



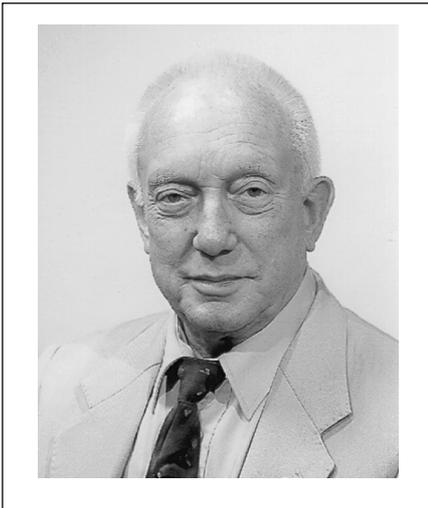
Aktive Senioren

**Das Magazin
für Schwerte**

**14. Jahrgang
Ausgabe 56
September 2001**



- **Schwerter Eisenbahngeschichte: Kulturleben der Eisenbahner 1921 - 1939**
- **Bevor die Märker kamen II. Die Ezzonen und ihre Erben**
- **Klassentreffen**
- **Eine lohnenswerte Anschaffung**
- **„Grüne Damen“**
- **Herzkönig und Pflaumenkuchen**



Was ich noch sagen wollte. . .

Die Druckerschwärze unserer vorherigen Ausgabe war noch nicht ganz trocken, als mich die Nachricht vom plötzlichen Tod unseres einstigen Redaktionsmitgliedes Gebhard Oeser erreichte. Er starb am 24.05.2001 im Alter von 88 Jahren nach einem reich erfüllten Leben, in dem das soziale Engagement einen wesentlichen Platz einnahm. Er setzte sich ein zum Wohl unserer Stadt, half aber auch selbstlos einzelnen Bürgern bei der Bewältigung ihrer Probleme. Ich lernte ihn persönlich kennen in den 60er Jahren, bei unserer gemeinsamen Tätigkeit in städtischen Ausschüssen und im Rat unserer Stadt. Wir gehörten zwar nicht der gleichen Couleur an, doch war er stets ein fairer Kontrahent, der mir sogar eines Tages das vertraute „Du“ anbot. Gebhard war einer der ersten, die ich 1988 für unsere ehrenamtliche Redaktionsarbeit und bald auch für meine Stellvertretung als Redaktionsleiter gewinnen konnte. Ständig bestrebt, durch freiwillig gestellte Aufgaben sein Leben mit Sinn zu erfüllen, hat er sich sehr lange körperlich und geistig erstaunlich fit gehalten. Bis Ende 1997, seinem 84. Lebensjahr, nahm er noch an unseren Redaktionssitzungen teil. Doch nach dem Tode seiner Gattin im Jahr zuvor spürten wir, dass es ihm sichtlich schwerer wurde. Wir haben in der Redaktion seine sachliche Kritik sehr vermisst und sein plötzlicher Tod bewegt uns jetzt sehr.

Nun vollenden wir in diesem Jahr schon den 14. Jahrgang unserer „AS“, doch diese Zeit ist uns allen wie im Fluge vergangen. Ich wüsste niemanden in unserem kleinen Kreis, dem die hier gestellten ehrenamtlichen Aufgaben

nicht Freude bereiten würde, selbst, wenn er dabei manchmal stark gefordert wird. Und niemand resigniert, wenn wir im ständigen Existenzkampf mit dem strapazierten städtischen Haushalt uns bewähren müssen. Wir wollen ja mit unserer Zeitung den Bürgern unserer Stadt einen Dienst erweisen, Sprachrohr nicht nur der Älteren sein, wichtige Ereignisse und historische Begebenheiten wachrufen und für spätere Generationen festhalten. Darum arbeiten wir an unserer „AS“ voller Hingabe und erwarten und betrachten jede Neuausgabe wie ein Neugeborenes. Ich glaube, das muss wohl auch im Inhalt und in der Gestaltung der „AS“ zum Ausdruck kommen, wie anders sollte ich sonst die so lange anhaltende positive Resonanz aus Leserkreisen, regional und überregional, deuten.

Wir danken allen, die uns die Treue halten, den Lesern und denen, die in Rat und Verwaltung, trotz angespannter Finanzlage den Fortbestand der „AS“ gewähren. In diesem Zusammenhang gebührt den Firmen ein besonderer Dank, die uns durch ihre Inserate helfen und den Entscheidungsgremien die alljährliche Zustimmung erleichtern. So haben alle Beteiligten dazu beigetragen, dass mit der „AS“ eine über nahezu eineinhalbes Jahrzehnt währende ehrenamtliche Arbeit nicht vergebens gewesen ist und wir hoffen, dass sie auch weiterhin für viele Menschen gute Früchte bringen wird.

Idealismus, selbstloses Engagement, Ausdauer, Stehvermögen, Freude am Geschaffenen, das sind einige der wichtigsten Voraussetzungen für den Fortbestand einer jeden guten Sache. Wir finden das in unserer Stadt in vielen freiwilligen Aktionen bestätigt. Darauf habe ich schon in der vorherigen Ausgabe hingewiesen. Und das werde ich auch über das „Internationale Jahr der Freiwilligen“ hinaus weiter tun, denn jedes zarte Pflänzchen des „Ehrenamtlichen“, in einer Welt voller Egoismus, bedarf unser aller besonderen Pflege, wenn wir nicht im übertriebenen Materialismus ersticken wollen. Wir müssen wieder lernen, solche Keimlinge mit den richtigen Augen zu erkennen, damit sie nicht unachtsam zertreten, sondern gepflegt werden können. Wie manch einer ist da zum Helfen bereit, weiß jedoch nicht, wo und wie er es in unserer hektischen Gesellschaft beginnen soll. Es ist gut, dass zu diesem Zweck in

unserer Stadt eine „Börse“ ins Leben gerufen worden ist, in der Suchende und Helfende vermittelt werden. Wir sollten alle dazu beitragen, dass diese Institution mit Leben erfüllt wird.

Der starken Nachfrage gehorchend entstand vor Jahren in Iserlohn eine Einrichtung, die auf einer großen Fläche viele Produkte zeigt, die älteren und behinderten Menschen das Leben erleichtern helfen. Sie ist beispielhaft und erfreut sich großen Zuspruchs.

Es ist eine alte Weisheit, dass die Not erfinderisch macht, neue Wege entdecken hilft und Perspektiven erweitert. Das fand ich wieder einmal bestätigt, als ich erfuhr, dass es in unserer Stadt demnächst auch ein Angebot von Gegenständen geben wird, die speziell behinderten Menschen das Leben erleichtern helfen. Die Initiative kommt von der Mutter eines schwer behinderten Kindes, die ihre Not zu einer Tugend gemacht hat. Sie will die in jahrelanger schwerer Fürsorge für ihr Kind entdeckten hilfreichen Geräte auch anderen Leidensgenossen anbieten und ihre gewonnenen Erfahrung weitergeben. Zu solch einem freiwilligen Sprung in den unerbittlichen Bereich des kaufmännischen Wettbewerbs, neben der schweren Aufgabe, ein stark behindertes Kind zu pflegen, gehört eine große Portion Mut.

Es wäre gut, wenn solch mutige Aktionen noch viele Nachahmer finden würden. *Horst Reinhard Haake*

Vom plötzlichen Heimgang unseres einstigen Redaktionsmitgliedes

Gebhard Oeser

sind wir sehr betroffen.

Seit dem Entstehen der „AS“ im Jahre 1988 bis einschließlich 1997 gehörte er unserem Redaktionsteam an und er war ein vorbildlicher Streiter für den Fortbestand und Ausbau der „AS“. Sein kollegiales Verhalten und seine sachliche Kritik halfen uns oft schwere Zeiten zu bestehen.

Wir vermissen Gebhard Oeser und werden ihm ein ehrendes Gedenken bewahren.

In Dankbarkeit und Trauer
das AS-Redaktionsteam

„Senioren –

Verhungern im Schlaraffenland?“

Die Innungskrankenkasse Schleswig-Holstein gibt unter dem reißerischen Titel „Senioren - Verhungern im Schlaraffenland?“ Tipps für eine gesunde Ernährung. Die Informationen sind nicht nur für Menschen zwischen Husum und Kiel von Interesse, sondern auch für unsere Leser.

Eine gesunde, ausgewogene Ernährung ist der Grundstein für einen gesunden Körper. Gerade ältere Menschen ernähren sich jedoch selten richtig. Die Gründe sind vielfältig: Sie reichen vom nachlassenden Geschmackssinn über Kauprobleme (11 % der Männer und 19 % der Frauen über 60 leiden daran) und Schluckbeschwerden, Schwierigkeiten mit dem Gebiss, Verdauungsprobleme, Appetitmangel auf Grund von Medikamenteneinnahme bis hin zu seelischen Problemen und sozialer Isolation. Die Zahlen aus Kliniken und Pflegeheimen zeigen das Problem überdeutlich: Über 80 Prozent der älteren dort behandelten bzw. gepflegten Menschen sind mangelernährt. Mangelernährte Menschen zeigen eine allgemeine Körperschwäche: Das Infektionsrisiko steigt, Wunden heilen schlechter und chronifizieren oft, die Sterblichkeit ist erhöht. Es wird zudem überdurchschnittlich viel Muskelgewebe abgebaut (normal ist im Alter ein Abbau von 4-6 kg); damit steigt das Risiko für Stürze und Knochenbrüche. Durch das zu wenige Trinken - statt der empfohlenen 2-2,5 Liter pro Tag sind es meist nur 0,7-1 Liter, wenn nicht noch weniger - drohen schwerwiegende gesundheitliche Folgen wie Nierenbeschwerden bis hin zu lebensgefährlichen Durchblutungsstörungen.

(Anmerkung der Redaktion: Größere Flüssigkeitsmengen sind aber nicht für Menschen mit eingeschränkter Nierenfunktion und/oder Herzinsuffizienz zu empfehlen.)

Ergänzungen:

Im Alter nimmt zwar der Energiebedarf ab, der Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen, Flüssigkeit, Eiweiß, Ballaststoffen und Kohlenhydraten bleibt jedoch gleich bzw. steigt sogar. Beispiele, auf die bei der Ernährung im Alter geachtet werden sollte:

- Unbedingt notwendige Vitamine sind die Vitamine A, C und E; unbedingt ausreichend zu sich nehmen sollte man den Mineralstoff Zink. In be-

stimmten Fällen können auch Ergänzungen angebracht sein. Informationen, warum man was benötigt, machen es leichter, sich für eine Ernährungsumstellung zu entscheiden.

- Bei Eiweißmangel sind besonders das Immunsystem und das Knochen- system betroffen: Das Infektionsrisiko ist erhöht, es kommt leichter zum Wundliegen, dem sog. Dekubitus; Knochenfrakturen treten häufiger auf; die Wirksamkeit von Medikamenten kann herabgesetzt werden.
- Beim Würzen von Gerichten sollte man das nachlassende Geschmacksgefühl berücksichtigen und etwas stärker sein. Frische Kräuter eignen sich dafür am besten. Auch auf eine ausreichende Salzaufnahme sollte geachtet werden: Das Durstempfinden bei Senioren lässt nach - wenn man dazu noch zu wenig Salz aufnimmt, wird der Durst

noch weiter unterdrückt. Experten raten deshalb zumeist von einer salzarmen Kost im Alter ab.

- Ausreichend trinken: Jeder Mensch sollte pro Tag mindestens 1,5-2 Liter Flüssigkeit und dazu 1 Liter aus Lebensmitteln zu sich nehmen. Insbesondere Senioren halten sich oft nicht einmal annähernd an diese Regel. Einige von ihnen schaffen es gerade so, ihren Körper nicht verdursten zu lassen. Säfte sind dabei von ihrer Eignung zur gesunden Ernährung her unterschiedlich zu bewerten: 1 Liter Limonade enthält neben 850 g Wasser beispielsweise 39 Stück Würfelzucker und ½ Apfelsine, 1 Liter Fruchtsaftgetränk 26 Stück Würfelzucker und 1 Apfelsine, 1 Liter Nektar 13 Stück Zucker und 5 Apfelsinen, 1 Liter Fruchtsaft enthält den Saft von 15 Apfelsinen - ohne Zucker- und Wasserzusatz.

Achtung bei Alkoholgenuss: Sturzgefahr! Auch wenn häufig zu lesen ist, dass beispielsweise in Maßen genossener Rotwein gut für das Herz sein soll: Die dafür verantwortlichen pflanzlichen Inhaltsstoffe sind ebenso in Traubensaft, anderen Obstsorten, Gemüse und Leinsamen enthalten.

(IKK Schleswig-Holstein)

„Grüne Damen“

In Schwerte gibt es ca. 60 „Grüne Damen“, aber nur ein Mann ist dabei!!!

Die „Grünen Damen“, die sich in einem der beiden Schwerter Krankenhäuser zur Verfügung stellen, um den Kranken Dienste zu erweisen oder nur zuzuhören oder denen auch etwas erzählen wollen, haben **nur einen Mann** in ihren Reihen. Warum eigentlich??? Es gibt doch so viele Männer, die (z.T. frühzeitig) aus dem Arbeitsleben ausgeschieden sind und damit über die notwendige Zeit - ein Vormittag pro Woche - verfügen.

Allerdings muss man bereit sein, sich an diesem Vormittag ganz den Kranken und ihren Wünschen und Bedürfnissen zu öffnen. Ganz unterschiedliche Wünsche gibt es da: Die einen wollen eine Zeitung, die anderen brauchen irgendetwas aus der Stadt, wieder andere wollen nur, dass man ihnen zuhört, wieder andere wollen, dass man ihnen aus der Welt draußen oder zu einem anderen Thema etwas erzählt, und wieder andere wollen über ein bestimmtes Thema gerne diskutieren. Kam ich z.B. in ein bestimmtes Zimmer, erwarteten die Patient-

innen immer, dass ich mindestens einen Witz erzählte.

Entscheidend ist, dass es nicht auf mich ankommt, sondern auf die Wünsche und Wertigkeiten der Patienten. Dies möchte ich an einem Beispiel aus der Praxis verdeutlichen:

Ein älterer Herr, am Vortag eingeliefert, macht einen bedrückten Eindruck. Ich fragte, ob ich ihm helfen oder etwas für ihn tun könne, dann kam erst nach einigem Zögern heraus, dass er seine Seifendose vergessen hatte. Darüber ärgerte er sich. Bei Seifenplatz holte ich ihm eine neue für DM 1,99 und er war selig. Jetzt war er zufrieden und erleichtert. Ich gebe zu, dass mir persönlich so eine Seifendose egal wäre, aber darauf kam es nicht an. Wer gesehen hätte, wie sich dieser Patient über diese Seifendose gefreut hat, weiß, was ich meine mit dem Satz: **NUR** seine Wünsche sind wichtig.

