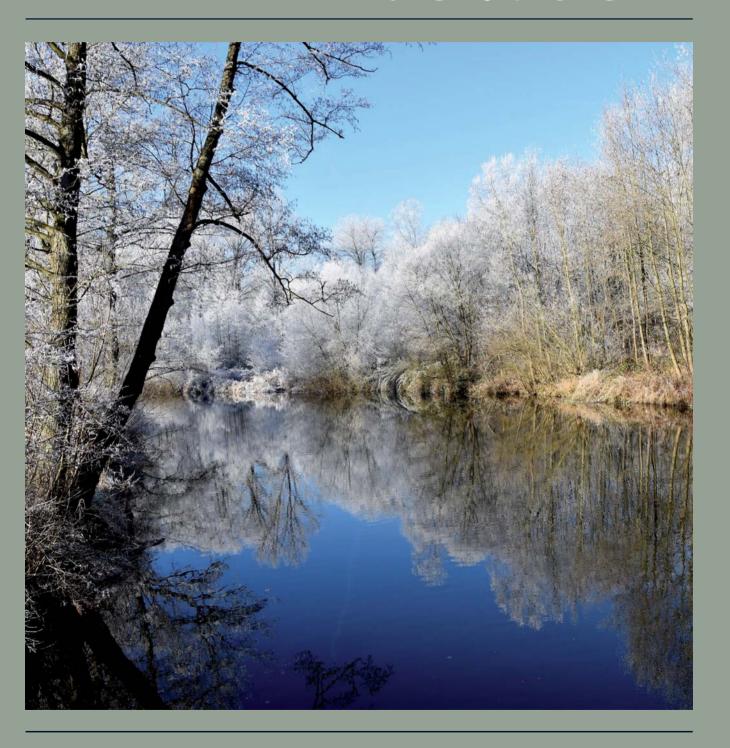
SENI RELET



Northeimer Zeitschrift für Senioren 3/2017



Jahreszeitliche Bepflanzung

Kurzzeitpflege bei Bedarf

Trauerfloristik

Moderne Floristik

Große Topfpflanzenabteilung



Fin Unternehmen der HaWe

Harztor 32-36 · 37154 Northeim Telefon 05551 2250 · Telefax 05551 2623



Telefon 0.55.51 / 82.84 37154 Northeim



e-mail: akustik obrikat.info@yahoo.de



37154 northeim

Mo-Fr 9.00-18.00 Uhr

8 30-13 00 Uhr

10.00-12.00 Uhr



Benediktuspark Am Stift

Wir bieten:

- · Stationäre Langzeitpflege
- · Kurzzeit- und Verhinderungspflege

mittelweg 20

- · Pflege für Menschen mit Demenz
- · Ergo- und Physiotherapie
- · Hauseigene Küche mit täglich frischen Mahlzeiten
- · Einzel- und Doppelzimmer mit Bad
- Gartenanlage



Stiftsplatz 2a, 37176 Nörten-Hardenberg Telefon: 05503 / 8085-0

www.benediktuspark-am-stift.de



tel. 05551 - 8401

Sie haben Fragen – wir antworten! Kommen Sie mit uns ins Gespräch!

Ambulante Krankenpflege

Menüservice

Northeim 0 55 51 / 95 22 70 Katlenburg-Lindau 0 55 52 / 99 97 35

Mit qualifizierten Fachkräften stehen wir Ihnen rund um die Uhr zur Verfügung.





Mühlen - Apotheke

Albert - Schweitzer-**Apotheke**

Apotheke am Wieter Harztor - Apotheke



Liebe Leserin, lieber Leser, liebe Leute pon "Senioren heute"

"Ich bin ein Kind des Friedens und will Friede halten für und für mit der ganzen Welt, da ich ihn einmal mit mir selbst geschlossen habe".

Johann Wolfgang von Goethe hat vor ca. 200 Jahren von Frieden gesprochen, aber von Klimakillern, Ökopionieren, Klimasündern und dem Klimawandel nichts geahnt. Im Goethe-Institut kann man auf der Website sein persönliches Verhalten mit dem CO₂-Rechner überprüfen.

Die aktuellen Probleme sind bereits vor der eigenen Haustür angekommen: Sturm, Starkregen, Überschwemmungen. Dazu kommt oft der wirtschaftlich gewollte Anbau von Monokulturen in der Landwirtschaft. Um das durch Nahrungsmangel verursachte massive Singvogelsterben aufzufangen, empfiehlt Professor Berthold die angepasste "Ganzjahreszufütterung" von Singvögeln. "Wir haben die Landschaften so ausgeräumt, dass es unsere moralische Verpflichtung ist, den Piepmätzen zu helfen. In den 50er-Jahren konnten Vögel auf allen Weizenfeldern Deutschlands über eine Millionen Tonnen Samen von Feldkräutern finden, auf den Feldern war das genauso. Eine enorme Menge Futter war das. Heute wächst außer Weizen. Mais oder Kartoffeln nichts mehr auf den Feldern. Außerdem gibt es viel weniger Insekten". Soweit ein kleiner Auszug aus dem Vortrag "Unsere Vögel - warum wir sie brauchen und wie wir sie

Erscheinungstermin:

Diese Ausgabe erschien

am
 Ausgabe 1:
 Ausgabe 2:
 Ausgabe 3:
 November 2017
 März 2018
 August 2018
 November 2018

Die Homepage "Senioren heute" ist über den QR-Code einfach zu laden:



schützen können. Jeder Gemeinde ihr Biotop", den Prof.

Berthold in der Veranstaltungsreihe "Stadthalle Northeim macht klug" am 29.10.2017 gehalten hat. Es ist jetzt also höchste Zeit, dem Artensterben Einhalt zu gebieten.

In der Sommer-Ausgabe unserer Zeitschrift hatte die Redaktion die Leitungen der Gruppen im Verein und auch die Reiseleiter aufgerufen, über Aktionen und besondere Angebote zu berichten. Drei Beiträge für unsere Northeimer Seniorenzeitschrift hat die Redaktion erhalten. Den Autoren herzlichen Dank. Dieser Dank gilt natürlich auch allen anderen, die einen Beitrag für unsere Zeitschrift geschrieben haben.

Noch ein Hinweis des Landeskriminalamts Niedersachen: Winterzeit ist Einbruchszeit, dazu kommen die vielen Tricks an der Haustür. Also prüfen Sie, wer ins Haus will, bevor Sie öffnen, lassen Sie keine fremden Personen in Ihre Wohnung. Achten Sie aber auch darauf, ob fremde Personen ältere Nachbarn aufsuchen – fragen Sie nach. Das Ergebnis wird allen gut tun.

Für die Adventszeit wünsche ich Ihnen besinnliche Stunden und das Gelingen, vom Alltag einmal abzuschalten, frohe Festtage und für das kommende Jahr 2018 Gesundheit und persönliches Wohlergehen.

Viel Spaß beim Lesen.

Erhard Neuhaus



"Winterpracht am Rhumekanal in Northeim" fotografierte Erhard Neuhaus im Dezember 2016

INHALT	
Stille Nacht, heilige Nacht	2
Schneeflocken sind ausgestorben	3
Johann Peter Hebel	4
Weißes Waldvögelein	5
Schachaufgabe Nr. 26	5
Katharina (Käthe) Luther geb. Katharina von Bora	6
In den blauen Laufschuhen	8
2017 – 200. Geburtstag von Theoder Storm	8
Weihnachtslied	8
Die "Orient-Reise – ohne Wiederkehr …"	ć
Knecht Reprecht	11
Gegen das Vergessen	12
Theater der Nacht: Northlantis – die versunkene Stadt	13
Geistig fit – Versteckte Städte	14
Laien-Reanimation ist einfach: Jeder kann Leben retten!	15
Der neue Seniorenrat der Stadt Northeim im Amt	17
Einladung zur Weihnachtsfeier	17
Angebote des Vereins "Senioren heute"	19
Lust zum Lesen – ein Projekt für Senioren und Kinder	21
Der Christbaum ist der schönste Baum	21
Ein ganzes Jahr im Rückblick	22
Besuch im weltberühmten "Dornröschenschloss"	25
Eins, zwei, drei, im Sauseschritt	27
Wir werden Sie nicht gleich in den Sack stecken	29
Der Brocken – das Höchste im Norden	31
Bergwetterwarte Brocken	31
Senioren heute fuhr in den Spreewald	35
wenn das Gute liegt so nah!	37
Basar vom 23. September '17	37
Die letzte Tageswanderung in der Saison 2017	39
Wünsche zu Weihnachten und Neujahr	41
Auf dem Sattel durch unsere schöne Heimat	43
Lösungen Schach und Geistig fit	43
Impressum	44

Weihnachten 3/2017 | SENIOREN

"Stille Nacht, heilige Nacht ..."

Am 24. Dezember 1818 wurde zum ersten Mal in der Schifferkirche in Oberndorf bei Salzburg das Lied: "Stille Nacht, heilige Nacht" gesungen. Das Lied wurde bald der Inbegriff der Weihnachtsstimmung weltweit, inzwischen in mehr als 320 Sprachen rund um den Globus.

Als "Weihnachtsfrieden" ist es 1914 in die Geschichte eingegangen, als die Soldaten an der Westfront gemeinsam das Weihnachtsfest feierten. Es war Krieg – aber keiner wollte schießen. Sie sangen gemeinsam, auch das Lied: "Stille Nacht, heilige Nacht" und auch gemeinsam die englische Fassung: "Silent night, holy night Son of God, love's pure light …".

Wikipedia stellt zu diesen Themenkreisen zur Verfügung:

Während des Zweiten Weltkrieges beachtete das Deutsche Reich, trotz interner anderer Erklärungen die "Genfer Konvention" von 1929 zum Schutz von Personen, die nicht oder nicht mehr an

teilnehmen. Kampfhandlungen Auf Basis dieses anerkannten Völkerrechts durften während des Weltkriegs nur zwei internationale Organisationen die deutschen Lager für die Internierten aus westeuropäischen Ländern und dem Commonwealth inspizieren: Das Internationale Rote Kreuz (IKRK) und der CVJM/YMCA, der Christliche Verein junger Menschen, 1844 in London gegründet. Dazu gesellte sich nach dem amerikanischen Kriegseintritt im Dezember 1941 die in Genf verwaltete ...War Prisoners Aid of the International Y.M.C.A.". Etwa 250 Delegierte waren bei mehr als fünf Millionen Kriegsgefangenen in über 30 Ländern im Einsatz. In Deutschland wurde nur sieben Mitarbeitern erlaubt, die Gefangenenlager zu betreten. Die Möglichkeit, sich auch um die sowjetischen Kriegsgefangenen zu kümmern, war den Organisationen nicht gewährt.



Stille Nacht, heilige Nacht! Text von Joseph Mohr (1818)

Diese vom CVJM-Weltbund aufgebaute offizielle Kriegsgefangenenhilfe beinhaltete eine soziale Betreuung und auch eine seelsorgerische Begleitung deutscher und ausländischer Soldaten.

Wie notwendig und wichtig gerade dieser Beistand für die Internierten war, lässt W. Hilsley in seinem Lagertagebuch erkennen, wenn er von Zusammenbrüchen aufgrund von Scheidungswünschen der Ehefrauen berichtet. von Streitigkeiten der Gefangenen untereinander, oder auch von versuchten oder vollendeten Selbstmorden. Bei Hilsley kann man aber auch nachlesen, dass die von den beiden internationalen Organisationen - IRCC und YMCA. - kontrollierten Internierungslager vergleichsweise gute Überlebenschancen boten und ein reichhaltiges internes kulturelles Leben ermöglichten.

Die Organisation erreichte ab 1944 auch deutsche Kriegsgefangene in Europa, Ägypten, den USA, Kanada usw. mit starker Hilfe des US-amerikanischen Y.C.V.J.M.

Anfang Februar 1946 besuchte Paul Schnyder, Vertreter des Internationalen Roten Kreuzes in Genf, Delegation Washington, das Lager Gruber in den USA. Zu diesem Thema heißt es in der PW-Camp-Lagerzeitschrift "ARIZONA SONNE" vom 10. Februar 1946: "Ein wichtiger Punkt der Gespräche war das Thema zur Post. Es wurde dem Vertreter vorgetragen, dass der größte Teil der Kameraden, die bereits im Sommer und Herbst 1944 gefangen genommen sind, bis heute noch ohne Lebenszeichen aus der Heimat sind".

Weiter heißt es in dem Bericht: "Die aufgeworfene Frage, dass die Postsperre nach Deutschland für uns Kriegsgefangene eine Strafe sei, verneinte der Vertreter des I.R.K. aufs entschiedenste, stellte demgegenüber fest,

dass es auch der amerikanischen Zivilbevölkerung bis heute noch nicht gestattet ist, an ihre zahlreichen Angehörigen in Deutschland zu schreiben. Als besondere Schwierigkeiten stellte er die katastrophale Transportlage und die zahlreichen Adressenveränderungen durch die Kriegswirren innerhalb des Deutschen Reichsgebietes in den Vordergrund".

Die nötige Veränderung wurde mit der besonderen Postkarte "Stille Nacht" erreicht, indem den Angehörigen in Deutschland im ersten Schritt überhaupt erstmalig die Anschrift in den USA mitgeteilt werden konnte.

Die Abbildung zeigt die Karte von meinem Vater als "Prisoner of War im Camp Gruber" an meine Mutter, geschrieben Anfang Dezember 1944, in Deutschland angekommen am 22. Februar 1945.

Erhard Neuhaus

SENIOREN | 3/2017 Weihnachten

Schneeflocken sind ausgestorben

Ein Märchen für Erwachsene

Schneeflocken sind ausgestorben, dachte sie, genau wie die Dinosaurier. Schade! Schwebende. tanzende Schneeflocken - ein Ballett des Himmels. Als Kind hatte sie versucht. Schneeflocken mit ihrer Zunge zu fangen. Ganz zart prickelnd hatten sie sich in ihrem Gesicht angefühlt. Wie fröhliche Elfen hüpften sie manchmal vor dem Fenster oder stoben lautlos gegen die Windschutzscheibe. Und wie sie in der Dämmerung gefunkelt hatten! Vorbei, zu Ende, ausgestorben. Wie die dummen Saurier mit ihren viel zu kleinen Gehirnen.

