

ZUM
MITNEHMEN

Sicht

Ausgabe 26

Dezember 2005 /
Januar / Februar 2006

Von und für Seniorinnen und Senioren der Stadt Arnsberg

In unserer Stadt gibt es zur Weihnachtszeit viele schön geschmückte Kirchen.

Wer weiß, welche Kirche hier gezeigt wird?

- Ein Mann wie Stahl
- DRK-Jubiläum
- Weihnachten
- Eine seltene Begegnung
- „Arnsberger Senioren-Wegweiser“
- Messe „Bauen und Wohnen“
- Herdringen - Ein Dorf stellt sich vor!



Zu gewinnen gibt es den „Trüffel-Weihnachts-Kalender“ der Konditorei und Confiserie Kregel in Alt-Arnsberg.

Einsendeschluss ist deshalb der **10. Dezember 2005**.



INHALT

Glücksbringer	2
Ein Mann wie Stahl	3
Journalistenreise	4
Sehnsucht nach Arnberg	4
„Nicht mir sollt ihr danken, sondern Gott.“	5
Wie erlebte und überlebte man die Kriegs- u. Nachkriegszeit	6
Wohnanlage Hellefelder Straße	7
DRK-Jubiläum	8
50 Jahre aktiv im DRK	9
Es geht mir gut!	10
Muschelis Erlebnis	10
Weihnachten	11
Weihnachtskonzert	12
Heiligabend nicht allein	12
Freu dich, Erd u. Sternenzelt!	13
Ansprache einer Kerze	14
Auflösung des Bilderrätsels	14
Der Weihnachtsbaum	15
Eine seltene Begegnung	16
„Arnsberger-Senioren-Wegweiser“ ist da!	17
Messe „Bauen und Wohnen“	18
Gedanken	19
Die wechselvolle Geschichte	20
Über die verborgene Weisheit in den Märchen	21
Dienstleistungstauschbörse	22
Ein Buch geht auf die Reise	22
Herdringen - Ein Dorf stellt sich vor	23
Pinwand	24

Sicht ist eine Informationszeitung von und für Seniorinnen und Senioren der Stadt Arnberg.

Die abgedruckten Beiträge geben die Meinung eines Verfassers, einer Gruppe oder einer Institution wieder. Diese muss nicht der des Herausgebers entsprechen.

Redaktionsteam:

Anni Bauerdick-Latrich, Manfred Erk, Marita Gerwin, Sigrid Grobe, Otto Hesse, Bernd Kipper, Herbert Kramer, Helmut Plaß, Anneliese Welling, Waltraud Ypersiel

Koordinationsstelle „Leben im Alter“:
Marita Gerwin ☎ 02932 / 529054

Bürgermeisteramt -Pressestelle-:
Elmar Kettler

Layout: Petra Krutmann
Manfred Erk

Herausgeber:

Stadt Arnberg
Der Bürgermeister, Seniorenbüro
Rathausplatz 1, 59759 Arnberg

Im Internet unter:

[www.arnsberg.de/Leben im Alter/SICHT](http://www.arnsberg.de/Leben%20im%20Alter/SICHT)

Auflage: 6.400 Expl.

Glücksbringer gehören zum Neuen Jahr

Glücksbringer gehören zu Silvester und Neujahr.



An der Spitze steht das Schwein: Schon den Germanen war der Eber heilig. Das Schwein gilt als Symbol der Fruchtbarkeit und damit als Zeichen für Wohlstand und Reichtum. Wer über viel „Schwein“ verfügte, galt bei den Griechen und Römern als privilegiert und gut situiert.



Ein anderes Symbol ist der Schornsteinfeger. War früher der Kamin verstopft, so bedeutete das für den betroffenen Haushalt eine kleine Katastrophe. Der Schornsteinfeger kam da als Retter in der Not. Es konnte wieder gekocht und geheizt werden.

Er brachte das „Glück“ zurück. Und dann ist da noch der Glückspfeffig. Er ist ein Symbol für Reichtum. Verschenkt man ihn, so wünscht man dem Empfänger, dass ihm nie das Geld ausgeht.

Das Hufeisen erinnert an das Pferd, das seit jeher als Symbol für Kraft und Stärke angesehen wurde. Ein Hufeisen sollte am besten in jedem Haus an der



Wand oder besser noch über der Tür hängen. Aber bitte mit dem offenen Ende nach oben, sonst fällt das Glück heraus.

Und schließlich gilt noch das vierblättrige Kleeblatt als Glücksbringer. Es ist schwer zu finden. Die Legende sagt: Als Eva aus dem Paradies vertrieben wurde, nahm sie eines als Andenken mit. Wer darum ein solches Kleeblatt findet, hält ein kleines Stück vom Paradies in Händen.

Ganz zum religiösen Bereich gehört der Marienkäfer. Er gilt als Himmelsbote der Mutter Gottes, daher auch der Name.

Wenn er einem zufliegt, beschützt er die Kinder und heilt die Kranken.



Darum niemals abschütteln oder gar töten - das bringt Unglück.

Aber wo fliegen schon im Januar Marienkäfer?

Ein Mann wie Stahl - der Amboss ist sein Leben Auch im Ruhestand bleibt er seinem Ursprung treu

Bernd Kipper befragte Siegfried Schreiber

Herr Schreiber, vielen Dank, dass Sie der SICHT für ein Interview zur Verfügung stehen. Ich habe geglaubt, Sie im wahrsten Sinne des Wortes in Ihrem Ruhestand vorzufinden. Also, dass Sie sich um Ihr schönes Haus und den Garten kümmern und sich ansonsten einen guten Tag machen. Sie jedoch stehen am Amboss in der Schmiede, in der einen Hand eine Zange mit glühendem Stahl und in der anderen einen schweren Hammer. Mit Ihrer Muskelkraft bringen Sie so das Eisen in kunstvolle Formen.

Sie sind 69 Jahre alt, ist das Schmieden nach Ihrer Pensionierung zum Hobby geworden?

Nein, ich habe eine Schmiedelehre gemacht und auch zuerst in meinem Beruf gearbeitet.



Jedoch die Lebenswege verlaufen manchmal anders. Die Freude an dem alten Handwerk ist mir aber bis heute erhalten geblieben.

Welchen Beruf haben Sie früher ausgeübt?

Nun ja, ich bin in Hirschberg geboren und bin durch meine Frau nach Arnsberg gezogen. Wir haben vor rund 45 Jahren

geheiratet. Um eine Familie zu gründen, musste natürlich ein gutes Einkommen her. So habe ich umgesattelt und bin als Lastkraftfahrer auf Tour gewesen. Meiner Frau behagten jedoch die langen Abwesenheiten auf die Dauer nicht. So bin ich zur Berufsfeuerwehr der Stadt Arnsberg gekommen und nach dreißig Jahren pensioniert worden.

Jetzt haben Sie Zeit, Ihrem erlernten Beruf in Ihrer Freizeit erneut nachzugehen?

Wie schon gesagt, bin ich dem Schmiedehandwerk immer treu geblieben. In freien Stunden habe ich hobbymäßig in der Schmiede gewirkt. In diesem Beruf kann man den Hammer nicht weglegen und nach Jahrzehnten wieder anfangen. Neben Kraft gehört zur richtigen Formgebung des Stahls auch der Kopf, das „Gewusst wie“.

Haben Sie neben der Schmiedekunst weitere Aktivitäten?

Zu Hause mit Haus und Garten ist natürlich immer etwas zu tun, aber meine Frau unterstützt mich sehr und so habe ich meinen Freiraum für die Betätigung in der Schmiede. Gerne gehe ich zur „Arnsberger Liedertafel“ zum Singen, hierdurch finde ich auch einen anderen „Klang“ in der Kreativität.

Sie geben Ihre Passion für das Schmiedehandwerk weiter?

Das sind große Worte, natürlich



liegt mir die Weitergabe um das Wissen an dem alten Handwerk sehr am Herzen. Wir stehen hier in der Werkstatt „Zum Eisenhammer“ unterhalb von Rumbek. Der Inhaber ist Uwe Kramer, 24 Jahre alt, und ich bin stolz, so eine Art Ziehvater für ihn gewesen zu sein. Wir lernten uns bei einem der „Arnsberger Kunstsommer“ vor rund zehn Jahren kennen. Ich erkannte seine Veranlagung und sein großes Interesse. Da ich den Jungen fördern durfte, erlernte dieser nach seinem Abitur auch das Schmiedehandwerk und ist heute selbstständiger Meister.

Herr Schreiber, haben Sie Wünsche für die Zukunft?

Ich möchte hoffen, dass ich gesund bleibe und dadurch möglichst lange hier noch schmieden kann.

Kein Wunsch, aber ich möchte jedem Pensionisten empfehlen, dass er aktiv bleibt und dadurch fit und zufrieden sein Alter erleben kann.

Journalistenreise der Robert Bosch Stiftung

Herbert Kramer

Täglich schreiben sie Berichte,
teils posi als auch negativ.
Dann hörten Sie von der Geschichte,
als man sie nach Arnsberg rief.

Da gibt's Senioren, hat's geheißten,
die prüft, und fühlt 'se auf den Zahn.
Mit falschen Zähnen, die noch beißen,
da recherchiert, gesagt, getan.

Dann kamen sie, bunt, von der Presse,
nicht irgendwelche, sondern erste Wahl,

schon vorgewarnt, voller Interesse,
es waren vierzehn an der Zahl.

Sie konnten sich jetzt überzeugen,
das Netzwerk, ja, das gibt es so.
Der Wahrheit musste man sich beugen,
denn gleiches sah man nirgendwo.

Sie lobten und notierten munter,
was stellte sich den Augen dar,
ein Reigen war's, ein kunterbunter
und nicht gelogen, sondern wahr.

