiner Familie sind mir in bleibender Erinnerung.

Herr Prof. Dr. Konrad Zuse wurde am 22.06.1910 geboren und ich möchte den 100. Jahrestag seines Geburtstages zum Anlass nehmen, hier etwas über die erlebte Geschichte der Datenverarbeitung zu berichten, über den Computer, der nicht nur in wachsendem Ausmaß mein Berufsleben beherrschte, sondern auch immer intensiver in mein Privatleben eingriff. Ich ahnte nicht, dass diese Entwicklung dazu führen würde, einmal auch den Erfinder dieses Wunderwerks persönlich kennen zu lernen. Als mein „ZBL Rechenzentrum“ 1978 im Schwerter Waldrestaurant „Freischütz“ sein 25 Jahre währendes Bestehen feiern konnte,

krönte er dieses Firmenjubiläum mit seiner Festrede.

In meinen Unterlagen fand ich einen alten Zeitungsausschnitt aus dem hervorgeht, dass die Stadt Schwerte am 1. Mai 2001 einer Straße seinen Namen verliehen hat. An dieser „Konrad-Zuse-Straße“ mit der Hausnummer 4 liegt das Rathaus II. Und da seit dem vergangenen Jahr auch die AS-Redaktion in diesem Gebäude untergebracht ist, reizt es mich ganz besonders, in unserer Seniorenzeitung über die Verbindung Schwertes zum Erfinder des Computers zu berichten.

In den folgenden AS-Ausgaben werde ich versuchen, diesen persönlich erlebten und auch beeinflussten Werdegang einer schier unerschöpflichen Technik anschaulich darzustellen. Es gibt in unserer Stadt viele Betriebe, deren Werdegang von allgemeinem Interesse sein dürfte. Möge mein Bericht dazu beitragen, ehemalige Firmenchefs oder leitende Mitarbeiter zu motivieren, hier ihre bestimmt wertvolle Firmengeschichte zu dokumentieren und für die Nachwelt zu erhalten.



ZBL-Rechenzentrum GmbH & Co. KG Schwerte, Römerstraße 2 (ehem. Alte Heideschule)

Die Reaktion aus unserer Leserschaft, von Mecklenburg-Vorpommern bis München, auf den Bericht von Reinhold Stirnberg war sehr erfreulich. Zahlreiche telefonische und schriftliche Nachrichten zur Familiengeschichte Braus haben neues, bislang unbekanntes Material

zu Tage gefördert, das berücksichtigt werden muss. Daher verzögert sich die angekündigte Fortsetzung des Berichtes, der nun erst in der Juniausgabe der AS erscheinen wird.

Das Redaktionsteam der AS

# Schwerter Gastronomie – anno dazumal

Schon seit längerem beschäftigt mich der interessante Gedanke, etwas über die ehemals blühende Gaststätten und Kneipenszenerie in Schwerte zu Papier zu bringen, für die unsere Ruhrstadt dereinst weithin bekannt war.

In den letzten Jahrzehnten ist von dieser Strahlkraft leider einiges verloren gegangen und so möchte ich in den nächsten Ausgaben der AS die Chance nutzen, etwas vom Glanz der vergangenen Tage aus den Archiven hervorzuholen um bei Ihnen,

liebe Leserinnen und Leser, lebendige Erinnerungen wach zu rufen.

Erinnerungen an eine Zeit, als Schwerte noch die größte Kneipenpopulation, bezogen auf die Einwohnerzahl, im weitesten Umland sein Eigen nannte.

Freuen sie sich schon jetzt auf ein charmantes und reizvolles Rendezvous mit alten „Bekanntem“ wie:

„Koteletts-Karl“ und „Mettwurst-Lieschen“ sowie vielen weiteren und ehemals

vertrauten Orten der gepflegten Schwerter Gastlichkeit.

Ausgewählte, alte Werbeanzeigen und zum Teil noch nie veröffentlichte fotografische Abbildungen, werden die nostalgische Zeitreise sinnvoll ergänzen und begleiten.

Bis zur nächsten Ausgabe der AS unter dem Motto:

**„Scherbeln, schickern und achilen“**

Ihr Uwe Fuhrmann



# *Opa Bollmann war immer gut drauf!*

Als Kinder spielten wir ständig auf allen Bauernhöfen mit gleichaltrigen Kindern aus der Nachbarschaft. Bestimmt gingen wir auch vielen Leuten mit unserem Fragen auf die Nerven. Opa Bollmann war aber immer sehr lieb und sagenhaft geduldig mit uns. Er erklärte uns alles sehr genau bis in Einzelheiten, so dass wir es auch richtig verstehen konnten. Wir waren oft und gern mit ihm zusammen, und bekamen auch immer eine Birne oder einen Apfel geschenkt. Dafür durften wir ihm auch bei einigen Arbeiten helfen. Wir gingen mit aufs Feld und schoben die Schubkarre, brachten die Pflanzen an die Pflanzlöcher und gingen mit in den Hühnerstall, um die Eier zu holen.

Hier erzählte uns Opa Bollmann, dass man den Hühnern Gipseier unterschiebt,

dass sie dort legen oder brüten sollten. Diese Gipseier waren viel schwerer als die Hühnereier, aber nicht größer. Als wir den Bollmannschen Hof verließen, schenkte uns Opa Bollmann etwa 10 Eier und 1 Gipsei. Der nächste Tag war ein Sonntag und jeder bekam ein frisches Hühnerei. In der Zeit als die Eier kochten, legte ich das Gipsei in den Backofen, um es zu wärmen. Als wir alle am Tisch saßen, zeigte uns der Vater, wie sie früher ein gekochtes Ei aufschlugen. Er nahm es in die Hand und schlug es mir mit der spitzen Seite vor die Stirn und aß es genüsslich.

Ich stand auf und holte das Gipsei aus dem Backofen. Inzwischen ging das Spiel reihum. Jeder durfte es dem Anderen auf der Stirn öffnen. Mein Bruder war zum

Schrank gegangen, um etwas zu holen. Ich tauschte sein Ei gegen das Gipsei aus und öffnete meins an der Stirn meiner großen Schwester. Mein Bruder kam eilig an seinen Platz zurück, nahm das „Ei“ und schlug es unserm Vater fest gegen die Stirn. Der bekam blitzschnell eine dicke Beule auf der Stirn und war mächtigsauer über den harten Schlag und die Beule, die ständig gekühlt werden musste.

Und immer wenn wir den Vater mit dem Tuch und der Beule sahen, lachten wir schadenfroh. Nach drei Tagen war die Beule immer noch grün und blau und sehr groß. Als wir Opa Bollmann die Geschichte erzählten, hat er Tränen gelacht und uns nochmals Eier geschenkt.

