

4/2021

31. Jahrgang

Zum Mitnehmen!

Füllhorn

Das Magazin für Soester Bürgerinnen und Bürger



**Kultur
Geschichte**

**Informationen
Land und Leute**

**Unterhaltung
Veranstaltungen**

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

wenn Sie diese vierte Ausgabe 2021 des Füllhorns in den Händen halten, blicken wir mit vorsichtigem Optimismus dem Ende des zweiten Corona-Jahres entgegen. Eine insgesamt gesehen erfreuliche Impfbereitschaft sowie das disziplinierte Einhalten der Hygieneregeln haben dazu geführt, dass wir in vielen Lebensbereichen wieder weitgehend in die Normalität zurückkehren konnten.

Dies gilt insbesondere auch für die Angebote der Stadt an die Generation 60 plus. Nach einer längeren Corona-Pause finden jetzt wieder die beliebten Stadtteilspaziergänge „Latschen und Tratschen“ statt.



Das Seniorenbüro ist zu den bewährten Öffnungszeiten zurückgekehrt und auch das Seniorenfrühstück kann seit September wieder besucht werden. Der Seniorennachmittag zur Allerheiligenkirmes ist zwar noch einmal ausgefallen, aber dafür gibt es wieder die Senioren-Adventsfeier in der Stadthalle. Herzlichen Dank an alle Ehrenamtlichen, die solche Angebote möglich machen!

Ich freue mich besonders darüber, dass auch neue Gesichter die langjährig Aktiven unterstützen. So hat das Team der ehrenamtlichen Frühstücksdamen gewechselt. Im Seniorenbeirat, der sein 40-jähriges Bestehen feiern konnte, gibt es eine neue Führungsriege. Ich hoffe natürlich, dass auch zur 2022 anstehenden Neuwahl zum Seniorenbeirat viele Frauen und Männer kandidieren werden. Das Wahlverfahren selber ist bürgernah verändert worden, so dass im Herbst eine reine Briefwahl zum Seniorenbeirat stattfinden wird.

Für Rat und Verwaltung wird es 2022 darum gehen, weitere wichtige Schritte hin zu einer klimaneutralen Smart City zu machen. Wir planen Investitionen in die Digitalisierung der Verwaltung und der Schulen, wollen die energetische Sanierung des öffentlichen und des privaten Gebäudebestands voranbringen sowie laufende Förderprogramme für den Klimaschutz fortsetzen, beispielsweise für Dachbegrünung, Photovoltaik und Lastenräder. Ich lade alle Bürgerinnen und Bürger dazu ein, diese Angebote zu nutzen und den Weg in die Klimaneutralität mitzugehen. Wie beim Kampf gegen das Corona-Virus ist dies eine Gemeinschaftsaufgabe, die nur gelingen kann, wenn möglichst viele mitmachen.

Diese Zwischenbilanz sowie die beschriebenen Aussichten auf das nächste Jahr sind Grund genug dafür, zuversichtlich zu sein.

Den Leserinnen und Lesern des „Füllhorn“ sowie Ihren Familien und Freunden wünsche ich deshalb eine besinnliche und erfüllte Adventszeit sowie harmonische Weihnachtsfeiertage. Das Jahr 2022 möge Ihnen viel Gutes und vor allem Gesundheit bringen!

Dr. Eckhard Ruthemeyer
Bürgermeister

Inhaltsverzeichnis

Geistl. Wort	Warten auf Weihnachten	Hans König	3
Information	Dat Jägerken unterwegs in der Stadt	H.-W. Gierhake/R. Köster	5
	Seniorenbeirat: Interview mit Gerh. Wohter	Rudolf Köster	17
	DigitalPakt Alter	BAGSO	19
	Das Lachtelefon	Hety Büchte	28
	Seniorenbeirat: Alles neu macht der Mai	W. Trick / H. Briedigkeit	31
	Vom Nonliner zum Onliner		32
	Soest und die U-Boot-Patenschaft	Jochen Siering	34
	Suchen und Finden bei Google	Hety Büchte	35
	Neues aus der Redaktion	Rudolf Köster	38
	Veranstaltungskalender	Petra Arlitt	42
	Impressum		46
Kultur	Jahresende	Dagmar Schindler	9
	Abwarten	Siegfried Steffen	10
	Spaziergang durch die Gräften und Wälle	Hannelore Johänning	11
	Chaotische Weihnachten	Horst Müller	13
	Baumschmuck	Dagmar Schindler	30
Unterhaltung	Alle Jahre wieder	Hety Büchte	7
	Opa schreibt einen Brief	Wolfgang Hoffmann (†)	8
	So war das damals . . .	Marita Jost	14
	Weihnachtszauber meiner Kindheit	Dagmar Schindler	23
	Aktiv im Alter	Rudolf Köster	16
	Väterchen Frost und der Neujahrsbaum	Ludmilla Dümichen	24
	Eine kleine Wintergeschichte	Lore Happich	21
	Bewährte Methode	Hannelore Johänning	22
	Weihnachtserlebnisse aus der Kinderzeit		25
	Mein simplosophisches Kaleidoskop	Rudolf Köster	33
	Raten Sie mal . . .	Hans-Werner Gierhake	45
	Rätsel-Auflösung Heft 03/2021	Hans-Werner Gierhake	46
	Hier lacht das Füllhorn	Hans-Werner Gierhake	47
Rezepte	Weihnachtsmenü	Inge Thomas	39

Bücher aus der Region



Hannelore Johänning
„Das Echo im Wort“
ISBN 978-3-945692-17-2

Maria Broll
„Der traurige Salzesel
oder die Abenteuer
der gefährlichen Weichmacher“
ISBN 978-3-945692-13-4

Mehr Informationen : www.pigmentare.eu





Warten - auf Weihnachten!?

Die vorweihnachtlichen Wochen stellen unsere Kinder bzw. Enkelkinder auf eine harte Probe: Sie müssen warten. Während den Erwachsenen diese Zeit vermehrter Aktivität nur so davonläuft, warten die Kinder ungeduldig auf das Näherrücken des Festes. Gern würden sie im Adventskalender zwei oder drei Fensterchen auf einmal öffnen, um damit das Kommen der Weihnacht zu beschleunigen. Nur hilft das, wie sie selbst erkennen, nichts; es muss die Zeit abgewartet werden. Um das Warten kommt man nicht herum. Warten ist schwer – nicht nur für Kinder. Viele Menschen können oder wollen nicht warten, weil es ihnen als vergeudete oder verschenkte Zeit vorkommt:

Im Wartezimmer beim Arzt

Im Stau auf der Autobahn

*In der Vorfreude auf einen
Besuch von lieben Menschen*

Oder . . .

Ich überlege: die Zeit des *Wartenmüssens* könnte doch auch Gelegenheit zur Entspannung geben. Man ist zum Warten „verurteilt“, ob es einem passt oder nicht. Etwas anderes tun kann man in dieser Zeit ohnehin nicht – oder doch? Die als verlorene empfundene Zeit holt man nicht wieder auf. Es nützt niemandem, wenn man sich selbst während des Wartens unter Zwänge setzt. Man beschleunigt damit nichts.

Wenn man **dienstlich** oder im Urlaub andere Länder bereist, dann fällt auf, dass man anderswo besser warten kann als bei uns. Mit stoischer Ruhe stehen die Menschen an der Straße und warten auf den Omnibus. Auch sonst gewinnt man den Eindruck: Das Warten ist **an diesen Orten** im Zeitplan schon zuvor einkalkuliert worden. Die Menschen stellen sich auf das *Wartenmüssen* ein.

Die Unfähigkeit zu warten führen wir meistens auf unsere Lebensbedingungen zurück: Terminhäufung, Überforderung im Beruf, Vielfalt der Aufgaben, Schnelligkeit der Fortbewegung usw.

Aber: Es gibt möglicherweise noch einen Grund, der tiefer liegt. Wer gewohnt ist, sich jeden Wunsch augenblicklich zu erfüllen, wer also das Gewünschte immer sofort haben muss, ohne einen Aufschub zu dulden, gibt sich selbst keine Chance, sinnvolles Warten zu lernen. Das Unvermögen zu warten birgt Gefahren in sich. Gefährlich ist es, wenn man weitreichende Entscheidungen nicht in sich ausreifen lässt. Spontan sein ist manchmal gut, aber manchmal auch nicht. Man erzielt das Gegenteil von dem, was man erhofft, wenn man einer Freundschaft nicht den Zeitraum zubilligt, die sie braucht, sondern in Ungeduld vorantreibt. Die Fähigkeit zu warten ist lebensnotwendig.

Wenn wir unsere Kinder bzw. Enkelkinder in den Tagen des Advents zur Geduld ermahnen, wird es gut sein, dieses für uns selbst wieder neu zu entdecken und zu bedenken.



Ich wünsche Ihnen eine gesegnete Adventszeit
und ein erfüllendes Weihnachtsfest

Hans König

(Foto: martaposemuckel/Pixabay)



Dat Jägerken unterwegs in der Stadt

Unter dieser Überschrift wird über Bedenkenswertes aus unserer Stadt berichtet. Aus der Sicht eines Zeugen, der in einem anderen Zeitalter gelebt und daher andere Erfahrungen hat als wir, bekommt manches plötzlich eine neue Qualität. Wir wünschen uns, dass der Zeuge hilft, unsere Welt zu beurteilen und gelegentlich dem gesunden Menschenverstand eine Bresche zu schlagen



Füllhorn: Sag mal Jägerken, wie war das damals in Soest, 1635, wie habt ihr euch eigentlich verständigt? Du kamst aus Gelnhausen, hast also einen hochdeutschen Dialekt gesprochen. In Soest sprach man Plattdeutsch. Verstand einer den anderen?

Jägerken: Das kam drauf an, ob es um den groben Sinn des Gesagten ging oder das genaue Verständnis einzelner Wörter. Die Menschen haben ja damals in den langen Jahren des Krieges keine gelehrten Dispute miteinander geführt. Für die Soldaten und Landsknechte reichten knappe Befehle der Offiziere, und untereinander ging es meist nur darum, zu überleben und sich mit dem Notwendigsten zu versorgen. Ihr müsst Euch das so vorstellen, als ob Ihr heute im Urlaub im tiefsten Bayrischen Wald nach dem Weg fragt. Da versteht man in der normalen Sprechgeschwindigkeit eines Ureinwohners erst auch nur Bahnhof, schließlich kann man sich den Weg aus verständlichen Sprachbrocken und entsprechender Gestik schon zusammenreimen.

Füllhorn: Nun, in der Soester Stadtgeschichte kann man nachlesen, dass sich in der Schriftsprache etwa zu der Zeit, als Du in Soest warst, das Hochdeutsche durchgesetzt hatte. Das gleicht zwar nicht unserem heutigen Schriftdeutsch, ist aber mit etwas Mühe verständlich. Aber wie war das, was nicht in den Urkunden im Archiv zu lesen ist? Wenn die Kinder spielten und Euch in die Quere kamen oder in der Kneipe abends Streit mit Einheimischen entstand oder wenn Du ein Mädchen für Dich gewinnen

wolltest? Wie hast Du mit den Nonnen in Paradiese gesprochen?

Jägerken: Natürlich mundartliches Platt, die Schriftsprache war nur was für die Gebildeten, die in den Ämtern, Bürostuben und für die damals aufkommenden Druckschriften arbeiteten. Für Menschen, die aus dem gehobenen Bürgertum stammten und eine Schule besucht hatten. In den kirchlichen und fürstlichen Bildungsanstalten wurde tatsächlich gerade in meiner Zeit auch in Soest die bis dahin üblicherweise gelehrte niederdeutsche Schriftsprache zugunsten des Neuhochdeutschen aufgegeben. Aber das einfache Volk kam mit dieser Schriftsprache ja gar nicht in Berührung. Im Alltagsleben wurde weiterhin niederdeutsches Platt gesprochen. Auch mit den Nonnen, selbst mit denen aus adeligen Kreisen, die durchaus „zweisprachig“ waren.

Füllhorn: Ich kenne ein paar Soester, die als Kinder auf den Dörfern noch Plattdeutsch gesprochen haben. Aber das war 1930. In der Schule, und wenn es eine höhere Schule in Soest war, so wieso, haben sie Hochdeutsch als Schriftsprache und dort auch so zu sprechen gelernt. Das war ein sehr schnell ablaufender Prozess. Nach dem Zweiten Weltkrieg existierte Niederdeutsch als Umgangssprache in Soest nicht mehr.

Jägerken: Ja, der Germanist und Mundartforscher Karl Bischoff (1905- 1983) hat mit Recht festgestellt, dass man nicht so schreibe, wie man spricht, sondern wie man schreiben gelernt habe.

Was im Umkehrschluss die Langlebigkeit der gesprochenen Mundart erklärt. Erst recht, wenn man um die Probleme des umfassenden schulischen Lernens für alle (besonders in den ländlichen Landesteilen) bis ins späte 19. Jh. weiß.

Füllhorn: *Wie siehst Du das, Jägerken, dass das „gute alte Platt“ heute so restlos verschwunden ist? Das war doch ein Teil von dem, was „Heimat“ ausmacht. In der Füllhornredaktion suchen wir bisher vergeblich jemanden, der einen plattdeutschen Text für eine Audiodatei vorlesen kann, die dann über einen im Füllhorn abgedruckten Link von unseren Lesern abgehört werden kann. Andererseits fragen wir uns, ob solche Bemühungen sinnvoll sind. Wen interessiert das noch? Wäre da nicht eine App hilfreich, Hochdeutsch in Plattdeutsch und umgekehrt zu übersetzen?*

Jägerken: Höre ich da etwas Herzweh in der Frage? Ich zumindest finde es schon traurig, dass mit den Mundarten auch ein Stück Identität der Menschen in einer überschaubaren Region verloren gegangen ist. Das lässt sich auch nicht mit einer Übersetzungs-App rückgängig machen. Wobei der geringe Bedarf und die Vielfalt der notwendigen Apps ohnedies dafür sorgen würde, dass die wenigen Kümmerer um das verlorene Sprachgut ihr Hobby eher analog mit- und untereinander pflegen werden.

Füllhorn: *Dann müssen wir also diese Kümmerer für unsere plattdeutsche Seite finden. Die sollten die Lektüre dieses Gesprächsprotokolls als unsere Bitte verstehen, sich zu melden.*

Jägerken: Ich fände es prima, wenn man im Füllhorn auch mal etwas in plattdeutscher Mundart lesen (und über die Füllhorn-Homepage auch hören) könnte. „Retro“ ist doch derzeit groß in Mode, und es muss ja auch nicht eine peinlich eng auf den einzelnen Ort bezogene Lautung sein, die nur für Germanisten und Hardliner in manchen Mundart-Vereinen wichtig ist. Natürlich haben bereits die „Haaresel“ auf der Schwelle zum

Sauerland kein völlig identisches Soester Platt gesprochen. Aber der generelle Charme der Sprache in der Börde in dieser Zeit, z. B. im Klang der Diphthonge in „Mauder“ (Mutter) oder Hius (Haus) und anderer Lautungen im Plattdeutschen, er könnte so als interessantes Spracherbe wieder in Erinnerung gerufen werden.

Füllhorn: *In dem Großen Krieg zu deiner Zeit, Jägerken, gab es doch viele Menschen, die schließlich fern ihrer alten Heimat lebten, weil sie vor dem Krieg geflüchtet oder mit den Heeren als Soldaten oder im Tross in fremde Länder gezogen waren. Waren ihre Sprachschwierigkeiten ihre größten Probleme? Und wie war das nach dem Zweiten Weltkrieg mit den Flüchtlingen vieler Nationen in Europa oder Asien? Die hatten ähnliche Schwierigkeiten, denke ich.*

Jägerken: Sicher haben Vertriebene, Flüchtlinge und Auswanderer seit jeher mit Sprachschwierigkeiten kämpfen müssen, wenn sie die Landessprache oder einen stark abweichenden Dialekt im aufnehmenden Land nicht verstanden. Aber schon um des Überlebens willen mussten sie versuchen, sich so schnell wie möglich verständigen zu können. Das ist in heutiger Zeit sicher dank vieler behördlicher Unterstützungsmaßnahmen und auch ehrenamtlicher Helfer deutlich einfacher geworden. Und auch das Englische als weltweite Verkehrssprache, das in vielen Ländern als erste schulische Fremdsprache gelehrt wird, macht das Leben in der Fremde zumindest in der Kommunikation nicht mehr gar so schwer.

Füllhorn: *Schon, das ist sicher ein Vorteil unserer vernetzten Welt mit globaler Wirtschaft und Wissenschaft. Und viele sind selbstverständlich mehrsprachig unterwegs auf der ganzen Welt. Ganze Familien ziehen mit, wenn ein gut bezahlter Job im Ausland winkt. Ein Japaner in Düsseldorf kommt gut zurecht, ohne Deutsch zu lernen. Und im Zweifelsfall spricht er so viel Englisch wie die*

deutsche Politesse, die ihn als Falschpar-
ker zur Kasse bittet.