Sehnsucht nach Arnsberg

Aus dem Nachlass von Revierförster Franz Keim

Nur in Arnsberg möcht' ich
wohnen,
nur in Arnsberg möcht' ich
sein,
wo der Berge lichte Kronen
glühn im Abendsonnenschein.
Wo die alten Häuser stehen,
wo mich grüßt manch traut
Gesicht.
Dahin, dahin möcht' ich
gehen,
lasst mich in der Fremde
nicht.

Nur in Arnsberg will ich leben,
wo die lieben Eltern mein.
Dahin zielt mein ganzes
Leben.
Dort bin niemals ich allein.
Wo die altbekannten Straßen,
wo der Wald im dunklen Grün,
wo die winkeligen Gassen,



Foto: Manfred Erk

dahin, dahin lasst mich ziehn.
Nur in Arnsberg möcht ich
ruhen,
ruft der Herrgott mich einst
ab.
Wollt ihr meinen Willen tun,

legt mich in der Heimat Grab.
Wenn die Glocken es
verkünden,
und die Erde deckt mich zu,
werd ich meinen Frieden
finden.

„Nicht mir sollt ihr danken, sondern Gott. Ich bin nur sein Diener.“

Sigrid Grobe

... ein besonderer Mann muss er schon gewesen sein, der heilige Nikolaus aus der Hafenstadt Myra in der Türkei, der sein Vermögen großzügig unter die notleidende Bevölkerung verteilte und ein großes Herz für die Kinder hatte.

Wir kennen die vielen überlieferten wundersamen Geschichten aus dem Leben des Bischofs Nikolaus, in denen er uns die Botschaft ans Herz legt:

„Was ihr für hungrige Menschen tut, das wird euch nicht zum Schaden werden.“

Das war vor ca. 1.600 Jahren, als der heilige Mann die Aufgabe uns als Erbe hinterließ, in seinem Sinne weiterzuwirken. Noch immer sind seine Spuren sichtbar. Noch heute gibt es viele Menschen, die selbstständig oder in den verschiedensten Organisationen diese von ihm vorgelebte Nächstenliebe ausüben.

Deshalb möchten wir heute einen Mann vorstellen, der sich ganz besonders von St. Nikolaus angesprochen fühlt. Er hat sogar seinen Namen in die Wiege gelegt bekommen: Es ist Thomas Nikolaus aus Neheim. Thomas Nikolaus macht seinem Namen und seinem Namensgeber alle Ehre. In Zusammenarbeit mit seiner Frau Karin und dem Förderver-

ein Alba Iulia, unter Leitung des Vorsitzenden Heinz Heppelmann und weiteren Helfern, nimmt er seit 1991 die Mühe auf sich,

gefahren und dort mit großer Dankbarkeit entgegengenommen. Besonders werden bedürftige ältere Menschen



Foto 1986

... es mag sein, dass es so war, es mag sein, dass es nicht so war, wer weiß das schon ... Doch dieses Foto zeigt, wie St. Nikolaus dem **Herrn Thomas Nikolaus** aus Neheim die Aufgabe überträgt, in seinem Namen die Werke der Nächstenliebe weiter zu tun. Thomas Nikolaus war bewegt und setzte eine Bewegung in Gang.

Hilfsgütertransporte nach Alba Iulia, der rumänischen Partnerstadt Arnsbergs, zu befördern. Dort werden die gespendeten Sachen sowie Kleidung für Groß und Klein, Bettwäsche, Möbel, Spielsachen, Medikamente und Vieles mehr sortiert und an Bedürftige verteilt. Medizinische Hilfe wurde geleistet. Außerdem fand ein Ärzteaustausch statt. Schon häufig berichtete die heimische Presse über die Aktionen.

Um die Transportkosten, die nicht unerheblich sind, so gering wie möglich zu halten, werden die Güter mit einem rumänischen LKW auf dem Rücktransport in die Partnerstadt

bedacht die in großer Armut leben.

Er hat die Nachricht von St. Nikolaus aus der längst vergangenen Zeit verstanden, der Herr Nikolaus aus unserer Zeit. Da gibt es keinen Unterschied. Er tut es seinem großen Vorgänger gleich zusammen mit vielen Helfern. Ohne große Worte zu verlieren, lebt er die Nächstenliebe weiter. Dafür sei ihm herzlich gedankt - und weiterhin viel Freude an seinem Engagement gewünscht. Gedankt sei auch hiermit im Namen des Fördervereins den vielen Spendern von Geld und Waren. Ohne sie wäre die soziale Arbeit für Rumänien nicht möglich!

Wie erlebte und überlebte man die Kriegs- und Nachkriegszeit

Anni Bauerdick-Latrich, Anneliese Welling

Die SICHT traf sich mit einer 93jährigen Dame, die von 1942 bis 1949 bei der Amtsverwaltung tätig war.

Sie stellt sich kurz vor: „Ich habe nur wenige Jahre dort gearbeitet. Vorher war ich als Verkäuferin im Einzelhandel tätig. Bedingt durch Personalknappheit kam ich zum Amt Hüsten. Mein Aufgabenbereich war Entgegennahme und Kontrolle der auf Zeitungspapier geklebten Lebensmittelmarken, die dann zum Amt Hüsten gebracht und durch mich geprüft wurden. Die Geschäftsleute erhielten für die abgelieferten Marken im Gegenzug Bezugsscheine zum Erwerb neuer Ware.“

„Gab es auch Beanstandungen?“ „Sicher, die Kontrolle zählte zu meinen Aufgaben. Meine Arbeit wurde von einer Zweigstelle des Landesernährungsamtes Unna überprüft.“

„Geschummelt konnte nicht werden?“ Unsere Zeitzeugin schmunzelt.

Übrigens, die Rationalisierung der Lebensmittel begann mit Kriegsanfang, September

1939. Von der Vorbereitung zur Rationalisierung hatte die Bevölkerung nichts erfahren. Sie war völlig überrascht, das galt auch für die Geschäftsleute.



Allmonatlich kamen neue Lebensmittelmarken heraus; sie wurden in Gastwirtschaften und anderen Orten ausgegeben. In Müschede war es die Gaststätte Voss. In anderen Ortsteilen sollen sie zugestellt worden sein.

In Pferdemetzgereien bekam man die doppelte Ration. War ein Ross geschlachtet, saßen Leute in warme Decken gehüllt und warteten vor der Ladentür, bis der Verkauf stattfand.

Und der Schwarzmarkt? „Da gab es sogar Schweine mit zwei Köpfen,“ erzählt unsere Zeitzeugin. „Wie das?“ „In einem der Haushalte war geschlachtet worden. Die Hausgehilfin kam früher als erwartet; sie war ganz erstaunt, dass es sogar in Müschede Tiere mit zwei Köpfen gab.“

Die Bauern hatten alle Milch abzuliefern, sogar die Zentrifu-

gen und Butterkiärrnen. „Wurde auch Ziegenbutter bewirtschaftet?“ „Natürlich nicht. Die Butter wurde mit Möhrensaft „veredelt“, um sie farblich der Kuhbutter anzugleichen; die Milch war sehr nährstoffreich. Dagegen war Seife, Sand- und Schwimmseife, rationiert. Zusätzliche Seife stellte man aus Knochen her, Öl aus gepressten Bucheckern, Kaffee aus gerösteter Gerste.“ Soldaten im Urlaub holten sich Marken von der zuständigen Versorgungsstelle.

„Und wie war es mit Bekleidung und Schuhen?“ „Damit hatte ich selber nichts zu tun.“

„Wie war es bei Familienfeiern, zu Weihnachten?“ „Ende 1948 bekam man auf Marken kaum noch etwas. Die Zuteilungen wurden mehr und mehr gekürzt. Parallel dazu blühte der Schwarz- und der Tauschhandel: Man „kompensierte“ Zigaretten mit Lebensmitteln, vorausgesetzt, man selbst war Nichtraucher.“

Die Reichsmark hatte nur noch wenig Kaufkraft. Mit der Währungsreform am 20. Juni 1948 gab es zwar noch Marken; sie hatten zum Teil an Wert verloren. Im Februar 1949 kamen die letzten Marken zur Verteilung.

Die SICHT bedankt sich bei unserer Zeitzeugin für die aufschlussreichen Informationen. Ihr Erinnerungsvermögen war beeindruckend. Dies sollte Sie, liebe Leserinnen und Leser motivieren, Ihre besonderen Erlebnisse niederzuschreiben.

L 11 516	Ao Ao Ao Ao	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn
L 11 507	Ao Bo Bo Bo	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn
L 11 517	H Bo T36 T35	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn
L 11 518	G	500 g	500 g	500 g	500 g
L 11 519	FETT R 44	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn
L 11 520	BUe BU 405g	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn
L 11 521	S C B A	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn
L 11 522	Fleisch 27	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn
L 11 523	Fleisch 25	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn
L 11 524	Fleisch 22	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn	11 Zehn

Senioren-Wohnanlage Hellefelder Straße

Herbert Kramer

In gediegener Ausführung, sowohl im Innen- als auch im Außenbereich, präsentiert sich die Senioren-Wohnanlage Hellefelder Straße. Nach zweijähriger Bauzeit wurde sie in einer kleinen Feierstunde ihrer Bestimmung übergeben. Der Investor Thomas Flötotto schilderte mit launigen Worten die seinerzeit vorgefundene wenig einladende Baufläche, die, wie das Bild zeigt, harmonisch gestaltet wurde. Bevor die Wohnungen bezugsfertig waren, wurde in Gesprächen, Beratungen und Workshops die Philosophie entwickelt. Der Grundgedanke: Die Bewohner bleiben aktiv und setzen sich getreu dem Motto „gemein-

sam statt einsam“ für die Anlage und ihre Bewohner ein. Nach einer kurzen Besichtigung gratulierte Bürgermeister Hans-Josef Vogel und betonte, dass dies ein gelungenes Beispiel ist für neue Lebensformen im Alter. Das Lob des Bürgermeisters, hier einen Investor mit Herz, Seele und Verstand vor sich zu haben, war gewiss nicht übertrieben. Der kirchliche Segen beendete eine eindrucksvolle Feierstunde.