Gerhard Kischewski

# Ein Jahr Rentner

## 24. Mai

Es ist geschafft. Mein letzter Arbeitstag. Ich bin endlich Rentner.

Jetzt geht mein Leben richtig los.

Ich will einfach das machen, woran mich diese verdammte Arbeit immer gehindert hat.

## 25. Mai

Ich stehe früh auf und weiß gar nicht, was ich zuerst tun soll.

Der Rasen muss gemäht werden, ich will die Dachrinne reparieren, ich muss die Wasserhähne entkalken, ich will ein Vogelhäuschen bauen und endlich mal „Krieg und Frieden“ lesen.

Treffe vor dem Haus meinen Nachbarn. Er ist auch Rentner.

Er läuft unrasiert im Jogginganzug rum, sieht aus wie Jörg Kachelmann nach 30 Tequila.

Er schaut den ganzen Tag Nachmittagstalkshows oder löst Kreuzworträtsel.

Das wäre nichts für mich.

Ich mähe erst mal den Rasen, reinige die Dachrinne und fange mit einem Vogelhäuschen an.

Das Leben ist wunderbar.

## 2. Juni

Der Rasen ist gemäht, die Dachrinne gereinigt und das Vogelhäuschen ist fertig.

Die Piepmätze kommen an und tirilieren fröhlich.

Ich fahre zu OBI, besorge Entkalker für die Wasserhähne.

OBI ist voll mit Rentnern. Jeden Morgen trifft sich da das Krampfadergeschwader am Holzzuschnitt.

Trübe Tassen.

Fahre nach Hause und entkalke die Wasserhähne.

## 7. Juni

Etwas länger geschlafen.

Dann frühstücke ich, und kontrolliere, ob

die Wasserhähne nicht neuen Kalk angesetzt haben.

Danach Rasenmähen und Fahrt zu OBI.

Lasse mir Holz für ein weiteres Vogelhäuschen zuschneiden.

Dann hab ich zwei.

Eins für die Vogel Männchen und eins für die Vogelweibchen.

## 22. Juni

Bis Mittags geschlafen.

Dann noch ein Vogelhäuschen für Behinderte gebaut.

Dann Rasen gedüngt, damit er schneller wächst und häufiger gemäht werden muss.

Danach Tee mit meiner Frau!

Ich gebe ihr Tipps für den Haushalt. Aber manchmal habe ich den Verdacht, ich nerve sie.

Zum Beispiel, wenn wir im Garten zusammen Darts spielen.

Nicht dass wir uns streiten – aber warum klebt sie vor dem Werfen immer mein Foto auf die Dartsscheibe?

### **30. Juni**

Will mal wieder mit einem anderen Menschen reden und gehe zum Arzt.

Viele Rentner gehen zum Arzt, um mal zu quatschen; ich habe mir Prostatabeschwerden ausgedacht.

Aber er schickt mich nach Hause – Prostata würde bei Kassenpatienten in meinem Alter nicht mehr behandelt – Rentner hätten genügend Zeit zum Pinkeln?

### **13. Juli**

Schlafen bis Zwei.

Danach Rasen mähen und ein Vogelhäuschen basteln.

Im Garten stehen jetzt 28 Stück.

Als ich es aufstellen will, entdecke ich auf dem Rasen einen Brief:

Die Vögel haben ihn geschrieben:

„Alter, hör auf mit den scheiß Vogelhäuschen. Wir sind satt und es ist uns vor den anderen Tieren peinlich.“

Mein Nachbar bietet mir ein Kreuzworträtselheft an.

Ich schau mal rein.

Russischer Fluss mit 7 Buchstaben.

Ach was denkt sich denn der Idiot?

Das ich Zeit habe, mir im Atlas russische Flüsse mit 7 Buchstaben rauszusuchen?

### **1. August**

Es gibt insgesamt 1.376 russische Flüsse mit 7 Buchstaben.

Die bekanntesten sind: BJELAJA, DNJESTR, IRTYSCH, UTSCHUR und WOLCHOW.

Am Abend Krise mit meiner Frau.

Unser erotisches Leben ist eingeschlafen.

Passiert vielen Rentnern.

Meine Frau schlägt als Lösung vor, wir sollten mal Sex an ungewöhnlichen Orten probieren.

### **4. September**

Wir haben die Seiten im Bett getauscht.

Hilft auch nicht.

Habe gelesen, 50% der Männer über 65 nehmen Viagra.

70% davon können sich allerdings nicht mehr daran erinnern, warum...

### **30. September**

Krieg und Frieden lese ich nicht mehr.

Schaue jetzt mehr Nachmittagsstalkshows.

Heut ist das Thema „Ich mach Dich kalt, Du blöde Summse“.

Na ja, ein bisschen lehnt sich das ja auch an „Krieg und Frieden“ an.

### **26. Oktober**

Meine Frau meint, wir sollen etwas für unsere Körper tun...

Wellness...

Sobald man Rentner ist, soll alles nur noch Wellness sein.

Man soll die Seele baumeln lassen...

Warum?

Wenn man älter wird, baumelt am Körper sowieso schon so viel.

Da muss die Seele nicht auch noch mit baumeln.

Meine Frau schleppt mich zum Rentner Yoga, zur Rentner Sauna, zum Pilates.

Pilates! Das war für mich bislang der Typ, der Jesus gekreuzigt hat!

### **12. November**

Beim Rentner Yoga soll ich die Figur machen:

„Das Gnu liegt in der Morgensonne“.

Ich mache die Figur „Der Arbeitnehmer betätigt die Stechuhr“.

Werde aus dem Kurs geworfen!

### **3. Januar**

Habe mit dem Sport aufgehört.

Nur den Jogginganzug trage ich noch ganz gern.

Rasieren tu ich mich auch nicht mehr.

Wenn ich auf die Straße gehe, fragen mich manchmal die Obdachlosen, ob ich einen Euro brauche.

Meine Frau will mich aktivieren und schafft einen Dackel an.

Das ist das Ende.

Wenn der beste Freund eines Mannes, eine Wurst mit Beinen ist, die Purzel heißt, ist es Zeit für ihn, abzutreten.

Dackel wurden Anfang des 20. Jhds. in England gezüchtet.

Ziel der Züchtung war es, eine Nackenrolle zu haben, die selbstständig in die Waschmaschine gehen kann!

Ich schäme mich.

Aber ich geh mit ihm spazieren.

Sitze dann im Wald auf einer Bank, mein Blick fällt auf die Ameisen am Boden.

Tja, die arbeiten und arbeiten, von denen sagt keine „Ich bin in Rente und mach jetzt Pilates“.

### 12. Februar

Bin nachts nicht müde.

Wovon auch?

Stehe deshalb auf, setze mich ins Auto und fahre durch die nächtliche Stadt.