Langsam stieg sie die Treppe neben dem Tagestreff Oase hinauf. Die Stufen waren glitschig, denn der Frost hatte Raureif auf ihnen hinterlassen. Sie hörte, wie hinter ihr Autos gestartet wurden und den Parkplatz hinter dem Gemeindehaus der St.-Sixti-Gemeinde verließen. Die Kantoreiprobe war zu Ende. Eine Stimme rief ihr zu: "Ich wünsche dir einen schönen dritten Advent, Beate!" Sie drehte sich um und winkte ihrer Mitsängerin aus dem Sopran dankend zu. Dann verfiel sie wieder ins Grübeln. Keine Schneeflocken in Sicht. Nur Frost, Nebel, ungemütliches Herbstwetter, obwohl es nur noch zehn Tage bis Weihnachten waren. Ein Dezember im Schnee, weiße Weihnacht wann hatte es das zum letzten Male gegeben?

Und der kleine Jonas war felsenfest davon überzeugt, dass es demnächst schneien würde. Sie selbst hatte ihm ungewollt diese Überzeugung eingepflanzt. Anfang der Woche war das gewesen, in der von ihr geleiteten Kindergartengruppe. Da hatte Jonas auf der einen Seite und Sarah von der anderen Seite auf sie eingeredet, Sarah mit ihrem altklugen Geplappere und Jonas mit seiner schüchternen Stimme und seinem Sprachfehler. Sarah hatte gerade behauptet: "Mein Bruder will mir nichts zu Weihnachten schenken, weil ich sein Polizeiauto kaputtgemacht habe." Und Jonas hatte im gleichen Augenblick gefragt:



Foto: Wikipedia

"Kommt bald Schnee?" Daraufhin hatte Beate "Doch, ganz bestimmt tut er das!" geantwortet und wollte eigentlich nur auf Sarahs Frage eingehen. Aber Jonas war sofort losgestürmt und hatte gerufen: "Bald gibt es Schnee. Ganz bestimmt, hat Beate gesagt."

Tja, und jetzt verließ sich Jonas felsenfest auf ihr leichtsinnig dahingesagtes "ganz bestimmt". Ausgerechnet er würde unendlich darunter leiden, wenn sich ihre Vorhersage nicht erfüllte. Er. dem von seinem Vater schon so viele Versprechen gemacht worden waren, die dann aber nie eingehalten wurden. Der Vater, der mit seinem eigenen Leben nicht zurecht kam und seinen Frust ständig an Jonas und dessen Mutter ausließ. So oft hatte Jonas im Kindergarten erzählt, dass sein Vater ihn wieder einmal enttäuscht hatte, mal mit der Zusage, gemeinsam in den Zoo nach Hannover zu fahren, dann wieder mit völlig unrealistischen Versprechungen, was er ihm alles schenken würde. Weder für den Zoobesuch noch für großartige Geschenke war das Geld da, aber das hinderte den Mann nicht daran, großspurige Reden zu führen.

Und jetzt würde sie, Beate, diejenige sein, die den Kleinen enttäuschen müsste. Das konnte und das wollte sie nicht! Wenigstens zu ihr, seiner Erzieherin im Kindergarten, sollte er sein Vertrauen behalten dürfen. Wie konnte sonst ein kindliches Urvertrauen in ihm heranwachsen? Oder sich eine schützende Hülle um ihn herum bilden, wie sie der biblische Jonas in einem großen Fisch gefunden hatte? Ein Schutz, der ihn vor Enttäuschungen bewahren konnte. Nur: Wie ließ sich das Wetter zwingen, Schneeflocken zu produzieren? Die ja offensichtlich ausgestorben waren, genau wie die Dinosaurier. Andererseits: In den Skigebieten gab es ja Kunstschnee aus Schneemaschinen. Wäre es möglich, so einen Apparat nach Northeim zu holen?

Sie überquerte die Wieterstraße. um auf dem Parkplatz am Ratshof in ihr Auto zu steigen. Mist, die Vorderscheibe war zugefroren. Sie kramte aus dem Handschuhfach einen Eiskratzer hervor und machte sich an die mühselige Arbeit, die Scheiben vom Eis zu befreien. Ihre Finger schmerzten vor Kälte. Zu dumm, dass sie nicht an Handschuhe gedacht hatte. Die feinen Eissplitter glitzerten im Licht der Straßenlaternen. Sie überlegte. Wenn man ganz viel Eis hätte und es klitzeklein zerhacken könnte, käme dann so eine Art Schneeflocken dabei heraus? Aber solche Mengen, wie notwendig wären, hätte man wohl kaum zur Verfügung. Und wie sollte man diese Eisbröckchen zum Schweben bringen?

Zu Hause gönnte sie sich ein Glas Rotwein und einige Kartoffelchips. Wie immer nach der Kantoreiprobe hatte sie mindestens einen Ohrwurm im Kopf, der sie nicht zur Ruhe kommen ließ und sie am Einschlafen hinderte. Diesmal aus dem Weihnachtsoratorium. Dazu kamen ihr noch einige witzige Bemerkungen des Kantors in den Sinn: "Ihr Soprane, ihr seid doch sozusagen der Chor der himmlischen Heerscharen. Also singt doch das ,Jauchzet, frohlocket' bitte so, als ob ihr wie die Engel gerade vom Himmel herab geflogen wäret, noch ein wenig atemlos, also ganz vorWeihnachten 3/2017 | SENIOREN

sichtig beginnend und dann erst allmählich kräftiger werdend. Die beiden ersten Worte bitte so zart wie schwebende Vogelfedern. Ganz sanft zu Beginn, wie Kolibri-Engelchen." Sie lachte in sich hinein und ging ins Bett.

Aber an Einschlafen war nicht zu denken. Immer wieder sah sie den kleinen Jonas vor sich. Sie hörte förmlich seine Stimme, wie er weinerlich und wieder einmal enttäuscht zu ihr sagte: "Du hast es aber versprochen, Beate. Der Schnee kommt ganz bestimmt, hast du gesagt. Und mein Papa sagt immer: 'Ich bestimme, und das passiert bestimmt, ohne Widerworte.' Jetzt hast du bestimmt, dass der Schnee kommt."

Wäre es möglich, Styroporkügelchen mit Hilfe eines Laubbläsers vor einem Fenster des Kindergartens durch die Luft zu pusten? Nein, das wäre zu laut. Jonas würde den Betrug merken. Ein Haarföhn ginge vielleicht, der wäre leiser. Oder Watte, ganz fein gezupft, vom Dachboden herunterschweben lassen? Sie verließ ihr Bett wieder, ging ins Bad und zerzupfte ein paar Wattepads in klitzekleine Fitzelchen. Mit dem Haarföhn versuchte sie, die Fitzelchen durch die Luft zu blasen, in der Hoffnung, sie würden sanft zu Boden schweben. Nach Schneeflocken sah das nicht aus, nur nach kaputten Wattepads. Seufzend ging sie wieder ins Bett.

Am Tag darauf erledigte sie ihre Weihnachtspost, buk Plätzchen zusammen mit ihrer fünfzehnjährigen Nichte Lisa, und am Adventssonntag besuchte sie ihre Tante in der Seniorenresidenz Stiemerling. Genug Ablenkung, aber die ausgestorbenen Schneeflocken gingen ihr nicht aus dem Sinn. Wie konnte sie nur den sehnlichsten Wunsch von Jonas erfüllen? Die Antwort auf ihre Frage fiel ihr am Montagmorgen in den Schoß. Da zog nämlich Sarah ein Märchenbuch aus dem Regal im Gruppenraum, öffnete es und zeigte es Beate. "Guck mal, Beate, meine Mama hat gesagt, das ist alles Quatsch. Märchen sind voller Lügen. Und sie hat auch gesagt, du sollst uns keine Märchen mehr vorlesen. Lieber

sollst du mir zeigen, wie man selbst lesen und schreiben kann. Damit ich, wenn ich in die Schule komme, schon besser bin als die anderen." Beate nahm ihr das Buch aus der Hand und sagte ernst: "Ich finde Märchen schön. Und wichtig für Kinder. Man kann auch ganz viel daraus lernen." Als sie das Buch gerade wieder ins Regal stellen wollte, öffnete es sich ausgerechnet bei dem Märchen von Frau Holle, und Beate erblickte ein farbiges Bild: Frau Holle, wie sie eine große Bettdecke schüttelt und lauter Federn auf die Erde herab schweben. Natürlich, so sah Schnee für Kinderaugen aus: Wie zarte, flaumige Bettfedern.

Am Abend rief sie Lisa an und bat sie: "Lisa, du musst mir helfen. Am letzten Kindergartentag vor

Johann Peter Hebel

Mit der Freude zieht der Schmerz traulich durch die Zeiten. Schwere Stürme, milde Weste, bange Sorgen, frohe Feste, wandeln sich zu Zeiten. War's nicht so im alten Jahr? Wird's im neuen enden? Sonnen wallen auf und nieder, Wolken gehen und kommen wieder und kein Mensch wird's wenden.

den Weihnachtsferien musst du Frau Holle spielen." "Ich, in einem Theaterstück? Niemals!", protestierte Lisa. "Nein, kein Theaterstück. Du musst nur heimlich still und leise, so dass kein Kind dich sieht, auf den Dachboden vom Kindergarten gehen, ein Fenster öffnen, genau über meinem Gruppenraum, und dann ganz vorsichtig Federn aus einem Kissen herabschweben lassen. So, dass es für die Kinder aussieht, als ob es schneit."

Lisa lachte. "Und damit willst du den Kindern weismachen, es schneit. Du, Beate, Kinder sind heutzutage nicht mehr so leichtgläubig wie du es vielleicht als Kind warst. Die lassen sich nicht betrügen." "Trotzdem, lass es uns versuchen."

Schneeflocken dürfen nicht aussterben, dachte sie, dass es keine Saurier mehr gibt, das ist gut. Ich möchte im Wieterwald jedenfalls keinem Tyranosaurus Rex begegnen, und beim Baden im Kiessee möchte ich nicht von einem schwimmenden Riesenreptil angerempelt werden. Aber Schneeflocken, die lasse ich nicht aussterben! Sie opferte ihr prallstes Federbett und brachte es am Abend vor dem erdachten. Schneefall auf den Dachboden des Kindergartens. Ihre Kolleginnen hatte sie schon in den Tagen zuvor eingeweiht. Zur abgemachten Zeit, wenige Minuten vor dem Ende des Kindergartentages und dem Beginn der Weihnachtsferien, stellte sich eine von ihnen fast wie zufällig ans Fenster und rief: "Kinder, kommt mal schnell her. Es schneit!" Beate hob als erstes Jonas auf das Fensterbrett, damit er die beste Aussicht hatte. Sie hatte sich nicht zu viel von diesem Ereignis versprochen. Seine Augen leuchteten, er strahlte über das ganze Gesicht, und vollkommen ohne Sprachfehler jubelte er: "Es schneit! Beate hat es versprochen. Es schneit." Ganz kurz drehte er sich zu ihr um. drückte sein Gesicht an ihres und schaute blitzschnell wieder in das schwebende Ballett der Bettfedern. Ganz langsam fielen sie von oben herab, drehten und wendeten sich, tanzten zum Teil graziös wieder aufwärts und drehten elegante Pirouetten. Jonas drückte sich die Nase platt an der Fensterscheibe; seine Wangen glühten vor Begeisterung. "Komisch, bei uns zu Hause hat

es nicht geschneit", meinte seine Mutter, als sie ihn später abholte. "Ja, es war wohl nur eine einzige Schneewolke über Northeim unterwegs, und die hat ausgerechnet bei unserem Kindergarten Halt gemacht", antworte Beate und lächelte sie an. Dann beugte sie sich zu Jonas herab und flüsterte ihm ins Ohr: "Manchmal gehen Wünsche in Erfüllung. Nicht immer, aber trotzdem darf man nicht aufhören zu wünschen. Ich wünsche dir jedenfalls ein wunderschönes Weihnachtsfest."

Dorothea Speyer-Heise

Pflanzenporträt

Weißes Waldvögelein (Orchidee des Jahres 2017)

Das Weiße Waldvögelein (Cephalanthera damasonium) wurde von den Arbeitskreisen Heimische Orchideen (AHO) der Bundesländer zur Orchidee des Jahres 2017 gewählt. Im Gegensatz zu manchen anderen der ca. 60 einheimischen Orchideenarten ist das Weiße oder Bleiche Waldvögelein keineswegs selten oder gar vom Aussterben bedroht. Es ist in Deutschland weit verbreitet bis zum Nordrand der Mittelgebirge und wächst auf lockeren, kalkhaltigen Böden an halbschattigen Standorten in warmen Wäldern auf Kalkgrund, vor allem in alten Buchenwäldern. Hier kann sich über Jahre eine Lebensgemeinschaft entwickeln, die den Orchideen das Überleben sichert. Dazu brauchen sie Pilze als Partner. Während der Pilz von den Fotosyntheseprodukten der Pflanzen profitiert, schützt er mit seinem Pilzgeflecht (Mycel) die Pflanzenwurzeln und versorgt diese mit Wasser und Nährsalzen - vor allem Phosphor- und Stickstoffverbindungen -Spurenelementen. Eine derart innige Lebensgemeinschaft zum beiderseitigen Nutzen nennt man allgemein "Symbiose", in diesem speziellen Fall "Mykorrhiza", was wörtlich übersetzt "Baumwurzel" bedeutet. Als Dritter im Bunde mischen Baumwurzeln mit. die ihrerseits eine Symbiose mit den Mykorrhiza-Pilzen des Weißen Waldvögeleins eingehen. Man geht davon aus, dass die Orchideen einen Großteil ihrer Kohlenstoffverbindungen von den Bäumen beziehen, wenngleich sie durch ihre vier bis zehn Zentimeter langen und fast halb so breiten grünen Blätter Fotosynthese betreiben und sich somit selbst mit Nährstoffen versorgen können.

