



Aktive Senioren

Das Magazin
für Schwerte

16. Jahrgang
Ausgabe 62
März 2003



Frühlingsimpressionen am Schwerter Mühlenstrang

Bleistiftzeichnung von R. Stirnberg

Blick auf die frühere Holzbrücke über den Strang, hinter dem ehemaligen Lyzeum, und das Hinterhaus der Schreinerei Kamp an der Ostenstraße. Heute steht hier das Gebäude der Firma Heidemann. Die Anlieger der Ostenstraße hatten hier am Strang früher ihre Waschplätze. Die Wiesen am Südufer wurden als Wäschebleiche genutzt.

- **Bevor die Märker kamen VIII: Die Isenberger Wirren**
- **Erlebnisse und Begegnungen in Wüsten**
- **De Kopp i de Ruhr bei Vilgeste**
- **West-Anatolien, auf den Spuren des Apostel Paulus**
- **Eine Bluse aus Fallschirmseide**



Was ich noch sagen wollte. . .

Das hinter uns liegende 20. Jahrhundert hat den Völkern unseres Kontinents manche harte Lehre beschert. Die Uneinigkeit der einzelnen Staaten untereinander, Machtstreben, Stolz und politischer Größenwahn trugen dazu bei, dass zwei Kriege entstanden, die zu Weltkriegen ausarteten und allen Beteiligten große Opfer abverlangten. Insbesondere das Deutsche Volk hat seine kriegerischen Handlungen sehr teuer bezahlen müssen. Es hat eine harte Schule durchgemacht und gelernt, das Wort „Krieg“ sehr vorsichtig in den Mund zu nehmen. Es will in Frieden leben und sich nicht noch einmal als „kriegslüsterndes Volk“ bezeichnen lassen, das Tod und Elend über andere Völker bringt. Dieser Vorsatz ist sogar im Grundgesetz verankert, und besagt, dass von deutschem Boden niemals ein Krieg ausgehen darf. Wir Deutschen haben uns seinerzeit sehr schwer getan, eine Bundeswehr zu schaffen und auszurüsten, obwohl diese doch nur zur eigenen Verteidigung und Erhaltung des Friedens vorgesehen war.

Doch mit der Erhaltung des Friedens ist das oft eine gar nicht so einfache Angelegenheit. „Es kann der Beste nicht in Frieden leben, wenn es dem bösen Nachbarn nicht gefällt“ ist schon eine altbekannte Weisheit. Kluge Politiker in allen Ländern haben daher in weiser Voraussicht sich um gute nachbarliche Beziehungen bemüht und zwar mit Erfolg. Im Verlauf der Zeit sind aus vielen, einst verfeindeten Staaten nunmehr enge Verbündete geworden und die Menschen dieser Länder pflegen gute persönliche Kontakte untereinander.

Unser Land ist inzwischen ein wichtiges Glied in der Europäischen Gemeinschaft, innerhalb der die Grenzen unbedeutend geworden sind und eine einheitliche Währung dazu beiträgt, Handel und Wandel zu festigen. Europa wächst zusammen, hat jedoch noch einen steinigen Weg vor sich. Da ist es gut, dass es eingebunden ist in die UNO, eine Weltorganisation, in der zwischenstaatliche Konflikte diskutiert und friedlich beigelegt werden sollen. Ein wei-

teres Bindeglied zur Erhaltung eines weltweiten Friedens. Doch es zeigt sich, dass dieser edle Vorsatz im Umgang mit Diktaturen, die es auf unserem Erdball leider noch zur Genüge gibt, nicht so leicht zu realisieren ist.

Das jüngste Beispiel dafür ist die Krise mit dem Irak, dessen diktatorisches Regime sich schwer tut, sich an die Realisierung der UNO-Resolutionen zu halten, mit denen 1991 die kriegerischen Handlungen nach seinem Überfall auf Kuwait eingestellt wurden. Nun wird dadurch erneut ein Krieg heraufbeschworen, mit dem die Gefahr einer gefährlichen Ausweitung verbunden ist, vor der die Menschheit sich fürchtet.

An alle Politiker werden sehr hohe Anforderungen gestellt, um die niemand sie beneiden kann. Angesichts der deutschen Vergangenheit finde ich es verständlich, wenn wir die Beteiligung an einem Krieg ablehnen und eine Ausschöpfung aller diplomatischen Bemühungen vorziehen. Dass wir dafür jedoch eine sehr hässliche Beurteilung aus den USA und eine frostige politische Haltung entgegennehmen müssen, ist für mich nicht nachvollziehbar. Dabei finden wir uns mit unserer Einstellung doch z.Zt. im Einklang mit einflussreichen anderen Staaten wie z.B. Frankreich, Russland und China. Und weitere schließen sich an. Die USA als dominierende Weltmacht, die nach den Anschlägen des 11. September 2001 sich besonders bedroht fühlen, drängen jedoch auf eine schnelle Entmachtung des Diktators und Beseitigung aller seiner gefährlichen Waffen notfalls durch Krieg. Weltweit werben sie um Zustimmung, um auch eine Mehrheit in der UNO zu erhalten und haben dabei ihren alten Kampfgefährten Großbritannien zur Seite und einige andere Staaten. Dass der überwiegende Teil der Bevölkerung jedoch für den Frieden und gegen den Krieg votiert und dieses mit beeindruckenden Demonstrationen untermauert, offenbart einen kaum erlebten Zwiespalt zwischen den Politikern und den Menschen in ihren Ländern.

Seit den unglaublichen Terroranschlägen im September 2001 auf das World Trade Center in New York und das Pentagon in Washington, die mehrere tausend Menschenleben forderten, offenbarte sich auf schreckliche Weise die Verwundbarkeit der freien Welt. Es wurde deutlich, dass kaum ein Ort noch sicher ist vor Menschen, die im Untergrund international ihre verwerflichen Pläne schmieden und Tod und Verderben verbreiten. An diesem Tag änderte sich das Sicherheitskonzept nicht nur der USA, sondern aller Staaten der Erde grundlegend. US-Präsident George W. Bush erklärte dem internationalen Terrorismus den Krieg und fand spontane Solidarität in vielen Ländern der freien Welt. Er sah hinter den Anschlägen den weltweit gesuchten Terroristen Osama bin Laden, der in Afghanistan sogar weitere Terroristen ausbildete. Als die afghanische Regierung sich weigerte ihn auszuliefern, setzten die USA

alles daran, ihn dort in blutigen Kämpfen zu vertreiben. Den Kämpfen am Boden gingen starke Bombardierungen voraus unter denen notgedrungen auch die Zivilbevölkerung sehr zu leiden hatte.

Nunmehr ist der Irak im Blickfeld, der mit seinem Überfall auf Kuwait den Golfkrieg auslöste und verlor. Sein an den Tag gelegtes ablehnendes Verhalten in der Einhaltung der UNO-Resolutionen führte zu der augenblicklichen bedrohlichen Situation, die an die Gewissen aller Menschen rührt. Niemand will einen Krieg, wir alle sehen jedoch den Frieden durch den internationalen Terrorismus gefährdet, der besonders in totalitären Staaten geduldet, wenn nicht sogar geschult wird. Ist es aber zu verantworten, durch einen Krieg viele tausend Menschen zu opfern, nur um einen Diktator zu stürzen? Das ist die Gewissensfrage, die wir uns stellen müssen.

Wir müssen uns aber auch fragen, ob es nicht besser ist, die Ursachen für die Entstehung des Terrorismus frühzeitig zu bekämpfen, als ihn später in seiner gewachsenen Macht vernichten zu müssen! Und die Ursachen für Gewalt sehe ich darin begründet, dass in der Vergangenheit die Einstellung vieler Menschen zueinander leider zu stark abgekühlt und der Gemeinsinn zu stark in den Hintergrund getreten ist. Außerdem litten langsam aber beständig unsere sittlichen und moralischen Grundsätze. In den Köpfen der Menschen traten die sozialen und christlichen Elemente immer mehr in den Hintergrund. Egoismus und die Sucht nach immer mehr Geld und Vergnügen nahmen bedenkliche Ausmaße an, führten zu Süchten, Gewalt und Verbrechen. Still und unmerklich verschwand der Gedanke an die „Soziale Marktwirtschaft“. Statt des angestrebten „Wohlstands für alle“ breitete sich Egoismus aus, wuchs die Kluft zwischen Arm und Reich. Korruption und Mißwirtschaft führten zu leeren öffentlichen Kassen und zu einem Dilemma im sozialen Bereich aber auch auf dem Gebiet der inneren Sicherheit. Und das kann zu gefährlichen Situationen führen, die wir vermeiden sollten.

Politik ist ein hartes und oft auch ein nicht gerade sauberes „Geschäft“, in dem viel zu oft nicht mit ehrlichen Worten und Taten gearbeitet wird. Davon hat unser Volk zur Genüge kennen gelernt und schlimme Folgen tragen müssen. Ich wünsche mir, dass man in dieser Zeit, da von uns eine Entscheidung zum Kriegseinsatz abverlangt wird, unsere Haltung versteht. Wir dagegen müssen uns aber auch bewusst sein, dass, wenn wir gegen einen kriegerisch veranlagten Diktator nicht mit äußersten Mitteln vorgehen, die Kriegsgefahr größer und unausweichlich werden kann. Es ist ein schmaler Grat, auf dem die Politiker sich bewegen. Möge ihnen in dieser schwierigen Situation ein kühler Kopf beschieden sein mit den rechten Gedanken und Entscheidungen, die uns den Frieden erhalten.

Horst Reinhard Haake

Beerenschutz

Es ist schlimm! Die tierlieben und mitleidigen Menschen, die im Winter die Vögel füttern, verhängen im Sommer die reifenden Johannisbeeren, diese Leckerbissen, vor ihnen. Aber die sich färbenden Beeren locken die Vögel trotzdem an. Ein Vogel, der über die Erde hüpfte und von dort zu den Beeren gelangt, verfängt sich dann beim Wegfliegen in den groben Maschen des Netzes. Früher waren diese Netze aus Baumwolle, heute sind sie aus Nylon oder Perlon und - haltbar.

Meine Nachbarin hatte mich gebeten, während ihres Urlaubs in ihrem Garten Blumen und junge Gemüsepflanzen zu gießen und an kühleren Tagen abends die Gewächshäuser zu schließen.

Am dritten Tag meiner Nachbarschaftshilfe wollte ich morgens wieder die Gewächshäuser öffnen und kam gerade in den Garten, als eine Meise versuchte, sich aus einem mit Netz umwickelten Johannisbeerenstrauch zu befreien.

Sie wirkte viel zarter und zerbrechlicher als Meisen sonst. Das Meischen bog sich vor und zurück, konnte wohl den Flügel frei bekommen, hing dafür aber mit dem rechten Bein tiefer im Gewebe. Durch ihre Bemühungen schaukelte das Netz und schlug vor einen anderen Bespannungsteil und der rutschte über den Kopf der Meise. Sie schrie entsetzt, ruckte mit dem Köpfchen hin und her, erfolglos. Sie versuchte auch die Krallen loszuziehen, schaffte es jedoch nicht.

Obwohl ich Angst hatte, dass der Vogel mir beim Loskommen ins Gesicht flöge, zerrte ich das Netz auseinander und schüttelte es vorsichtig. Vergebens.

„Ich hole ‘was zum Schneiden“, erzählte ich der Meise und lief zur Laube. Obwohl ich es nicht sah, bin ich überzeugt davon, dass der aufgeregte kleine Vogel weiter um seine Freiheit kämpfte.

Ich griff ins Netz und tastete mich langsam vor zu der Stelle, wo die Meise hing.

„Sitz’ still!“ beschwor ich sie dabei. „Ich helf’ dir!“ Sie sperrte das Schnäbelchen weit auf, hielt allerdings ganz still. Ob sie wohl begriffen hatte, dass ich ihr helfen wollte?

Die Rosenschere war zum Zerschneiden des Nylonnetzes denkbar unge-

eignet, doch das Meischen drückte sich mit weit aufgerissenen Augen gegen die Maschen, so dass ich Platz hatte zum Hantieren mit der Schere. Als meine Finger das Netz in Reichweite ihres Schnäbelchens spannten und zerschnitten, drehte sie das Köpfchen noch etwas und zwickte mich - ganz zart - wie ein Streicheln.

Die Zeit, die ich für das Befreien benötigte, kam mir ewig vor, doch als ich es geschafft hatte, schwirrte der kleine Vogel aufgeregt piepsend davon.

Bevor ich in den Garten ging, ärgerte ich mich, dass ich gestern abend trotz des warmen Wetters die Gewächshäuser schloss. Jetzt war ich glücklich, dass ich deswegen in den Garten musste und helfen konnte.

Meine Nachbarin rief nachmittags an und erkundigte sich, wie bei uns das Wetter sei und was es Neues gäbe. Ich erzählte ihr von der Rettungsaktion.

Sie erschrak sehr. Sie bedachte nicht, dass Vögel, die in die Maschen geraten, elendig sterben müssen, wenn nicht zufällig jemand kommt und ihnen aus dem Netz heraushilft.

Jedenfalls trug sie mir auf, die Netze sofort zu entfernen und sagte:

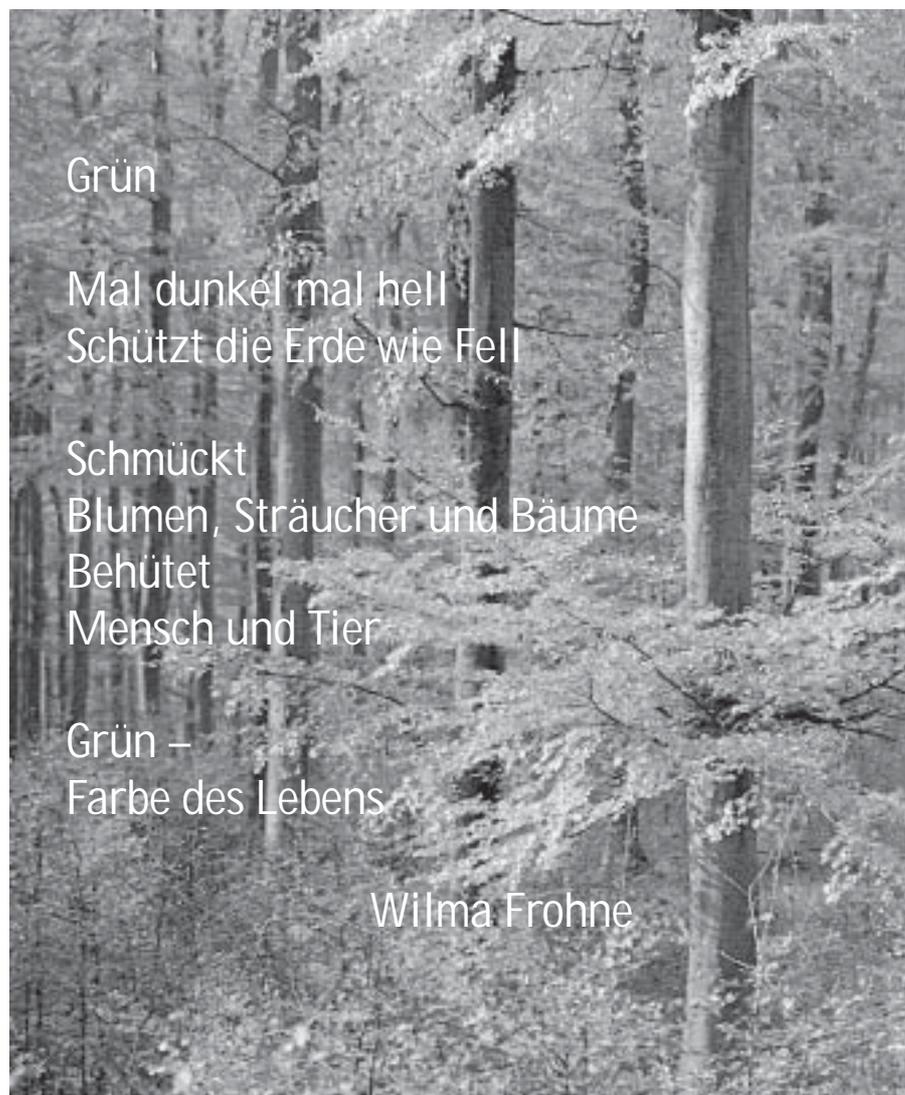
„Die Beeren, die ich dadurch weniger habe, machen den Kohl nicht fett. Für die Vögel ist es Mundraub und der ist erlaubt.“

Mit der Stickschere bewaffnet und mit klopfendem Herzen ging ich wieder zum Garten. In der Zwischenzeit konnte sich ja bereits wieder ein Vogel in dem Netz gefangen haben.

Ich brauchte allerdings keinen gefangenen Vogel zu befreien und auch keinen toten Vogel zu entfernen.

Die schwarzen ängstlichen Knopfaugen der kleinen Meise werden mich jedoch noch lange verfolgen.

Wilma Frohne



Grün

Mal dunkel mal hell
Schützt die Erde wie Fell

Schmückt
Blumen, Sträucher und Bäume
Behütet
Mensch und Tier

Grün –
Farbe des Lebens

Wilma Frohne

Erlebnisse und Begegnungen in Wüsten – Teil I

von Ingeborg Tillmann

Seit jeher haben Wüsten auf die Menschen eine große Faszination ausgeübt. Mehrere bedeutende Religionsstifter haben viele Monate in der Wüste meditiert, bevor sie ihre Eingebungen verkündeten. Auch wir haben auf unseren Reisen in verschiedenen Wüsten Erlebnisse gehabt, die bis heute nicht vergessen sind.