Ich lande bei meiner alten Firma, steige aus, streichle das Gebäude.

Auf der Rückfahrt sehe ich, wie an einer Landstraße Türken auf dem illegalen Arbeitsstrich rumstehen und warten, dass sie zur Schwarzarbeit abgeholt werden.

Traurig so was!

### 3. März

Habe mich dunkel geschminkt, mir einen Schnäuzer angeklebt und reihe mich unter die Türken an der Straße ein.

Serhat, Mehmet, Ügür und Öczan.

Im Auto stellt sich raus, sie heißen eigentlich Franz, Theo, Günther und Willi.

Und sind auch Rentner mit angeklebten Schnäuzern.

Am Nachmittag – Arbeit auf einer Baustelle.

Ich war lange nicht so glücklich!

### 12. April

Fahre jetzt jeden Morgen mit den andern Rentnern auf die Baustelle.

Nachmittags sitzen wir zusammen und überlegen, was wir noch machen könnten.

Wir wollen eine Firma gründen, einen Konzern erschaffen, wir wollen ackern und malochen.

Auch mit 65 kann man noch viel bewegen.

Eine Geschäftsidee für unseren Konzern haben wir auch schon: Vogelhäuschen bauen.

Volksgut



Wilhelm Busch  
1832 - 1908



### Winter "Annodazumal"

Als Anno 12 das Holz so rar und als der kalte Winter war, da blieb ein jeder gern zu Haus.

*Alles schon  
einmal dagewesen*

# *Museen klagen über Diebe*

## *Vorbildliches Rubrtal-Museum*

Die Herbsttagung der Vereinigung Westfälischer Museen fand unter zahlreicher Beteiligung in Schwerte statt. Wie bei jeder der zweimal jährlich stattfindenden Zusammenkünfte der westfälischen Museumsleiter diente die Tagung dem Erfahrungsaustausch. In Schwerte aber war damit auch die Ehrung eines besonders verdienten Museumsleiters verbunden:

Josef Spiegel hat im Alten Rathaus von Schwerte aus eigener Initiative und in jahrzehntelanger Arbeit ein vorbildliches Heimatmuseum aufgebaut, das als Ruhrtalemuseum über den Rahmen der Stadt hinaus Bedeutung hat. Neben den geologischen, vorgeschichtlichen und stadtgeschichtlichen Beständen interessierten Spezialsammlungen zur Postgeschichte und zur Darstellung der Möhnekatastrophe des letzten Krieges den Besucher.

Der erste Teil der Tagung war der Würdigung dieser Leistung von Spiegel gewidmet, die auch Schwertes Bürgermeister Steinem in seiner Begrüßungsansprache besonders hervorhob.

In einem anschließenden Referat beschäftigte sich Prof. Jeismann, Münster, mit der Bedeutung der Museen für den landesgeschichtlichen Unterricht in den Schulen. Die lebhaft Diskussion bewies, wie sehr den Museen daran gelegen ist, Schüler in bestimmten Altersklassen für einen regelmäßigen Besuch der örtlichen Museen und deren Nutzung für den Unterricht zu gewinnen. Die Verminderung des Geschichtsunterrichts in manchen Ländern wurde als ein bedenkliches Signal gewertet.

In der Mitgliederversammlung nannte Geschäftsführer Dr. Pieper aus Münster eine Reihe von Museen, deren Neuordnung zur Zeit betrieben

wird, etwa die Museen in Balve, Marl, Wanne-Eickel. Dabei lassen sich die Museen meist von den Fachleuten der Landesmuseen in Münster und der Museen der Universität Münster beraten. Diese Zusammenarbeit hat sich seit Jahren eingespielt und funktioniert ausgezeichnet.

Aber auch die Sorgen der Museen blieben nicht unerwähnt, vor allem über die immer zahlreicher werdenden Diebstähle und Einbrüche. Der Sicherung der Gebäude und der Sammlungen muss erhöhte Aufmerksamkeit gewidmet werden.

Eine Exkursion führte die Teilnehmer zu den Museen von Menden und Schwerte und zu dem vor einigen Jahren auf privater Basis entstandenen bemerkenswerten Museum für Vorgeschichte und Höhlenkunde in Letmathe-Grüne, das als 99. Mitglied in die Vereinigung Westfälischer Museen aufgenommen wurde.

## *In und um Overberge, Schwerte und Lichtendorf herum*

### **Wissenswertes vom Wortmann Hof und seinen Bewohnern vor 210 Jahren**

Nach Auskunft von Theodor Buschhüter, geb. Wortmann, soll die Geschichte des Hofes zurückreichen, bis zum Sachsen Herzog Widukind († 810).

„Gebaut auf altem Wehrturm“, schrieb 1986 eine Westfälische Zeitung. Enteignung von Kirche und Adel durch Napoleon. Bis 1803 von Wortmanns Jahrhunderte gepachtet als Pacht und Zinsgut. Vom Kloster der Abtei zum Wohle der Armen und Kranken im Heiligen Geist Hospital Schwerte. In den Grundbüchern der Abtei Werden stand 'mal Zinsgut, 'mal Wortmanns Gut, wenn es um die Verpachtung des Hofes ging.

1359 stiftet der Sobbe<sup>1</sup> auf Haus Villigst der Abtei Werden den Hof und das Land in Overberge, sowie das Gelände mit dem Flurnamen Heiligen Geist in Schwerte. Auf diesem Gelände wurde später das Heiligen Geist Hospital und die Kapelle gebaut.

1560 wird der Hof, den er und seine Vorfahren schon lange in Gebrauch hatten, an Johann Wortmann und seine Frau für die nächsten 20 Jahre verpachtet.

Die Pachtkosten betragen pro Jahr:

2 Gulden, 2 Taler, 5 Malten Getreide, hartes Korn, halb Roggen, halb Gerste und 1 Huhn für den Verwalter des Hospitals.

1636 wütete wieder die Pest.

1700. Vom 10.11.1700 bis 10.11.1715 wird der Wortmannhof und Gut in Overberge vom bisherigen Pächter Albert Wortmanns an seinen Sohn Franz Wortmann mit Ehefrau verpachtet.

1794 brennt der Wortmann Hof. Nach dem Wiederaufbau ist der Hof seit 1800 in Besitz Wortmanns. So sagte es der Torbalken aus.

1800 wird auch der Naturzehnt in eine Geldrente umgewandelt.

