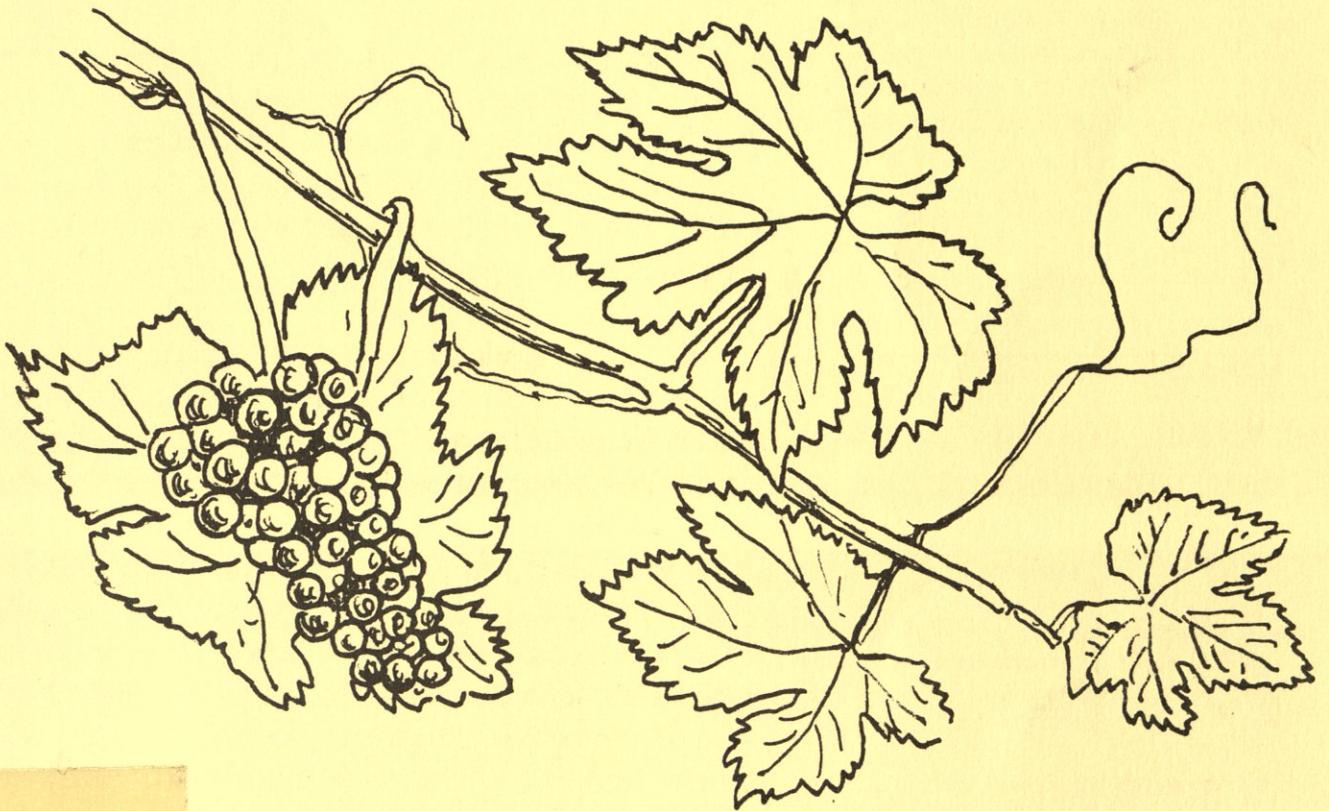


HERBST- BLATT

STADTARCHIV UNNA
- Bücherei -
Zg. /
Zd 15, H. 3

1996



Zd
15
H. 3
1996

MAGAZIN FÜR UNNA

IN DIESER AUSGABE:

- UNNAS STADTKIRCHE IM NEUEN GEWAND
- MALEN MACHT SPASS



AUSGABE 3

Inhaltsverzeichnis

- 3 Vertrauensschutz passé?
- 4 Bad Königsborn
- 6 Stadtkirche im neuen Gewand
- 10 Der Knappschaftsälteste
- 12 Harte Nüsse - Preisrätsel
- 14 Capri - Insel der Sirenen
- 16 Eine Tochter wird flügge
- 17 Einsamkeit - selber schuld?
- 18 Tante Lisbeth- wir kommen!
- 20 Hochbetagt aber unverzagt
- 21 Chinesische Naturmedizin
- 22 Malen macht Spaß
- 24 Drei Uhr nachmittags
- 25 Schreib 'mal wieder einen Brief
- 26 Mit Bus & Bahn zur LAGALÜ
- 27 Wissensbörse Unna

Impressum

Herausgeber: Stadt Unna,
Seniorenbeauftragte
Rathauspl. 1 Z. 240
Telefon 103-396

Redaktion: Klaus Busse
Regina Grewe
Heinz Naß
Brigitte Paschedag
Karola Schulz
Annemarie Wachtel-Fiene
Horst Weckelmann

Zeichnungen: Heinz Fiene
Friedrich O. Koch

Gestaltung: Regina Grewe
Heinz Naß

Druck: Stadt Unna

Freitags in der Redaktion

- von Annemarie Wachtel-Fiene -

Früh um 8 Uhr ist bei mir die Nacht herum. Flugs aus dem Bett, dann kommt die Hygiene und ein wenig Gymnastik. Ab ca. 8.45 Uhr wird genußvoll und in Ruhe gefrühstückt. Dabei besprechen mein Mann und ich den Tagesablauf. Noch ein schneller Blick auf den Schreibtisch und in den Spiegel (wegen der Konkurrenz, Sie wissen schon). Eine Tablette wird geschluckt, der Hund gestreichelt und ab in's Auto. Hoffentlich habe ich freie Fahrt nach Unna. Unterwegs stellt sich die Frage, wo parke ich heute? Manchmal muß ich lange suchen. Ah, da ist ja ein freier Parkplatz, schnell in die Lücke. Ich ziehe den Parkschein und stelle fest, daß ich um kurz vor zwölf zurück sein muß. Ich weiß genau, daß ich die Zeit nicht immer einhalten kann, meistens habe ich ein Knöllchen im Nacken.

Rauf in die Redaktion; meine Kolleginnen und Kollegen sind oft schon da. Ich sehe ihre freundlichen Gesichter, und die Sorgen sind erst einmal weg. Wir haben ein volles Programm. Unsere Artikel haben wir zu Hause vorbereitet. Nun wird diskutiert, wir reden durcheinander, nicht immer, aber immer öfter. Es geht durchaus auch lustig zu, wenn z.B. der Heinz einen Witz erzählt. Wenn es doch einmal zu bunt werden sollte, ruft Regina uns zur Ordnung. Meistens haben wir mehr Material, als wir für die nächste Ausgabe benötigen. Dann entscheidet die Redaktion. Am Ende der vielen Besprechungen steht dann die Ausgabe und wir sind ein bißchen stolz auf unsere Arbeit. Das Resultat stellt sich alle drei Monate bei Ihnen in Form dieses Magazins vor. Es heißt: „*Herbstblatt*“.

Möge es Ihnen Freude bereiten, denn wir schreiben es mit Liebe.

Ist der Vertrauensschutz für Vorruheständler dahin?

- Anmerkungen von Horst Weckelmann -

Vertrauen ist gut, verlassen kann man sich darauf nicht. Seit den Sparbeschlüssen der Bonner Regierung fragen sich viele ältere Bürgerinnen und Bürger, die in den Vorruhestand gegangen sind, ob es so etwas wie Vertrauensschutz in der Politik gibt. Sie haben ihren Arbeitsplatz frei gemacht, um jüngeren Kolleginnen und Kollegen deren Arbeitsplatz zu sichern. Die meisten der Vorruheständler sind ein Risiko eingegangen im Vertrauen auf die Zusagen der Bundespolitiker. Wer mit 55 Jahren oder noch früher ausgeschieden ist, soll nun das Nachsehen haben. Die meisten Frühpensionäre machen sich Sorgen ob beabsichtigten Kürzung der Höhe der Arbeitslosenhilfe und deren Bezugsdauer, sowie der Anhebung des Rentenalters. Dies betrifft vor allem die Frauen. So haben wir uns nach einem langen Arbeitsleben unseren Ruhestand nicht vorgestellt. Der Arbeitsprozeß wurde im Vertrauen auf eine sozial gesicherte Zukunft beendet. Kann der Arbeitnehmer noch auf soziale Sicherheit bauen? Diese Frage muß negativ beantwortet werden. Die Generation, die das Wirtschaftswunder und die Voraussetzung für den heutigen Wohlstand schaffte, muß zusehen, wie erkämpfte Rechte mehr und mehr abgebaut werden.

Fragen zum Thema Vorruhestand:

(Entnommen aus „Metall“ 6/96)

Ist das Gesetz bereits verabschiedet?

Nein. Der von Gewerkschaften, Arbeitgebern und Bundesregierung ausgehandelte Kompromiß ist in einem Gesetzent-

wurf eingebracht, wird zur Zeit vom Parlament beraten und soll nach Passieren des Bundesrates im August in Kraft treten.

Was heißt Vertrauensschutz?

Beschäftigte, die am Stichtag 14. Februar und 7. Mai 1996 (Frauen) 55 Jahre alt und arbeitslos waren können **ohne finanzielle Einbußen** mit 60 Jahren in Rente gehen. Das gilt auch für über 55jährige, denen vor dem Stichtag gekündigt wurde, oder die unterschrieben haben, vor Vollendung des 60sten Lebensjahres auszuschneiden. In der Stahlindustrie und im Bergbau reicht der Vertrauensschutz noch weiter. Alle, die am Stichtag 52 Jahre alt waren, arbeitslos sind oder werden, fallen unter diese Regelung.

Altersgrenze bei Renten

Ab 1997 wird die Altersgrenze für Männer in jährlichen Schritten von 60 auf 63 Jahre erhöht, ab dem Jahr 2001 auf 65 Jahre. Die Altersgrenze für Frauen wird in durchgehenden Stufen bis 2001 auf 65 Jahre angehoben. Ein Rentenbezug mit 60 Jahren ist nach Arbeitslosigkeit möglich, oder nach 24 Monaten Altersteilzeit. Wer nach Anhebung der Altersgrenze vorzeitig Rente beziehen möchte, muß einen versicherungsmathematischen Abschlag in Höhe von 0,3% pro Monat hinnehmen, höchstens jedoch 10,8%. Die Abschläge können sich durch freiwillige Einzahlungen verringern oder vermieden werden.

Was wäre Unna ohne Königsborn und Königsborn ohne Unna

- von Annemarie-Wachtel Fiene -

Bad Königsborn, welch ein Klang aus einer fast vergessenen Zeit. Manch Unnaer Bürger wird sich noch daran erinnern, wie einst die damalige Mode war, wie flotte Militärkapellen im Kurpark zum Tanz aufspielten, wie die Kurgäste in der Kastanienallee spazieren gingen, wie die Kinder umhertollten und am Schwanenteich Enten und Schwäne fütterten.