Allerdings fände ich es schmerzlich,
wenn meine Enkel meine Sprache nicht
mehr verstehen oder meine Mails nicht
lesen könnten und ich nicht die ihren.

Ich denke, die Enkel würden ebenso
empfinden.

Jägerken! Ich danke für das Gespräch.

Hans-Werner Gierhake

Rudolf Köster



Ich war gerade fünf
Jahre alt, als unter
dem Weihnachts-
baum eine Schild-

kröt-Puppe mit Zöpfen aus Echthaar lag. Mit
strahlenden Augen drückte ich die so lang
ersehnte Puppe innig an meine Brust. Meine
Mutter drehte sich zu mir herum: „Du musst
ihr noch einen Namen geben, Hetylein!“ Ich
überlegte nicht lange und rief: „Sie soll Mar-
git heißen, das habe ich mir schon lange ge-
wünscht! Jetzt hat Gisela eine Schwester.“

Gisela war ebenfalls eine Schildkröt-Puppe,
deren Kopf komplett aus Kunststoff bestand,
die also keine echten Haare besaß. Nach die-
sem Weihnachtsfest lag sie – von mir unbe-
achtet – nackt in einer Spielkiste. Meine
ganze Aufmerksamkeit galt Margit. Ihr hatte
ich das schöne Kleid von Gisela angezogen.
Es gefiel mir besser als das Gewand, in dem
sie unter dem Tannenbaum saß. Immer wie-
der kämmte ich ihre Haare und versuchte,
Zöpfe zu flechten.

Weil mir das aber nicht gut gelang, nahm ich
eines Tages eine Schere und schnitt die
Haare ein wenig kürzer. Trotzdem – die
Zöpfe wollten nicht so recht gelingen. Also
musste wieder die Schere her! So wurden
die Haare der Puppe allmählich immer kür-
zer und standen schließlich borstig vom Kopf
ab. Zu allem Übel war ich wohl auch öfter
mal mit der Schere ausgerutscht und hatte
ihr dabei in den Rücken gestochen. Dort

klaffte ein großes Loch, in das ich neugierig
hineinsah. Meine Blicke entdeckten merk-
würdige Bänder, mit denen offensichtlich die
Beine verbunden waren. Mein Entdecker-
geist war geweckt! Ich zerschnitt die Bän-
der, und die Beine fielen vor mir auf den
Fußboden. Natürlich versuchte ich, sie wie-
der zusammenzubringen am Bauch der
Puppe, doch gelang es mir nicht. Das Spiel
mit der Puppe war für mich vorbei, und ich
wandte mich wieder Gisela zu, der anderen
Puppe mit dem Kunststoffschof.

Merkwürdig, jedes Jahr zu Weihnachten
tauchte Margit wieder auf und saß – mit
neuen Echthaarzöpfen – unter dem Tannen-
baum! Meine Freude war immer sehr groß!
Gisela verschwand dann mindestens für ein
weiteres halbes Jahr – nackt – in der Spiel-
kiste, bis Margits Haare streichholzkurz wa-
ren und sie weder über Beine noch Arme
verfügte.

So muss es wohl drei oder mehr Jahre ge-
gangen sein, dann interessierten mich Pup-
pen wohl nicht mehr. Wo die
Einzelteile von Margit geblieben
sind? Irgendwann – ich war
schon fast im Rentenalter –
habe ich sie entsorgt.

Und Gisela? Die sitzt heute,
geschmückt mit einem teu-
ren Kleidchen und Schüh-
chen, in meinem Schlafzimmer auf
dem Sideboard und fühlt sich dort sehr wohl.

Hety Büchte



vor 110 Jahren beauftragte das königlich-preußische Kultusministerium den Grafiker Ludwig Sütterlin mit dem Entwurf einer neuen Ausgangsschrift, um den Kindern das Schreibenlernen in „Schönschrift“ zu erleichtern.

Sütterlin erledigte diesen Auftrag mit der dann nach ihm benannten Sütterlinschrift. Er vereinfachte die Buchstabenformen, verringerte die Ober- und Unterlängen und stellte die relativ breiten Buchstaben aufrecht. Hilfreich für diese Entwicklung war die Erfindung der **Kugelspitzfeder** durch Friedrich Soennecken, die Schriften mit gleicher Strichbreite ermöglichte.

Beim Füllhorn erinnerte man sich anlässlich dieses Jubiläums an einen Zeitungsartikel des langjährigen Redaktionsmitglieds **Wolfgang Hoffmann** für die Heimatblätter des Soester Anzeigers vom April 1997, in dem die Einbindung dieser Schrift in das Selbstverständnis des Bürgertums zu Beginn des letzten Jahrhunderts deutlich wird:

Opa pflegt seinen Brin Eine Kindheitserinnerung

Als Kind steht man manchmal vor der Entscheidung, ob man lieber mucksmäuschenstill und von den Erwachsenen geduldet oder lebhaft und schnell abgeschoben sein möchte. Ich entschied mich für die erste Version, drehte den Klavierstuhl so hoch wie möglich, kletterte auf den Sitz und hatte nun den totalen Überblick über das Wohnzimmer.

Opa ging zu einem kleinen Wandschrank, nahm eine Flasche Korn heraus. Goss sich ein Gläschen ein und trank es in einem Zug aus. Oma nahm die große Vase mit den Herbstblumen vom Tisch und legte die gute Decke sorgfältig zusammen.

Opa kam mit einem brennenden Fidibus aus der Küche, zog an einem kleinen Kettchen in der Lampe und hielt die Flamme an das Auer-Strümpfchen, das sogleich ein sehr helles Licht abgab. Auer-Strümpfchen waren etwas mehr als fingerhutgroße Käppchen aus Baumwollgewebe, die mit Cer und Thorium getränkt waren. Diese Käppchen wurden auf die Düse des Gasbrenners gesteckt. Beim ersten Anzünden verbrannte das Baumwollgewebe, und es blieb ein feines Mineral-Gitter, das aus der nur wenig Licht erzeugenden Gasflamme das helle Gasglühlicht machte.

Dann zog Opa die große Schublade unter dem Tisch heraus und entnahm ihr ein Bündel Papiere, die er sorgfältig auf dem Tisch ausbreitete und studierte. Da waren gedruckte Formulare, Briefe mit Eisengallus-Tinte geschrieben, Notizen mit Blei- oder

Kopierstift gemacht. Kopierstifte sahen aus wie Bleistifte, enthielten aber wasserlösliche Farbstoffe, die angefeuchtet ein violettes Schriftbild ergaben. Außerdem waren sie nicht radierbar und galten deswegen als dokumentenecht. Wir Kinder wurden immer wieder streng ermahnt, die Stifte nicht in den Mund zu nehmen, weil sie giftig seien.



EVANGELISCHE
PERTHES-STIFTUNG e.V.

menschennah.

Doppelte Kompetenz in Sachen Pflege

- Stationäre Pflege ■ Kurzzeitpflege
- Seniorenwohnungen

In der angenehmen Atmosphäre unserer Häuser fühlen sich die Bewohnerinnen und Bewohner wohl. Wir bieten individuelles Wohnen und professionelle Pflege und Betreuung.

Adolf-Clarenbach-Haus Soest
Altenhilfeeinrichtung
Heinsbergplatz 12 | 59494 Soest
Tel. 02921 356-0 | Fax 02921 356-222

Perthes-Zentrum Soest
Altenhilfeeinrichtung
Bleskenweg 1-3 | 59494 Soest
Tel. 02921 9688-0 | Fax 02921 9688-170

www.perthes-stiftung.de

Und das, obwohl wir es bei den Erwachsenen ständig beobachteten.

Dann legte Opa ein Blatt Schreibpapier mit einem Linienblatt vor sich und wollte anfangen, zu schreiben. Da erst wurde er sich seiner Kurzsichtigkeit bewusst und holte aus der Schublade ein schwarzes, mit Kaliko bezogenes Etui hervor und setzte sich die Nickelbrille mit runden Gläsern und elastischen Bügeln auf, die er mit Daumen und Zeigefinger über die Ohren schob.

Er schraubte ein gläsernes Tintenfass mit Eisengallus-Tinte aus. Diese Tinte wurde aus Eichengallen und Eisensalzen hergestellt. Sie gab durch Oxydation an der Luft einen sehr schwarzen Strich und galt als dokumentenecht. Dann nahm er den Holz-Federhalter mit einer Stahlfeder, tauchte die Feder in die Tinte und strich sie am Rand des Glases ab, um keine Kleckse zu bekommen. Die Anrede wurde möglichst genau mittig platziert und mit einem Ausrufungszeichen versehen. Der erste Satz wurde etwas eingerückt, und er begann mit einem geradezu künstlerisch gestalteten Großbuchstaben. Der Brief endete mit einem knappen „Hochachtungsvoll“, wieder mit Ausrufungszeichen.

Opa lehnte sich zufrieden zurück und winkte mich zu sich. Ich durfte auf seinen Schoß

klettern und sein Werk betrachten. Das Schriftbild glänzte noch von der feuchten Tinte. Ablöschen wollte er nicht, dann wäre, hauptsächlich bei den letzten Zeilen, etwas von der Tinte aufgesogen worden, und das Schriftbild hätte nicht gleichmäßig schwarz ausgesehen. So hatte er Zeit, mir die Grundsätze des Schreibens zu erklären.

„Siehst Du, mein Junge“, sagte er, „wir Deutschen sind in Europa die einzigen, welche eine eigene Schrift haben. Die anderen Völker schreiben immer noch lateinisch. Unser Kaiser wollte, dass sich das deutsche Volk auch bei der Schrift von den anderen abhebt, und hat 1911 Ludwig Sütterlin beauftragt, eine einheitliche Schrift zu schaffen.“ Dabei fiel ihm ein, dass er ja auch noch einen Umschlag brauchte. Er schrieb zuerst Vor- und Familiennamen, dann den Wohnort, der sorgfältig mit Lineal unterstrichen wurde, und zuletzt die Straße.

Als er nach getanem Werk der Oma zurief, sie solle den Brief noch zur Post bringen, zog sie sich sofort an. Gemeinsam mit mir brachte sie den Brief zur Abstempelung zu dem kleinen Postamt unseres Stadtteils, das nur ein paar hundert Meter weit entfernt lag.

J. W. Hoffmann (†)



(Foto: 609817_original_R_K_by_Benjamin Wiens_pixelio.de)

Abwarten?

Ratlos geht dies Jahr zu Ende,
Menetekel überall,
viele Worte, keine Wende,
Pläne ohne Wiederhall.

Sommerliche Urlaubstage,
Wind, der durch die Dünen fegt,
scheuchten weg die düstre Frage,
die den Ängstlichen bewegt:



Was ist los mit dieser Erde,
wie ist's mit dem Gleichgewicht?
Wechselspiel von Stirb und Werde,
irgendwas stimmt hier nicht.

Ganz schön krass doch die Berichte,
die das Fernseh'n täglich bot:
Fluten, die Besitz vernichten,
Menschen in der größten Not.

Dieses Elend zu beenden,
wollen viele etwas tun,
damit hat es sein Bewenden,
man lässt das Bemühen ruhn,
– und man hofft mit bangem Warten,
dass die Chefs die Rettung starten.

Siegfried Steffen

(Bild: stokpic/Pixabay)

BERATUNG. PFLEGE. CARITAS.

Wir informieren, beraten und
unterstützen Sie in allen Fragen
rund um Pflege und Alter



Telefon: 02921 / 35900

Mail: info@caritas-soest.de

Internet: www.caritas-soest.de



Spaziergang durch die Gräften und über die Wälle

(Foto: Manfred Wanierke)

Bärentanz

Die Gräfte zwischen Thomä- und Grandweger Tor muss nicht durchstöbert werden, sie sind gar nicht zu übersehen: die tanzenden Bären. Drei sind es, die, einander haltend, Reigen drehen wollen. Vermutlich verleiht die prächtige Trauerweide, unter der sie sich amüsieren, ihren Gestalten, obgleich aus Anröchter Dolomit, wahrnehmbare tapsige Anmut.

Das nahe Info-Schildchen verrät, dass sie ihre Existenz dem Bildhauer Fritz Viegner und seinem Schüler: Siegfried Erdmann verdanken. Weitere Angabe: die Jahreszahl 1969 und: Ingrid-Kipper-Stiftung Soest.



Fritz Viegner ist Silvester 1888 in Soest geboren, gestorben: 10. Oktober 1976 in Möhnesee (Delecke). Fritz hatte zwei Brüder: den jüngeren Eberhard (1890-1967), ein reger, expressionistischer Maler. Beide sind namentlich mit ihren Arbeiten weit über den heimatlichen Umkreis hinaus bekannt.

Bruder Josef (1899-1992) setzte seine künstlerischen Neigungen und Ideen in beachtenswerten Fotos um. Schon 1925 gründete er in Hamm das Fotoatelier Viegner. In Fachkreisen wurde sein Name mit bekenndem Respekt genannt. Ein sehr kreatives Brüdertrio.

Bei der Web-Recherche²¹

(21.08.2021) war zu Siegfried Erdmann zu erfahren: 1925 in Allenstein (Ostpreußen) geboren. Zudem die Aussage: „Arbeitete Erdmann zunächst ausschließlich figürlich, wurden seine Formen im Laufe der Zeit immer straffer und einfacher. 1965 entstand seine erste abstrakte Plastik. Erdmann bemüht sich um eine klare, vereinfachte und geistig verdichtete Formensprache.“

In den Soester Gräften gedeihen also nicht nur heimische und exotische Gewächse, sondern auch Kunstwerke mögen diese Freiluftanlagen. Und hier ist ihre Anwesenheit genau passend. Wahrgenommen, gesehen, gemustert werden, das steht ihrem Status als Kunstobjekt schließlich zu, kommt ihrem Geltungsbedürfnis sehr entgegen. Uns geht es nicht anders. Wir mögen das auch. Sicher ein Aspekt, weshalb die Gräften auch allseits

so beliebt sind. Das Wetter, die Jahres- und Tageszeiten mischen fleißig aktiv mit. Bieten dem Flaneur in diesen heimischen Grün- und

Ziergartenanlagen sich ständig wandelnde, sehenswerte Ansichten und Eindrücke.

Hannelore Johanning

<https://de.wikipedia.org/wiki/Graefte>:

Gräfte ist die westfälische Bezeichnung für einen Wassergraben, der ursprünglich einen Adelssitz zu Verteidigungszwecken umgab. In späteren Zeiten konnten Gräften Bestandteil der Gartengestaltung im Umfeld von Wasserschlössern sein. Bei einigen Adelssitzen war die Gräfte auch gleichzeitig der Mühlenteich für die herrschaftliche Kornmühle als Bannmühle.

Auch bäuerliche Höfe waren in der Nordhälfte Westfalens oftmals von Gräften umgeben. Die höchste Dichte solcher Gräftenhöfe befand sich um 1820 zwischen Ruhr und Lippe und im mittleren Münsterland.

In Soest ist der ehemalige Wassergraben der Stadtbefestigung trockengelegt, an seiner Stelle befindet sich heute eine Art Promenade zu Füßen der Wälle. Grünanlage und Weg werden heute immer noch als Gräfte bezeichnet.

Wortherkunft: Das ehemalige niederdeutsche Wort Graft für Graben und das niederländische Gracht sind verwandt. Der Unterschied entstand durch Lautverschiebung von ft zu cht.

Spaziergang durch die Gräften und über die Wälle

(Foto: Manfred Wanierke)

**Unter dieser Rubrik möchten wir Sie im FÜLLHORN informieren
über interessante Objekte:**

Bäume, Skulpturen, Erlebnisse, Begegnungen etc.

Über Beiträge aus der Leserschaft freuen wir uns sehr!



(Foto: Renate Stolle, Soest)



Chaotische Weihnachtszeit

Die Weihnachtszeit verläuft kurios,
denn überall ist etwas los.
Niklaus kommt mit Rentierschlitten
über Wolken her geritten,
derweil Knecht Ruprecht ohne Not
den Kindern mit der Rute droht.
Das „Oh du fröhliche“ erklingt,
obwohl die Stadt im Schnee versinkt,
denn leise rieselt immer Schnee.

Vor Kälte tun die Finger weh.
Schneeglöckchen zieht weiß' Röckchen an,
denn bald schon kommt der Weihnachtsmann.
Man sieht viel grünen Tannenbaum,
doch grüne Blätter sieht man kaum.