Rüdiger Wortmann, Schackendorf

<sup>1</sup> Sobbe = Der Burgmann zu Schwerte Engelbert

# Die Seite zum Schmunzeln

## Musik bereicherte den Alltag der Senioren

*Dreißig Steppkes der Klasse 3b der evangelischen Grundschule Ergste führten ein Minimusical im Johannes-Mergenthaler-Haus auf.*

Das Seniorenzentrum „Johannes-Mergenthaler-Haus“ an der Liethstraße bekam jetzt aufgeweckten und fröhlichen Besuch. Dreißig Steppkes der Klasse 3b der evangelischen Grundschule Ergste führten ein Minimusical auf. Unter dem Leitmotiv „Eine Reise um die Welt“ präsentierten die jungen Schauspieler Lieder und Tänze aus verschiedenen Ländern des Erdballs.

Besonders eindrucksvoll war dabei ein Lichtertanz zum Abschluss der Aufführung. Mehr als vier Wochen hatten die Kinder das Musical mit ihren Lehrerinnen Angelika Sult und Almut Becker geprobt. Ursprünglich war das Musical nur zur Schulweihnachtsfeier für die Eltern einstudiert worden.



Der Dank für die Mühe der Kinder war ein langer Applaus der Senioren des Johannes-Mergenthaler-Hauses. Zur Stärkung gab es nach der Aufführung für die jungen Mimen dann noch leckeren Kuchen.

Auch wenn es nur ein kurzer Besuch war, so spürte man doch, dass etwas gewachsen war zwischen den Generationen. Genau darum geht es Iris Daas, der Leiterin des Johannes-Mergenthaler-Hauses, natürlich auch.

„Solche Aufführungen“, so Iris Daas, „sollen den Alltag aller Teilnehmer bereichern und das Verständnis füreinander fördern. Dabei kann die Musik als gemeinsame Sprache dienen, auch denen, deren Geist und Sinne etwa durch eine Demenzerkrankung eingeschränkt sind. Kinder wiederum erleben, wie es ist, alt zu sein.“

## Die mündliche Kommunikation im Krankenhaus

Der Chefarzt sagt zum Oberarzt:

„Morgen um 9.00 Uhr findet eine Sonnenfinsternis statt. Also etwas, was man nicht alle Tage sehen kann.“

Lassen Sie die Patienten in festlicher Kleidung antreten. Bei der Beobachtung dieses seltenen Ereignisses werde ich selbst die Erläuterungen geben.

Wenn es regnet, werden wir das nicht gut sehen können. Die Patienten begeben sich dann in den Speisesaal.“

Der Oberarzt sagt zum Assistenzarzt:

„Auf Anweisung des Chefarztes findet morgen um 9.00 Uhr eine Sonnenfinsternis statt.“

Wenn es regnet, werden wir das in festlicher Kleidung im Garten nicht gut sehen können.

In diesem Fall führen wir das Verschwinden der Sonne im Speisesaal durch. Also etwas, das man nicht alle Tage sehen kann.“

Der Assistenzarzt sagt zur Stationschwester:

„Auf Anweisung des Chefarztes wird morgen um 9.00 Uhr in festlicher Kleidung das Verschwinden der Sonne im Speisesaal durchgeführt.“

Der Chefarzt gibt Anweisung, ob es regnen soll. Also etwas, was man nicht alle Tage sehen kann.“

Die Stationschwester sagt zur Schwester:

„Wenn es morgen im Speisesaal regnet, also etwas, was man nicht alle Tage sieht, verschwindet um 9.00 Uhr unser Chefarzt in festlicher Kleidung.“

Die Schwester sagt zur Schwesternschülerin:

„Morgen um 9.00 Uhr soll unser Chefarzt verschwinden. Schade, dass man das nicht alle Tage zu sehen bekommt.“

Volksgut

## Wie merkt man, dass man älter wird?

Alles ist weiter entfernt als früher, es ist 2x soweit bis zur Ecke der Straße.

Ich habe es nun aufgegeben, zu rennen, um den Bus zu erwischen.

Er fährt neuerdings viel früher ab, als vor einiger Zeit.

Auch habe ich den Eindruck, dass man in den letzten Jahren die Treppen immer steiler baut.

Habt Ihr auch gemerkt, dass man die Buchstaben in der Zeitung jetzt kleiner druckt?

Es hat auch keinen Zweck, jemanden zu bitten, es laut vorzulesen, denn jeder spricht heutzutage sooo leise, dass man es kaum verstehen kann.

Auch die Passform der Kleidung ist schlechter geworden. Es sitzt alles so eng, vor allem in der Taille und um die Hüften.



Sogar die Menschen verändern sich, sie sind viel jünger als wir in dem Alter.

Auf der anderen Seite sehen die Menschen meines Alters viel älter aus als ich...

Ich begegnete gestern einer Freundin, die war sooo alt geworden, dass sie mich nicht mehr erkannte.

Ich musste noch an das arme Wesen denken, als ich heute Morgen meine Haare kämte. Ich sah mich selbst im Spiegel und dachte:

„Zum Donnerwetter, die Spiegel sind heutzutage auch nicht mehr so gut wie früher. Sie machen uns älter als wir sind.“

Volksgut

# Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen

Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,  
die sich über die Dinge ziehn.  
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,  
aber versuchen will ich ihn.  
Ich kreise um Gott, um den uralten Turm,  
und ich kreise jahrtausende lang;  
und ich weiss noch nicht:  
bin ich ein Falke, ein Sturm  
oder ein grosser Gesang.

Rainer Maria Rilke



## *Frieden*

Der jüngste Enkel ist ein quicklebendiges Kerlchen, voller Lebensfreude und Power. Ich passe gerne auf ihn auf, wenn seine Eltern etwas zu erledigen haben. Wir sitzen auf dem Sofa, bauen aus Bauklötzen abstrakte Gebilde, legen Memories aus nach eigenen Spielregeln und schauen eines der wunderschönen Kinderbücher mit vielen Bildern, Klappchen und dicken Seiten an.

Eng zusammensitzend spielen und schauen wir; das Plappermäulchen geht unentwegt.

Dann wird es weniger, er hat sein Köpfchen auf meine Knie gelegt; schliesslich ist er eingeschlafen.

Ich schaue aus dem Fenster. Ein naschkalter Spätherbsttag bringt Regen und starken Wind.

Die großen Föhren in der Nachbarschaft bewegen stürmisch die Zweige. Im Raum ist es angenehm und friedlich.

Gedanken und Sinne verwirren sich, gehen eigene Wege: . . . Mein Vater, mein Bruder und ich sitzen vor dem Küchenherd auf dem Boden. Der Wintertag geht zu Ende. Die Feuertür des Herdes ist geöffnet. Rote Glut strahlt eine wohlige Wärme ab. Mein Vater legt einige Holzscheite nach. Helle Flammen zeichnen nun gelbe und rote Gebilde auf den

Boden. Zeit zum Träumen. Mit leiser, angenehmer Stimme erzählt mein Vater aus seinen Kindertagen. Ein Jahr später verlieren wir ihn an den grausamen Krieg. Sein kurzes Soldatenleben endet bei Abwehrkämpfen auf dem Balkan. . . .