Wenn ich nun andere Männer anspreche, ob sie nicht auch diesen Dienst machen wollen, kommt als häufigster Grund der Ablehnung: Dann komme ich zu häufig mit Krankheiten in Berührung und das würde mich seelisch belasten.

Nach über 7-jähriger Erfahrung sage ich: Es ist genau umgekehrt!!

Seit ich weiß, welche Krankheiten ich haben könnte, geht es mir persönlich viel besser. Ich bin zufriedener geworden und meine eigenen Blessuren und Wehwehchen nehme ich nicht mehr ganz so wichtig!!!

Der Vollständigkeit wegen sollte noch erwähnt werden, dass wir auch der Schweigepflicht unterliegen.

Es wäre schön und wünschenswert, wenn durch diesen Artikel sich weitere Männer für diesen Dienst interessieren würden. Wer möchte, kann ein- oder zweimal zur Probe mitgehen, damit man sich selbst ein Bild machen kann. Wer mit mir gehen möchte - dienstags im Marienkrankenhaus, Station 2 A - kann mich anrufen (Tel. 43263) und wir verabreden uns.

Es wäre Klasse, wenn demnächst außer mir noch andere Männer beim Eintritt ins Krankenzimmer sagen würden:

Ich bin zwar keine „Grüne Dame“, aber ich gehöre dazu.

Peter Kirchhausen, Schwerte



Leserbriefe

Hallo, Frau Frohne!

Hier nun mein Vorschlag an die Redaktion der AS:

„Alle reden davon, **etwas neues**, **„Senioren ins Netz“**. Ganz anders in Schwerte, denn da läuft das Projekt des „Eintracht-Internet-Stübchen“ der Eintrachtsschule-Hauptschule nun schon im dritten Jahr seit 1998.

In dieser Zeit haben die Schülerinnen und Schüler der Projekt-Gruppe 12 Ausgaben der AS-Seniorenzeitung als Internet-Ausgabe ins Netz gesetzt und als besondere Aktion drei Kurse in Textverarbeitung und Einführung ins Internet mit den Senioren durchgeführt. Eine spannende und erfolgreiche Arbeit, die von den „Stadtwerken Schwerte“ initiiert und gesponsert und im Frühjahr mit einem Besuch des WDR Köln abgerundet worden ist.

Dieses Projekt soll im kommenden Schuljahr verstärkt fortgesetzt werden: Die AS-Senioren-Zeitung wird von der 55ten Ausgabe als sogenannte „pdf-Datei“ unter der bekannten Adresse ins Internet gesetzt, erscheint dort also in der gleichen Ansicht wie die Druck-Ausgabe, allerdings ohne Reklame.

Das spart Zeit für den zweiten Teil des Schülerprojektes:

Das offene „Senioren-Internet-Stübchen“:

soll heißen: ab Montag, den 22. Oktober 2001, in der Zeit von 15.30 - 17.00 Uhr, - oder länger? -, bietet die Projektgruppe interessierten Senioren/Innen und die sich dafür halten das „Eintracht-Internet-Stübchen“ als Treffpunkt für das Surfen und Chatten im Internet an, wobei sich auch jeder dort eine e-mail Adresse einrichten - lassen - kann.

Unsere Masterschüler und Helfer stehen an Ihrer Seite und bieten gleichzeitig einen Einführungskurs an.

Also kein Kurs, - oder doch? -, sondern offenes Angebot für alle interessierten von „AS“ angesprochenen Senioren!

Mit freundschaftlichem Gruß,

für das „eins-Team“,

Michael Kämpfer



Schon 280 Internet-Cafés für Ältere in NRW

Senioren drängen ins Internet

Zunehmend mehr Senioren entdecken das weltweite Datennetz für sich. Wie Älteren der Einstieg ins Internet erleichtert werden kann, darüber diskutierten knapp 300 Teilnehmer bei „Doppelklick - Senioren drängen ins Internet“ am 30. November 2000 in Wuppertal.

„Nicht von gestern“

„Der Wunsch, mit den Kindern und Enkeln über ‚Surfen‘, ‚Chatten‘ und ‚Online-sein‘ mitreden zu können, ist eines der Hauptmotive, warum sich Ältere zunehmend mehr mit dem Internet auseinandersetzen“, so Gottfried Paul-Roemer, Bildungsexperte im Senioren-OnLine-Team.

Immer noch gibt es aber viele Barrieren, die Ältere davon abhalten, das Internet und seine Möglichkeiten kennen zu lernen: fehlende Gelegenheiten, Angst vor Technik und zu viele englische Fachausdrücke.

Die bestehenden Hemmschwellen abzubauen ist ein Anliegen der nordrhein-westfälischen Landesregierung. „Die ältere Generation darf auf dem Weg in die Informationsgesellschaft nicht verloren gehen“, betonten Ministerialrat Peter Fettweis und Ministerialdirigent Dr. Albert Harms vom Ministerium für Frauen, Jugend, Familie und Gesundheit des Landes Nordrhein-Westfalen. Das NRW-Familienministerium hat deshalb im vergangenen Jahr im Rahmen des Senioren-OnLine-Projektes ein einmaliges Sonderprogramm aufgelegt. Mit den Fördermitteln werden zurzeit bereits bestehende Internet-Cafés erweitert und neue geschaffen. Neben den vom Land geförderten Einrichtungen existieren in NRW aber noch weitere Internet-Bildungsangebote für Ältere, die ohne Landesmittel arbeiten. Insgesamt hat SOL 280 Internet-Cafés für Ältere in NRW registriert. Über die Adressen informiert die SOL-Hotline (Telefon 0800/1008017). Außerdem sind alle Internet-Schulungsangebote in NRW auch unter der Rubrik „Bildung“ unter www.senioren-online.net im Datennetz zu finden.

Neben Internet-Cafés sind spezielle Schulungsangebote für Senioren wich-

tig, die den Einstieg ins weltweite Datennetz erleichtern. Deshalb entwickelte SOL spezielle Unterrichtsmaterialien für seniorengerechte Schulungen. Die ersten entworfenen Unterrichtsmaterialien werden auf der SOL-Homepage (www.senioren-online.net) unter dem Bereich „SOL Projekte“ zum Herunterladen angeboten.

Neues bei www.senioren-online.net:

- **Themenschwerpunkte im Online-Magazin:** Sechs Mal im Jahr beschäftigt sich SOL ausführlich mit Themen, die Senioren besonders interessieren.

- **Experten-Forum:** Ein Experte beantwortet im SOL-Forum Fragen zum jeweiligen Themenschwerpunkt und steht für Diskussionen zur Verfügung.
- **SOL-Informationsdienste:** Wöchentliche kostenlose Newsletter informieren über alle SOL-Magazinartikel und Link-Tipps.
- **Merkblätter:** Einmal im Monat gibt es hilfreiche Tipps und Tricks rund um den Computer und das Internet.
- **Terminkalender:** Hier kann jede(r) Veranstaltungshinweise eintragen ohne spezielle Kenntnisse haben zu müssen. (pro Alter)

Wie sich doch die Zeiten ändern

Meine Enkelin sah im zweiten Stock aus dem geöffneten Küchenfenster zu mir herunter in den Garagenhof und ich rief:

„Willst du mit zur Post?“

„Wenn du auf dem Rückweg einen Umweg fährst?“

Kaum im Auto, fragte sie:

„Kaufst du mir zwei helle Käsebrötchen?“

„Wieso zwei?“ erkundigte ich mich.

„Weißt du, wie teuer die sind?“

„Ja. Dafür will ich dann auch kein Einkaufsgeld haben.“

„Einverstanden“, antwortete ich.

Einkaufsgeld war früher, wenn wir beide zusammen einkaufen gingen, im Sommer ein Eis und im Winter Schokolade. Da die Kurze manchmal süße Wünsche hatte, die nicht im Geschäft sondern nur am Kiosk erfüllt werden konnten, einigten wir uns auf Auszahlung des Betrages, das „Einkaufsgeld“.

Von der Post fuhren wir also zum Supermarkt. Die Kurze wollte sich dort von Barbie den Ken mit Baby, Bruder Timmy, Negerküsse und Katzenpfötchen holen.

Wir parkten neben einem Staudenbeet, das den Platz mit den angekettenen Einkaufswagen schmückte. Jana kletterte über die Absperrung und besorgte einen Wagen.

„Jetzt kriege ich sofort ein Käsebrötchen, ja Oma?“

„Und dann damit ins Geschäft gehen?“

„Das mache ich immer. Die sagen

auch nichts dagegen.“

Sie kaufte öfter mit ihrer Mama hier ein, kannte also den Betrieb und ich hoffte, daß uns wirklich niemand wegen der Esserei im Laden anspräche.

In der Spielwarenabteilung hatten wir Glück, bekamen den letzten Ken mit Baby und schoben mit ihm zusammen weiter zur Elektroabteilung.

„Wo haben die denn bloß die Sprudelbereiter hingepackt?“

„Soda-Streamer kannst du hier nicht kaufen“ klärte mich Jana auf.

„Warum nicht?“

„Dafür gibt es ein besonderes Geschäft in der Stadt. Dort kann man dann auch die Ersatzpatronen kriegen.“ Sie mußte es wissen, denn sie haben so einen Apparat.

An den Gondeln für Getränke blieb Jana wieder stehen.

„Oma, hast du irgendeinen Saft zu Hause?“

„Ja.“

„Vielleicht Lieblingssaft?“

„Ja.“

„Kann ich welchen haben?“ Ich nickte und sie erklärte:

„Jetzt geht der Sommerdurst wieder los. Ich habe mir eine neue Trinkflasche gekauft und möchte sie gern ausprobieren.“

„Wir könnten ja Ice-Tea mitnehmen“, schlug ich vor.

Begeistert kurvte Jana in den Seitengang und suchte nach ihrer Ice-Tea Sorte.

Danach legte sie für mich noch bunte Nudeln, Weintrauben und Studentenfutter in den Wagen..

Bei den Süßigkeiten verschwand Jana zwischen den Gondeln. Ich bog auch in den Seitengang ein, konnte sie aber, obwohl wir beide groß sind, über die gestapelten Waren hinweg nicht sehen. Dreimal bin ich die Gänge entlang gefahren, ohne sie zu finden. Danach blieb ich vor dem Wandregal stehen, dachte:

„Das Kind ist doch schon groß!“ und erinnerte mich an die Zeit, in der sie im Einkaufswagen gefahren wurde.

„Oma!“

„Hier!“, stieß ich hervor und erschreckte eine junge Frau beim Ausschauen ihrer Bonbons. Jana packte ihre Leckereien in den Wagen und wir fuhren zum Ausgang.

Die Kassiererinnen unterhielten sich und während ich meine Waren bei Kasse drei hinlegte, sortierte Jana ihre Sachen auf das Transportband von Kasse vier. Am Packtisch steckte sie Ken mit Baby zu den anderen Sachen in meine Tasche. Früher hätte sie auf dem Weg zum Auto und während der Fahrt schon gespielt, aber heute...

„So, jetzt noch Sprudel“, sagte ich, sah über den großen leeren Parkplatz und entschied, das Auto zum Getränkemarkt mitzunehmen. Jana brachte den Einkaufswagen weg, kletterte zurück wieder über die Absperrung und kaute dabei an ihrem zweiten hellen Käsebrötchen.

Am Getränkeshop parkten wir fast vorm Eingang.

„Und wo sind jetzt die Einkaufswagen?“

„Da hinten.“ Jana zeigte in die Richtung, aus der wir gerade gekommen waren.

„Was?“, fragte ich entsetzt. „Hilfst du mir tragen? Zu zweit schaffen wir es ohne Schwierigkeiten.“

„Klar, mach' ich.“ Wir suchten meine Sprudelsorte, nahmen den Kasten zwischen uns und stellten ihn an der Kasse ab. Während ich das Wechselgeld ins Portemonnaie steckte, schnappte Jana sich den Kasten und ging allein damit los.

„Warte“, rief ich, „er ist zu schwer für dich allein.“ Sie sah sich um und sagte: „Für mich nicht“ und etwas leiser, „bloß für dich, Omachen.“ (Wilma Frohne)

Bevor die Märker kamen

Aus der Vorgeschichte der Grafen von Altena-Mark und Isenberg
und der Entstehung der Grafschaften Mark und Limburg

Teil II: Die Ezzonen und ihre Erben

Die in dieser Reihe vorgestellten Genealogien und Historien sind ein Extrakt und basieren, auf Grund der lückenhaften Urkundenlage, im wesentlichen auf logischen Schlussfolgerungen und Indizienketten der im Anhang aufgeführten Autoren der benutzten Quellen. Der interessierte Leser kann sich dort umfassend und weitergehend informieren.

Die Ehe des Pfalzgrafen Ezzo (* um 955, + 1034) und der Kaisertochter Mechthild (* um 978/79, + 1024) war äußerst fruchtbar. Drei Söhne und sieben Töchter sind ihr entsprossen. Ezzos ältester Sohn Ludolf (* um 992, + 1031), der „Colon. archiep. legionis signifer“, der Führer des erzbischöflich-kölnischen Heerbanes und Vogt von Brauweiler, erhielt von Ezzo Burg und Herrschaft Waldenburg, das Gebiet um Attendorn, Drolshagen und Olpe. Vermutlich war er auch zum Nachfolger des Vaters im Pfalzgrafenamte ausersehen. Er starb jedoch noch vor dem Vater, am 10.4.1031, und wurde in Brauweiler bestattet.

Waldenburg gelangte über seine einzige überlebende Tochter Adelheid (1059), aus der Ehe mit Mathilde von Zütphen, über die Grafen von Zütphen an die Grafen von Kalvelage - Ravensberg und später an die Grafen von Sayn. 1247 erwarb Erzbischof Konrad von Hochstaden die Herrschaft, das spätere Amt Waldenburg, für das Erzstift Köln.

Ludolfs Sohn Kuno/Konrad, 1031 Vogt von Brauweiler und seit 1049 Herzog von Bayern, überwarf sich mit Kaiser Heinrich III. und wurde 1053 abgesetzt. Er starb 1055 im Exil in Ungarn. Erst 1074 wurden seine Gebeine von Erzbischof Anno II. nach Köln überführt und im Mariengradenstift (St. Maria ad gradus - Maria zu den Stufen) beigesetzt.