Die alten Kastanien, könnten sie sprechen, sie hätten uns Vieles aus der guten alten Zeit zu berichten. Ach, es war eine heile Welt und wie gerne möchten wir sie zurückholen. Dieses gelingt uns aber nur, indem wir ein wenig träumen.

Da wäre die Mode: Die Herren trugen den Überrock oder den Gehrock, die Hosen waren eng und gestreift, zu den engen Beinkleidern trug der Herr hohe Stiefel. Die Damen zeigten mit Stolz einen weißen Kameewasserrock mit Blumenbesatz, einen großen Hut oder ein Bindehäubchen. Alles war eng tailliert mit viel Unterrock, der eigentliche Rock war knöchellang und sehr weit. Die Schuhe hoch geschnürt oder geknöpft.

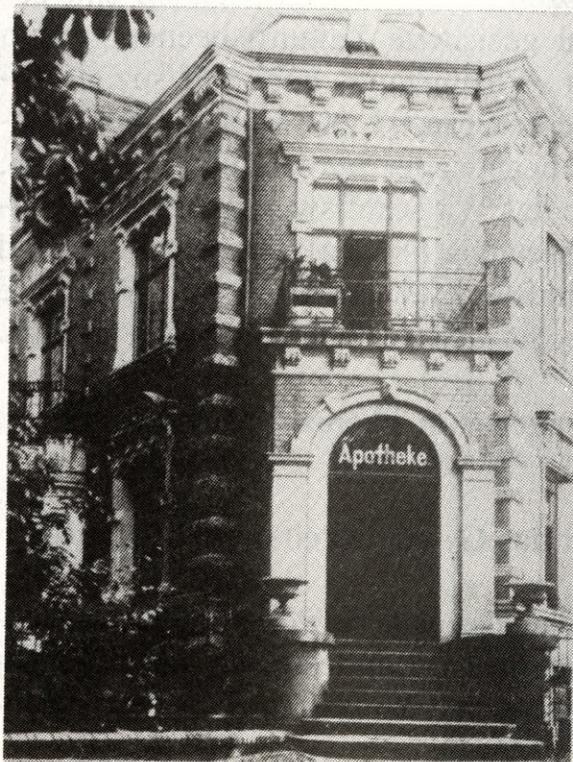
So traf sich die große weite Welt zum Kurkonzert. Reiche Gäste aus dem In- und Ausland, auch russische Fürsten, gaben sich in den Wandelhallen ein Stelldichein. Königsborn erstrahlte zum Luxusbad, es hatte sich schnell herumgesprochen, daß die Sole von Bad Königsborn sehr heilsam war.

Kurgäste suchten Heilung bei Gicht,

Drüsenkrankheiten, Magen, Frauenkrankheiten, Hautausschlag, Darmleiden, Rheumatismus usw. und bei Kindern für die englische Krankheit (Rachitis).

Beliebt war das „russische Bad“. Je nach Verträglichkeit konnte die Wärme im Dampfbad auf 50 Grad gebracht werden, die Übergießung bestand aus kalter oder warmer Sole. Ein Dampfbad kostete 15 Silbergroschen, ein Einzel-Bad einen Reichstaler. Das Badehaus enthielt 80 Badezellen, fast alle mit Brausen versehen. Mehrere Inhalations-Kabinette waren vorhanden, die mit den neuesten Apparaten ausgestattet waren.

Die Quisisana war das Kursanatorium, der leitende Facharzt war der Sanitätsrat Dr. med. Wegele. Das Kurhaus, mehrere





Bad Königsborn, Am Schwanenteich

Gasthöfe und Privathäuser boten dem Kurgast preiswerte Logierzimmer an. Ein Zimmer im Kurhaus mit voller Verpflegung kostete pro Tag 6 Reichsmark, für Kinder 3,5 Reichsmark (RM).

Im Kath. Krankenhaus zu Unna kostete der Aufenthalt pro Tag in der 1. Klasse 9 RM, in der 2. Klasse 7,5 RM und in der 3. Klasse 4 RM. Kinder unter 12 Jahren zahlten nur zwei Drittel der Preise.

Die Kurverwaltung war stets darauf bedacht, daß sich der Kurgast rundherum wohlfühlte. Der 60 Morgen große Kurgarten mit seinen schattigen Baumgruppen, wo für Ruhebedürftige überall Bänke aufgestellt waren, trugen dazu bei. Für Unterhaltung war stets gesorgt. Abendkonzerte, Tanzveranstaltungen, lustige Illuminationen, Schießstände, Kegeln, Tennis und vieles mehr wurde geboten. In den Sommermonaten wurden öfter Feuerwerke abgebrannt. Die kleinen Gäste besuchten gern das

Die kleinen Gäste besuchten gern das Kindertheater. Beliebte Stücke wie „Hänsel und Gretel“ oder „Schlaumeier und Co“ wurden von den Kindern gern gesehen.

Ein Sprichwort aber sagt: „Alles Schöne geht einmal zu Ende.“

Die Blütezeit von Bad Königsborn war sehr kurz. Die mondänen Gäste wollten mehr Komfort. Hinzu kam, daß die Sole bald versiegte (die Grillo 1881 von Werries angekauft hatte). Die 27 km lange Rohrleitung konnte nicht erneuert werden. Eisen und Stahl benötigte man statt dessen für Kanonenrohre; denn es herrschte der Zweite Weltkrieg.

Im Oktober 1941 verabschiedeten sich die letzten Königsborner Badegäste. Der Traum war ausgeträumt, es blieben nur noch die Erinnerungen und ein stolzer Name: KÖNIGSBORN.

Unnas Wahrzeichen im neuen Gewand

Die Stadtkirche wurde renoviert

- von Brigitte Paschedag -

Ganz gleich, von welcher Seite sich der Reisende Unna näherte, immer grüßte ihn zunächst der Turm der Stadtkirche, und kam er aus Unna, wußte er, sobald er ihn sah: jetzt bin ich zu Hause. Heute ist dieser Blick leider zum Teil verbaut.

157 Jahre Bauzeit und 13 Altäre

Vieles hat sie im Laufe ihrer Geschichte gesehen, die Stadtkirche, das Wahrzeichen Unnas. Vor über 600 Jahren, etwa im Jahre 1322, wurde mit ihrem Bau begonnen. 1479 wurde sie vollendet. Von der Wohlhabenheit der Bürger zeugte die reiche Innenausstattung, 13 Altäre und zahlreiche Kunstwerke. Heute befinden sich davon nur noch das Alterretabel, ein Aufsatz mit zwei Schauseiten, und ein Sakramentshäuschen in der Kirche. Ihr kostbarster Besitz, die Marienklage (etwa 1410) und einige andere Statuen wurden am Anfang dieses Jahrhunderts an das westfälische Landesmuseum in Münster verkauft.

Phillip Nicolai predigte hier

Die Kirche überstand die Kriege der letzten Jahrhunderte und viele andere Wirren, wobei sie jedoch im letzten Weltkrieg stark beschädigt wurde. Ihr berühmtester Prediger war Phillip Nicolai, der 1597 während der Pest, durch die er zwei Schwestern verlor, hier sein wohl schönstes Werk, den „Freudenspiegel des ewigen Lebens“ mit den bekannten Liedern „Wachet auf, ruft uns die Stimme“ und „Wie schön leuchtet der Morgenstern“ schrieb.

Natürlich nagte der Zahn der Zeit in den Jahrhunderten an der Kirche. Durch Veränderungen des Grundwasserspiegels „arbeitete“ sie. Die letzte Innenraumsanierung erfolgte 1958. Damals wurde auch die Seitenempore entfernt, wodurch die Schönheit der gotischen Hallenkirche viel besser als vorher zum Ausdruck kam. Das Rankenmuster in den Gewölben verschwand, die Säulenkapitelle wurden grün und rot bemalt.

Die Gewölbe sind intakt!

Mit Beginn der 90er Jahre zeigte sich, daß eine neuerliche Renovierung dringend erforderlich war. Das Gewölbe wies Risse auf, und die bange Frage war: hatte sich die Bausubstanz verändert?

Anfang 1996 konnten dann mit den Arbeiten begonnen werden. 140 Tonnen Gerüstmaterial - das entspricht 45 LKW-Ladungen - wurden im Kircheninneren aufgebaut. Zum Glück ergab die Vermessung des Baus, daß er sich in den letzten 30 Jahren nicht mehr verändert hatte. Die Gewölbe waren intakt.

Die Gemeinde faßte den Beschluß, den Innenraum im wesentlichen so zu belassen, wie er seit 1958 war. Die Wände erhielten einen neuen Anstrich mit Kalkfarbe in gebrochenem Weiß, die Säulen wurden im Grunde nur gereinigt und der Anstrich dort ausgebessert, wo Schäden sichtbar wurden. Der Bereich der Gewölbeinschriften wurde ebenfalls gesäubert, die Schrift kam in voller Klarheit

zum Vorschein. Der 1958 „eingebaute“ Fehler wurde selbstverständlich korrigiert - aus dem falschen I wurde jetzt ein T, und die Inschrift ergibt wieder einen Sinn. Die Fenster wurden geputzt und bieten jetzt, besonders wenn die Sonne scheint, ein prachtvolles Farbenspiel. Ein paar Änderungen wurden aber doch

Veränderungen

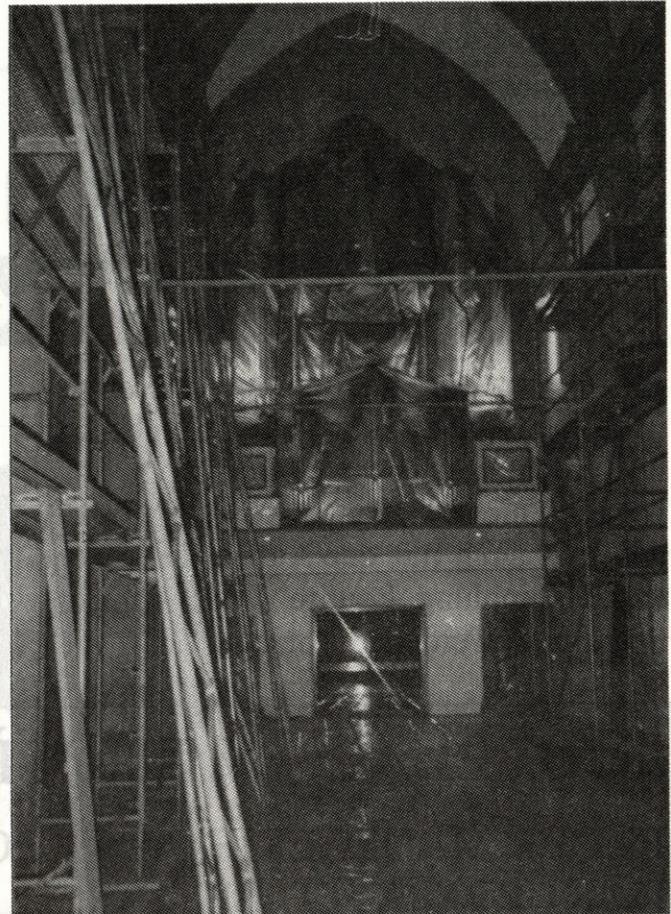
vorgenommen: Die Gedenktafeln, die im Altarbereich angebracht waren, befinden sich jetzt im Aufgang zur Orgelempore. Die Bilder, die R. Schäfer zu den Nicolai-Liedern schuf, werden wieder im Altarumgang untergebracht, nicht aber die bisher darunter befindlichen Tafeln mit den Namen der im Krieg gefallenen Einwohner Unnas. Diese hängen inzwischen ebenfalls im Turmbereich.