Sobald das komplexe Gefüge aus Waldboden, Pilzen und Pflanzenwurzeln gestört wird, ist die Existenz des Weißen Waldvögeleins akut gefährdet. Die in den Arbeitskreisen organisierten Orchideenfreunde rücken diese Problematik in den Fokus und fordern eine



Das weiße Waldvögelein.

rücksichtsvolle Waldwirtschaft, denn eine radikale Nutzung des Waldes würde unweigerlich zum Ausrotten ganzer Bestände führen.

Zur Blütezeit von Mai bis Juni sind bis zu zwölf in einer Ähre angeordnete, ca. zwei Zentimeter lange creme- bis elfenbeinfarbene, seltener gelbliche Blüten zu bewundern. Sie warten mit einer Besonderheit auf, denn der "Blütenstiel" ist der gedrehte Fruchtknoten. Die Blüten sind geschlossen oder nur wenig geöffnet. Weil sich die Staubbeutel bereits in der geschlossenen Blüte öffnen, kommt es meistens zur Selbstbestäubung. Bei Temperaturen über 25° C öffnen sich die Blüten. Mit reichlich Fantasie lassen sich in den ausgebreiteten Blütenblättern Vogelflügel erkennen.

Im Herbst geht die Pflanze ein und überwintert mit ihrem unterirdischen Wurzelstock. Lange sichtbar bleiben die braunen Fruchtstände. Bei trockenem Wetter öffnen sich die Kapseln und entlassen Unmengen an staubfeinen Samen, die durch den Wind verbreitet werden.

Die Attraktivität der bis zu 60 Zentimeter großen Pflanzen birgt ein weiteres Gefährdungspotenzial: Es weckt Begehrlichkeiten bei Hobbygärtnern. Mit dem Ausgraben ist jedoch keinem gedient,

weder den Pflanzen noch dem vermeintlichen Pflanzenfreund, denn die Orchideen würden ohne ihre Pilzpartner mit Sicherheit in der Gartenerde eingehen. Er würde sich zudem strafbar machen, denn obwohl das weiße Waldvögelein stellenweise in individuenreichen Beständen vorkommt, steht die Art wie alle einheimischen Orchideen unter strengem Schutz.

Nicht nur für 2018 gilt: Das weiße Waldvögelein anschauen, fotografieren, stehen lassen!

Text u. Foto: Ingrid Müller Kreisnaturschutzbeauftragte des Landkreises Northeim

Schachaufgabe Nr. 26:



Werle – Wacker Groningen 2014

Weiß am Zug. (Lösung auf Seite 43)

Katharina (Käthe) Luther geb. Katharina von Bora

Über die Reformation. Martin Luther und auch Katharina von Bora ist viel geschrieben und gesagt worden - hier also nun der Versuch, Fakten zu präsentieren, die weitgehend Katharina betreffen. Dazu wurde u. a. bei Wikipedia nachgelesen, besonders aber der Besuch im Lutherhaus in Wittenberg ergab erschöpfende Informationen. Das einstige Wohnhaus der Familie Luther beherbergt heute das größte reformationsgeschichtliche Museum der Welt.

Kind, Nonne, Ehefrau, Mutter, Großmutter

- Katharina

Geb. am 29. Januar 1499 in Lippendorf (?) in Sachsen, gestorben am 20. Dezember 1552 in Torqau in Sachsen. Katharina hat zwei Schwes-

Rora kommt

Brüder.



tern und drei Katharina Luther, Gemälde Katharina von von L. Cranach d. Ä.

durch den frühen Tod der Mutter im Alter von sechs Jahren in eine Klosterschule, dann 1508 mit 9 Jahren in das Zisterzienserinnenkloster Marienthron in Nimbschen bei Grimma, wo sie 1515 ihr Gelübde ableat.

Hier lesen die jüngeren Ordensschwestern heimlich die ersten Schriften des Reformators Martin Luther, worauf bei einigen Nonnen der Gedanke zur Flucht aus dem Kloster reift. Auf einem Planwagen, versteckt hinter leeren Heringsfässern, so wird berichtet, gelingt die Flucht am Karsamstag 1523. Katharina kann nicht nach Hause, weil auf das Brechen des Gelübdes die Todesstrafe steht. so reist sie mit neun ihrer Ordensschwestern nach Wittenberg, wo Luther sie alle aufnimmt und in den Häusern seiner Freunde versorgen lässt. Katharina kommt ins Haus von Lukas Cranach. Nun muss für die "Nonnen" gesorgt werden, d. h. man muss Ernährer. d. h. Ehemänner, vermitteln, Luther ist recht erfolgreich bei der Vermittlung, aber für Katharina findet man keinen Partner. Die Verlobung mit einem Theologiestudenten aus Nürnberg "platzt" durch den Einspruch dessen Vaters.

Das durch die Lebensdaten sich nun öffnende Zeitfenster von 1523 bis 1552 liegt im Fokus dieses Berichtes:

1524 gibt Luther sein Leben als Mönch auf. Auch das Zölibat lehnt er ab.

Als Luther mit Katharina über ihr weiteres Auskommen spricht, erwidert Katharina ihm, dass sie, wenn überhaupt, sich nur vorstellen könne, seine Frau zu werden. Luther, noch Junggeselle, nimmt den Vorschlag an - verblüfft, wie er später gesteht.

Die beiden heiraten am 13. Juni 1525. Trauzeuge ist der Maler Lukas Cranach d. Ä. Die Traurede hält sein Freund Johannes Bugenhagen. Die Hochzeitsfeier findet am 27. Juni 1525 statt.

Um zu erkennen, welche Aufgaben auf Katharina zukommen, hier zuerst die Liste der gemeinsamen sechs Kinder:

Am 7. Juni 1526 kam ihr Sohn Johannes (Hans) († 27. Oktober 1575 in Königsberg (Preußen) zur Welt, ihm folgten am 10. Dezember 1527 die Tochter Elisabeth, die im frühen Kindesalter am 3. August 1528 starb, am 4. Mai 1529 die Tochter Magdalena († 20. September 1542 in Wittenberg), am 7. November 1531 der Sohn Martin († 4. März 1565 in Wittenberg), am 28. Januar 1533 Paul († 8. März 1593 in Leipzig) und am 17. Dezember 1534 Margarethe († 1570 in Mühlhausen/Ostpreußen).

Enkel: Margarete Luther, Johann Joachim Luther, Johann Ernst Luther

Urenkel: Johann Martin Luther L. Katharina und Martin leben im "Schwarzen Kloster" in Wittenberg, nachdem die Augustinermönche das Kloster verlassen haben, stellt der Kurfürst Johann Friedrich I., ältester Sohn des sächsischen Kurfürsten Johann des Beständigen, das Haus zur Verfügung. Auch Johann Friedrich fördert die Reformation, wie vor ihm schon sein Onkel und Katharina lässt das Haus ausbessern und frisch anstrei-



chen, macht aus dem Mönchsfriedhof im Kloster einen Kräutergarten, verwandelt das Erdgeschoss in einen Schweinestall, lässt das Backhaus herrichten.

Sie drängt Luther dazu, den angrenzenden Garten mitsamt Bach und Fischteich zu kaufen. Der Teich wird 1533 zum ersten Mal abgefischt, Luther kann nun zwischen mehreren Fischsorten wählen und ist nun mit dem Kauf ausgesöhnt. Da auf dem alten Kloster ein Braurecht liegt, beginnt Katharina Bier zu brauen. Luther liebt es als Nachttrunk so sehr, dass er - als er einmal monatelang in der Coburg weilte - schreibt, sie möge ihm doch ein Fässchen davon zukommen lassen. Luther kauft auf ihre Veranlassung weitere Gärten und Güter, auf denen sie Viehzucht und Obstanbau betreiben kann, 1544 wird auch ein Weinberg gekauft. schließlich einen Hopfengarten. Scherzhaft nennt Martin seine Frau ob ihrer Begabung zur Verwalterin und aufgrund ihrer entschlossenen Art liebevoll auch: "Mein Herr Käthe".

Ohne Katharina wäre Luther wohl im Chaos des Alltags versunken und die lutherische Reformation nicht vorangekommen. "Für manche Zeitgenossen war Katharina die Xanthippe der Reformation, für andere die Lichtgestalt im Hause Luthers, Vorbild für Generationen von evangelischen Pfarrfrauen."

Heute würden wir sagen, sie führte einen Haushalt, der den Umfang eines mittelständischen Unternehmens besitzt. Um die Versorgung möglichst preisgünstig zu gestalten, bewirtschaftet Katharina Garten und Ländereien.

Bald ist jedes Zimmer im Kloster bewohnt, viele Menschen müssen versorgt und beköstigt werden.

Katharinas Haushalt wächst zu einem der größten in Wittenberg heran. Zwischen 35 und 50 Personen wohnen im Haus: Die fünf eigenen Kinder und Muhme

Lene, seit 1529 sechs Kinder aus der verarmten oder verwitweten Verwandtschaft. Dazu 10 bis 20 Studenten – von einem Professor wird damals erwartet, dass er auch Studenten mit deren Hauslehrern als zahlende Gäste aufnehmen kann. Die Gruppe bildet die sogenannte Burse, die sich neben Luthers Gehalt als die zweite Säule des Einkommens der Familie Luther erweist.

Weiter kommen dazu etwa zehn Angestellte: Martin Luthers Sekretär, auch als der Lehrer der Kinder und Assistent Luthers, Wolf Seeberger. Die Köchin Dorothea, Knechte und Mägde, ein Kutscher und ein Schweinehirt. Oft wohnen auch Gäste im Haus und zum Essen kommen regelmäßig noch Freunde.

Durchschnittlich ca. 40 Personen sitzen täglich am Tisch in Luthers Haus.

Für die Hauptmahlzeiten gibt es eine feste Sitzordnung, bei der der Hausherr und die Hausfrau jeweils die Plätze am Kopfende des Tisches einnehmen. Die Hauptmahlzeiten werden am späten Vormittag und am frühen Abend an einer langen Tafel im ehemaligen Refektorium eingenommen. Benutzt werden Becher, Löffel, Messer, Schüsseln und Brettchen, die Bediensteten teilen sich zu zweit ein Gedeck.

Nach den Mahlzeiten trifft sich der engere Freundeskreis in der Lutherstube, dort ist Katharina als einzige Frau zugelassen. "Mitschreiber" notieren die Gespräche, vor allem Luthers Äußerungen, die später als "Tischreden" veröffentlicht werden, was Katharina durchaus nicht immer gern sieht.

Katharina organisiert alles und treibt auch das Geld ein, dabei war sie unerbittlich. Während Luther mit materiellen Sorgen eher unbeschwert umgeht und auch freigebig schenkt, hat Katharina die eigentliche Verantwortung für den Ablauf und die umfangreiche Rechnungsführung.

Sie ist oft mehr als besorgt über die Großzügigkeit ihres Mannes, der nur zu leicht über die große Güte und Freigebigkeit des Himmels zu reden pflegte. Katharina stellt ihn oft zur Rede, er macht dann in seinen Tischreden deftigste Anmerkungen zum Wesen der Frau: So haben die Weiber noch eine schärfere Waffe als die Zunge, nämlich die Tränen. Was sie mit Reden nicht erreichen können, erlangen sie mit Weinen. 1532 erhält Luther das große Haus förmlich vom Kurfürsten als Eigentum übertragen. Das ehemalige Kloster, nun Luthers Wohnhaus, entwickelt sich unter der Leitung von Katharina Luther zu einem Treffpunkt einheimischer und auswärtiger Freunde und Bekannte. Aber auch wegen ihres Glaubens Verfolgte finden Unterkunft.

Katharina ist Martin Luther in seinen persönlichen Problemen eine große Hilfe. Sie betreut auch den finanziellen Teil zu Drucklegungen der Lutherschriften und erwirbt sich Respekt in geistreichen und schlagfertigen Beiträgen zu Tischgesprächen und in Briefen. Von den Häusern der Stadt Wittenberg hat 1510 fast iedes zweite das Braurecht. Auch das ehemalige Kloster gehört dazu. Martin Luther erhält vom Kurfürsten jährlich Gerstenmalz für ca. 4500 ltr. Dünnbier. An 11 Brautagen im Jahr werden je 400 ltr. Bier gebraut. Es ist anzunehmen, dass Katharina darüber hinaus aus eigener Gerste braut. Der Verbrauch an Dünnbier ist hoch, denn ein Erwachsener trinkt täglich ein bis zwei Liter, da andere Getränke wie Milch nicht zur Verfügung stehen, oder wie Brunnenwasser die Gesundheit gefährden können. Das begehrte Torgauer oder Einbecker Bier muss zugekauft werden.

Auf Katharinas Wunsch erwirbt Luther Gärten, Äcker und Wiesen außerhalb der Stadt, denn Katharina darf als Frau keine Verträge abschließen. 1531 einen Garten



Lutherhaus in Wittenberg.



"Auf den Spuren von Katharina Luther" vor dem Lutherhaus. Foto: E. Neuhaus

vor dem Elstertor mit Obstbäumen, einen Fischteich und eine Bienenzucht, 1535 einen weiteren Garten vor dem Elstertor, 1539 das Gut Boos jenseits der Elbe zur Pacht, 1540 das Gut Zölsdorf bei Leipzig. 1544 einen Hopfengarten und einen Acker im Elzholz. Im Jahre 1544 haben sie damit den größten Grundbesitz aller Wittenberger Bürger. Katharina erreicht nun, dass auch Martin seine Begeisterung für den Gartenbau entdeckt.

Im Haushalt der Luthers werden Schweine-. Rind- und Geflügelfleisch sowie Eier, Kuh- und Ziegenmilch erzeugt und auch verarbeitet. Für die Ziegenhaltung bedarf Katharina einer besonderen Erlaubnis des Kurfürsten. Allen anderen Wittenberger Bürgern ist die Ziegenhaltung verboten, da zu befürchten ist, dass die Ziegen die Bepflanzung der neu angelegten Stadtwälle beschädigen. 1542 haben Katharina und Martin Luther als Privatleute den größten Viehbesitz in Wittenberg. Auf Katharinas Verlangen wird das Geld, wann immer es geht, in Grundbesitz angelegt, um die Eigenversorgung auszubauen.