Ezzos zweiter Sohn Otto (* um 993/94), seit 1034 Pfalzgraf von Lothringen und Graf im Deutzgau (und im Hatterungau?), erbte die Lürwaldbesitzungen. 1045 wurde er von Kaiser Heinrich III. zum Herzog von Schwaben ernannt. Daraufhin entsagte er der Pfalzgrafwürde zugunsten seines Vettters Heinrich II., dem Sohn des Ezzobruders Hermann gen Ezelin. Unter ihm erlebte das Haus der Ezzonen seine Götterdämmerung. Herzog Otto von Schwaben starb jedoch nach nur zwei Jahren, am 7.9.1047 auf der Tomburg und wurde in Brauweiler bestattet.

Aus Ottos Ehe mit einer Gräfin von Egisheim, der Schwester des Bischofs Bruno von Toul, des späteren Papstes Leo IX. (1049 - 1054), kennen wir nur die Tochter Richeza III., die Haupterin der sauerländischen Güter. Nach Kimpen muss zumindest noch eine weitere Tochter Ottos und der Egisheimerin gelebt haben, die mit einem Grafen Goswin (+ 1065) verheiratet gewesen sein soll¹⁾. Aus dieser Ehe seien die Grafen von



Ruine des Bergfrieds der Waldenburg.

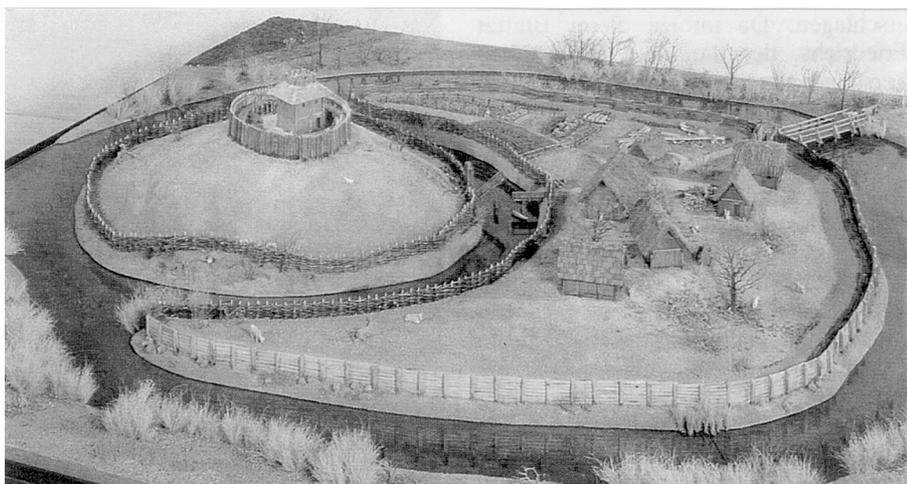
Hochstaden hervorgegangen; Beginnend mit dem Brüderpaar Gerhard I. (1074 - 1109) und Hermann III. von Hochstaden, dem Erzbischof von Köln (1089 - 1099), denen wir wieder begegnen werden. Da sich beide Brüder nach der Burg Hochstaden benannten, muss diese schon dem Vater gehört haben. Als Ursitz der Hochstaden gilt aber die Burg Husterknupp bei Grevenbroich-Frimmersdorf a.d. unteren Erft. Demnach wäre Graf Goswin, der Vater der Brüder, zuvor der Herr von Husterknupp gewesen, der nach seiner Vermählung mit der

Richezaschwester in den Besitz von Hochstaden gelangte und es zum Wohnsitz seiner Familie machte.

Ezzos dritter Sohn Hermann wurde 1036 von Kaiser Conrad II. (1024 - 1039) zum Kölner Erzbischof ernannt. Ein enger Mitarbeiter Kaiser Conrads und Kaiser Heinrichs III. (1039 - 1056), ernannte ihn dieser 1047 zum Erzkanzler des Reiches in Italien. 1049 wurde er Erzkanzler der römischen Kirche. 1052 bestätigte ihm sein Schwager Papst Leo IX. das Recht der Kölner Erzbischöfe zur Krönung der Deutschen Könige. So setzte Hermann II. 1054 dem sechsjährigen Sohn Kaiser Heinrichs, Heinrich IV., die Krone aufs Haupt.

Erzbischof Hermanns II. hervorstechendste Eigenschaft, wie auch die seiner geistlichen Schwestern, war die außergewöhnliche Baufreudigkeit der Ezzonen, welche die spätottonisch-früh-salische Baukunst um die Mitte des 11. Jhdts. entscheidend geprägt haben. So errichtete er 1036 - 1043 den Neubau von St. Severin vor den Toren Kölns und 1040 - 1050 das Cassiusstift, den Kernbau des Bonner Münsters, innerhalb der „Immunität Verona“, der Keimzelle des mittelalterlichen und heutigen Bonn.

Nicht minder rührig im Kirchenbau waren Hermanns Schwestern, Äbtissin Adelheid (St. Gertrudis in Nivelles, um 1046); Fürst-äbtissin Theophanu (Stiftskirche St. Cosmas und Damian in Essen, um 1040 - 1055); Äbtissin Heilwig (St. Quirin zu Neuß, um 1050); Äbtissin Mathilde (Stift Villich bei Bonn und Stift Dietkirchen im ehem. röm. Legionslager „Bonna“, um 1020 - 1050); Äbtissin Ida (St. Maria im Kapitol zu Köln, um 1030 - 1065); sowie Richeza II. (Neubau von Brauweiler, um 1048 - 1061), den auch Hermann II. ab 1051 besonders förderte. Daneben plante er bereits die Errichtung des Mariengradenstiftes an der Rheintreppe des Kölner Domes, das aber erst unter seinem Nachfolger Anno II. (1056 - 1075) realisiert wurde. Von der siebten Ezzotochter Sophia, Äbtissin von St. Maria in Mainz und Gandersheim (1027 - 1045) ist kein Kirchenbau bekannt. Erzbischof Hermann II. starb am 11.11.1056 und wurde im Kölner Dom beigesetzt. Portraits der Ezzosöhne Ludolf, Hermann II. und Otto, nebst ihrer Mutter Mechthild finden wir in



Modell der Burg Husterknupp, Stammsitz der Grafen von Hochstaden.

der Stammtafel der „Kölner Königschronik“ von 1199.

Die Ezzotochter Richeza II. (* um 995/96, + 1063), die „Primogenita“ und Erbin der ezzonischen Besitzungen in Thüringen (um Coburg, Saalfeld und dem Orlagau), sowie der Hofbesitzung Klotten a. d. Mosel, heiratete 1013 König Miesco II. von Polen (+ 1034). Nachdem ihr Mann 1033 von Kaiser Conrad II. gezwungen wurde, die polnische Königskrone niederzulegen und Polen der deutschen Lehnshoheit zu unterstellen, musste Richeza 1036, als „verhasste Deutsche“ Polen verlassen. Sie lebte auf ihren Gütern in Thüringen und a. d. Mosel. Mit Hilfe des Kölner Erzbischofes Anno II. regelte sie ab 1056/57 ihre Erbangelegenheiten. Ihre thüringischen Besitzungen vermachte sie zweckgebunden Anno II., um damit das neu zu gründende Kloster Saalfeld a. d. Unstrut zu fundieren. Klotten sollte ihrer Grabeskirche Brauweiler zufallen. Als Richeza II. am 21.3.1063 zu Saalfeld starb, ließ sie Anno, entgegen der Absprache, in seiner eigenen ersten Klosterstiftung „St. Maria ad gradus“ in Köln beisetzen, welche er kurzerhand zur zweiten Ezzonenstiftung deklarierte, um das reiche Klotten dem Mariengradenstift zu sichern. Hierüber kam es später zum Streit mit Brauweiler, das letztlich obsiegte.

Richezas Schwester Adelheid wurde erst in ihrem Witwenstand Äbtissin von Nivelles. Zuvor war sie, nach K.H. Eckhardt²⁾, die Gattin von Friedrich von Goseck d. Ä., dem Pfalzgrafen von Sachsen (+ 1041) und Stammvater der Wettiner. Ihr zweiter Sohn, Adalbert von Goseck, der Erzbischof von Hamburg und Bremen (1043 - 1072) erwuchs zum großen Gegenspieler Annos II. im Reichsregiment und der Grafen von Werl-Westfalen.

Aus einer anderen Verbindung Ezzos, sicher nicht aus der Ehe mit der Kaiser-tochter Mechthild, stammte die Tochter

Wazela oder Azela (1024). Wie H.P. Müller³⁾ in seiner Arbeit über die Tomburg nachgewiesen hat, war sie die Gattin von Rutger I. aus Flandern, den Kaiser Heinrich II. 1021 zum ersten Grafen von Kleve erhob. Die Eheleute wären demnach die Großeltern von Graf Dietrich II. von Kleve (1074 - 1109). Diese Ehe könnte die Erklärung dafür liefern, dass die Tomburg, der Hauptsitz Ezzos, hernach an die Grafen von Kleve fiel. Jedenfalls begegnen wir 1096 Graf Dietrich II. von Kleve, als „Thieodericus de Toneburc“ in unserer Geschichte wieder.

Zwei weitere mutmaßliche Söhne Ezzos sind Heinrich, Abt von Gorze (+ 1.5.1093) und Ezzo II., der erste Abt von Saalfeld (1063/71, + vor 1075). Unklar bleibt, ob wir in ihnen die Söhne von Ezzos Konkubine Thietburga vermuten dürfen, die 1034 den fast achtzigjährigen Ezzo vergiftet haben soll. Jedenfalls waren Heinrich und Ezzo II erheblich jünger als die übrigen Ezzokinder.

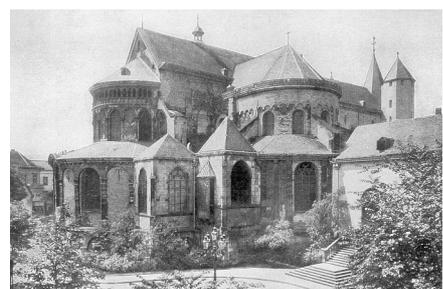
Seit 1045 war Heinrich II., Sohn des Ezzobruders Hermann gen. Ezelin/Hezelin (* 960/965, + 1033), in der Nachfolge seines Veters, Herzog Otto von Schwaben, Pfalzgraf von Lothringen. Heinrich II. genoss anfangs hohes Ansehen. Doch die ständig wachsende Macht der Pfalzgrafen, die mit Reichsgütern ungehindert schalten und walten konnten, wurde ihm schließlich zum Verhängnis. Der Kölner Erzbischof Anno II., seit 1056 Erzkanzler des Reiches in Italien, nahm schließlich 1059 den Kampf gegen Heinrich II. auf. Heinrich wurde besiegt, gefangen genommen und in Klosterhaft zu Gorze gehalten, wo sein Vetter Heinrich als Abt amtierte. Heinrich II. wurde von Anno gezwungen, auf zahlreiche Güter und Rechte zu verzichten; so musste er Anno u. a. die Siegburg abtreten, die Anno 1063 - 1066 in ein Benedictinerkloster umwandelte, dass dem hl. Michael geweiht wurde.



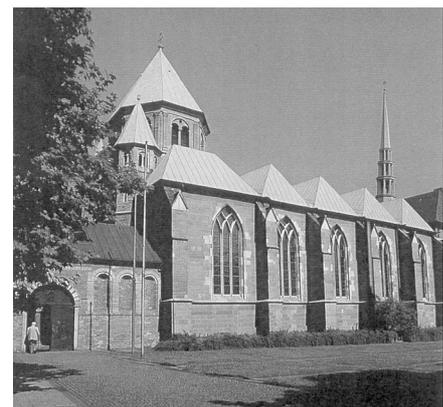
Das Bonner Münster, um 1910 erbaut von Erzbischof Hermann II.



St. Quirin zu Neuss 1910



St.-Maria im Kapitol zu Köln um 1910



Der Essener Dom heute



Aus der Stammtafel der Kölner Königschronik von 1199, Wolfenbüttel, Herzog August Bibliothek.

oben Mitte: Kaiser Otto II.; Mitte v. l. n. r.: Kaiser Otto III., Ezzos Gattin Mechthild, Kaiser Heinrich II., unten v.l.n.r.: die Ezzosöhne Ludolf, Hermann II. und Otto.

Doch Heinrich konnte seine Niederlage und Entmachtung nicht verwinden, so entwich er 1060 aus Gorze und nahm erneut den Kampf gegen Anno auf. Heinrich unterlag abermals und wurde in seiner Burg Cochem belagert. Hier verfiel er dem Wahnsinn und erschlug am 27.6.1060, in einem Wutanfall, seine Gattin Mathilde, die Tochter des Herzogs Gozele II. von Niederlothringen. Dies bedeutete das Ende. Heinrich II. genannt „furiosus“ - der Wahnsinnige verschwand endgültig hinter den Mauern des Klosters Echternach. Hier starb er, in völliger geistiger Umnachtung, am 29.7.1061.

Obwohl sein Sohn Hermann (* um 1030, + 1085) noch den Pfalzgrafentitel führte, spielte er keine politische Rolle mehr. 1065 - 1078 ist er noch als Graf im Ruhrgau (um Duisburg und Essen) greifbar.