Besonders hervorzuheben ist aber, daß

Wer kennt das Wappen?

die Schlußsteine von ihrer braunen Farbe befreit wurden. Darunter kam ihre ursprüngliche Bemalung wieder zum Vorschein. So kann man jetzt im Gewölbe über der Orgel deutlich das alte Wappen der Stadt mit dem märkischen gelb-roten Schachbrettmuster und dem Buchstaben „A“, der für Unna steht, erkennen. Ein anderes Wappen konnte bisher nicht identifiziert werden. Es besteht aus einer goldfarbenen und einer roten Hälfte. Vielleicht handelt es sich um ein Familienwappen?

Besonders schön zeigen sich heute Altarretabel und Sakramentshäuschen. Nachdem die Ölfarbe, mit denen sie gestrichen waren, entfernt wurde, kamen der helle Sandstein und die Goldbema-



lung, die wohl aus der Zeit des Barock stammt, wieder zum Vorschein. Von der ursprünglichen mittelalterlichen Bemalung sind nur noch geringe Spuren vorhanden. Die bunten Farben können nicht rekonstruiert werden. Altarretabel und Sakramentshäuschen werden angestrahlt und zeigen sich im wahrsten Sinne des Wortes in neuem Glanz.

Alle diese Maßnahmen kosten sehr viel

Woher kommt das Geld?

Geld! Die Kirchengemeinde allein wäre nicht in der Lage gewesen, die Renovierung zu bezahlen. Auch öffentliche Zuschüsse flossen nicht gerade reichlich. Hier sprang der „Verein zur Erhaltung der Stadtkirche Unna e.V.“ ein. er stellte Spendengelder zur Verfügung - und er machte eine Erbschaft, die zweckgebunden war: Der Erlös aus dem Verkauf ei-

nes Hauses war ausdrücklich für die Innenraumsanierung der Stadtkirche bestimmt. Damit war die Finanzierung gesichert - die Renovierung konnte beginnen.

Karfreitag stand die Kirche der Gemein-

Der Staub muß sich noch setzen

de wieder zur Verfügung, allerdings noch nicht ganz: Solange der Staub sich noch nicht gesenkt hatte, konnte die Orgel noch nicht wieder „ausgepackt“ werden und auch mit der Auffrischung der Kanzelbemalung konnte solange nicht begonnen werden. Trotzdem sind die

Freudengesänge an Ostern wohl aus vollem Herzen gekommen. Sie ist wunderschön geworden — unsere Stadtkirche. Gehen Sie doch mal hin - es lohnt sich.

Übrigens gibt es ein Projekt „Offene Kir-

Projekt „Offene Kirche“

che“. An Markttagen sind die Türen der Stadtkirche von 9 bis 13 Uhr geöffnet. Man kann zu diesen Zeiten die Kirche besichtigen oder auch sich hineinsetzen und ein wenig zur Ruhe kommen aus der Hektik des Alltags.

„HOPPLA!“ - VARIETÉ

IN DER MANAGERIE TRAVADOS
IM KURPARK; LUISENSTR: 22



„Jede Sache kurz und vollkommen! In Atem halten! Sport in idealen Höhepunkten, Musik - Vortrag, Frauenschönheit, alles, alles in exzeptionellen Exemplaren gehört auf die Varietébühne! Keine Zeit lassen zum Überlegen, zum Verdauen; ein Wirbelwind von Eindrücken! Das ist Regie! Motto: Alles ist gut, was kurz und besonders ist!“

**NACHMITTAGSVORSTELLUNG AM 16. JUNI UM
16 UHR...**

.....FÜR ALL JENE; DENEN ES AM ABEND SONST ZU
SPÄT WIRD

EINTRITTSPREISE:

AM TISCH	20,- DM
I. RANG	15,- DM
II. RANG	10,- DM

Vorbestellungen unter 02303/68586

Volksbank *aktiv* ✓

Der Senioren-Service



Elke Völkel



Ilona Marzi

Um Mißbrauch zu verhindern, weisen wir darauf hin, daß nur diese beiden Damen berechtigt sind, Geschäfte im Rahmen des Volksbank-Senioren-Services zu tätigen.

Wenn Sie aus Alters- oder Krankheitsgründen nicht – oder nur sehr schwer – zur Bank kommen können, dann kommen wir zu Ihnen.

Wir kommen zu Ihnen:
Service-Telefon
0 23 03 - 107 343

Unsere Leistungen für Sie:

- Bargeld bringen oder Einzahlungen tätigen
- Überweisungen ausführen
- Schecks einreichen
- Kontovollmachten regeln
- alle Sparbuch-Angelegenheiten erledigen
- Tips rund um's Geld geben
- seriöse Beratung in allen Geldangelegenheiten

 **Volksbank Unna eG**

Wir machen den Weg frei

Der Knappschaftsälteste - seine Bedeutung heute

- von Horst Weckelmann -

Die gefährvolle bergmännische Untertagearbeit, die auch häufig mit Unfällen verbunden ist, führte bereits im Mittelalter zum Zusammenschluß der Knappen- und Knappschaftskassen. Schon mit der ursprünglichen Bezeichnung „Bruderslade“ wurden Kassen eingerichtet, in die der „Büchsenpfennig“ eingezahlt wurde. Aus diesen Kassen wurde in Not geratenen Bergleuten und ihren Familien durch Zahlung einer Unterstützung geholfen. Diese zunächst auf einzelne Bergwerke begrenzten Vereinigungen schlossen sich im Laufe der Zeit zu großen Verbänden zusammen.

Der Kampf für die Einrichtung einer Knappschaftsversicherung hatte bereits 1767 Erfolg. Damit waren die Grundlagen für die Gestaltung einer eigenen Sozialversicherung der Ruhrbergleute gelegt. Die Beiträge zur Knappschaft werden bis heute von den Beschäftigten und den Bergwerksunternehmen gemeinschaftlich aufgebracht. Die Knappschaftskassen dienten der Gesundheitsvorsorge und sozialen Sicherung der Bergleute, die damals besonders notwendig war. Jahrzehnte kämpfte die Bergarbeitergewerkschaft um ein einheitliches Gesetz. Die bereits langgeübte Praxis führte zum Entwurf des Reichsknappschaftsgesetzes, das von den Bergleuten und den Bergbauunternehmen vorgelegt und im Jahre 1923 verabschiedet wurde. Als Mittler zwischen der Knappschaft und den Bergleuten wurde der "Älteste" eingeführt. Dieser Versichertenvertrauensmann, der bis heute "Knappschafts-

ältester" heißt, hat eine wichtige Aufgabe. Seine Hilfe dient den Versicherten und den Hinterbliebenen bei der Wahrnehmung ihrer Rechte gegenüber der Knappschaft.



Paul John

Er hat eine beratende und unterstützende Aufgabe. Seine Auskünfte beziehen sich auf Leistungen aus der gesetzlichen Sozialversicherung. In seinen Beratungen muß er auf die Anspruchsvoraussetzungen hinweisen. Nach den gesetzlichen Vorschriften und der Satzung wird der Knappschaftsälteste bis heute für die Dauer von sechs Jahren von den Versicherten gewählt. Ein solches Ehrenamt kann nur ausüben, wer selbst im Bergbau gearbeitet hat oder dort noch beschäftigt ist. Jeder Amtsinhaber muß sich verpflichten, an Schulungen, Konferenzen und Zusammenkünften teilzunehmen. Er kann von den Versicherten aufgesucht werden. Er ist bei der Beantragung der Rente und bei Anträgen auf Leistungen der Krankenkasse sowie beim Ausfüllen der Formulare behilflich.

Häufig kann er Versicherten zu einer Rehabilitationsmaßnahme oder Vorsorgekur verhelfen. Oft kommt es vor, daß er Personen, die in früheren Jahren im Bergbau gearbeitet haben, Auskünfte erteilen muß. Besonders für den Nachweis

eines lückenlosen Versicherungsverlaufs kann er Hinweise und Ratschläge geben. Bei Mißverständnissen zwischen der Knappschaft und dem Versicherten schaltet er sich ein und klärt durch seinen Besuch manchen Sachverhalt oder ein falsch verstandenes Schreiben der Versicherung.



Friedrich Stratmann

Seine Tätigkeit vollzieht sich im Stillen, und er gerät mit seiner Aufgabenerfüllung nicht so sehr in den Blickpunkt der Öffentlichkeit. Er wird nicht nur von den im Bergbau Beschäftigten anerkannt, sondern genießt auch bei Rentnern und bei außerhalb des Bergbaus tätigen Menschen ein hohes Ansehen. Letztlich trägt auch seine Zuverlässigkeit und Hilfsbereitschaft dazu bei.

Obwohl durch das Zechensterben die Anzahl der Beschäftigten und damit der Versicherten stark zurückgegangen ist, hat der Knappschaftsälteste nicht an Bedeutung verloren. Solange es den Bergbau gibt, wird er sich nicht über Mangel an Arbeit zu beklagen haben. Allerdings wird sich die Zahl der Knappschaftsältesten auch in Zukunft durch die Zusammenlegung von Knappschaftssprengeln reduzieren. In Bezirken, wo es keine Versicherten mehr gibt, wird seine Aufgabe entfallen. Bis dahin werden, zumindest auch in ehemaligen Bergbauregionen, noch Jahre vergehen.