Sonnenaufgang in der Syrischen Wüste

In der Türkei sind wir immer weiter nach Osten gefahren und stehen nun in Urfa, einer der ältesten Städte der

Welt. Schon Abraham hat dort in der Nähe lange gewohnt, denn seine Frau Rebecca wurde in Urfa geboren. Natürlich ranken sich auch Geschichten und Legenden um seinen Aufenthalt.

Einmal sollte Abraham auf einem Scheiterhaufen verbrannt werden, wurde aber auf wundersame Weise gerettet. Bevor die Flammen ihn erreichten, kam ein heftiges Gewitter, löschte das Feuer aus und bildete einen See. Die Holzscheite wurden zu Karpfen. Dieser See mit den fetten Karpfen ist heute in Urfa ein heiliger Ort des Islam.

Wir kaufen uns noch zusätzliche Wasserkannen und Flaschen für die Fahrt durch die Wüste, und fertig ausgerüstet starten wir am nächsten Morgen nach Syrien. Nach gut einer Stunde Fahrt erreichen wir die letzte türkische Stadt vor der Grenze, Akçahale. Die Grenzabfertigung dauert nur etwa eine halbe Stunde, dann geht's rüber nach Syrien, wo die Grenzstation recht primitiv ist. Mit Pass- und Polizeikontrolle und Versicherungsabschluss dauert der Grenzübergang $3\frac{1}{2}$ Stunden, die uns abends dann bitter fehlen.

Eine verhältnismäßig schmale Straße führt nach Ar-Raggah am Euphrat. Er ist der größte Fluss des Vorderen Orients mit 2700 km Länge. Wir standen schon in der Türkei an seinem Ufer, wo er entspringt, aber hier ist er schon beachtlich breit, obwohl ihm viel Wasser entzogen wird, um das Land zu bewässern und den Ertrag der Landwirtschaft zu steigern.

In Deir ez Zor, der wichtigsten Stadt im Osten Syriens, in der viele sesshaft gewordene Nomaden wohnen, biegen wir nach Südwesten ab in die Syrische Wüste in Richtung Palmyra. Die Sonne geht schon unter, und leider müssen wir den größten Teil der Fahrt im Dunkeln machen. Erst gegen $\frac{1}{2}$ 10 Uhr kommen wir in der Oase und Ruinenstadt Palmyra an, wo neben einem Hotel ein kleiner Campingplatz ist. Alles ist nur schwach beleuchtet, und nach dem anstrengenden Tag sinken wir auch schnell ins Bett.

Frühmorgens gehe ich im Bademantel vom Wagen zum nahen Sanitärgebäude und erlebe eine überwältigende Überraschung. Von der aufgehenden Sonne werden Säulen, Tore und Türme von Palmyra angestrahlt. Was wir abends im Dunkeln nicht sehen konnten, enthüllt sich nun: der kleine Campingplatz liegt unmittelbar neben dieser herrlichen Ruinenstadt, die von den Aramäern gegründet wurde und von Königin Zenobia erfolgreich gegen die Römer verteidigt wurde. In meiner Begeisterung schnappe ich mir den Fotoapparat, renne noch im Bademantel

zu den rosig angestrahlten Ruinen und mache die ersten Fotos.

Später, bei der richtigen Besichtigung, wurde einem erst klar, wie riesig die Stadt schon im Altertum war, denn sie lag am Schnittpunkt der Karawanenwege von China zum Mittelmeer und von Ägypten nach Kleinasien.

Es gibt viele Gräbertürme, und zum Mittelpunkt der damaligen Stadt, dem Tetracylon, führt eine 1200 m lange Prachtstraße mit Kolonnaden. Nachdem wir noch das Bankenviertel, die Agora, das Theater, den herrlichen Triumphbogen des Hadrian und den Baalstempel besichtigt haben, steht die Sonne schon hoch am Himmel, und die Temperatur beträgt fast 60 Grad. Ja, als Tourist muss man manchmal ein eisernes Durchhaltevermögen haben. Zur Belohnung dürfen wir in der schwefelhaltigen Quelle der Zenobia baden, die in einer schattigen Felshöhle liegt. Eine herrliche Erfrischung.

Bei der Weiterfahrt nach Damaskus sehen wir dann auch die Syrische Wüste bei Tage. Es ist überwiegend eine ziemlich ebene Steinwüste.

Eine Einladung in der Wüste Ram

Der Grenzübergang von Syrien nach Jordanien dauert auf jeder Seite gut 2 Stunden, was als normal gilt. Allmählich wird es für uns aber schwieriger, uns immer wieder an andere Währungen, Geldscheine und Münzen zu gewöhnen: In Österreich tauschen wir meist gar nicht, denn unser Spezialtank ist groß genug, dass wir nicht zu tanken brauchen. Nach den Dinaren in Jugoslawien und den griechischen Drachmen, gewöhnten wir uns an die türkischen Lira.

In Syrien hatten wir insofern Glück, weil die Regierung gerade eine Anhebung des Wechselkurses beschlossen hatte, um das Schwarztauschen einzudämmen. So bekommen wir fast das Doppelte an syrischen Pfunden, allerdings sind auch sofort die Preise gestiegen, wie man uns versichert. In Jordanien gibt es nun Jidis. Für 6,50 DM einen Jidi, unterteilt in Piaster und Fils. In Touristenzentren wurde übrigens in allen Ländern auch gerne die D-Mark als Zahlungsmittel angenommen.

Von den landschaftlichen Schönheiten, den grandiosen alten Bauten und



den geschichtsträchtigen Ausgrabungen sowohl in Syrien als auch in Jordanien könnte ich stundenlang schreiben, aber ich will mich hier auf die Erlebnisse in Wüsten beschränken.

Vom Desert-Highway in Jordanien biegen wir ab in die Wüste Ram und in das Wadi Rum. Bei einem Wüstenfort, in dem auch der berühmte Lawrence von Arabien zeitweilig wohnte, übernachteten wir, immer gut bewacht von der jordanischen Wüstenpolizei, der einzigen Polizeitruppe auf Kamelen. Jeder Tourist muss sich dort anmelden.

Am nächsten Morgen erkunden wir zu Fuß die Umgebung. Die Wüste Ram soll die schönste Wüste der Welt sein, und wir können dem nur zustimmen. Bizarre Felsen oder kleinere Gebirge, die in vielen verschiedenen kräftigen Farben schimmern, wechseln mit breiten Sandtälern ab.

In der Ferne sehen wir ein Nomadenzelt, und das wollen wir uns mal näher ansehen. Die Zeltplanen sind aus schwarzem Ziegenhaargewebe, das sich in der Hitze zusammenzieht und so die Luft durchlässt. Bei Regen quellen die Haare stark auf und das Dach wird dicht. Neben dem Zelt steht ein Kamel, dessen Vorderbeine zusammengebunden sind, damit es nicht weglaufen kann.

Eine Frau winkt, näher zu kommen, aber als sich auch Erwin in Bewegung setzt, winkt sie entschieden ab. Männer dürfen nicht in die Nähe

kommen. Also gehe ich allein weiter. Wir begrüßen uns freundlich, und wo es keine gemeinsame Sprache gibt, kann man sehr viel durch Gestik und Mimik ausdrücken. Sie zeigt mir ihren einfachen Haushalt, und ich bewundere ihre Sachen.

Schließlich bietet sie mir einen Tee an, wie es in arabischen Ländern üblich ist. Sie kommt mit einem Glas Tee und reicht es mir, und beinahe hätte ich es vor Schreck fallen lassen. Das Glas ist übersät mit Finger- und Mundspuren, es haben schon viele Menschen vor mir benutzt. Blitzschnell schießt mir durch den Kopf: „Ja, wo soll die Frau denn hier Wasser zum täglichen Spülen herbekommen?“ und es gelingt mir, ihr zuzulächeln und den Tee zu trinken, übrigens ohne nachteilige Folgen.

Erwin ist inzwischen etwas umhergewandert und hat das vollständige Gerippe eines verendeten Kamels gefunden. Am nächsten Tag machen wir dann mit einem gemieteten Jeep und einem ortskundigen Führer eine große Besichtigungstour in der Wüste Ram. Wir erleben schmale wilde Schluchten, sehen uralte Felszeichnungen und immer wieder diese bunten Farben der Steine, die auf viele unterschiedliche Mineralien schließen lassen. Als die Sonne untergeht, verändern sich die Farben der Felsen, werden noch intensiver - ein Anblick, den man nie vergisst.

Nicht Geld, sondern Erinnerungen sind der wahre Schatz im Alter.

Vierter Altenbericht erschienen:

Deutlich steigender Anteil Hochaltriger

Die Zahl der Hochaltrigen (80 Jahre und älter) wird in den nächsten Jahren in Deutschland deutlich zunehmen. Dies geht aus dem vierten Altenbericht der Bundesregierung hervor, den die Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Christine Bergmann, vorgestellt hat. Momentan leben in Deutschland 2,9 Millionen Menschen, die 80 Jahre oder älter sind. In zwei Jahrzehnten wird diese Zahl auf rund 5,1 Millionen (6,3 Prozent der Bevölkerung), in 50 Jahren auf acht Millionen (11 Prozent der Bevölkerung) steigen. Die Hochaltrigkeit ist überwiegend weiblich: Drei Viertel der über 85-jährigen sind Frauen.

Parallel zum zunehmenden Anteil Hochbetagter steigt auch die Zahl der Menschen mit Demenz. Jeder fünfte der über 80-jährigen ist heutzutage betroffen, bei den über 90-jährigen ist es jeder dritte. Insgesamt

wird die Anzahl der an einer mittelschweren oder schweren Demenz erkrankten Menschen auf über 900.000 geschätzt; etwa zwei Drittel davon leiden an der Alzheimer Krankheit. Für das Jahr 2020 wird eine Zunahme der Anzahl der Personen mit Demenzerkrankungen auf 1,4 Millionen erwartet. Erwartungsgemäß steigt mit zunehmendem Alter auch die Pflegebedürftigkeit: Während von den 60- bis 64-jährigen nur 1,6 Prozent pflegebedürftig sind, sind es bei den 80- bis 84-jährigen bereits 38 Prozent und bei den über 90-jährigen über 60 Prozent. Frauen sind mit zunehmendem Alter stärker auf Hilfe angewiesen als Männer - bei den über 90-jährigen sind zwei Drittel der Frauen gegenüber 42 Prozent der Männer pflegebedürftig. Pflege ist überwiegend Familien- und damit

Frauensache: Fast 90 Prozent der zu Pflegenden werden von Angehörigen betreut, rund 80 Prozent der familialen Pfleger sind Frauen.

Die meisten Hochaltrigen (60,1 Prozent) leben allein. Sind dies bei den 70- bis 74-jährigen noch 31,8 Prozent, steigt diese Zahl bei den 75- bis 79-jährigen auf 46 Prozent an.

Die finanzielle Lage der über 80-jährigen ist laut Bericht generell nicht Besorgnis erregend. Allerdings verfüge jeder fünfte Hochaltrige über weniger als die Hälfte des Durchschnittseinkommens der Bevölkerung, bei den weiblichen Hochbetagten sei es jede vierte. 1,4 Prozent der Altersgruppe sind Sozialhilfeempfänger.

Die Altenberichtscommission stellt eine erstaunlich hohe Stabilität des subjektiven Wohlbefindens bei der untersuchten Altersgruppe fest, die jedoch mit zunehmenden Lebensjahren durch Multimorbidität, Ausdünnung des sozialen Netzes, eingeschränktem finanziellen Spielraum und unzureichend auf körperliche Einschränkungen angepasste Wohnbedingungen geschwächt wird.

Der sich für die nächsten Jahrzehnte abzeichnende demographische Wandel kommt, so Bergmann, „einer schleichenden Revolution gleich“. Die Gesellschaft muss sich „nicht nur auf neue medizinische Anforderungen, sondern auch auf neue soziale Herausforderungen“ einstellen. „Ein neues Bild des Alters und ein neuer Umgang mit dem Alter sind erforderlich.“ Der unter dem Titel „Risiken, Lebensqualität und Versorgung Hochaltriger - unter besonderer Berücksichtigung demenzieller Erkrankungen“ laufende Altenbericht, der von einer unabhängigen Sachverständigenkommission erstellt wurde, macht noch einmal deutlich, dass Hochaltrige keine homogene Gruppe bilden. Bezogen auf subjektive Befindlichkeit, psychische und physische Gesundheit bestehen hier große Unterschiede, auf die laut Empfehlung der Altenberichtscommission mit „integrierter Beratung“, abgestuften Versorgungskonzepten und vernetzten Altenhilfestrukturen reagiert werden sollte.

Künftig soll es in jeder Legislaturperiode einen Altenbericht geben.

(Pro Alter)

Informationen zur Rente

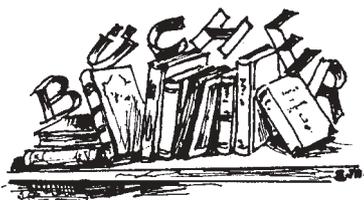
„ABC der Rentenversicherung“ heißt das neue Internetangebot des Sozialministeriums von Nordrhein-Westfalen. Unter www.masqt.nrw.de erhält man einen schnellen Überblick über die wichtigsten Begriffe und Fragen rund um das Thema Rente und Altersversorgung.

Die Broschüre „Praxis in NRW. Die neue Rente - Rentenreform 2001“ bietet weitere Informationen zur Rentenreform und kann über die Internetseiten des Sozialministeriums (www.masqt.nrw.de, Punkt „Service“) bestellt oder über www.masqt.nrw.de/bibliothek/download/material/rentenreform.pdf heruntergeladen werden. (KDA)

Patientenverfügung

Bundesarbeitsgemeinschaft Hospiz (Hrsg.): Patientenverfügungen - Fügen oder Verfügen? Dokumentation der Fachtagung in Köln am 23. Februar 2002. Wuppertal: der hospiz verlag, 2002. ISBN 3-9808351-0-3. 11,80 •

Die Dokumentation befasst sich umfassend mit den ethischen und rechtlichen Fragen rund um die „Patientenverfügung“, die Betreuungs- als auch die Vorsorgevollmacht, den § 1904 BGB, die sog. „Bayrische Patientenverfügung“, den Stand der Rechtsprechung etc. Darüber hinaus enthält sie eine Zusammenstellung der ethisch-rechtlichen Argumentationsansätze zu Handhabung und Verfassung von Verfügungsvollmachten. (KDA)



Türen öffnen zum Menschen mit Demenz 1:

Hilfen zur Kommunikation bei Demenz

Eine der größten Herausforderungen an die Pflege und Begleitung von Menschen mit Demenz ist es, den Kontakt zu diesen Menschen herzustellen, ihn zu halten, mit ihnen zu kommunizieren und so eine gemeinsame Beziehungsebene zu finden. Funktioniert die verbale und/oder nonverbale Interaktion nicht, so sind alle weiteren Maßnahmen und Interventionen nutzlos.

Der Ratgeber richtet sich an beruflich und privat Pflegende, die Menschen mit Demenz, desorientierte Menschen und Menschen mit Erinnerungsschwächen in der eigenen Häuslichkeit, in geriatrischen Krankenhäusern, in gerontopsychiatrischen Abteilungen, in Alten-/Pflegeheimen, in Tageszentren sowie Einrichtungen des Betreuten Wohnens pflegen und begleiten.

Jennie Powell (2002): Hilfen zur Kommunikation bei Demenz. Übersetzung aus dem Englischen von Britta Maciejewski. Köln: Kuratorium Deutsche Altershilfe. Ca. 110 Seiten. ISBN: 3-935299-26-5, 9,80, zzgl. Versandkosten

Gartenfreude bis ins hohe Alter

Hurka, Werner/Milde, Henning: Gartenfreude bis ins hohe Alter. Wie man sich das Gärtnern leicht machen kann. Bad Liebenzell: Woto Werbeagentur und Verlag, 2002. ISBN 3-935163-01-0. 14,90 •

Gärtnern ist ein beliebtes Hobby, auch bei älteren Menschen. Damit das auch bis ins hohe Alter so bleiben kann, geben die beiden Autoren - beide sind Gärtnermeister und waren lange Jahre in der Gartenbauforschung und -lehre tätig - erprobte Ratschläge und Tipps darüber, wie man sich Mühe spart und sich die Gartenarbeit erleichtern kann. Sie testen neu entwickelte Geräte auf ihre „Seniorentauglichkeit“ und empfehlen geeignete Pflanzen für das Gärtnern im Alter. Ein kurzes Kapitel ist dem Gärtnern im Seniorenwohneheim gewidmet. (KDA)

.....

„Manche können gemeinsam mit uns lernen, aber sie erlangen nicht gemeinsam mit uns die Wahrheit.

Manche können gemeinsam mit uns die Wahrheit erlangen, aber sie bleiben nicht gemeinsam mit uns bei der Wahrheit.

Manche bleiben gemeinsam mit uns bei der Wahrheit, aber sie prüfen nicht gemeinsam mit uns die Wahrheit!“

Konfuzius

.....