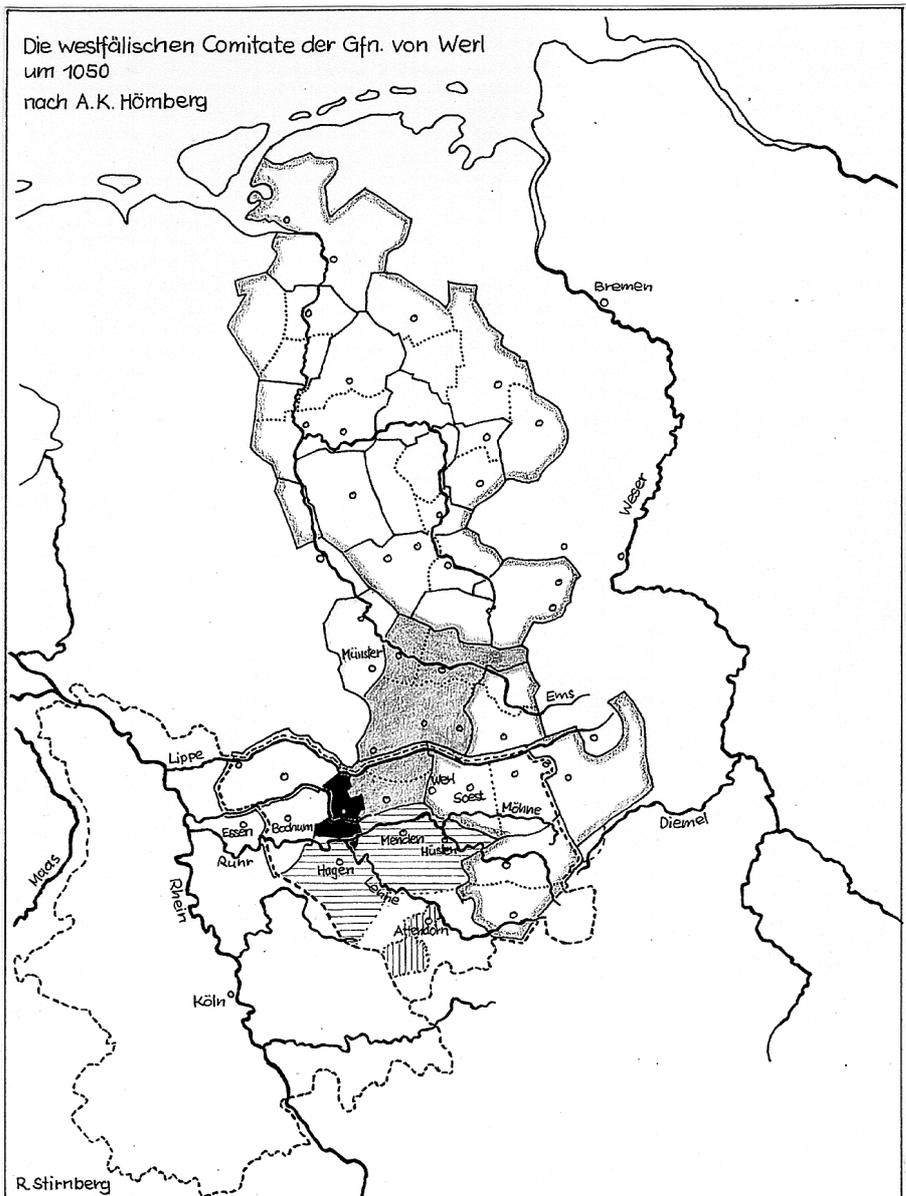
Erzb. Anno II. und Richeza II., zwei Tafelbilder vom Sarkophag der Richeza aus dem untergegangenen Mariengradenstift, um 1400. Dom zu Köln.

Mit seinem Tod ist das Haus der Ezzonen im Mannesstamm erloschen.

Das politische Erbe der Ezzonen, innerhalb des Erzbistums Köln, traten die Kölner Erzbischöfe an. Das materielle Erbe dagegen kam teils über die weiblichen Nachkommen Ezzos im Erbgang an deren Ehegatten und Kinder, wie die Grafen von Kleve, von Hochstaden und von Norheim; teils an die Nachkommen des Hermann pusillus aus dessen zweiter Ehe; die Grafen von Saffenberg und Nörvenich und die Grafen von Berg. Ezzos Enkelin Richeza III. (* um 1030),

die Tochter Herzog Ottos von Schwaben, erbt 1047 den größten Teil des Lürwaldes, zwischen Arnberg und Menden, mit den Burgen und Herrschaften Wicheln, Hachen und Habel als Zentrum. Seit 1045 war sie mit dem Grafen Hermann IV. von Werl-Westfalen und Vogt von Werden verheiratet, ihrem unmittelbaren Nachbarn an der Ruhr.

Die Grafen von Werl, nicht minder mächtig wie die Ezzonen, kontrollierten um 1050 ein ungeheures Territorium, das von Lohtropgau im Sauerland bis zum Emsgau an der Nordsee reichte - die aus



- Grenze der Großgrafschaft Westfalen
- Comitatsgrenzen
- Grenzen des Erzbistums Köln (rhein. u. westf. Teil)
- Grafschaft Huvili/Hövel
- Reichsvogtei: Dortmund, Westhofen, Brackel, Elmenhorst u. d. „Krumme Grafschaft“
- Henschaft Waldenburg
- Gebietserweiterung 1063, d. Gf. Bernhard II. v. Werl-Westfalen

zahlreichen Comitaten (Freigrafschaften) bestehende sogenannte Großgraftchaft Westfalen (siehe Karte). Ein Teil derselben, die „Grafschaft Huvili/Hövel“, war in Händen einer Nebenlinie des Werler Grafenhauses, den Grafen von Werl-Hövel. Diese Grafschaft kam um 1070/73 durch die Erbin Adelheid von Laufen an ihren Ehemann Graf Adolf II. von Berg (1072 - + 1090). Davon in der nächsten Folge.

Aus der Ehe der Richeza mit Graf Hermann IV. von Werl entstammte nur die Tochter Oda von Werl (+ 1110/11), die Gattin von Udo Lüder II. Graf von Stade und Markgraf der Nordmark (1057 - + 1082). Als Hermann IV. schon 1052 starb wurde sein Oheim Bernhard II. von Werl (1024 - 1063) Graf von Westfalen.

Die 23-jährige Richeza ging 1053 mit dem Grafen Otto von Northeim (+ 1083) aus Sachsen und seit 1061 Herzog von Bayern, eine zweite Ehe ein, aus der noch 5 Kinder hervorgingen.

Otto von Northeim, eng verbunden mit Erzbischof Anno von Köln, war auch 1062 an der Entführung des 12-jährigen Kinderkönig Heinrich IV. zu Kaiserswerth durch Anno beteiligt, der sich dadurch die Regentschaft für den unmündigen König sichern wollte. Im Jahre 1070 wurde Otto von Northeim fälschlich des Hochverrats angeklagt und von König Heinrich IV. als Herzog von Bayern abgesetzt. Seine Hausgüter in Sachsen durfte er behalten. Die Absetzung hat Otto dem König nie verziehen und er wurde so zur zentralen Figur des sächsischen Widerstandes gegen das Reichsregiment König Heinrichs in Sachsen. Obwohl Otto 1072 rehabilitiert wurde, erhielt er die Herzogswürde nicht zurück, wurde aber nach der Niederwerfung des Sachsenaufstandes 1075 von König Heinrich zum Verwalter von Sachsen bestellt.

Spätestens 1063 finden wir Graf Bernhard II. von Werl als Graf im nördlichen Sauerland, dem Hatterungau. Die Rüdensburg bei Arnsberg machte er hier zu seiner ersten Residenz. Näheres darüber in einer anderen Folge. Das Eindringen des Werlers in diesen Raum, in dem die Werler Grafen schon früher begütert waren, kann nur mit Billigung Annos und des Northeimers geschehen sein, zumal davon die grundherrschaftlichen Rechte von Ottos Gemahlin Richeza nicht berührt wurden. Otto von Northeim und Richeza starben 1083. Zuvor hatte Richeza die ezzonischen Güter unter ihren Kindern aufgeteilt.

Ihrer Tochter aus erster Ehe, Oda von Werl, vermachte sie u.a. ein Drittel des Lürwaldes. Ihr Sohn Heinrich „der Fette“ von Northeim, Graf von Friesland, (+

1101) erhielt ein weiteres Drittel, nebst Burg und Herrschaft Wicheln. Das letzte Drittel des Lürwaldes ging an ihren Sohn Kuno von Northeim, Graf zu Berchlingen (1085 - + 1103), zusammen mit Burg und Herrschaft Hachen. Die Hofbesitzung Habel, anscheinend eine große Villidation, teilten sich ihre Töchter Ethilinde und Mechthild von Northeim und deren Ehemänner Hermann I. Graf von Kalvelage und Graf Konrad von Werl-Arnsberg (1077 - + 1092), der Sohn und Erbe von Graf Bernhard II. von Werl, und eigentlicher Begründer der Grafschaft Arnsberg. Der dritte Sohn Siegfried, Graf von Boyneburg, (+ 1107) wurde anderweitig abgegütert.

Als Heinrich der Fette 1101 starb, übertrug dessen Witwe Gertrud von Braunschweig seinen Lürwaldanteil und Wicheln an das Kölner Erbstift. 1103 folgte Kuno von Northeim mit seinem Teil und Hachen. Auch Oda von Werl vermachte ihr Lürwalddrittel 1110 dem Erbstift. Habel wurde erst 1214 durch Graf Hermann III. von Ravensberg (1166 - 1218), dem Urenkel der Ethilinde von Northeim, an Köln übertragen, nachdem er sich zuvor mit dem Mitbesitzer Graf Gottfried II. von Arnsberg-Cuijk (1175 - 1235), dem Urenkel der Mechthild von Northeim, geeinigt hatte.

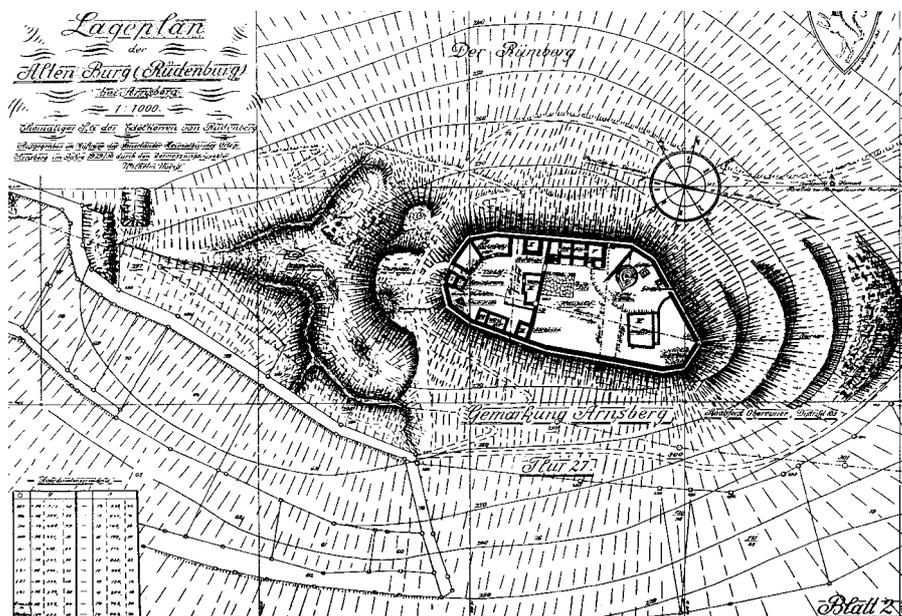
Das ganze Ezzonenerbe an der Ruhr war nun in den Händen der Erzbischöfe von Köln. Das Ganze? Nein, hier ist noch etwas nachzutragen! Es handelt sich um das Stück des Lürwaldes zwischen dem Unterlauf von Hönne und Lenne. Hier besaß in der zweiten Hälfte des 11. Jhdts. eine uns sonst unbekannt Gräfin „Irmendrud“ drei „praedia“, also Grundbesitz unbestimmter Qualität und Größe. Diese praedia „Halinge, Liure und



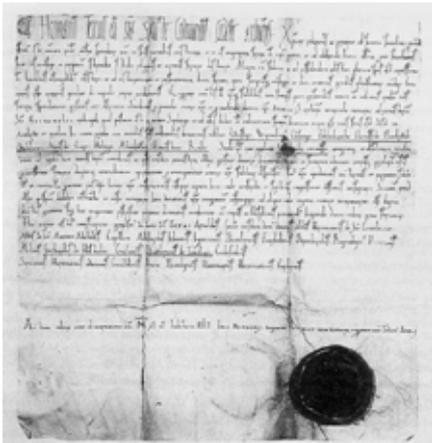
Der besiegte Pfalzgraf Heinrich II. kniet vor Anno II. Flügelteil eines Doppelwandaltars aus Mariengraden, Antwerpen 1521. Sammlung Wilh. Heck, Köln.



Burg Hachen. Rekonstruktion nach der letzten Bauphase von R. Stirnberg



Lageplan der Rüdensburg nach Wilhelm Meiß, 1929/30.



Schenkungsurkunde des Erzb. Hermann III. v. Hochstaden vom 13.12.1096. Darin überträgt er die Güter der Gräfin „Irmentrud“ der Abtei Siegburg

Argeste“, nebst 11 weiteren Besitzungen, soweit sie überhaupt zu identifizieren sind und sich bis nach Niederlothringen erstrecken, übertrug sie an den Kölner Erzbischof Hermann III. von Hochstaden. Dieser schenkte die 14 Güter 1096 der Anno'schen Klosterstiftung St. Michael in Siegburg „zur Ehre des Erzbischofs Anno und seinem eigenen Seelenheil“. Die Güter befanden sich also 1096 im persönlichen Besitz Hermanns III. War er vielleicht der Erbe der Irmentrud und ist sie vielleicht dem Haus der Ezzonen zuzurechnen?

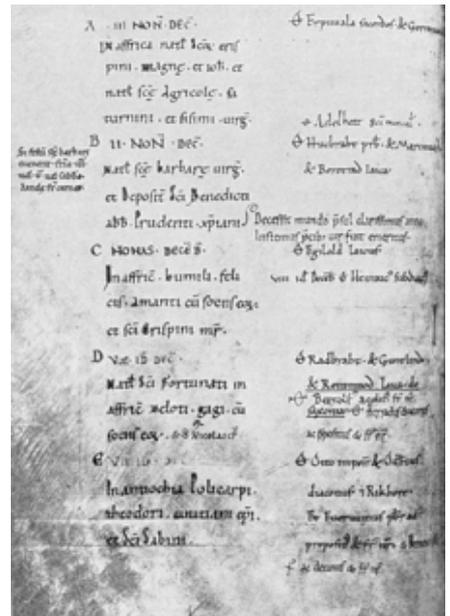
Dieser Verdacht verstärkt sich, wenn wir berücksichtigen, dass Hermanns Bruder, Graf Gerhard I. von Hochstaden und ein gewisser Goswin, möglicherweise ein weiterer Bruder, zusammen mit „Thiedericus de Toneburc“, alias Graf Dietrich II. von Kleve (1074 - 1109) die Zeugenreihe anführen - alles mutmaßliche Ezzonennachkommen! Nach der gesicherten und möglichen Lage der Praedia steht es für mich fest - hier wurden Güter aus ezzonischer Erbmasse vergeben (siehe Karte)!