Die SICHT überzeugte sich von der Qualität der Wohnungen. Seit einem halben Jahr sind sie alle belegt. Die Aussage einer Mieterin: „Ich be-



reue keine Minute, seit ich hier wohne!“ bestätigt, dass das Konzept Hilfe zur Selbsthilfe in diesem Projekt als positiv zu bewerten ist.

Mauern

Waltraud Ypersiel

Mauern
von Menschen errichtet.
Mauern trennen
Menschen von Menschen,
Häuser von Häusern,
Bäume von Bäumen,
Länder und Völker.
Mauern
werden errichtet
zum Schutz,
aus Angst.

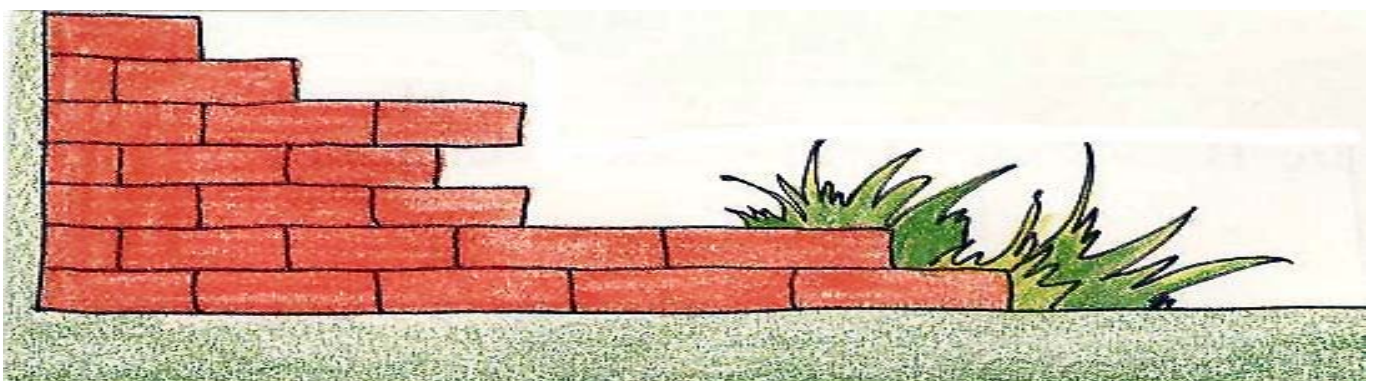
Wir mauern auch,
um nicht zu zeigen,
was uns quält,
was uns verletzt,
was uns bewegt.

Nur keine Gefühle zeigen.

Mauern?

Die Menschen bauen
zu viele Mauern
und zu wenig Brücken.
1989 ist eine große Mauer
gefallen.

Machen wir weiter -
und öffnen die Mauern
in unseren Herzen
und Gedanken.



DRK-Jubiläum

Mitgründerin: Waltraud Kleine-Cosack

Heinz Koerdt

Zu den aktiven und engagierten Mitgründern des DRK-Ortsvereins Neheim-Hüsten, der im Jahr 2005 sein 100jähriges Bestehen feiern konnte, gehörte 1955 Frau Waltraud Kleine-Cosack. Im damaligen ersten Vorstand war sie verantwortlich für die Leitung der Frauenarbeit und des Sozialdienstes. Über 30 Jahre nahm die heute 93jährige mit großem persönlichen Einsatz die vielfältigen Aufgaben wahr. Bis heute verfolgt sie die Entwicklung der DRK-Gemeinschaft in ihrer Heimatstadt. Noch gut erinnert sie sich an die schwierigen Nachkriegsjahre und an das, was damals an Hilfe notwendig war.

„Ich habe diese ehrenamtliche Arbeit aus innerer Überzeugung stets gern geleistet. Sie hat mir Freude gemacht und war für meine Lebenserfahrung mit prägend“, erzählt die rüstige Seniorin aus der angesehenen Neheimer Unternehmerfamilie. Vorbild war damals auch ihre Mutter, Thea Cosack, die sich schon 1947 als Vorsitzende der passiven Mitglieder für die Ziele des DRK einsetzte.

Nach dem Zweiten Weltkrieg war die Betreuung und Unterstützung von Flüchtlingen, Aussiedlern und Spätheimkehrern Schwerpunkt der Sozialarbeit. Hilfe erhielten ebenso ältere und alleinstehende Menschen. Lebensmittel, Bekleidung und Artikel für den täglichen Gebrauch aus vielen Care-Paketen, die hilfsbereite Menschen aus den USA schickten, erleichterten das Überleben.

Rund 25 Frauen, von denen einige selbst von harten Schicksalsschlägen betroffen waren, machten im DRK-Sozialdienst mit. Sie waren zuvor zu Schwesternhelferinnen ausgebildet worden. Neben



den materiellen Hilfen suchten und fanden die Menschen beim DRK auch Gelegenheit zum Gespräch und Meinungsaustausch. Treffpunkt für die regelmäßig stattfindenden Unterhaltungsnachmittage waren Räume im ehemaligen Ledigenheim der Stadt am Hilsmanring. Mehrere Jahre stellte Waltraud Kleine-Cosack zudem Räume in ihrem Haus an der Burgstraße zur Verfügung. Nach einer Übergangszeit in der ehemaligen Friedensschule befindet sich die DRK-Unterkunft seit 1974 am Alten Graben, hinter dem Feuerwehrgerätehaus.

Zur Festigung der seelischen und körperlichen Gesundheit der Menschen organisierte das DRK Mütterkuren sowie Erholungsaufenthalte für Senioren und Kinder. In Tanz- und Gymnastikgruppen brachten Bewegung und Musik viel

Freude und schafften Abstand zum harten Alltag, erinnert sich Waltraud Kleine-Cosack. Für sie waren die Jahrzehnte im Dienste des DRK, die einer großen Zahl hilfsbedürftiger Menschen das Leben ein wenig erträglicher machten, „eine Zeit, die ich nicht missen möchte“. Dies nicht zuletzt auch, weil ihr Ehemann und die Familie sie unterstützten.

Zur Vollendung ihres 90. Lebensjahres im August 2002 schrieb Ortsvereinsvorsitzender Alex Paust im Glückwunschschreiben u.a.: „Insbesondere in den schwierigen Jahren der Nachkriegszeit haben Sie als Leiterin des Sozialdienstes vielen in Not geratenen Mitmenschen mit großem Einfühlungsvermögen geholfen und ihnen wieder Mut gemacht. Aufgrund der Ihnen allseits entgegengebrachten Wertschätzung und Ihres hohen Ansehens haben Sie darüber hinaus immer wieder Spender für die vielfältigen Aufgaben des DRK gewinnen können. Diese Lebensleistung war Vorbild und Ansporn für unsere Mitglieder und bleibt unvergessen.“

Das soziale Engagement von Waltraud Kleine-Cosack wurde im Dezember 1968 mit der Verleihung des DRK-Ehrenzeichens gewürdigt.

Am 17.03.1980 erhielt sie den Ehrenring der Stadt Arnsberg und am 06.10.1980 überreichte ihr Landrat Rolf Füllgräbe das vom Bundespräsidenten verliehene Bundesverdienstkreuz.

50 Jahre aktiv im DEUTSCHEN ROTEN KREUZ



Anni Bauerdick-Lattrich und Anneliese Welling



Seit fünfzig Jahren ist ein Arnsberger Trio - Isolde Plahs, Bärbel Weiß, Roswitha Wehmeyer - aktiv im DRK.

Nach dem Motto „Früh übt sich, was eine Meisterin werden will“ haben sich die drei Damen ehrenamtlich im bürgerschaftlichen Engagement seit Dezember 1955 eingebracht. Sie gehören auch heute dem Arnsberger DRK-Leitungsteam an und sind dort innovativ tätig.

Wer kennt sie in Alt-Arnsberg nicht? Sie sind immer zu finden, wenn Not am Mann ist. Beim Blutspendetermin haben wir sie erlebt, wenn sie uns zur Stärkung nach der Blutentnahme den reichlichen Imbiss servierten oder uns ein kleines Pflasterchen als Präsentchen oder sogar eine Anstecknadel oder nach 25 Spenden eine Goldbrosche mit Silberkranz überreichten.

Die Wanderer und Radfahrer der „Rund um Arnsberg“-Tour waren jedes Mal hoch erfreut, wenn sie die Teestellen der Damen im Wald erblickten!

Viele kennen sie auch aus den verschiedenen Treffen im DRK-Haus auf der Prälaturstraße, einmal wöchentlich. Dort bildeten sie Gesprächskreise, leite-

ten Bastelkurse, in denen Isolde Plahs und Bärbel Weiß über 25 Jahre lang die Geschenkartikel für den großen Weihnachtsbasar herstellten.

Darüber hinaus kam auch die Kameradschaftspflege nicht zu kurz. So nahmen die DRK-Frauen zehn Jahre lang am Arnsberger Karnevalsanzug als eigene Gruppe teil. „Wir waren Holländerinnen, Lappländerinnen in selbst geschneiderten Originaltrachten.“ Dabei entfaltete sich die enorme Kre-



aktivität von Isolde Plahs. „Wir scheuten uns nicht als gemeine Waschweiber, hässliche und furchterregende Hexen und muntere Clowns aufzutreten.