Die Englein singen überall.
Ein Kind kommt auf die Welt im Stall.
Vom Himmel hoch, da kommt es her.
Die Hirten laufen kreuz und quer.
Wie kann man froh und munter sein,
wenn dort im Stall das Kindelein
fast nackig liegt auf Heu und Stroh?
Ein Wickeltisch steht nirgendwo!
Ein Ros' entspringt mit Wurzel zart.
An Kerzenwachs wird nicht gespart.
Kein Mensch zum Feuerlöscher rennt,
wenn an dem Baum ein Lichtlein brennt.
Mit jingle bells wird in der Nacht
fast jeder um den Schlaf gebracht.
Ich fürchte, Weihnacht an der Krippe
steht wieder einmal auf der Kippe.
Oh merry Christmas, stille Nacht,
was hat man bloß aus dir gemacht!?

Horst Müller

(Foto: CEWE)

So war das damals . . .

Mit Papa nao de Kiärmisse in Saust

Joides Jaohr gäng et mit Papa no Saust op de Kiärmisse. Vui Blagen droften met oinem gewissen Oller met no de Kiärmisse.

Muine ollereren Süstern wören en paarmaol met op de Kiärmisse. Nui droff ierk met.

Met dairm Zug "Pengel Anton" gäng es loss. Fui mochten Bahnhuowe Haar instuigen. Obgeregt un zitterich kämen fui in Saust an.

Met glorrigen Auegen gängen fui dör dei vulle Stadt. Musik, Karussells, Boierstände, Tiere - et was ne annere Welt.

Fui dröften in Karussell et mochte ower en Boiestand inne nöchte suin. Van borben runner konnten fui ursen Vatter seihen.

Als fui alle genau harren gäng et terügge nom Bahnhuowe. Imme duistern sind fui amme Bahnhuowe Haar ankummen.



Dann gäng et örwer dern Wiesenweg no Huis. Ob oinmoal fäng muin Vatter an te wackeln un störtete op mui drob. Ierk lach unnen Vatter orben.

Drei Wairken har ierk oine dick Backe.
Bit tau nächsten Kiärmisse
was alles wuier guert.

Marita Jost



Diesen plattdeutschen
Text können Sie im
Internet hören:
<https://www.fuellhorn-soest.de/video-audio>



**HANSE-
ZENTRUM**

ALTEN- UND PFLEGEHEIM



**Für ein
umsorgtes,
zufriedenes
Leben.**

**Für Frauen,
Männer und
Paare.**

Kasernenweg 11 ❖ 59494 Soest

☎ 02921 96975-0
info@hanse-zentrum.de
www.hanse-zentrum.de

Aktiv im Alter:

Ausgesuchte Hobbys für Senioren

Wer rastet, der rostet! Das gilt besonders für Senioren, wenn sie nichts mit ihrer Freizeit anfangen wissen. Dabei gibt es viele interessante Hobbys und Freizeitangebote, um vom Sofa runterzukommen. Sie kennen das vielleicht: Da fällt man nach seinem Eintritt in das Rentenalter in ein tiefes Loch, weil man nichts mit der nun plötzlich verfügbaren Zeit anfangen weiß. Wir möchten Ihnen einige Hobbys vorstellen, die vielleicht geeignet sind, Ihnen die Langeweile zu vertreiben, nette Leute kennenzulernen, sich untereinander auszutauschen, neue Ideen zu entwickeln und, und, und . . .



Natur-Fotografie - ihre Leidenschaft:

Renate Stolle

In den bisherigen Berichten (begonnen mit Hans-Werner Gierhakes Hobby „Filmen“ – 2019/03) waren bislang Senioren die Protagonisten. Meine Begegnung mit der Hobby-Fotografin Renate Stolle hat mich belehrt, dass man auch schon mit 56 Jahren ein Beispiel dafür sein kann, sich einem Hobby zu widmen, das man bis ins hohe Alter hinein betreiben kann.

Renate Stolle ist eine begeisterte Naturfotografin. Noch ist sie bei der Arbeitsagentur beschäftigt, freut sich aber schon darauf, mit ihrer Kamera losziehen zu können, wann immer sie möchte und lohnende Fotomotive auf sie warten – vorzüglich solche in der freien Natur.

Ein dort entstandenes und auf Facebook veröffentlichtes Bild von einem Baum am Soester Wall fand die Füllhornredaktion so passend zu unseren derzeitigen Berichten über den Wall, dass mit Frau Stolle Kontakt aufgenommen wurde, ob wir das Bild ins Heft (2022/01) aufnehmen dürften.

Soweit die Vorgeschichte von meiner Begegnung mit Renate Stolle und unserer Zusammenarbeit auf mehreren Seiten in diesem Heft. Zu meinem Treffen mit einer Frau, der

die Begeisterung aus den Augen sprüht, wenn sie über das Fotografieren spricht und darüber, was sie daran so fasziniert.

Es ist vielfach die gleiche Geschichte: Der Sohn ist seit Jahren aus dem Haus, Enkel sind noch nicht zu betreuen, im Beruf gibt es wenig Neues. Da hat man mit einem Mal etwas, was bislang ein eher seltenes Gut war: mehr Zeit für sich. Und für ein Leben als Couchpotato fühlt man sich mit Recht noch zu jung.

Renate Stolle hatte schon immer mal fotografiert, aber seit etwa 10 Jahren wurde die Kamera langsam ein ständiger Begleiter. Sie arbeitete sich in die Materie hinein, legte sich unterschiedliche Apparate und Objektive zu und trat vor drei Jahren in eine Fotografengruppe ein, die gerade ihr eigenes Atelier nach dem Umzug ins Künstlerhaus BEM Adam am Teinenkamp neu eingerichtet hat.

Aber bei aller Annäherung an die Profi-Fotografie, das Fotografieren ist für sie weiterhin ein Hobby. „Auftragsarbeiten verlieren den Reiz, den ich beim freien Bildermachen habe“, meint sie. „Ich brauche die Freiheit

von Ort, Zeit und Motiv, um den Spaß an der Sache nicht zu verlieren.“

Dabei ist sie alles andere als eine Eigenbrötlerin. Sie teilt ihr Hobby gerne mit anderen. „Fotografen sind eine ganz besondere Art von Menschen“, schwärmt sie. „Manchmal frage ich in der Facebookgruppe, wer Lust hat, am nächsten Morgen mit mir auf Frühpirsch zu gehen. Und dann werden gemeinsam Bilder geschossen. Aber ich mache mich auch frühmorgens im Nebel mal ganz allein auf den Weg in die Natur.“

Und dann erzählt sie davon, warum sie ihre Bilder dann als besonders gut gelungen empfindet, wenn sie möglichst unbearbeitet bleiben können. Denn dann hat ihr die Kamera geholfen, ästhetische Strukturen wahrzunehmen, auch im Kleinen Wunder zu entdecken und sich an der Schönheit der Natur zu erfreuen.

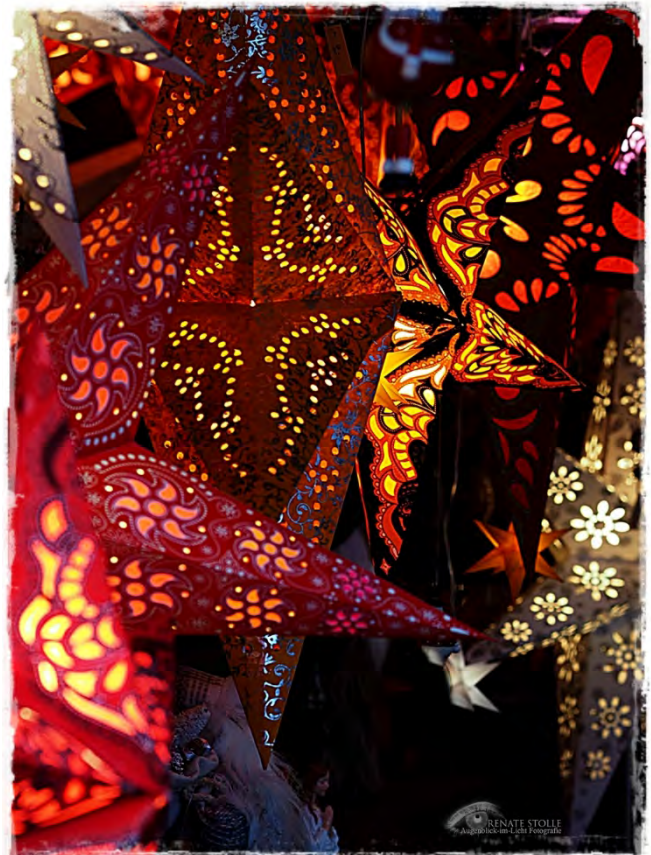
„Es ist der Blick für das Wesentliche, den man schulen muss, um Bilder zu machen, die anders sind als schnell Geknipstes, dem es darum geht, Erinnerungen festzuhalten.“

Fotos von Renate Stolle

Diesem Anspruch zu genügen, das macht für Renate Stolle einen besonderen Reiz ihres Hobbys aus. Ihr geht es um das Erkennen harmonischer Zusammenhänge. „In der Schönheit der Natur fühle ich mich wohl, dort lebe ich mein *carpe diem* und die Freude am Augenblick“, sagt sie, und man nimmt es ihr ab, wenn man in ihren Bildern blättert.

Als Anregung zum Nachmachen thematischer Bilderserien mögen einige weihnachtliche Fotos dienen, die Renate Stolle im letzten Jahr gemacht hat.

Rudolf Köster
(Fotos: Renate Stolle)



Neues aus dem Seniorenbeirat

Das Füllhorn im Gespräch mit Gerhard Wohter

Seit 2012 bereits gehört er dem Seniorenbeirat als gewähltes Mitglied an: Gerhard Wohter. Ein Mann, der gut zuhört, bevor er antwortet. Ein Mann, der nicht zuletzt deshalb viel zu sagen hat.

Geboren und aufgewachsen in dörflichem Leben hat es ihn beruflich nach Soest verschlagen, was er nie bereut hat. *„Ich habe mich hier von Anfang an wohl gefühlt“*, meint er und setzt nach einer kleinen Pause hinzu, *„und möchte diese Stadt nicht mehr missen!“*

Als tätiger Familiensch, der die Bewegung in der Natur liebt und sich als „kritischen Christen“ bezeichnet, hat er seiner Stadt auch einiges zurückgegeben. Vielfach und gerne ist er ehrenamtlich tätig, ob singend in den Kantoreien verschiedener Soester Kirchengemeinden, als Mitglied des Pfarrgemeinderates für Heilig Kreuz oder eben im Engagement für Senioren.



Da sitze ich ihm im Seniorenbüro nicht ohne Grund gegenüber. Denn dieser von der Stadt Soest für den Seniorenbeirat bereitgestellte Raum ist ihm besonders ans Herz gewachsen. In aller Regel ist er dort dienstags und donnerstags als Ansprechpartner für die älteren Mitbürger anzutreffen.

„Wir Soester können stolz darauf sein, mit dem Seniorenbüro eine Anlaufstelle für unsere älteren Bürger zu haben, um die uns andere Kommunen nur beneiden können“, sagt er und fährt nicht ohne Stolz in der Stimme fort: *„Mitten in der Stadt (Am Vreithof 8, Eingang: Am Seel) und an allen Wochentagen von montags bis freitags von neun bis zwölf Uhr geöffnet.“* Hier finden nicht nur ältere Menschen immer jemanden, der ein „offenes Ohr“ für Sorgen und Nöte

hat. Und natürlich für Anregungen, was alles in Soest vielleicht noch besser laufen könnte.

Damit sind wir bei dem, was für Gerhard Wohter die Kernaufgabe des Seniorenbeirats ist: Anwalt für die älteren Menschen in der Stadt zu sein und ihr Ansprechpartner. Etwas für und mit Senioren auf die Beine zu stellen, was aktiv hält und Einsamkeit im Alter sicher nicht gänzlich abwenden, aber durch Begegnungen untereinander und Teilhabe an gemeinschaftlichem Erleben erträglicher gestalten kann.

„Wir merken es doch an uns selbst“, ist es ihm eine wichtige Erkenntnis, *„wie wir durch neue Kontakte viele liebenswerte Mitmenschen kennenlernen, die man nicht getroffen hätte, wenn man sich ohne weiteren Blick nach außen aufs Altenteil zurückzieht. Da bietet das Seniorenbüro neben Auskünften über Veranstaltungen, Anmeldung zu Halbtagesaus-*

flügen mit kulturellem Hintergrund und ähnlichen Angeboten zudem die Möglichkeit, ganz unverbindlich mit uns und anderen ins Gespräch zu kommen.“

Auf meine konkrete Frage, wie denn das Gesprächsangebot im Seniorenbüro angenommen wird, meint Gerhard Wohters: *„Es ist im Laufe der Zeit schon mehr Interesse wahrnehmbar als anfangs, aber da sehe durchaus noch Luft nach oben.“*

Dazu führt er näher aus, dass er sich vor allem mehr Anregungen der Soester dazu wünsche, um was sich die Kommunalpolitik aus Seniorensicht nicht genügend kümmere und was man gezielt für diese Generation tun könne. Dann könnte der Seniorenbeirat seinem Auftrag als Berater der kommunalen

Entscheidungsträger noch intensiver nachkommen.

„Und damit ich nicht falsch verstanden werde“, ist es Gerhard Wohter wichtig, „es geht da gar nicht so sehr um größere städtische Projekte wie den Theodor-Heuss-Park oder die Pflasterung in der Stadt, bei denen der Seniorenbeirat seine Expertise ohnedies einbringen konnte. Es sind all die kleinen Dinge, bei denen ältere Menschen ihre Wünsche artikulieren sollten: fehlende Sitzgelegenheiten in der Stadt, Hilfe bei Behördengängen, beim Einkauf und im Gebrauch von Smartphon und Computer ...“

Und damit ist Gerhard Wohter bei seinem derzeitigen Lieblingsthema, dem **Digitalpakt Alter**. Ziel dieser bundesweiten Initiative ist es, ältere Menschen bei der digitalen Teilhabe zu unterstützen und u. a. auch auf geeignete Lernangebote aufmerksam zu machen. Da sei es hilfreich, wenn die Älteren ihre Schwierigkeiten auch selbst sichtbar machen, damit bereits bestehende Ansätze zur Stärkung der digitalen Teilhabe Älterer auf allen Ebenen zielgenau zusammengeführt und öffentlich gemacht werden können.

„Ein stärkeres Miteinander der Menschen in dieser Stadt mit dem Seniorenbeirat kann zu dieser wichtigen Aufgabe einer bürgernahen Kommunalverwaltung viel beitragen. Als Berater der Politik wünschen wir uns da eine

möglichst starke Nutzung der offenen Türe des Seniorenbüros“, meint Gerhard Wohter. „Ohne Smartphone und Computerwissen werden Senioren künftig zunehmend weniger selbstbestimmt in der Lage sein, Geld abzuheben, überall einzukaufen, Veranstaltungen zu besuchen und was sonst noch alles demnächst nicht mehr in persönlicher Begegnung erledigt werden kann. Wir können da Hilfsangebote vermitteln.“

Wie recht hat er da, was die Wichtigkeit angeht, sich mit den digitalen Medien vertraut zu machen. Ganz abgesehen von all den anderen positiven Möglichkeiten, die Menschen gerade bei geringer werdender Mobilität inzwischen digital nutzen können. Per Smartphone, Tablet oder Computer können Opa und Oma unabhängig von der Entfernung problemlos mit der Familie und im Freundeskreis kommunizieren: telefonieren, Bilder austauschen und sogar Videokonferenzen abhalten. Und es gibt ein fast endloses digitales Angebot von Filmen, Nachrichten, Magazinen, Sport und Kultur weit über das übliche Fernsehen hinaus, das sogar nicht nur zu festen Zeitpunkten, sondern genau dann abrufbar, wenn es dem Nutzer passt.

Wir sind uns einig, als wir auseinandergehen: Es gibt viel zu tun. Für die Senioren in Soest – und mit ihnen. Nicht nur, was die Nutzung digitaler Medien angeht.

Rudolf Köster



(Foto: Renate Stolle, Soest)

Bäume leuchtend

*Bäume leuchtend, Bäume blendend,
Überall das Süße spendend.
In dem Glanze sich bewegend,
Alt und junges Herz erregend -
Solch ein Fest ist uns bescheret.
Mancher Gaben Schmuck verehret;
Staunend schau'n wir auf und nieder,
Hin und Her immer wieder.*

*Aber, Fürst, wenn dir's begegnet
Und ein Abend so dich segnet,
Dass als Lichter, dass als Flammen
Von dir glänzten all zusammen
Alles was du ausgerichtet,
Alle, die sich dir verpflichtet:
Mit erhöhten Geistesblicken
Fühltest herrliches Entzücken*

Johann Wolfgang von Goethe



Stärkung der digitalen Teilhabe und Souveränität von älteren Menschen

Der diesjährige Internationale Tag der älteren Menschen am 1. Oktober stand unter dem Motto „**Digitale Gerechtigkeit für alle Altersgruppen**“. Dieser Tag wurde von den Vereinten Nationen eingeführt. In diesem Jahr konzentriert sich der Tag auf die über 60-jährigen Menschen, die weltweit am wenigsten integriert ist in die Veränderung des Alltagslebens durch die immer mehr um sich greifenden Anwendung von digitalen Techniken. Ursache der fehlenden Teilhabe ist die vielerorts fehlende passende Infrastruktur sowie an leicht zugänglichen Angeboten zum digitalen Kompetenzerwerb.