Durch die Zeugenschaft der Personen sollte m.E. verhindert werden, dass evtl. spätere Erbensprüche gegen die Schenkung erhoben werden konnten. Ein damals übliches Verfahren. Nun erhebt sich die Frage nach der Identität der Irmentrud. Ich halte sie für eine nahe Verwandte (Tante?) der Hochstadener, wenn nicht gar für deren Mutter. In diesem Fall wäre sie eine Schwester von Richeza III., die demnach den westlichen Teil des Lürwaldes, das genannte „Liure“ geerbt hätte. Dessen Ausdehnung könnten die „Lürhöfe“ markieren: Bergloer (heute Berglose), zwischen Halingen und Sümern südlich des Bertingloh, Körbeslühr bei Iserlohn-Dröschede, Schwarzlühr bei Le-

ckingsen, sowie Böckelühr und Lieselühr bei Ergste.

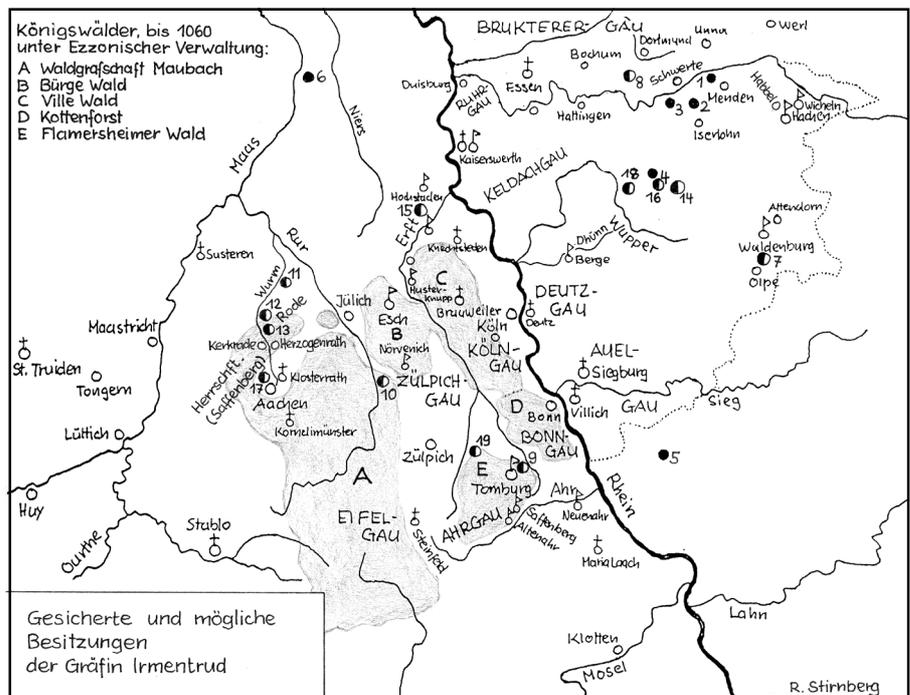
Ich möchte noch einen Schritt weiter gehen, in dem ich die Irmentrud mit der „Herrin Imeza/Emeza“ gleichsetze, die um die Mitte des 11. Jhdts. ihre „curtis sverte“ dem Stift Xanten übertrug und sich damit in das Kanonikerstift „einkaufte“. Wenn z.B. aus Irmenfried-Immo, aus Siegfried-Sicco, aus Konrad-Kuno und aus Kunigunde-Kuniza abgeleitet werden konnte, was spricht da gegen die Ableitung Irmentrud-Imeza (i. 13. Jhd.: Emeza)? Dafür spricht auch die Nachbarschaft von Argeste und Sverte, was auf einen einstmals geschlossenen Besitzkomplex hindeuten könnte. Jedenfalls halte ich heute die Gleichsetzung von Imeza/Emeza mit der hochedlen Dame „Reginmuod, Richmoth oder Reinmod“ etc. für falsch, die dem Stift Xanten ihre „curtis durstene“ - den Hof Dorsten um 1030 übertrug, sowie die Einkünfte von 300 Höfen innerhalb des Vestes Recklinghausen. Wie Hömberg, sehe ich in ihr die Witwe des 1017 urkundlichen Grafen Otto, des letzten Grafen von Recklinghausen. Die Matrone Reginmuod hat jedenfalls im Vest Recklinghausen und dem westlichen Münsterland deutliche urkundliche Spuren hinterlassen.⁴⁾

Meiner Meinung nach gehörte sie dem Geschlecht der Reginare an und war



Xantener Totenbuch (1044/46 - 1185/1200) Münster, Universitätsbibliothek, Hs. 101, Fol. 67. Sterbeeintrag der Reginmuod, hier Reinmuod genannt (Mutter oder Tochter?) vom 6. Dezember (Jahr?)

eine Tochter Reginars IV. Graf im Hennegau (998 - + 1013) und der Hadwig, Tochter von Hugo Capet, König von Frankreich, des Stammvaters der „Capetinger“. Ihr Bruder wäre demnach Graf Reginar V. von Hennegau (+ 1039). Dieser ehelichte um 1015 Mathilde, Tochter



1 Halinge/Halingen; 2 Liure; 3 Argeste/Ergste; 4 Edelenkirecha/Edelkirchen; 5 Flamesfeld/Flammersfeld od. 19 Flammersheim; 6 Strale/Straelen; 7 Rode/Rhode od. 14 Rhade a.d. Volme bzw. 18 Rade(vormwald), od. einer der auf „rath“ endenden Orte zwischen Rhein und Maas (15?); 8 Stokheim/Stockum b. Witten od. 10 Stockheim b. Düren; 9 Wurmelinga/Wormersdorf bzw. 11 Würm, od. 13 Worm a.d. Wurm; 12 Houvestete/Hofstadt a.d. Wurm; 16 Louesberc/Lausberg b. Breckerfeld od. 17 der Lousberg b. Aachen. Nicht kartiert sind Closcinge/Klotingen b. Welper, Millinchusen/Millinghausen, westl. von Erwitte od. Müllingsen b. Soest, Das Praedium Manbrock ist nicht zu identifizieren.

des Grafen Hermann von Enham, Graf im Eifelgau und in Westfalen (1017). Die Brüder der Mathilde waren Gottfried, Graf in Westfalen (1030 - 1060), der Ahnherr der Grafen von Cappenberg und Hermann, Graf im Westmünsterland, Ahnherr der Grafen von Kalvelage-Ravensberg. Da das Haus der Reginare mit Reginar V. endete, vermachte vermutlich Reginmuod, die mit ihrer gleichnamigen Tochter in das Stift Xanten aufgenommen wurde, ihren übrigen Besitz, darunter 7 Eigenkirchen im Münsterland, an ihre nächsten Verwandten, die Grafen von Cappenberg und Kalvelage-Ravensberg. Dass Reginmuod später mit Imeza/Emeza gleichgesetzt wurde, könnte darauf zurückgeführt werden, dass man die beiden „curtis principales“ Dorsten und Schwerte, hinsichtlich ihrer Abgabenleistungen an das Stift organisatorisch miteinander verband. Vielleicht hat man später auch die beiden Memorialstiftungen der Emeza und Reginmuod zusammengelegt, doch bleibt dies ungewiss.

In der nächsten Folge berichte ich über die Bildung und Zerstückelung der Grafschaft Arnsberg um 1103 und den Aufstieg der Grafen von Berg.

Reinhold Stirnberg

Gedruckte Quellen:

W. Wedekind, Einführung i. d. Geschichte der Grafen von Limburg Stirum.

E. Quadflieg, Genealogie der Grafen von Limburg u. Limburg-Styrum sowie ihrer direkten Vorfahren (Stammtafeln)

G. Aders, Die Herkunft d. Grafen v. Berg; Die Herren u. Grafen v. Saffenberg; Das Erenfried-Geschlecht, die Ezzonen u. Hezelinien; Die Abstammung der Saffenberger von Hermann Pusillus; Von Hermann Pusillus bis Erenfried I.

Alle in: Die Grafen von Limburg Stirum, Teil I, Bd. I, Aschendorff, Münster 1976.

A.K. Hömberg, Geschichte der Comitatus des Werler Grafenhauses, Westf. Zeitschr. Nr. 100, 1951.

A.K. Hömberg, Geistliche u. weltliche Landesorganisation, Münster 1965

Monumenta Annonis - Köln u. Siegburg, Weltbild u. Kunst i. hohen Mittelalter, Köln 1975.

Köln-Westfalen 1180 - 1980, Landesgeschichte zwischen Rhein u. Weser, Köln 1980.

Anmerkungen:

- 1) E. Kimpen, Ezzonen u. Hezeliniden i. d. rhein. Pfalzgrafschaft, 1933
- 2) K.H. Eckhardt, Genealogische Funde zur allgemeinen Geschichte, 1963.
- 3) H.P. Müller, Die Herrschaft Tomburg, 1970.
- 4) Vergl. hierzu, Vom Werden der Stadt Schwerte, Teil I, AS-Aktive Senioren, Ausg. 36, Sept. 1996 bis Ausg. 41, Dez. 1997.

Berichtigung

In unserer ersten Folge hat leider der Satzfehlerteufel sein Unwesen getrieben:

- S. 12, Kartenunterschrift, statt 1059 - 959.
- S. 13, Spalte 1, 4. Absatz, Zeile 12, statt 995 - 985.
- S. 16, Abb. 2, statt A. Roidkin - R. Roidkin, um 1730.

Fernsehabend bei Oma Wollenweber

von Elke Wilking

Oma Wollenweber bereitet sich auf den Fernsehabend vor. Wie jeden Montagabend sieht sie sich die Live-Sendung des Herrn Schmidt an. Vielleicht gefällt es ihr deshalb so gut, weil Herr Schmidt ganz in ihrer Nähe wohnt und sie ihn schon oft auf der Straße gesehen hat.

Der nette Fernsehmoderator berichtet über aktuelle Themen. Am Ende der Sendung wird die Rufnummer des Zuschauer-Telefons bekannt gegeben. Oma hat schon öfters versucht daran teilzunehmen. Bisher hatte sie es jedoch nicht geschafft.

Gespannt verfolgt sie das Gespräch mit den geladenen Experten zum Thema: Mehr Sicherheit für Kinder im Straßenverkehr. Alle sind sich darüber einig, dass unsere kleinen Mitmenschen unbedingt mit Helm und Knieschonern ausgerüstet werden müssen, bevor sie auf ihr Fahrrad steigen. Von Herrn Schmidt wird dies ausdrücklich noch einmal hervorgehoben.

Endlich ist es soweit. Die Rufnummer wird eingeblendet. Oma greift zum bereitgestellten Telefon. Schon nach dem dritten Wahlversuch hat sie es geschafft.

„Mein Name ist Wollenweber,“ tönt es durch das Studio.

„Guten Abend, was möchten Sie uns denn sagen?“

„Ich wollte nur mal erwähnen, wie gut mir ihre Sendung gefällt und wie sympathisch Sie mir sind.“

„Das freut mich aber sehr. Möchten Sie noch etwas zum Thema beitragen?“

„Nein, wissen Sie, ich habe ja keine Kinder mehr. Um meine Enkel muss sich ja mein Sohn kümmern.“

„Aha, vielen Dank für Ihren Anruf.“

„Ja dann werde ich mit Florie noch ein bisschen zusehen. Florie ist mein Hund.“

„Ach, einen Hund haben Sie? Das ist aber schön.“ Herr Schmidt sieht sich hilfeschend im Studio um.

Oma erzählt, dass Florie letzte Woche Verstopfung hatte, ihre Schwester so weit weg wohnt und von den

zweischönen Tagen in Hamburg. „Also, das war so: Ursprünglich wollte ich ja nach Berlin...“

Hinter den Kulissen läuft alles auf Hochtouren. „So nehmt doch endlich die Frau aus der Leitung!“ brüllt der Aufnahmeleiter. „Das versuch ich doch schon die ganze Zeit.“ „Den roten Knopf! Drück doch endlich den roten Knopf, du Idiot!“ „Er klemmt. Es geht nicht. Wir können nicht einmal aus dem Programm heraus.“ „Wo bleibt die Technik?“ „Die können den Fehler nicht finden.“ Schon flimmert es über den Bildschirm: Alle nachfolgenden Sendungen beginnen etwa fünfzehn Minuten später.

Als Oma erwähnt, dass sie auch den kleinen Markus kennt, wird Herr Schmidt ganz verlegen. „Woher kennen Sie meinen Sohn?“

„Sie wohnen doch ganz bei mir in der Nähe. So ein lieber Junge. Erst gestern war er bei mir. Er war so traurig, weil Papa und Mama sich wieder gestritten haben.“

„Ach, dann sind Sie Oma Wollenweber. Markus hat mir schon viel von Ihnen erzählt.“ Krampfhaft versucht er, das Gespräch in eine andere Richtung zu bringen. Es klappt aber nicht.

„Er ist ja so lebenslustig. Meistens saust er mit seinem Fahrrad über den Bürgersteig. Richtig Tempo hat der Kleine drauf. Sie sollten dafür sorgen, dass er einen Helm bekommt. Es passiert doch so viel. Und in seinem Kinderzimmer sind auch so viele Gefahrenquellen.“

„Woher wissen Sie das? Waren Sie etwa schon einmal bei uns?“

„Nein, das nicht. Sie wohnen doch nicht weit von hier. Von meinem Badezimmerfenster kann ich Ihre Wohnung sehen. Es ist leider nur so klein und so weit oben.“

„Schön dass Sie so gute Augen haben.“

„So ist das nicht. Also mein Mann, Gott hab ihn selig, er ist ja schon so früh gestorben, hatte ein Fernglas. Damit gehe ich dann ins Badezimmer, klettere auf die Toilettenbrille und stütze mich mit einem Bein auf dem Spül-

kasten ab. Ist auch nicht immer einfach. Bin ja nicht mehr die Jüngste. Schönes Wohnzimmer haben Sie.“

„Frau Wollenweber, darf ich Sie darauf aufmerksam machen, dass unsere Sendezeit längst überschritten ist. Ich möchte Sie höflich bitten, das Gespräch zu beenden.“ „Kommen Sie doch mal bei mir vorbei. Ich hätte Ihnen ja noch so viel zu erzählen.“

„Ja, Frau Wollenweber. Bitte legen Sie den Hörer auf.“

„Bis dann, auf Wiedersehen.“ Sie legt den Hörer auf die Gabel.

„Ein netter Mensch“, sagt sie zu Florie, „und dass er sich so viel Zeit genommen hat! Ein wirklich netter Mensch, dieser Herr Schmidt.“

Mehr über Oma Wollenweber in „... langsam füllten sich die Reihen“, eine Anthologie der Federfuchse e.V., Schwerte, zu kaufen bei der Ruhrtal-Buchhandlung, Hüsingstr. oder Buchhandlung Schmidt, Hagener Str. und Pentling, Am Hohenstein.