Knappschaftsälteste in Unna sind:

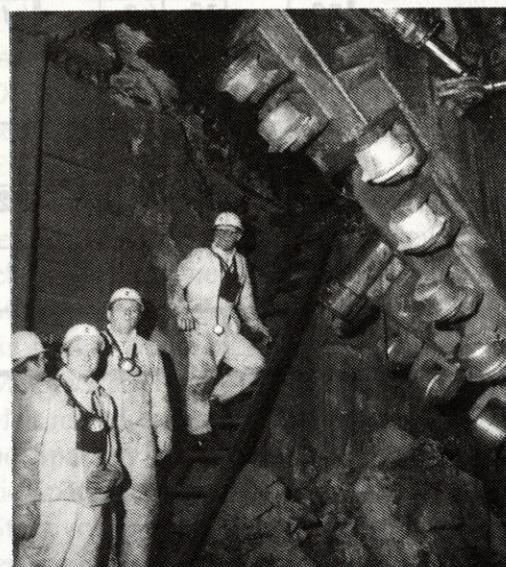
Günter Wiedemann
Gadumer Str. 1

Friedrich und Wolfgang Stratmann
Vinckestr. 23

Willy Hinrichs
Ruhekopf 13, Unna - Lünern

Paul John
Reckerdingweg 57, Unna - Massen

Bundesknappschaft Kamen
Kamen - Karree 30 - 34
59174 KAMEN Tel. 02307/274-0



Heute schon gegrübelt ?

Setzen Sie die Plus- und Minus -
Zeichen an die richtige Stelle

$$4...3...2...4...9...3...1...8...3 = 1$$

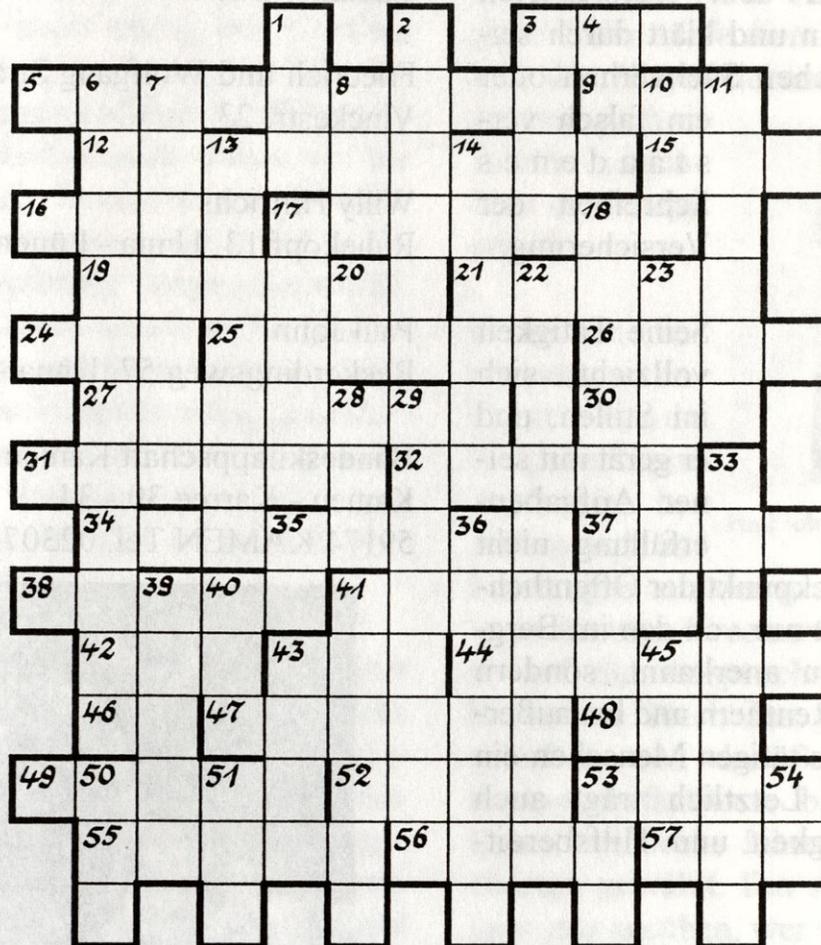
Quelle: „Geistig fit“, Mitgliederzeitschrift
der Gesellschaft für Gehirntraining e. V.

Postfach 1420
85555 Ebersberg

Nur die harten Nüsse schmecken gut!

- Preisrätsel -

- von Brigitte Paschedag und Regina Grewe -



Waagerecht

- 3 Für und Wider? Nein - nur für dieses Wörtchen suchen wir
 5 Es tun die Pickel und die Blätter die Bäume werden dadurch netter
 9 Die Helferin der Medizin will verdreht in 's Rathaus ziehn
 12 Am Anfang steht altes spanisches Geld doch hier wird die Wirklichkeit gewählt
 15 Ein halber Fehler kommt hier hin verlängern kann man auch mit -sinn
 16 Französisch „gut“ - so fängt es an doch noch ein Konsonant muß dran
 17 Am Meer, das weiß doch Groß und Klein, da atmet man so etwas ein
 19 Ist das nun ein dicker Mann? Nicht unbedingt, fängt anders an
 21 „nicht wissen“ heißt das allgemein

- doch hier soll 's kopf- und endlos sein
 24 Fürs Pferd ein Zweirad wird gemacht wer hat sich das bloß ausgedacht?
 25 Ein Nachbar wärs in unsern Landen doch kam der Anfang ihm abhanden
 26 „Hansi“ vor der Tanzkapelle das raten Sie doch auf der Stelle
 27 Schwarz sieht man oft in dieser Stadt weil sie nicht viele Weiße hat
 30 Zuviel davon tut selten gut das ist doch wohl ein alter Hut
 31 schuf in Mexico einst große Kultur die Spanier verwischten dann fast seine Spur
 32 Dies Wörtchen macht den Eskimo wenn man ihn so nennt, wirklich froh
 34 Leider verworren und garnicht klar manches Politikers Rede war
 37 Man braucht nicht mehr den Kerzenschein

- sperrt man dies Gas in die -röhre hinein
 38 Dreht man die Tochter Labans um
 ein Komponist wird's - garnicht dumm
 41 Aus der Bilbel ist uns bekannt:
 Moses selbst betrat nie dieses Land
 42 Hier suchen wir die „Eberfrau“
 die kennen Sie doch ganz genau
 44 Lehrt an der Hochschul dann und wann
 und führt auch die Verwaltung an
 46 Von der Stadt mit schwarzem Tor
 kommt hier nur das Kürzel vor
 47 Gepreßtes Obst am Anfang steht
 das Wort mit „im Ganzen“ zu Ende geht
 48 Des jüdischen Gestzbuchs Anfang
 findet zwischen Bergen Anklang
 49 Ein Berg bei Kapstadt fängt so an
 und die Gesellschaft speist gern dran
 52 Die „5“ in einer fremden Sprache
 das ist zu schwer? Daß ich nicht lache!
 53 Drei Leute, die nicht singen
 wollen doch ein Ständchen bringen
 55 'ne Farbe zwischen gelb und braun
 ist auch als khaki anzuschau'n
 56 Wenn er erstmal im Glase funkelt
 ist veritas nicht mehr verdunkelt
 57 Mit ihm wird so manipuliert
 daß uns das Lachen bald gefriert

Senkrecht

- 1 Man kann sich's in die Haare schmieren
 und braucht sich garnicht zu genieren
 2 Heut' bringen die Eier Herr und Frau Has
 wie ich in Kinderbüchern las
 3 Wenn zu wenig Luft er hat
 schaut man dumm - denn er ist platt
 4 Viel ekliger als eine Maus
 drum streichen wir am End was aus
 6 Die Brutstätte im Hinterland -
 Unna wird nie so genannt!
 7 Jetzt leugnet er, so kommt's mir vor
 was früher er doch stets beschwor
 8 Eine Zahl, nicht 6, nicht acht
 haben wir nur halb gebracht
 10 nach..., nach, auf, bei, von und zu
 den dritten Fall mußst setzen Du
 13 Man kann nur aus eignem was erreichen
 sonst muß man schnell die Segel streichen
 14 Mancher ist es garnicht gern
 zumal wenn Weihnacht nicht mehr fern
 17 Süß und so mußst' Kaffee sein

- goß ihn sich einst die Oma ein
 18 Mancher hätt sie gern geahnten,
 Reden, die als dieses galten
 20 Zwei Vokale ganz allein
 wie kommt das bloß ein Küken rein?
 22 Von 100wurde Io bewacht
 so hatte Hera sich's gedacht
 23 Man kann „errichteten“ statt dessen sagen
 doch auch mit „Häuser“ kann man's wagen
 28 Durch eine Pipeline wurde es nicht gebracht
 wenn es für Salat gedacht
 29 Lebens-lebhaft? - Was soll das sein?
 Scheint ein Spezialausdruck zu sein
 33 Mit Hudeleien haben wir nichts im Sinn
 hier kommt ne Glockenblume hin
 35 Ein Zeitmesser, der die Mitte verloren?
 Einen Eid hätt ich nicht darauf geschworen
 36 Ein Pflänzchen, schön hellgrün und kraus
 Na, wie sieht's mit der Lösung aus?
 39 Das Instrument ist schwer zu tragen
 auch Engel spielen's, hör ich sagen
 40 Ein Buchstabe fehlt vor diesem Bau
 sonst waltet drinnen die „züchtige -frau“
 41 Die Zulus hören's garnicht gern
 nennen sie so die weißen „Herrn“
 43 Ein Rinderfett wird so genannt
 als Kerzengrundstoff wohl bekannt
 45 teil des Hemdes - verkürzt und gewendet
 ich frage mich wie das wohl endet
 50 Mit B und N an Anfang und Ende
 ein reicher Mann hier vor uns stände
 51 Melodie, die nicht Anfang und Ende hat?
 Malt manchmal auch Blumen ohne Blatt
 53 bei Spatzen heißt er einfach „piep“
 die Spätzin weiß. er hat mich lieb
 54 Steht vor line, kel und dulieren
 jetzt reicht's mir mit dem Fabulieren

Preisrätsel:

Die Buchstaben 18, 40, 55, 20, 38 ergeben das Lösungswort: **Geschichte mit „Vieh“? Die finden Sie!**
 Auf einer Postkarte an die Redaktion schicken und ein Buch gewinnen:

„Vergangene Zeiten“ - Unna und Königsborn von A. Wachtel-Fiene

Redaktion „Herbstblatt“
 Seniorentreff Fäßchen
 Hertingerstr. 12
 59423 Unna

Capri - Insel der Sirenen

- von Brigitte Paschedag -

Wie heißt es in einem alten Schlager?
„Wenn bei Capri die rote Sonne im Meer
versinkt...“ So ein Kitsch, dachte ich.
Und dennoch:
ich fuhr hin.

Wer als Tage-
stourist Capri
betritt, kann
sie sicherlich
nicht verste-
hen, die Faszina-
tion, die
von dieser
„Handvoll“
Felsen aus-

geht, und die so stark ist, daß es immer
wieder Menschen gegeben hat, die als
Touristen für einen Tag kamen - und
blieben, zum Teil für den Rest ihres Le-
bens. Was also ist das eigentliche Capri?