Genau das will der **DigitalPakt Alter** in Deutschland ändern. Die gemeinsame Initiative des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen hat schon jetzt ein breites Bündnis von Partnern aus Wirtschaft, Wissenschaft und Zivilgesellschaft gebildet.

Das gemeinsame Ziel: älteren Menschen digitale Teilhabe zu ermöglichen – für ein selbstbestimmtes Leben, auch im hohen Alter.

Bundesseniorenministerin Christine Lambrecht: „Die Digitalisierung ist ein immer größerer Teil unseres Lebens und erleichtert unseren Alltag. Vom Videoanruf bei der Familie über das Online-Einkaufen bis zur digitalen Sprechstunde beim Arzt bieten sich große Chancen, gerade für die ältere Generation.“

Deswegen ist es wichtig, dass auch ältere Menschen am digitalen Wandel teilhaben. Genau da setzen wir mit dem **DigitalPakt Alter** an. Gemeinsam mit der BAGSO wollen wir wohnortnahe Angebote schaffen, damit alle Älteren selbstbestimmt Online-Dienste und moderne Techniken nutzen können.“

In Deutschland sind heute etwa neun Millionen Menschen von insgesamt rund 24

Millionen über 60 Jahre noch nicht online. Nur gut jede/jeder Dritte in der Altersgruppe der über 60-Jährigen fühlt sich in der Lage, für sich passende Angebote im Internet zu finden.

Bei den über 70-Jährigen gelingt das nur einem Viertel, wie eine Studie aufzeigt. Diese Menschen benötigen konkrete Unterstützung vor Ort. Deswegen fördert der **DigitalPakt Alter** in ganz Deutschland 100 Erfahrungsorte mit je 3000 Euro. Hier werden den Senior*innen Unterstützung in digitalen Fragen zu den Themen Kommunikation, Wohnen, Mobilität, Gesundheit und gesellschaftliche Teilhabe angeboten. Das können Kurse im Umgang mit Smartphone oder Tablet sein, aber es werden auch Leihstationen für mobile Geräte zur Unterstützung im Haushalt oder Hilfe bei digitalen Amts- oder Arztterminen angeboten.

Der BAGSO-Vorsitzende und Bundesminister a.D. **Franz Müntefering:** „Sobald wie

BRÜDERTOR 19
59494 SOEST
TELEFON 3649-0
TELEFAX 3649-10

APOTHEKE
AM
BRÜDER-
TOR

*Ihre Gesundheit...
unsere Verpflichtung!*

möglich sollte in jeder Kommune ein Angebot zum digitalen Kompetenzerwerb, ein digitaler Erfahrungsort, für Ältere vorhanden sein.“

Viele Ältere besitzen zwar ein Smartphone, doch nur die Hälfte der über 70-jährigen Nutzerinnen und -Nutzer weiß, wie man Apps oder Updates installiert. Im **Achten Altersbericht** der Bundesregierung sind fünf Lebensbereiche definiert, in denen digitale Kompetenzen das Leben älterer Bürgerinnen und Bürger verbessern können: soziale Integration, Sozialraum, Wohnen, Mobilität und Gesundheit/Pflege. Der **DigitalPakt Alter** fördert gezielt Angebote, die den Kompetenzerwerb in diesen Bereichen vorantreiben. **Digitale Kompetenzen bringen Lebensfreude.** Es geht nicht nur um die Notwendigkeit der niedrigschwelligen Vermittlung digitaler Kompetenzen. Es geht auch darum zu verdeutlichen, wie viel Spaß Ältere am Umgang mit digitalen Medien haben oder zukünftig haben könnten. Digital

um die Welt reisen, das Gedächtnis kurzweilig trainieren, mit der Familie videochatten: Gerade Neulinge lernen schnell, wieviel Spaß das machen kann. Der **DigitalPakt Alter** will diese positiven Erfahrungen stärken und ausweiten, um Älteren einen sicheren und selbstverständlichen Umgang mit digitalen Medien zu ermöglichen.

Die **BAGSO** fordert: „Wir fordern, dass Senior*innen flächendeckend Zugang zum Internet haben und befähigt werden, es sicher zu nutzen. Dafür bedarf es finanzieller Hilfen sowie niedrigschwelliger und zielgruppenspezifischer Informations- und Bildungsangebote. Das darf nicht von der Bereitschaft des Einzelnen, seiner materiellen Lage oder seinen Bildungsvoraussetzungen abhängen. Gleichzeitig muss auch die Technik selbst nutzerfreundlicher werden“.

Mehr Informationen zu diesem Thema finden Sie im Internet:

www.digitalpakt-alter.de

THOMAS
Residenz

...rundum wohl fühlen

Lütgen Grandweg 4-6. 59494 Soest

Tel. 02921 / 376 - 0

Häuslicher Pflegedienst

Wohnen mit Service

Betreutes Wohnen

Tagespflege Noah

Kurzzeitpflege

Pflegeheim

Fine kleine Wintergeschichte

Meine Kindheit und Jugend verbrachte ich in dem kleinen Städtchen Mengerlinghausen bei Bad Arolsen. Wir wohnten in der Landwirtschaftsschule, die etwas erhöht lag, so dass wir den kleinen Ort gut überschauen konnten. Unsere Nachbarn waren in erster Linie Landwirte, so auch Onkel Eckemde. Den Namen Emde gab es in Mengerlinghausen sehr oft. So wurde er durch eine Besonderheit ergänzt.

Onkel Eckemde war bei uns sehr beliebt, denn wir durften oft auf Max oder Bella, zwei kräftigen Kaltblütern, sitzen und reiten. Es konnte nichts passieren, denn diese Pferde waren sehr behäbig und langsam. Eines Tages beschloss Onkel Eckemde mit den Kindern der Nachbarschaft durch den winterlichen Wald zu fahren. Der Kasten eines Wagens wurde auf ein Schlittenunterteil gesetzt und drinnen mit Strohballen und Decken zum Sitzen und zum Wärmen ausgestattet. Wir Kinder setzten uns hinein und erhielten noch für unsere Füße angewärmte Schamott-Steine.

Den Schlitten zogen die Kaltblüter Max und Bella, die gestriegelt waren und um den Hals ein Glockengeschirr trugen. Auf dem Bock saß Onkel Eckemde und lenkte die Pferde. Dann ging es durch den tief verschneiten Winterwald, der im Sonnenschein glitzerte. Wir Kinder fühlten diesen Zauber, als wäre es ein Märchen, und wurden ganz still. Nur das Glockengeläut der Pferde durchbrach die Stille. Ziel war das Forsthaus, wo wir herzlich empfangen wurden mit einem warmen Getränk und einem süßen Rosinenbrötchen. Die Pferde fraßen Heu. Mit einem Dankeschön nahmen wir Abschied, und zurück ging es wieder durch den tiefverschneiten Wald, aber nun nicht mehr ruhig und still. Das warme Getränk und die Brötchen hatten uns wieder munter gemacht. Noch einmal genossen wir die Winterlandschaft, mit Schnee bedeckt und glitzernd in der Sonne. Zuhause angekommen, konnten wir gar nicht schnell genug unsere Erlebnisse loswerden. Onkel Eckemde wurde sehr gedankt.

Lore Happich



Seniorenzentrum **St. Antonius**

Seniorenzentrum St. Antonius
Thomästraße 8a
59494 Soest
Tel. 0 29 21.5 90 30 0

- ▲ Zentral gelegen
- ▲ Pflege und Betreuung
- ▲ Tagespflege
- ▲ Kurzzeitpflege
- ▲ Offener Mittagstisch
- ▲ Sinnesgarten



www.st-antonius-soest.de



Bewährte Methode

Verlässlich und funktional, geht diese Masche nahtlos von Generation zu Generation. Mama ist mit ihrer Jüngsten im Supermarkt. Die Lütte kann zwar schon laufen, ihr Gang ist aber noch nicht sehr gefestigt. Hochnäsig verschmäht sie dennoch Mamas hilfreiche Hand.

Mamas Zeit ist aber scharf kalkuliert. Sie hat noch einen Halbtagsjob. Treibt das kleine Fräulein zur Eile an, was Töchterchen überhört und ignoriert. Es hat ganz andere und eigene Interessen. Guckt mal hier, schaut da mal hin, prüft einige Artikel sogar handgreiflich. Trödelte, provoziert genüsslich. Vergewissert sich nebenher aber doch, dass die Mami immer in Sichtweite bleibt, ja nicht ihrem Augen-Blick entkommt.

Jetzt wird die zeitgestauchte Mama energisch, zückt das bewährte Ärmel-As: „Mia! Tschüss! Mami geht schon mal“ winkt sie. Das wirkt! Im Nu laufen Mias Augen über. Alles ist denkbar, aber die Mami verlieren nicht. Hält nun die heilsame Hand ganz fest, und alles ist wieder gut.

Samstags übernimmt oft der Papa die Supermarkt-Besorgungen. Per Spickzettel. Den kleinen Junior an der Hand. Der Supermarkt hat auch eine Elektronik-Abteilung. „Komm, wir schauen mal, was es hier so alles gibt“, animiert er verschwörerisch den Kleinen. Letztlich taugt der Zunder aber nicht sehr viel. Reicht nur für eine kurzlebige Stichflamme. Trotz langgemachtem Kinderhals ist nämlich nirgends Spielzeug auszumachen.

Und doch bleibt der Papa hier kleben. Merkt gar nicht, dass er die kleine Hand entlassen hat. Schenkt einem brauchbaren reduzierten Angebot große Beachtung. Liest und prüft, stöbert und vergleicht.

Alles das interessiert seinen Jungen überhaupt nicht. Nachdem er eine ganze Weile in nächster Nähe gewartet, sich mehrmals um die eigene Achse gedreht und festgestellt hat, dass Papi noch immer auf demselben Fleck genagelt scheint, trabt er ein paar Schritte, hebt die kleine Hand, winkt und verkündet laut: „Tschüss Papi, tschüss! Paulchen geht schon mal.“

Hannelore Johänning

IHR SOESTER
COMPUTERASSISTENT
GENERATION 50 PLUS

IHRE PERSÖNLICHE SOFORTHILFE RUND UM
DAS THEMA COMPUTER, INTERNET UND TELEFON

BERATUNG | REPARATUR | INSTALLATION | VERKAUF | SCHULUNG

THOMAS SCHIRDEWAHN

☎ **02921-63966** (über diese Festnetz-
nummer auch per WhatsApp erreichbar)

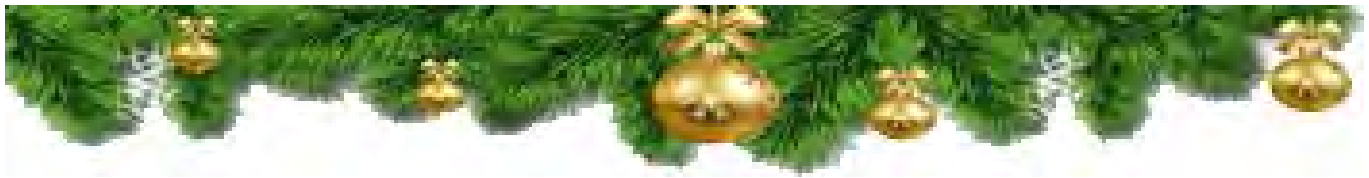
✉ kontakt@soester-assistent.de

🌐 www.soester-assistent.de



Gemeinsam finden wir für alles eine gute und verständliche Lösung!





Weihnachtszauber meiner Kindheit



Dagmar Schindler



Ich erinnere mich an das Kribbeln im Bauch, wenn wir im Kinderzimmer gegen die Eisblumen an den Fensterscheiben hauchten, bis ein melodisches Läuten zur Bescherung rief.



Ich erinnere mich noch heute, mit welchem Glanz der Weihnachtsbaum in mein junges Leben strahlte. Vom Fußboden bis an die Decke reichte die Tanne.



Ich erinnere mich an die leicht flackernden Kerzen in dem sonst dunklen Raum und an das zart flatternde, silberne Lametta, die kleinen rot polierten Äpfel. Sie brachten Farbe in das Grün an Stelle von Kugeln.



Ich erinnere mich an die sprühenden Sternchen der Wunderkerzen, bevor sie mit einem winzigen, tiefroten Glimmen verlöschen. Wir durften sie sogar selbst anzünden!



Ich erinnere mich an den Duft der Plätzchenkringel, der den würzigen Geruch des Baumes versüßte.



Ich erinnere mich an die Aufregung, wenn wir unser Weihnachtsgedicht aufsagten, und wie die Geduld der Eltern half, Versprecher und Textverlust nicht als Versagen zu empfinden.



Ich erinnere mich an den Stolz, der mich erfüllte, als ich einen Text fehlerlos vortrug. Ich hatte ihn mir selbst ausgesucht, aber es war so mühevoll gewesen, ihn auswendig zu lernen! Denn er war nicht gereimt.



Und ich erinnere mich, wie mir erst Jahre später klar wurde, dass es sich um die Weihnachtsgeschichte aus dem Lukas-Evangelium handelte.





Väterchen Frost und der Neujahrsbaum



Ludmilla Dümichen

Für jedes Kind, das heute Weihnachten feiern darf, ist ein Tannenbaum mit darunter hübsch eingepackten Geschenken - die das Christkind bringt oder der Weihnachtsmann, ohne dabei gesehen zu werden - das Highlight des Festes.

Bunte Kugeln schmücken den Tannenbaum, Glühlämpchen oder echte Kerzen, Lametta, je mehr, je besser. Und natürlich auch in Russland, wo ich geboren und aufgewachsen bin, hatten wir einen Tannenbaum, den wir, anders als im Westen, selbst schmücken durften. Er wurde allerdings nicht zum Heiligabend aufgestellt, sondern zur Jahreswende, am 31. Dezember, Silvester.

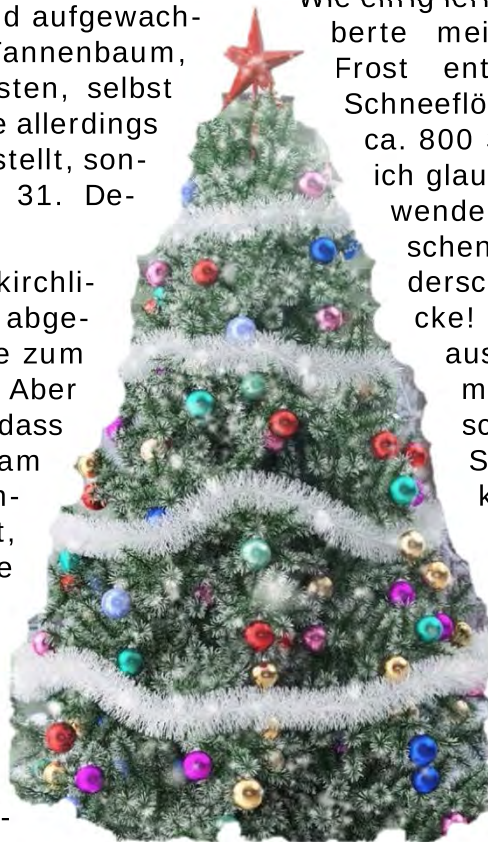
Denn seit 1929 waren alle kirchlichen Feiertage in Russland abgesagt und die Weihnachtstage zum Arbeitstag erklärt worden. Aber meine Mutter erzählte mir, dass viele Menschen heimlich am Heiligabend einen Tannenbaum, reichlich geschmückt, aufstellten. 1936 erbarmte sich Josef Stalin und erlaubte der Bevölkerung, einen *Neujahrsbaum* aufzustellen. Das galt besonders für Schulen, Kindergärten und Pionier-Paläste. Der Tannenbaum, der seinen religiösen Kontext verloren hatte, sollte den sowjetischen Kindern ein Symbol des Wohlstands des Landes präsentieren.