Pflegekräftemangel – Gegenmaßnahmen nötig

Auf ihrer diesjährigen Mitgliederversammlung verabschiedete die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen, unter deren Dach sich 77 Verbände mit bundesweiter Bedeutung zusammengeschlossen haben, eine Stellungnahme zum Pflegekräftebedarf in stationären und ambulanten Einrichtungen.

Als Interessenvertretung der älteren Generationen und angesichts der demografischen Entwicklung verleiht sie ihrer Sorge über den bereits bestehenden Mangel an Pflegefach- und -hilfskräften und über das nachlassende Interesse von Menschen aller Altersstufen an einer Ausbildung für die Altenpflegeberufe Ausdruck.

Gründe für den Pflegekräftemangel sieht sie in der geringen gesellschaftlichen Anerkennung, den großen physischen und psychischen Belastungen und der zu geringen Vergütung.

Um dem drohenden Pflegenotstand entgegenzuwirken, müssen - so die BAGSO - folgende Maßnahmen zügig ergriffen werden:

- Eine gemeinsame Grundausbildung von Kranken- und Altenpflegepersonal, die so umfassend ist, dass ein Wechsel innerhalb beider Pflegeberufe jederzeit möglich wird.

- Die schnelle Umsetzung des Bundesaltenpflegegesetzes (auch wenn es noch nicht in Kraft treten konnte) durch die Länder im Hinblick auf die verkürzten Ausbildungsmöglichkeiten für Pflegefachkräfte mit besonderen Voraussetzungen (2 Jahre) und für Altenpflegehelfer/innen (1 Jahr). Dabei darf auf Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger kein Druck ausgeübt werden, denn nur motivierte Pflegekräfte sind gute Pflegekräfte.
- Im Rahmen des neuen Zuwanderungsgesetzes die Arbeitsaufnahme ausländischer Pflegefachkräfte unter der Bedingung zu erleichtern, dass sie die deutsche Sprache ausreichend beherrschen oder schnell zu erlernen bereit sind.
- Eine deutliche Anhebung der Vergütung.

Die Stellungnahme finden Sie im Internet www.bagso.de, Sie können sie aber auch in der BAGSO Geschäftsstelle anfordern.

BAGSO, Schedestr. 13, 53113 Bonn
Telefon: 0228 / 2 49 99 30,
Fax: 0228 / 24 99 93 20
eMail: presse@bagso.de

Bundesverfassungsgericht macht Weg für Altenpflegeausbildung frei

Durch ein Urteil des Bundesverfassungsgerichts (Aktenzeichen: 2 BvF 1/01) ist der zwei Jahre andauernde Streit um eine bundeseinheitliche Regelung der Altenpflegeausbildung endlich beendet. Am 24. Oktober 2002 wies der Zweite Senat die Normenkontrollklage Bayerns ab, die verhinderte, dass das Gesetz bereits zum 1. August 2001 in Kraft treten konnte. Somit wird nicht nur erstmals die Berufsbezeichnung „Altenpfleger/Altenpflegerin“ gesetzlich geschützt und die Ausbildungsdauer bundeseinheitlich auf drei Jahre festgelegt, sondern auch das sich im Laufe der Zeit stark gewandelte Berufsbild als Heilberuf anerkannt.

Das Kuratorium Deutsche Altershilfe ist sich sicher, dass damit der Qualität in Ausbildung und Ausübung des anspruchsvollen und zukunftsweisenden Berufs endlich Rechnung getragen wird.

Mit In-Kraft-Treten des Altenpflegegesetzes am 1. August 2003 wird auch die neue Ausbildungs- und Prüfungsverordnung für alle Bundesländer gelten.

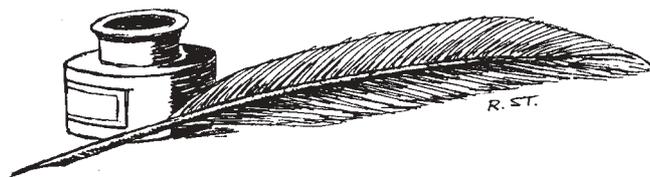
Neben einem einheitlich hohen Ausbildungsniveau bringt das Gesetz aber auch andere Neuigkeiten: Die Schüler haben fortan einen Anspruch auf eine Ausbildungsvergütung während ihrer gesamten Ausbildungszeit. Diese muss vom Träger der praktischen Ausbildung, zu denen neben den stationären Einrichtungen erstmals auch die ambulanten Dienste gehören, bezahlt werden.

Anders als bei Altenpflegerinnen und Altenpflegern wird die Ausbildung von Altenpflegehelferinnen und -helfern nach wie vor in der Ausbildungskompetenz der einzelnen Bundesländer bleiben, da das Bundesverfassungsgericht für diesen Berufszweig nicht die Zugehörigkeit zu den Heilberufen erkennt. Deswegen habe der Bund bezogen auf diese Berufsgruppe auch keine Gesetzgebungskompetenz, so die Karlsruher Richter.

(KDA)

Die Redaktion dankt allen Einsendern von Leserbriefen. Bei der Auswahl werden kurzgefasste Zuschriften bevorzugt. Die Redaktion muss sich vorbehalten, Manuskripte zu kürzen; Anonymes geht in den Papierkorb.

Leserbriefe



Sehr geehrter Herr Haake, gerade habe ich mir die Nummer 61/Dezember 2002 von AS in der Volksbank in Hennen (für mich die nächstliegende Bezugsstelle) abgeholt. Längst wollte ich mich an die Redaktion wenden. Es geht mir um die gut geschriebenen und illustrierten Artikel von Reinhold Stirnberg, auf die ich leider erst vor 2 Jahren aufmerksam geworden bin, als der Verfasser wie ich Referent der Soester Niflungen-Tagungen war und mir eines der Magazine für Schwerte gab.

Ich bin aus Remscheid, also ein „Bergischer“, seit 1981 Heimatpfleger im Kreis Soest und wohne seit 1997 im Märkischen Kreis. Die Ortskombination erklärt mein besonderes Interesse.

Reinhold Stirnberg und ich stehen aus verschiedenen Gründen in Kontakt, und es gibt weitere Geschichtsfreunde, die seinetwegen AS lesen - wenn sie sie bekommen - und miteinander über Stirnbergs Artikel diskutieren. Mit anderen Worten: Es gibt inzwischen sehr interessierte Rezipienten außerhalb Ihrer Stadt, an die man vor 15 Jahren wahrscheinlich noch nicht gedacht hat. Dazu gehören z.B. einige mittelalterliche Verfasser - im doppelten Sinne -, die innerhalb und außerhalb Westfalens leben und schreiben.

Was ich an Reinhold Stirnberg schätze, ist seine Art, die komplizierten historischen Sachverhalte unseres Raumes durch eigenständige Verbindung von Quellenmaterial zu erschließen und in verständlicher Sprache darzustellen, daneben die sorgfältige Aufbereitung von Bildmaterial und seine Begabung für die mehrdimensionale zeichnerische Vergegenwärtigung von Objekten, für die es nur bescheidene Anhaltspunkte gibt.

Wie Stirnberg mir sagte, verfügt er selbst nicht mehr über alle bisherigen Nummern von AS. Ich habe ihn

um eine Liste seiner bisher erschienenen Aufsätze gebeten. Diese hat er mir freundlicherweise sogar nach Iserlohn gebracht. Auf die Frage, wo man seine historischen Beiträge möglicherweise kopieren könne, empfahl er mir, mich an das Schwerter Stadtarchiv zu wenden.

Ich besitze nur die Hefte 55, 56, 57, 58, 60 und 61. (Es tut mir jetzt leid, dass ich sie zum Abheften gelocht habe). Nun geben Sie auf S. 2 den Tipp, man habe für Heimatfreunde einen kleinen Vorrat an Magazinen. Ich würde das Angebot gern in Anspruch nehmen und bitte Sie, mir mitzuteilen, wann und wo ich ge-

benenfalls solche Hefte abholen könnte.

Wegen der Zeichnungen sind die Originalseiten Ablichtungen vorzuziehen. Da die Aufsätze noch nicht als Kompendium erschienen sind, möchte ich mir Stirnbergs Arbeiten selbst binden. Sie sind es mir wert. Gibt es einen Sammler, den ich wegen der vergriffenen Hefte ansprechen könnte? Selbstverständlich würde ich das eingescannte Material umgehend wieder zurückbesorgen. Ich bitte Sie um Verständnis, Rat und Unterstützung.

Mit freundlichen Grüßen
Fritz-Otto Peters, Iserlohn

Sehr geehrter Herr Haake,

herzlichen Dank für die vier Hefte des Jahrgangs 2002 Ihrer Seniorenzeitung. Ich bin gerade dabei, sie durchzulesen, und darf Ihnen wegen ihrer Qualität wiederum gratulieren. Liebhaber haben die Hefte auch in meinem historisch interessierten Bekanntenkreis gefunden.

Dank Ihrer freundlichen Hilfe konnte ich vor einigen Monaten Kontakt mit Herrn Reinhold Stirnberg aufnehmen. Er wird nun hier im Wickeder Bürgerhaus am Mittwoch, 26. März 2003, 19.30 Uhr, einen Lichtbildervortrag „Die Edelherrn von Rüdenberg und Ardey stellen sich vor“ halten. - im Rahmen der Volkshochschule in Zusammenarbeit mit unserem örtlichen Geschichts- und Heimatverein.

Die Familie der Edelherrn von Ardey ist insbesondere durch die Stiftung des Prämonstratenser-Klosters Scheda hier in bleibender Erinnerung; eine Schenkungsbestätigung des Kölner Erzbischofs von 1202 als des Lehnsherrn der Ardeyer Edelherrn war Grundlage des 800jährigen Jubiläums, das der Ortsteil Wiehagen unserer Gemeinde Wickede (Ruhr) im vorigen Jahr feierte.

Ich füge das Heft Dez. 2002 unseres Geschichts- und Heimatvereins für Sie bei, bedanke mich für Ihre freundlichen Bemühungen und wünsche Ihnen alles Gute im neuen Jahr 2003 und mit Ihrer Seniorenzeitung weiterhin viel Anerkennung und Erfolg. Franz Haarmann



Eine Bluse aus Fallschirmseide

Im letzten Magazin der Seniorenzeitung (AS-Nr. 60) sah ich zu meiner großen Überraschung das Bild vom niedergegangenen Fallschirm im Westhofener Pastoratsgarten.

Die Personen auf diesem Bild waren aus der näheren Nachbarschaft.

Zu jener Zeit habe ich zusammen mit meiner Freundin Inge eine Schneiderlehre gemacht.

In diesen Kriegstagen war man froh, aus alten Fliegeruniformen einen Mantel, oder aus Woldecken Trachtenjacken arbeiten zu können.

Eines Tages kam Pastorentochter Martha Winkler in die Werkstatt und brachte den Fallschirm, um daraus eine Bluse arbeiten zu lassen.

Zu unserer großen Freude bekamen wir ein Stück vom Fallschirm geschenkt. Es wurde die schönste Bluse meines Lebens mit Biesen und Valenciennes-Spitze. E. Schäfer

Wisst ihr noch wie's früher war...

(nach der Melodie: Alle Vögel sind schon da...)

Lasst uns singen heut im Kreis - aus den alten Tagen, / wo all' Menschen waren froh - ohne Fernsehen, Radio. / Refr.: Wisst ihr noch, wie's früher war - zu den alten Zeiten.

Mutter kochte Erbsensupp' in nem Riesentopfe, / Vater, Mutter, Kinderlein - alle hauten kräftig rein. / Refr...

Ach, wie schön, die alte Zeit - lasst sie nicht vergessen, / wo noch Strohsack fand man nett - und der Pott stand unterm Bett. / Refr...

Wo beim Haus wohl um die Eck' - stand ein kleines Häuschen. / Hier, o Schreck, wenn langer Sitz - und der Wind blies durch die Ritz. / Refr...

Kinder bracht' der Klapperstorch - jedes Jahr aufs Neue. / Heute gibt's das Tier nicht mehr - drum stehn auch die Wiegen leer. / Refr...

Kaugummi ist heut gefragt - früher tat man priemen. / Mutter tanzte Polka gern - heute ist der Beat modern. / Refr...

's gab auch keinen Supermarkt - nicht einmal Konserven. / Petersilie, Suppengrün - hatte man im Garten stehn. / Refr...

Reisen tut man heute gern - möglichst weit gen Süden. / Früher fuhr man ganz allein - höchstens mal die Ernte ein. / Refr...

Alle sind heut so gehetzt - finden keine Ruhe. / Früher war das Leben schön - und dazu noch angenehm. / Könnt' es heut' noch mal so sein - wie in alten Zeiten.

Wir schreiben den 6. November 2002, der Umbruch für die Dezemberausgabe ist schon fertig, so dass dieser Bericht erst in der Märzausgabe 2003 erscheinen kann.

An diesem Tag hatte die Frauenhilfe Lichtendorf die Bewohner des Seniorenheimes Liethstraße zu einem gemütlichen Beisammensein eingeladen.

Die Frauenhilfe Lichtendorf hatte nicht nur reichlich Torten und Kuchen für das leibliche Wohl mitgebracht, sondern auch den vorzüglichen Kaffee.

Es wurden nicht nur lustige Sachen vorgetragen, sondern auch kräftig gesungen und bei dem o.g. Lied sah man bei einigen älteren Seniorinnen und Senioren ein Lächeln und Schmunzeln im Gesicht. Wurden doch einige Erinnerungen aus der alten, ob „schönen“?, Zeit wach.

Nach der Melodie: „Hohe Tannen“ wurde noch das folgende Lied gesungen:

Wieder neigt sich der Tag seinem Ende und es war miteinander so schön. Reichen wir uns gemeinsam die Hände und wir sagen, Auf Wiedersehen.

Lieder, die wir gemeinsam gesungen, Stunden, die wir gemeinsam verbracht, sollen unseren Herzen noch erklingen, bis zur späten Mitternacht.

Es wird still nun in unserem Bunde, Freundschaft bleibt das Lösungswort. Liebe Freunde in dieser Runde Auf eine Wiederseh'n an diesem Ort.

Damit klang nach ca. 2 Stunden dieser gesellige Nachmittag aus.

Noch mal ein herzliches Danke an die Frauenhilfe Lichtendorf, die Seniorinnen, Senioren, die Betreuer sowie die Leitung des Johannes-Mergenthal-Hauses. Erwin M. Riedel

Innehaltend

Wer alt wird, hat viele Leben gelebt.
Entleerte waren es und erfüllte, beglückende und auch ungestillte.

Welches der hell-dunklen Leben war seines?
Und war dies nun alles?
Kommt noch eines?

Gerd Schimansky

Bevor die Märker kamen

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

Teil VIII: Dietrich von Isenberg kontra Adolf von der Mark oder: Die Isenberger Wirren

Durch seine kölntrouen Haltung war es Graf Adolf I. 1226 gelungen, den größten Teil der altenaischen Besitzungen und Rechte, die sein Großvater Graf Everhard von Altena vor der Altenaischen Teilung besessen hatte, für sein Haus zu retten und in seiner Hand wieder zu vereinigen¹⁾. Bei den ehemals Isenbergischen Vogteien war ihm weniger Glück beschieden. So ging die Vogtei über die

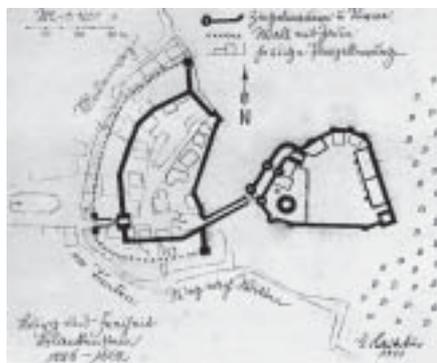
ihren 164 Mansen in 110 Orten, konnte er nicht gewinnen³⁾. Die dem Stift Kaufungen gehörige große curtis Herbede musste er auch unter die Verluste verbuchen. Deren Vogtei über ihre 59 Mansen in 23 Orten vergab die Äbtissin 1226/27 an Arnold von Didinckhoven⁴⁾. Wer die Vogteien über die westfälischen Güter der Klöster Siegburg, Fischbeck und Möllenbeck erhalten hat, ist mir nicht bekannt.

Isenberg ließ er im Go Hattingen durch seinen Drost und Heerführer Ludolf von Bönen schon am 1. Mai 1226 den Grundstein zur neuen Hauptfeste des Goes legen - der Burg Blankenstein a.d. Ruhr, einige Kilometer östlich von Hattingen⁶⁾. Zuvor hatte Adolf am Aschermittwoch, dem 4. März 1226, als Ersatz für die zerstörte Stadt Nienbrügge, die Stadt Hamm gegründet; unweit seiner Hauptresidenz, der Burg Mark a.d. Lippe⁷⁾.



Burg Blankenstein um 1600. Rekonstruktionszeichnung von R. Stirnberg.

Burg und Freiheit Blankenstein. Lageplan von W. Rauterkus, 1951



Als Vogt über die Curia Ekelo der Abtei St. Pantaleon zu Köln, mit ihren 24 Mansen in 16 Ortschaften, ist Graf Adolf I. jedenfalls nachgewiesen. Hier scheint er sich ganz in der Tradition seines Vorgängers Friedrichs von Isenberg, als ein „Bedrucker des Hofes Ekelo“ erwiesen zu haben. Wie Erzbischof Heinrich von Molenark 1227 bekundete, hatte sich Adolf jedoch bereiterklärt, gegen eine jährliche Zahlung von 2 Mark auf weitere „ungerechte Forderungen“ zu verzichten⁵⁾.