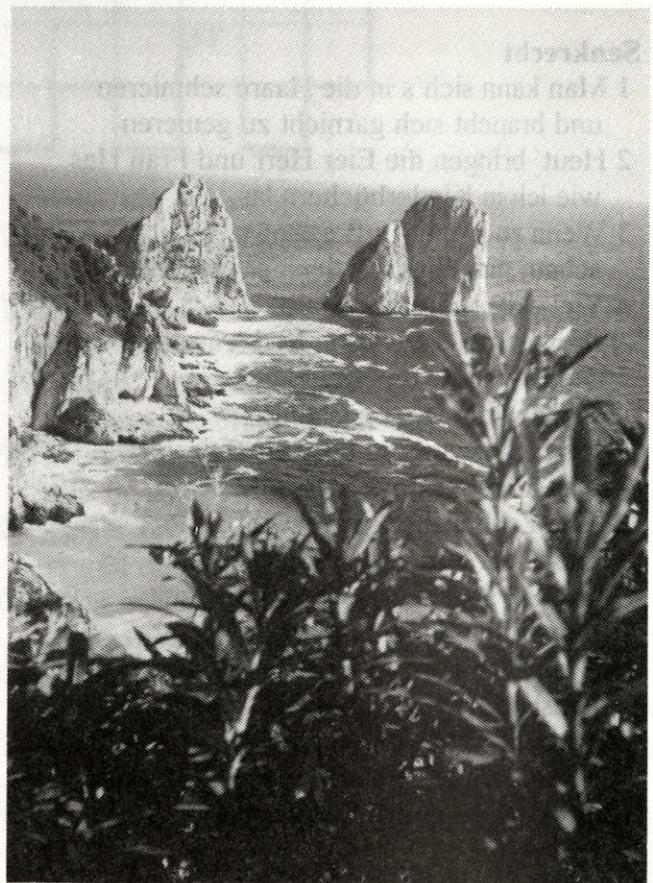
Wer den Menschenmengen entgehen
will, sollte sich von der Piazzetta den Au-
gustusgärten und der Villa San Michelle
- zumindest tagsüber - fernhalten und lie-
ber über die Via Camerelle spazieren,
die eleganteste Einkaufstraße Capris.
Wer sich dann nicht scheut, Treppen zu
steigen, findet sich bald an den schön-
sten Punkten wieder. Vorbei am Kap
Punta Tragara mit den Faraglioni, steil
aus dem Meer ragenden Felsen, weiter
vorbei an der Grotta Matromania, dem
Arco Naturale, einem von der Natur ge-
schaffenen Felsenbogen, schattige Gär-
ten, in denen man fabelhaft essen und
den vorzüglichen Capriwein genießen
kann. Man trifft nicht mehr auf allzu
viele Leute und erlebt erst hier den wahren Reiz Capris.

Capri ist eine kleine Insel - nur 10 qkm.
Trotzdem wurde hier Weltgeschich-
te geschrieben. Der römische Kaiser Tibe-

rius baute 12
Villen und re-
gierte von hier
aus 17 Jahre
lang das römi-
sche Welt-
reich.

Ein besonders
schöner Wan-
derweg ist die
Via Krupp.
Oft direkt in

den Fels gehauene Serpentinien führen
von den Augustusgärten zur Marina Pic-
cola, dem Bade“strand“ Capris. Wer nun
meint, an der Marina Piccola gebe es

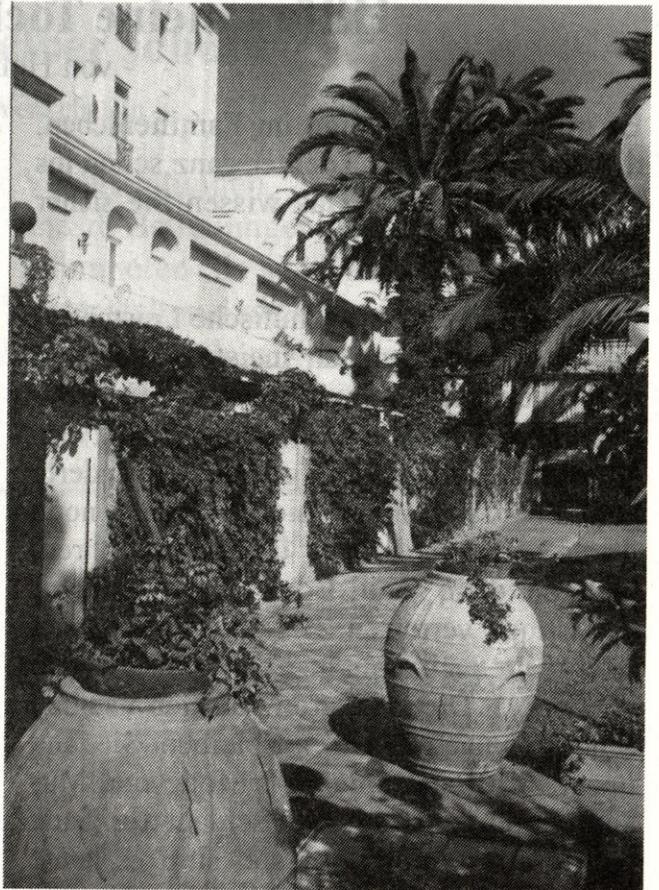


tatsächlich einen schönen, weißen Badestrand, der irrt sich. Nein, die Badegäste tummeln sich hier auf den Felsen, die einst die Sirenen bewohnten und gelangen nur über Leitern ins Wasser. Für einen Badeurlaub ist Capri nicht geeignet!

Capri ist vielmehr eine Insel zum Träumen, zum Bummeln, zum „die Seele baumeln lassen“. Capri sollte man sich erwandern, auch wenn es wegen der vielen Treppen mühsam ist.

Die früher einzige Verbindung zwischen Capri und Anacapri, die Phönizische Treppe mit mehr als 800 steil in den Fels gehauenen Stufen, ist heute wegen Bau-fälligkeit gesperrt. Aber es ist sowieso einfacher, man fährt mit dem Bus nach Anacapri und von dort mit dem Sessellift auf den Monte Solaro. Der Blick von hier oben auf Neapel, den Vesuv, die Inseln ist unbeschreiblich! Beim Abstieg über den steilen Geröllpfad trifft man auf Teppiche von wilden Alpenveilchen.

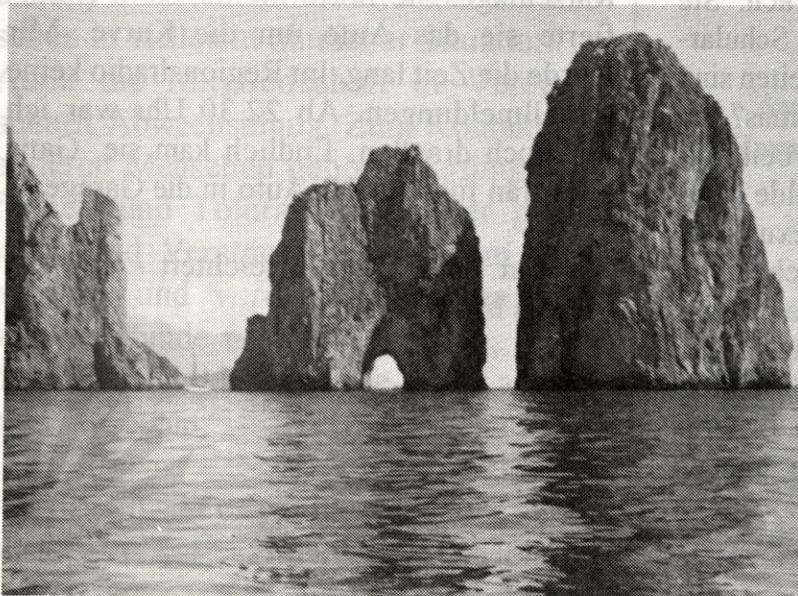
Bei der Abfahrt habe ich verstanden, woher der Monte Solaro seinen Namen hat:



Die Sonne ging auf, und der ganze Berg war plötzlich in feuerrotes Licht getaucht: der Berg des Sonnengottes Sol.

Auf dem Flughafen Neapel holte mich die Wirklichkeit wieder ein:

Fluglotsenstreik: Abflug mit 7 Stunden Verspätung.



Aber vielleicht stimmt das gar nicht - waren es am Ende gar nicht die Fluglotsen, wollten mich die Sirenen zurückhalten? Fast glaube ich es. Auf jeden Fall wollen sie mich wohl noch einmal auf ihre Insel locken.

Hilfe - meine Tochter wird flügge!

- von Heinz Naß -

Es gibt ein paar Dinge im Familienleben, die den Vater einer Tochter ganz schön ins Schwitzen bringen. Das wissen Sie sicher aus eigener Erfahrung.

Ließen Töchterchens schulische Leistungen bis zum 13. Lebensjahr meistens nichts zu wünschen übrig, kam ab dem 14. Geburtstag ein für mich unfaßbarer Abfall. Das Verhalten uns Eltern gegenüber änderte sich ebenfalls. Fand sie es früher noch prima, mit uns in den Urlaub zu fahren, hatte sie dann „Null Bock“. Sie wollte mit der Clique verreisen. Bis 22 Uhr ausgehen reichte ihr auch nicht mehr (war bis 12 noch echt cool). Die „Anderen“ durften nämlich schon bis nach 23 Uhr ausbleiben. Sie fand unser Zeitlimit „spießig“. Mode und Musikrichtung änderten sich schlagartig. Sang früher eine Family für sie, sind es heute Jungs mit unaussprechlichen Namen. Manchmal sah ich an ihr eine Bluse statt des Schlabberpullis. Merkwürdig!?

Das Schlimmste: sie hatte plötzlich Interesse an Mutters „Malkasten“, wie sie bisher immer sagte. Höchst verdächtig. Meine Frau wußte natürlich längst, was dahintersteckt. Nur ich fiel aus allen Wolken, als unsere Tochter von Thomas sprach. Sie wollte am Samstag bei uns mit ihm Schularbeiten machen, sagte sie. Schularbeiten sind in Ordnung, aber warum mit Thomas? Ich war besorgt, daß die Zusammenarbeit Folgen haben könnte, doch meine Holde beruhigte mich mit dem Hinweis auf Sexualkundeunterricht und diversen Gesprächen von Frau zu Frau. Trotzdem, recht war es mir nicht. Der junge Mann kam ins Haus. Er sah nicht ungepflegt aus mit seinen beiden Ohrringen. Der Haarschnitt ist auch in Ordnung. Für ihn offenbar nicht, denn draußen setzt er so eine Kappe auf. Sie wissen schon.

Kurz und gut, im Laufe der Jahre bis zum Abitur wurde mein Erschrecken über die ausgeflippten Typen, die ab dem 16. Lebensjahr bei ihr „Freund“ hießen, immer geringer. Ja, es kehrte so etwas wie Normalität ein. Bis zu dem Tag, an dem unsere Tochter erklärte, den Führerschein erwerben zu wollen. Ich, als stolzer Vater, gab sofort meine Zustimmung und meine fachlichen Ratschläge. Leider waren seit damals etliche Jahre vergangen. Meine Tochter verzichtete auf meine Hilfe. Das tat weh. Sie schaffte die Prüfungen auf Anhieb. Wir feierten gebührend und sie durfte uns mit dem Familienauto ihre Fahrkünste zeigen. Dann kam die Stunde der Wahrheit.