War Martin Luther am Anfang seiner Ehe fast mittellos, ist er gegen Ende seines Lebens, nicht zuletzt dank der Aktivitäten seiner Frau Katharina, einer der wohlhabendsten Bürger in Wittenberg.

Die Zeiten verändern sich jedoch: Martin Luther klagt sicher zu Recht über Geldmangel und Schulden, denn es kommen immer mehr Studenten und Gäste in die Stadt, sodass die Preise drastisch steigen und manche Nahrungsmittel knapp werden.

Vom Kurfürsten erhält Martin Luther seit 1525 ein jährliches Professorengehalt von anfangs 100 Gulden, das nach und nach auf 400 Gulden steigt, außerdem Naturalien im Wert von 100 Gulden jährlich.

Von Katharina ist nur ein einziger persönlicher Brief erhalten geblieben. Aber Luthers Briefe an sie sind erhalten und zeigen das Bild einer treu sorgenden Mutter. Neben der Verwalterin wird eine Frau sichtbar, die sich ihrer Kinder annimmt, sich um Bildung und Ausbildung bis zum Studienplatz kümmert.

Luther kauft seiner Frau in Zöllsdorf ganz in der Nähe von Lippendorf einen Witwensitz. Daran erinnert ein Denkmal in der Gemeinde südlich von Leipzig.

Luthers Tod 1546 bringt Katharina Luther in eine wirtschaftlich prekäre Situation. Der Ehevertrag, den er von seinem Trauzeugen, dem Jura-Professor Johann Apel, 1525 zugunsten seiner Frau als Alleinerbin hatte aufsetzen lassen und den er im Wittenberger Testament 1542 bestätigte, wurde zunächst nicht anerkannt, da er dem geltenden Sachsenspiegel widersprach. Erst ein Machtwort des Kurfürsten Johann Friedrich I. von Sachsen sichert ihr wesentliche Teile der Erbschaft und der Rechte. So kann sie in dem alten Klosterbau bleiben. Sie wird u. a.

von Herzog Albrecht von Preußen und König Christian III. von Dänemark finanziell unterstützt.

Sie flieht 1546 vor dem Schmalkaldischen Krieg mit ihren Kindern nach Magdeburg und kehrt im Juli 1547 nach Wittenberg zurück. Ihre Gebäude und Ländereien sind zwar verwüstet, aber nicht zerstört. Die finanziellen Belastungen des Wiederaufbaus kann sie nur Dank der Unterstützung der genannten Fürsten schaffen und sich wirtschaftlich wieder erholen.

1552 muss sie Wittenberg wegen der Pest und Missernten erneut verlassen. Sie flüchtet nach Torgau, vor dessen Toren ihr Fuhrwerk verunglückt. Sie bricht sich einen Beckenknochen und stirbt drei Wochen später, am 20. Dezember 1552, in Torgau an den Folgen.

E. Neuhaus

Buchbesprechung:

"In den blauen Laufschuhen"

"Trauer ist emotionale Schwerstarbeit. Deshalb verdienen Menschen, die in einer Zeit der Trauer leben, unseren Respekt und unsere Anteilnahme." So sagt es Dorothea Speyer-Heise, ehemalige Krankenhausseelsorgerin in Northeim.

Wie mühsam es ist, mit dem Verlust eines wichtigen Menschen zu leben, das schildert sie in ihrem neuesten Buch "In den blauen Laufschuhen." Eine junge Frau verliert durch einen Unfall drei Familienmitglieder. Schock und Verzweiflung stürzen sie in eine tiefe seelische Krise. Es bedarf der Hilfe von Freunden und eines Therapeuten, den Weg zurück ins Leben zu finden. Wer auch einmal einen geliebten Angehörigen verloren hat, wird sich vielleicht darin wiederfinden.

Das Buch bietet aber nicht nur diesen schrecklichen Beginn der Handlung, sondern durchaus auch heitere Momente: Ein Architekt gewinnt Klarheit beim Anblick seines Latte macchiato, eine Teedose und ihre Besitzerin helfen gegen Schlaflosigkeit, eine Skatrunde etabliert sich,



oder besser gesagt: ein Skatdreieck, denn zum Skatspielen braucht man ja nur drei Leute. Schließlich lockt die griechische Göttin der Liebe zwei Menschen auf eine Insel im Mittelmeer. Die Laufschuhe, obwohl blau, ziehen sich wie ein roter Faden durch die Handlung und haben irgendwann ausgedient.

"In den blauen Laufschuhen" von Dorothea Speyer-Heise ist erschienen in der Buchhandlung Grimpe, kostet 14,95 Euro und ist überall im Buchhandel erhältlich.

F.N.

2017 – 200. Geburtstag von Theodor Storm

Hans Theodor Woldsen Storm wurde am 14. September 1817 in Husum/Schleswig geboren. Nach der Schulzeit studierte Storm Jura, arbeitete danach in der väterlichen Kanzlei



und wurde über mehre Umwege später Landvogt, Amtsrichter und Amtsgerichtsrat in Husum.

Storm war ein bedeutender deutscher Schriftsteller, Lyriker und

Autor von Novellen, Gedichten. Liedern. Märchen und Prosa. Hier einige seiner bekanntesten Werke: Immensee, Pole Poppenspäler, Der Schimmelreiter. Der kleine Häwelmann, Bulemanns Haus, Die Regentrude, Knecht Ruprecht - nur um einige zu nennen. Theodor Storm starb am 4. Juli 1888 in Hademarschen/Holstein.

Weihnachtslied

Vom Himmel in die tiefsten Klüfte Ein milder Stern herniederlacht; Vom Tannenwalde steigen Düfte Und hauchen durch die Winterlüfte, Und kerzenhelle wird die Nacht. Mir ist das Herz so froh erschrocken, Das ist die liebe Weihnachtszeit! Ich höre ferne Kirchenglocken Mich lieblich heimatlich verlocken In märchenstille Herrlichkeit. Ein frommer Zauber hält mich wieder, Anbetend, staunend muss ich stehn; Es sinkt auf meine Augenlider Ein goldner Kindertraum hernieder, Ich fühl's, ein Wunder ist geschehn.

Theodor Storm

SENIOREN | 3/2017 Wir erinnern uns

Gegen das Vergessen

Die "Orient-Reise – ohne Wiederkehr …"

... des selbstständigen Malermeisters Alfred Rost.

Geboren am 1. März 1886 in Rudolstadt/Thüringen.

Gestorben am 7. Dezember 1918 im Lazarett des Kriegsgefangenenlagers "Camp Heliopolis" in Kairo, Ägypten.

Verheiratet mit Anna Rost, geb. Schulze, geb. am 8. Sept. 1890, gestorben am 18. Dez. 1978 (in den Briefen nennt er sie Änne), dazu gehörte Tochter Anneliese. Die erhaltenen Briefe stammen aus dem Nachlass von Anne Rost. Axel Messing, als Enkel, hat in den letzten Jahren die Briefe, in Sütterlin geschrieben, aufbereitet und digitalisiert und unserer Redaktion zur Verfügung gestellt. Die Schreibweise in den Briefen

Die Schreibweise in den Briefen entspricht dem Original.

Die Informationen sind so umfassend, dass nur ein kleiner Ausschnitt in unserer Zeitschrift erscheinen kann.

Der erste Brief

"Meine Lieben! Haidra – Pascha, den 11. Aug. 1917.

Heute am 10. August abends komme ich nun endlich dazu. Euch etwas ausführlicher zu schreiben. Ich werde mich bemühen, Euch die ganze Reise von Anfang bis Ende möglichst in allen ihren Einzelheiten zu schildern, damit Ihr Euch, ungefähr wenigstens, ein Bild von dem machen könnt. was ich in der letzten Zeit alles erlebt habe. Vorausschicken will ich gleich, dass ich es jedenfalls nicht bereuen werde, wieder mit heraus gegangen zu sein. Bitten möchte ich Euch, sorgt Euch ja nicht um mich, es ist alles zu ertragen. Wohl ist es ein bisschen warm hier unten, aber das ist der Gesundheit absolut nicht schädlich. Was die sonst hier herrschenden Krankheiten anbetrifft so existieren dieselben meist bloß bei den Leuten zuhause in ihrem phantasiereichen Gehirn, hier nämlich fast gar nicht, oder in so vereinzelten Fällen, wie wir dieselben bei uns in Deutschland auch ab und zu manchmal haben. Selbstverständlich muß man sich auch ein klein wenig danach halten, namentlich mit Wassertrinken und dergleichen. Das durchzuführen ist ja nun für jeden vernünftigen Menschen, und besonders für mich, eine Kleinigkeit, denn ich bin ja sowieso kein Freund von Wasser.

Doch nun zur Sache: Nachdem unsere Abteilung von Lankwitz nach Breslau verlegt worden war, bezogen wir dort Quartier in der Krischke Schule, um daselbst unsere Neueinkleidung warten. Es gehört doch Allerlei dazu, um auch nur so eine kleine Abteilung neu auszustaffieren. Neue Maschinen hatten wir bereits in Lankwitz empfangen. Je zur Hälfte Wanderer und N.S.U. Zweizylinder Maschinen 3,5 P.S. die jedoch bis zu 5 P.S. entwickeln. Mit Leerlauf und zwei Geschwindigkeiten. In jeder Beziehung vollkommen und daher sehr beguem zu fahren. An sonstiger Ausrüstung empfingen wir noch: 2 leichte gelbe Tropenanzüge, 2 Mützen, 1 blauen Arbeitsanzug, 1 grauen Drilliganzug, 1 feldgrauen Tuchanzug, 1 Paar Stiefeln, 1 Paar Schnürschuhe, 3 Paar Strümpfe, 3 Unterhosen, 3 Hemden, 1 Pistole, Brotbeutel, 2 Feldflaschen, 1 Paar leichte Segeltuchhausschuhe, 1 großes Moskitonetz über das Bett zu hängen. 1 kleines ebensolches, nur für den Kopf. Und was sonst noch die üblichen Kleinigkeiten sind. Wie ich gehört habe, soll jeder einzelne Mann von uns dem Staat an Dreitausend Mark kosten, außerdem empfingen wir noch Verpflegung für drei Monate. Was das für ein Quantum ist, kann man sich bloß vorstellen, wenn man es gesehen hat. Diese Kisten. Kasten und Säcke das war unheimlich. Auch erhielten wir in B. noch 20 Reserveräder so daß sich unser Bestand auf 70 erhöhte. Zu diesen 70 Rädern kam nun noch Ersatzbereifung Schläuche und Mäntel 2 Lastautos schwerbeladen. Dann noch Ersatzbereifung für 1 Personenwagen und 3 Lastwagen, das machte wieder einen tüchtigen

Lastwagen voll. All diesen Kram hatten wir in der Turnhalle der Schule aufgestapelt. Von da aus wurde nun am 31. Juli der ganze Schwindel aufgeladen und nach der Bahn gebracht. Vormittags um 10 ging das Theater los und abends gegen 9 Uhr waren wir endlich fertig. Nach ewigen hin und her Rangieren waren wir um 12 zum Abfahren fertig. Sang- und klanglos fuhren wir aus Breslau hinaus, denn alles war müde u. abgespannt.

Für heute nun Schluß. Es grüßt und küsst Euch aus weiter Ferne Alfred.

Die folgenden Stationen des Truppentransportes werden mit allen Einzelheiten in insgesamt 6 Briefen mit bis zu sieben Seiten beschrieben, teils sehr viel genauer, als Kriegsberichte dies darstellen konnten. Am 1. 10. 1917 beantwortet Adolf Rost auch einen Brief von seinem Bruder.

31. Juli 1917 – Abfahrt aus Breslau via Hohe Tatra – Nagymaros – Kiskerös /Ungarn.

3. August 1917 Belgrad/Serbien4. August 1917 Paracim – Konstantinopel

23. August 1917 Haidra Pascha/ Türkei

1. Okt. 1917 Aleppo/Syrien

17. Dez. 1917 Nazareth/Palästina

Der letzte Brief, 5 Seiten lang, vom 20. Dezember 1917, von A. Rost als Soldat endet:

" ... Als einziger Fahrer, der seine Karre noch im Schuß hat, muß ich nach Nazareth fahrenn 15 km um etwaige Befehle für uns zu holen. Soweit das Gelände eben. ist die Straße in einem trostlosen Zustand. Die Lastwagen haben alles umgepflügt, und es gehört schon eine artistische Gewandtheit dazu um dadurch zu kommen. Ich bewältige den Weg in 1½ Stunden. Dort empfange ich Befehl, daß die Abtlg, sofort nach Nazareth rücken soll, ich selbst werde sofort wieder kommandiert zur Telegrafen Abtlg. Also wieder zurück nach Afule, von da wieder nach Nazareth. Man glaubt jeden

Wir erinnern uns 3/2017 | SENIOREN

Augenblick die Karre bricht zusammen, aber sie hält aus. Hier in N. sind die Straßen etwas besser, aber immerhin noch schlecht genug, denn die Bergstraßen sind bei Regenwetter gleichzeitig Bäche, infolgedessen haben sie viele Furchen und Steingeröll. Schluß."

Der nächste persönliche Brief vom 20. Oktober 1918, jetzt in lateinischer Schrift wegen der britischen Zensur, von A. Rost, Prisoner of War No. 47872, an seine Frau:

"Liebe Anne und Anneliese! Euch hiermit zur Kenntnis, dass ich neulich auch mit in Gefangenschaft geraten bin. Zu guter Letzt habe ich noch die Ruhr bekommen und war so lange im Lazarett, wo ich sehr gut behandelt worden bin von den Engländern. Jetzt bin ich schon wieder hergestellt, nur noch ein bisschen schwach und das Schreiben fällt mir so schwer, auch ist es so ungewohnt nach so langer Zeit. Hoffentlich kommen diese Zeilen an und wißt dann wenigstens Bescheid."

An dieser Stelle fehlen zwei ganze Zeilen in dem Brief, die von der britischen Zensur herausgeschnitten wurden. Weiter heißt es dann:

"Macht Euch also keine Sorge, wir werden uns wohl bald wiedersehen. Viele Grüße Alfred."