So konzentrierte sich Adolf voll und ganz auf die Sicherung seiner weltlichen Besitzungen. Anstelle der zerstörten Burg

Etwa zeitgleich änderte Adolf I. auch seinen Namen. So ließ er den Titel eines Grafen von Altena fahren und nannte sich von nun an nur noch „Comes der Marcha - Graf von der Mark“. Graf Adolf ließ den Namen „ALTENA“ aus seiner alten Messingpetschaft herausschleifen und durch „MARCHA“ ersetzen. Um die unterschiedlichen Schrifthöhen von dem neuen Namen und der alten Umschrift etwas anzugleichen wurde der gesamte Siegelstock abgeschliffen, wodurch das Bildrelief an Plastizität verlor und der feine, netzartig gerautete Hintergrund des Bildfeldes zerstört wurde. Gleichzeitig wurde der Topfhelm des Reiters zu einem „modernerem“ Kübelhelm mit Seh-schlitz umgearbeitet. Das Wappen mit dem wachsenden Löwen und dem Schachbalken wurde aber beibehalten. Angeblich soll Graf Adolf den Namen und Titel eines Grafen von Altena durch Friedrich von Altena-Isenberg als entehrt betrachtet haben. Das dürfte aber m.E. ins Reich der Fabel gehören, da ja nach Adolfs Tod, 1249, sein jüngerer Sohn Otto (1249-1264) wieder den Titel eines Grafen von Altena trug und mit dem alten kombinierten Wappen, mit Löwe und Schach, siegelte. Dagegen führte der ältere Bruder Engelbert I. (1249-1277) den Titel eines „Grafen von der Mark“ und siegelte erstmals nur mit dem märkischen Schach. Daraus folgt, dass Graf Adolf I. dem von ihm angenommenen Titel eines Grafen von der Mark nur den höheren Rang, vor dem Titel eines Grafen von Altena, einräumte. Über das „Warum“ lässt sich nur spekulieren.

Mochte sich auch Graf Adolf I. als Graf von der Mark bezeichnen, eine Grafschaft Mark, als territoriales Gebilde, von der er seinen Titel herleiten konnte, exis-

Reichsabtei Essen und dem zugehörigen Stift Rellinghausen seinem Haus auf vorerst unabsehbare Zeit verloren. Es handelte sich hierbei immerhin um Einkünfte aus insgesamt 22 Curien (Hofhaltungen) mit 1062 Hufenhöfen in 698 Ortschaften Westfalens²⁾. Auch die Vogtei über die 5 Curien der Abtei Werden, mit

tierte zu diesem Zeitpunkt noch gar nicht. Die ihm unterstellten Comitate Altena, Hövel und Bochum waren Freigrafschaften, Gerichts- und Verwaltungsbezirke. Zwar hatte er in ihnen, sofern sie innerhalb des Erzbistums Köln lagen, zum größten Teil die dortige Gogerichtsbarkeit an sich gebracht, die später zur Rechtsgrundlage einer Territorialherrschaft wurde, doch war ihm dies im großen Nordteil der Grafschaft Hövel und der sie umgebenden zahlreichen altenamärkischen Freigrafschaften nördlich der Lippe, im Bistum Münster, nicht mehr möglich gewesen. Hier hatten schon die Bischöfe von Münster die dortige Gogerichtsbarkeit an sich gezogen. Somit beschränkte sich die zukünftige Territorialherrschaft „Grafschaft Mark“, die Graf Adolf I. von der Mark wohl schon angestrebt haben mag, von vornherein nur auf die Goe, die innerhalb des Erzbistums Köln lagen. Realisiert wurde dieser von Köln unabhängige Territorialstaat Grafschaft Mark aber erst durch Adolfs Enkel Graf Everhard II., nach der Schlacht von Worringen, 1288, durch den Sieg über den Kölner Erzbischof Siegfried von Westerburg.

Die Machtstellung Graf Adolfs I., als Vassall der Kölner Kirche, beruhte einzig und allein auf seinem Allodial- und Lehnsbesitz, den er durch seine Burgen sicherte. Etwa sieben Jahre lang konnte sich Graf Adolf des ungestörten Besitzes der okkupierten isenbergischen Güter und Goe erfreuen. Nun aber meldete sich Dietrich von Isenberg zu Wort, der siebzehnjährige erstgeborene Sohn von Graf Friedrich von Isenberg, der Ansprüche auf sein väterliches Erbe erhob⁸). Hierbei konnte er sich auf mächtige Verbündete stützen, seinen Oheim Herzog Heinrich IV. von Limburg und Graf von Berg, Graf Otto von Tecklenburg, die Edelherren von Steinfurt und von der Lippe, die Grafen von Schwalenberg, den Edelherren Gerhard von Wildenberg und andere. Mit im Bunde waren sein Bruder Friedrich von Isenberg und sein Onkel Wilhelm von Altena, genannt von Isenberg, der Bruder des hingerichteten Friedrich von Isenberg. Dietrichs anderer weltlicher Onkel, Adolf von Holte (1220-1261) hatte sich nach dem Totschlag Engelberts von seiner Familie distanziert und hielt sich abseits.

Als ihren Hauptgegner betrachteten die Isenberger und ihre Verbündeten jedoch den Kölner Erzbischof Heinrich von Molark, den „Mörder“ des Grafen Friedrich von Isenberg, dem sie Rache geschworen hatten und den sie mit allen Mitteln bekämpften. Erzbischof Heinrich, gegen den in Rom ein kanonischer Prozess anhängig war, geriet in arge Bedrängnis; so der Tenor eines Briefes von



Zwei Siegel von Graf Adolf I. als Graf v. Altena und v. d. Mark
Links: Beschädigter Siegelabdruck von 1226 mit dem Namen (ALT)ENA. Rechts: Siegelabdruck nach 1226 mit der Namensänderung in MARCHA. Nach Westfälische Siegel, Tafel X, Nr. 2 und 3, aus dem StADortmund.

Papst Gregor IX., vom 17. Juni 1233, an den Bischof von Osnabrück, den Kölner Dompropst und den Propst von St. Geron zu Köln⁹). Darin teilt er ihnen mit, dass die Söhne des überaus verabscheuungswürdigen Grafen Friedrich von Isenberg, des Mörders des Erzbischofs Engelbert, als Nachahmer seiner Gottlosigkeit, mit dem Bruder ihres Vaters, Wilhelm von Isenberg, die Kölner Kirche und den Erzbischof Heinrich aufs heftigste bedrängten. Der Papst befahl daher den Adressaten, die Übeltäter und ihre Anhänger mittels kirchlicher Strafen zur Ruhe zu bringen, damit der gegen den Erzbischof eingeleitete kanonische Prozess keine Verzögerung erleide. Vom gleichen Tag datiert ein weiteres Schreiben, das der Papst an die „Fideles“ (Getreuen) und Vasallen der Kölner Kirche richtete¹⁰). Darin befahl er ihnen, der Kölner Kirche und dem Erzbischof gegen die Söhne des Grafen Friedrich von Isenberg und Wilhelm, den Bruder des Grafen, beizustehen. Gegen die Isenberger und ihren Anhang wurde jedenfalls auch ein Prozess in Rom eröffnet, wegen des Verdachtes gegen die Verwandten und



Sterlinge des Grafen Adolf I. v. d. Mark, geprägt ab 1230/32 in Iserlohn. Abb. vergrößert



Links: Reitersiegel von Graf Dietrich von Isenberg von 1246. Umschrift: +S(IGILLUM) * THEODERICI * COMITIS * DE * ISINBERGE. Rechts: Rückseite des Reitersiegels. Umschrift: +SIGILLI SECRETUM. Fürstl. Benth.-Tecklenb. Archiv zu Rheda; an Urk. WUB VII, Nr. 629.





Karte der Raffenburg mit ihrer civitas, der Burgstadt, mit Einzeichnung der bis heute festgestellten Gebäudereste und Hauspodien. Aus dem Atlas der vor- und frühgeschichtlichen Befestigungsanlagen in Westfalen. Die sogenannte Franzosenschanze ist das Belagerungskastell des Grafen Everhard II. v. d. Mark von 1288.



Torpartie der Raffenburg während der Teilausgrabung von 1934. Fotoarchiv des Hohenlimburger Museums.

Schwäger des Mörders von Erzbischof Engelbert, die aus Rache den Erzbischof Heinrich verfolgten und ihn beleidigten¹¹⁾.

Etwa gleichzeitig eskalierte die Lage in Westfalen. Da Graf Adolf von der Mark die Rückgabe der isenbergischen Güter ablehnte, fiel Herzog Heinrich von Limburg mit Heeresmacht in Adolfs Gebiet ein. In dieser Situation war Graf Adolf I. nahezu ohne Verbündete. Nur gestützt auf die Treue und die Kampfkraft seiner Ministerialen, gelang es ihm der Lage Herr zu werden. Eine zeitliche Einordnung der Kämpfe, z.B. um Hamm, Bönen, Wiedenbrück, Gassmert und Sonnborn ist leider nicht möglich. Für das Gefecht bei Wiedenbrück gibt das „Chronicon Veteris“ das Jahr 1232 an. Wie Levold von Northof rund hundert Jahre später berichtet, erfolgte danach ein Limburgischer Vorstoß ins Ruhrtal auf Schwerte¹²⁾, genauer gesagt auf die „villam de swerte“, die „Arnold, Hermann und Dietrich de Altena“ gehörte, den Söhnen des 1200 urkundlichen „Giselher de Swerte“, der sich nach 1225, 1230



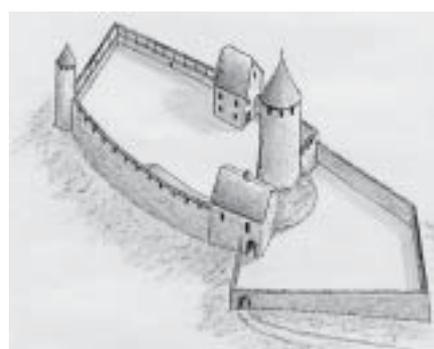
Rekonstruktionsversuch der Raffenburg v. R. Stirnberg. Ansicht von Norden.

urkundlich, „de Altena“ nannte. Giselher hatte noch zwei weitere Söhne: Everhard und Giselher II. Letzterer erscheint ab 1262 wieder als Giselher de Swerte¹³⁾.

Die villam de swerte, das Dorf (= unbefestigte Ansiedlung) zu Schwerte, wie bislang die betreffende Textstelle übersetzt wird, ging beim Angriff der Limburger in Flammen auf. Hermann Esser setzt den Überfall in das Jahr 1232. Dass es sich hierbei um die gesamte Ansiedlung Schwerte gehandelt haben soll, bestehend aus dem großen, wahrscheinlich schon befestigtem Xantener Hof, der „curtis principalis swerte“, unter der Vogtei der Grafen von Kleve, mit der Hofes- und nunmehrigen Pfarrkirche St. Victor, den Höfen der Abtei Werden und der ehemals isenbergischen, nun märkischen „curtis swerte“, als Villicationsoberhof des Hofverbandes Schwerte, nebst umliegenden Hofstätten, macht keinen Sinn. Da ist zum Einen die doppelte Bedeutung des Begriffes „villam“, der sowohl mit „Dorf“, als auch mit „Landgut“, einem größeren Gutskomplex, übersetzt werden kann. Wäre die gesamte Ansiedlung Schwerte gemeint gewesen, so hätte Levold von Northof sicherlich den Terminus „villam sverte“ benutzt. Er nennt sie aber „villam de sverte“ - villam zu sverte. Also kann mit „villam“ nur ein Teil der Siedlung gemeint sein. Wir müssen daher villam mit Landgut übersetzen. Daraus folgt, dass den Gebrüdern de Altena nur die ihnen gehörige, oder von ihnen verwaltete märkische curtis swerte, nebst möglichen umliegenden zugehörigen Hofstätten, von den Limburgern abgepackelt wurden. Als Herren der Gesamtsiedlung Schwerte scheiden die de Altena jedenfalls aus.

Benannt hat sich diese Familie von/zu Altena genannt Ludenschede nach ihrem Burglehen zu Altena, wie Diedrich von Steinen berichtet. Ihr Wappen ist dem der Herren von Bönen, von Northof und von Neuhoff gleich, und zeigt eine senkrecht stehende geöffnete Handfessel¹⁴⁾.

Zur Finanzierung des Krieges beschritt Graf Adolf auch den Weg der Münzprä-



Ansicht der Limburg in der ersten Bauphase von 1242.

gung, obwohl er gar nicht dazu berechtigt war. So ließ er ab 1230/33 in Hamm und Iserlohn englische Pennys oder Sterlinge nachprägen und in Umlauf bringen. Die englischen Sterlinge entsprachen nach Rau- und Feingewicht den Kölner Pfennigen und erfreuten sich im Rheinland und in Westfalen, als inoffizielle Kursmünzen, großer Beliebtheit. Davon gedachte Graf Adolf zu profitieren. Außerdem konnte er so das königliche Münzregal unterlaufen. Prägeberechtigt waren zu dieser Zeit in Westfalen nur der König, der Erzbischof von Köln und die Bischöfe von Münster, Osnabrück und Paderborn. Über die märkischen Münzen berichte ich in einem späteren Aufsatz.

Als der Angriff der Limburger auf die villam de swerte erfolgte, lagerte eine märkische Kohorte, unter der Führung von Arnold de Altena, und seinen Brüdern Hermann und Dietrich, am Rande des „Lürwaldes“, mit freier Sicht auf Schwerte. Es kann sich hierbei nur um den heutigen Börstinger Berg gehandelt haben. Die zahlenmäßig unterlegenen Märker griffen daraufhin die Limburger an. In der Talaue, auf dem Werth, „zwischen den Ruhren“ vor Villigst, kam es zu einer blutigen Schlacht, die mit einer Niederlage der Limburger endete. Sechzig Limburger Ritter und Edelknechte wurden gefangen und nach Altena gebracht. Der genaue Ablauf ist nachzulesen bei Levold von Northof. An diese Schlacht erinnert die alte Schwerter Ortssage vom „Kopf in der Ruhr bei Villigst“, die Josef Spiegel zu einem Gedicht in plattdeutscher Sprache inspiriert hat.

Weitere wechselvolle Kämpfe folgten. Schließlich fiel der Edelherr (Gerhard?) von Wildenberg, der Verbündete des Limburgers, von Osten her, mit seinen Truppen in die Grafschaft Altena ein. Auf dem Berge Gassmert bei Herscheid kam es zur Schlacht. Hierbei bereitete das märkische Heer den Wildenbergischen Truppen eine schlimme Niederlage. Im Gefenzug fielen die Märker in die Grafschaft Berg ein, die sie mit Feuer und Schwert verwüsteten. Doch Herzog Heinrich von Limburg und Graf von Berg holte zum



Schloss Hohenlimburg um 1800. Blick vom Schleipenberg ins Lennetal. Links, das Kirchdorf Elsey. Gemälde von H. Tillmann (1820-1913).

Gegenschlag aus. Beim heutigen Wuppertal-Sonnborn stellte er die Märker zur Schlacht, die für sie mit einer verheerenden Niederlage endete. In wilder Flucht zogen sie sich in die Grafschaft Altena zurück, die Limburger hart auf den Fersen. Den Limburgern gelang es so, sich an der unteren Lenne, dem Go Elsey und der „cometia osteric“ dauerhaft festzusetzen.

Eine ständige Bedrohung muss für sie jedoch die starke Kölnische Raffenburg gewesen sein, die den Lenneübergang der „Königsstraße“ bei Elsey sicherte, und von Hagen aus nach Iserlohn und weiter ins Hönnetal führte, wo sie die wichtigen Eisenerzgruben und Verhüttungsplätze dieses Raumes erschloss. Die Gefahr, die von der Raffenburg für die Limburger ausging, war nicht zu unterschätzen. Daher beschloss Herzog Heinrich ihr gegenüber, in einer Entfernung von knapp einem Kilometer Luftlinie, für seinen Neffen, eine starke Burg als Widerpart auf einer Bergzunge des Schleipenberges zu errichten, die er „nach dem Namen seines eigenen Schlosses Limburg (a. d. Vesdre) gleichfalls Limburg nannte. Es heißt, der Herzog habe „so viele Ritter dort gehabt wie Bretter oder Planken, mit denen die Burg befestigt wurde...“¹⁵⁾ Es handelte sich demnach ursprünglich um eine Holz-Erdebefestigung, die erst später in Stein ausgebaut wurde. Zeitgleich, wie das bisher geborgene Fundmaterial bezeugt, entstand in etwa 400 Metern Entfernung, oberhalb des heutigen Schlosses Hohenlimburg, auf dem Schleipenberg eine weitere kleine, aber stark befestigte Burg. Sie diente vermutlich dem Flankenschutz der Limburg während des Baues. Wie sie geheißen hat wissen wir nicht. Ihre Reste nennt man heute „Die Sieben Gräben auf dem Schleipenberg“. Ein kompliziertes

Wall-Graben-System, die Wälle vermutlich als Holz-Erde-Befestigung konzipiert, umschloss ein relativ kleines, ovales Kernwerk mit Steinmauer und Steinturm (siehe Karte). Der Befund ist mir aber zur Zeit noch unklar, sodass ich noch keinen Rekonstruktionsvorschlag anbieten kann.