1959 wurde ich eingeschult und konnte bei meiner ersten Veranstaltung am *Neujahrstag* vormittags mit *Väterchen Frost* und hundert anderen Kindern um einen wunderschön geschmückten Tannenbaum singend einen Tanz aufführen. Väterchen Frosts

Tochter, die märchenhafte *Snegurotschka* (Schneejungfrau), begleitete ihn. Schon Wochen vorher übten wir ein Gedicht und ein Lied, um es den beiden vorzutragen. „Nicht stottern, nicht nuscheln, nicht verhaspeln! Und!“, die Lehrerin belehrte uns: „Väterchen Frost ist zwar streng und manchmal brummig, aber er ist fair. Er bevorzugt und beschenkt brave Kinder und die faulen lässt er zum Eisklotz erstarren. Dazu nutzt er seinen Zauberstab.“

Wie eifrig lernte ich einen Vierzeiler und fieberte meinem Auftritt vor Väterchen Frost entgegen. Mein Gedicht vom Schneeflöckchen vorzutragen war bei ca. 800 Schülern fast unmöglich. Aber ich glaubte fest, er würde sich mir zuwenden, mir zuhören und mich beschenken. Ich trug doch so ein wunderschönes Kostüm als Schneeflocke! Das Kleid hatte meine Mutter aus Gaze genäht, gestärkt und mit zerbrochenem Christbaumschmuck verziert, die einzelnen Stücke waren auf das Kleid geklebt. Und erst die Krone! Welch ein Schmuckstück! Dabei war es nur eine mit Watte verzierte Pappkrone, die mit einem Gummiband um das Kinn befestigt wurde, damit sie während des Tanzes nicht verloren ging. Ich fühlte mich bezaubernd.

Auch in all den folgenden Jahren gelang es mir nicht, Väterchen Frost das Gedicht vorzutragen. Ein Geschenk, das aus einem Apfel, einer Mandarine und 200 Gramm Bonbons bestand, tröstete mich über diese Enttäuschungen hinweg. Möglicherweise auch die anderen Kinder, die exakt die gleiche Menge und Auswahl in der durchsichtigen Geschenktüte erhalten hatten.



(Foto: Jill Wellington/Pixabay)





Wie war es damals?

Weihnachtserlebnisse aus der Kinderzeit

Unsere Redakteurinnen und Redakteure erinnern sich

Der Weihnachtsbaum



H.-W. Gierhake

Es muss 1946 oder 1947 gewesen sein. In der schon damals geschäftigen Vorweihnachtszeit mussten alle mit dafür sorgen, dass das Fest gelang. Meine Rolle war, so erinnere ich mich, den Weihnachtsbaum zu besorgen, als Acht- oder Neunjähriger. Denn Weihnachten ohne Weihnachtsbaum? Undenkbare. Nicht einmal in den Kriegsjahren in meiner Kindheit und den ersten schlechten Jahren danach. Mutter gab mir drei Mark und ich zog mit dem Bollerwagen zu dem Gemüsehändler Nolte an der Ecke Ackerstraße/Nordring. Die Direktive meiner Mutter war: Der Baum sollte so groß wie ich und schön gleichmäßig gewachsen sein, was immer das bedeutete.

Die Auswahl unter den angebotenen Fichten unterschied sich hauptsächlich nach der Größe, da hatte ich klare Vorgaben und wurde schnell fündig. Für drei Mark gab es natürlich nicht den schönsten Baum. Ich hätte das auch nicht zu unterscheiden gewusst. Das lernte ich dann ein paar Stunden später in der Drechslerwerkstatt meines Vaters. Als ich unseren Baum dort vorstellte,

war mein Vater nicht begeistert, aber ein Handwerker kann eben fast alles, sogar einen mickrigen Weihnachtsbaum in Form bringen.

Damit der Baum in den Ständer passte, mussten die Zweige des untersten Astquirls abgeschnitten werden. Einige dieser Zweige wurden ein paar Stockwerke höher, wo Quirle Lücken hatten, eingebohrt. Die Abstände zwischen den Astquirlen waren mal groß, mal klein und zwar in anscheinend zufälliger Folge. Da musste bei einem zu großen Abstand aus dem Stämmchen ein Stück herausgeschnitten und mittels eines ins Mark gesetzten Nagels wieder verbunden werden. Vater hatte recht: Seine Eingriffe gaben dem Baum den richtigen Chick, wie ich bewundernd feststellte, und trotz dieser Prozeduren blieb er hinreichend stabil.

Zuhause wurde der Baum Mutter übergeben, die uns gerechterweise beide lobte: mich, der ich den Baum erworben hatte und Vater, weil er ihn so perfekt gemacht hatte. Ich hatte dabei gelernt, was die eigentliche Schönheit eines Weihnachtsbaumes ausmacht: Das gediegene Ebenmaß seines Wuchses. Weihnachten konnte kommen.

Vorschlafen? - Unmöglich!



Inge Thomas

Bei uns gab es kein Vorschlafen an Heiligabend, dazu waren wir viel zu aufgeregt. Unser Kinderzimmer lag direkt neben dem Wohnzimmer, in das man vom Kinderzimmer durch eine Tür direkt hineingehen konnte.

Diese Tür war natürlich abgeschlossen, aber wir Kinder waren ja nicht dumm und blinzelten halt durch das Schlüsselloch.

Das ging solange gut, bis unsere Mutter dahinterkam. Flugs steckte sie Watte ins Schlüsselloch und so war es das dann für uns.



Wie war es damals?

Weihnachtserlebnisse aus der Kinderzeit

Unsere Redakteurinnen und Redakteure erinnern sich

Vorschlafen!



Eva von Kleist

Bis zum Alter von sieben Jahren gab es für uns Kinder Ende der 50er Jahre ein unumstößliches weihnachtliches Ritual: das Vorschlafen. „Kinder müssen vorschlafen, damit sie am Weihnachtsabend ohne gesundheitliche Folgen länger aufbleiben dürfen“, hatte unsere Mutter uns Kindern mit ernster Miene erklärt, während sie darauf achtete, dass wir dieser Anweisung auch nachkamen, inclusive

Zähneputzen und lang hinlegen, Bettdecke bis zum Kinn.

Im Gegensatz zu seiner Bezeichnung hatte dieses Ritual des Vorschlafens nun rein gar nichts mit Schlafen zu tun, vielmehr mit einer Mischung aus ungebrochener Vorfreude und glücklichem Ausmalen dessen, was wohl unter dem Weihnachtsbaum zu finden wäre. Und mit dem so entzündeten Feuerwerk kindlicher Fantasie leitete das Vorschlafen für uns Kinder auf wunderbare Weise das Weihnachtsfest ein.

Mein Weihnachts-Highlight



Rudolf Köster

Mein Kinder-Weihnachten ist mit zwei ganz besonderen Erinnerungen verbunden: Zum einen sehe ich ein schlichtes Engelglöckchen vor mir, und dann noch die obligate Apfelsine ganz allein für mich. Das von uns *Klingglöckchen* genannte Messing-Karussell in Art der Weihnachtspyramiden hatte ein drehbares Ober- teil mit leicht geneigtem Flügel- kranz mit zwei Engeln, unter dem zwei feststehende Klang- hauben angebracht waren. Wenn die vier Kerzen auf der Bodenplatte angezündet wurden, begannen sich die Engel zu drehen und die Klöppel an ihren Füßen schlugen dabei an die Klanghauben. Je schneller dann der Engel besetzte Rundflug wurde, umso flüssiger und lauter wurde das Glockenspiel.

Wichtig war dieses Geklingel für uns Kinder vor allem, weil es den Beginn der Bescherung im bis dahin seit Tagen verbotenen Wohnzimmer signalisierte. Angespannt horchten wir Heiligabend beim Dunkelwerden, bis schließlich jemand von uns sicher war: „Hört ihr es auch? Jetzt macht Papa gleich die Tür auf!“ Während die Kerzen unter den kreisenden Engeln und auf dem Weihnachtsbaum abbrannten, gab es eine Weih-

nachtsgeschichte zu hören, bis wir vier dann endlich an unsere Päckchen gehen durften. Und an die Weihnachtsteller (die grünen aus Pappe, die damals fast alle hatten), auf denen neben den selbstgebackenen Plätzchen, Nüssen und einem rotbäckigen Apfel auch je ein bei uns zuhause seltenes Obst lag: eine große Apfelsine. Die einzige im Jahr, die man nicht mit Geschwistern teilen musste...





Wie war es damals?

Weihnachtserlebnisse aus der Kinderzeit

Unsere Redakteurinnen und Redakteure erinnern sich

Weihnachten 1945



H. Johanning

Auch der Weihnachtsbaum sah irgendwie unterernährt aus. Völlig schmucklos. Angesichts dieses erbärmlichen Mangels, traute Vati sich das Handwerk des Kerzenziehers zu. Ein Rohr, das in Länge und Durchmesser üblicher Weihnachtsbaumkerzen entsprach, hatte er schon gebastelt oder organisiert. Offenbar gab es dank häufiger Stromsperrn und ebenso häufigen Hockens bei Kerzenlicht in Luftschutzkellern, genügend Wachsreste. Auf dem Herd, Marke Eigenbau, schmolzen sie unter Muttis kontrollierenden Blicken in ei-

ner Konservendose zum ungewöhnlichen Gemisch. Für die Dochte wurde sicher Papierschnur verwendet. Am unteren Ende mit Draht umwickelt, gelang Vati, sie damit haltbar auf den Zweigen zu befestigen. Ein halbes Dutzend melierter Kerzen waren es bestimmt. Sie brannten wie Zunder. Als die letzte angezündet wurde, lag die erste bereits in ihren letzten Leuchtzügen. Wir sangen schnell noch: „Stille Nacht. . .“

Ungeachtet der Kälte öffnete Mutti später weit beide Fenster und die Kirchen läuteten alle ihre noch verbliebenen Glocken. Laut und lange. Mehrmals trockneten die Eltern ihre Augen, sahen aber dennoch ganz zufrieden aus. Ja, beinahe glücklich sogar.

Wentzel Dr. HOMES

IMMOBILIEN SEIT 1820

**MIT HERZ
& VERSTAND.**



NACH DIESEM MOTTO BERATEN WIR SIE INDIVIDUELL UND KOMPETENT BEIM KAUF UND VERKAUF IHRER IMMOBILIEN.

Neben der Marktkennntnis und langjährigen Erfahrung steht bei uns das Persönliche im Mittelpunkt. Lassen Sie uns gemeinsam besprechen, was Sie benötigen und was Sie wünschen. Mit Ihrem Anliegen sind Sie bei uns an Soests erster Adresse.

Vor Ort sind wir für Sie daheim:

Wentzel Dr. HOMES · Shop Soest
Marktstraße 2 · 59494 Soest
02921 340 99 0 · soest@wentzel-dr.de

wentzel-dr.de/soest



**„Wir lachen nicht, weil wir glücklich sind
wir sind glücklich, weil wir lachen!“**

(Madan Kataria *)

An grauen Regentagen sinkt die Laune schon oft mal in den Keller. Da kann es helfen zu lachen. Die Laune hebt sich wieder, wenn man einfach mal loslacht! Humor ist, wenn man trotzdem lacht! Wenn Ihnen das nicht mehr gelingt, sollten Sie das Lachtelefon anrufen! Aus eigener Erfahrung kann ich berichten, dass ich schon nach den ersten Sekunden des Kontaktes angefangen habe zu

kichern um später laut loszulachen. Woran das liegt? Ganz sicher am ansteckenden Lachen des Gegenübers! Ca. drei Minuten dauert der Anruf beim Lachtelefon.

Nach dem Kontakt mit einer oder einem der ehrenamtlichen Lachyogis fühlt man sich einfach besser und ist gut gelaunt.

Ein 40-köpfiges ehrenamtliches Team gehört zu dem vor 1,5 Jahren gegründeten Angebot.

Jeder kann die obige Nummer anrufen und jeder kann lachen – wenn auch vielleicht nicht immer sofort. Meistens muss man sich beim ersten Anruf etwas herantasten, weil man eventuell das Lachen fast verlernt hat. Aber keine Sorge, die Lach-Experten unterstützen Sie und üben mit Ihnen! Das Lachtelefon macht keine psychologische Betreuung; es wird gelacht ohne Grund. Täglich zwölf Stunden ist das Lachtelefon erreichbar. Es

rufen von Kindern bis zu hochbetagten Senioren alle Altersgruppen an. Anfänglich war die Idee, ein Lachtelefon zu gründen, nur für einen bestimmten Nutzerkreis gedacht. Doch dann kam Corona auf den Plan, und so entstand ein öffentlich zugängliches Angebot.

Lachen ohne Grund ist einer der Bestandteile des Lachyoga, einer Form des Yoga, bei der das grundlose Lachen im

Vordergrund steht. Beim Lachyoga soll der Mensch über die motorische Ebene zum Lachen kommen; ein anfangs künstliches Lachen soll in echtes Lachen übergehen. Am Lachtelefon werden keine Witze erzählt. Es geht um Heiterkeit und Leichtigkeit und kann bei schweren seelischen und körperlichen Belastungen helfen, ein Gefühl der Erleichterung zu

spüren. Es ist nicht notwendig, Humor zu haben.

Rund 300 Muskeln werden angespannt, wenn der Mensch lacht. Siebzehn davon alleine im Gesicht. Während des Lachens werden Glückshormone produziert, die die Stimmung heben. Lachen lässt negative Gedanken in den Hintergrund treten.

**Madan Kataria, indischer Yogalehrer und Gründer des ersten Lachclubs (1995).*

Hety Büchte

Haben Sie heute schon gelacht?

Kinder lachen 400 mal am Tag, Erwachsene nur 15 mal.
Fehlt Ihnen jemand, mit dem Sie gemeinsam lachen möchten?

Dafür gibt es das Lachtelefon!



Täglich 9 bis 21 Uhr
www.lachtelefon.de

**Von Lachprofis für alle,
die ein Lachen brauchen**

02131 77 34 152

Über das Lachtelefon können Sie sich eine kleine Stimmungsaufhellung holen, einen Gute-Laune-Kick, ein kleines Zwerchfell-Training. Rufen Sie einfach an und lachen mit uns gemeinsam für 3 Minuten. Ohne Witze, ohne Comedy, ohne Humor, einfach so. Als Körperübung, weil wir uns gegenseitig anstecken, ein bisschen absichtlich, ein bisschen echt. Manchmal braucht man ein bisschen Lachen. Manchmal braucht man jemanden, der einem hilft, das Lachen wiederzufinden. Zusammen geht das einfacher als alleine.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Dies ist eine Neusser Telefonnummer. Es fallen Kosten für ein Telefonat im Festnetz an. Da die Arbeit ehrenamtlich ist, entstehen keine weiteren Kosten.

Werbung im Füllhorn



Das Seniorenmagazin wird von der Stadt Soest den Bürgern der gesamten Stadt und darüber hinaus kostenlos angeboten. Es erscheint viermal im Jahr mit einer Auflage von 3000 Stück (Farbdruck).

Das **Füllhorn** wird von ehrenamtlichen Autoren und Redaktionsmitgliedern erstellt und zum Teil ebenfalls durch Ehrenamtliche verteilt.

Sie finden das **Füllhorn** in folgenden Einrichtungen: Arztpraxen, Apotheken, Krankenhäusern, Banken, Begegnungsstätten, VHS, Seniorenbüro, Stadtbücherei, etc. Außerdem wird das Magazin bei Bedarf einigen Interessenten per Post zugestellt.

Darüber hinaus ist das **Füllhorn** auch im Internet präsent: www.fuellhorn-soest.de.

Beispiele unserer Preisgestaltung für Ihre Anzeige:

¼ DIN A4-Seite = 255,00 €
für 4 Ausgaben/Jahr – Auflage: 3000 Stück

½ DIN A4-Seite = 510,00 €
für 4 Ausgaben/Jahr – Auflage: 3000 Stück

Möchten Sie das **Füllhorn** durch Werbung unterstützen?

Wenden Sie sich bitte telefonisch oder per Mail an

Ihre Ansprechpartnerin:

Petra Arlitt

Seniorenbeauftragte der Stadt Soest,
0 29 21 – 103-2212, (p.arlitt@soest.de)

(Foto: Peter Altmann/Pixabay)

Lassen Sie grünen Ideen Flügel wachsen. Werden Sie Sinnvestor.

Setzen Sie Ihr Geld sinnstiftend ein – für Sie und die Generation von morgen. Denn Unternehmen, die auf nachhaltige Ziele setzen, gehört die Zukunft. Entdecken Sie die nachhaltigen Anlagestrategien von Deka Investments.

Investieren schafft Zukunft.