Sie wollte mit dem Auto fahren - ganz ALLEIN! Mit MEINEM Auto! Wo war mein Verstand, als ich dem Führerscheinwerb zustimmte? Sie kennen meinen Gefühlszustand? Meine Frau war auf meiner Seite. Aber ehrlich, kommen Sie gegen die Tränen an? Können Sie jeden Tag in diese Augen sehen? Ich konnte nicht. Im Geiste nahm ich Abschied von meinem heißgeliebten Blech, suchte schon die Bus- und Bahnfahrpläne raus. Meine Frau gab Töchterchen noch die üblichen wohlmeinenden Ratschläge. Sie hörte nichts, stolz chauffierte sie das Auto um die Kurve. Mir wurde die Zeit lang. Im Regionalradio keine Unfallmeldungen. Ab 22.30 Uhr war ich nur noch draußen. Endlich kam sie. Ganz souverän fuhr sie das Auto in die Garage.

Ich war unheimlich erleichtert - und ein kleines bißchen stolz.



Einsamkeit - selber schuld ?

- von Horst Weckelmann -

Viele ältere Mitbürger beklagen sich über das Alleinsein. Wenn sie allerdings ihr Leben und ihre Verhaltensweise betrachten, wird ihnen schell klar, welche Ursachen ihre Abgeschiedenheit hat - Verlust des Partners, die Kinder sind aus dem Haus.

Jetzt heißt es, der drohenden Vereinsamung entgegenzuwirken. Wer sich allzu schnell von Freunden und Bekannten isoliert, braucht sich über mangelnde Kontakte zu anderen Menschen nicht zu wundern. Deshalb ist es wichtig, von sich aus Kontakte zu pflegen, am täglichen Leben Anteil zu nehmen und sich ein Ziel zu setzen.

Aktivitäten mit Freunden, Bekannten und Verwandten fördern die Gemeinsamkeit. Erfahrungs- und Gedankenaustausch mit anderen heben das Selbstwertgefühl. Der Besuch von kulturellen Veranstaltungen oder Hobbykursen (Malen, Fotografieren, Handarbeiten u.s.w.) knüpft Kontakte zu anderen Menschen in vielleicht ähnlicher Situation.

Auch die Mitgliedschaft in Vereinen schafft Abwechslung. Zum Kontakt mit anderen Menschen gehört allerdings Offenheit und Toleranz. Nur wer geben kann und Verständnis hat, kann auch nehmen und wird sich über manche schöne Stunde freuen. Sie sehen, gegen die Einsamkeit können Sie selbst am besten etwas tun.

Außerdem gibt es genügend Helfer in unserer Stadt, die Hinweise auf vielerlei

Veranstaltungen, Hilfe in Gesprächen und zu Betreuungen geben können. Informieren Sie sich, schauen Sie in den Veranstaltungskalender, in die Tageszeitung oder gehen Sie zum Seniorentreff „Fäßchen“

Tel. 02303/239788 oder 239681.

Aktuelle Reisetips

Das „Fäßchen“ bietet an :

am 11. Juni 1996 Fahrt nach

Minden zur Mühlenstraße

am 26. Juni 1996 Fahrt nach

Arolsen

Vom 2. - 6. September 1996 Fahrt nach

PRAG

**Auskunft und Anmeldung
bei Herrn Meuer, Tel.: 02303/239788**



**Filmischer Reisebericht:
Am Mittwoch, 19. Juni 1996 17⁰⁰ Uhr,
IRLAND**

Spieldauer: 80 Minuten,
Referent: Herr Heitland

Tante Lisbeth - wir kommen !

Unnas Senioren: Ganz schön mUNter

- von Brigitte Paschedag -

Aha! Nun war es also soweit: Seit Monaten geplant ging am 15. Mai 1996 der „Markt der Möglichkeiten“ über die Bühne des Kühlschiffs und: **Da war was los!**

Von köstlichem Kaffee- und Waffelduft die Treppe förmlich hinaufgezogen, fand sich der Besucher in einer kleinen aber durchaus feinen Ausstellung, in der sich verschiedene Seniorengruppen präsentierten. Bilder, Seidenmalerei, Intarsien und Bastelarbeiten gab es zu bestaunen. Die Grauen Panther, die Videogruppe, SPD-Senioren, Reichsbund, Sprachkurse, die Wissensbörse, natürlich auch unser „Herbstblatt“ und das Seniorenradio tummelten sich da. Besonders die Radiomacher hielt es nicht in ihrer Ecke. Immer fanden sie neue „Opfer“, die sich aber bereitwillig befragen ließen. Zwischen all dem wieselten Schülerinnen und Schüler der Senioren-Pflegeschule herum, erstaunt über die vielfältigen Aktivitäten der Senioren in Unna.

Als echter „Hingucker“ erwies sich die Plastik „Kohle mit Lampen“. Wohl mancher Betrachter fragte sich, wie das denn funktionieren könne: Da brannten Glühlampen, und kein Kabel führte zu ihnen!???

Um 15 Uhr ging's dann richtig los! Freie Stühle gab es schon lange nicht mehr, als Vizebürgermeister Bartmann die Anwesenden begrüßte und dabei Dankesworte für die Seniorenbeauftragte der Stadt

Unna, Regina Grewe, und die vielen ehrenamtlichen Helfer fand, die einen solchen Nachmittag erst möglich machten. Im bunten Bühnenprogramm folgte dann Highlight auf Highlight.

Zunächst stellte sich die Tanzgruppe des „Fäßchen“ vor. Dann wurde die „streikende“ Oma kurzerhand gegen Tante Lisbeth getauscht - beim „Theaterdonner“ nämlich. Eine „reizende“ Familie, die da am Schluß verkündete: „Tante Lisbeth - wir kommen!“

Mit dem „Salonorchester Fröndenberg“ ging es auf eine nostalgische Reise rund um die Welt. Wer sie noch erlebt hat, fühlte sich bestimmt an die „gute alte Zeit“ erinnert, als es noch Bad Königsborn gab.

Die „Mittfünfzigerin“ verriet dann das Rezept, wie frau „an einen Mann kommt“, wie die Wehwechen verschwinden und vieles mehr. Dabei war sie weder Psychologin noch Ärztin, sondern Zeitschriftenwerberin.

Und dann schallten doch tatsächlich Samba und Cha-Cha-Cha - Klänge durch den Saal! Zeigten hier etwa auch Senioren ihr Können? Tatsächlich - die Gruppe UNFuK trieb da ihr „UNwesen“. Ganz schön munter die „Alten“!

Wer sagt eigentlich, daß Mode für Ältere grau und langweilig sein muß? Die Mo-

denschau der „Fäßchen-Nähgruppe“ belehrte alle, die das gedacht hatten, schnell eines Besseren. Charmant und souverän führten die Damen, darunter eine 83-jährige, vor, was sie selbst geschneidert hatten: Kleider, Kostüme, Röcke, Blusen - bunt und fröhlich, sportlich und elegant.



Die Singgruppe des „Fäßchen“ brachte mit ihren Frühlingsliedern die Zuhörer zum Mitsingen.

Einen „bildschönen“ Familienkrach gab es dann bei den „Spätlesen“, der Theatergruppe der evangelischen Kirche. Schließlich mußten vor der Abreise in die Ferien noch Kläff, Kasimir und Ferdinand untergebracht werden. Nein, es handelte sich nicht um die Kinder. Schäferhund, Kater und Hamster galt es zu versorgen, da Oma und Opa nicht zu bewegen waren, auf die Tiere aufzupassen. Schließlich wollten sie selbst auch einmal Urlaub machen und hatten den Koffer schon gepackt. Nach der turbulenten Abreise von Eltern, Kindern und Haustieren stellte sich dann heraus: Oma und Opa machten tatsächlich Urlaub - aber zuhause, ohne die geliebte Familie. Beide fanden: daheim ist es ja doch am gemütlichsten!

Einen flotten Tango zeigte die Tanzgruppe der Katharinen-Gemeinde, und den Abschluß bildete der Chor der Volkshochschule.

Niemand konnte am Ende sagen, was denn nun das Schönste gewesen war. Aber darum ging es auch gar nicht. Das Wesentliche war die Freude am Tun! Als sich das Lampenfieber dann allmählich legte, bekamen alle Mitwirkenden ein Blumenherz als Dankeschön.

Nach fast drei Stunden Bühnenprogramm hörte jeder deutlich den Stein, der Regina Grewe vom Herzen fiel, daß alles so hervorragend geklappt hatte. Sie hatte souverän durch das Programm geführt, mußte überraschend dem Seniorenradio Rede und Antwort stehen und war jetzt froh, daß es keine Pannen gegeben hatte, die Akteure sich und ihre Arbeit mit viel Spaß präsentiert hatten, und alles beim Publikum großartig angekommen war.

Für Viele war aus dem anfänglichen **Aha!** jetzt ein **Oho!** geworden - ganz schön mUNter, die Senioren in Unna!

„Tante Lisbeth - wir kommen? Nein! Unna - wir sind schon da!!!“

Haben Sie nicht Lust bekommen, in einer der Gruppen mitzumachen?

Hochbetagt aber Unverzagt

- von Karola Schulz -

Anna S. ist im 92. Lebensjahr. Wie sie selbst sagt, ist sie es mit Gottes und der Ärzte Hilfe und ihrem wöchentlichen Obst- und Abfuhrtag geworden. Annas Ehe blieb zu ihrem größten Kummer kinderlos. Ihr Mann, der sie zärtlich „Änneken“ nannte, starb plötzlich, als sie erst 59 Jahre alt war. Anna war unsagbar traurig und haderte mit Gott: warum so früh, warum gerade er, der so ein guter, lieber Mensch war?

Nun war sie ganz allein auf sich gestellt, hatte niemanden mehr, den sie versorgen und mit dem sie Pläne für das Rentenalter machen konnte. Ein Auto stand in der Garage, sollte sie es verkaufen? Doch dann nahm sie eines Tages ihr Herz in beide Hände und ging zu einer Fahrschule.

Sie wollte den Führerschein machen !!! Der Fahrlehrer meinte, in ihrem Alter würde sie wohl viele Fahrstunden machen müssen. Aber das war Anna egal, Hauptsache, sie bekam den Führerschein! Nach zweimaligem Anlauf hatte sie dann die ersehnte Fahrgenehmigung. Wie freute sich Anna, nun war sie mobil und auf niemanden angewiesen, um zum weit entfernten Friedhof oder einkaufen zu fahren. Fahrradfahren konnte sie leider nicht.