Unsere Fußtruppe zog den eigenen, schön geschmückten Bollerwagen.“ Der zweite Preis war ihnen daher sicher. Die Arnsberger denken noch gerne an das muntere Völkchen der DRK-Frauen.

Unser Trio in Dienstbekleidung (Foto) war stets präsent bei Schützenfesten, im Katastropheneinsatz, bei Sportfesten, im Theater und sonstigen öffentlichen Veranstaltungen. Besonders in Erinnerung ist der Einsatz anlässlich der Windhose im Dickenbruch (Arnsberg). Ihre Aufgabe war es, die betroffenen Bewohner „nur“ über mehrere Tage mit Frühstück, Mittagessen oder Vesperbrot zu versorgen. Isolde Plahs berichtet weiter: „Ab 1956 waren wir für einige Jahre jedes Wochenende im Marienkrankenhaus ehrenamtlich tätig, um die Krankenschwestern zu entlasten.“

Frau Weiß ist heute noch für die Koordination der Blutspendetermine zuständig - ein mühsamer Dienst, wenn sie ehrenamtliche Helferinnen dafür braucht.

Sie erzählte von einem jungen Mann, der zum ersten Mal - mit Angst im Nacken - zur Blutspende gekommen war. Sein Freund hatte durch einen Unfall großen Blutverlust erlitten und war auf Spenderblut angewiesen. Nach der „Prozedur“ ging er sichtlich erleichtert wegen seiner guten Tat heim.

Wer glaubt, er könne ohne jede Aus- und laufende Weiterbildung immer auf dem neue-

sten Stand für DRK-Einsätze sein, der irrt, weiß Frau Wehmeyer zu sagen. Tausende von Führerscheinbewerbern wurden durch sie in Erster Hilfe geschult. Oftmals wird sie heute noch von Personen angesprochen, die sich gerne an die Ausbildungskurse erinnern. „Häufig wird mir berichtet, dass das Erlernte zurückkam, wenn erste Hilfe gefordert war.“

Das Jubiläums-DRK-Trio hat in den vergangenen fünfzig Jahren sich kontinuierlich und umfassend weitergebildet.

Interesse an Neuem hatte das Trio immer, was imponierend ist, einerseits weil die Damen ihren Bildungslevel auf hohem Niveau hielten und andererseits, weil das DRK die Weiterbildung ihrer Mitglieder fördert.

Haben auch Sie Lust mitzuarbeiten?

Helfende Hände werden immer benötigt.

Das Trio ist stets bereit, Auskunft zu geben. Man trifft sich jeden ersten Mittwoch im Monat im DRK-Haus, Prälaturstraße, ab 19:30 Uhr.

Es geht mir gut!

Es geht mir gut - ich bin jetzt musikalitätisch!
 Mein ganzer Körper unterhält mich jetzt phonetisch.
 Ich lausche interessiert dem Knacken der Gelenke!
 Auch Ohrgeräusche sind akustische Geschenke!
 Natürlich stört im Schädel häufig dieses Dröhnen
 und manchmal werd' ich wach - von meinem eig'nen Stöhnen.
 Im Klo - das tröpfelnde Geräusch - macht mich beklommen
 und auch das Klackern, wenn die Nierensteine kommen.
 Wenn Kopf und Ohren richtig surren und auch summen
 und aus dem Magen hört man's quietschen - knurren – brummen
 und aus dem Darm geblähte Solidarität -
 dann fragen mich die Leute, ob es denn noch geht?



Muschelis Erlebnis

Eva Schäuble

Es ist der 25. Dezember 2002, 32°Celsius, ca. 105°Fahrenheit Außentemperatur, ungefähr gegen 23.45 Uhr, in Deerfield Beach, Florida.

In Arnsberg oder Glöbusch oder anderswo in Deutschland müsste es 17.45 Uhr sein. Nicht nur Muscheli, der Teddy, sondern auch Eva sind aufgeregt, denn in 15 Minuten wird Eva nicht mehr 16 Jahre jung sein.

Da die Familie schon schläft, gehen Eva und Muscheli leise in die Dunkelheit, die von Sternen erleuchtet wird, und setzen sich auf den Steg am Kanal, der zum großen Meer hinaus führt. Die Yachten vor den Häusern liegen ruhig und werden manchmal vom schwappenden Wasser hoch gehoben und wieder fallen gelassen - ein sehr beruhigendes Geräusch.

Als es kurz vor Mitternacht ist, vielleicht sind es noch einhalb Minuten, zündet Eva die rote Kerze an, die Mama ihr aus Deutschland geschickt hat, guckt hoch in die Sterne und stellt sich vor, die Menschen, die sie in Deutschland liebt, sehen zu können oder wenigstens sich ihnen nahe zu fühlen. Dann drückt sie Muscheli ganz fest und plötzlich ist sie 17.

Weihnachten

Märchen vom Auszug aller „Ausländer“

Helmut Wöllenstein

Es war einmal, etwa drei Tage vor Weihnachten, spät abends. Über den Marktplatz der kleinen Stadt kamen ein paar Männer gezogen. Sie blieben an der Kirche stehen und sprühten auf die Mauer die Worte „Ausländer raus“ und „Deutschland den Deutschen“. Steine flogen in das Fenster des fremden Ladens gegenüber der Kirche. Dann zog die Horde ab. Gespenstische Ruhe. Die Gardinen an den Bürgerhäusern waren schnell wieder zugefallen. Niemand hatte etwas gesehen.

„Los kommt, es reicht, wir gehen.“ „Wo denkst Du hin! Was sollen wir denn da unten im Süden?“ „Da unten? Da ist doch immerhin unsere Heimat. Hier wird es schlimmer. Wir tun, was an der Wand steht.“
Tatsächlich: Mitten in der Nacht kam Bewegung in die kleine Stadt. Die Türen der Geschäfte sprangen auf. Zuerst kamen die Kakaopäckchen, die Schokoladen und Pralinen in ihrer Weihnachtsverkleidung. Sie wollten nach Ghana und Westafrika, denn da waren sie zu Hause. Dann der Kaffee, palettenweise, der Deutschen Lieblingsgetränk; Uganda, Kenia und Lateinamerika waren seine Heimat.

Ananas und Bananen räumten ihre Kisten, auch die Trauben und Erdnüsse aus Südafrika. Fast alle Weihnachtsleckereien brachen auf. Pfeffer-

nüsse, Spekulatius und Zimtsterne, die Gewürze aus ihrem Inneren zog es nach Indien. Der Dresdner Christstollen zögerte. Man sah Tränen in seinen Rosinenaugen, als er zugab: Mischlingen wie mir geht's besonders an den Krügen. Mit ihm kamen das Lübecker Marzipan und der Nürnberger Lebkuchen.



Nicht Qualität, nur Herkunft zählte jetzt. Es war schon in der Morgendämmerung, als die Schnittblumen nach Kolumbien aufbrachen und die Pelzmäntel mit Gold und Edelsteinen in teuren Chartermaschinen in alle Welt starteten. Der Verkehr brach an diesem Tag zusammen. Lange Schlangen japanischer Autos, vollgestopft mit Optik und Unterhaltungselektronik, krochen gen Osten. Am Himmel sah man die Weihnachtsgänse nach Polen

fliegen, auf ihrer Bahn gefolgt von den Seidenhemden und den Teppichen des fernen Asiens.

Mit Krachen lösten sich die tropischen Hölzer aus den Fensterrahmen und schwirrten ins Amazonasbecken. Man musste sich vorsehen, um nicht auszurutschen, denn von überall her quoll Öl und Benzin hervor, floss in Rinnsalen und Bächen zusammen in Richtung Naher Osten. Aber man hatte ja Vorsorge getroffen.

Stolz holten die deutschen Autofirmen ihre Krisenpläne aus den Schubladen: Der Holzvergaser war ganz neu aufgelegt worden. Wozu ausländisches Öl?! - Aber die VWs und BMWs begannen sich aufzulösen in ihre Einzelteile, das Aluminium wanderte nach Jamaika, das Kupfer nach Somalia, ein Drittel der Eisenteile nach Brasilien, der Naturkautschuk nach Zaire. Und die Straßendecke hatte mit dem ausländischen Asphalt auch immer ein besseres Bild abgegeben.

Nach drei Tagen war der Spuk vorbei, der Auszug geschafft, gerade rechtzeitig zum Weihnachtsfest. Nichts Ausländisches war mehr im Land. Aber Tannenbäume gab es noch, auch Äpfel und Nüsse. Und „Stille Nacht“ durfte gesungen werden - allerdings nur mit Extragenehmigung: Das Lied kam immerhin aus Österreich.

Zusatz der Redaktion:

In unserer Stadt Arnberg leben zur Zeit ca. 10.000 Menschen mit Migrationshintergrund, davon sind 5.650 Ausländer aus 107 Nationen. Eine bunte Vielfalt, die das Leben in unserer Stadt bereichert.

Weihnachtskonzert



Wie im letzten Jahr geben die **Rath's-Musiker** in der **Kulturschmiede** in Alt-Arnsberg am **Montag, dem 19. Dezember 2005** um **19:00 Uhr** ein **Weihnachtskonzert**,

dessen Erlös für Arnsberger Familien bestimmt ist, die durch das soziale Netz fallen.

Wer gern Weihnachtslieder hört und/oder mitsingt, ist herzlich eingeladen. **Karten** sollte man möglichst schnell **im Arnsberger Fotoshop** auf dem Steinweg besorgen, da sie erfahrungsgemäß schnell vergriffen sind.

Heiligabend nicht allein



Waltraud Ypersiel

Heiligabend, ganz allein?
Nein, oh nein, das muss nicht sein.

Bei St. Johannes gibt es schon seit vielen Jahren nach der Christmette ein warmes Mahl. In netter Gesellschaft den Abend verbringen, bei guten Getränken Weihnachtslieder singen.