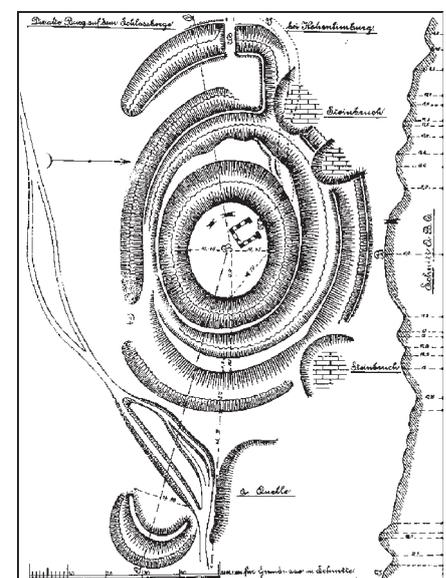
Während Herzog Heinrich die Limburg errichtete, nahm sein Neffe Dietrich von Isenberg auf der Oestricher Burg Quartier, dem alten Allodialbesitz seines Vaters und Großvaters. Hier baute er den alten karolingischen Westring der Feste zu einer regelrechten steinernen Funktionsburg aus, die einen runden Bergfried erhielt¹⁶⁾. Wenn den bisher gemachten Bodenfunden zu trauen ist, so ließ Dietrich von Isenberg möglicherweise im Laufe der folgenden Jahre nach und nach auch die anderen Befestigungen der 18 Hektar großen Gesamtanlage wieder in einen verteidigungsfähigen Zustand versetzen. Nach dem Ausbau des Westrings folgte die Wiederherstellung des Mittelwalles, anschließend die des Osttringes (1244/50?). Etwa um 1247/50 (?) wurde danach der große Nordwall vollendet. Ich hege daran aber erhebliche Zweifel. Es steht für mich zwar außer Frage, dass Dietrich von Isenberg die Absicht gehabt hat die Oestricher Burg zu seinem hiesigen Hauptsitz zu machen und auszubauen. Die Fertigstellung einer so ausgedehnten Befestigungsanlage macht aber nur dann einen Sinn, wenn er nicht auch die Absicht gehabt hätte, innerhalb der Wälle eine „Civitas“, eine Burgstadt, anzulegen, wie es bei der kölnischen Raffenburg heute nachgewiesen ist. Der Grund, warum dieses Vorhaben letztlich aufgegeben wurde, muss mit dem 1243 geschlossenen Einigungsvertrag mit Graf Adolf zusammenhängen, der ein Befestigungs-

verbot enthielt. So heißt es darin: „Desgleichen darf Dietrich keine neue Festung aufbauen **oder eine alte instandsetzen**; noch darf Graf Adolf irgendwas befestigen außer Kamen und Hamm; noch darf Dietrich die Stadt vor der Burg Limburg über der Lenne befestigen.“¹⁷⁾

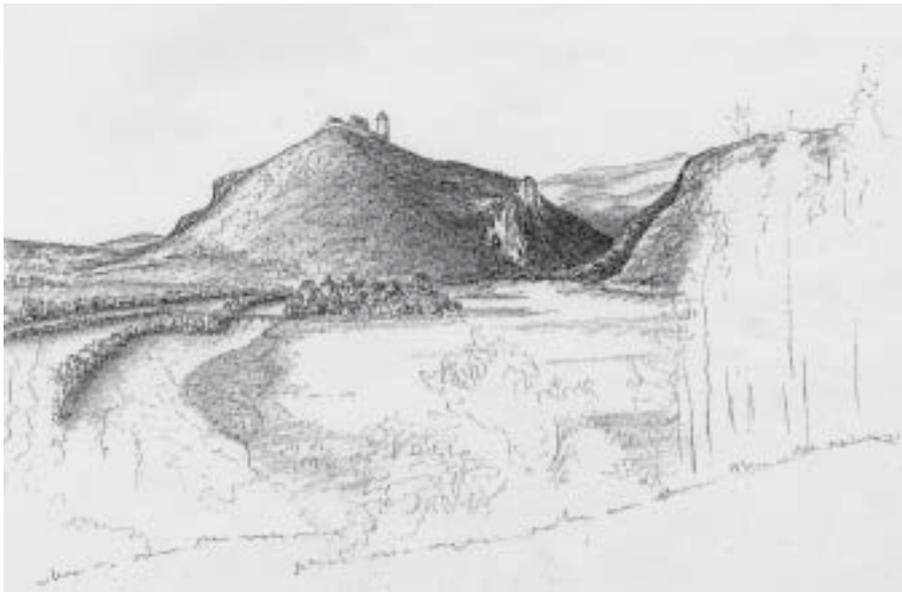
Eine zeitliche Einordnung und der genaue Ablauf der hier geschilderten Ereignisse ist unmöglich festzulegen, dies lässt die Quellenlage nicht zu. So setzt Hermann Esser^{17a)} die Schlacht bei Villigst, und in mutmaßlicher Folge den Einfall der Märker in die Grafschaft Berg, die märkische Niederlage bei Sonnborn und den Baubeginn der Limburg, in das Jahr 1232. Ein gewisses Wahrscheinlichkeitsmoment spricht dafür, dass sich die Limburger und Isenberger erst nach ihrem Sieg bei Sonnborn im Go Elsey und der cometia osteric festsetzen konnten. Nur, wann diese Schlacht stattfand, ist völlig unklar. Nach Esser hatte Ludolf von Bönen den Einfall in die Grafschaft Berg angeführt. Diese Aussage hat nur einen Nachteil, nach 1226 lässt sich die Existenz Ludolfs urkundlich nicht mehr belegen. Auch der Baubeginn der Limburg ist völlig unklar. Zwar sind die bislang geborgenen Scherben von Siegburger Früh-



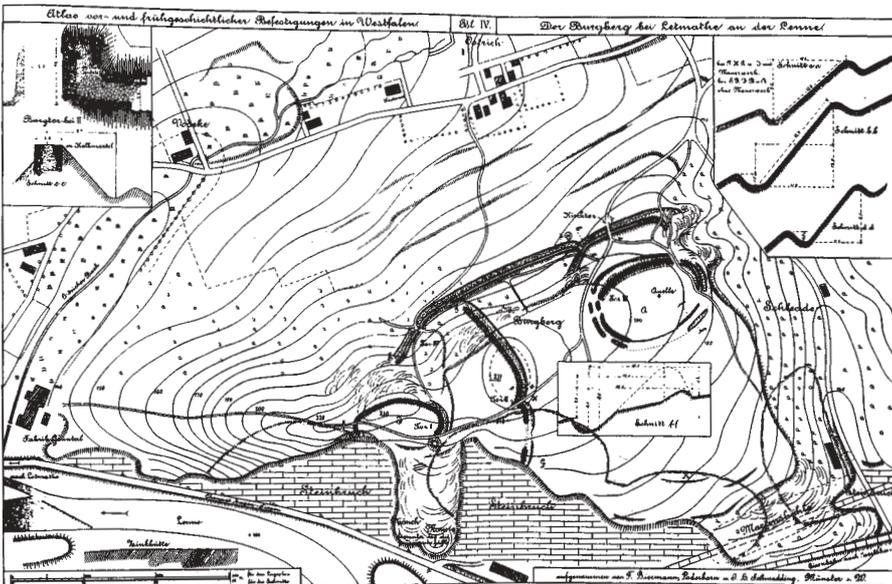
Blick von Norden auf die „Sieben Gräben auf dem Schleipenberg“. Aufnahme von 1935.



Plan der „Sieben Gräben“ aus dem Atlas der vor- und frühgeschichtlichen Befestigungsanlagen in Westfalen von 1920.



Ansicht des Oestricher Burgberges um 1800, mit Einzeichnung der Burg Graf Diedrichs von Isenberg im karolingischen Westring. Bleistiftzeichnung von R. Stirnberg.



Karte des Oestricher Burgberges aus dem Atlas der vor- und frühgeschichtlichen Befestigungen in Westfalen von 1920.



Blick von Osten auf die Schlupfporte, das sog. „Sonnenloch“, in der Westringmauer. Aufnahme von ca. 1937. Foto: Sammlung W. Bleicher.



Der Turmstumpf des Bergfrieds im östlichen Westringbereich. Aufnahme von 1940/45. Foto: Sammlung W. Bleicher.

steinzeug vom Oestricher Burgberg und den sieben Gräben vom Schleipenberg identisch, beide Burgen haben also zeitgleich bestanden, doch lassen sich die Scherben mit Sicherheit nur „um die Mitte des 13. Jhdts.“ datieren.¹⁸⁾

Fertiggestellt war die Limburg jedenfalls 1242, nach Ausweis der Urkunde vom 17. Juli, in der „der Edle (noch nicht Graf) Dietrich von Isenberg“ mit Zustimmung der Brüder seines Vaters, Engelbert Bischof von Osnabrück, Philipp Propst von

Soest, Bruno Propst von Osnabrück, Gottfried Propst von St. Martin in Münster, Wilhelm von Isenberg und Adolf von Holte, der sich wieder zu seiner Familie bekannte, seinem Oheim Herzog Heinrich von Limburg, in seiner Eigenschaft als Graf von Berg, die Limburg, als ihm gehöriges Allod zu Lehen aufträgt¹⁹⁾; ferner zwei Höfe zu Elsey und die Höfe zu Hufele/Hövel und Wanemale/Wambel. Dietrich empfängt sie als Erblehen zurück, sowohl in männlicher wie weiblicher Linie. Kurz gesagt, Dietrich von Isenberg begab sich dadurch in die Lehnsabhängigkeit der Grafen von Berg. Am 24.8.1244 ließen sie sich von den Burgmännern der Limburg die Treue schwören²⁰⁾. Im gleichen Jahr musste sich Dietrich sogar verpflichten, niemals ohne die Zustimmung der Grafen von Berg über seine Burg zu verfügen²¹⁾. Diese ständige Bevormundung durch seinen Oheim, und nach 1247 durch seinen Vetter Graf Adolf VI. von Berg und dessen Nachfolger, sollte Zeit seines Lebens anhalten, wie wir noch sehen werden.

Die alte Sachsenfeste auf dem Oestricher Burgberg ist uralter Kulturboden und war seit der Mittelsteinzeit bis in das Spätmittelalter immer wieder periodenweise besiedelt. Das hier geborgene Fundgut übertrifft an Bedeutung das der berühmten Hohensyburg bei weitem. Doch wird sie in der wissenschaftlichen Literatur stets stiefmütterlich behandelt. Das mag daran liegen, dass sie bei den karolingischen Geschichtsschreibern nirgendwo Erwähnung findet. Doch beweist die Existenz des karolingischen Westrings, dass hier in der zweiten Hälfte des 9. Jhdts. eine fränkische Burgbesatzung stationiert war. Die Lage der Oestricher Burg auf dem Gipfelplateau des Burgberges war strategisch günstig gewählt. Von hier aus konnten die uralte, später fränkische Königsstraße und das Lennetal kontrolliert und gesperrt werden.

Bis in das 19. Jhd. hinein war der Burgberg Teil eines großartigen Naturszenarios unserer Heimat, das ich als das „Eiserne Tor des Sauerlandes“ bezeichnen möchte; den Durchbruch der Lenne durch den mitteldevonischen Massenkalk! Ein heute längst dem Steinabbau zum Opfer gefallener Ausläufer des „Honseler Rückens“ schob sich einst von Süden bis an den Fuß des unersteigbaren Burgberges, mit den Kalkklippen von „Pater und Nonne“, wie es meine Zeichnung nach einem Gemälde des frühen 19. Jhdts. zeigt. Diesen tiefen Einschnitt zwischen dem Burgberg und dem Honsel hat im Laufe von Äonen die Lenne geschaffen, die hier aus der Enge der Schlucht in den sich öffnenden Talkessel von Letmathe austrat.

Nr.	Objekt	Bestand	Abgabe	Abgabe
1	Freiort	Wald	Wald	100
2	Wald	Wald	Wald	100
3	Wald	Wald	Wald	100
4	Wald	Wald	Wald	100
5	Wald	Wald	Wald	100
6	Wald	Wald	Wald	100
7	Wald	Wald	Wald	100
8	Wald	Wald	Wald	100
9	Wald	Wald	Wald	100
10	Wald	Wald	Wald	100
11	Wald	Wald	Wald	100
12	Wald	Wald	Wald	100
13	Wald	Wald	Wald	100
14	Wald	Wald	Wald	100
15	Wald	Wald	Wald	100
16	Wald	Wald	Wald	100
17	Wald	Wald	Wald	100
18	Wald	Wald	Wald	100
19	Wald	Wald	Wald	100
20	Wald	Wald	Wald	100
21	Wald	Wald	Wald	100
22	Wald	Wald	Wald	100
23	Wald	Wald	Wald	100
24	Wald	Wald	Wald	100
25	Wald	Wald	Wald	100
26	Wald	Wald	Wald	100
27	Wald	Wald	Wald	100
28	Wald	Wald	Wald	100
29	Wald	Wald	Wald	100
30	Wald	Wald	Wald	100
31	Wald	Wald	Wald	100
32	Wald	Wald	Wald	100
33	Wald	Wald	Wald	100
34	Wald	Wald	Wald	100
35	Wald	Wald	Wald	100
36	Wald	Wald	Wald	100
37	Wald	Wald	Wald	100
38	Wald	Wald	Wald	100
39	Wald	Wald	Wald	100
40	Wald	Wald	Wald	100
41	Wald	Wald	Wald	100
42	Wald	Wald	Wald	100
43	Wald	Wald	Wald	100
44	Wald	Wald	Wald	100
45	Wald	Wald	Wald	100
46	Wald	Wald	Wald	100
47	Wald	Wald	Wald	100
48	Wald	Wald	Wald	100
49	Wald	Wald	Wald	100
50	Wald	Wald	Wald	100

Abgabenverzeichnis der „cometia osteric/ Grafschaft Oestrich“, um 1250.

Von diesem Naturschauspiel ist nichts geblieben. Wie ein Krebsgeschwür haben sich die Steinbrüche in den Burgberg und den Honsel hineingefressen und das Tal geweitet. So ist von der Burg Dietrichs von Isenberg im Westring nichts geblieben. Ihre erhaltenen Mauerreste, mit dem sogenannten „Sonnenloch“, einem Schlupftor, das auf den Punkt des Sonnenaufgangs am Tag der Frühjahrs- und Herbst-Tagundnachtgleiche ausgerichtet war, und der Stumpf des Bergfriedes, sind nach 1945 dem Kalkabbau zum Opfer gefallen. Nur verblässende Fotografien erinnern noch daran. Die gesamte Südseite des Burgberges wurde völlig verwüstet. Nur die eindrucksvolle Felsgruppe von Pater und Nonne hat die Zeiten überdauert. Den letzten Rest der Burg beseitigte dann der Durchstich des Burgberges, zum Bau des Autobahnzubringers, in den siebziger Jahren des 20. Jhdts.

Von den sich um den Burgberg rankenden Sagen ist besonders eine für uns von Interesse. Danach lebte vor Urzeiten auf dem Burgberg ein riesiger Hüne. Dessen Bruder hauste auf der Wulfsegge, dem Standort der späteren Burg Altena. Als sich nun der Bruder auf der Wulfsegge eines Nachts im Schlaf seine haarigen Beine kratzte, erwachte von dem Lärm, der dabei entstand, der Bruder auf dem Oestricher Berg und rief kummervoll aus: „Oh Brauer, du bist mir al to nah!“²²) So soll Altena zu seinem Namen gekommen sein. Wer denkt hierbei nicht gleich an das gespannte Verhältnis zwischen den Brüdern Graf Arnold von Altena, als dem Herrn der Oestricher Burg, und Graf Friedrich von Altena, als Herrn der Burg Altena? Hat sich so im Volksmund eine Erinnerung an die beiden Grafenbrüder, über Jahrhunderte hinweg, erhalten?