Doch nun wurde Anna couragiert...

Um unter Menschen zu kommen, ging sie in den Kirchenchor. Dort fand sie gleichgesinnte Frauen mit denen sie eine Spielgemeinschaft bildete. Gespielt wurden Canasta, Rommé oder Pochen, im-

mer reihum in ihren Wohnungen. Es machte allen viel Spaß. Wenn Anna nachts nicht schlafen konnte, stand sie auf, trank eine Tasse Kaffee und legte sich eine Patience. Aber all dies gab ihrem Leben doch keinen richtigen Sinn.

Da kam ihr der Zufall zu Hilfe. Anna wurde von einer Geschäftinhaberin gefragt, ob sie im Lebensmittelladen aushelfen wolle. Sie sagte freudig zu. Aus diesem Aushilfsverhältnis wurde alsbald ein festes Arbeitsverhältnis, das sie bis zu ihrem 72. Lebensjahr ausübte. Das Geschäft wurde dann leider geschlossen.

Anna war immer eine leidenschaftliche Köchin. Nicht nur, daß sie sich täglich eine warme Mahlzeit kochte, sie backte Brot und kochte leckere Sülze. Spritzgebäck hatte sie während des ganzen Jahres in einer großen Dose.

Seit ca. einem Jahr hat Anna eine Hilfe, da ihre Kräfte nachlassen. Lesen kann sie nicht mehr gut, ihre Sehkraft schwindet. Anna war und ist immer noch eine politisch und kulturell sehr interessierte Frau, darum läuft fast ständig der Fernseher. Am liebsten hat sie die Moderatorin Dagmar Berghoff.

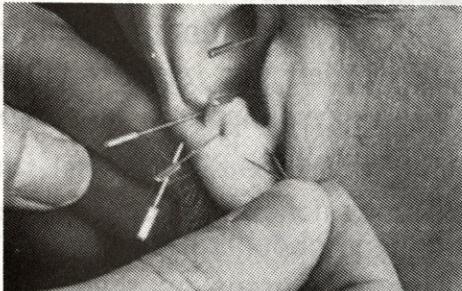
Den Kontakt zur Außenwelt hält Anna telefonisch. Da kommt es ihr auch nicht auf eine höhere Telefonrechnung an. „Das letzte Hemd hat keine Taschen“ sagt sie.

Anna S. ist stolz und glücklich, daß sie noch bis zu ihrem 88. Lebensjahr unfallfrei mit ihrem Auto gefahren ist.

Chinesische Naturmedizin hat gute Erfolge

- von Horst Weckelmann -

Nicht nur in China vertrauen immer mehr Menschen der traditionellen Medizin, sondern auch in nichtasiatischen Ländern baut die Bevölkerung auf die Heilkräfte der Natur. Obwohl die Chinesen ohne die Erkenntnisse der Schulmedizin und in der medizinischen Forschung nicht auskommen, wird erst einmal nach alter Tradition mit Akupunktur, Massagen, Packungen, Heilkräutern und anderen Naturheilmethoden behandelt, die bereits geholfen haben. Die Bevölkerung war schon immer auf die klassischen Hausmittel angewiesen. Erst wenn die Naturmedizin keine Erfolge zeigt, wird ergänzend die Schulmedizin, z. B. in der Chirurgie, angewendet. Diese Art der ärztlichen Versorgung ist mit den Systemen in Europa nicht vergleichbar.



Wie z. B. in dem nach einem nahegelegenen Tempel benannte „Huguosi Krankenhaus“ in Peking, eine Universitätsklinik mit 30 Abteilungen, 300 Betten und einer Ambulanz.

Die Klinik hat die Schwerpunkte:

1. Akupunktur und Naturheilverfahren,
2. Schulmedizin (mit Labor und Röntgenabteilung).

Besonders mit der Akupunktur hat die Ärzteschaft große Erfolge erzielt. Der ärztliche Direktor Dr. Dsu ist stolz auf

die großen Erfolge seiner Abteilung in der Naturmedizin und freut sich, daß er 40 Praktikanten ausbilden kann und Kontakte mit 50 Spezialisten für Naturmedizin pflegt.

Es werden ca. 500 verschiedene Kräuter angewendet, die eine staatliche Firma an die Krankenhäuser liefert. Die Hausapotheke sieht aus wie ein alter Kaufladen mit zahlreichen Regalen und hunderten von Fächern. In der Apotheke werden die verschiedenen Heilkräuter nach den ärztlichen Rezepten nicht nur für die Stationen, sondern auch für die rund 500 ambulanten Patienten zusammengestellt. Naturheilmittel sind billig und müssen vom Patienten bezahlt werden. Nach Meinung des leitenden Apothekers gibt es für jede Krankheit ein Kraut. Allerdings ist die richtige Anwendung wichtig, genau wie in der Schulmedizin.

Das „Huguosi Krankenhaus“ macht nicht den Eindruck einer Klinik mit strengen hygienischen Regeln. Westliche Besucher bekommen das Gefühl, es sei eher eine Schule oder Verwaltung. Die Krankentransportfahrzeuge und die klinische Ausstattung sind veraltet und entsprechen längst nicht den europäischen Verhältnissen. Für die Chinesen ist allerdings die ärztliche Leistung und die Hilfe im Krankenhaus wichtiger als alles andere.

Wenn der ausländische Besucher auch Bedenken haben mag, die Wirksamkeit der traditionellen Medizin wird er nicht bestreiten können.

Malen macht Spaß

- von Friedrich Otto Koch -
Leiter der Malgruppe im Fäßchen

Wir freuen uns immer, wenn unsere jungen Enkelkinder stolz zu uns Omas und Opas kommen und ihre selbst gemalten Bilder als Geschenke überbringen und staunen darüber, daß praktisch alle Kinder mit viel Phantasie malen können, natürlich in ihrer kindlichen Art. Der eine oder andere denkt dann sicher: „Früher habe ich das auch mal gekonnt.“ Warum eigentlich heute nicht mehr?

Aktiv sein muß sich nicht nur auf körperlich-sportliche Betätigungen beziehen. - Wer den ganzen Nachmittag Tennis spielt, kann anschließend nichts Geschaffenes vorweisen, außer einem Muskelkater vielleicht.

Die Besucher des Seniorentreffs „Fäßchen“ erinnern sich bestimmt noch an das provozierende Plakat und die Prospekte zur Aktionswoche Ende Oktober bis Mitte November 1994. Diese Informationen enthielten das Foto einer alten Frau, die dem Betrachter die eingerollte Zunge herausstreckte unter dem Motto: „Alt - na und?“

Unter diesem Motto haben sich damals einige Damen zusammengefunden, die das Angebot angenommen haben, in einer Malgruppe aktiv zu werden und alte Fertigkeiten wieder aufzufrischen. An dem spontanen Malen während der Ausstellung am 26.10.1994 haben zunächst drei Frauen teilgenommen. Damals wurde im Erdgeschoß ein Stilleben aufgebaut und dann drauflos gemalt. Inzwi-

schen ist die Gruppe auf acht Damen angewachsen. Männer haben einigemal zugesagt, „beim nächsten Mal mitzumachen“; dabei ist es aber bisher immer geblieben. Die Frauen trauen sich anscheinend mehr zu.

Es ist nicht die Absicht der Gruppe, mit den geschaffenen Werken in die Kunstgeschichte einzugehen. Im Vordergrund der Arbeit mit Pinsel und Farbe steht der Spaß an der Sache. Gemalt wird zur Zeit auf Papier, weil das den geringsten Aufwand macht. Dabei werden wegen der größeren Leuchtkraft und Transparenz Aquarellfarben den deckenden Farben des Schulfarbkastens vorgezogen. Auch muß es das richtige Aquarellpapier sein. Aber gerade zu den benötigten Materialien gibt es sachkundige Anleitung. Ebenso werden für Anfänger leichte Übungen im Zeichnen und zur perspektivischen Darstellung gemacht.

Die wöchentlichen Treffen sind nicht als fortlaufender Kursus zu sehen, in den man nicht mehr einsteigen kann, wenn man den Anfang verpaßt hat. Vielmehr ist der Beginn zu jeder Zeit möglich. Der Leiter der Gruppe gibt jedem Teilnehmer die erforderlichen Tips. Und wenn es mal nichts geworden ist, dann kommt es ja auch nicht drauf an, man hat aber eine Erfahrung gemacht, Hauptsache es macht Spaß.

Bisher hat die Gruppe immer im Seniorenzentrum gearbeitet, was auch wäh-

rend der kühlen Jahreszeit so bleiben wird. Es werden dann Stillleben aufgebaut oder Blumen gemalt, auch das Kopieren von Vorlagen ist möglich. Im Sommer will die Gruppe, wenn es das Wetter erlaubt auch mal in die Natur gehen und dort Motive suchen.

Auch können, falls die Gruppe es wünscht, Vorträge mit Dias zu verschiedenen Themen der Malerei angeboten werden.

Also, nicht lange überlegen, besonders die Männer, aktiv werden und malen.



Die Malgruppe trifft sich jeden Montag von 9.30 Uhr bis 12.00 Uhr.

Da das „Fäßchen“ erst ab 10 Uhr öffnet, muß an der Eingangstür an der Hertingerstraße geklingelt werden.

Der Schatz im Schuhkarton

- von Karola Schulz -

Oma räumt im Keller die Regale auf. Ihr Enkel Klaus sieht ihr dabei zu und hofft, etwas Interessantes für sich zu finden. Da sieht er einen zugeklebten Schuhkarton. Er möchte zu gern wissen, was da wohl drin ist. Vielleicht ein Schatz?

„Oma, Oma bitte, mach' ihn auf“ ruft er. Sie ziert sich erst, doch dann öffnet sie ihn.

Was kommt zum Vorschein?

Drei alte Gebisse von der Großmutter, rosig und sauber, die ihr aber nicht mehr passen. Da sie eine sparsame Frau ist, bewahrt sie die Teile auf; es könnten ja mal schlechte Zeiten kommen!

Klaus ist begeistert und bittet die Oma um ein Gebiß ab.

Am anderen Tag nimmt er es mit in die Schule, zeigt es bei seinen Mitschülern herum und erklärt: „Das sind die Zähne meiner Oma!“

Als die Großmutter das erfährt, ist sie über ihren Enkel entsetzt. Hätte sie geahnt, daß der Lümmel ihre „Schätze“ in der Schule zeigen würde - sie wären heute noch im Schuhkarton.



Drei Uhr nachmittags

- von Horst Weckelmann -

Es hat sich so eingebürgert. Wir sagen nicht 15 Uhr, wie es richtig heißen müßte, sondern einfach 3 Uhr und meinen nachmittags.

Für Menschen, die schon am Vormittag gearbeitet haben, eine schöne Zeit. Dann heißt es häufig: "Ich muß mich beeilen, denn gleich ist Feierabend." Jeder freut sich, nach Hause gehen zu können und nach Feierabend von der Arbeitsleistung befreit zu sein.