Dämmerung umgibt uns. Milder Schein der Straßenlaterne fließt in den Raum.

Mein Enkel hat sich ganz eingekuschelt und schläft seinen Traum. Friede!

Ich spüre es wirklich. Göttlicher Friede ist im Raum.

Heinz Kranefeld

Die Kofferraumklappe des Autos fiel mit einem dumpfen „Pmpf“ zu. Frau Holtmann ging nach vorn, stieg ein und steckte den Schlüssel ins Zündschloss.

Ihre Tochter blieb neben dem Ford stehen.

„Mama, du darfst nicht losfahren. Da sitzt ein Hase.“

„Greta?“, mahnte Mama.

Ein Auto bog in die Parkstraße. Im gleichen Moment hoppelte der Hase los. Bremsen quietschten. Greta schrie.

Ihre Mama sprang aus dem Wagen, rief: „Ist dir was passiert!“, und umarmte ihre zitternde Tochter.

Das Mädchen schüttelte den Kopf, zog die Nase hoch und wischte mit der Hand darunter her.

„Er ist da in die Sträucher gelaufen.“

„Dann ist er ja in Sicherheit.“

„Und wenn ein Auto nicht früh genug bremsst?“

Frau Holtmann kannte die Fantasie ihrer Tochter.

„Vielleicht war es nur ein braunes Stück Papier, das der Wind über die Straße wehte.“

„Mama, Papier hat keine Ohren.“

„Das stimmt,“ bestätigte Frau Holtmann zog die Autotür auf und sagte: „Bitte, Schatz, steig ein.“

Wieder bog ein Auto in die Parkstraße ein. Die Scheinwerfer leuchteten auch ins Gebüsch.

„Da ist der Hase!“

Jetzt sah Frau Holtmann auch das an einem Löwenzahnblatt mümmelnde Tier.

„Mama, können wir ihn nicht mitnehmen?“

„Mitnehmen!? Neieiein. Unsere Katze würde ihn auch bestimmt vertreiben.“

„Och Mama. Er ist doch so süß.“

# Hasenhelden

„Liebes, er würde seine Familie vermissen.“

„Wir sind doch dann seine Familie.“

„Bist du ein Hasenkind?“

Greta schüttelte den Kopf, sagte leise: „Nein“, kletterte auf den Sitz und Mama half ihr beim Anlegen des Sicherheitsgurtes.

Vorsichtig kurvte Frau Holtmann aus der Parklücke und dachte: „Hoffentlich ist er immer schnell genug“, sprach aber den Gedanken nicht aus.

Am anderen Morgen stürmte Greta in Opas Zimmer, um ihm von dem Hasen auf dem Parkplatz zu erzählen. Opa breitete wie immer die Arme aus und fing seine Enkelin auf. Doch heute drehte er sie nicht wie sonst



im Kreis, sondern stellte sie auf den Stuhl am Fenster und legte ihr den Finger auf den Mund.

„Schau mal.“

„Maunzi sitzt in der Sonne und putzt sich.“

„Ich meine den Hasen vor der Gartenlaube.“

Das kleine Mädchen betrachtete den aufrecht auf den Hinterläufen sitzenden Hasen, der mit den Vorderpfoten in die Luft schlug.

„Warum tut er das? Er ist doch allein.“

„Meister Lampe übt boxen, damit er ein anderes Männchen besiegen und vertreiben kann.“

Greta kaute an der Unterlippe, atmete tief und sagte: „Der Garten ist doch so groß.“ Opa lächelte.

Ein Dackel schnupperte am Gartentor und bellte. Der Hase flitzte zwischen die blühenden Osterglocken, wartete einen Augenblick und rannte durch ein Loch in der Hecke ins Feld.

„Der Hund ist doch an der Leine.“

„Jooaa!“, antwortete der Großvater, „aber das weiß der Hase ja nicht.“

Zuerst konnten die beiden den Weg des Flüchtlings gut verfolgen. Doch dann hockte er sich in eine Furche, legte die Ohren an und glich so einem sehr dicken Kieselstein.

Jetzt erzählte Greta von dem Hasen auf dem Parkplatz und auch, dass Mama ihn nicht mitnehmen wollte.

„Na ja, da kennt er sich aus. Hier würde er „seine“ Sträucher vermissen und auch Ärger mit Maunzi bekommen.“

Greta dreht eine ihrer Locken um den Finger.

„Opa, welcher von den Hasen versteckt denn wohl die bunten Eier und bringt Osternerster?“

„Hmhmhm!“, brummte der Großvater.

Das Mädchen sah zu ihm hoch, sprang vom Stuhl, sagte: „Ich frag' mal Mama“, und lief aus dem Zimmer.

Wilma Frohne



# Ergste und Wir engagiert sich für Haiti

Ergste und Wir ist eine Bürgerinitiative zur Förderung des Gemeinwohles. Ergste und Wir hat sich die Aufgabe gestellt, Gelder einzuwerben, um bei karitativen Projekten zu helfen. Dabei stützt sich Ergste und Wir auf vier Säulen: den Ergster Brotmarkt, die Feste der Freunde des Bierhofes, die Ergster Werbetafel und das Ergster Bürgermagazin.



Sofort nach Auftreten des Erdbebens von Haiti war den Initiatoren klar, zu Spenden aufzurufen, um den betroffenen Opfern zu helfen. Hierzu wurde der Ergster Brotmarkt in Aktion gesetzt. Das Prinzip der Spendeneinwerbung ist dabei, Brot bei öffentlichen Aktionen zu verkaufen und den Gewinn des Verkaufs als Spenden zu verwenden.



Die erste Aktion lief am Mittwoch den 20. Januar 2010 vor Askania. Am Samstag danach startete wieder vor Askania eine Großaktion mit Unterstützung durch die Redaktionsmitglieder von Antenne Unna Lothar Baltrusch und Jörg Przystow und den Jung DJ Jan Knostmann und am Samstag den 06. März 2010 war die letzte Verkaufsaktion. Die Resonanz war sehr hoch. Neben dem öffentlichen Brotverkauf hatten sich auch viele Bürger und Unternehmen mit Direktspenden bei Initiator F.-W. Vogt gemeldet und den Ergster Brotmarkt unterstützt.

In der Summe kam ein Betrag von über 5000 € zustande, der an die Organisation "Ein Herz für Kinder", Brot für die Welt und dem Roten Kreuz überwiesen wird.