Jetzt in Ihrer Sparkasse
oder auf deka.de

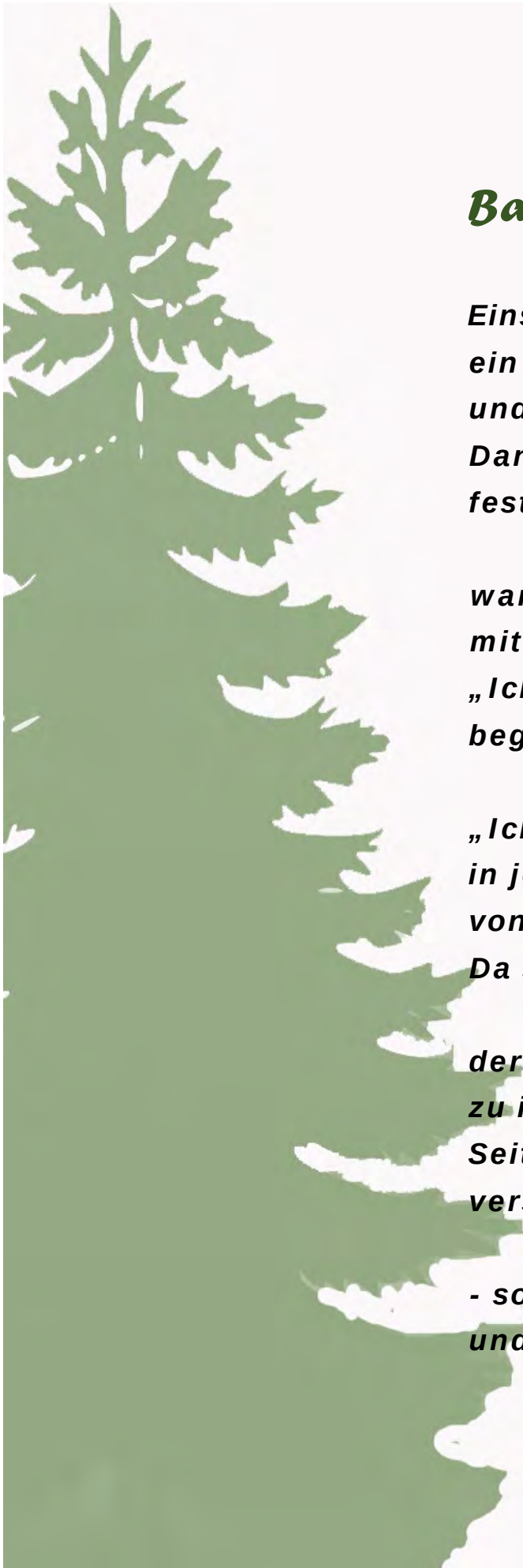
Sparkasse
SoestWerl

Deka
Investments



DekaBank Deutsche Girozentrale. Quellen Auszeichnungen: 1 Capital-Heft 03/2020 2 www.faz.net/Umweltchampions

Finanzgruppe



Baumschmuck

***Einst stand in einem tiefen Tale
ein schöner, properer Westfale
und bot uns dar die grünen Äste.
Dann, kurz vorm trauten Weihnachts-
feste,***

***ward er zum sehnsuchtsvollen Baum
mit einem anspruchsvollen Traum:
„Ich will nicht mehr nur Zapfen tragen!“,
begann er leis', doch fest zu klagen:***

***„Ich will auch schönen frohen Schein
in jedes offne Herz hinein
von vielen hellen Lichtern senden!“
Da streute zart mit vollen Händen***

***der Himmel viele kleine Sterne
zu ihm hinab aus großer Ferne.
Seitdem steht er in buntem Schimmer
versprühend Regenbogenflimmer,***

***- sobald ein Sonnenstrahl ihn streift,
und ihm den Schnee zum Glänzen reift.***

Dagmar Schindler

(Foto: Ctker-Free-Vector-Images/Pixabay)

Neues aus dem Seniorenbeirat

Alles neu macht der Mai - Juni!

Corona hat unserem Seniorenbüro im Soester Rathaus eine sehr lange Ruhepause gegönnt. Am 21. Juni 2021 war es so weit: Endlich durften wir – natürlich unter den gegebenen Hygieneschutzmaßnahmen – wieder unsere Pforten für Besucherinnen und Besucher öffnen.

Selten haben wir mich mehr über ein einfaches Aufschließen einer Tür mehr gefreut, spiegelte es doch die allgemein herrschende Hoffnung auf Rückkehr zur sogenannten Normalität wider. Auch die Besucherinnen und Besucher teilten unsere Freude. Der ein oder andere Gast schaute ohne besonderes Anliegen herein – einfach nur mal schauen, ob alles wieder beim Alten ist.

Dabei war eine besonders schöne Neuerung zu finden. Vor der Tür steht seit der Corona-Pause eine zum Verweilen einladende Bank mit lustig bunten Kissen. Der Eingang zum Seniorenbüro wird durch zwei wunderschöne Hortensien geschmückt. Viele Besucherinnen und Besucher der Soester Innenstadt bleiben angesichts des schönen Anblicks stehen, zücken ihr Smartphone und schießen ein Foto vom Eingang. Ein kurzer Blick ins Büro zeigt, wie sehr es sich zum



W. Trick / H. Briedigkeit (Fotos: Petra Arlitt)

einladenden Wohnraum gemausert hat: Weiße Gardinen wehen im Wind und so mancher Gast verweilt auf der Bank, um die Atmosphäre der Altstadt zu genießen. Natürlich mit dem entsprechenden Mindestabstand.

Unser Rathaus hat ein neues Schmuckstück dazu gewonnen! Der Seniorenbeirat lädt herzlich ein, doch öfter einmal hereinzuschauen, sich das neue Füllhorn mitzunehmen, den ein oder anderen Prospekt mit interessanten Informationen oder einfach mal einen kleinen Plausch mit den Mitarbeitenden zu halten. Bei sehr warmem Wetter ist es schön kühl und man kann sich körperlich ausgeruht und geistig angeregt auf den weiteren Weg durchs Städtchen machen.

Heidelinde Briedigkeit
Waltraud Trick



Seniorenbüro / Rathaus 1
Am Vreithof 8, Soest
02921 – 103-2202

Vom **Nonliner** zum **Onliner**!



Noch immer beschäftigen sich fast 40 % aller Deutschen im Alter von über 60 Jahren nicht mit dem Internet.

Das lässt sich ändern! Bestellen Sie sich diese Broschüre, die seit 2014 in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz erstellt, gestaltet, gedruckt und im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit vertrieben wird.

Die Broschüre verfolgt das Ziel, bestehende Vorbehalte von Seniorinnen und Senioren hinsichtlich der Nutzung des Internets abzubauen und die Zielgruppe zur Nutzung zu motivieren.

Daneben enthält die Broschüre eine Übersicht über mögliche Ansprechpartner, hilfreiche Adressen sowie Schulungs- und Kursangebote, die den Seniorinnen und Senioren beim Einstieg ins Internet behilflich sein können.

Nun ist die Broschüre in leichte Sprache übersetzt und veröffentlicht worden, um insbesondere die zunehmende Zahl an älteren und hochaltrigen Menschen mit Beeinträchtigungen sowie ältere Migrantinnen und Migranten mit schwierigem Sprachzugang zu unterstützen

Fordern Sie diese Broschüre kostenlos an:

Postanschrift:

Bundesministerium f. Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 11018 Berlin

Servicetelefon:

030-20179130 (Mo-Do – 09:00 – 18:00 h)

Mailanschrift:

info@bmfsfjservice.bund.de

(Quelle: Bundesministerium BMFSFJ)

Der Behördenfuchs

Bürgernah Kompetent Ergebnisorientiert

Leistungsangebot:

- Patientenverfügung, Vorsorge- und Betreuungsvollmacht
- Schwerbehindertenangelegenheiten
- Einstufung Pflegegrade und Abwicklung mit dem med. Dienst und den Krankenkassen
- Antragstellung (Beihilfe, Krankenkassen, Renten)
- Private Betreuung etc.



Heribert Brunstein
-Verwaltungsfachwirt-

Ostermannstraße 16
59505 Bad Sassendorf
Telefon: 0171/ 1 425 118

Mail: behoerdenfuchs@gmail.com
Internet: www.behoerdenfuchs.com

**40 Jahre Berufserfahrung garantieren
die notwendige Kompetenz!**



Mein simplosophisches Kaleidoskop

Das Leben ist viel interessanter, als man so beiläufig glauben mag. Man muss nur richtig hinschauen. Und die richtigen Instrumente nutzen. Da ist es zum Beispiel hilfreich, die Ungereimtheiten des Lebens in Verse zu fassen. Hochgestochenes erweist sich dann oft als äußerst simpel, und das Einfache kann sich als Weisheit von philosophischem Rang entpuppen.

In dieser Rubrik sind schon seit einiger Zeit keine Verse mehr aus Kalau erschienen. Dabei ist Kalau – wie wir bereits aus zwei Besuchen dort wissen – ja eigentlich überall. Ersparen wir uns also einen direkten Besuch in der heimlichen Hauptstadt der Simposophie und schauen uns einfach in unserer Umgebung um:

Auf und davon

*Ich hatte bis zum Tage immer,
als mir die Birne durchgebrannt,
genügend Licht im Arbeitszimmer.
Im Dunkeln hab ich dann erkannt,
dass sie's wohl leid geworden ist,
in diesem Zimmerchen, dem engen,
in ihrer Fassung freudlos-trist
einfach nur so rumzuhängen.
Doch traurig endete die Tour,
wie wenig später ich entdeckte,
ich fand am Boden sie im Flur,
dort, wo sie fassungslos verreckte.*

Niederer Adel

*Ich trage eine echte güld'ne Krone
und bin kein König oder Edelmann –
ich trag sie nur, dieweil ich ohne
schlecht beißen kann!*



Dauerausrede

*Auch Krebse haben mal ein Date,
doch Fräulein Krebs ist meist zu spät
am Treffpunkt, was er sehr beklagt
und so per Handy nach ihr fragt.
Darauf hört er zum x-ten Male:
„Ich werf' mich eben noch in Schale!“*

Abgeblitzt

*Gemeinhin freuen Schüler sich,
wenn der Lehrer sie versetzt.
Nur Tina gab es einen Stich
ins Herz, sie war zutiefst verletzt.*

Fluss-Frust

*Wer möchte in Hannover schon
ein Hund sein, um sich monoton
zu vertreten dort die Beine
stets und ständig an der Leine?*



Scheibenkleister

*Versagt beim Kleben Pattex-Gel,
dann hilft dir auch kein Haftbefehl.*

Nicht tranig

*Mein Rapsöl spielt mit mir Verstecken,
was mehrfach wöchentlich passiert.
Ich kann es meist nur schwer entdecken:
Kein Wunder, es ist raffiniert!*

Diskussionsbedarf

*Von allen Themen, die da wären,
ist „Abwasser“ zuerst zu klären*

Rudolf Köster



Dass die alte Hansestadt Soest schon immer mit der Seefahrt verbunden war, ist hinlänglich bekannt. Weniger bekannt ist die Tatsache, dass während des II. Weltkrieges ein U-Boot der deutschen Kriegsmarine mit dem Bugwappen der Stadt Soest in See gestochen ist. Die Entstehungsgeschichte dazu ist folgende:

Der am 31.03.1920 in Torgau/Sachsen geborene Hans-Norbert Schunck besuchte nach der Versetzung seines Vaters nach Soest bis zum Sommer 1938 das Archigymnasium.

Am 01.10.1938 trat er nach dem Abitur als Offiziersanwärter in die Kriegsmarine ein. Nach der Ausbildung zum Wachoffizier auf Unterseebooten wurde er im Juni 1941 1. Wachoffizier auf U 554 (Typ VIIC, Indienststellung Januar 1941). Weitere Verwendungen und Einsätze auf verschiedenen U-Booten folgten.

Inzwischen zum Oberleutnant zur See befördert, übernahm er am 10. August 1943 das Kommando über das VIIC-Boot U 348 und durchlief mit Boot und Besatzung zunächst die Einsatzausbildung bei der 8. U-Flottille in Danzig.

Bis zur Indienststellung des Bootes am 15. Oktober 1943 hatte sich der Kommandant Schunck um die Übernahme der Patenschaft seiner Stadt Soest bemüht, womit er letztendlich auch Erfolg hatte. U 348 erhielt das Stadtwappen, das fortan an der Bugspitze des U-Bootes montiert war.

Nach sechs Einsätzen im Nordatlantik und in der Ostsee wurde das Boot während eines Werftaufenthalts in

Hamburg-Finkenwerder bei einem Luftangriff am 30. April 1945 versenkt, zwei Besatzungsmitglieder kamen dabei ums Leben.

Das Bugwappen ging auf U 369 über. Die Übergabe des unbeschädigten Bootes an die Alliierten erfolgte am 09.05.1945. Damit begann für Kapitänleutnant Schunck die Kriegsgefangenschaft in England, aus der er am 20. März 1947 entlassen wurde, um sich als erfolgreicher Unternehmer mit Segelschule und Bootswerft am Chiemsee zu etablieren.

Er hatte das Bugwappen des Patenbootes der Stadt Soest noch vor der Übergabe von U 369 verstecken können und nahm es in seine Segelschule/Bootswerft mit, wo es jahrelang für alle ausgestellt war. Hans-Norbert Schunck verstarb am 8. März 2016 in Gollenshausen am Chiemsee. Leider ist der Verbleib des Bugwappens ungeklärt.

Die U-Boote der Klasse VIIC waren die meistgebauten U-Boote des II. Weltkrieges. Bis zum Kriegsende wurden 577 Einheiten fertiggestellt. Diese U-Boot-Klasse bildete für die deutsche Kriegsmarine das Rückgrat der Schlacht im Atlantik. 27491 U-Boot-Männer verloren ihr Leben, 736 Besatzungen wurden versenkt.

Das aufgestellte Originalboot U 995 (Klasse VIIC) liegt vor dem Marine-Ehrenmal in Laboe direkt an der Kieler Förde und kann auch besichtigt werden. Hier erhält der Besucher einen Eindruck von den Bedingungen an Bord von deutschen U-Booten des II. Weltkrieges.

Jochen Siering
(IGCS-Marineclub Soest)



**Hetys
Computerecke**

Liebe Leser!

Wer im Internet surft, landet irgendwann bei einer Suchmaschine! Am meisten genutzt wird Google. Sie ist die Nummer 1 unter allen Suchmaschinen und liefert Unmengen von Ergebnissen, bietet manchmal sogar viele Tausend Treffer an.

Darum ist es sinnvoll, die Suche nach bestimmten Begriffen, Bildern etc. einzugrenzen. Zum Beispiel durch das Anklicken der unter dem Suchfenster aufgeführten

Zuordnungen:



Darüber hinaus können Sie die Suchfilter noch erweitern. Ein Beispiel: Sie möchten Videos zur Geschichte der Weimarer Republik finden. In diesem Fall können Sie viel gezielter und schneller die richtigen Ergebnisse finden, wenn Sie die Kategorie **Videos** anklicken.

Möchten Sie ein Suchergebnis haben, das genau einen bestimmten Satzteil oder bestimmte aneinandergereihte Wörter enthält, so setzen Sie diese in Anführungszeichen. Möchten Sie beispielsweise den Text zum Lied **Wir wollen zu Land ausfahren** finden, so setzen Sie diesen Liedanfang in Anführungsstriche. Und wenn Sie dann noch nach den Anführungszeichen das Wort *Text* (diesmal ohne Satzzeichen) hinzufügen, liefert Ihnen Google den gesamten Text des Liedes in den Ergebnissen. Setzen Sie das Wort *Text* nicht dazu, bekommen Sie viele Variationen dieses Liedes sowohl als Video oder Noten usw.

Haben Sie im TV etwas Interessantes zur Bundestagswahl gehört und möchten dies noch einmal hören oder lesen, so fügen Sie im Google-Suchfenster ein: **site:ard.de Bundestagswahl**. War die Info von einem anderen Sender, so müssen Sie natürlich diesen benennen: z. B. **site:zdf.de**.



Es ist auch sinnvoll, bestimmte Wörter bei der Google-Suche auszuschließen, um zielgerichtete Ergebnisse angezeigt zu bekommen. Setzen Sie vor diese Wörter ein Minus-Zeichen (z. B. Soest -Gastronomie).

Umgekehrt kann die Angabe eines Plus-Zeichens bei Verwendung mehrerer Suchwörter ebenfalls zu guten Ergebnissen führen. (Versuchen Sie mal: +soest +park).

+ und - lassen sich natürlich auch kombinieren. Probieren Sie mal: **+jaguar +geschwindigkeit -auto**.

Können Sie mit einem Begriff nichts anfangen und möchten ihn gern erklärt haben, dann schreiben Sie z. B. in die Google-Suche: **define:Lugubrität**, und der Begriff wird Ihnen von Google erklärt.

Möchten Sie nur Ergebnisse in deutscher Sprache erhalten, so klicken Sie auf den Button **Suchfilter** und wählen *deutsche Sprache* aus. Hier können Sie auch den Zeitraum wählen, in dem nach Informationen gesucht werden soll.