An diesem Abend bist du nicht allein!
Und ist's dann an der Zeit, Abschied zu nehmen, viele nette Leute mit Autos da stehen.



Man wird also sicher nach Hause gebracht.

Anmeldungen bitte im Pfarrbüro

☎ (02932) 2 20 50

Weihnachten

Joseph von Eichendorff

Markt und Straßen stehn verlassen,
Still erleuchtet jedes Haus,
Sinnend geh' ich durch die Gassen.
Alles sieht so festlich aus.

An den Fenstern haben Frauen
Buntes Spielzeug fromm geschmückt,
Tausend Kindlein stehn und schauen,
Sind so wunderstill beglückt.



Und ich wandre aus den Mauern
Bis hinaus ins freie Feld,
Hehres Glänzen, heil'ges Schauern!
Wie so weit und still die Welt!

Sterne hoch die Kreise schlingen,
Aus den Schnees Einsamkeit
Steigt's wie wunderbares Singen -
O du gnadenreiche Zeit!

Freu dich, Erd und Sternenzelt!



1. *f* Freu dich, Erd und Ster - nen - zelt! Hal - le - lu - ja!

 Musical notation for the first system of the song. It consists of a grand staff with a treble clef on the right and a bass clef on the left. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are written below the notes.

Ein Altböhmisches Weihnachtslied.

Die genaue Entstehungszeit ist umstritten. 1520 oder 1602 entstand diese alte böhmische Volksweise, die die Geburt des Heilands bejubelt.

p Got - tes Sohn kam in die Welt. *f* Hal - le - lu - ja!

 Musical notation for the second system of the song. It consists of a grand staff with a treble clef on the right and a bass clef on the left. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are written below the notes.

p Uns zum Heil er - ko - ren ward er heut' ge -

 Musical notation for the third system of the song. It consists of a grand staff with a treble clef on the right and a bass clef on the left. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are written below the notes.

bo - ren, heu - te uns ge - bo - ren.

 Musical notation for the fourth system of the song. It consists of a grand staff with a treble clef on the right and a bass clef on the left. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are written below the notes.

2. Seht, der schönsten Rose Flor, Halleluja!
Sprießt aus Jesses Zweig empor, Halleluja!
Uns zum Heil erkoren,
ward er heut' geboren,
heute uns geboren.

3. Er, das menschengeword'ne Wort, Halleluja!
Jesus Christus, unser Hort, Halleluja!
Uns zum Heil erkoren,
ward er heut' geboren,
heute uns geboren.

Ansprache einer Kerze

Ihr habt mich angezündet und schaut - nachdenklich oder versonnen - in mein Licht.

Vielleicht freut ihr euch auch ein bisschen dabei. Ich jedenfalls freue mich, dass ich brenne. Wenn ich nicht brennen würde, läge ich in einem Karton mit den anderen, die auch nicht brennen. In so einem Karton haben wir überhaupt keinen Sinn. Da liegen wir nur herum. Einen Sinn habe ich nur, wenn ich brenne. Und jetzt brenne ich. Aber seit ich brenne, bin ich schon ein klein bisschen kürzer geworden. Das ist schade, denn ich kann mir ausrechnen, wann ich so kurz bin, dass ich nur noch ein kleines Stümpfchen bin. Aber so ist das: es gibt nur zwei Möglichkeiten - entweder ich bleibe ganz und unversehrt im Karton, dann werde ich nicht kürzer, dann geht mir überhaupt nichts ab - aber dann weiß ich nicht, was ich eigentlich soll - oder ich

gebe Licht und Wärme, dann weiß ich, wofür ich da bin, dann muss ich selber aber etwas geben dafür: von mir selber, mich selber. Das ist schöner als kalt und sinnlos im Karton. So ist das auch bei euch Menschen, genauso.

Entweder ihr bleibt für euch, dann passiert euch nichts, dann geht euch nichts ab - aber dann wisst ihr eigentlich auch nicht so recht: warum. Dann seid ihr wie Kerzen im Karton.

Oder ihr gebt Licht und Wärme. Dann habt ihr einen Sinn. Dann freuen sich die Menschen, dass es euch gibt. Dann seid ihr nicht vergebens da.

Aber dafür müsst ihr auch etwas geben: von euch selber, von allem, was in euch lebendig ist: von eurer Freude, eurer Herzlichkeit, von eurer Treue, eurem Lachen, von eurer Traurigkeit, von euren

Ängsten, von euren Sehnsüchten, von allem was in euch ist. Ihr braucht keine Angst zu haben, wenn ihr dabei kürzer werdet. Das ist nur äußerlich. Innen werdet ihr immer heller. -

Denkt ruhig daran, wenn ihr in eine brennende Kerze seht, denn so eine Kerze seid ihr selber.

Ich bin nur eine kleine, einzelne Kerze. Wenn ich allein brenne, ist mein Licht nicht groß und die Wärme, die ich gebe, ist gering. Ich allein - das ist nicht viel. Aber mit anderen zusammen ist das Licht groß und die Wärme stark.

Bei euch Menschen ist das genauso. Einzelnen, für euch genommen, ist euer Licht nicht gewaltig und die Wärme klein. Aber mit anderen zusammen mit anderen, da seid ihr viel.

Licht ist ansteckend!

Auflösung des Bilder-Rätsels auf der Titelseite Nr. 25:

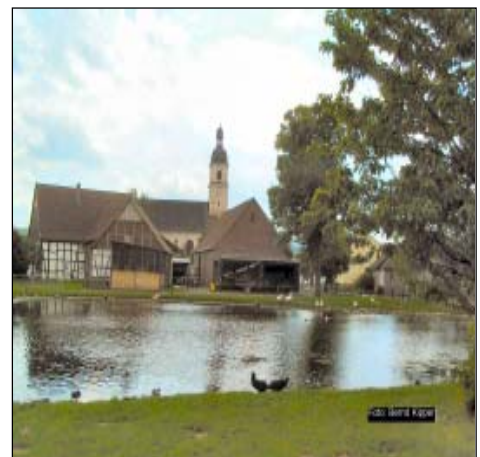
Das Bild zeigt den Ententeich in Arnsberg-Bruchhausen.

Er ist sozusagen das Wahrzeichen von Bruchhausen. Seine Enten gaben dem Ortsteil den Namen „Entendorf“.

Die SICHT gratuliert

Frau Brigitte Wilbrand aus Arnsberg

zum Gewinn von Passfotos vom Fotostudio „Licht und Schatten“ in Arnsberg-Neheim.



Der Weihnachtsbaum

Benedikt Jochheim

Das Aufstellen eines Weihnachtsbaums ist aus dem volkstümlichen Brauchtum der „Mittwinterzeit“ entstanden. Schon Ende des 15. bzw. Anfang des 16. Jahrhunderts wurde vom weihnachtlichen Schmücken der Stube mit Tannenreisern (Weihnachtsmeien) berichtet. Später hängte man in bäuerlichen Gegenden geschmückte Bäumchen auf (auch Eibe oder Buchsbaum). Der Verkauf von Tannenbäumen wird aus Straßburg bereits für 1539 bezeugt und ein geschmückter Baum ohne Kerzen in einer Reisebeschreibung von 1605 erwähnt.

Seit dem 19. Jahrhundert setzte sich der kerzengeschmückte Tannenbaum allgemein durch. Als Symbolik des Paradiesbaumes trug er zur tiefen Verwurzelung im Volksbrauch bei.

Im Sauerland wurden die ersten Fichten im 19. Jahrhundert

angebaut. Sie sind schnellwachsend und wirtschaftlich. Die überall in den nahen Wäldern entstehenden Fichtenkulturen nutzte ein Grossteil der Bewohner, zum Nachteil und Ärger der Waldbesitzer, um vor Weihnachten einen Tannenbaum aus ihrem Wald zu holen. Da der Baum sehr frisch sein musste, wurde häufig bis einige Tage vor Weihnachten gewartet und, wenn der herbeigesehnte Schnee gefallen war, wurde eine Suche im Wald oft schwierig. Bei allen Hindernissen bei der Beschaffung wäre es für viele Familien undenkbar gewesen, unter einem bezahlten Weihnachtsbaum ihre Weihnachtslieder anzustimmen.

Trotz besonderen Einsatzes von Förstern und Waldbesitzern gelang es immer wieder, an einen kostenlosen Baum zu kommen. Wer nicht aufpasste, für den wurde es ein teurer Baum. Es mag zwar stimmen,



dass die Bäume, wie von der Forstwirtschaft behauptet, gespritzt werden und dann beim Aufstellen übel riechen. Hingegen ist mir bislang kein Fall bekannt geworden.

Ein Kaufbewusstsein für die Tannenbäume kam erst nach Einführung der Edeltanne, die in besonderen Kulturen aufgezogen wird. Sie steht nicht mehr oder kaum in unserem Wald, sondern - auch wegen der besonderen Pflege - meistens auf früheren Wiesen und Äckern in der Nähe des Waldes.

Seit Jahren ist der „künstliche Weihnachtsbaum“ im Trend. Er ist dem natürlichen Baum häufig sehr ähnlich, jedoch den Duft eines frischen grünen Tannenbaumes kann er nicht versprühen.

Nun, das Verlangen der Menschen, einen kostenlosen Baum aus „ihrem Wald“ zu holen, ist lange vergangen, aber bei vielen älteren Menschen unvergessen.



Eine seltene Begegnung oder Die Polizei besser als ihr Ruf

Herbert Kramer

Mit leiser Stimme „Komm mal schnell!“ und einem Fingerzeig auf die abgrenzende Hecke des Gartens. Und schon steckte ich in einem kleinen Abenteuer. Schauplatz des Geschehens: Ein Schrebergarten in der Anlage des Kleingärtnervereins Neheim am Besenberg.