Dies war die letzte hoffnungsvolle Nachricht aus der Ferne.

Den allerletzten Brief erhält Frau Rost, nun in Wittenberg wohnend, wenige Tage nach dem 21. März 1919. Uffz. A. Letzner, ein ehemaliger Kamerad, noch in Gefangenschaft im Camp Heliopolis Cairo, schreibt am 24. Februar 1919 auf dem Umschlag als Adresse:

"Frau Malermeister – verw. Alfred Rost, Rudolstadt".

Im Brief heißt es u. a.: "Gestern war mir mit einigen Kameraden Gelegenheit geboten, die letzte Ruhestätte Ihres hier im Lazarett am 7. 12. 18 verstorbenen Gemahls zu besuchen. Er war mir ein liebgewordener treuer Kamerad. Ich erlaube mir Ihnen mein Beileid auszudrücken. Ihr Gatte ist auf dem großen Friedhof von Cairo inmitten anderer deutschen

Kameraden zur letzten Ruhe gebettet worden. Palmen beschatten die Gräber."

Bis zu diesem Zeitpunkt keine Nachricht und nun die Katastrophe – schicksalhaft, wie auch viele andere Familien ähnliche Nachrichten erhalten haben – und dies nahezu weltweit.

Alfred Rost hat insgesamt sieben Briefe an seine Frau und einen an den Bruder geschrieben. Dazwischen später viele Monate der Ungewissheit. Die ernsten Nöte des Soldaten Rost sind in den Briefen nicht erkennbar. Frontereignisse, die er erleben musste, hat er nicht beschrieben. An einer Stelle schreibt er in einem Brief lediglich, dass er mit dem einzigen noch intakten Motorrad der Kraftradfahrerabteilung unterwegs war – zu diesem Zeitpunkt.

Briefe seiner Familie sind leider nicht erhalten. Die besondere Feldpost in die Heimat ist betont von einer gewissen Sachlichkeit, ohne große Gefühle. Geburtstage und kirchliche Feste, die Frau Anna sicher im bescheidenen Rahmen mit dem Kind feierte, werden nicht erwähnt bzw. hinterfragt. Einmal heißt es im Brief vom 17. August 1917:

"Für heute herz. Gruß und Kuss Alfred. Was macht unser Strolch Anneliese? Ist sie auch immer noch artig? Gruß auch an Tante Ida usw."

Konzentriert werden aber erlebte "dienstliche" Abläufe und auch Kleinigkeiten beschrieben. Man hat das Gefühl, die Ehefrau hätte sich fragen können "Warum schreibt er mir das alles!"

"Vorausschicken will ich gleich, dass ich es jedenfalls nicht bereuen werde, wieder mit heraus gegangen zu sein …" schreibt Rost im ersten Brief an seine Frau. Hier könnte man vermuten, dass er sich freiwillig (noch einmal?) zur Wehrmacht gemeldet hat. Aus den Worten geht nicht hervor, ob Anna Rost damit einverstanden war.

In Kürze zum Verständnis die militärische Situation im Palästinafeldzug im 1. WK:

Der Erste Weltkrieg begann am 28. Juli 1914 mit der Kriegserklärung Österreich-Ungarn an Serbien und entwickelte sich zu einem Chaos in Europa, im Nahen Osten, in Afrika, Ostasien und zur See. Mit der Unterzeichnung des Waffenstillstandes am 11. November 1918 endete für das Deutsche Kaiserreich der Erste Weltkrieg. Die Kampfhandlungen wurden am gleichen Tag beendet.

Der Palästinakrieg lässt sich nur bedingt in wenigen Sätzen zusammenfassen – hier der Versuch:

Am 1. November 1914 hatte das Deutsche Kaiserreich das Osmanische Reich (später die Türkei) zum Kriegseintritt an seine Seite gebracht und damit zur Unterstützung verpflichtet.

Für England war der Suezkanal unverzichtbar, zumal Ägypten ohnehin britisches Protektorat war. Die Blockaden durch die Deutsche Wehrmacht bzw. durch die Kräfte des Osmanischen Reiches der Ostsee und der Dardanellen verhinderten vorerst das Eingreifen der russischen Armee im 1. WK.

Deutsch-türkische Truppen bewegten sich im Ersten Weltkrieg ab Januar 1915 auf den Suez-Kanal zu, trafen aber dort auf britische Einheiten und mussten sich wieder zurückziehen.

Zu dieser Zeit war die dringend nötige Verstärkung des Asienkorps noch immer nicht eingetroffen. Der schwierige Truppentransport über den Balkan in den Orient gehörte zu den Hindernissen. Im Taurusgebirge etwa mussten Truppen und Material mehrfach auf schmalspurige Feldbahnen umgeladen werden. Teilweise konnten die Soldaten mit ihrer Ausrüstung nicht weiterfahren, weil die nötigen Wagen fehlten

Im Brief an seinen Bruder schreibt Rost am 1. 10. 1917 u. a.:

"In Konstantinopel haben wir übrigens noch ein interessantes Erlebnis gehabt. Am 6. Septbr. abends ½6, wir waren gerade beim Verladen flog dort am Bahnhof das ganze Munitionslager in die Luft. Das war ein Trommelfeuer, innerhalb 3 Stunden etwa dreihundertfünfzigtausend Schuß Artilleriemunition, daneben folgte gleich noch das Benzinlager mit

SENIOREN | 3/2017 Wir erinnern uns

vielen hundert Fässern, und das Sanitätsdepot. Anschließend hieran ging auch noch der schöne neue, etwa 6 Stockwerke hohe Bagdadbahnhof in Flammen auf. So eine Nacht habe ich, und auch keiner von uns miterlebt. In Deutschland wird dies nicht bekannt geworden sein, denn die Zensur wird es wohl unterdrückt haben."

Über diese Reise und die Probleme hat Adolf Rost ganz ausführlich in seinen Briefen berichtet

Vom Herbst 1916 an bereiteten die Engländer vom Suezkanal aus einen großen Angriff auf Palästina vor und konnten mit australischer Unterstützung im Dezember 1917 Jerusalem kampflos übernehmen.

Noch im Frühjahr 1918 wiesen die osmanischen Truppen heftige Angriffe der Briten ab, aber Ende Oktober 1918 schloss England, stellvertretend für die anderen Alliierten einen Waffenstillstand mit den Osmanen

Nach der Aufgabe Jerusalems im Dezember 1917 befand sich das Hauptquartier der deutschen Truppen in Nazareth, bis auch die Stadt am 20. September 1918 von den Briten erobert wurde.

Gegen das Vergessen – auch dieser Beitrag soll dazu beitragen. Axel Messing besten Dank für die Überlassung der Briefe.

E. Neuhaus

Anecht Auprecht

Ruprecht: Habt guten Abend, Alt und Jung bin allen wohl bekannt genug. Von drauß vom Walde komm ich her; ich muss Euch sagen es weihnachtet sehr! Allüberall auf den Tannenspitzen sah ich goldene Lichtlein sitzen; und droben aus dem Himmelstor sah mit großen Augen das Christkind hervor. Und wie ich so strolcht durch den finsteren Tann, da rief's mich mit heller Stimme an: Knecht Ruprecht, rief es, alter Gesell, hebe die Beine und spute dich schnell! Die Kerzen fangen zu brennen an, das Himmelstor ist aufgetan, Alte und Junge sollen nun von der Jagd des Lebens einmal ruhn; und morgen flieg ich hinab zur Erden. denn es soll wieder Weihnachten werden! So geh denn rasch von Haus zu Haus. Such mir die guten Kinder aus, damit ich ihrer mag gedenken mit schönen Sachen sie mag beschenken.

Ich sprach: O lieber Herre Christ, meine Reise fast zu Ende ist. Ich soll nur noch in diese Stadt, Wo's eitel gute Kinder hat. Hast denn das Säcklein auch bei dir?

Ich sprach: Das Säcklein, das ist hier, denn Äpfel, Nuss und Mandelkern fressen fromme Kinder gern. Hast denn die Rute auch bei dir?

Ich sprach: die Rute die ist hier. Doch für die Kinder, nur die schlechten, die trifft sie auf den Teil, den rechten. Christkindlein sprach: So ist es recht. So geh mit Gott, mein treuer Knecht! Von drauß, vom Walde komm ich her, ich muss euch sagen es weihnachtet sehr! Nun sprecht wie ich's hierinnen find: sind's gute Kind, sind's böse Kind?

Vater: Die Kindlein sind wohl alle gut, haben nur mitunter was trotzigen Mut.

Ruprecht: Ei, ei, für trotzgen Kindermut ist meine lang Rute gut! Heißt es bei Euch denn nicht mitunter: Nieder den Kopf und die Hosen herunter?

Vater: Wie einer sündigt so wird er gestraft; die Kindlein sind schon alle brav.

Ruprecht:

Stecken sie die Nas auch tüchtig ins Buch, lesen und schreiben und rechnen genug?

Vater: Sie lernen mit ihrer kleinen Kraft, wir hoffen zu Gott, dass es endlich schafft.

Ruprecht: Beten sie denn nach altem Brauch im Bett ihr Abendsprüchlein auch?

Vater: Neulich hört ich im Kämmerlein eine kleine Stimme sprechen allein; und als ich an die Tür getreten, für alle Lieben hört ich sie beten.

Ruprecht: So nehmet denn Christkindleins Gruß, Kuchen und Äpfel, Äpfel und Nuss; probiert einmal von seinen Gaben, morgen sollt ihr was Besseres haben. Dann kommt mit seinem Kerzenschein Christkindlein selber zu euch herein. Heut hält es noch am Himmel Wacht; nun schlafet sanft, habt gute Nacht.

Theodor Storm

Wir erinnnern uns 3/2017 | SENIOREN

Gegen das Vergessen

"Der letzte
Synagogenvorsteher,
Jonas Blumenbaum,
wurde 1942 mit
seiner Frau Jenny und Lina
Rosenthal in das
Konzentrationslager
Theresienstadt deportiert
und dort umgebracht."

"Viele sahen sich gezwungen, in den folgenden Jahren ihre Vaterstadt zu verlassen und in der Anonymität größerer Städte oder im Ausland Schutz zu suchen."

"Seit dem
14. Jahrhundert suchten
Menschen jüdischen
Glaubens Schutz, Arbeit
und Wohnung in unserer
Stadt Northeim.
Dieses wurde ihnen nur ausnahmsweise gewährt."

"Wer sein Unrecht verheimlicht, hat kein Gedeihen, wer es aber bekennt und verläßt, dem wird Versöhnung".

Sprüche Salomo 28, 13

"1933 zählte die jüdische Gemeinde 107 Mitglieder. Während der Nationalsozialistischen Gewaltherrschaft wurden Juden zunehmend ausgegrenzt."

"Nach dem Gleichstellungsgesetz von 1848 im Königreich Hannover bildete sich durch Zuzug aus den umliegenden Dörfern eine jüdische Gemeinde mit eigener Synagoge."

"Durch diese Gleichstellung nahmen jüdische Mitbürger am Leben und Gestalten der Stadt Northeim tatkräftig teil."

Der vorstehende Text in der Mitte steht auf der größeren der sieben Bronzetafeln, die auf der Grundplatte des Holocaustmahnmals angebracht sind.

Den sechs Zacken sind ebenfalls Bronzetafeln mit den anderen Texten zugeordnet.

Auf der Platte, in Form eines Davidsterns, steht mittig ein Findling, aus dem ein Mann mit einem schmalen Gesicht herausschaut. Dieses Mahnmal wurde 1993 auf dem Northeimer Entenmarkt vor dem Alten Rathaus aufgestellt.

Seit 1978 hat der 9. November auf Bundesebene den ihm gebührenden Rang als festes Erinnerungsdatum eingenommen.

Zum Gedenken der Opfer der

Pogromnacht auf die Nacht vom 9. auf den 10. November 1938 fand am 9. November eine Gedenkstunde am Mahnmal statt. Stadt Northeim und der ökumenische Arbeitskreis hatten dazu eingeladen.

Schüler und Schülerinnen der Kooperativen Gesamtschule Moringen, die im September d.J. in Auschwitz waren, berichteten ausführlich über ihre Eindrücke und Gefühle, auch mit Blick auf die aktuelle politische Entwicklung in Deutschland.

Zum Abschluss legten Vertreter der Stadt Northeim zum Gedenken ein Gebinde am Mahnmal nieder, auch eine Abordnung der Schüler legte im Auftrag der

Jüdischen Gemeinde Göttingen zum
Zeichen der
Verbundenheit
einen gebundenen Kranz in
Form eines Davidsterns nieder.

Auch die Teilnehmer der Gedenkfeier konnten jeder einen kleinen Stein auf die Grund-



Das Gesicht zur Erinnerung.



Kranz der Jüdischen Gemeinde Göttingen.

platte legen und wollten damit persönlich zeigen, dass die Verstorbenen nicht vergessen sind. Im Rahmen des internationalen Freiwilligenprogramms der "Aktion Sühnezeichen Friedensdienste e. V." (Gegründet 1958 auf der Synode der Evangelischen Kirche in Deutschland) waren in den zurückliegenden Jahrzehnten immer wieder Schülergruppen aus Northeim in Auschwitz. Auch im Jahr 1986, kurz nach der Eröffnung der neuen "Internationalen Jugendbegegnungsstätte", ren Northeimer Schüler während der Ferien zu kurzfristigen Freiwilligendiensten in Oświęcim/Ausch-E. Neuhaus witz.

Das Mahnmal wurde 1993 geschaffen von dem Northeimer Bildhauer-Akad. Hans-Hasso Korn-Hohenhau, geb. 9.5.1919, gest. 27. 3. 2001.

Auch die Bronzeplatte, eingelassen im Pflaster im oberen Bereich Am Markt, neben dem "Feuerwehrmann" vom Theater der Nacht, mit dem Modell des alten Rathauses von 1334, stammt von dem Künstler.



Mahnmal am Entenmarkt Northeim.