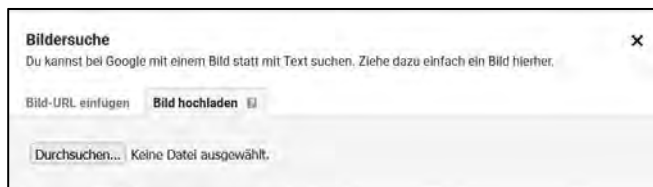
Es wird Sie vielleicht überraschen (oder auch nicht, weil Sie es schon kennen), dass man mit Google rechnen kann. Wenn Sie in der Suchzeile eintragen: **34,5*123,75**, erhalten Sie postwendend das Ergebnis. Auch bei Währungsumrechnungen ist Google behilflich: Geben Sie ein: **7 Euro in Dollar**.

Wollen Sie den aktuellen Wetterbericht anschauen, tippen Sie nur **Wetter** ein.

Gezielt Bilder suchen: Sie sollten den Begriff, der zu dem Bild (z. B. Weihnachtsglocken) passt, eingeben, **ok** anklicken und die Kategorie **Bilder** auswählen.

Darüber hinaus können Sie Bilder aus Ihrer Festplatte über den Button **Bild hochladen** und erkunden, ob dieses Bild oder ein ähnliches auf welchen Webseiten verwendet wird.

Sie erhalten folgendes Fenster:



Klicken Sie auf den Reiter **Bild hochladen**, dann auf den Button **Durchsuchen** und wählen Sie das entsprechende Bild von der Festplatte aus, nach dem Sie im Internet suchen wollen.

Wollen Sie explizit nach lizenzfreien Bildern suchen, klicken Sie auf das Zahnradsymbol (Einstellungen) am rechten Rand des Internetfensters und wählen dann **Erweiterte Suche**. Hier können Sie vielfältige Indizes

Richten Sie sich nach dem Browser, den Sie zum Surfen nutzen. Ich führe hier als Beispiel den **Firefox-Browser** an: **Geben Sie in die Adressleiste ein:**

www.duckduckgo.com

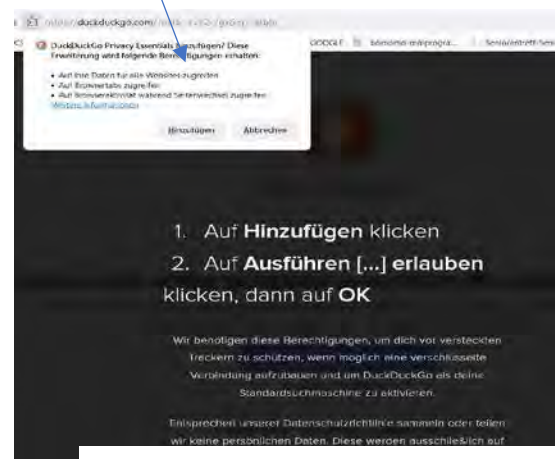
Es erscheint folgendes Fenster; klicken Sie den Button an:



setzen, die die Suchergebnisse entsprechend einschränken. Aber Vorsicht: Hier gibt es vielfältige Bedingungen, die an die Nutzung der Bilder geknüpft sind! Denken Sie bei Verwendung der Bilder immer daran, dass der Urheber des Bildes, das Sie ausgewählt haben, die Namensnennung verlangen könnte.

Ich möchte diesen Artikel nicht beenden, ohne zu betonen, dass es zu Google durchaus eine Alternative gibt: Die Suchmaschine **Duckduckgo** legt wesentlich mehr Wert auf Privatsphäre und Datenschutz als Google. Wenn Sie „Onliner*in“ sind, dann empfehle ich Ihnen, wie folgt vorzugehen:

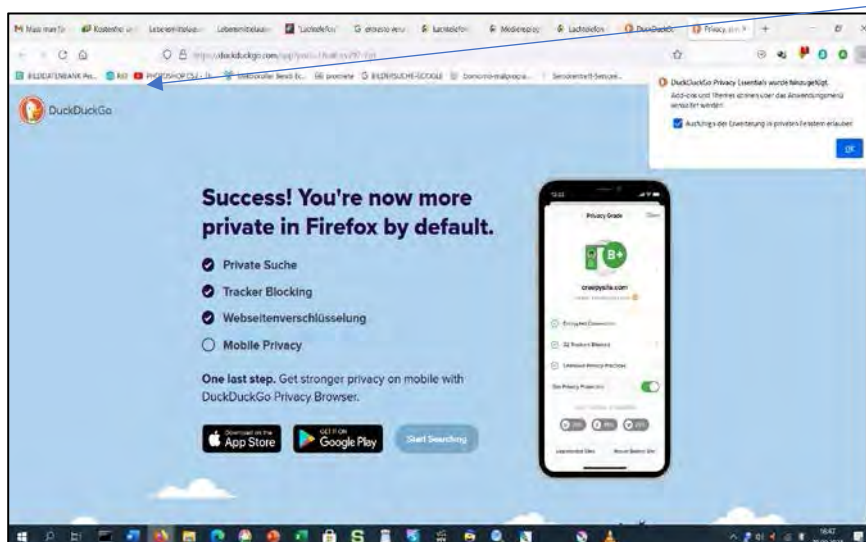
Ein weiteres Fenster öffnet sich; hier klicken Sie bitte an:



Wenn Sie nun auf die Ente links oben klicken, öffnet sich die Suchmaschine und Sie können Ihre Begriffe, nach denen Sie suchen wollen, eingeben.

Die Suchmaschine ist Google sehr ähnlich und fast in gleicher Weise zu bedienen. Mit dem Unterschied, dass Duckduckgo keine persönlichen Informationen und IP-Adressen sammelt und mit Cookies sparsam umgeht.

Hety Büchte
(Foto: Hebi B./Pixabay)



Füllhorn:



Es muss unter die Leute!

Dabei helfen ehrenamtlich Damen und Herren, die das Soester Bürgermagazin am Rathaus abholen und Exemplare zu den einzelnen Einrichtungen (Arztpraxen, Apotheken, Krankenhäusern, Banken, Begegnungsstätten, VHS, Stadtbücherei, Seniorenbüro, etc.) bringen. Hier ist das **Füllhorn** allen interessierten Leser*innen kostenlos erhältlich.

Wäre das eine Aufgabe, bei der Sie uns behilflich sein möchten?

Auf Ihren Anruf oder Ihre Mail freut sich:
Petra Arlitt, Seniorenbeauftragte Stadt Soest
0 29 21 – 103-2212, (p.arlitt@soest.de)

Foto: Ctker-Free-Vector-Images/Pixabay



Wenn der Alltag zuhause manchmal schwerfällt.

Egal, wann Sie uns brauchen, wir sind für Sie da.

- Betreuung zuhause
- Begleitung außer Haus
- Hilfen im Haushalt
- Unterstützung bei der Grundpflege
- Entlastung pflegender Angehöriger

Den Zeitumfang bestimmen Sie.

Kostenfreie unverbindliche Beratung.

Rufen Sie uns an! Tel. 02921 35485 -40

soest@homeinstead.de

www.homeinstead.de

Jeder Home Instead Betrieb ist unabhängig und selbstständig. © 2019 Home Instead GmbH & Co. KG

Kosten-
übernahme
durch alle
Pflegekassen
möglich.

**Home
Instead®**
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

Neues aus der Redaktion

Das Füllhorn freut sich über ein neues Gesicht in der Redaktion



Füllhorn: Natürlich interessiert unsere Leser besonders, welche Beziehung Du, liebe Inge, zur heimlichen Hauptstadt Westfalens hast.

Inge Thomas: Soest kannte ich nur von einem Besuch mit Freunden, und das ist schon eine Weile her. Gelebt habe ich 30 Jahre in Hadamar. Das ist ein kleines hübsches Städtchen in der Nähe von Limburg an der Lahn. Wir hatten da ein Haus mit schönem Garten. Aber die Arbeit in Haus und Garten ist uns doch ein bisschen viel geworden. Also haben wir darüber nachgedacht, wie unser letzter Lebensabschnitt aussehen soll. Es sollte in Richtung Essen gehen, wo unsere besten Freunde wohnen. Wir sind dann mit unserem Wohnmobil durch das Münsterland getourt und irgendwann sind wir in Soest gelandet. Im Lamäng haben wir zu Mittag gegessen. Beim Blick über den wunderschönen Marktplatz kam mir dann der Gedanke: „Hier könnte ich gut leben“. Aus dem Gedanken wurde ein Entschluss und so verkauften wir unser Haus und wohnen nun nach einem kurzen Intermezzo in Soest in Bad Sassendorf. Aber auch Soest ist eine heimliche Liebe geblieben.

Füllhorn: Du bist über einen sehr ungewöhnlichen Weg zur Redaktion gestoßen. Die redaktionelle Mitarbeit hat sich aus

einem ganz anderen Hilfsangebot von Dir ergeben. Wie war das eigentlich?

Inge Thomas: Bei „Latschen und Tratschen am Dienstag“ bekam ich zum ersten Mal das Füllhorn in die Hand und las davon, dass Helfer zum Verteilen gesucht werden. Als Ansprechpartnerin wurde mir im Seniorenbüro Hety Büchte genannt, mit der ich mich zu einem Termin im Eissalon Venezia in Bad Sassendorf verabredete. Sympathie war von meiner Seite gleich da, und als Hety mich fragte, ob ich mir vorstellen könnte, auch in der Redaktion mitzuarbeiten, habe ich gerne zugesagt.

Füllhorn: Als wir Dich dann aufgrund dieses Angebotes zum Kennenlernen in die Redaktion luden, haben wir einhellig festgestellt, dass Du gut zu uns passt, und dann nachgefragt, ob Du als Einstieg bei uns ein Rezept für das Weihnachts-Menü beisteuern möchtest. Dein spontanes „Ja, gerne!“ hat uns gezeigt, dass wir damit richtig lagen. Was hat Dich zu dieser Zusage bewogen?

Inge Thomas: Fürs Altenteil fühle ich mich einfach noch zu jung. Ich empfand das Angebot als eine reizvolle Herausforderung. Und als begeisterte Köchin freue ich mich darauf, Menü-Rezepte über das Füllhorn weitergeben zu können.

Füllhorn: Dabei muss es ja nicht bleiben. Keiner von uns ist auf eine Textsorte festgelegt. Wir alle haben ja schon von Jugend an geschrieben: in der Schule, dann beruflich oder in persönlichen Briefen. Manche führen ein Tagebuch oder betätigen sich als Hobby-schriftsteller. Wie war das denn bisher bei Dir?

Inge Thomas: Mit dem Schreiben hatte ich bis jetzt wenig zu tun, aber man kann ja bekanntlich auch im Alter noch dazu lernen, und das reizt mich auch. Ich kann mir zum Beispiel vorstellen, ab und zu einen kleinen Reisebericht zu schreiben. Wir sind mit unserem Wohnmobil viel unterwegs, meist in Deutschland oder dem nahen Ausland.

Füllhorn: Da sind wir gespannt, was auf uns und die Leser zukommen mag. Herzlich willkommen in der Redaktion, liebe Inge.

Rudolf Köster



Weihnachtsmenü

1. Weihnachtstag

Dill-Rahmpfannkuchen mit Forelle auf Gurkensalat

2 Eier, 2 TL Zucker, 200 ml Milch, 500 g saure Sahne, 300 g Mehl, 1 TL Natron, Salz, Pfeffer, 8 St. Dill, 600 g Salatgurke, 2 Zwiebeln, 4 EL Öl, 500 g ger. Forellenfilet, 2 EL Zitronensaft.

Eier und Zucker verquirlen, Milch, 200 g saure Sahne, Mehl, Natron, 1 Pr. Salz zugeben. Fein geh. Dill unterrühren, geschälte Gurke in dünne Scheiben hobeln. Restliche saure Sahne und Zitronensaft verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Gurkenscheiben unterziehen, Zwiebeln in Ringe schneiden, dazugeben. 1 EL Öl in großer Pfanne erhitzen, kleine Pfannkuchen ausbacken. Pfannkuchen, Forellenstücke mit Salat anrichten.

Schweinefilet im Blätterteig

2 Schweinefilets, Senf, Salz, Pfeffer, 200 g Bacon, 2 P. Blätterteig, 200 g Pesto Rosso, Öl.

Schweinefilet in Öl anbraten, aus Pfanne nehmen, mit Senf einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Bacon umwickeln. Blätterteig ausrollen, mit Pesto bestreichen, Filets in Blätterteig einrollen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Backofen vorheizen auf 180 Grad O/U (Umluft 160°); 20 - 25 Minuten backen.



Spinatklöße

300 g Blattspinat, 1 Zwiebel, Butter, Salz, Pfeffer, Muskat, 200 g Semmelklöße (Beutel).



Blattspinat auftauen, ausdrücken und grob hacken. Zwiebeln in Streifen schneiden und in Butter 2 Minuten anbraten. Spinat hinzugeben und mit Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken. Semmelklöße-Masse in eine Schüssel geben, mit 300 ml kaltem Wasser übergießen und 10 Minuten quellen lassen. Spinat zur Knödelmasse geben, durchkneten und daraus 8 Klöße formen. In siedendem Salzwasser 15 Minuten garen.

Lebkuchensoße

500 ml dunkles Bier, 300 ml Gemüsefond, Lebkuchengewürz, Salz, Pfeffer, ½ Staudensellerie-Stange (würfeln), 1 EL Tomatenmark, 3 Lorbeerblätter, 5 Wacholderbeeren, 2 EL dunkler Soßenbinder.

Selleriewürfel, Tomatenmark, Wacholderbeere und Lorbeerblätter anbraten. Mit Bier und Gemüsefond ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Lebkuchengewürz würzen. 10 Minuten köcheln lassen, dann mit Soßenbinder andicken. Durch ein Sieb geben und die Soße zu Schweinefilet und Spinatklößen anrichten.



Dessert mit Kirschen und Spekulatius



350 g Sauerkirschen (Glas), 40 g Zucker, 10 g Speisestärke, ½ TL Zimt, 160 g Spekulatius, 80 g weiße Schokolade, 200 g Schmand, 160 g Frischkäse, 1 TL Vanillezucker, 200 g Schlagsahne, Waffelröllchen, Zartbitterschokolade.

Sauerkirschen mit Saft, Speisestärke, Zucker und Zimt verrühren. Aufkochen und dann abkühlen lassen. Spekulatius fein zertrümmern. Weiße Schokolade in der Mikrowelle ca. 10 Minuten schmelzen und dann abkühlen lassen. Schmand, Frischkäse, Vanillezucker und weiße Schokolade miteinander verrühren. Schlagsahne steif schlagen und unter die Schmand-Masse rühren. Sauerkirschen, Creme und Spekulatius abwechselnd in Dessertgläsern schichten. Mit Creme enden. Mit Waffelröllchen und geraspelter Schokolade garnieren.



Weihnachtsmenü

2. Weihnachtstag

Kartoffelpuffer mit Lachs und Krabben



400 g Kartoffeln, Salz, Pfeffer, 1 Eigelb, 2 El Öl, 1 P. Räucherlachs, 100 g Creme fraiche, 1 P. Nordseekrabben, Dillblüten.

Kartoffeln schälen und grob reiben. Mit Eigelb verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in der Pfanne erhitzen, Kartoffelpuffer darin goldbraun ausbacken. Auf einem Teller anrichten und mit Räucherlachs, Creme fraiche garniert servieren.

Hirschgulasch mit Schwarzbiersoße

1 kg Hirschgulasch, 500 g Zwiebeln, 4 El Tomatenmark, 400 ml Schwarzbier, 4 Lorbeerblätter, 5 Wacholderbeeren, 400 ml Wildfond, Salz, Pfeffer, Paprika, Öl, 4 Stängel Thymian, 2 Knoblauchzehen.



Das Gulasch in Öl anbraten, salzen, pfeffern und mit Paprika würzen. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben, dann das Tomatenmark mitbraten. Mit Bier ablöschen. Wildfond und Thymian dazugeben. 1,5 - 2 Stunden köcheln lassen. Die Soße pürieren und eine halbe Stunde offen einköcheln.

Kartoffelpralinen



650 g Kartoffeln, 8 g Margarine, 30 g Tomatensoße, 2 Eigelb, 20 g Emmentaler, gerieben, Salz, Muskat.

Kartoffeln in Salzwasser garen. Etwas abkühlen lassen, dann schälen und stampfen. Anschließend mit Eigelb und Gewürzen verrühren, abschmecken und zu kleinen Kugeln formen. Auf ein gefettetes Backblech setzen und in die Oberfläche Vertiefungen eindrücken. Margarine zerlassen und die Kartoffeln damit bestreichen. Tomatensoße in die Vertiefungen geben und mit dem ger. Emmentaler bestreuen. Bei 180 Grad, ca. 12 Minuten backen.

Rosenkohl

1 kg Rosenkohl, Salz, Pfeffer, Muskat, 20 g Butter, ½ TL Zucker, 1 Zwiebel, ½ Tasse Fleischbrühe, 1 TL gehackte Petersilie.