Langer Rede kurzer Sinn: Meine Bekannte hatte auf der besagten Hecke eine Waldohr-eule entdeckt. Nicht etwa eine ausgewachsene Eule, sondern ein noch nicht flugfähiges Eulenkind. Zitternd saß es auf einem Zweig und ließ sich aus ca. einem Meter Entfernung bewundern. Leuchtend gelbe Augen schauten mich an und mein erster Gedanke war: „Die gehört mir!“

Schnell waren ein paar Handschuhe besorgt. Aber als ich zur Tat schreiten wollte, war die Eule weg. Ein Blick über die Hecke, da saß sie auf einem von Kraftfahrzeugen genutzten Feldweg. Was war zu tun?

Nach kurzer Überlegung stand es fest. Also: Ich über die Hecke und wider Erwarten ließ sich das kleine Wesen problemlos hoch nehmen. Ich hatte den Eindruck, dass es sich in den warmen Händen



wohl fühlte, denn es machte nicht den leisesten Hauch einer Abwehrbewegung. Beeindruckend waren die Augen, die immer auf mich gerichtet waren.

Nachdem das Eulenkind zunächst in einem Korb mit Unterlage versorgt war, hatte ich mich

dazu durchgerungen, den legalen Weg einzuschlagen und mich nicht des Jagdfrevels oder Ähnlichem schuldig zu machen.

Ein Anruf bei der Polizei und eine kurze Schilderung des Sachverhalts. Der diensthabende Beamte, dem nicht täglich solche Vorfälle gemeldet werden, hatte sich sehr bemüht, eine Fachkraft ausfindig zu machen, die in der Aufzucht und Auswilderung von Greifvögeln bewandert ist.

Schon nach zehn Minuten kam der Rückruf des Beamten.

Das Eulenkind kam nun in den seltenen Genuss, unter polizeilicher Obhut abgeholt und dann, nachdem es mehrfach umsteigen musste, zu einer fachkundigen Betreuung gebracht zu werden. Mit einem lachenden und einem weinendem Auge habe ich mich von ihm getrennt.

Der Polizei sei an dieser Stelle noch einmal für ihre schnelle Hilfe gedankt.

Hinweis der SICHT:

Oase für die Entlastung pflegender Angehöriger demenzkranker Menschen



In der Oase im St. Johannes Hospital wird den Angehörigen von demenzkranken Menschen die Möglichkeit gegeben, in einer betreuten Gruppe aktiv zu sein. Alle Angebote werden von geschulten Fach- und Pflegekräften durchgeführt und orientieren sich an den individuellen Bedürfnissen, Wün-

schen und Ressourcen der Teilnehmer.

Mögliche Angebote:

Leichte Gymnastik, individuelle Betreuung, Gesprächskreise, Seniorentanz, Kaffee und Kuchen, Spaziergänge, Bastelarbeiten, Spiele, Gedächtnistraining, Kontaktförderung zu den Teilnehmern usw.

Termine nach vorheriger Anmeldung:

jeden Donnerstag
von 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr
jeden 1. Samstag im Monat
von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Persönliche Information bei:

APO CARE
Häusliche Krankenpflege e.V.
Goethestr. 30a
59755 Arnsberg
☎ (02932) 97 70-0

Der „Arnsberger Senioren-Wegweiser“ ist da!

Am 31. Oktober 2005 war es soweit: Der Wegweiser lag fertig gedruckt vor. Ein freudiger Anlass, so meinen wir, für die älteren Bürgerinnen und Bürger unserer Stadt. Ab sofort steht ihnen nämlich ein 64 Seiten umfassendes Magazin zur Verfügung, das es bisher so in Arnsberg nicht gab. Es ist eine Orientierungshilfe für diejenigen, die Informationen und Ansprechpartner in bestimmten Lebenssituationen benötigen.

Was steht im „Arnsberger Senioren-Wegweiser“?

Weil die Themen „Gesundheit“ und „Aktiv sein im Alter“ eine besondere Bedeutung für ein sinnorientiertes Leben haben, sind diese Themen (Kap. **B** und **E**) ganz nach vorn gesetzt worden. Insgesamt hat der Wegweiser acht Kapitel. Alle sind farblich gekennzeichnet. Außer den Hinweisen auf „Allgemeine Hilfen“ (Kap. **A**) und den bereits genannten Kapiteln **B** und **E** gibt es:

C Kulturelle Angebote, Bildungsangebote; Seniorennetzwerk und bürgerschaftliches Engagement

D Finanzielle Hilfen

E Wohnen im Alter

F Häusliche und ambulante Pflege; Alten- und Pflegeheime

G Rechtshilfen

H Todesfall; Friedhöfe

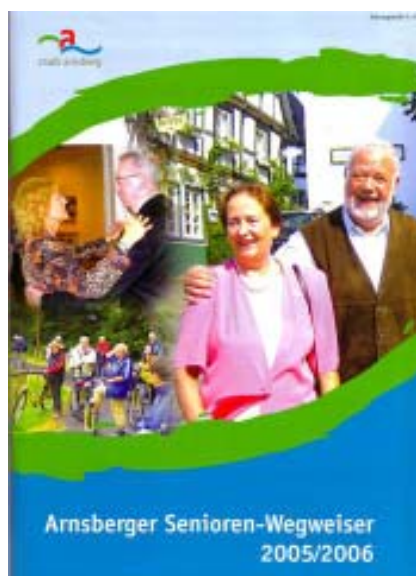
Alle Kapitel weisen Unterpunkte auf.

Das **Stichwortverzeichnis** erlaubt das schnelle Auffinden von einzelnen Themen und Ansprechstellen, wenn Hilfe, Be-

ratung oder Auskunft verlangt werden.

Wie entstand der „Arnsberger Senioren-Wegweiser“?

Ab Ende 2003 wurde ein Konzept entwickelt, das ein erstes Profil, aber auch den gedachten Entwicklungsprozess aufwies. Das stellte man



dem Seniorenbeirat am 24.02.04 vor. Er stand dem Projekt sofort positiv gegenüber. Für gut gehalten wurde auch der Vorschlag, bei der Erstellung des Wegweisers auf eine möglichst breite Beteiligung aller in Arnsberg tätigen öffentlichen und privaten Anbieter von Dienstleistungen auf dem Gebiet von Gesundheit, Beratung, Hilfe und Pflege der älteren Generation zu setzen. Die Koordinierungsstelle des Seniorennetzwerks der Stadt übernahm diesen Kommunikationsprozess und stellte

die zugeschickten Informationspapiere zur Verfügung. Es blieb die schwierige Aufgabe, aus den oft sehr umfangreichen Darstellungen dieser Einrichtungen kurze Aussagen zu formulieren, diese mit anderen durch Überleitungstexte zu verbinden und in eine verständliche Gesamtstruktur einzuordnen. Am 14. März 2005 wurden in einer Diskussionsrunde mit der Pressestelle der Stadt (Dr. Katrin Henneke, Bernd Wisser), ferner Marita Gerwin (Koordinationsstelle „Leben im Alter“) und Helmut Melchert (Fachdienst) letzte Probleme vor Übergabe des Manuskripts an die Fa. F.W. Becker (beckerdruck) in Arnsberg geklärt.

Die Firma F.W. Becker setzte die konzeptionellen und textlichen Vorgaben mit viel Engagement sowie mit feinem Gespür für die Thematik und fachlich begründeter Eigeninitiative um.

Zum Abschluss

Finanziert wurde der „Arnsberger Senioren-Wegweiser“ durch Anzeigen und z.T. durch Mittel aus Preisgeldern, die die Stadt als Anerkennung für ihre Seniorenarbeit erhielt. Er ist gegen eine Schutzgebühr von 1,- € in den Stadtbüros sowie bei den Mitgliedern des Seniorenbeirats erhältlich. Wir wünschen nun, dass dieser „Arnsberger Senioren-Wegweiser“, an dem viele Monate ehrenamtlich gearbeitet wurde, seine Aufgabe als Orientierungshilfe erfüllt.

Messe „Bauen und Wohnen“ Ich war da! Sie auch?

Herbert Kramer

Eine Messe, die dem Titel gerecht wurde. Was gab es zu sehen? Um der Wahrheit die Ehre zu geben: „Viel Altes im neuen Gewande“. Wer kennt nicht schon die Wendeltreppen, die kunstvoll geschweißt mit denen aus massivem Naturholz zu konkurrieren versuchen. Wer kennt nicht schon die edlen Paneele aus Kunststoff, garantiert trittfest, die es selbst dem Kenner fast unmöglich machen, die Kunst von der Natur zu unterscheiden. Kamine, Armaturen in allen Varianten, Tische aus Massivholz, die Jahrhunderte überdauern. Herz, was willst Du noch mehr. Versicherungen, die den Plan, ein eigenes Haus zu bauen, komplett absichern oder gar finanzieren. Freie Wohnbaugebiete, von der Stadt angeboten und in Szene gesetzt, tragen dazu bei, sich selbst bald als Bauherr zu betätigen. Als Lohn für einen Abschluss stellt ein Anbieter kostenfrei ein Elektro-Mobil zur Verfügung, um möglichst schadstoffarm zur Baustelle zu gelangen. Nicht zu vergessen sind die verschiedenen Wohnprojekte, die teilweise schon bezogen im Stadtgebiet für ihre Nutzung werben. Für jedes Projekt den richtigen Slogan, das macht es dem Interessenten nicht leicht, sich für das passende zu entscheiden.