SENIOREN | 3/2017 Unser Northeim

Northlantis - die versunkene Stadt

Neuer Spielplan vom Theater der Nacht von Januar bis Juni 2018

Die erste Spielzeit im Jahr 2018 beginnt passend zur Jahreszeit mit Wunschpünschen und Winterkönig. Im Februar kooperiert das Theater der Nacht mit den Göttinger Figurentheatertagen und kann deshalb das Theater Sofie Krog aus Dänemark mit



Die Schneekönigin

"The House" präsentieren, einer schrullig-schrägen Geschichte fast ohne Worte. Auch die Aufführung "Die Schneekönigin" vom Theater Miamou verdankt sich dieser Zusammenarbeit.

Auf dem Spielplan stehen des weiteren die "Die Mülldetektive", "Der Vogelkopp", "Der Hexenjäger", "Die Lumpenprinzessin", "Die Regentrude", natürlich auch "Händels Hamster" und all die anderen Theaterstücke aus dem Repertoire.

Ein großer Schwerpunkt liegt in dieser Spielzeit auf Kursen zu Figurenbau und Figurenspiel, damit

alle die Gelegenheit haben, auch einmal selbst ins Theaterleben hineinzuschnuppern. Ob Klappmaul-, Stab- oder Tischfiguren, jede Variante hat ihren eigenen Reiz.

Neben den Vorstellungen gibt es auch wieder das monatliche Literaturcafé, den Musikerstammtisch und die BAL-FOLK-SESSI-ON.

Währenddessen wird fieberhaft an einem außergewöhnlichen Projekt gearbeitet: "Northlantis – die versunkene Stadt". Gemein-

> sam mit den Stadtmachern und der Stadt Northeim soll am 23. Juni 2018 ein großes Stadtfest veranstaltet werden, bei dem zusammen mit Vereinen und Theaterfreun-

> den erstmalig die Aufführung "Die versunkene Stadt" zu erleben sein wird. Über die Entwicklung **Proiektes** des wird es im Laufe der Spielzeit reaelmäßia formationen im Theater und der regionalen Presse geben.

Weitere Informationen und Karten unter:



House

Theater der Nacht, Obere Str. 1, 37154 Northeim, Tel. 05551/1414 karten@theater-der-nacht.de, www.theater-der-nacht.de



Handpuppe



Nothlantis Quallen



Nothlantis Seekuh

Übungsschwerpunkt: Aufmerksamkeit

Versteckte Städte

Hier haben sich 18 Städte in den Text geschmuggelt. Manche sogar zweimal. Die Namen können auch mal über zwei oder gar drei Wörter gehen. Wenn Sie nicht alle Städte finden, schauen Sie sich kurz die Lösung an und suchen dann nochmal.

- 1. Der chinesische Künstler Ai Wei Wei denkt stets über neue kritische Projekte nach.
- 2. Viele Menschen genieren sich für den wenig pragmatischen Umgang mit den Asylbewerbern bei Übernachtungen.
- 3. Nicht lamentieren, sondern entschieden und mit Mut rechten Hetzparolen entgegentreten!
- Edgar mischt sich immer leidenschaftlich in aufregenden 4. Debatten ein.
- 5. Die Teilnehmer der Aktion gegen Fremdenhass am Bahnhof trommelten und sangen für eine gute Sache.
- 6. Der überwältigende positive Nachhall erfreute die Veranstalter, und sie schickten eine Mail an die Presse.
- Pech für Theodor, er musste wegen eines Beinbruchs alle 7. Termine absagen.



Versuchen Sie selber mal Städtenamen in Wörtern, Sätzen oder vielleicht sogar in einer kleinen lustigen Geschichte zu verpacken.

Übungen für die grauen Zellen

Um den Geist fit zu halten, genügt eine kurze tägliche Aktivierung. Die GEISTIG FIT Aufgabensammlung 2017 bietet eine Auswahl an geprüften Übungen zum gezielten Training der grundlegenden mentalen Funktionen. 160 Seiten abwechslungsreiche Übungen mit dem Gütesiegel der Gesellschaft für Gehirntraining e.V. Mehr Informationen zum Mentalen Aktivierungs-Training und zur Zeitschrift GEISTIG FIT unter www.gfg-online.de.

Friederike Sturm: GEISTIG FIT Aufgabensammlung 2017, 160 Seiten. Vless Verlag 2013, 85552 Ebersberg www.gehirnjoggerzentrale.de



SENIOREN | 3/2017 Unser Verein

Laien-Reanimation ist einfach: Jeder kann Leben retten!

Die ersten Maßnahmen eines Helfers beim Auffinden einer leblosen Person bzw. eine Person bricht zusammen und bleibt bewusstlos liegen:

1. Prüfen

Person ansprechen: "Wie heißen Sie, hören Sie mich?"

Kräftig an den Schultern schütteln – ohne Reaktion

Keine Atmung oder keine normale Atmung.

>> Person zeigt keine Reaktionen.

2. Rufen

Sofort mit dem Notruf 112 Hilfe herbeirufen.

Besser, wenn möglich, einen weiteren Helfer bestimmen, den Notruf abzusetzen.

3. Drücken

Die Person sollte auf dem Rücken und auf einer festen Unterlage (Fußboden) liegen.

Zunächst noch eine kurze Kontrolle durch den Helfer: Eine Hand auf die Stirn der Person legen und mit der anderen Hand unter dem Kinn, den Kopf weit nach hinten kippen.

Brustkorb freimachen, auf einer Seite der Person kniend, sofort mit der Herzdruckmassage beginnen: Einen Handballen auf die Mitte des Brustkorbs aufsetzen und den Ballen der anderen Hand darüber, so dass sich die Finger verschränken können. Mit geraden Armen, die Schultern über dem Druckpunkt nun das Brustbein 5-6 Zentimeter nach unten Richtung Wirbelsäule 100-120mal pro Minute drücken. Nach jedem Drücken das Brustbein vollständig entlasten - ohne dabei aber den Druckpunkt zu verlieren.

Der Ersthelfer sollte dringend versuchen, weitere Helfer zu bestimmen, um dann im Team ohne Unterbrechung die Herzdruckmassage effektiv durchführen zu können. (Anmerkung: Ein ungeübter Helfer wird in der Regel bei der erforderlichen hohen Leistung körperlich "einbrechen", d.h. er wird die erforderliche Drucktiefe nach 2–3 Minuten bei der Frequenz nicht mehr erreichen – ein "fliegender Wechsel" ist dann



Schulungsteilnehmer im praktischen Übungseinsatz. Foto: E.N.

mehr als sinnvoll, um die Herzdruckmassage solange durchzuführen, bis der Rettungsdienst eintrifft.)

Sollte es möglich sein, dass sofort ein AED (Automatisierter externer Defibrillator) durch einen weiteren Helfer geholt werden kann, sollte das Gerät unmittelbar zum Einsatz kommen. Dabei darf die Herzdruckmassage nicht unterbrochen werden - auch nicht beim Anlegen der Elektroden. Erst wenn das Gerät funktionsfähig angeschlossen ist und die Stimme des Gerätes die Anweisung gibt: "Patienten nicht berühren - Analyse läuft" muss die Herzdruckmassage kurz unterbrochen werden - die weiteren Anweisungen und Zeitfenster werden danach von dem AED automatisch im etwa zweiminütigen Zyklus vorgegeben.

Dies sind die wichtigsten Basismaßnahmen, die ein Ersthelfer kennen bzw. beherrschen sollte. Auch in diesem Jahr organisierte unser Verein Senioren heute in Kooperation mit HELIOS Albert-Schweitzer-Klinik Northeim und Dr. Bodo Lenkewitz, ärztlicher Leiter Rettungsdienst des Landkreises Northeim, wieder einen Schulungskursus zur Laienreanimation - Erste Hilfe gegen den plötzlichen Herztod. In einem ausführlichen Vortrag erläuterte Dr. Lenkewitz die notwendigen Maßnahmen und erklärte dabei auch die medizinischen Ursachen und

Hintergründe. Der wichtiaste Grund für die Herzdruckmassage: Bei einem Herzstillstand wird das Gehirn nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt. Durch die Herzdruckmassage wird erreicht, dass das Blut im Körper des Pa-

tienten zirkuliert und der Restsauerstoff zum Gehirn transportiert werden kann. Pro Minute, die bis zum Beginn der Herzdruckmassage verstreicht, gehen etwa 10% der Gehirnfunktionen verloren.

Die Darstellung der Telefonreanimation war ein wichtiger weiterer Programmpunkt:

Besteht bei einem Notruf über 112 der Verdacht auf einen Herzstillstand, wird nicht nur der Notarzt und der Rettungswagen alarmiert, sondern der Anrufer erhält sofort über das Telefon von der Leitstelle die Anleitung zur Herzdruckmassage. Dazu bleibt der Anrufer mit dem Rettungsassistenten in der Leitstelle so lange am Telefon verbunden, bis der Notarzt eingetroffen ist. Damit ist sichergestellt, dass bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand die Notfall-Hilfe bereits vor Eintreffen des Rettungsdienstes begonnen hat. Damit steigt deutlich die Wahrscheinlichkeit für die Wiederherstellung des Kreislaufes.

Für jeden Teilnehmer begannen im Anschluss an den Vortrag unter Anleitung die praktischen Übungen an den bereitgestellten Übungspuppen.

Der Verein "Senioren heute" dankt dem Ärztlichen Leiter Rettungsdienst des Landkreises Northeim, Dr. Bodo Lenkewitz und den beteiligten Damen und Herren von der HELIOS Albert-Schweitzer-Klinik Northeim, für die Durchführung dieser Schulung für unsere Mitglieder und Gäste.

Erhard Neuhaus



Testen Sie die neuen Hörgeräte Signia Pure 312!

Mit OVP™ für natürlichste Wahrnehmung der eigenen Stimme.





Natur als Vorbild: Signia Pure 312.

Ein gutes Gespräch bei einer belebenden Tasse Kaffee, ein Ausflug mit den Enkelkindern oder einfach nur im Garten den Vögeln lauschen: Die Hörgeräte Signia Pure 312 lassen Sie alle wundervollen Momente des Lebens genießen.

Die neuen Hörgeräte mit der Weltneuheit mit Own Voice Processing (OVP™) sorgen für eine natürliche Wahrnehmung der eigenen Stimme.

Mit OVP™ verarbeiten die Hörgeräte die Stimme des Trägers in Echtzeit, separat von der akustischen Umgebung. Außerdem ermöglicht die

herausragende Sprachverarbeitung der Hörgeräte, Sprache klar und deutlich zu hören. Das macht es für Sie einfacher, Ihren Gesprächspartner zu verstehen –

sogar in sehr lauter Umgebung wie beispielsweise in einem Restaurant. Für ein Maximum an Komfort sitzen die kleinen, eleganten Hörgeräte Signia Pure 312 dezent hinter Ihrem Ohr. Zudem sind sie mit hochmoderner Technologie ausgestattet und bieten bestmögliche Hörqualität sowie ausgezeichnete Konnektivität.

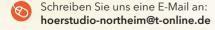
Zudem können Sie mit der my-Control-App via Smartphone Ihre Hörgeräte fernbedienen. Programm, Lautstärke und sogar der TV-Ton können einfach eingestellt bzw. reguliert werden. Und nicht nur das: Signia Hörgeräte nutzen die gleiche Bluetooth®-Technologie wie viele hochqualitative drahtlose Kopfhörer, um Telefongespräche, Musik und auch den TV-Ton direkt in beide Hörgeräte zu übertragen.

Neugierig geworden? Dann wenden Sie sich an Hörgeräte-Studio Reuter & Schirner und werden Sie Testhörer für die Signia Hörgeräte Pure 312. Die Teilnahme ist selbstverständlich kostenlos und unverbindlich.



Die Bluetooth® Wortmarke und das Logo sind eingetragene Warenzeichen der Bluetooth SIG, Inc. Jegliche Nutzung dieser Marke durch die Signia GmbH geschieht unter Lizenz. Andere Handelsmarken und -namen gehören den jeweiligen Inhabern.

Jetzt Testhörer werden!



Sie möchten das neue Signia Pure 312 kostenlos und unverbindlich Probe tragen? Dann vereinbaren Sie bis zum 30.01.2018 einen Termin mit uns!



Rufen Sie uns an unter: Tel.: 05551/ 90 89 336



Besuchen Sie uns direkt vor Ort: Hörgeräte-Studio Reuter & Schirner GmbH Mühlenstr. 4, 31154 Northeim



Hörsysteme



SENIOREN | 3/2017 Unser Northeim

Der neue Seniorenrat der Stadt Northeim ist im Amt

Der Seniorenrat der Stadt Northeim wurde am 24, 10, 2017 für 4 Jahre entsprechend der neuen Wahlordnung vom August 2017 in die 9. Wahlperiode neu gewählt. Der 1. stellvertretende Bürgermeister, Wolfgang Haendel, eröffnete die Veranstaltung in der Stadthalle. Unmittelbar danach wurde durch den allgemeinen Vertreter des Bürgermeisters, Herrn Jörg Dodenhöft, als Leiter der Wahlkommission, die Wahl durchaeführt. Da sich leider nur 14 Kandidaten für die 16 zu besetzenden Plätze im Northeimer SR gemeldet hatten, wurde auf Vorschlag des Wahlleiters und Zustimmung der anwesenden 48 Delegierten zur Abkürzung des Wahlverfahrens, alle 14 Kandidaten en bloc zu wählen, der Wahlgang durchgeführt. Ohne Gegenstimmen und ohne Enthaltungen wurden alle Kandidaten als Mitglieder des neuen Senioren-Rates gewählt. Die Amtszeit begann am 1. November 2017. Die konstituierende Sitzung fand am 15. November 2017 statt.

Die Wahlveranstaltung fand in Anwesenheit der Vorsitzenden des Landes-Seniorenrates Niedersachsen, Ilka Dirnberger, statt. Im Anschluss an die Wahl gratulierte I. Dirnberger den neuen Seniorenratsmitgliedern und wies auf die vielfältigen Aufgaben und die Bedeutung der Seniorenräte hin. Es folgte dann ihr Referat vom "Wohnungspolitischen Kongress in Niedersachsen".

Hinweis: Das komplette Referat ist in dieser Ausgabe zu lesen.