Für manchen Mitbürger ist die Mittagsmüdigkeit vorüber und es sind nur noch einige Stunden bis zum Abend. Eine furchtbare Zeit für Kinder und Jugendliche, die Schularbeiten machen müssen. Nach dem langen Vormittag in der Schule nun schon wieder pauken. Für Damen die richtige Zeit, einen Einkaufsbummel zu machen oder sich in der Stadt mit Freunden zu treffen und zu plaudern.

Die Frühschichtler gehen durch den Garten und freuen sich über die blühenden Blumen oder schimpfen über das schlechte Wetter. Der Taubenkaspar schaut in seinen Schlag und betrachtet die Tiere. Eine bestimmte Taube ist noch nicht zurück, obwohl es gleich Futter gibt. Er macht sich Sorgen.

Die Lehrerin denkt daran, daß sie noch Arbeiten zu korrigieren hat und ist gespannt, ob Cornelia es wohl begriffen hat.

Die Seniorinnen und Senioren treffen sich im Begegnungszentrum. Ob Maria

und Karl aus dem Urlaub schon zurück sind? Sie waren auf Mallorca und haben bestimmt viel zu erzählen.

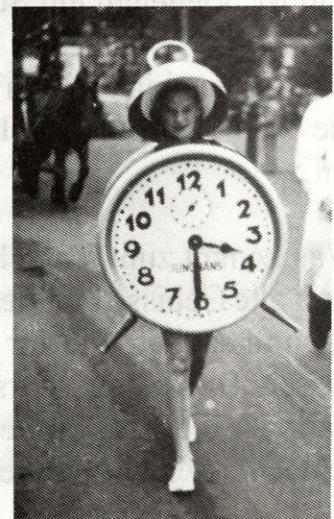
Die Hausfrau ist geschafft. Jetzt muß sie an den Einkauf denken. Erst einmal eine gute Tasse Kaffee, die am Nachmittag nicht fehlen darf. Nachdem, was sie schon alles erledigt hat, kann sie sich auf etwas Entspannung freuen und auf einen gemütlichen Abend einstellen.

Plötzlich fällt Frau Müller ein, daß sie noch zum Bürgeramt muß, um ihren neuen Personalausweis abzuholen. Das Amt schließt gleich. Sie muß sich beeilen, erreicht so eben noch den Bus und kommt abgehetzt zum Rathaus. Glück gehabt, es ist noch offen.

Um drei Uhr nachmittags ist die Welt nicht mehr so in Ordnung, wie sie eventuell am Morgen war. Was hat sich bis zu dieser Zeit alles ereignet?

Meine Uhr zeigt drei, ich bin flexibel und lasse mir diesen Nachmittag nicht durch unangebrachte Hektik verderben. Schon garnicht, als der Heinz anruft und mir sagt, daß er diesen Artikel unbedingt bis morgen braucht für 's „Herbstblatt“.

Doch nicht mit mir!



Schreib' mal wieder einen lieben Brief

- von Karola Schulz -

Ich sitze an meinem Schreibtisch, schaue auf das Telefon und ärgere mich über die am 1. 1. 1996 von der Telekom erhöhten Gebühren.

Fast alle Haushalte haben ein Telefon und sind von dieser Erhöhung betroffen. Ich sinniere: Sind durch das Telefonieren die zwischenmenschlichen Beziehungen nicht schlechter geworden? Warum schreiben wir nicht wie früher einen Brief?

Ein ausführlicher, steter Briefwechsel bringt auch heute noch mehr 'rüber als ein Telefongespräch. Ein Brief wird mehrmals gelesen und läßt dem Empfänger Zeit, sich mit den angesprochenen Problemen und Fragen und dem Erlebten des Absenders auseinanderzusetzen. Das gesprochene Wort dagegen ist schnell vergessen. Geschriebenes prägt sich besser ein, läßt sich verwenden, um den Brief konkret zu beantworten.

Bekommen Sie zu den Festtagen auch immer Karten von der „Stange“, wie: Fröhliche Ostern, Pfingsten, Weihnachten wünschen.....? Das teure Porto ist so eine Karte nicht wert!

Nach einer Überlieferung soll Herr von Goethe an Frau von Stein in 10 Jahren 1600 (!) Briefe geschrieben haben. Wieviel Lebensqualität ist den beiden daraus doch erwachsen.

Versuchen Sie doch wieder einmal einen echten Briefwechsel mit einer lieben vertrauten Person, dann wird sich so manches Telefongespräch erübrigen. Die geplante Erhöhung der Postgebühren sollte Sie nicht davon abhalten.



Spiegelzelt Moulin Rouge in Unna

an der Stadthalle

Montag, den 10. Juni 1996, 15 Uhr

Musikalischer Seniorennachmittag

mit dem Travestie-Künstler Curt Delander, der Sarah Leander

mit ihren unvergessenen Liedern wieder erlebbar macht.

*Der Eintritt kostet incl. 2 Tassen Kaffee und 2 Stück Kuchen nur
17,50 DM.*

Kartenbestellung beim Kulturamt Unna (103 472)

Mit Bus und Bahn zur „LAGALÜ“

- für Sie ausprobiert von Klaus Busse -

Nun hat sie ihre Pforten geöffnet, die Landesgartenschau in Lünen. Bis Anfang Oktober können die Besucher sich an der architektonisch und gärtnerisch umgestalteten Industriebrache erfreuen. Am Seniorentag wollte ich die Gelegenheit nutzen und mit öffentlichen Verkehrsmitteln von Unna zur „LAGALÜ“ fahren.

Über die VKU - Auskunft erfuhr ich folgendes: „Um 8⁵⁴ Uhr fahren Sie mit der Buslinie S 80 bis Bergkamen, dort steigen Sie um in die Buslinie S 20. Um 9⁵⁵ Uhr sind Sie am Bahnhof in Lünen. Ab dann benutzen Sie die Buslinie 113.“ Ich tat, wie geheißen. Aber, oh Schreck, der 113er Bus war weg. Der fährt zwar stündlich, aber schon um 9⁴⁰ Uhr.

Also Anruf bei der VKU wegen einer anderen Linie. Antwort: Keine andere Linie. Stattdessen in der S 20 eine Station vor dem Bahnhof Lünen (an der Persiluhr) aus- und in die Linie 113 umsteigen. An der Haltestelle „Ebertstraße“ den Bus verlassen. Nach wenigen Gehminuten war ich dann am Haupteingang. Ist doch ganz einfach, nicht wahr?

Vielleicht geht es mit der Deutschen Bahn noch einfacher und schneller, dachte ich. Um 9²⁴ Uhr Abfahrt von Unna nach Dortmund, Ankunft 9⁵² Uhr auf Bahnsteig 2. Anschluß 9⁵⁴ Uhr auf Bahnsteig 20. Alles klar? Armin Hary hätte seine Mühe, das zu schaffen. Aber keine Panik, der nächste Zug nach Lünen fährt bereits um 10¹⁴ Uhr ab Bahnsteig 21. Nicht vergessen, am Bahnhof Preußen muß ich aussteigen. Von dort aus

marschiere ich ca. eine Viertelstunde zum Haupteingang. Der Weg dorthin ist gut ausgeschildert. Ist das die bessere Alternative?

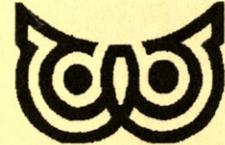
Neue Überlegung! Wie wär's denn mit dem Rad? Nach Verlassen der Innenstadt über die Massener Straße geht's über die Hochstraße, den Afferder Weg nach Wasserkurl. Von da aus folge ich dem Radwanderweg R8, den ich im Kurler Busch verlasse, um über Dortmund - Lanstrop nach wenigen Fahrminuten in Lünen - Horstmar am Haupteingang mein Fahrrad abzustellen. Unabhängig von der gewählten Wegstrecke ist das Treten in die Pedale nicht nur gesund, sondern bei der Fahrt durch die Natur auch noch erlebnisreich. Ganz abgesehen von der Fahrzeit. Sie beträgt nur eine Stunde. Die bessere Alternative!

Normalerweise kostet die Tageskarte 14.-DM, auch für Rentner. Ausgenommen sind nur Wehr- und Zivildienstleistende sowie Schwerbehinderte mit Ausweis. Auf meine Frage, warum es keine Ermäßigung für Rentner gibt, antwortete die LAGALÜ - Leitung, daß es heutzutage so viele reiche Rentner gäbe. Woher die das wohl wissen? Und außerdem würden ja Seniorentage eingerichtet, an denen der Eintritt für diese Gruppen nur DM 10.- beträgt.

Drinne wurde nicht allzuviel geboten. Vielleicht gibt es ja im Laufe des Jahres mehr zu sehen, wer weiß?

Verraten Sie uns, wie Sie zur LAGALÜ gereist sind?

„Zielscheibe“
Wissens- und
Kontaktbörse Unna



BÖRSENBRIEF 1/96

Suche Gesprächspartner und Informationen zu folgenden Themen:

- Astronomie - Erdgeschichte
- Menschheitsgeschichte

Kennziffer 9601

Suche gleichgesinnte Damen, die klöppeln oder diese Kunst erlernen möchten.

Kennziffer 9602



Ich stelle Intarsienarbeiten her und suche Gleichgesinnte und Menschen, die diese Kunst erlernen möchten. Furnierholz vorhanden.

Kennziffer 9608

Ich suche Gleichgesinnte für Tennis und andere Sportarten.

Kennziffer 9604

Wer interessiert sich für Natur und Umwelt? Wer kann Fachkenntnisse einbringen? (Krötenschutzgruppe)

Kennziffer 9606

Ich spiele Harmonika und suche Dame mit musikalischem Interesse.

Kennziffer 9605

Ich habe Wissen über Geschichte und Technik der Firma Graetz.

Biete: Hilfen bei der Ersatzteilbeschaffung und Reparatur von alten Rundfunkgeräten.

Suche: Kenntnisse zur Aufarbeitung der Graetz-Firmengeschichte.

Kennziffer 9607

Ich habe spanische Sprachkenntnisse und suche GesprächspartnerInnen zu Lateinamerika und Philosophie

Kennziffer 9603

Interessiert? Dann wenden Sie sich an:

Wissens- und Kontaktbörse Unna

Seniorentreff „Fäßchen“, Herr Günnemann

Hertingerstr. 12, 59423 Unna

Montag bis Freitag 10 - 18 Uhr

Tel. 02303/239-788

Achtung - evtl. auch Anrufbeantworter geschaltet - nennen Sie Ihren Namen und Ihre Telefonnummer - Sie werden zurückgerufen!

Graue Zelle Kultur: Stadt Unna, Seniorenbeauftragte Regina Grewe
Rathausplatz 1, 59423 Unna, Tel. 02303/103 396