Da gehst du mit Freuden ins Alter, bist dir aber noch nicht im Klaren darüber, ob „gemeinsam statt einsam“. Dieses Problem wird dann gelöst durch

Fachberater, die dir in den eigenen vier Wänden ein „Barrierefreies Wohnen“ ermöglichen und darauf achten,



dass keine Stolperfallen deinen Lebensabend trüben. Was jedoch so manchen Besucher, vor allem Rentner, blass werden lässt, sind die Preise. Da wird für einen Stuhl, der dem Nutzer mit einer schiefen Ebene zum Aufstehen verhilft, 750 Euro verlangt. Eine sogenannte Ergohilfe, um Behinderten das Schreiben zu erleichtern, kostet 30,48 Euro. Es handelt sich um einen Plastikball mit einer Haltevorrichtung für einen Kugelschreiber. Für einen Löffel mit Plastikhalterung fordert man - sage und schreibe - 24,91 Euro. Ein Sofa wurde für den stolzen Preis von 3.300 Euro entdeckt und ein Tisch, der zugegeben recht edel anmutete, schlug mit 1.400 Euro zu Buche.

Es konnte nicht übersehen werden, dass hauptsächlich Rentner und Senioren mit den Angeboten umworben wurden.

Dass dabei deren Brieftasche bis zum Äußersten in Mitleidenschaft gezogen wird, hat sich ohne Zweifel zu einem Trend entwickelt. Ob bei dem Wohnungsangebot für Alte, Alleinstehende und Rentner noch ein caritativer Gedanke oder der Profit entscheidend war, konnte nicht ergründet werden. Es bleibt zu hoffen, dass sich hier die Konkurrenz zu Gunsten des Nutzers entwickelt.

Der Besuch der Messe war an beiden Tagen als gut zu bezeichnen. Ich hoffe, dass trotz dieser Kritik gute Abschlüsse getätigt werden konnten.

Sagt ein Mann zu seinem Pfarrer: „Sie sehen so bedrückt aus, haben Sie Sorgen?“ - „Und ob. Morgen kommt der Bischof zur Visitation.“ - „Was ist denn das?“ - Einem jungverheirateten Mann wie Ihnen kann ich das leicht erklären. Wenn ich bei Ihnen zu Besuch komme, dann ist das eine Visite, kommt aber Ihre Schwiegermutter, dann ist das eine Visitation.“

Die Sprechstundenhilfe tritt ins überfüllte Wartezimmer: „Wo ist denn der Herr, bei dem der Verband gewechselt werden sollte?“ - „Der ist gegangen, die Wunde war inzwischen verheilt.“

Gedanken

Herbert Kramer

Es naht die vierte Jahreszeit,
der Herbst färbt bunt die Bäume.
Die Jahreswende ist nicht weit,
Vergangenheit weht durch die Räume.

Sie führet uns in eine Zeit,
als wir noch Kinder waren,
beschwört noch einmal Freud und Leid
lässt träumen von vergang'nen Jahren.

Das Spielen in den Kindertagen,
der erste Schultag, Krieg und Last.
Von heimlicher Liebe sie uns sagen,
doch auch von Arbeit, Sorgen, Hast.

Der Traum, ein Spiegelbild des Lebens?
Nein, er bleibt für uns nur Illusion.
Ihn zu halten, wär' vergebens,
er gleicht dem Vogel, fliegt davon.



Foto: Manfred Erk

Das Redaktions-Team der **Sicht** wünscht allen Leserinnen und Lesern ein

Gesegnetes Weihnachtsfest

und

Auf in's Neue Jahr 2006!



Wir wünschen Ihnen gute Gesundheit, positives Denken und - dass Sie so mit Energie geladen sein mögen und in das Jahr 2006 starten - wie einst die Ruhr-Lippe-Eisenbahn - den meisten besser bekannt als „Pengel Anton“ -.

Die wechselvolle Geschichte einer Kirche St. Urbanus zu Arnsberg-Voßwinkel

Bernd Kipper

In Vosswinkel nahe der Bundesstraße 7 liegt eine bemerkenswerte Kirche, die durch ihre Renovierung im Jahre 2002/03 ein einzigartiges Kleinod darstellt. In ihr ist es



gelingen, die barocken Kostbarkeiten mit einer modernen Ausmalung und Gestaltung eines neuen Fensters harmonisch zusammen zu bringen.

Zur Entwicklungsgeschichte hier einige Eckpunkte:

Erwähnung in einer Urkunde des Klosters Oelinghausen 1214. Bauzeit der Kirche dürfte um 1100 liegen, da diese Kirche schon dem Hl. Urbanus I. (Papst 222-230) geweiht war. Um 1420 sind Dorf und Kirche durch Fehde zwischen dem Grafen von der Mark und Höltinghofen niedergebrannt. Eine neue Kirche wurde erbaut und im Jahre 1425 eingeweiht.



Erweiterung im Jahre 1710, erneuter Brand 1749. Neubau der barocken Kirche beendet 1756.

Die erste Ausmalung der Altäre erfolgte 1784 durch den Maler C.J. Haan aus Arnsberg.

1809 Übernahme von Teilen der Orgel aus der Prämonstratenser-Klosterkirche Scheda. 1842 Renovierung der Altäre durch Dekorationsmaler Münstermann aus Beckum.

1888, um mehr Platz zu erhalten, wird eine Sakristei angebaut.

1891 Ersatz der Orgel durch die neugegründete Orgelbau-firma Gebrüder Stockmann Werl.

1938 durch Architekt Ferber Soest wird ein Anbau nach Norden errichtet.

1939 Einweihung der neuen Kirche. Die Altäre werden versetzt und farblich renoviert. Der Hochaltar wird verbreitert und durch den Strahlenkranz erhöht. 1940 Orgelprospekt renoviert. 1955 Ausmalung der Kirche und der Altäre.

1981 umfangreiche Innensanierung der Kirche.

1989 Außensanierung der Kirche. 1996 Umfassende Restaurierung der Orgel.

2002/03 Umfangreiche Renovierung der Kirche innen und außen. Die Rokoko Altäre wer-



den in den ursprünglichen Zustand versetzt. Leitung Architekturbüro Hans-Georg Simon aus Menden.

Der historische Teil der Kirche wird als „Werktagskirche“ eingerichtet. Künstlerische Gestaltung des wieder eröffneten Ostfensters und der Ausmalung durch Tobias Kammerer aus Rottweil.

Die Kirche ist außerhalb der Gottesdienstzeiten jeden Sonntag von 15-17 Uhr geöffnet. Die Kirchengemeinde hat ein reichbebildertes Buch über die Kirchengeschichte herausgegeben. Erhältlich in der Kirche oder im Pfarrbüro.

Über die verborgene Weisheit in den Märchen

Sigrid Grobe

Mitglied der Deutschen Märchengesellschaft

Es ist wieder mal die Zeit, die zum Erzählen einlädt von den verborgenen Weisheiten in den Märchen. *Es war einmal* ... in längst entschwundenen Tagen des 19. Jahrhunderts, da erwachte in den verschiedensten Ländern Ost- und Westeuropas wie auch in Deutschland die Begeisterung für die Volksdichtung, die Märchen und Sagen der Völker. Die Brüder Jacob und Wilhelm Grimm, die 1812 ihre „Kinder- und Hausmärchen“ für uns aus allen Himmelsrichtungen gesammelt und aufgeschrieben haben, waren davon überzeugt, dass Märchen zu Weggeschichten werden. Dies ist ihnen gelungen, bis in die heutige Zeit hinein. „... und wenn sie nicht gestorben sind, ...“ so erzählten sie noch heute.

Wussten Sie, dass Märchen so spannend sein können? Wer sich auf ihre Spur begibt, dem erzählen sie, wie Menschen von zu Haus ausziehen, ihr Glück suchen, in Gefahren geraten, Helfer gewinnen, Proben bestehen und Aufgaben lösen müssen. Märchen versinnbildlichen, dass die Betroffenen durch das „Hinausziehen in die weite Welt“ ihrem Leben eine totale Wende geben. („...er verlässt das Haus seines Vaters und rennt vor sich hin, ...“ Der Dummling). Sie zeigen uns in Bildern, keine Situation ist so ausweglos, dass es nicht einen Ausweg gibt. Märchen sind Spiegelbilder der menschlichen Seele, jener inneren Welt, die tief zu uns gehört und tief in uns

verborgen ist. Wir können uns mit und in ihnen wiederfinden. Immer und überall zeigen sie uns eine Welt zwischen Liebe und Tod, zwischen Erfahrungen, die glücklich oder traurig machen, die uns zum Schmunzeln oder zum Träumen bringen, die uns Fragen stellen: *Woher kommst du? - Wohin gehst du? - Wonach suchst du?* Märchen sind ein Kulturerbe aller Völker der Erde und dienen in ihrer märchenhaften Symbolsprache der Völkerverständigung über Grenzen hinweg. Wir entdecken, dass



sie in allen Ländern der Erde ähnlich und verwandt sind. Sogar in biblischen Geschichten begegnen sie uns. Märchen sind spannend. Wer sich mit ihnen befasst, den lassen sie so schnell nicht wieder los. Sie regen die Fantasie an und leiten uns über in ein Reich, in dem sich fantastische Dinge tun, von verwunschenen Prinzessinnen, mutigen Helden, unbarmherzigen Räubern, boshafte Hexen, listigen Zauberern und mitleidigen Dummlingen. Die Märchenhelden finden einen Weg aus ihrer scheinbar ausweglosen Situa-

tion und befreien sich so aus der Armut bis hin zum Glück, zum „*Glück im Unglück ... und wie es so stand, fielen auf einmal die Sterne vom Himmel* ...“ (Sterntaler).