# Weg sägen: Fleigen möt se!



Es war einmal eine Zeit, da lebte man ohne Radio, Fernsehen, Telefon und Handy. Die Freizeitbeschäftigungen und sportlichen Aktivitäten spielten sich im überschaubaren Raum der Nachbarschaften und im dörflichen Bereich ab. Da gab es den Turnverein, den Gesangverein, auch den Taubenverein und vieles mehr, was den vorwiegend männlichen Bewohnern in Stadt und Land förderlich war.

Das Foto aus alter Zeit ist für mich Sinnbild einer solchen Gemeinschaft. Der BTZ „Ruck-Zuck Steinberg“, das waren fünf Häuser in der „Berggeschichte“ (Bürenbruch).

Die Tauben waren schon einige Tage unterwegs und in Erwartung saßen die jungen

Männer unter den Obstbäumen zusammen. Das Bier wurde im Sifon gekühlt, die Erwartungen waren groß, die Stimmung, man sieht es, war ebenfalls gut.

Nach Abschluss eines Fluges trafen sich die „Dubenköster“ im Vereinslokal zum Austausch.

Dabei gab es manchen Flaks und Sticheleien. So eine Episode in Umgangs-Mundart möchte ich erzählen.

Zwei Brüder, nennen wir sie Wilhelm und Albert, tauschten sich aus:

Wilhelm: „Weg sägen, fleigen möt se. Er war leicht irritiert, weil sein bester Vogel wohl als erster zurück war, aber nicht in den Schlag

ging. „Owe de Blohe es mi wir open First sitten blim.“

Albert: „Vilichte maus du erm Dicken Ries met Zimt vörhollen, dat sall gut sin“, und grinsede.

Wilhelm verärgert: „Wenn hei am neichsten Sundag wir sitten blitt, dann nerm ek de Flinte und scheid ern vam Dach und hei kömmt en de Suppe.“

Albert: „Wie olt eser dann?“

Wilhelm: „Tiern Johr.“

Albert: „Oh her, de schmecket jo nich mehr, dat Fliesch es doch to zäh.“

Wilhelm: „Das es mi egahl, dann wet hei gekloppt.“

Heinz Kranefeld



## Leserbrief

Guten Tag, liebe Redaktionsmitglieder, für die letzte Ausgabe im Jahr 2009 möchte ich mich ganz herzlich bedanken.

Sie ist sehr abwechslungsreich gestaltet und hat mir besonders viel Freude bereitet.

An erster Stelle möchte ich die „herbst-winterliche Wanderung“ von S. 14 erwähnen, die mir beim ersten Durchblättern des Magazins schon aufgefallen war.

Da unser Sohn (34 Jahre alt und in Berlin wohnend) zum Weihnachtsbesuch bei uns weilte, habe ich diese Wanderung vorgeschlagen. Wir haben sie gestern am Sonntag (27.12.) zwar bei ständigem Nieselregen gemacht, sie war aber trotzdem ein voller Erfolg. Wir sind genau der Beschreibung gefolgt und haben immer wieder den spannenden Text unterwegs gelesen und versucht, die Sehenswürdigkeiten zu entdecken. Das gelang uns nicht immer, weil sicherlich zu dieser Jahreszeit manches von Laub und teilweise Schnee verdeckt war.

Trotzdem war der Text sehr interessant und die Anmerkungen größtenteils neu für uns.

Vielen Dank an Ferdinand Ziese!

Besonders schön fand ich auch die Sprüche von S. 3.

Sehr interessant auch die Geschichte der Familie Braus-Linner. Ich freue mich schon auf die Fortsetzung!

Die Geschichte der Schwerter Friedhöfe finde ich auch sehr lesenswert, sowie natürlich alle anderen Beiträge des Heftes. Aber wie schon angemerkt, dieses Heft ist besonders gut gelungen.

Zu der Lesenumfrage kann ich nur sagen, dass mich besonders die Abteilungen „Historisches/Zeitdokumente“ und auch „Gesundheit/Sport“ interessieren.

Des Rätesls Lösung ist: STERN TALER

Allen Redaktionsmitgliedern wünsche ich ein gesundes und erfolgreiches neues Jahr.

Herzliche Grüße  
Christel Ibert

Sehr geehrter Herr Haake,

wie bereits telefonisch besprochen, würde ich gern in Ihrer Zeitung „Aktive Senioren“ die Leser nach einer

**Abbildung vom Heiligen Geist-Hospital fragen. Es stand in Schwerte, Ecke Brück-/Hagener Str.**

In der Anlage meine Anmerkung zum Wortmann Hof, den Sie gern veröffentlichen können.

Ebenfalls ein großes Lob den Machern der Zeitung „Aktive Senioren“. Ich selbst freue mich immer sehr auf die Berichte und wünschte mir, solch eine Zeitung in Schleswig-Holstein zu bekommen.

Ich fühle mich durch meine Vorfahren sehr verbunden mit Overberge-Lichtendorf-Schwerte und Umgebung.

Mit besten Grüßen  
Rüdiger Wortmann, 23795 Schackendorf

Sehr geehrter Herr Stirnberg,

danke für den „Körriwurst“-Bericht. Hat Spaß gemacht, ihn zu lesen. Ich mache meine Pommes grundsätzlich selbst – die „Backdinger“ mag ich nicht. Kartoffeln schälen, in Streifen schneiden, waschen, dann im Handtuch abtrocknen! Palmin (ich nehme Palmin soft – ca.  $\frac{3}{4}$  Paket) in die Pfanne, so dass die Pommes beweglich drin liegen können, erhitzen, bis sich am Holzlöffel Blasen bilden, Pommes mit Schaumlöffel rein, Elektroherd auf 3 lassen, bis die Pommes gut sind. Zwischendurch mit Holzlöffel vorsichtig durchrühren, dann mit dem Schaumlöffel portionsweise in ein Stahlsieb, mit dem Salzstreuer drüber und auf den Teller.

Das Fett weiter zum Braten verwenden!

Guten Appetit!  
Renate Neuhaus

# Podologie Praxis

Med. Fußpflege  
Inh. Derya Derin

Auf der Lichtenburg 4  
(Eingang hinter dem Haus)  
58239 Schwerte (Ortsteil Ergste)

**alle Kassen**  
mit ärztlicher Verordnung

Termine auch für Hausbesuche  
gerne nach Vereinbarung

**02304/7510893**



Die Lösung unseres Rätsels in der AS 88 lautet: STERNALER.

Unter den zahlreichen richtigen Einsendungen entschied sich das Los für

Karl-Heinz Halver, Kaiser-Otto-Str. 75, 50259 Pulheim (Buch)

Gerda Kost, Kreuzstraße 10, 58239 Schwerte, (Blumengutschein)

Marlene Jonczyk, Appellohof 6, 58239 Schwerte, (Vase)

Herzlichen Glückwunsch allen Gewinnern!