Impressum

Herausgeber: Stadt Schwerte, Der Bürgermeister
Redaktionsanschrift: Schwerter Seniorenzeitung
„AS“ Aktive Senioren, Am Stadtpark 1, 58239 Schwerte.
Tel.: 02304/18053

Internet-Adresse (URL) im „Citynetz-Schwerte“: <http://www.as.citynetz.com>; korrespondierend hierzu die Mail-Adresse: info@as.citynetz.com. Ins Internet gesetzt von: Eintracht-Internet-Stübchen, Schwerte
Redaktionsleitung:

Horst Reinhard Haake, Westhellweg 23, 58239 Schwerte, Tel./Fax: 02304/13647

Redaktionsteam: Brigitte Blosen (bs), Wilma Frohne (WF), H.R. Haake (HRH), Klaus-Herbert Huhn (KHH), Werner Norbeteit (WN), Erwin Riedel (ri), Reinhold Stirnberg (RS/Zeichnungen).

Layout: Reinhold Stirnberg.

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 und Druck: Stadtverwaltung Schwerte. Auflage: 5000 Exemplare. Erscheinungsweise: März, Juni, Sept., Dez.

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

Herzkönig und Pflaumenkuchen

von Carmen Lange

Das kann doch nicht wahr sein. Immer nur Computer, Computer! Mein achtjähriger Enkel will nicht die letzten Himbeeren ernten und auch keine Tomaten, sondern nur dieses neue Computerspiel, von dem er angeblich so viel lernen kann. Er kümmert sich überhaupt nicht um mich. Dabei habe ich mich so auf ihn und dieses gemeinsame Wochenende gefreut. Ich starte noch einen Versuch, ihn davon loszu-eisen und gehe zu ihm:

„Nicolas, ich backe jetzt einen Kuchen, entstest du mir die Pflaumen mit der neuen Maschine?“ Er fragt, ohne mich anzusehen:

„Was für eine neue Maschine?“ Listig antworte ich:

„Eine Pflaumenentsteinschleuder.“

Das hört sich für seine Ohren wohl recht verlockend, vielleicht auch gefährlich, an, denn er läuft neugierig in die Küche, sieht sich die „Pflaumenentsteinschleuder“ an und fragt:

„Wie geht das denn?“

Um eine bessere Übersicht zu haben, holt er seine Fußbank, platziert sie vor die Arbeitsplatte, steigt hoch und ist total begeistert.

„Oma, die paar Pflaumen mache ich ganz alleine fertig!“ ruft er voller Tatendrang. Ich lege eine Pflaume in die „Entsteinschleuder“ und gebe sie ihm zum Abschuss frei. Sein lüsterner Blick hätte mich warnen sollen. Mit einem tief aus dem Bauch kommenden „Wwooff!“ haut er voller Schwung und Kraft auf den Stiel des Gerätes. Die Pflaume ist auch prompt entsteint, die „Schleuder“ in die Spüle gefallen und die Schüssel liegt auf dem Boden, doch er strahlt:

„Boooh, Oma, hast du den megageilen Schlag gesehen?“ Ja, hatte ich, und ich war ziemlich überrascht von dessen Heftigkeit und rügte:

„Aber doch nicht so feste mein Schatz!“

Es geht jedoch genau mit dem Krach und in dem Tempo weiter. Erbarmungslos, bis zur allerletzten Pflaume. Unter vollem Körpereinsatz und mit furchterregendem „Uaaah“-Geschrei bringt er es fertig, etliche Pflaumen regelrecht aus der Pelle zu schießen und die Steine mit sämtlichem Fruchtfleisch liegen nackt in dem darunter befestigten Behälter, obwohl der ja eigentlich für „Steine pur“ ge-



dacht ist. Bei einigen etwas zu dicken Pflaumen bringt dieser zarte, schmale Junge es fertig, natürlich mit irrem Karacho und dem bewussten Urschrei, den Kern dieser Früchte zu zertrümmern. Energisch gebiete ich dem Treiben, inklusive Kampfgebrüll, Einhalt: „Schluss jetzt, wir haben genug entsteint. Die restlichen Pflaumen kannst du essen. Wir müssen den Teig anrühren, damit wir heute noch mal fertig werden.“

Ich gebe zu, dass ich insgeheim damit gerechnet habe, dass er sich empört über weitere Küchenarbeit wieder dem Computer zuwenden würde.

Aber nein, Irrtum! Er jauchzt erfreut auf:

„Au ja, Oma, darf ich die Eier in die Schüssel hauen?“ Der kleine Kerl hat vielleicht ein Tempo. Mein Süßer greift rasch nach dem ersten Ei und schlägt es voller Wucht auf den Schüsselrand. Die Eierschale zerbricht in viele Teile und etwas von dem Eiweiß läuft, statt in die Schüssel, über seine Finger.

„liiiiiihhhh,“ ruft er angeekelt, „wo kann ich das hinschmeißen?“

„Hier wird gar nichts geschmissen!“ warne ich hastig und halte ihm den Kompostimer hin. Er lässt das Eiweiß-Schalen-Gemansche hineinfallen und wäscht sich angewidert die Hände. Das zweite Ei ist zwar größer, landet aber ohne Verluste in der Schüs-

sel. Mein Herzkönig greift zum Mixer. Es ist ein Supergerät, mit kraftvollem Motor. Als wenn nichts geschehen wäre, sieht er mich an und vergewissert sich:

„Oma, Zucker und Eier kann ich doch sofort „Voll Power“ oder?“

Mein Süßer kann ja lesen und dieser Mixer hat einen Schalter auf dem „Voll Power“ steht.

So ein schwungvolles junges Leben, denke ich, es macht Spaß ihm zuzusehen. Welch ein Glück, dass wir ihn haben. Ob ich auch mal so temperamentvoll war? Verliebt sehe ich seine kleinen Hände mit dem riesigen Mixer hantieren. Doch viel Zeit bleibt mir nicht für meine Gefühlsduseleien, denn ein Wahnsinnschrei schallt durch die Küche:

„Hurra! Alle beide getroffen!“

„Oh, Gott!“ denke ich und frage laut:

„Wen hast du getroffen?“

„Hier, die glibbrigen Gelblinge. Sie sind mit einem Schlag vernichtet worden.“

Natürlich sind die Eigelbe verrührt, bei dem Mixer! Um mir den Blick in das Innere der Rührschüssel zu erleichtern, hebt mein Liebling das Rührgerät mit noch laufendem Motor über den Rand. Nun sind beide Eier nicht mehr komplett in der Schüssel, sondern als Partikelchen, vermischt mit Zucker, durch meine Küche geflogen. Und wohin überall! Ich traue meinen Augen nicht.

Die Arbeitsplatte, die Spüle, mein Pullover, sein Jogger, das Veilchen auf der Fensterbank, die Gardinen ...! Fast alles in der Küche hatte gelbe Punkte. Sogar die Deckenlampe hatte Spritzer abbekommen. Keine Frage, ich mag große Eier. Als Frühstücksei werden sie nicht so schnell hart, als verlängertes Rührei reichen zwei Eier für drei Personen und als Osterei findet man sie wenigstens wieder. Dafür hat jetzt die Eingangstür gelbe Punkte.

Bestürzt sehe ich in ein paar erschrockene Kinderaugen. Doch ziemlich schnell sah ich ein Glitzern darin und Nicolas fragt mit sanfter Stimme:

„Omi, hast du das gesehen? Wie ´ne explodierte Rakete. Soll ich ein neues Ei dafür reinhauen?“

„Nein, wir hauen kein neues Ei rein“, antworte ich schnell und fest entschlossen. „Soviel ist ja schließlich auch nicht herausgeflogen“, denke ich, „und außerdem kenne ich auch ein Rezept für Obstkuchen, mit nur einem Ei.“

Enttäuscht, dass er kein drittes Ei aufschlagen darf, wendet Nicolas sich wieder der „Pflaumentsteinschleuder“ zu. Nach frisch gelungenem Abschuss einer Pflaume ruft er mir zu:

„Das ist ein klasse Teil. Oma, möchtest du auch mal ´ne Pflaume durch die „Entsteinschleuder“ jagen?“

Erleichtert darüber, dass ich nicht möchte, wiegen wir gemeinsam das Mehl ab.

Als ich es in die Rührschüssel einrieseln lasse, nimmt mein Enkel den Mixer und fragt mit Engelsstimme:

„Omi, darf ich noch mal „Voll Power“ probieren?“ Weise Voraussicht spricht aus mir, als ich ihm geduldig antworte:

„Du musst aber alles erst langsam unterrühren mein Schatz, damit das Mehl nicht so doll staubt. Dann darfst du „Voll Power!“ Und er schaltet zack, zack, zack, „Voll Power!“ Ohne zu zögern. Und das Ding läuft auch tatsächlich sofort „Voll Power“. Kein Wunder bei dem Supermixer. Mein Kleiner hat wohl versehentlich drei Stufen übersprungen.

Klar, hat es ein wenig gestaubt. Na und? Darauf kam es jetzt auch nicht mehr an. Die Küche musste sowieso gründlich gereinigt werden. Und mein Helfer? Der war noch nicht einmal geschockt.

Genaugenommen hat er sich noch nicht einmal erschrocken. Im Gegenteil. Der Süße rührt fröhlich und laut singend den Teig weiter.

Egal was passiert, es ist immer wieder schön für mich, zu erkennen, dass er trotz meiner Strenge keine Angst vor mir hat. Wie gebannt zeigt er plötzlich auf die Schüssel und jubelt:

„Oma, guck mal, wenn ich dieses schnelle Gerät genau in Mitte halte, sieht der Teig aus wie ein Donat von Mc Donald.“

„Da hast du recht,“ sage ich, während

ich mein Kuchenblech mit Backpapier auslege, „genauso sieht er aus.“

Nicolas darf den fertigen Teig verstreichen. Nachdem das Backpapier jedoch an zwei Stellen eingerissen und beinahe samt Teig vom Blech auf den Boden gerutscht wäre, verteile ich die cremige Masse allein bis in alle Ecken. In alle Ecken des Backbleches versteht sich, - nicht in die der Küche! Nun stelle ich den Herd auf die erforderliche Gradzahl ein, und wir fangen an die Pflaumen auf den Teig zu drücken.

„Schau mal Omi, können wir die Pflaumen nicht mit dem „glatten Hintern“ nach oben legen? Das sieht doch megascharf aus!“

„Nein, machen wir nicht! Es sieht viel hübscher aus, wenn die vier Spitzen einer jeden Pflaume noch oben zeigen. Dann wird der Teig auch nicht so nass!“ sage ich leicht ungeduldig. Wir einigen uns relativ schnell, dass wir

die Pflaumen mit dem „glatten Hintern“ nach unten auf den Kuchen legen. Anschließend streut mein Herzkönig die Mandelstifte auf das Obst, wobei ein großer Teil in seinem Mund verschwindet. Gemeinsam wollen wir gerade das Blech in den heißen Backofen schieben, als das Telefon klingelt. Mein kleiner Helfer stürzt an den Apparat und ich höre ihn rufen:

„Mami, ich habe den Pflaumenkuchen fast ganz alleine gebacken. - Ja, Oma hat sich gefreut, dass ich ihr geholfen habe, weil sie mal nicht so viel arbeiten brauchte, nur weil du zum Kaffee kommst. - Nein, telefonieren kann sie jetzt nicht so gut, sie putzt ja noch die Küche. - Warum? Ach, bestimmt weil sie das gestern nicht geschafft hat.“

Nachdem das Telefongespräch beendet ist, wendet er sich hingebungsvoll den Teigresten an Mixstäben und Rührschüssel zu.

Gute Ratschläge

„Tach auch Frau Nowotha, wie geht es Ihnen?“

„Aach je, Herr Klutenkämper, es würde ja gehen gut, wenn nicht wären die fürchterlichen Schmerzen mit Ohren, mach ich Kopf so, tut linkes Ohr weh, mach ich Kopf so, tut rechtes Ohr weh. Hab schon alles versucht, aber wird nicht besser.“

„Dat kann ih vastehn Frau Nowotha, musse gehn mit Ohren zum OROLOGEN.“

„Aach ja, Herr Klutenkämper, das würd ja noch gehen, wenn nicht wäre mein steifes Genick. Steifes Genick haben ist was ganz fürchterliches.“

„Dat is auch fies, Frau Nowotha, dann musse ehmt zum GENICKOLOGEN gehn.“

„Aach ne Herr Klutenkämper, lieg ich auf linke Seite, geht nicht, lieg ich auf rechte Seite geht auch nicht. Lieg ich auf Hinterkopf, weis ich nicht wohin vor lauter Schmerzen. Aber das würde noch gehen, wenn nicht wäre mein Gedärm. Hab ich Ziehen und Kneifen im Gedärm, daß ich nicht weiß wohin damit.“

„Kann ih vastehn Frau Nowotha, dann musse mit deinem Kneifen unbedingt zum DÄRMATOLOGEN, klaro.“

„Aber lieber Herr Klutenkämper, das würde ja noch gehen, wenn nicht da wäre mein Pisch. Bin ich auf Kaffee bei Kränzchen, kann ich nicht halten mein Pisch, immer pischt gleich los.“

„Dat is ja'n Ding Frau Nowotha, da musse man fix zum PISCHIOLOGEN gehn.“

„Aber lieber Herr Klutenkämper, würde ja gehen, wenn nicht würden meine Hämorrhoiden tun so weh. Hämorrhoiden ist nicht schön, ist was ganz Scheußliches. Sitz ich auf linke Arschbacke, geht nicht. Sitz ich auf rechte Arschbacke, geht auch nicht. Sitz ich auf ganzes Hinterteil, weiß ich nicht wohin mit lauter Schmerzen. Hab ich Geld genug, aber ich bin so unlustig am Leben vor lauter Schmerzen.“

„Ach, wat bisse doch 'n armes Dier, Frau Nowotha! Abba et gibt doch 'ne Menge Spezialisten auffe ganze Welt. Wenne jenuch Kohle has, dann fährst am Besten mit'm Bus oder Flieger nach Ägypten.“

„Was soll ich denn in Ägypten, Herr Klutenkämper?“

„Na ja, ih hab jehört, die ham da die besten ARSCHÄOLOGEN!“

Verfasser unbekannt
bearbeitet von Reinhold Stirnberg

Eine lohnenswerte Anschaffung Oder der Sieg einer Seniorin über den Computer

von Evelin Hillenberg

Seit ich lesen kann, interessiere ich mich für alles Gedruckte, und in der Schule gehörte „Deutsch“ zu meinem Lieblingsfach. Briefe - manchmal seitenlange - verfasse ich gern, nicht zuletzt, weil die Empfänger begeistert sind, wie sie mir versichern. Für mich stand deshalb fest, ich werde mir nach Ausscheiden aus dem Berufsleben meinen heimlichen Wunsch erfüllen: *Schreiben!* Zwar würde mir nie gelingen es den so geschätzten und bewunderten Schriftstellern gleichzutun, doch wollte ich es wenigstens versuchen.