Die gewählten Mitglieder des Northeimer Seniorenrates:

Peter Apel, Sudheim

Karl-Heinz Heere, Lagershausen Günter Heleske, Sudheim

Werner Hundertmark,

Hammenstedt Ingrid Kügler,

Seniorenrat/Höckelheim Elfriede Köneke, Höckelheim Renate Baseler, Senioren heute (fehlt auf dem Foto) Hans-Jürgen Fisseler, AWO

Peter Hehr, Senioren heute (fehlt auf dem Foto) Ursula Jasniak, DGB

Dr. Immo Lawaczeck, Seniorenrat Klaus Leonhardt, Ev.-luth.



Apostelkirchengemeinde Dieter Lorenz, DGB

Klaus Ludewig, Senioren heute

Lt. Satzung gehören je ein Mitglied der im Rat vertretenen Fraktionen dem Seniorenrat ebenfalls an, sowie als Vertreterin der Stadt Northeim: Anja Lustig.

Diese Mitglieder wurden in der konstituierenden Sitzung des Rates der Stadt Northeim am 10. 11. 2016 benannt:

CDU-Fraktion: Ratsherr Keup / Vertreter: Christian Binnewies, SPD-Fraktion: Ratsherr Kahler, FDP-Fraktion: Ratsherr Ilsemann / Vertreter: Hansjürgen Rahn, Bündnis 90 / Die Grünen Ratsfraktion: Ratsherr Harer, FUL / Die Linke-Fraktion: Rats-

herr Traupe, AfD-Fraktion: Ratsherr Kestner / Vertreter: Hartmut Schmidt.

In der konstituierenden Sitzung am 15. November 2017 wurden in den Vorstand gewählt:

Vorsitzender:

Dr. Immo Lawaczeck Stv. Vorsitzender: Günter Heleske Schriftführer: Hans-Jürgen Fisseler Stv. Schriftführer: Werner Hundertmark



in der Stadthalle Northeim am

Donnerstag, dem 7. Dezember 2017.

Es wirken u. a. mit:

Jugendliche Tänzer des Tanzstudios Baufeldt sowie der MGV "Niedersachsen", Northeim

Einlass: 14.00 Uhr Beginn: 14.30 Uhr Eintritt Vorverkauf: 5,00 € An der Tageskasse: 6,00 €

Kartenvorverkauf ab sofort:

- im Büro Senioren heute, Breite Str. 49
- bei Papierus (ehem. Spannaus)
- in der Alten Wache (montags und freitags)



wünschen allen Leserinnen und Lesern alles Gute für die Advents- und Weihnachtszeit und das kommende Jahr.





Inh. Peter von Werder

Ihr "bärenstarker" Partner in Gesundheitsfragen.

Eichstätte 10 - 12 37154 Northeim Telefon: 0 55 51/35 02



Heike Breckle

Einbecker Landstraße 46 37154 Northeim Tel. 05551 / 99180 · Fax. 05551 / 991820 info@apotheke-am-sultmer.de www.apotheke-am-sultmer.de









Hillerser Str. 11 37154 Northeim Tel (05551) 90 82 00

Wir sind für Sie da: Montag - Samstag: 8.30 - 20.00 Uhr



www.apotheke-northeim.de



Hauptbetrieb: Mühlen-Apotheke

Mühlenstr.27
Filialen
Albert-Schweitzer-Apotheke
Albert-Schweitzer-Weg 9
Apotheke am Wieter
Sturmbäume 3

Harztor-Apotheke
Breite Str. 36



Service-Tel.: 0800/0098380 Ihre Apotheken in Northeim, aus Northeim, für Northeim und die Region







Inh. Apotheker Tobias Wagner City Center · Northeim Tel. 05551/97320 Fax 05551/973225





SENIOREN | 3/2017 Unser Verein

Angebote des Vereins "Senioren heute e.V."

www.seniorenheute-northeim.de

e-Mail: seniorenheute.verein@gmail.com



37154 Northeim

Breite Str. 49 Tel. 05551-1589

Gesch.-Zeiten: Mo+Fr 8-11 Uhr

Angebotsgruppen

Fitness im Alter

Gruppe 1: Mo 15.00-16.00

Ltg.: Irmtraud Lohmann Gruppe 2: Mo 16.00–17.00 Ltg.: Renate Blumenberg Übungsl. 1–2 Elisabeth Scholz **Gruppe 3: Do 16.00–17.00** Ltg.: N. N.

Übungsleiterin: Margret Berner

Gruppen 1–3 Sporthalle Schuhwall

Stuhlgymnastik

Alte Wache

Gruppe 1: Fr 9.15-10.15

Ltg.: Lydia Wenzek

Gruppe 2: Fr 10.30-11.30

Ltg. Karin Sander Übungsleiterin: Renate Baseler

Gruppe 3: Mo 10.00–11.00

Ltg. Hannelore Wisse Übungsleiterin: Ursula Erkel

Wassergymnastik

Hallenbad, Arentsschildtstraße Damen

Fr 13.15-13.45

Ltg.: Gertrud Glositzki **Damen und Herren**

Fr 14.00-14.30 Ltg.: S. Helbig

Übungsleiterin: Gerda Mickan

Radwandern – (3 Gruppen) Saison April-Oktober

Gr. 1: Mo 8.30, ab Münsterpl.

Lange Strecken Ltg.: A. Holzapfel, R. Golibrzuch

Gr. 2: "Die Neuner",

Mo 9.00, ab Münsterpl. Geringe Anforderungen, ca. 3 Std.

Ltg.: E. Neuhaus, J. Huttanus Gr. 3: Mi 8.30, ab Münsterpl.

Lange Strecken/erhöhte Anford. Ltg.: Werner Mackowiak Kegeln

Gruppe "Lustige Neun" Mo 14-tägig 15.00-17.00 Uhr –

Ltg.: Alfred Rohde

Gruppe "Kegel-Freunde" Di 15.00–17.00 (14-tg.) Dt. Eiche

Lta.: Heide Storm

<u>Wandergruppen</u>

Heimatwanderer Mi 9.00 Ecke Wieterstr./Markt

Ltg.: Erh. Neuhaus, Helmut Fichtner, Uli Brönnecke

Dienstagswanderer

Di 9.30 – Alte Wache Wanderzeit 1–1½ Std. Ltg.: Renate Blumenberg

Tageswanderungen – Anfahrt mit Pkw,

April-Okt. 1-mal monatl., siehe Presse, Internet u. Schaukästen Ltg.: E. Neuhaus, Uli Brönnecke

Nordic Walking

Di 9.30 – LBS, Rückingsallee Ltg.: Peter Merkel, Tel. 3638

Tanzgruppe

Fr. 14.30 Alte Wache Ltg.: Hilde Peter, Tel. 3641

Kreativ-Team

Stricken, Häkeln, Nähen, Basteln Mo 14.30–17.00 Alte Wache

Ltg.: Hilde Peter, Tel. 3641

Singen

Di 14.30 Breite Str. 49

Ltg.: E. Kindervater, Tel. 516 14

Handarbeiten

Mo 14.30 Alte Wache

Ltg.: A. Freitag, Tel. 406 95 81

Kartenspiele

Canasta

Mo 14.00 Alte Wache

Ltg.: Ursel Minde, Tel. 988 47 33

Bridge (2 Gruppen)
Mi u. Fr 14.30–17.00
Jeweils Alte Wache

Ltg.: Traute Galland

Skat

Mo + Do 13.00-16.00 Breite Str. 49

Ltg.: N. N.

Spiele zum Gehirntraining

15.00 – Alte Wache Jeweils 3. Mo im Monat

Ltg.: H.-G. Kasper, Tel. 952 333

Kniffeln

Fr 13.30, 14-tägig, Alte Wache

Ltg.: N. N.

Ernährung und Umwelt

Termine nach Ansage

Ltg.: E. Neuhaus

<u>Instrumentalgruppe</u>

Übungen nach Vereinbarung Weitere Musiker sind herzlich willkommen

Ltg.: Elfriede Schröder, Tel. 909 95 42

Literarische Runde

Fr 15.00, 14-tägig Breite Str. 49

Internet des Vereins

Ulrich Brönnecke, Tel 53055

Alte Wache – Altenbegegnungsstätte der Stadt Northeim

Tel. 913425, Öffnungszeiten:

Mo-Fr 9.00-12.00 Uhr 14.00-17.00 Uhr

Betreuung:

Mo u. Fr ganztägig und am Di von 9.00–12.00 durch Senioren heute e.V.

Ltg.: Christa Wittwer, Carola Liebig

Betreuung an den anderen Tagen durch die Damen vom DRK bzw. von der AWO

Stand: 5. November 2017

Weitere Informationen erhalten Sie in der Geschäftsstelle – oder besser noch, Sie besuchen direkt die Gruppen. "Schnuppern" erwünscht.

BürgerStiftung im Landkreis Northeim, SF "Altenzentrum Northeim"

Bankverbindung: IBAN DE07 2625 0001 0172 0053 08 - BIC: NOLADE21NOM (Kreis-Sparkasse Northeim)



Lebenshilfe Northeim gGmbH Wohnstätte/Außenwohngruppen

Heiminterne Tagesstruktur/Ambulante Betreuung Familienentlastender Dienst/Schulbegleitende Hilfen Bergmühlenweg 2 · 37154 Northeim Telefon (0 55 51) 91 41 8-0 info@lebenshilfe-northeim.de

DRK Wohn- und Pflegezentrum Am Wieter

Sudheimer Straße 18 · 37154 Northeim Telefon (0 55 51) 60 60 service-pflege@drk-goe-nom.de www.drk-goe-nom.de

Alten- und Pflegeheim der Inneren Mission Northeim e.V.

Wallstraße 50 · 37154 Northeim Telefon (0 55 51) 9 63-3 verwaltung@innere-mission-northeim.de www.innere-mission-northeim.de

Kur- und Pflegeheim Schloß Friedland GmbH

Sultmerberg 2 · 37154 Northeim Telefon (0 55 51) 60 900 info@tilch-pflege.de · www.tilch-pflege.de

Senioren- und Pflegeheim

Weighardt GbR
- inklusive Kurzzeitpflege Verwaltung: Dieselstraße 3 ⋅ 37154 Northeim Am Mönchsgraben 1 Betreutes Wohnen Benzweg 4 Telefon (0 55 51) 90 809-0 info@seniorenheim-weighardt.de www.seniorenheim-weighardt.de

Stiemerling Senioren-Residenz Northeim

Sudheimer Straße 29A · 37154 Northeim Telefon (0 55 51) 96 73 www.stiemerling.info

Míní-Abo mít Neujahrskonzert



Ein gelungenes Geschenk zu Weihnachten - für Freunde und Familie!

Göttinger Symphonie-Orchester (Neujahrskonzert) 14.1.2018 Ensemble Amarcord (A-Cappella-Gesang aus 3 Jahrhunderten) 4.2.2018 Göttinger Symphonie-Orchester (Themenkonzert ,England') 11.3.2018

Freier Verkauf ab sofort in der Buchhandlung Papierus Einzelkonzert 20,-/16,- ϵ - Miniabo mit 3 Konzerten zu 50,- / 30,- ϵ

Besuchen Sie uns im Internet: www.northeimer-konzertring.de bzw. www.facebook.com/KonzertringNortheim

SENIOREN | 3/2017 Unser Northeim

Lust zum Lesen - ein Projekt für Senioren und Kinder

Wer nicht gut lesen kann, hat es schwer im Leben. In der Grundschule werden die Grundlagen fürs Lesen gelegt. Wer da bereits strauchelt, wird nur schwer auf weiterführenden Schulen Erfolg haben.

Deshalb gibt es das Projekt MEN-TOR. Der Verein "Deutsch für Alle" e.V. betreibt es seit nunmehr sechs Jahren.

Das Prinzip ist sehr einfach, aber höchst wirkungsvoll:

Ein Erwachsener liest einmal in der Woche eine Stunde mit einem Kind aus der zweiten oder dritten Klasse nach gemeinsamer Vereinbarung in der Schule.

Es wird vorgelesen, aber vor allem liest das Kind auch selbst einfache kleine Texte; es lernt spielend, immer besser mit Texten umzugehen. Die Materialien dafür stellt der Verein den Leselernhelfern zur Verfügung. So erhalten alle Mentoren jede Woche die Kunterbunte Kinderzeitung, die sehr begehrt ist.

Die Schule benennt Kinder, die mit dem Einverständnis ihrer El-



Mentorinnen des Landkreises Northeim bei einer Fortbildungsveranstaltung mit der Referentin Manuela Hantschel aus Aachen. Foto: Jochen Lehmann

tern mit einem Lesementor einmal pro Woche in der Schule das gemeinsam lesen, was das Kind interessieren könnte.

Die Kinder finden in den Erwachsenen eine Vertrauensperson ganz besonderer Art und die Erwachsenen finden in den Kindern eine Lese-Enkelin oder einen Lese-Enkel.

Diese Lesestunde sollte sich mindestens über ein Jahr mit dem gleichen Kind erstrecken, weil so Vertrauen und Selbstbewusstsein beim Kind langsam wachsen können.

Voraussetzungen fürs Mitmachen sind bei den Leselernhelfern die Lust am Lesen und Geduld im Umgang mit 8–10 jährigen Kindern.

Es ist eine ehrenamtliche Aufgabe, die beiden Seiten viel Freude bringt.

Eltern, Kinder und Lehrkräfte berichten uns immer wieder, wie erfolgreich diese Unterstützung für die Kinder ist.

Zu unseren "Schirmherren" gehören Prof. Dr. Richard David Precht, die Kultusministerin Frauke Heiligenstadt und die Landrätin Astrid Klinkert-Kittel (letztere sind auch Mitglieder unseres Vereins).

Wir lesen in allen Northeimer Grundschulen und in weiteren 16 Grundschulen des Landkreises.

Wer hat Lust mitzumachen? Rufen Sie einfach an: 0152–010 458 56 oder melden Sie sich bitte montags von 13–16 Uhr in unserer Geschäftsstelle in der Mauerstr. 42 (2. Stock) in Northeim.

Weitere Informationen finden Sie auf der Webseite des Vereins: www.dfa-mentor-northeim.de Die Kinder warten auf Sie.