Als Preise für unser heutiges Rätsel winken:

Ein Buch

Ein Büchereigutschein

Ein Blumengutschein

Einsendeschluss ist der **11. Mai 2010**.

**Achtung! Neue Anschrift:** Schwerter Seniorenzeitung „AS“ Aktive Senioren, **Konrad-Zuse-Straße 4**, 58239 Schwerte.

## Quell- und Nebenflüsse

Aus den nachfolgenden Silben lassen sich zehn Quell- bzw. Nebenflüsse zusammensetzen.

Big -em - en - ge - ge - gen - hön - il - ler - ne - ne - pe - ra - re - ru - scher - strut - tra - un - ve - wer

1. \_ \_ \_ \_ \_
2. \_ \_ s \_ \_ \_ \_
3. \_ \_ \_ \_ \_
4. \_ \_ w \_ \_
5. \_ \_ \_ \_ \_
6. e \_ \_ \_ \_ \_
7. \_ \_ \_ \_ \_
8. \_ \_ l \_ \_
9. \_ \_ \_ \_ \_
10. \_ \_ \_ v \_

Die ersten Buchstaben, von oben nach unten gelesen, ergeben die Lösung des AS-Preisrätsels.

Wilma Frohne

## Impressum

Herausgeber: Stadt Schwerte, Der Bürgermeister  
 Redaktionsanschrift: Schwerter Seniorenzeitung „AS“ Aktive Senioren, Konrad-Zuse-Straße 4, 58239 Schwerte, Telefon und Fax: 02304/ 24 27 26.  
 Internet-Adresse (URL) im „Citynetz-Schwerte“: <http://www.as.schwerte.de>;  
 korrespondierend hierzu die Mail-Adresse: [as@schwerte.de](mailto:as@schwerte.de)  
 Ins Internet gesetzt von: [www.eintrachtschule.de](http://www.eintrachtschule.de),  
 Redaktionsleitung:  
 Horst Reinhard Haake, Westhellweg 23, 58239 Schwerte, Tel./Fax: 02304/13647.

Redaktionsteam:  
 Brigitte Blosen (bs), Ulrike Berkenhoff (ub), Wilma Frohne (wf), H. R. Haake (hrh), Gerhard Kischewski (gk), Heinz Kranefeld (hk/Zeichnungen), Reinhold Stirnberg (rs), Ferdinand Ziese (fz).  
 Layout: Heinz Kranefeld.  
 Die „AS“ wird 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.  
 Satz: Stadtverwaltung Schwerte, Druck: Druckerei des Kreises Unna.  
 Auflage: 4500/5000 Exemplare. Erscheinungsweise: März, Juni, Sept., Dez.  
Redaktionelle Beiträge können nur berücksichtigt werden, wenn sie bis zum Ende des ersten Quartalsmonats bei uns eingegangen sind. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Bücher etc. wird keine Haftung

# Termine



# Termine

## ERGSTE

**Altenbegegnungsstätte**, Kirchstraße 43  
donnerstags, 14.30 Uhr, Seniorentreff, Gymnastik,  
Skatspielen

### Offene Begegnung St. Monika

jeden 3. Mittwoch, 15.30 Uhr, offene Begegnung  
(Beginn der hl. Messe: 15.00 Uhr)

### Altengemeinschaft

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

## GEISECKE

**Altenbegegnungsstätte**, Buschkampweg  
dienstags, 15 Uhr, Seniorentreff

## LICHTENDORF-SÖLDERHOLZ

**Seniengemeinschaft St. Bonifatius**,  
Lambergstraße 32

Treffen: Jeden 3. Donnerstag, 15.00 Uhr  
dienstags von 9-10.30 Uhr Seniorenturnen

## HOLZEN

**Frauengemeinschaft St. Christophorus**,  
Rosenweg 75

07.04. Gottesdienst, anschl. Vortrag  
19.05. Wallfahrt nach Telgte. Abf. Christophorus-Kirche  
12.15 Uhr  
09.06. 15 Uhr Treffen an der Christophorus-Kirche,  
besichtigen der St. Peter-Kirche Hohensyburg, anschl.  
kleiner Imbiss. Für Fahrgelegenheiten wird gesorgt.  
Beginn d. Hl. Messe: Jeweils 15.00 Uhr

### Friedrich-Krahn-Seniorenzentr.

Westhellweg 220  
montags 15.30 Uhr Spielenachmittag  
dienstags 10.00 Uhr Kreativwerkstatt  
freitags 10.30 Uhr Gedächtnistraining  
01.04. 15.30 Uhr Seniorengymnastik  
07.04. 16.00 Uhr Evangl. Gottesdienst  
13.04. 14.30 Uhr AWO-Kaffeeklatsch mit Frühlings-  
singen  
22.04. 15.30 Uhr Seniorengymnastik  
04.05. 14.30 Uhr AWO-Kaffeeklatsch  
06.05. 15.30 Uhr Seniorengymnastik  
13.05. 10.00 Uhr Evangl. Gottesdienst  
16.05. 14.30 Uhr Seniorentanz  
20.05. 15.30 Uhr Seniorengymnastik  
01.06. 14.30 Uhr AWO-Kaffeeklatsch  
02.06. 10.00 Uhr Evangl. Gottesdienst  
10.06. 15.30 Uhr Seniorengymnastik  
24.06. 15.30 Uhr Seniorengymnastik  
21.-25.06. Aktionswoche zur Fußballweltmeister-  
schaft

### Evangl. Paulushaus

Am Lenningskamp 4  
offener Spielenachmittag, Leitung: Herr Rademacher,  
Tel.: 81874

Termine für die nächsten Spielenachmittage:

30.04., 28.05. und 25.06.

Die Treffen beginnen jeweils um 16 Uhr

**Frauenhilfe**, Leitung: Frau Berkenhoff, Tel.: 14646  
14.04. Frau Steinberg (GMZ), Vortrag über Vorsorge-  
vollmacht u.a.

12.05. Feuerwehr informiert über Brandschutz

06.06. Grillen

Treffen in der Regel jeden 2. Mittwoch im Monat von  
15 – 17 Uhr

Themen siehe aktuelle Tagespresse

## SCHWERTE - MITTE

**Ökumenischer Seniorenkreis**, Goethe-Straße 22

19.04. Gespräch mit einer Heilpraktikerin

03.05. Die Polizei, dein Freund und Helfer

17.05. siehe Tagespresse

07.06. siehe Tagespresse

21.06. siehe Tagespresse

Beginn jeweils 14.30 Uhr

### Frauengemeinschaft Hlg.-Geist

Ostbergerstraße

14.04. Singen macht gesund und munter. Frau Elisa-  
beth Biehler kommt mit ihrer Gitarre

12.05. „Der Mai ist gekommen“

18.05. Fahrt zur Bundesgartenschau nach Hemer

09.06. Lichtbildervortrag über Rom mit Evmarie und  
Harald Tomio

(Beginn der Hl. Messe jeweils um 15 Uhr)

### Grete-Meißner-Zentrum

Schützenstraße 10  
montags bis freitags und jeden ersten Sonntag im  
Monat, 11-17.30 Uhr, allgemeine Öffnungszeiten  
Mittagstisch 11.30 bis 13 Uhr täglich  
Kaffee und Kuchen 14.30 bis 17 Uhr tägl.