Mädchen und Jungen verbringen Lebensphasen in der Gestalt einer Pflanze oder eines Tieres. Der Zündfunke der Liebe setzt eine Verwandlung, die Erlösung, in Gang, bis hin zur Wiedermensch-Werdung oder es wird vom Einsatz des Lebens erzählt, wenn es gilt, riesige, beharrende Kräfte zu besiegen, z.B. vom Mädchen Scheherazade, welches ihr Leben rettet, indem sie dem grausamen Herrscher in jeder Nacht aufs Neue - also in Tausend- und einer Nacht - die wunderbaren orientalischen Geschichten erzählt: *Wahrlich, wer deinen Geschichten lauscht, der ist im Zauberbann!*

So erschließen uns diese Zaubermärchen eine wunderbare, magische Welt, die unseren Alltag für eine Zeit verschwinden lässt.

Und so ist es: Wer erst den Deckel des Märchenschatzkästleins geöffnet hat, bekommt Zugang zu zauberhaften, lustigen, traurigen und gruseligen Geschichten, die die Gebrüder Grimm und viele andere Märchenschreiber uns aufgetan und als kostbares Erbe überlassen haben.

Unsere Vorfahren erzählten diese Märchen weiter und weiter - und wir sollten es ihnen leicht tun.

Dienstleistungstauschbörse

Manfred Erk

Das Senioren-Netzwerk unserer Stadt Arnsberg ist in ganz Deutschland, ja sogar in den USA bekannt. Es gibt viele Projekte, die ehrenamtlich von Seniorinnen und/oder Senioren ins Leben gerufen worden sind. Das soll aber nicht heißen, dass es keine Möglichkeiten mehr gibt, dieses Netzwerk zu ergänzen.

Ich bin in den letzten Tagen mehrmals gefragt worden, ob es nicht auch in Arnsberg eine Dienstleistungstauschbörse geben könnte.

Was ist das? In einer Dienstleistungstauschbörse werden - wie es das Wort sagt - Dienstleistungen untereinander getauscht. Zum Beispiel: Du

bringst meinen Garten auf Vordermann, ich tapeziere dir dafür dein Wohnzimmer; ich mache den Ölwechsel an deinem Auto, dafür machst du meine Steuererklärung; oder ich bügele dir deine Wäsche, dafür kaufst du für mich ein; ich backe dir eine schöne Torte, dafür kehrst du für mich die Straße usw.

Es gibt eine große Palette von Dienstleistungen, aus der jemand etwas anbieten kann, denn selbst kann ja jeder (noch) irgendeine Leistung erbringen, kann aber andere Dinge nicht (mehr). Benötigtes Material muss natürlich jeder dem anderen stellen.

Notwendig wäre, dass die Organisatoren eine Datenbank aufbauen, in der die Dienstleistungsanbieter mit ihrem Angebot geführt werden. Jede Dienstleistung müsste in einer Tabelle mit einer bestimmten Punktzahl bewertet werden, damit ein Dienstleistungsausgleich erfolgen kann. Oder man führt eine neue Währung ein, den „Arnsberger Taler“. Alle Mitglieder dieser Tauschbörse bieten ihre Leistung selbstverständlich ohne Bezahlung gegen eine entsprechende Gegenleistung an.

Wäre das nicht etwas, das man auch in unserem Netzwerk einrichten könnte?

Freiwillige an die Front!

Ein Buch geht auf die Reise

Waltraud Ypersiel

Bücher verbrennt man nicht und wirft sie auch nicht fort. Was also mache ich damit, wenn ich es ausgelesen habe. In den Schrank stellen, aufheben? Nein, ich gebe es weiter. Schreibe meinen Namen hinein und gebe es zum Trödel. Wer es sich wohl nimmt, es lesen möchte? Es ist ein leichtes, heiteres Buch, sehr unterhaltsam. Eineinhalb Jahre später - ich glaube es nicht - sehe ich mein Buch wieder. Wieder auf einem Trödelmarkt. Und was sehe ich? Neun Leser haben sich unter meinem Namen eingetragen. Ich nehme es zur



Hand, schreibe meinen Namen unter diese neun fremden Namen und lege es wieder zurück. Vielleicht, ja, vielleicht bekomme ich es noch einmal zurück. Dann werde ich es behalten.

Das Bewußtsein eines erfüllten Lebens und die Erinnerung an viele gute Stunden mit einem Freund sind das größte Glück auf Erden.

Cicero

Bedenke stets, dass alles vergänglich, dann wirst du im Glück nicht zu fröhlich und im Leid nicht zu traurig sein.

Sokrates

Die kurze Dauer des Lebens kann uns nicht von seinen Freuden abbringen, noch über seine Mühsal trösten.

Luc de Clapiers Vouvernargues

Herdringen - Ein Dorf stellt sich vor!

Helmut Röttger

Die „Herdringer Krähen“ sind in der Stadt Arnsherg und weit darüber hinaus bekannt.

Warum die Herdringer so genannt werden ist nicht bekannt. Die Herdringer Feldflur ist die Heimat vieler Krähen. Ob es daher kommt?

Gleichwie, wir Herdringer sind stolz auf unseren Vogel und so befindet er sich auf Fahnen und in Vereinswappen.

Beim Schützenfest, ja, da wird jedem Herdringer der Vogel gezeigt. Eine Woche vor Beginn des Festes ziehen Männer mit dem „Trömmelken“ und der „Krähe“ durch das Dorf und sammeln Spenden für die „Schöffen“, die den Festablauf in der Halle und auf dem Schützenhof begleiten.

So stand der Korb mit der „Krähe“ auch bei der Generalversammlung vor dem Vorstandstisch, doch keiner der „Hohen Herren“ achtete auf den Korb mit dem Vogel, auch nicht nach dem Ende der Versammlung. Das hatten drei Schützenbrüder gesehen und zwei von ihnen haben dann der Krähe das „Fliegen“ beigebracht. Sie „verschleppten“ sie und so kam es dazu, - kein anderer hatte den Vorgang beobachtet -, dass diese stolze „Krähe“ verschwand. Am folgenden Tag wurde eifrig gesucht, Anzeigen in der Zeitung veröffentlicht, alles ohne Erfolg. Tage vergingen bis, ja bis diese beiden „Entführer“ mit blauem Kittel und Strohhut, wie das der Brauch ist, beim Hauptmann erschienen und ihm den Vogel zeigten. Die Freude war groß und der Durst auch! Lieder



wurden unserer Krähe gewidmet, die weit und breit bekannt sind, vor allem: „Möme us Krägge is düüt!“

Und nun zur Geschichte: Der Ursprung unseres Dorfes liegt im Dunkeln. Da schriftliche Quellen und sonstige Zeugnisse, z.B. Bodenfunde fehlen, versuchte bereits Dr. Ferdinand Voss (Herausgeber des Buches „Herdringen, Geschichte eines Dorfes“) anhand des Ortsnamens das Alter der Siedlung Herdringen zu bestimmen. Von seinem Namensursprung ist Herdringen eine Siedlung, die vermutlich in der Zeit der sächsischen Landnahme (500 - 900 n.Chr.) gegründet wurde. Siedlungsnamen aus der Periode der sächsischen Landnahme gehen oft auf ein ansässiges Sippenoberhaupt zurück. Die Namen der ältesten Siedlungen haben oft Endungen auf -ingen und -inghausen, welche den Ort bezeichnen, in dem die Nachkommen des Mannes wohnten,

der der Siedlung den Namen gab. Sein Name könnte von Hard (hart, kräftig) und heri (Krieger) abstammen. So war der Hardheri der Grundherr oder das Sippenoberhaupt dieser Siedlung. Der zweiteilige Personennamen zeigt sich am deutlichsten noch in der Schreibweise Hertheringe der Urkunde von 1202, in der Herdringen schon als Dorf (villa) bezeichnet wird.

Die älteren Namensformen - Hetrungen bzw. Hatrungen - benutzten die Corveyer Klosterschreiber bereits um 860 für unser Dorf.

Herdringen liegt an der alten - längst vergessenen - Salzstraße, die von Werl, über den Totenberg, Neheim, Herdringen, Hövel, Balve, Lüdenscheid nach Köln führte.

Doch aus dem im Nebel liegenden Ursprung hat sich ein lebens- und liebenswertes Dorf entwickelt, ein Dorf, das mit der Zeit gegangen ist und geht, in dem Traditionen noch gepflegt werden.

Sicht - Service

INFORMATIONEN + TERMINE



Senioren-Kino
im
Residenz-Kino-Center
Rumbecker Straße
in Alt-Arnberg

Nächste Vorstellung:
Samstag, den 28. Jan. 2006, 14:30 Uhr
Den Titel entnehmen Sie bitte der Presse.



Kirchen-Kino
im Residenz-Kino-Center
in Alt-Arnberg

Mi. 21.12.05 JUST A KISS
Mi. 25.01.06 WILLENBROCK
jeweils 17:30 Uhr und 20:00 Uhr



**Das Gesundheits- und Seniorenzentrum
„Am Bremers Park“**
öffnet im **Dezember 2005!**
Es stehen 80 moderne und großzügig gestal-
tete Plätze zur Verfügung.
Die Einrichtung liegt inmitten des Ortsteils
Neheim im schönen Bremers Park.
Info: ☎ (02932) 6 39 20
Mobil: 0171-122 59 12



**Programm
2005/2006**



02.12.2005 19:00 Uhr
„100 Lieder für eine
lebendige Kirche“
10.12.2005 17:00 Uhr
Chor u. Bläsermusik
19.02.2006 17:00 Uhr
Vivaldis Frühling für
drei Gitarren und ande-
re wohltönende Werke



MORRIS OPEN

English Folk:
Lieder & Tänze von
den Britischen Inseln

Eintritt: 8 Euro

Sonntag,
22. Januar 2006
17.00 Uhr
St.-Urbanus-Kirche
Arnsberg-Voßwinkel



Neue Sicht
Die nächste Ausgabe
erscheint
Anfang März 2006.
Freuen Sie sich
mit uns auf
die Sicht!