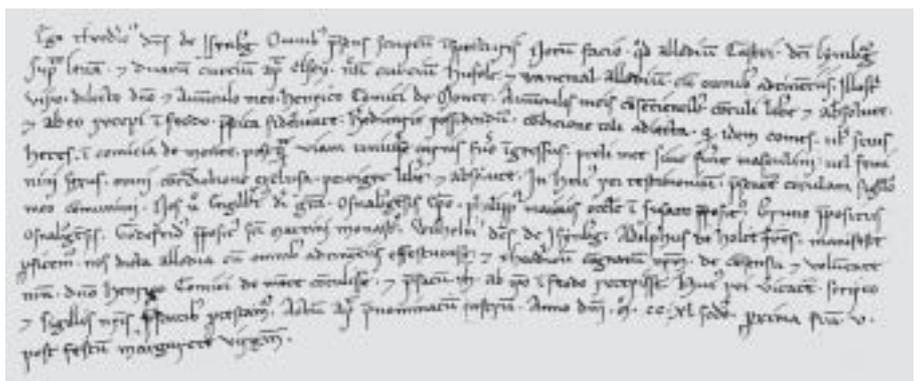
Von der Existenz der ehemaligen „cometia osteric“ - der „Grafschaft Oestrich“ erfahren wir nur aus einem Abgabenverzeichnis, das Graf Dietrich von Isenberg



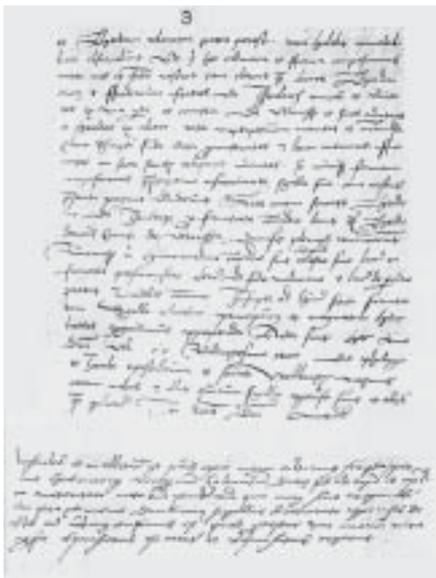
Blick auf den Oestricher Burgberg mit Pater und Nonne. Aufnahme um 1960.

etwa um 1250 hat niederschreiben lassen. Es findet sich am Ende der großen Vogteirolle. Es werden darin die zur Grafschaft gehörigen Güter und ihre Besitzer mit der Höhe ihrer Abgaben in Denaren aufgeführt. Die Eintragungen sind zwar teilweise unlesbar geworden. Die Mehrzahl der Güter lag um den Burgberg herum, so in Oestrich, Stengelinchusen/Stenglingsen, Lasbek, Gindena/Genna, Gruden, Steney, Letmathe und Helmeinchusen, möglicherweise die den Honselers Steinbrüchen zum Opfer gefallene Siedlung Helmke bei Letmathe. Andere Höfe lagen dagegen offensichtlich außerhalb dieser Zwerggraftchaft; so in Nortlon, bei Iserlohn, in Rene/Rheinen, in Coten, vermutlich bei Haus Kotten in Menden-Bösperde, und in Vrylinchusen/Frielinghausen bei Ennepetal. Bei dem genannten, nur halb lesbaren „...endorpe“, könnte es sich um Höfe zu Tiefendorf, oder zu Bahrendorf bei Iserlohn handeln. Aber auch Altendorf bei Dellwig käme noch in Betracht.

Wollen wir die cometia osteric räumlich fassen, so lässt sich aus der Lage der um den Burgberg liegenden Höfe auf ein nur wenige Quadratkilometer großes Gebiet schließen, welches flächenmäßig ungefähr dem des Reichshofes Westhofen entsprechen würde. Damit ist der Reigen der Gemeinsamkeiten aber noch nicht erschöpft. Wie die sächsisch-fränkische Sigiburg einst Mittelpunkt des Reichshofes war, so war auch die sächsisch-fränkische Oestricher Burg einst Zentrum ihres Gebietes, der cometia osteric. Nun ist osteric eindeutig mit „Ostreich“ zu übersetzen und liegt zu allem Überfluss auch noch südöstlich des Reichshofes Westhofen, auch „das Reich Westhofen“ genannt. Außerdem waren die Sigiburg/Hohensyburg und die Oestricher Burg durch den „Syburger Weg“ verbunden, der von Hohensyburg kommend, bei Elsey auf die Königsstraße stieß, und dessen Name nachweislich, wenigstens abschnittsweise, bei Iserlohn, auf die Königsstraße übertragen wurde.



Urkunde von der Ersterwähnung der Limburg vom 17.7.1242. StAMünster, Grafschaft Mark, Urk. Nr. 4.



Seite 3 der beglaubigten Abschrift, des Einigungsvertrages vom 1.5.1243, von etwa 1487. Foto: Archiv W. Bleicher.

Auch Sagen und Spukgeschichten sind mit dieser Straße verbunden; nachzulesen bei Walter Ewig.²³⁾

Bei all diesen Parallelen drängt sich mir die Frage auf, ob wir es bei der *cometia osteric* nicht mit einem untergegangenen ehemaligen fränkischen Königshof zu tun haben, der später allodifiziert, oder dem Reich entfremdet und in eine andere Rechtsform überführt wurde. Ist dieses „Ostreich“, dieser möglicherweise ehemals „östliche Reichshof“ vielleicht namensbestimmend für den „westlichen Reichshof“ geworden? Doch lassen wir diese Spekulationen vorerst auf sich beruhen und wenden uns wieder den Ereignissen der „Isenberger Wirren“ zu.

Die Jahre zwischen 1233 und 1243 waren von unablässigen Fehden zwischen Graf Adolf I. und den Isenberg-Limburgern erfüllt. Eine Entscheidung ist nicht gefallen. Es herrschte eine klassische Pattsituation zwischen den Kontrahenten. Gestützt auf seine zwei Burgen, die Oestricher Burg und die Limburg, konnte sich Dietrich von Isenberg mit Limburgisch-Bergischer Hilfe im Go Elsey und der *cometia osteric* behaupten; mehr aber auch nicht. Genausowenig konnte Graf Adolf eine Wende herbeiführen. Eine Lösung musste über kurz oder lang auf dem Verhandlungsweg gefunden werden.

In diesem unseligen Bruderkwitz hatte Graf Adolf noch weitere Gebietsverluste hinnehmen müssen. So war die Stadt Lünen an den Isenberger verlorengegangen; desgleichen der Go Hattingen, mitsamt seiner Hauptfeste, der neugegründeten Burg Blankenstein. Da dieser Konflikt mit militärischen Mitteln nicht zu lösen war, bot sich nur noch eine Verhandlungslösung an, wie sie anschei-

nend auch von der geistlichen Fraktion der Isenberger, den Oheimen Dietrichs, angestrebt wurde. So kam es dann im Frühjahr 1243 zu Verhandlungen, nachdem Dietrich von Isenberg von Graf Adolf die Rückgabe der Kölnischen Lehen seines Vaters gefordert hatte, mit denen Adolf durch Erzbischof Heinrich von Molenark und 1238 durch Konrad von Hochstaden belehnt worden war. Verhandlungsführer auf Isenbergischer Seite waren Bischof Engelbert von Osnabrück, der 1239 wieder in sein Amt eingesetzt worden war, sowie Herzog Heinrich von Limburg, der Graf von Berg. Die Verhandlungen dürften schwierig gewesen sein. Doch am 1. Mai 1243 konnte ein Vergleich geschlossen werden zwischen Dietrich von Isenberg, seinem Bruder Friedrich und seinen Schwestern Agnes, Sophia und Elisabeth einerseits und Graf Adolf I. von der Mark und dessen Verwandten andererseits, den Bischof Engelbert beurkundete.²⁴⁾

Es ist hier nicht der Platz um das gesamte Vertragswerk in allen Einzelheiten, mit dem Tausch von Lehnsleuten, Ministerialen und Gütern, zu besprechen. Ich kann mich hier nur auf die wesentlichen Punkte beschränken. Graf Adolf wurde darin der Besitz der beiden *curtes Brene*, möglicherweise *Brenen*, das heutige (Essen)Bredeney²⁵⁾ und *swerte* zugestanden; ferner die Vogtei der Kirche und das Gericht der „villa Unna“, das Gebiet zwischen dem Fluss, der durch Genegge fließt und der „villa Hesne“ (Heessen), wofür Dietrich zu entschädigen sei. Auch Lünen und Blankenstein (mit dem Go Hattingen) sollten wieder an Adolf fallen. Die Freigrafschaft und das Gericht, sowie die *curtis* und Kirche zu Bochum sollten geteilt werden, wie auch das Gericht zu Halver und Kierspe, „um Erhaltung ihrer Freundschaft willen“. Alle (Kölnischen?) Güter, die Graf Friedrich frei und unbelastet besessen hatte und von Graf Adolf verpfändet oder verlehnt wurden, sollte er binnen Jahr und Tag wieder freimachen und an Dietrich übergeben. Bei denjenigen Gütern, die Graf Friedrich besaß, und die bereits verlehnt waren und von Graf Adolf neu verlehnt wurden, würde Dietrich die Belehnungen anerkennen, nachdem er sie zurückerhalten hätte. Die durch Graf Adolf vollzogenen Vertauschungen und Verschenkungen von Ministerialen und Gütern bleiben in Kraft. Die Lehnsleute und Ministerialen, welche Graf Friedrich gehabt hat, erhält Dietrich. Diejenigen, die aber schon damals Friedrich und Adolf gemeinsam gehörten, sollen es auch in Zukunft bleiben. „Jedoch die Söhne und Töchter des Ritters Engelbert de Altena werden bei dem Grafen Adolf bleiben.“²⁶⁾ Es folgt das gegenseitige Verbot, des anderen Untertanen, Ministerialen und

Burgmänner gegen den eigenen Herrn Schutz zu geben, noch sie in die Städte aufzunehmen. Am Schluss folgt die schon angesprochene gegenseitige Befestigungsbeschränkung.

Der Vertrag ist gekennzeichnet von gegenseitigem Geben und Nehmen und macht einen ausgeglichenen Eindruck. Die bislang vertretene Ansicht, Dietrich von Isenberg habe nur einen kleinen Teil seines väterlichen Erbes zurück erhalten, trifft wohl so nicht zu. Wenn sich die Herrschaft der Isenberg-Limburger später nur auf die 118 Quadratkilometer kleine Grafschaft oder das Vest Limburg beschränkte, so liegt das daran, dass sie ihren Besitzstand auf Dauer nicht haben halten können.

Das Original der Urkunde ist verlorengegangen, doch es existiert eine beglaubigte Abschrift von etwa 1487. Sie befindet sich heute im Fürstl. Bentheimischen Archiv zu Rheda.

Anmerkungen

- 1) Vergl. Urkunde vom 1. Mai 1243, gedruckt: Westfälisches Urkundenbuch (WUB) VII, Nr. 546.
- 2) Nach der Großen Vogteirolle. Darin sind die Namen aller Curien und die Zahl der Mansen in den einzelnen Ortschaften aufgeführt.
- 3) Nach Urkunde vom 19.2.1227, gedruckt: WUB VII, Nr. 272.
- 4) Nach Urkunde vom 18. oder 28.11.1226, gedruckt: WUB VII, Nr. 279 und Urkunde vom 1.2.1227, gedruckt: WUB VII, Nr. 291.
- 5) Nach Abschrift (15. Jhdt.) im Kopiar des Klosters St. Pantaleon. Historisches Archiv d. Stadt Köln, Geistl. Abt., Nr. 203a, Bl. 302.
- 6) Nach H. Flebbe, Levold von Northof, die Chronik der Grafen von der Mark; in: Die Geschichtsschreiber deutscher Vorzeit, Hrsg. von K. Langosch, Münster/Köln 1955, S. 77. Kurztitel: Levold v. Northof, Edition Flebbe.
- 7) dito
- 8) Nach Levold v. Northof, Ed. Flebbe, S. 79-82.
- 9) Nach Urk. vom 17.9.1233. Vaticanisches Archiv, gedruckt: Osnabrücker UB, Nr. 309.
- 10) Siehe Regest bei Knipping, Die Regesten der Erzbischöfe von Köln im Mittelalter III, 1, Nr. 783.
- 11) Vaticanisches Archiv. Druck Rodenbergs nach Registerband 17, f. 41v, Nr. 145: Aufzählung schwebender Prozesse.
- 12) Nach Levold v. Northof, Ed. Flebbe, S. 79-82.

- 13) Nach Levold v. Northof, Ed. Flebbe, S. 79-82. Die Gebrüder de Altena/Swerte erscheinen einzeln oder zu mehreren urkundlich zwischen 1251 und 1280 in folgenden Urkunden: WUB VII, Nr. 382, 691, 765, 882, 931, 1201, 1258, 1273, 1431, 1483, 1725 und Reg. S. 1328.
- 14) Nach Westfälische Siegel, Tafel 213, Nr. 1 u. 2. im StADortmund, sowie Diedrich von Steinen, Westfälische Geschichte, XII. Stück, S. 699 und Tafel XXII, M10, Abgedruckt in AS, Nr. 37/1996.
- 15) Nach Levold v. Northof, Ed. Flebbe, S. 78.
- 16) Siehe hierzu: W. Bleicher, Die verschollene Geschichte des Letmather Burgberges, in: Hohenlimburger Heimatblätter, Nr. 2/99, S. 41-52.
- 17) Nach WUB VII, Nr. 546.
- 17a) H. Esser, Hohenlimburg und Elsey, Dortmund 1907.
- 18) Vergl. dazu: Hohenlimburger Heimatblätter Nr. 6/1954, S. 81 ff.
- 19) Urkunde im StaAMünster, Grafschaft Mark Urk. Nr. 2, gedruckt: WUB VII, Nr. 529.
- 20) Urkunde im Fürstl. Bentheim-Tecklenburgischen Archiv zu Rheda, Urk. Limburg, Nr. 3, gedruckt: WUB VII, Nr. 571.
- 21) Urkunde im Fürstl. Benth.-Tecklenb. Archiv zu Rheda, Urk. Limburg, Nr. 4, gedruckt: WUB VII, Nr. 574.
- 22) Siehe W. Ewig, Zwischen Lenne und Hönne, Letmathe 1956, S. 88. Siehe dazu auch die Ausführungen von H.D. Schulz zur Namensdeutung Altena in AS, Nr. 60, S. 19 und 61/2002, S. 18.
- 23) W. Ewig, Zwischen Lenne und Hönne, S. 96-101. Derselbe, Der Königsweg, die Schicksalsstraße unserer Heimat, Iserlohn 1951. Im Gegensatz zu Ewig halte ich den Königsweg, oder Königsstraße, für einen Abzweig der „via regia“, der „Königsstraße“, des Köln-Paderborner Hellwegs. Von Köln ausgehend, führte er durch die Grafschaft Berg ins märkische Schwelm. Hier teilte er sich in die Nordtangente nach Dortmund und die Osttangente. Letztere, auch „der Kölner“, oder „der Kleine Hellweg“ genannt, lief als sog. „Emperstraße“ durch das Ennepetal auf Hagen (Altenhagen) zu. Über Boele, Westhofen, an Schwerte vorbei, hier „Großer und Kleiner Hellweg“ und „Römerstraße“ genannt, erreichte er bei Hengsen die Höhe des Haarstrangs. Als Höhenweg, der „Haarweg“, begleitete er nun den Lauf von Ruhr und Möhne, mit Abzweigen nach Unna, Werl und Soest, parallel zum „Großen Hellweg“ Duisburg-Paderborn, größtenteils in Sichtweite. Vom Oberlauf der Möhne an, bog er nach Nordosten ab und folgte dem Lauf der Alme, um sich kurz vor Paderborn mit dem Großen Hellweg zu vereinigen. Dieser Kölner Hellweg ist, wie der Große Hellweg, eine uralte Fernverkehrsstraße. Wie im Falle des Großen Hellwegs reihen sich auch hier, seine Trasse begleitend, zahlreiche römische Münzfunde, wie die Perlen auf einer Kette.
- Der Königsweg zweigte m. E. in Altenhagen von dem Kölner Hellweg ab, lief auf Hagen zu, um dann über die Höhen nach Osten, in Richtung Lennetal abzubiegen. Den Fluss querte die Straße durch die Lennefurt bei Elsey. Hier empfing sie von Norden den Syburger Weg, dessen Name später, wenigstens abschnittsweise, auf den Königsweg übertragen wurde.
- 24) Original verschollen. Beglaubigte Kopie von ca. 1487 im Fürstl. Benth.-Tecklenb. Archiv zu Rheda, gedruckt: WUB VII, Nr. 546.
- 25) Bredeney erscheint in der Karte des Erzbistums Köln des Johan Gigas, von 1620, als Brenen; abgedruckt in AS Nr. 37/1997, S. 15. W. Bleicher identifiziert die curtis Brene mit dem Hof Brende in Hagen-Halden. Siehe dazu Hohenlimb. Heimatblätter, im Jg. 57/1996, S. 209-213.
- 26) Bei diesen „de Altena“ handelt es sich vermutlich um ein anderes Geschlecht, welches sich auch nach seinem Burglehen zu Altena benannte. Nach den Forschungen des +Georg v. Sobbe handelt es sich bei dem genannten Engelbert v. Altena um den Großvater von Sobbo de Altena (1293-1322 urk.), den namensgebenden Stammvater des späteren Schwerter Stadtherrengeschlechtes „Sobbe“. Alle Wappen des Geschlechterkreises de Altena/Sobbe/Lappe/Hegenscheid etc. zeigen 3 gezahnte Blätter in der Stellung 2 : 1. Siehe dazu: R. Stirnberg, Vom Werden der Stadt Schwerte III, AS Nr. 38/1997 und Georg v. Sobbe, Das Rittergeschlecht Sobbe zu Villigst, Teil I und II, in Hohenlimburger Heimatblätter, Heft 3/1987 und 2/1989.

Nachtrag zu: Bevor die Märker kamen Teil VII

Durch Gottes unerforschlichen Ratschluss oder wodurch auch immer ist die Fußnote 11 der Anmerkungen leider verloren gegangen, die ich hiermit nachreiche.

11) Originale der Papsturkunden im StA-Düsseldorf. Gedruckt: WUB V, 1, Nr. 287 und 286, vom 1.3.1221 und Nr. 291, vom 15.3.1221.