Die ersten Ergüsse meiner „schriftstellerischen“ Bemühungen tippte ich in die Schreibmaschine. Mit der Zeit aber wurde mir klar, dass das auf Dauer ein mühseliges Unterfangen sein würde. Die Schreibmaschine ist eben kein Ersatz für einen Computer. Nur - mit dem konnte ich leider gar nichts anfangen, außerdem besaß ich keinen. Und den Gedanken an einen Kauf wies ich zunächst entschieden zurück.

Von Mal zu Mal wurde die Arbeit an der Schreibmaschine lästiger. Das ewige „Neuschreiben“ nervte. Aber deswegen einen Computer anschaffen?

Vorläufig jedenfalls noch *nicht!* Doch es dauerte nicht lange, da wurde ich von jetzt auf gleich zu einer Entscheidung gedrängt. Mein Mann teilte mir eines Tages mit, er habe einen Computer mit allem Drum und Dran in Aussicht - gebraucht natürlich, aber immerhin.

„Und, was soll das Ding kosten?“ fragte ich, in der Hoffnung, ablehnen zu können. Ich war noch immer nicht bereit, mir einen Computer anzuschaffen. Nichts zu machen, der Preis war kein Ablehnungsgrund, im Gegenteil, das war eine Okkasion, und wenn wir da nicht zugreifen würden, täte es uns eines Tages mit Sicherheit leid. So der Kommentar meines Mannes.

Sofort startete ich einen neuen Versuch und gab zu bedenken, dass es mit dem Computer allein noch nicht getan sein würde. Schließlich gehörten dazu auch Computertisch, Schrank, Lampe und ein Schreibtischstuhl! Was ich auch anführte, nichts konnte ihn von einem Kauf abhalten. Ich ergab mich in mein Schicksal!

Da stand er nun, der Computer, und wollte bedient werden. Mit der Tasta-

tur konnte ich ja umgehen, das war's aber auch schon. Bei der Anlieferung hatte mich zwar der Vorbesitzer im Schnelldurchlauf informiert, doch war davon nicht allzu viel hängen geblieben. Und das, was ich hatte wissen wollen, konnte er mir nicht sagen. Ich sollte es einfach versuchen! Leichter gesagt, als getan. Für mich war dieser Computer „ein unbekanntes Wesen“ und, was sein Können anging, ziemlich unheimlich.

Da saß ich also vor dem PC und startete ihn an, und er stand da und wartete! Etwas wusste ich doch schon! Ich konnte ihn einschalten, und das tat ich auch! Zunächst irritierte mich eine Menge bunter Symbole, dann fand ich den Knopf „Start“! Ich traute mich und startete. Ein kleines Rechteck links unten bedeutete mir verschiedene Anwendungen, mit denen ich nichts anfangen konnte. Es dauerte eine ganze Weile, ehe ich es wagte, einen weiteren Versuche zu unternehmen. Aber, es war gar nicht so schwierig, wie ich geglaubt hatte. Von Tag zu Tag wurde ich immer mutiger, bis mir das Missgeschick passierte, dass ich zwei Symbole löschte. Ich war entsetzt!

Jetzt war guter Rat teuer! Eine mitleidige Seele fand sich schließlich, die mir aus der Patsche half und Mut machte. Aber als ich wieder allein war, ging es in meinem Kopf zu wie in einer Waschmaschine. Alles wirbelte durcheinander; ich wusste nichts mehr von dem soeben Gehörten, viel schlimmer, ich hatte das, was ich vorher zu können glaubte, auch noch vergessen. „Bloß nicht die Nerven verlieren, erst alles sacken lassen und bis morgen warten“, ermahnte ich mich. Gesagt, getan, doch ich hatte dabei kein gutes Gefühl. Nicht auszudenken, wenn ich am nächsten Tag alles vergessen haben würde! Die Sorge war unnötig.

Und dann irgendwann, nachdem ich wochenlang meine Texte ausgedruckt hatte, geschah es, dass ein Blatt plötzlich unleserlich aus dem Drucker kam.

Was - um Himmelswillen - war nun wieder los? Ich durchforschte das Benutzerhandbuch meines Druckers.

Dort erfuhr ich, dass man durch ein „Druckerselbsttestmuster“ die Funktion der Druckpatrone testen kann. Ich testete! Es blieb beim gleichen Ergebnis. Ich folgte einer weiteren Empfehlung und druckte ein „Reinigungsmuster“, um die Funktion der Tintendüsen zu überprüfen. Es blieb alles beim alten. Das bedeutete, ich musste eine neue Druckpatrone einsetzen. Schön und gut - aber wie? Kein Mensch hatte mir gesagt, wie das zu machen ist. Nun, was andere schaffen, das müsste doch auch mir gelingen.

Alles klappte wunderbar! Ich war schon versucht, mir lobend auf die Schulter zu klopfen, als mir via Bildschirm mitgeteilt wurde, „dass die Druckpatrone *auszurichten* sei!“ Nun stand ich endgültig auf dem Schlauch! Das war wieder etwas ganz Neues für mich, und ich wollte schon die Flügel hängen lassen, da fiel mir ein, dass ich jemand kannte, den ich fragen konnte. Gedacht - getan!

Das Telefongespräch dauerte eine geschlagene Stunde, währenddessen ich, den Ratschlägen folgend, alle genannten Tasten drückte, die mir auf die Sprünge helfen sollten. Nichts klappte, immer wieder ermahnte mich mein Computer, die Patrone auszurichten! Ich wollte ja selbst nichts anderes, es war zum Haare raufen! Ich versuchte es mit einem weiteren Telefongespräch. Und siehe da, so einfach kann es sein, wenn man mit wenigen knappen Hinweisen auf den richtigen Weg geschubst wird. Gewusst – wie!

Was mir da in der ersten Zeit passierte, das geschieht zu meinem Leidwesen auch heute noch ab und zu. Mir ist unbegreiflich, wie ich es immer wieder schaffe, mich mit einem einzigen Mausclick ins „Aus“ zu manövrieren. Doch heute stehe ich nicht mehr so hilflos da. Inzwischen weiß ich mir bei meinen selbstgestrickten Schwierigkeiten irgendwie zu helfen.

Warum ich den Mut bisher nicht verloren habe? Ganz einfach, ich bin von dieser technischen Errungenschaft so fasziniert, dass ich mir überhaupt nicht mehr vorstellen kann, ohne Computer zu arbeiten, und es reizt mich, ihn immer besser kennenzulernen. Außerdem habe ich in der kurzen Zeit zu meinem PC eine Art „Hassliebe“ entwickelt!!



Durchblick im Elektro-Dschungel

Einen Leitfaden für Kauf, Nutzung und Entsorgung von Elektrogeräten haben Wissenschaftler am Fachgebiet Logistik der Universität Dortmund entwickelt. Das Heft „Elektrogeräte im Hausgebrauch - preis- und umweltbewußt“ informiert Verbraucher über Umweltsiegel, umweltgerechten Einsatz der Geräte und Entsorgungswege. Spezielle Tips werden aufgeteilt nach Gerätegruppen gegeben: Die Bandbreite reicht vom Computer bis zum Gartenwerkzeug. Der Wegweiser durch die Angebotsvielfalt liefert auch Checklisten, die bei der Auswahl eines Geräts helfen. An dem Projekt waren Verbraucherzentralen und Fachleute aus ganz Europa beteiligt.

Telefon: 0231/7555700

(idr)

Klassentreffen

von Birgit Meyer

Drei saßen schon auf ihren Plätzen und reckten heftig die Hälsen, als die Tür des Cafés sich wieder öffnete. Wer würde noch zum Klassentreffen der „Höheren Töchterschule Bonn-Bad Godesberg“, Entlassjahrgang 1927, kommen?

Die wackere Else Schulte zu Lorelei, geborene von Schwallhans, hatte lange mit den Vorbereitungen zu diesem Ereignis zu tun gehabt. Galt es doch herauszufinden, wo die jungen Entlassschülerinnen von damals sich heute aufhielten und auch, welchen Namen sie mittlerweile führten. Eine recht schwierige Aufgabe, denn unglücklicherweise hatten es die Mädels vor dem Krieg versäumt, ein Klassentreffen zu organisieren. Danach hatte wohl jede so viel mit den eigenen schicksalhaften Umbilden des Lebens zu tun gehabt, dass letztlich keine auch nur einen Gedanken an ein Klassentreffen verschwendet hatte. Also würden sie sich heute zum ersten Mal wieder begegnen. So hofften sie.

Karoline Schildermann, die jetzt zur Rechten Elses saß, hatte die Einladungen geschrieben und in Umschlägen gesteckt, auf die Martha-Luise Boll,

verwitwete Halberscheidt, geborene Kröseemann, sorgfältig die Namen und Adressen geschrieben hatte. Martha-Luise, vom Alter recht gebeugt und ziemlich eingeschrumpelt, war noch nie riesig gewesen und hatte heute arge Schwierigkeiten, über die Tischkante zu schauen. Ihr Hals war daher am weitesten gereckt.

Leider hatten die Damen vergeblich gehofft, denn durch die Cafétür kam nur ein junger Mann, Mitte Fünfzig, der gewiss nie die „Höhere Töchterschule Bonn-Bad Godesberg“ besucht hatte.

Enttäuscht zogen sie die Köpfe wieder ein.

Eine gute Stunde später hatten die drei recht wortkarg ihre Kuchenteller das dritte Mal leergeputzt und außer Kaffee auch ein paar Kräuterschnäpse genossen. Die Eingangstür wurde dabei stets aufmerksam beobachtet.

Da sagte Else mit krächzender Stimme: „Ach ja, da muss ich doch mal was erwähnen. Charlotte Beinhart, die nachher Balzmann hieß und so wunderschön handarbeiten konnte, die kommt nicht. Ihr Sohn Rüdiger hat mir geschrieben. Sie verstarb im Oktober 1978.“

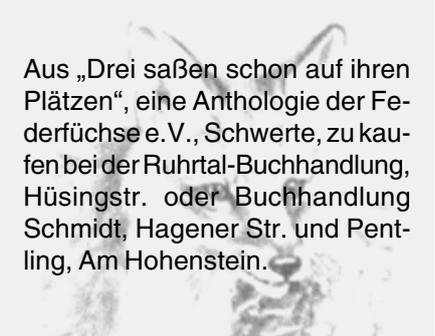
Die beiden anderen wackelten mit den Köpfen.

„Ja, ja, und die Josefine kommt auch nicht,“ sprach heiser die Karoline, „denn die starb bereits 1973. Aber vielleicht kommt wenigstens Frau von Bock, der alte Drachen. Abgesagt hat sie nämlich nicht.“

Als der Name der gestrengen Lehrerin fiel, schüttelte sie vergnügtes Kichern.

„Die muss dann raten, wer wir sind! Die erkennt uns nie!!!“ kreischte Martha-Luise, und vor Lachen prustend, krallte sie sich mit den Fingern an der Tischkante fest. Else steckte verstohlen in einer Lachpause ihre Zahnprothese in die Handtasche, da dieselbe bereits mehrfach auf der weißen Tischdecke zu landen drohte.

So schwelgten sie noch den ganzen Nachmittag und Abend in fröhlichen Erinnerungen. Ihr nächstes Klassentreffen würde wieder im Oktober stattfinden. Von nun an aber jährlich.



Aus „Drei saßen schon auf ihren Plätzen“, eine Anthologie der Federfuchse e.V., Schwerte, zu kaufen bei der Ruhrtal-Buchhandlung, Hüsingstr. oder Buchhandlung Schmidt, Hagener Str. und Pentling, Am Hohenstein.

„Chancengleichheit für ältere Frauen in Politik und Gesellschaft“

Zum Tag der älteren Generation am 4. April legt die BAGSO (BundesArbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V.) der Öffentlichkeit eine Resolution zur „Chancengleichheit für ältere Frauen in Politik und Gesellschaft“ vor.

Bei einer in Brüssel veranstalteten Europäischen Konferenz „Chancengleichheit für ältere Frauen in Politik und Gesellschaft“, wurde festgestellt:

Trotz Verbesserungen in der Gesetzgebung und Fortschritten in der Arbeit von Verbänden ist die Chancengleichheit älterer Frauen de facto in vielen Ländern nicht gegeben.

Insbesondere fehlt es an öffentlicher Aufmerksamkeit für die spezifischen Probleme älterer Frauen, obwohl mittlerweile fast jede fünfte Person in Europa eine ältere Frau von 50 Jahren und mehr ist: Ältere Frauen unterliegen in vielen Ländern höheren Risiken der Arbeitslosigkeit, der Armut, der Belastung durch Pflege und Kindererziehung, der Isolation, Bildungsdefiziten und einem schlechteren Zugang zu Entscheidungsprozessen.

Angesichts dieser Situation werden die Vereinten Nationen, das Europäische Parlament, der Europarat, der Rat der Europäischen Union, die Europäische Kommission und die Regierungen in Europa aufgerufen, die bisherigen Beschlüsse umzusetzen und spezielle Aktionsprogramme auf nationaler und internationaler Ebene zu entwickeln:

- Forschungsarbeiten zu allen relevanten Aspekten der Situation älterer Frauen zu fördern und darauf einzuwirken, dass die spezielle Situation von Frauen und insbesondere älteren Frauen sowohl in quantitativen als auch qualitativen Forschungsarbeiten einbezogen wird.
- Ältere Frauen als eigenständige Zielgruppe in Regierungsberichten und anderen Regierungsveröffentlichungen zu berücksichtigen.
- Anzahl und Wirksamkeit von Maßnahmen, die bereits durch Verbände ergriffen wurden, durch finanzielle Förderung und andere Formen der

Herbstbild

Dies ist ein Herbsttag, wie ich keinen sah!
Die Luft ist still, als atmete man kaum,
Und dennoch fallen raschelnd nah und fern
Die schönsten Früchte ab von jedem Baum.

O stört sie nicht, die Feier der Natur!
Dies ist die Lese, die sie selber hält,
Denn heute löst sich von den Zweigen nur,
was von dem milden Strahl der Sonne fällt.

Friedrich Hebbel

Unterstützung zu erhöhen. Dies gilt insbesondere für Maßnahmen, die die Teilhabe älterer Frauen am Aufbau und der Weiterentwicklung von Netzwerken und Selbsthilfeorganisationen entwickeln und stärken.