„Kaffeeklatsch bei Grete“ jeden 2. + 4. Dienstag von  
14.30 bis 16.30 Uhr

Jeden ersten Sonntag im Monat Tanztee mit Instru-  
mentenkreis, 14.30 Uhr

montags: 8.45 Uhr und 15.45 Uhr Gymnastik für Män-  
ner im Rentenalter, Einstieg jederzeit nach Anmeldung

möglich, 10 Uhr Englischkurs für Senioren

dienstags: Handarbeitskreis 15.00 Uhr

donnerstags: Gymnastik für Senioren 10.15 Uhr und  
14.15 Uhr, Singen 16.00 Uhr

freitags: Lesekreis 14.45 Uhr

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 14.30 bis  
16.00 Uhr Seniorentanz, Einstieg nach Anmeldung  
möglich

### Altenkreis Diakonie

Jeden Dienstag von 14.30 -16.30 Uhr, Ltg.: Frau Ibert  
(am 1. + 3. Dienstag im Monat)

### Paul-Gerhardt-Seniorenkreis

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat 14.30 bis 16.30  
Uhr, Leitung: Frau Schmeißer

### Instrumentenkreis

dienstags, 10 Uhr, Probe

## Gesprächskreis für ältere Menschen

jeden 2. Donnerstag im Monat 14.00 bis 16.00 Uhr

## Gesprächskreis f. pfleg. Angehörige

Treffen jd. letzten Montag im Monat von 17-19 Uhr

## Altenbegegnung der AWO

Kleppingstraße 4 (Gesundheitsamt) 1. Etage  
montags von 9.30 – 11.30 Uhr Handarbeiten  
dienstags 14.30 Uhr Frauengruppe und jeden Mittwoch,  
14 Uhr, Skatclub

15.04. Theaterfahrt „Julius Cäsar in Ägypten“

20.04. 15 Uhr Jahreshauptversammlung im Treffpunkt  
Kleppingstr.

18.-27.06. Schwarzwald-Urlaub in Oberharmersbach  
„Hotel Bären“. Es sind noch einige Plätze frei, bitte  
bei Herrn Michael melden (Tel.: 15368)

## Klara-Röhrscheidt-Haus

Ostbergerstraße 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 16.00 Uhr

## Konzertgesellschaft Schwerte

15.04. 20 Uhr „Calmus-Ensemble“ aus Leipzig in der  
Volksbank Schwerte

09.05. 11 Uhr II. Klavierrecital „Sternstunden am  
Bösendorfer“ mit Yuya Tsuda in der Rohrmeisterei

28.05. 20 Uhr Opern-/Operettenkonzert in der  
Rohrmeisterei

08.07. 20 Uhr Kammerkonzert mit Andreas Kißling  
(Flöte) und Andreas Hering (Klavier) in der Rohr-  
meisterei

## Musikschule Schwerte

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

donnerstags 9.30 - 11.00 Uhr Chorprobe „Can-  
tiamo“

28.05. 19 Uhr Treppenhauskonzert, Musikschule  
VHS, Am Markt 11

11.04. Vogelkundliche Wanderung Bürenbruch Süd

15.04. Ayurveda – Wissen vom langen und gesunden  
Leben

25.04. Vogelkundliche Wanderung Elsebachtal

28.04. Was wird mit meinem Erbe?

29.05. Bücherflohmarkt

## Kath. Akademie

Bergerhofweg  
über Kurse und Tagungen informiert das Halbjahres-  
programm, das man anfordern kann bei Katholische  
Akademie, Bergerhofweg 24, 58239 Schwerte, Tel.:  
02304/477-0, Fax: 02304/477-599, e-mail: [info@akademie-schwerte.de](mailto:info@akademie-schwerte.de), <http://www.akademie-schwerte.de>

## BARMER Schwerte

Brückstraße 3, Tel. 22062  
Rentenberatung jeden 2. Donnerstag im Monat.  
Telefonische Anmeldung erforderlich!

# Termine



# Termine

## **BSW Seniorengruppe, Rathausstr. 33**

Treffen jeden letzten Dienstag im Monat um 15 Uhr  
in der Gaststätte „Zum Rathaus“

Fahrten siehe Aushang (bei der Betreuungsstelle und  
Sparda-Bank)

(Für Fahrten, Vorträge und Feste wird ein Unkosten-  
beitrag erhoben)

## **SOZIALVERBAND DEUTSCHLAND e.V.**

ehemals REICHSBUND, gegr. 1917, Eintrachtstr. 10

Tel.: 12552, Sprechstunde: Montags 9 - 12.30 Uhr  
jeden ersten und dritten Montag im Monat Rechtsbe-  
ratung, 9 - 12.30 Uhr

jeden letzten Montag im Monat Vorstandssitzung um  
16 Uhr in der Geschäftsstelle

jeden 4. Donnerstag im Monat ab 15.30 Uhr geselliges  
Beisammensein der Mitglieder des SoVD in der Eisdielen  
Mattiuzzi, Gäste sind herzlich willkommen

## **SGV-Seniorenwandergruppe**

alle 14 Tage donnerstags, 13.45 Uhr Treffpunkt: s.  
Tagespresse

## **VdK-Ortsverband Schwerte,**

Eintrachtstr. 10, Tel.: 81919 (Herr Rösicke)

jeden 1. + 3. Dienstag im Monat Sprechstunde, 15  
- 16 Uhr

## **Projektgr.Schlaganfallgeschädigter, Schwerte**

freitags, 16 Uhr Marienkrankenhaus (Gymnasti-  
kraum); Kursleiterin: U. Hegewald-Bittner

## **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, 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, 14.00 Uhr für Freunde des Skatspiels

donnerstags, 14 Uhr, für Kaffeeliebhaber und Bin-  
gospieler

freitags, 17.30 Uhr, Treffen für alle bei Musik, Spiel  
und Unterhaltung

Infos bei Angelika Wiggeshoff, Tel.: 591307 oder Siegrid  
Bartelmeß, Tel.: 67859

---

**Wir sind auf die Mitteilungen der einzelnen In-  
stitute angewiesen, daher besteht keine Gewähr  
auf Vollständigkeit und Richtigkeit der Angaben.  
Redaktionsschluss für Termine: 18. Mai 2010**