Rosenkohl putzen und waschen. Butter im Topf schmelzen, Zucker und Zwiebelwürfel darin andünsten. Rosenkohl hinzufügen und 5 Minuten braten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Mit Fleischbrühe angießen und Rosenkohl 10 – 12 Minuten dünsten.



(Foto: GraphikMama-Team/Pixabay)



Weihnachtsmenü

2. Weihnachtstag

Lebkuchen-Tiramisu

200 g Lebkuchen, 300 ml Kirschsafft, 250 Mascarpone, 70 g Zucker, 2 Stangen Zimt, 5 Gewürznelken, 80 g Kakaopulver, 4 Eier.



Lebkuchen zerbröckeln, in Plastiktüte geben, mit Teigrolle mahlen und einen Teil in Auflaufform geben. Rest beiseite stellen. Eiweiß steif schlagen. Eigelb mit Zucker in einer weiteren Schüssel schaumig rühren, bis eine dickflüssige, cremige Masse entsteht. Mascarpone und Eischnee abwechselnd untereinander heben. Kirschsafft, Gewürznelken und Zimt in Topf aufkochen. Abkühlen lassen und einige Spritzer mit dem Löffel über die gemahlenen Lebkuchen geben.



Nun die Ei-Mascarpone-Creme über den Lebkuchen geben. Danach folgt wieder der zerbröselte Lebkuchen, Kirschsafft mit Löffel darüber träufeln. Auch die Ei-Mascarpone-Creme kommt nochmals darauf. So lange den Vorgang wiederholen, bis alles aufgebraucht ist. Mit Creme abschließen.

Über Nacht abgedeckt in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren mit Kakaopulver dekorieren.

Weihnachtskuchen mit Schwips

200 g weiche Butter, 200 g Zucker, 2 P. Vanillezucker, 4 Eier, 1 EL Kakao, 2 TL Zimt, 100 ml Glühwein, 250 g Mehl, 100 g Schokoraspeln 1 P. Backpulver, 200 g Sahne, 200 g Schmand, 1 P. Sahnesteif.

Butter, Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Eier unterrühren. Kakao, Zimt, Mehl und Backpulver mischen, abwechselnd mit dem Glühwein unter die Buttermischung rühren. Schokoraspeln unterrühren. In eine rechteckige, mit Backpapier ausgelegte Form geben. Im Ofen 30 – 35 Minuten bei 175 Grad backen. Auskühlen lassen und aus der Form nehmen. Sahne mit Vanillezucker, Zimt und Sahnesteif steif schlagen. Schmand hinzufügen, zu einer festen Creme schlagen. Auf dem Kuchen verteilen, mit Kakao bestreuen.



*Gutes Gelingen und guten Appetit
wünscht Ihnen Inge Thomas*





Veranstaltungskalender

Jeden Monat wiederkehrende Veranstaltungen

Uhr-zeit	Tag	Ge-bühr	Veranstaltungsort
	Jeden Montag		
10:30 – 10:45	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
14:00 – 17:00	Spielesachmittag mit Kaffee und Kuchen	3,00 €	Bruno-Gemeindehaus, Akazienstr. 16, Soest; Neuzugänge bitte anmelden bei Frau Wendt, 0178-3212298 Voraussetzung: 3 G (Geimpft, gene- sen oder aktueller Corona-Schnelltest
15:00	Walkingtreff		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden Dienstag		
10:00 – 13:00	Internet-Treff: Beratung, Unterstützung und Anleitung	2,50 €	Petrushaus, Petrikirchhof 10, Soest Ansprechpartnerin: Petra Runte, 02921-3620253
10:30 – 10:45	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
13:30 – 17:30	Doppelkopf		Begegnungsstätte Bergenthalpark
14:30 – 16:00	Senioren-Tanzgruppe (kein Paartanz)		Stadtteilhaus Soester Süden, Britischer Weg 13, Soest Ansprechpartnerin: Frau John
	Jeden zweiten Dienstag im Monat		
09:00	Seniorenfrühstück	3,00 €	Stadtteilhaus Soester Süden, Britischer Weg 13, Soest Ansprechpartnerin: Frau John
	Jeden dritten Dienstag im Monat		
15:00 – 18:00	RepairCafe hat geöffnet		Büro der Grünen, Soest Walburger-Osthofen-Wallstr. 1 Anmeldung Mail an: repair-cafe-soest@web.de
	Jeden Mittwoch		
10:30 – 10:45	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
	Alle zwei Wochen mittwochs		
15:00 – 17:00	Gedächtnistraining		Begegnungsstätte Bergenthalpark



Veranstaltungskalender

Jeden Monat wiederkehrende Veranstaltungen

Uhr-zeit	Tag	Ge-bühr	Veranstaltungsort
	Jeden zweiten Mittwoch im Monat		
08:30	Seniorenfrühstück	3,00 €	Bruno-Gemeindehaus Akazienstraße 16, Soest Anmeldung: 02921-72105 Frau Brinkbäumer
14:00	Internetcafe mit Hilfestellung Smartphone- und Tabletberatung		Begegnungsstätte Bergenthalpark
19:30	Tauschring-Treffen		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden dritten Mittwoch im Monat		
14:30 – 17:00	Bingo spielen mit Kaffeetrinken		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden vierten Mittwoch im Monat		
14:30	Filmcafé mit Kaffeepause		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden Donnerstag		
10:30 – 10:45	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
15:00 – 17:00	Gedächtnistraining		Begegnungsstätte Bergenthalpark
15:00 – 17:00	Internet-Treff: Beratung, Unterstüt- zung und Anleitung	2,50 €	Petrushaus, Petrikirchhof 10, Soest; Ansprechpartnerin: Petra Runte, 02921-3620253
	Jeden Freitag		
10:30 – 10:45	Wassergymnastik		AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest
13:30 – 17:30	Doppelkopf		Begegnungsstätte Bergenthalpark
15:00	Walking-Treff		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden ersten, dritten und fünften Freitag im Monat		
17:15	Gesprächskreis „Frauen ab 50“		Begegnungsstätte Bergenthalpark
	Jeden zweiten und vierten Freitag im Monat		
14:30	Malen mit Heidelinde Briedigkeit		Begegnungsstätte Bergenthalpark

Wichtige Information!

Als Besucher der Begegnungsstätte Bergenthalpark müssen Sie entweder vollständig geimpft, genesen sein oder einen aktuellen (48 Std.) negativen Schnelltest vorweisen.

Ansprechpartnerin:

Frau Petra Duling

☎ 02921-33111 oder 02921-63986

Termine „Latschen und Tratschen“

Dienstagsgruppe Treffpunkt: 14:30 Uhr: Am Vreithof/RathausTreppe	Mittwochsgruppe: Treffpunkt: 14:30 Uhr: Grandweg/Ecke Klosterstraße	Donnerstagsgruppe Treffpunkt: 14:30 Uhr: Am Vreithof/RathausTreppe
09.11.2021	10.11.2021	11.11.2021
23.11.2021	24.11.2021	25.11.2021
07.12.2021	08.12.2021	09.12.2021
21.12.2021	22.12.2021	22.12.2021
04.01.2022	05.01.2022	05.01.2022
18.01.2022	19.01.2022	19.01.2022
01.02.2022	02.02.2022	02.02.2022
15.02.2022	16.02.2022	16.02.2022
01.03.2022	02.03.2022	02.03.2022



Lina-
Oberbäumer-
Haus



Alten- und Pflegeheim

**Geborgenheit geben,
Sicherheit schenken,
Türen zur Geselligkeit öffnen...**

Alten- und Pflegeheim
„Lina-Oberbäumer-Haus“
Feldmühlenweg 17 - 59494 Soest
Tel.: 02921 371-250
info@lina-oberbaeumer-haus.de



Baujahr: 1984, Anbau: 2010
Modernisiert: 2011
Auszeichnungen: 2010 -
Feststellung der Verbraucherfreundlichkeit

Plätze - nur für Frauen:

- 72 Einzelzimmer
- 4 Doppelzimmer



Wohnformen:

- Leben in Hausgemeinschaften
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege

Pflegefachliche Schwerpunkte:

- Versorgung der Schwerkranken und Sterbenden auf der Basis der Palliative Care
- Betreuung von Frauen mit Erkrankungen aus dem dementiellen Formenkreis (Demenz, Alzheimer, etc.)

www.lina-oberbaeumer-haus.de

Zusätzlicher Veranstaltungstermin:
05.12.21 - 15:00 h
Adventsfeier für Senior*innen
Soester Stadthalle Dasselwall 1, Soest
Gebühr: 8,00 €
Kartenvorverkauf startet nach der Kirmes im Seniorenbüro



(Karikatur: Martin Zak)

Raten Sie mal.....



Kennen Sie Ihre Stadt?

Der Reiz eines Stadtpaziergangs liegt auch in den wechselnden Bildern, die sich dem Auge bieten. Der Blick durch die Kolonnaden, der Blick durch ein Gitter auf den dahinterliegenden Garten oder der Blick aus einer Gasse auf eine andere: All das nehmen wir beiläufig zur Kenntnis, ohne es wirklich bewusst wahrzunehmen.

Wer Soest kennt, wird die Bilder, die auf dieser Seite abgedruckt sind, verorten können. An den Vordergründen oder Hintergründen werden Sie den Ort der Aufnahme festmachen und mit dem Stadtplan vergleichen können.



Potsdamer Platz 2 nach Potsdamer Platz 3	
Haus Rathausstrasse 5 zum Rathaus	
Ressourcengasse zur Rathausstrasse	
Ueliksgasse Garten Steingraben 10	
Thomästrasse 1 nach Nikolaikapelle	
Marktstrasse 2 nach Nöttenstrasse 1	
St. Partrokli nach Rathausstrasse 13	
Rathaus nach St. Patrokli	

Ordnen Sie den Beschreibungen in der Tabelle die richtigen Zahlen auf den Bildern zu.

Schicken Sie bitte Ihre Lösung bis **Montag, 10. Januar 2022** an das **Seniorenbüro, Rathaus 1, Am Vreithof 8, 59494 Soest.**

Aus den richtigen Lösungen werden drei Gewinner*innen ausgelost, die vom Bürgermeister zum Nachmittagskaffee in das Burghofmuseum eingeladen werden.

Viel Spaß beim Raten!

Hans-Werner Gierhake



Auflösung des Rätsels aus Heft 3/2021

Kennen Sie Ihre Stadt?

Wenn Sie für das Rätsel die folgende Lösung gefunden haben, lagen Sie richtig. Dann haben Sie an der Verlosung der Gewinne durch das Seniorenbüro teilgenommen, die den Gewinnern inzwischen zugestellt wurden.

Der Witz war, dass einige der Postkarten Motive zeigten, die gar nicht mehr existieren. So gibt es den Schützenhof (E4) an der Werler Straße mit Teich zum Rudern schon lange nicht mehr. A7, Neu-St.-Thomae, sieht auch ganz anders aus, ebenso der Blick in den Grandweg. Da haben Krieg und Nachkriegszeit das Stadtbild arg verändert. Aber eine Stadt ist kein Museumsgegenstand, dessen Eigenschaften unveränderlich sind.

Bei der Postkartete „C“ ist der Blickwinkel auf dem Stadtplan etwas verrutscht, die grobe Richtung stimmt jedoch und war unverwechselbar.

SENIORENHEIM
Paulistraße



Paulistraße 1a - c
59494 Soest
Tel. 0 29 21/ 48 50
Fax 0 29 21/ 1 77 56

**Pflegenote
sehr gut**

Individuelle Pflege und Betreuung
in ruhiger Zentrums-lage von Soest.
www.seniorenheim-paulistrasse.de

Die Auflösung:

A	B	C		D	E	F	G
7	2	3		1	4	5	6

Wir hoffen, dass Ihnen das Rätseln auch dann Spaß gemacht hat, wenn Sie die Lösung nicht gefunden haben oder nicht zu den drei Gewinner*innen gehörten, die vom Seniorenbüro ein kleines Präsent erhielten.

**Das wünscht Ihnen ganz herzlich
Hans-Werner Gierhake**

Impressum

Herausgeber: Stadt Soest – Der Bürgermeister

Redaktionsteam: Hety Büchte, Ludmilla Dümichen, Hans-Werner Gierhake, Hannelore Jöhanning, Rudolf Köster, Dagmar Schindler, Eva von Kleist, Andreas Müller, Petra Arlitt (Seniorenbeauftragte der Stadt Soest)

Ihr Wohlbefinden ist unsere Aufgabe



Pflege zu Hause –
wir helfen Ihnen als
kompetenter Pflegedienst
Ihres Vertrauens!

Häuslicher Pflege- und Betreuungsdienst
59494 Soest · Höggenstraße 1
Tel. 0 29 21/ 22 77 · Fax 0 29 21/ 3 10 47
www.pflegedienst-duomed.de

Anschrift: „Füllhorn“, Seniorenbüro/Rathaus 1, Am Vreithof 8, 59494 Soest
Telefon: 02921-103-2202

Internet: www.fuellhorn-soest.de

Mailadresse: fuellhornredaktion@gmail.com

Fotos: Umschlag: Andreas Müller
www.Pixabay.com / www.Pixelio.com / www.wikipedia.com

Gestaltung Innenseiten: Hety Büchte

Das **Füllhorn** erscheint vierteljährlich. Sie erhalten das Heft im Seniorenbüro, Am Vreithof 8, und in einigen Soester Apotheken, Arztpraxen, Krankenhäusern, Geldinstituten, etc.
Gelesen wird das **Füllhorn** auch in Japan, Russland, Südafrika, Kanada, England u.a.m

HIER LACHT DAS FÜLLHORN



Unser Elektriker soll einen Kurzschluss reparieren. Er hantiert mit seinen Geräten und flucht lauthals. Meine Frau sagt: „Er hat den Schaden schon gefunden.“

Endlich wieder reisen! Auf der Reise nach England geht der Zöllner durch den Zug. Im dienstlichen Ton sagt er: „Alkohol, Zigaretten, Tabak?“ Eine mitreisende alte Dame sagt: „Das ist reizend. Aber ich hätte gerne Tee.“

Richter: „Angeklagter, nennen Sie uns den Namen Ihres Komplizen! „Niemals, den Namen meines Bruders brauche ich auch nicht zu verraten!“

Sonntagmorgen um 10 Uhr. Das Telefon klingelt bei den frisch Verheirateten. Die Mutter der Braut ist dran. „Mutti, warum störst du uns so früh?“ „Ich weiß, dass es früh ist, ich habe es ja auch nur ganz leise klingeln lassen.“

Eine Weihnachtsgeschichte: Der Pfarrer der Petrikirche und sein Sohn stellen den Weihnachtsbaum auf. Es will nicht gelingen. Immer steht der schief. Der Pfarrer und sein Sohn, Primaner vom Archi-Gymnasium, sind eben keine Handwerker. Da kommt der achtjährige Sohn und bemerkt naseweis: „Ostern ist einfacher, oder?“

Beim Kaffeeklatsch fragt eine der Frauen: „Führt dein Mann auch Selbstgespräche?“ „Ja, aber er meint, ich höre zu.“

Wir hatten Aktien gekauft. Nach dem Börsencrash frage ich den Berater bei der Sparkasse: „Ist das Geld jetzt wirklich weg?“ „Nein, das gehört jetzt nur jemand anderem.“

Arzt: „Ich denke, es liegt am Alkohol.“ „Dann komme ich wieder, wenn Sie nüchtern sind.“

Die Geschwister liegen morgens schon wach im Bett. „Wenn Mama nicht bald kommt, um uns zu wecken, kommen wir noch zu spät zur Schule.“

Unser Enkel feiert Sylvesterparty in Soest. Partygast Michael ist leicht verspätet. „Na, nicht gut durchgekommen?“ „Doch, eigentlich schon. Am Brenner etwas zähflüssig, aber dann nur noch Vollgas.“

Es gibt Menschen, die sammeln Flachwitze wie diesen: „Welche Enten sind besonders intelligent? – Die Studenten.“

Nach einer Reihe von Feiertagen gibt es einen heftigen Ehestreit. „Wenn du jetzt nicht . . . , springe ich aus dem Fenster. Und den Hund nehme ich mit!“ „Nein, der Hund bleibt hier.“

Ausgewählt von
Hans -Werner Gierhake

Füllhorn

Das Magazin für Soester Bürgerinnen und Bürger

In eigener Sache:

Wir freuen uns über Ihre Beiträge und auch über Ihr Feedback zu den Beiträgen im Füllhorn per Post:

„Füllhorn“ Seniorenbüro,
Am Vreithof 8, 59494 Soest
oder Mail:
fuellhornredaktion@gmail.com

Die Redaktion behält sich die Auswahl der Artikel vor.