Darüber hinaus ist unerlässlich:

- die öffentliche Aufmerksamkeit für die Belange älterer Frauen zu erhöhen,
- sicherzustellen, dass die Perspektive älterer Frauen berücksichtigt und ältere Frauen verstärkt an nationalen, regionalen und lokalen sozialpolitischen Initiativen beteiligt werden,
- Strukturen aufzubauen, die den Dialog auf allen Ebenen zwischen behördlichen Abteilungen, die für Chancengleichheit einerseits und ältere Menschen andererseits zuständig sind, sicherstellen und damit die existentiellen Belange älterer Frauen einbeziehen.

Der Gesamttext der Resolution ist im Internet auf der BAGSO-Homepage www.bagso.de unter „Aktuelle Informationen“ zu finden.

Weitere Informationen, auch zu dem BAGSO Projekt „Chancengleichheit für ältere Frauen - Informationen und Erfahrungsaustausch im Internet“, das die BAGSO mit dem Institut für soziale Infrastruktur (ISIS) in Frankfurt und dem Nationalen Netzwerk älterer Frauen durchgeführt hat, finden Sie unter www.sophia-net.org.

BAGSO, Schedestr. 13, 53113 Bonn, Tel.: 0228/2499930, Fax: 0228/24999320, eMail: presse@bagso.de



„Schön alt - Gesichter“

MESSE DRESDEN
richtet Fotowettbewerb aus

Dresden/Schwerte. Ausdrucksstarke und originelle Motive rund um das Thema „Schön alt - Gesichter“ sucht die MESSE DRESDEN im Rahmen eines Fotowettbewerbes zur sächsischen Landesseniorenmesse „aktiv + vital“ (am 31. März 2002). Die Messe steht unter dem Motto „Lebensgestaltung und Lebensqualität für Senioren“. Sie wendet sich vorrangig an Besucher ab dem 50. Lebensjahr. Der für jedermann offene Fotowettbewerb ist bereits der dritte dieser Art.

Eingesandt werden können Fotos von Senioren aus der ganzen Welt, denn Senioren sind weltoffen und reisen gern. Das Bildformat sollte 12 (b) x 18 (h) Zentimeter betragen. Einsendeschluss ist der 30. April 2002.

Die besten Fotos werden am Eröffnungstag der „aktiv + vital“ prämiert. Alle eingesandten Fotos sind während der Messe in einer Sonderausstellung den Besuchern zugänglich.

Einsendungen bitte an die:
MESSE DRESDEN, „aktiv + vital“,
Messering 6, 01067 Dresden

Weitere Informationen erhalten Sie ab sofort im Internet unter www.messe-dresden.de sowie www.aktiv-vital-messe.de oder von Frau Margitta Rauscher unter der Telefon-Nr. (0351)4458-117.

AS-Preisrätsel

Heimatkunde

Von A nach B gelangt, wer Schwerte von Nord nach Süd durchwandert - oder unser Rätsel löst.

	1	2	3	4	5	6
A						
B						

Die in unserem AS-Preisrätsel Nr.55 gesuchte Lösung heißt

„WER RASTET DER ROSTET“.

Unter den vielen richtigen Einsendungen, für die wir uns herzlich bedanken, entschied das Los sich für folgende Gewinner:

Karin Brieke, Zum Spielpark 12, 58239 Schwerte (ein Büchereigutschein)

Renate Widrinna, Kirchstraße 4, 58239 Schwerte (Blumen-Gutschein)

Paul-Heinrich Eiringhaus, Wasserstraße 30, 58239 Schwerte, (ein Buch)

Es sei darauf hingewiesen, dass unsere Gewinne von 1 - 3 keine Wertung darstellen, denn unser Rätsel kann nur falsch oder richtig gelöst werden. Mit einer Einstufung würden wir nicht gerecht verfahren.

Also allen Gewinnern: Herzlichen Glückwunsch !

Für die erfolgreichen Rater unseres neuen AS-Preisrätsels stehen folgende Gewinne bereit:

- 1 Bildband
- 1 Blumengutschein
- 1 Büchereigutschein

Einsendeschluss ist der 5. Nov. 2001.

Ihre Lösungen senden Sie bitte an:
Redaktion „AS“, Am Stadtpark 1, 58239 Schwerte.

Senkrecht

- 1) Schutzvorrichtg. an Straßenbahnen
- 2) rote Frucht
- 3) Wasservögel
- 4) Tauchsieder
- 5) Gewinnung von Bodenschätzen
- 6) klein und fein

Aphorismen

von M. v. Ebner-Eschenbach

Wersich an seine eigene Kindheit nicht mehr deutlich erinnert, ist ein schlechter Erzieher.

Wir müssen immer lernen, zuletzt auch noch sterben lernen.

Mehr noch als nach dem Glück unserer Jugend sehnen wir uns im Alter nach den Wünschen unserer Jugend zurück.

Man bleibt jung, solange man noch lernen, neue Gewohnheiten annehmen und Widerspruch ertragen kann.

In der Jugend lernt, im Alter versteht man.

Der Gescheitere gibt nach! Eine traurige Wahrheit; sie begründet die Welt-herrschaft der Dummheit.

Das Alter verklärt oder versteinert.

Jung sein ist schön, alt sein bequem.

TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE

ERGSTE

Altenbegegnungsstätte, Kirchstr. 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

Seniengemeinsch. St. Bonifatius, Lambergrstr. 32
 Treffen: Jeden 3. Donnerstag, 15.00 Uhr
 dienstags von 9-10.30 Uhr Seniorenturnen

HOLZEN

Frauengemeinschaft St. Christoph., Rosenweg 75
 10.10. Gedanken zum Erntedankfest
 07.11. Vortrag von Frau Kruse „Patientenverfügung/ Patientenvollmacht“
 05.12. Adventlicher Nachmittags
 Beginn d. Hl. Messe: jeweils 15.00 Uhr
Seniorenzentrum, Westhellweg 220
 montags 15.30 Uhr Spielenachmittag
 mittwochs 14.30 Uhr Singkreis
 donnerstags 15.30 Uhr Seniorengymnastik
 freitags 10.30 Uhr Gedächtnistraining
 letzter Donnerstag im Monat Nachtcafé
 16.09. 14.30 Uhr Seniorentanz mit der Tanzkapelle „Sonnenschein“
 18.09. 16.00 Uhr Diavortrag
 05.10. 15.00 Uhr Kath. Gottesdienst
 07.10. 10.30 Uhr Musik. Frühschoppen mit dem „Zittertrio Ergste“
 09.10. 14.30 Uhr Awo-Kaffeeklatsch
 16.10. 16.00 Uhr Diavortrag mit Herrn Schrader „Norwegen“
 21.10. 14.30 Uhr Seniorentanz mit der „Seniorenband“
 24.10. 10.30 Uhr Gesprächsrunde mit Pastor Müller
 25.10. 10.30 Uhr Ev. Gottesdienst
 02.11. 15.00 Uhr Kath. Gottesdienst
 04.11. 10.30 Uhr Musik. Frühschoppen mit Herrn Grandt
 06.11. 14.30 Uhr Awo-Kaffeeklatsch
 11.11. 14.30 Uhr Seniorentanz mit Herrn Lindenberg
 20.11. 16.00 Uhr Diavortrag mit Herrn Grote „Ferieninsel Borkum“
 28.11. 10.30 Uhr Gesprächsrunde mit Pastor Müller
 29.11. 10.30 Uhr Ev. Gottesdienst
 07.12. 15.00 Uhr Kath. Gottesdienst
Tanzschule Thiele, Im Bohlgarten
 Senioren-Tanznachmittage alle 4 Wochen freitags
 jeweils von 14.30 bis 17.00 Uhr, Einlass ab 14.00 Uhr.
 Die aktuellen Termine entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

SCHWERTE - MITTE

Ökum. Altenkreis, Goethe-Str. 22
 17.09. 13.30 Uhr Start zur Fahrt durch den Kreis Unna
 01.10. Erntedank
 15.10. Jüdische Schicksale in Schwerte
 05.11. siehe Tagespresse
 19.11. siehe Tagespresse
 10.12. Vorweihnachtsfeier
 Beginn jeweils 14.30 Uhr
Altencub Hlg.-Geist, Ostberg, Str.
 19.09. Halbtagesausflug ins Sauerland, Abf. 13 Uhr
 ab Sparkasse Schwerte-Ost
 17.10. Gespräch mit Frau Schulze-Zumhülsen, Thema: Bedeutende Frauen in Schwerte
 14.11. Vortrag von Herrn Bohlen, Thema: Heilwerte aus dem Bienenvolk
 05.12. Adventfeier
 (Beginn der Hl. Messe jeweils um 15 Uhr)
Grete-Meißner-Zentrum, Schützenstr. 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.
 Jeden ersten Sonntag im Monat Tanztee mit Instrumentenkreis, 14.30 Uhr
 dienstags Handarbeitskreis 15.00 Uhr
 donnerstags Gymnastik für Senioren 14.15 Uhr,
 Singen 16.00 Uhr
 freitags Lesekreis 14.45 Uhr

Altenkreis Diakonie
 Jeden Dienstag von 14.30 -16.30 Uhr, Ltg.: Frau Kowatsch

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 jeden letzten Montag im Monat von 17-19 Uhr

Altenbegegnung der Awo, Beckestr. 37 a (im Awo-Kindergarten Regenbogen, 1. Etage)
 dienstags in der geraden KW Basteln und in der ungeraden KW Frauengruppe und jeden Mittwoch, 14 Uhr, Skatclub
 21.09.-7.10. Große Türkeirundreise vom Schwarzen Meer bis zum Mittelmeer
 01.11. Theaterfahrt „Tannhäuser“
 07.12. 15 Uhr Weihnachtsfeier im Giebelsaal
 17.12. 19.30 Uhr Konzert des böhmischen Mädchenchors „Jitro“ im Paul-Gerhardt-Haus
 14.-30.05.2002 Große Masurenrundreise (es sind noch 2 Plätze frei, bitte melden bei Herrn Michael Tel.: 15368)

Johannes-Mergenthaler-Haus, Liethstr. 4
 Jeden 3. Dienstag im Monat ev. Gottesdienst im Café Pläuschchen um 10.30 Uhr
 Jeden 1. Mittwoch im Monat ab 15.30 Uhr Café-Fest mit Frau Hauenschild
 Jeden 2. Donnerstag im Monat kath. Gottesdienst um 10.00 Uhr im Café Pläuschchen

Klara-Röhrscheidt-Haus, Ostbergerstr. 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
 28.09. 20 Uhr 7. Kammerkonzert im Giebelsaal mit Atsuko Seki (Klavier)
 14.10. 17 Uhr 8. Kammerkonzert von Arnim/Rosenthal im Giebelsaal
 26.10. 20 Uhr, Festveranstaltung 75 Jahre Konzertgesellschaft im Freischütz
 17.11. 19.30 Uhr 3. Chorkonzert im Freischütz, Mozart: Krönungsmesse
 23.11. 20 Uhr 9. Kammerkonzert im Giebelsaal mit Grehl, Dönneweg, Alteheld

Musikschule Schwerte, Westenort 18
 04.11. 16 Uhr Ruhrtalmuseum: Junges Podium

VHS Schwerte, Am Markt
 21.09.-05.10. Internet-Surfkurs für Senioren und Seniorinnen
 22.09. 10.00 Uhr Bücherflohmarkt
 01.10. 10.00 Uhr Exkursion Flughafen Frankfurt
 04.10. 19.30 Uhr Diavortrag: Westfriesische Inseln
 25.10. 12.00 Uhr Exkursion Trainingszentrum Deutsche Steinkohle
 27.11. 19.00 Uhr Musikalisch-literarischer Advent
 28.11. 19.30 Uhr Atmen - aber richtig
 07.12.-21.12. Textverarbeitung und graphisches Gestalten für Senioren und Seniorinnen

BARMER Schwerte, Brückstr. 3, Tel. 22062
 Rentenberatung jeden 2. Donnerstag im Monat.
 Telefonische Anmeldung erforderlich!

BSW Seniorengruppe, Rathausstr. 33
 Treffen jeden letzten Dienstag im Monat um 16 Uhr in der Gaststätte „Zum neuen Rathaus“
 Fahrten siehe Aushang (bei der Betreuungsstelle und Sparda-Bank)

SOZIALVERBAND DEUTSCHLAND e.V. ehemals REICHSBUND, gegr. 1917, Eintrachtstr. 10
 Tel.: 12552, außerhalb d. Sprechstunden Tel.: 13647 (Haake)
 Sprechstunde: Montags 9 - 12.30 Uhr
 jeden ersten und dritten Montag im Monat Rechtsberatung, 9 - 12.30 Uhr
 jeden letzten Montag im Monat Vorstandssitzung um 16 Uhr in der Geschäftsstelle
 Sa. 22.12. 15 Uhr Weihnachtsfeier im Giebelsaal
Parkinson-Selbsthilfegruppe, Schwerte
 Manfred Herrmann, Obere Meischede 3, Tel.: 21205
 Zusammenkunft jeden 2. Mittwoch im Monat um 16 Uhr im Empfangsbereich des evgl. Seniorenheimes Schwerte, Liethstr. 4-6
 Telefon-Bereitschafts-Dienst an jedem Sonnabend von 10 - 12 Uhr und dienstags von 15 - 18 Uhr Tel.: 02304/21296 bei Abwesenheit des Regionalleiters und während der Nachtstunden ist ein Anrufbeantworter geschaltet
SGV-Seniorenwandergruppe
 alle 14 Tage donnerstags, 13.45 Uhr Treffpunkt: s. Tagespresse
VdK-Ortsverband Schwerte, Eintrachtstr. 10, Tel.: 81919 (Herr Rösicke)
 dienstags Sprechstunde, 15 - 16 Uhr
 jeden vierten Donnerstag im Monat Rechtsberatung, 15 - 16 Uhr
Projektgr. Schlaganfallgeschädigter, Schwerte
 freitags, 16 Uhr Marienkrankenhaus (Gymnastikraum);
 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 zweiten, dritten und vierten 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 Bingo-spieler
 freitags, 17.30 Uhr, Treffen für alle bei Musik, Spiel und Unterhaltung
 Infos bei Ilse Webel, Tel.: 68806 oder Siegrid Bartelmeß, Tel.: 67859



Es besteht keine Gewähr auf Vollständigkeit und Richtigkeit der Angaben. Redaktionsschluss für Termine: 5. November 01