De Kopp in de Ruhr bei Vilgeste

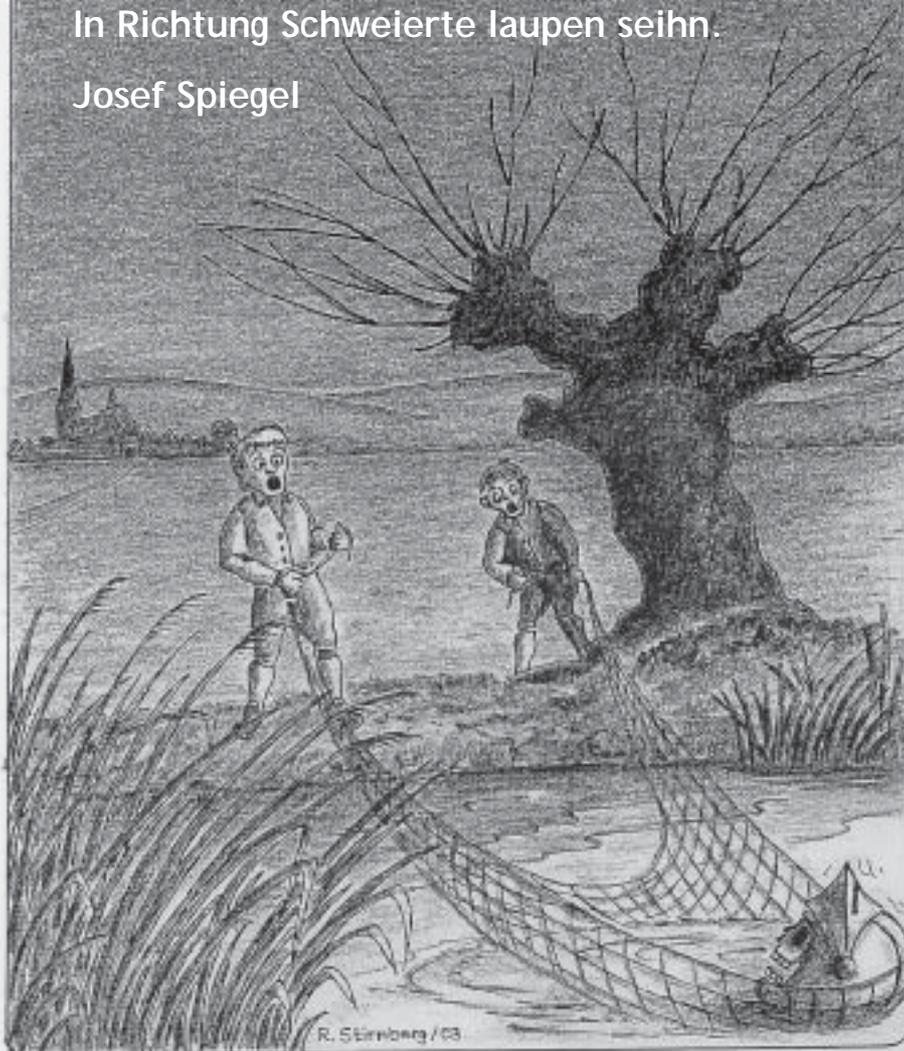
Du, Hännes, goh van Owend met mi
No'm Spaukewater hen, taum Fischen!
Denn mine Greite sag vör mi:
„Ik hew nix mehr taum Optedischen!“

Se tröcken los! Dä Mond schien hell.
Dä Wirsen an de Ruhr wör'n natt.
Do sag de Kaal: „An dürser Stell,
Do goh't vi ran, hi fangt vi watt!“

Dat Netz kam rinn, dann wor getrocken,
Et wor sau schwor! Wat was do drinn?
Man sog nen Kopp! Dat Blaut woll stocken,
De Maut taum Fischen was dohin!

As gor de Kopp, im ollen Helm,
Noch spriärken kann, do wast gescheihn,
Do kann me diärn einen wien annern Schelm
In Richtung Schweierte laupen seihn.

Josef Spiegel



Jugend

Auf dem Ast eines Waldbaumes
saß meine Jugend.
Lachend lockte sie
und rief:
Fang mich!
Fang mich!

Ich stieg höher
und höher
sie zu erhaschen.

Doch das leuchtend
junge Grün
ließ vergeblich
mich mühen.

Komm!
Komm!
lockte es
vom hohen Wipfel.

Unerreichbar.

Ich stand
und sah ihr nach.
Um meine Seele
ward mir weh.

Da stieg ich
auf einen Berg.
Dort hin,
wo die Wolken wohnen.

Auf dem tiefen Glanz
des Abendsternes
sah ich
ihr Antlitz.

Fang mich!
Fang mich!

Auf denn mein Herz.
Auf zu den Sternen.

Johanna Weishaupt

Westanatolien

... eine Reise auf den Spuren des Apostel Paulus

Westanatolien ein Land mit unterschiedlichen Kulturen und deren Geschichte. Land der Moscheen mit den weit ins Land sichtbaren Minaretten und prachtvollen Kuppeln.

Durch grundlegende Reformen - u.a. Liberalisierung von Glauben und Meinung machte Kemal Atatürk die Türkei 1923 zu einem modernen Land.

Traditionell jedoch ruft der Muezzin noch mehrmals am Tage zum Gebet.

Unsere Reise im September 1995 führte uns von Istanbul über und entlang des Marmarameeres zu den Dardanellen, der türkischen Ägäisküste und dann über den Taurus in die Seldschuken-Stadt Alanya am östlichen Mittelmeer.

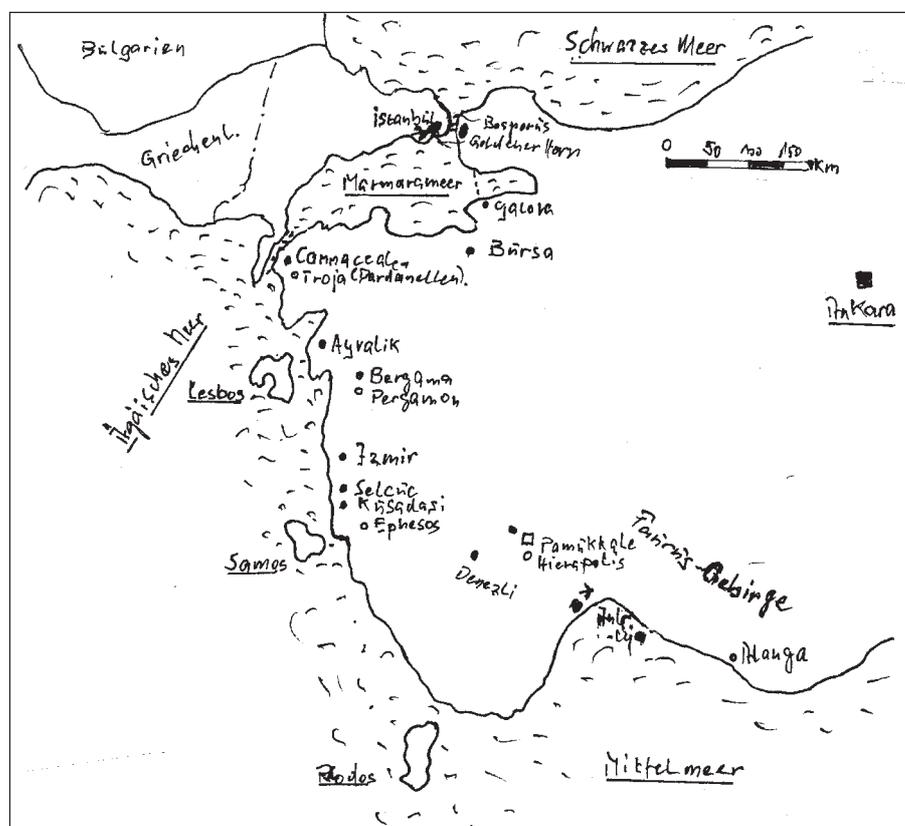
Über Eindrücke von Istanbul möchte ich in der nächsten „Aktiven Senioren“ berichten. An dieser Stelle würde dieses sicherlich zu weit führen.

Also: Wir verlassen Istanbul am 6. September und fahren über die Fatiht Sultan Mehmet Köprisi/Europabrücke - den Bosphorus - nach Kleinasien, überqueren später mit der Autofähre einen Seitenarm des Marmarameeres und gelangen am frühen Nachmittag im Anschluss an die Besichtigung einer Lederwarenfabrik nach Bursa.

- Bursa: 150 - 200 Meter ü.d.M.,
- ca. 1 Million Einwohner und 250 km südlich von Istanbul
 - eine der gepflegtesten und auch schönsten Städte der Welt
 - in den 90er Jahren Kulturhauptstadt
 - auf einer Kalkterrasse am Fuß des Ulüdag-Massiv, 2543 m ü.d.M.,
 - meistbesuchtes Wintersportgebiet der Türkei - November bis Februar

Bursa verfügt neben einer üppigen Flora und Fauna über einige der berühmtesten schwefel- und eisenhaltigen Thermalbäder des Orients mit modernsten Kur- und Badeeinrichtungen.

Aus der Antike bekannt sind im Zentrum von Bursa die Ulu-Camii, eine Pfeilermoschee mit zwei Minaretten,



20 Kuppeln und die „Grüne Moschee“ mit dem gegenüberliegenden Mausoleum von Mehmet I und Murat I.

Die Provinzhauptstadt Bursa ist eine der wirtschaftlich stärksten Zentren der heutigen Türkei und Sitz einer Universität.

Außer einer florierenden Landwirtschaft - Obst, Tomaten, Baumwolle, Tabak u.a. gibt es umsatzstarke Textilfabriken, Seidenspinnereien, Ledererzeugnisse und metallverarbeitendes Gewerbe.

Unser „Hotel Dilmen“ lag bereits in den Bergen. Beim Abendessen auf der Außenterrasse - natürlich mit „Life Piano“ hatten wir einen wunderschönen Ausblick auf die hell erleuchtete Millionenstadt Bursa bei Nacht. Auch unser Zimmer bot diesen schönen Anblick.

Am folgenden Tag fahren wir weiter und erreichen nach einer Reise von ca. 300 km und Durchquerung riesiger Tomatenfelder die Stadt Canakkale am südlichen Ausgang der Dardanellen-Meerenge vom Marmarameer in die türkische Ägäis.

- Canakkale: Höhe 10 Meter ü.d.M.
- ca. 30.000 Einwohner
 - am Ausgang Dardanellen - Meerenge zum Ägäischen Meer.
 - Der Kern der Stadt besteht aus dem Mitte des 13. Jh. erbauten Bogaz-Hisan.

Bekannt ist Canakkale auch für die Herstellung von Tongeschirr.

Denkmäler erinnern an erbitterte Kämpfe im ersten Weltkrieg um den Besitz der strategisch wichtigen Meerenge zwischen Türken und Verbänden der Entente - hierzu gehörte auch Griechenland.

Die antike Stadt Troja liegt ca. 30 km südlich von Canakkale auf den Hügeln von Hisarlik - 25 bis 40 Meter ü.d.M.. Dem griechischen Epilogen Homer - 2. Hälfte des 8. Jh. v. Chr. - werden die beiden bekanntesten Epen „Ilias“ und „Odyssee“ zugeschrieben. Sie sind die ersten und bedeutendsten griechischen Heldenlieder. Die „Ilias“ befasst sich mit einer Episode aus dem Trojanischen Krieg 1194-1184 v. Chr., dem Kampf der Griechen gegen die Einwohner der Stadt Troja.



Sultan Ahmed Camii - Blaue Moschee

Topographische Hinweise in der „Ilias“ führten den deutschen Archäologen Heinrich Schliemann zu den Hügeln am südlichen Ausgang der Dardanellen ins Ägäische Meer.

Eine erste Grabung 1863 bestätigte seine Theorie über den Standort des antiken, bereits weitgehend verschütteten Troja. Weitere Ausgrabungen führte Schliemann in den Jahren 1871 bis 79 durch.

Eine kleine Holzhütte vor Ort - hier lebte er in dieser Zeit - erinnert an Schliemann.

Wie Troja wirklich ausgesehen hat, weiß man noch nicht. Es soll jedoch aus mindestens neun seitlich übereinander liegenden Stadtbezirken bestanden haben.

Archäologen der deutschen Universität Freiburg u.a. arbeiten hier in den Sommerferien.

Und dann ging es hinunter nach „Ayvalik“, einer kleinen „antiken Stadt“ am Ägäischen Meer. Von oben herab hatten wir einen schönen Blick auf die griechische Insel Lesbos. Bekannt auch für Oliven, Obstplantagen, Baumwolle, Tabak, aber auch weite Kiefernwälder.

Von der Teufelstafel aus beobachteten und schauten die Götter dem Sonnenuntergang zu.

Mit einem gewaltigen Sprung überquerte der Teufel das Meer - auf die griechische Insel Lesbos. Der Abtritt ist noch genau zu sehen.

Am 8. September früh morgens bereits verlassen wir Ayvalik und fahren hinauf nach Bergama. Aus der

Ebene heraus erblicken wir schon vom Weiten die Akropolis von Pergamon auf dem Stadt/Burgberg.

- Pergamon/Bergama
- 30.000 Einwohner
- 50 - 333 Meter ü.d.M.
- ca. 30 km vom Meer entfernt.
- Handels- und Verwaltungsstadt, Ferienort.
- Feigen, Tabak, Baumwollanbau
- altes Zentrum der Herstellung von Teppichen.

Das alte Pergamon liegt als Terrassenstadt auf den oberen Rängen eines 333 Meter hohen Vulkanberges. Auf der oberen Angora die Akropolis neben dem Fundament des Zeus-Altars (Berlin) und dem Athenatempel - ältester Teil der Burg. Ca. 2,5 km von Bergama entfernt das Asklepieion, Heiligtum für den Gott der Heilkunst Asklepius.

Nachmittags fahren wir hinunter nach Izmir, besichtigen Hafen und Stadt ehe wir zu unserem endgültigen Tagesziel Kusadasi/Selcuc weiterreisen.

- Izmir/alter Name Smyrna
- 1 Million Einwohner
- 10 Meter ü.d.M.
- in herrlicher natürlicher Lage
- Besiedlung seit prähistorischer Zeit
- größter Ausfuhr- und zweitgrößter Einfuhrhafen der Türkei.

Internat. Messezentrum. 1919 von den Griechen besetzt (siehe Schlacht an den Dardanellen) - 1922 von den Türken wiedererobert. Der „Befreiungstag“ wird heute noch in traditionellen Trachten gefeiert. - So gesehen bei unserem kurzen Aufenthalt in Izmir, u.a. hörten wir noch Böllerschüsse.

Kusadasi - 9. September 1995
Wir sind gestern gegen Abend in Kusadasi (Selcuc) angekommen - einer kleinen Hafenstadt an der Ägäis, einem der ältesten und bedeutendsten Ferienorte der Türkei, der auch von Kreuzfahrt- und Linienschiffen angelaufen wird - direkt gegenüber der griechischen Insel Samos.

10. September
Wir fahren über Selcuc vorbei an der berühmten Zitadelle in die historische Stadt Ephesos, einem früheren Stadtstaat. Vorher besuchen wir noch etwa 500 m oberhalb von Ephesos das Wohn- und Sterbehause der Jungfrau Maria - „The house of the virgin Mary“, in dem gerade ein Gottesdienst stattfand. Auch gelangen wir anschließend in den Bergen in ein kleines griechisches Dorf, wo wir von den Bewohnern herzlich begrüßt und bewirtet wurden. Natürlich mussten wir ihre handwerklichen Künste besichtigen.

Einige markante Punkte aus Ephesos: Celsus Bibliothek, Kuretenstraße, helemisches Theater, „Fliehende Nike“ u.v.a., also Geschichte „pur“!
D.h.: ca. 3 Stunden Rundgang bei 35/40°C. In der Sonne noch einige Grade mehr.

11. September
...nach Aufhalten u.a. in Aphrodisias und der Provinzhauptstadt Denizli - 230.000 Einwohner/350 m ü.d.M. sind wir in unserem Hotel „Ergür“ angekommen.

Hierapolis/Pamukkale
...letzteres der türkische Name für



Nachbau des Trojanischen Pferdes

Baumwollschloss (engl. = cotton castle) - bezeichnet das eigenartige Aussehen der dortigen Kalk-Sinterterrassen.

Im Norden von Denizli, wo das grüne fruchtbare Tal des „Großen Menderes“ in die herbe Landschaft der anatolischen Hochebene übergeht, warten die Quellen von Pamukkale seit über 2000 Jahren auf „Kurgäste“.

In den 35°C warmen Quellen badeten schon die Römer. Davon zeugen die Ruinen der antiken Stadt „Hierapolis“, die 190 v. Chr. gegründet wurde und als römische Thermalstadt im 2. und 3. Jahrhundert n. Chr. hohes Ansehen genoss.

Die Thermalquellen haben im Laufe von Jahrhunderten die erstarrt aussehende Terrasse geformt, die weltberühmten Kalk-Sinter-Terrassen von Pamukkale.

Diese Terrassen liegen auf einer etwa 3 km langen, bis 300 m breiten und ca. 160 m hohen Kalksinterstufe über dem Lykotal.

Man bezeichnet sie auch als Travertin-Kaskaden - ausgeschwemmte Mineralien mit Warmwasserspeicher.

Ca-Bi-Carbonat verwandelt sich nach Austritt aus dem Erddruck in Ca-Carbonat und nimmt hierbei eine unlösliche Kristallstruktur an (Sinter).

Dies ist auch die Grundlage der häufigen Marmorvorkommen mit feinsten Strukturen in Westanatolien. (Travertin-Kalkstoffe).

13. September 1995

...unsere Reise nähert sich dem Ende. Wir besuchen in der Nähe von Denizli noch eine Teppichfabrik. Hier wurde uns in einer speziellen Abteilung das Teppichknüpfen nach alter handwerklicher Art gezeigt - auch die Aufarbeitung des Ausgangsmaterials Wolle und Seide, Waschen, Färben etc.

Es gab sogar eine kleine Aufzucht von Seidenkokons.

Wir fahren weiter über das Taurusgebirge und gelangen in die Seldschukenstadt Alanya.

Noch einige erholsame Tage am Meer und kurze Abstecher nach Perge und Aspendos. Genau 14 Tage nach Reisebeginn fliegen wir von Antalya aus via Istanbul in die Heimat zurück.

Werner Norbeteit



Das antike Pergamon



Die Celsus Bibliothek in Ephesos



Die Kalk-Sinter-Terrassen von Pamukkale

Warum der Osterhase die Eier weich kochen sollte

Bei Ostereiern geht weich vor hart

Hart gekochte Eier können die Verdauung lahm legen

Wenn die Verdauung über die Ostertage streikt, dann waren wahrscheinlich zu viele hart gekochte Eier im Körbchen: Vollständig geronnenes Eiweiß ist für den Darm nur schwer zu spalten und bindet viel Wasser. Die mögliche Folge: Verstopfung. Weich gekochte Eier haben den gegenteiligen Effekt. Das in ihnen enthaltene Lezithin erleichtert die Fettverdauung und fördert den Transport des Nahrungsbreis.

Das Gesundeste im Osterkörbchen sind die gekochten Eier. Einerseits. Eier enthalten viel hochwertiges Eiweiß, dafür wenig Kalorien. Und neueste Untersuchungen belegen, dass selbst zwei Eier pro Tag keinerlei Auswirkung auf einen normalen Cholesterinspiegel haben.

Andererseits müssen Ostereier lange haltbar bleiben und werden deshalb besonders lange gekocht. Doch ob ein Ei die Verdauung ankurbelt oder aber sie lahm legt, steht im direkten Verhältnis zu seiner Kochzeit. Bleibt das Ei unter vier Minuten im Topf, hat der Osterhase eine bekömmliche Gabe gebracht. Das klassische Osterei aber, das acht Minuten und länger gekocht wird, ist für Personen mit Verstopfung ungeeignet.

Denn am vollständig geronnenen, schnittfesten Eiweiß muss der Darm sich regelrecht abrackern, um es aufzuspalten. Und: Je fester das Eiweiß, desto mehr Wasser bindet es bei dieser Prozedur an sich - Wasser, das dem Darm für die Verdauung nicht mehr zur Verfügung steht. Der Nahrungsbrei verhärtet sich und lässt sich nur schwer durch den Verdauungstrakt transportieren.

Aus dem weichen Ei hingegen kann der Darm besser auf den Verdauungshelfer Lezithin zugreifen. Lezithin erleichtert die Verdauung selbst unbe-

kömmlicher Fette wie Schmalz oder Kokosfett und ist deshalb ein guter Verbündeter gegen mächtige Osterkost. Übrigens: Auch weich gekochte Eier bleiben außerhalb des Kühlschranks vier bis fünf Tage frisch, wenn sie in Wasser mit einem Schuss Essig gekocht wurden.

Wer auf seine traditionelle Osterschlemmerei nicht verzichten möchte, gleicht den Ansturm schwer verdaulicher Kost am besten schon vorsorglich mit viel Flüssigkeit, Bewegung und reichlich Ballaststoffen aus.



Ein frohes und gesundes Osterfest wünscht die Redaktion

Musizieren hält jung...

und gemeinsam mit Gleichgesinnten macht es um so mehr Freude. Deshalb möchten wir wieder auf das abwechslungsreiche Programm der Musikakademie für Senioren MAS hinweisen. Seit 10 Jahren bietet MAS allen Freunden der Musik sowohl theoretische Fortbildung wie auch praktische Musizier-Seminare an. Unter professioneller Betreuung kann man sein Instrumentalspiel verbessern, gemeinsam Kammermusik pflegen, singen.

Außerdem werden wieder Reisen angeboten: Studienreisen nach Toledo oder Venedig, Trier und Dresden.

Aber darüber informiert man sich am besten im neuen Programmheft, das man - wie auch die Bedingungen für

eine Mitgliedschaft - anfordern kann bei

Frau Nana Joachim, Magdalenenstr. 71, 20148 Hamburg, Tel.: (040)444717

oder bei der Geschäftsstelle

Frau Barbara Zahn, Volksdorfer Weg 31, 22391 Hamburg, Tel.: (040)6408809

<http://www.musik-akademie.de>

Das neue VHS-Semester hat begonnen

Über die fortlaufenden Sprachkurse kann man sich am besten bei einem Beratungsgespräch informieren.

Künstlerische Fähigkeiten fördert der Bereich „Kreativität“.

Für Senioren gibt es ganzheitliche Gymnastik und auch spezielle EDV-Seminare.

Wir möchten noch auf einige Einzelveranstaltungen hinweisen:

„Vögel in ihrem Lebensraum“ - Exkursionen im März ins Eisebachtal, im April zum Bürenbruch und im Mai ins westliche Ruhrtal.

März: Mittwoch 12.03.03, 19.30 Uhr Stadtbücherei „Frieden im Nahen Osten...?“

Mittwoch 26.03.03, 20 Uhr Stadtbücherei „Hymnen an die Nacht“

April: Dienstag 1.04.03, 19.30 Uhr Giebelsaal „Rom - Portrait einer außergewöhnlichen Stadt“

Mittwoch 2.04.03, 19.30 Uhr VHS am Markt „Osteoporose“

Vatterdag

De Wieschen blauhmt, de Wittdöern stinkt,
im Beikenboum dä Pinkhahn singt
un sine Fru am Nest sik meiht;
en Mann hi-ett guett, mehr at verdeint.

De Lüöwentainners giäll un fett,
sei wachet dropp, datt de Keih se friätt.
In frischem Grein prangt wiet de Welt;
dä Kuckuck räupt wie't iähm gefällt.

In bunten Haupen tüht dat Volk
dän Biärg doerop, döer Busch un Holt.
E rkläetert Burg, dän haugen Kopp;
un alle Lü sind fröndlik dropp.

Vergärtten es de Arweitstiet;
de S unne schient, wie geiht men wiet.
Men wischt dän Schweit, dän eissen, heit...
Dä Weiert frau, Geschäftsken geiht.

Men möch am leiwsten sitten noch.
Dat Fraumensch, ach, dat driewet doch
un mäkt ne düstre Wolke uut:
„Ob das uns nicht was bringen tut?“

Doe hi-este noch din Glas halvull -
Dä! Doe gi-ett ne Schuur.
„Na sühste wuoll!“ -

E rich Beckmann

AS-Preisrätsel

Die Jahreszeiten

In jeder Strophe wird ein zusammengesetztes Wort gesucht, das sich auf unsere Jahreszeiten bezieht.

*Der (1) lockt die bunten Blumen hervor.
Die Vögel erheben die (2) im Chor.
Im (3)er Takt man heiter schwingt,
Wenn Straußens 1-2-3 erklingt.*

*Das (1.) wir schon lang erwarten.
Das (2.) tun wir dann im Garten.
Das (3.) 1989 war.
Und 1-2-3 ist jedes Jahr.*

*Der (1) färbt bunt nun Wald und Hain.
Die Ernte (2) schenkt Korn und Wein.
Mögen die (3)er keine Nieten sein.
1-2-3 ist ein Blümlein klein.*

*Der (1) bringt Eis und Schnee daher,
Wie ist der (2) so kahl und leer.
Doch Mensch und Pflanzen halten's aus,
Haben wir einen 1-2 im Haus.*

Der Frühling

Wie wundervoll ist die Natur!
Man sieht so viele Blüten,
auch sieht man Schafe auf der Flur
und Schäfer, die sie hüten.

Ein leises Lied erklingt im Tal:
der müde Wanderer singt es.
Ein süßer Duft ist überall,
bloß hier im Zimmer stinkt es!

Heinz Erhardt

Die Edelherren von Rüdernberg und Ardey stellen sich vor

Aufbauend auf den Forschungen von Albert K. Hömberg zeichnet der Referent ein Bild des Geschlechtes der Edelherren von Rüdernberg-Ardey und ihrer Erben. Obwohl über diese Familie, im Gegensatz zu dem anderen gleichnamigen Geschlecht, von Rüdernberg II, nur sehr wenige genealogische Informationen aus dem 12. Jahrhundert vorliegen, so lassen sich doch aus den Besitzverhältnissen der Erben, welche 1174 die Rüdernberger Erbmasse unter sich aufteilten, ein recht genaues Bild dieser Familie und ihrer Großgrundherrschaft zeichnen.

Der Schwerpunkt ihrer Herrschaft lag im Gebiet des Haarstranges zwischen Wickede-Scheda und Schwerte. Aber auch links der Ruhr, im Raum Arnsberg mit der Rüdernburg, in Hüsten, Neheim, Menden und Vilgert bei Schwerte waren sie begütert.

Zum Verständnis der Geschichte der Rüdernberger und ihrer Erben greift der Referent weit zurück in das 11. Jahrhundert, als die Lothringischen Pfalzgrafen, die Ezzonen, das Land an der Ruhr beherrschten, und die Grafen von Werl-Westphalen, als deren Teilerben, den Grundstein zu ihrer Herrschaft legten, die spätestens ab 1100 als "Grafschaft Arnsberg" die Geschichte



Stiftung des Klosters Scheda – Ölbild (etwa Ende des 16. Jahrhunderts)

Westfalens maßgeblich mitbestimmen sollten.

Die Veranstaltung wird in Zusammenarbeit mit dem Heimatverein Wickede (Ruhr) durchgeführt.

101

Reinhold Stirnberg, Schwerte
Mittwoch, 26.3.2003, 19.30 Uhr,
Bürgerhaus Wickede, € 3,—

„WEIHNACHTSMARKT“ Dieses Wort suchten wir mit unserem Preisrätsel in der AS-Nr. 61.

Unter den zahlreichen Einsendungen entschied sich das Los für folgende drei Gewinner:

1. Marianne Zimmermann, Im Rohlande 89, 58239 Schwerte (2 Konzertkarten der Konzertschwerte)

2. G. und E. Frank, Märkische Straße 44, 58239 Schwerte (1 Buch)

3. Ernst v. Engelbrechten, Zum Prinzenwäldchen 28, 58239 Schwerte (Blumengutschein)

Herzlichen Glückwunsch allen Gewinnern.

Unter den richtigen Einsendungen des neuen Rätsels lösen wir aus:

- 1.1 Gutschein der Stadtbücherei
- 2.1 Bierkrug (Motiv: Backhaus Ergste)
- 3.1 Blumengutschein

Einsendeschluss ist der 12. Mai 2003.

Unsere Anschrift: AS-Redaktion, Am Stadtpark 1, 58239 Schwerte

Impressum

Herausgeber: Stadt Schwerte, Der Bürgermeister
Redaktionsanschrift: Schwerter Seniorenzeitung „AS“ Aktive Senioren, Am Stadtpark 1, 58239 Schwerte, Telefon: 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), 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.

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

Seniengemeinschaft St. Bonifatius, Lambergstr. 32

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

HOLZEN

Frauengemeinschaft St. Christoph., Rosenweg 75
12.03. Ein Bericht über „Richtiges Verhalten der Senioren im Straßenverkehr“ mit Herrn Soestmeier
02.04. Vortrag von Herrn Barth „Das Kinderhospiz Balthasar in Olpe“

07.05. Wallfahrt nach Büren, Abf. 13:15 Uhr ab Christophorus-Kirche

11.06. Vortrag von Herrn Bohlen „Heilwerte aus dem Bienenvolk“

Beginn d. Hl. Messe: Jeweils 15.00 Uhr

Seniorenzentrum, Westhellweg 220
montags 15.30 Uhr Spielenachmittag
1. + 3. Mittwoch 14.30 Uhr Singkreis
donnerstags 15.30 Uhr Seniorengymnastik
freitags 10.30 Uhr Gedächtnistraining
letzter Donnerstag im Monat Nachtcafé im „Café Rosenstübchen“ um 19 Uhr mit wechselnden Themen

01.04. 14.30 Uhr Awo-Kaffeeklatsch mit Frühlings-singen

04.04. 15.30 Uhr Kath. Gottesdienst

06.04. 10.30 Uhr Frühschoppen mit der Tanzkapelle Sonnenschein

08.04. 15.30 Uhr Diavortrag mit Herrn Schrader

13.04. 14.30 Uhr Seniorentanz mit der Seniorenband Schwerte

17.04. 10.30 Uhr Ev. Gottesdienst

02.05. 15.30 Uhr Kath. Gottesdienst

04.05. 10.30 Uhr Frühschoppen mit der Seniorenband Schwerte

06.05. 14.30 Uhr Awo-Kaffeeklatsch

13.05. 15.30 Uhr Diavortrag

18.05. 14.30 Uhr Seniorentanz mit Herrn Grandt

29.05. 10.00 Uhr Gemeindegottesdienst zu Himmel-fahrt

01.06. 10.30 Uhr Frühschoppen mit Herrn Grandt

03.06. 14.30 Uhr Awo-Kaffeeklatsch

06.06. 15.30 Uhr Kath. Gottesdienst

10.06. 15.30 Uhr Diavortrag mit Herrn Schrader

15.06. 14.30 Uhr Seniorentanz mit der Tanzkapelle Sonnenschein

26.06. 10.30 Uhr Ev. Gottesdienst

SCHWERTE - MITTE

Ökum. Altenkreis, Goethe-Str. 22

17.03. Einkehrtag

07.04. Vorösterlicher Nachmittag mit Musik und Gesang

05.05. Gedächtnistraining

19.05. siehe Tagespresse

02.06. siehe Tagespresse

16.06. siehe Tagespresse

Beginn jeweils 14.30 Uhr

Altenclub Hlg.-Geist, Ostberg-Str.

13.03. Vortrag von Pastor Merker „Ist der Schöpfungsbericht der Bibel noch aktuell?“

03.04. Fahrt ins Schönstadtzentrum Fronlinde

08.05. Gymnastik nach Musik mit Frau Brigitte Wolf

26.06. Sommer mit Liedern und Texten, Referentin: Lore Brune

(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

18.03. 15 Uhr Jahreshauptversammlung im Awo-Kindergarten Regenbogen

03.04. Theaterfahrt „Die Csardasfürstin“

29.04.-02.05. Urlaubertreffen in Alt-Astenberg

08.05. Theaterfahrt „Der Postillon von Lonjumeau“

12.06. Theaterfahrt „Turandot“

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

28.03. 20 Uhr Paul-Gerhardt-Haus: Florian Dörpholz (Trompete), Helge von Nieswandt (Posaune) und Christian Schmitt (Orgel)

10.04. 20 Uhr Giebelsaal: Schemann-Klavierduo

23.05. 20 Uhr Opel-Haus Gebr. Nolte: Mannheimer Streichquartett

Musikschule Schwerte, Westenort 18

Tanzen ab 50, immer freitags von 11.30-12.30 Uhr im Luise-Elias-Zentrum

Infos: Telefon 104325/327

18.05. 17 Uhr Kinderkonzert im Giebelsaal

29.06. 17 Uhr Ritter Rost/Prinz Protz im Giebelsaal

VHS, Am Markt

23.03. 8.00 Uhr Exkursion Elsebachtal

01.04. 19.30 Uhr Rom (Diavortrag)

02.04. 19.30 Uhr Osteoporose

06.04. 7.00 Uhr Exkursion Bürenbruch

04.05. 7.00 Uhr Exkursion Westliches Ruhrtal

16.05. 19.30 Uhr Traditionelle chinesische Medizin

24.05. 10.00 Uhr Bücherlohnmarkt

Kath. Akademie, Bergerhofweg

1. Mai 2003 Tag der offenen Tür

Zeitgeschichte im Film: 21.05. 17.30 Uhr „So weit die Füße tragen“

28.03.-29.03. „Richelieu“ Begleitseminar und Ausstellungsbesuch

23.05.-25.05. „Zeit der Kathedralen“ - Kölner Dom über Kurse und Tagungen informiert das Halbjahresprogramm, das man anfordern kann bei Katholische Akademie, Bergerhofweg 24, 58239 Schwerte, Tel.: 02304/477-0, Fax: 02304/477-599, e-mail:

info@akademie-schwerte.de, http: www.akademie-schwerte.de

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)
zwischen Sept. und Okt. Herbstfahrt - bitte Aushang beachten

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

29.03. 15 Uhr Jahresmitgliederversammlung im Kath. Pfarrheim, Goethestr.

Sa. 10.05. Tagesfahrt nach Bad Sassendorf, Abfahrt 8.30 Uhr ab Schwerte-Bahnhof

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 Bingospieler

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: 12. Mai 2003