> Jochen Lehmann Vorsitzender des Vereins "Deutsch für Alle" e.V.

Der Christbaum ist der schönste Baum

Der Christbaum ist der schönste Baum, den wir auf Erden kennen. Im Garten klein, im engsten Raum, wie lieblich blüht der Wunderbaum, wenn seine Lichter brennen, ja brennen.

Denn sieh, in dieser Wundemacht ist einst der Herr geboren, der Heiland, der uns selig macht. Hätt' er den Himmel nicht gebracht, wär' alle Welt verloren, verloren.

Doch nun ist Freud' und Seligkeit, ist jede Nacht voll Kerzen. Auch dir, mein Kind, ist das bereit', dein Jesus schenkt dir alles heut', gem wohnt er dir im Herzen.

O lass ihn ein, es ist kein Traum, er wählt dein Herz zum Garten, will pflanzen in den engen Raum den allerschönsten Wunderbaum und seiner treulich warten, ja warten.

Johannes Carl (1806–1887) – Die heute verbreitete Fassung

Rückblick 3/2017 | SENIOREN

Verein Senioren heute: 2017 - ein ganzes Jahr im Rückblick

Mit diesen Seiten möchte die Redaktion erinnern – aber auch Interesse wecken für die Aktivitäten des Vereins:

2. Februar



Grünkohlessen in der Jugendherberge Northeim.

16. Februar



Wildfütterung bei der Marienteichbaude einschließlich Harzer Spezialitätenbuffet.

16. März



Tagesfahrt zur Glasmanufaktur Harzkristall in Derenburg.

19. April



Start zur ersten Tageswanderung in diesem Jahr: Rundweg im Hochsolling von Hellental, Silberborn, Hochmoor Mecklenbruch zurück nach Hellental.

27. April



Fahrt zum Deutschen Zentrum für Luft- u. Raumfahrt Göttingen. (Bericht darüber bereits in der Sommerausgabe)

4. Mai



Jahres-Mitgliederversammlung unseres Vereins in der Senioren-Residenz Stiemerling.

12. Mai



2 Tagefahrt Helgoland und Stadtbesichtigung in Stade.

17. Mai



Harzwanderung im Oberharzer Wasserregal: Rundweg von Buntenbock über Polsterberger Hubhaus, Clausthal-Zellerfeld und Pixhaier Mühle. (Bericht darüber bereits in der Sommerausgabe)

18. MaiTagesfahrt zum
Brink's Spargelhof,
Besichtigung mit
Spargelessen und
Kaffeegedeck.

14. Juni





Fahrt nach Kassel: Besichtigung des Verlagshaus Dierichs/HNA und Führung durch das Museum für Sepulkralkultur – Bericht darüber bereits in der Sommerausgabe.

22. und 23. Juni



2 Tage auf Wanderschaft in Thüringen mit Stadtführung in Eisenach, Besuch der Sonderausstellung im Lutherjahr auf der Wartburg, geführte Wanderung durch die Drachen- u. Landgrafenschlucht im Thüringer Wald. (Bericht in der Sommerausgabe)



SENIOREN 3/2017

13. Juli



Tagesfahrt zum Panoramabild in Bad Frankenhausen und Besuch des Josephskreuzes bei Stolberg.

19. Juli



Tageswanderung auf den Großen Knollen - Start in Sieber. (Bericht bereits in der Sommerausgabe)

16. August



Tageswanderung im Reinhardswald von Gottsbüren zur Sababurg und zum Urwald-Sababurg. (Bericht in dieser Ausgabe)

22.-24. August



3-Tagefahrt in den Spreewald und nach Cottbus.

(Bericht in dieser Ausgabe)

31. August



Tagesfahrt nach Celle: Besichtigung des Landesgestüts und Besuch im Orchideenzentrum.

21. September



Laienreanimations-Schulung der HELIOS Albert-Schweitzer-Klinik Northeim für Mitglieder und

27. September



Wanderung auf den Brocken. (Bericht in dieser Ausgabe)

18. Oktober



Tageswanderung im Spiegeltal von Wildemann nach Clausthal-Zellerfeld u. Rundgang durch den WELTWALD-Bad Grund, Rast auf der Hübich-Alm.

(Bericht in dieser Ausgabe)



19. Oktober



Tagesfahrt zum Culinarium Nieheim. (Bericht in dieser Ausgabe)

15. November



Gänseessen der Wanderer.

14. Dezember



Busfahrt zum Braunschweiger Weihnachtsmarkt.

7. Dezember



Weihnachtsfeier unseres Vereins in der Stadthalle Northeim.

Bitte die regelmäßigen Aktivitäten der verschiedenen Gruppen nicht vergessen -Hinweise dazu finden Sie auf der Seite mit den Angeboten.





Lagerungen / Beiladungen



Bei uns sind Sie in guten Händen

- Umzüge-Nah-Fern-Ausland • Tischler auf jedem Wagen • Klavier- und Flügeltransporte Außen-Schrägaufzug
 - Fachpersonal
 - Handwerkerservice

2 0 55 51 /97 62 22 Fax 0 55 51 /97 62 21

kuehne-kg@t-online.de www.hans-kuehne-kg.de 37154 Northeim Fuchsbäumer Weg 12-16

Dipl.-Hdl. Petra Rohrig

Friedrich-Ebert-Wall 41, 37154 Northeim E-Mail: info@pr-servline.de

www.pr-servline.de

Sie haben noch keine NK-Abrechnung erstellt? Ich übernehme dies gern für Sie.

Mietnebenkostenabrechnung Tel. 01 73 / 2 71 91 65



Ihr **Fachbetrieb** für seniorenund behindertengerechte Installation



Am Mühlenanger 44a 37154 Northeim Tel. (0 55 51) 91 16 83 info@tiedchen.de

Beratung | Gestaltung | Druck | Mailing | LFP





Damaschkestr. 6 a 37154 Northeim Fax 6 21 44

info@elektro-koehler.info

Dorma Türen Montage von EDV-Netzwerken

Solarstromanlagen

Wartung von



Telefon 0 55 51 /

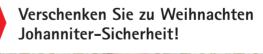
Funk-Taxi-Zentrale

Andreas Schmidtke · Northeim

Tel. 05551/1212 und 1313



Stadt- und Fernfahrten Krankentransport (sitzend) Kurierfahrten (In- und Ausland)





Mehr Informationen unter: **0800 8822280** (gebührenfrei)

Aus Liebe zum Leben

SENIOREN | 3/2017 Unser Verein

Besuch im weltberühmten "Dornröschenschloss"

Der Reinhardswald auf der nordhessischen Seite des Weserberglandes war am 16. August 2017 das Ziel mit den Stationen Gottsbüren, Sababurg, Urwald-Sababurg und zum Schluss Kammerborn zum gemeinsamen "Späten Kaffee" vor der Rückfahrt nach Northeim.

Da wir wegen der Streckenlänge und der Führungen bei dieser Wanderung aus zeitlichen Gründen nicht zu unserm Startpunkt zurück wandern konnten, wurden die Autos nach unserer Ankunft in Gottsbüren gleich am Zielpunkt unserer Wanderung geparkt. Die Fahrer kamen dann gemeinsam in zwei Fahrzeugen wieder zum Start zurück.

Einen ersten Eindruck erlebten die Teilnehmer der Wanderung bei der Besichtigung der Wallfahrtskirche. Bekannt wurde der Ort durch das sogenannte "Wunder von Gottsbüren" - dem Gerücht um den Leichnam Christi, der um 1330 in den Wäldern um Gottsbüren gefunden und in der Kirche aufgebahrt worden sein soll. Der Erzbischof von Trier erteilte die kirchliche Erlaubnis für die Wallfahrt. Später wurde ein "Hostienwunder" beschrieben. (Ein Bakterium ist aus heutiger Sicht die Erklärung für das Wunder.)

Viele Pilger blieben auf dem Weg nach Santiago de Compostela zum Grab des Apostels Jakobus in Gottsbüren, um sich den weiten Weg "an das Ende der Welt" zu ersparen. Die Spenden der Pilger erfreuten den Wallfahrtsort und natürlich auch den Erzbischof. So kam es, dass zum Teil auch mit den Spenden, zum "Schutz und Schirm" der Pilger vor Wegelagerern, die Saba-Burg als Höhenburg gebaut werden konnte. Die Lage des Ortes war günstig, denn Gottsbüren lag im Mittelal-



Sababurg von Westen.



Führung durch den Burgherrn.



lm Burghof.

ter an der "Königsstraße", einer alten Handelsstraße, die von der Fulda über Gottsbüren zur Weser führte.

Von Gottsbüren führte unsere Wanderung dann auf Waldwegen zur Saba-Burg, früher Zapfenburg genannt.

Weitere Besucher und Gäste hatten natürlich auch das schöne Wetter genutzt, um das Dornröschenschloss zu besuchen.

Der Burgherr erwartete unsere Wandergruppe zu einer Führung durch den Lustgarten mit der Rosensammlung und Ruinenromantik mit mittelalterlichem Gewölbekeller und Freilichtbühne in der mächtigen Ruine für das "SabaBurgTheater" und natürlich auch zu den Spuren vom Märchen "Dornröschen". Am Beginn der Führung konnte jeder einen "Glücks-Cent", verbunden mit einem persönlichen geheimen Wunsch, in den Brunnen werfen. Das Märchen der Gebrüder Grimm möchte ich hier nicht abdrucken. Sie erinnern sich sicher: "Da ward die Hochzeit von dem Königssohn mit Dornröschen gefeiert, und sie lebten vergnügt bis an ihr Ende" - so der letzte Satz im Originaltext von 1812 der Brüder Grimm. Der Schlossherr referierte ausführlich über Gottsbüren und über die geschichtlichen Zusammenhänge zur Saba-Burg. Auch der Hinweis auf die Deutsche Märchenstraße, hier im Abschnitt der Dornröschen-Route. fehlte nicht.

Natürlich wurde auch über die Namensgebung der Burg berichtet: Der Sage nach hat Saba, eine der Töchter des Riesen Kruko von der Krukenburg, auf der anderen Weserseite die Saba-Burg gebaut.

Nun wurde es Zeit zur Mittags-



Gruppenführung im Urwald Sababurg.



Kurze Straße 11 · 37154 Northeim IHR GESCHÄFT FÜR GUTEN TEE UND ZUBEHÖR

Schnuppern Sie den Duft unserer ca. 180Teesorten. Verwöhnen Sie sich und Ihre Lieben mit Leckereien aus unserem Feinkost-Sortiment. Stöbern Sie nach Herzenslust in den vielen schönen Dingen.

www.eiblsteekontor.de

Telefon 05551/67393



Elektro - Heizung - Sanitär

Heinrich-Schütz-Str. 15 37154 Northeim 2 05551 51320 od. 0172 5610031 **a** 05551 51207





Tobias Meinshausen

Am Entenmarkt 3 * 37154 Northeim Tel.: 05551 989709 * Fax: 05551 1698 E-Mail:

tobias.meinshausen@awo-northeim.de Internet:

http://ehrenamt.awo-northeim.de

Wir werden unterstützt durch den Landkreis Northeim und das Land Niedersachsen



Sudheimer Straße 18 · 37154 Northeim · Tel: 05551-6060

Ihr Partner. wenn es um die **Elektrik**

geht ...



Schaupenstiel 3 · 37154 Northeim · Tel. 05551/4815

Beratung · Planung · Ausführung · Verkauf

Von Elektroanlagen, Steuerungen, Alarmanlagen, Elektroheizungen, EDV-Verkabelungen, Antennenanlagen Satelliten-Empfangsanlagen, Kabelanschluss









- Innenraumbegrünung
- Garten- und Grabpflege

Northeim • Einbecker Landstr. 24 © 05551 / 99380 e-mail: info@denecke-blumen-gartencenter.de







nfällarbeiten, Grabge

und Winter

Taxi-Reinecke Güterbahnhofstraße 5 37154 Northeim

Kurierdienste - Flughafentransfer - Dialysefahrten Fahrten zur Strahlentherapie - Krankentransport (sitzend)

BESTATTUNGSINSTITUT

2 05551/911 777 • Kirchstr. 4 • 37154 Northeim • www.felix-kahn.de

Erd-, Feuer-, See-und Naturbestattung

Überführung im In- und Ausland

Sarg- und Urnenausstellung Erledigung aller Formalitäten



Bestattungsvorsorge Ein Thema das alle angeht, wir beraten Sie gern.





SENIOREN | 3/2017 Unser Verein

pause. Ein paar hundert Meter an der Außenmauer des Tierparks Sababurg (1571 gegründet) entlang zum "Thiergarten", dem Gasthaus am Tierpark.

Nach der Rast ging die Wanderung weiter zum ältesten hessischen Naturschutzgebiet und gleichzeitig auch Deutschlands erstem

Waldnaturschutzgebiet überhaupt: Dem "Urwald-Sababurg". Mit bis zu 500-jährigen Eichen und meterhohem Farn hat er sich als Relikt eines Hutewaldes erhalten. Mit der sehr fachkundigen Gästeführerin, im Auftrag von Hessen-Forst, erlebten wir ein Waldgebiet mit außergewöhnlicher ökologischer Vielfalt und Kulturgeschichte. Viele persönliche Beobachtungen wurden erst durch das Wissen darüber erkennbar. Die Entwicklungsprozesse der Bäume, vor allem der von Eichen und Buchen, haben über die Jahrhunderte ein besonderes Biotop geschaffen - ein Gebiet sich selbst überlassener



Eine vielhundertjährige Eiche.



Auch hier ist die Gruppe konzentriert.



auch Immer wieder interessante Gespräche.

Natur. Nach dem Ergebnis einer Umfrage der Heinz-Sielmann-Stiftung im Jahr 2009 zählt das NSG zu einem der attraktivsten Naturwunder Deutschlands.

Für die meisten von uns ein einzigartiges Naturerlebnis.

Die Führung endete am Haupttor des Urwaldes, auf dem Parkplatz auf der anderen Straßenseite standen unsere Autos zur Fahrt bereit nach Kammerborn zur Kaffeepause, dem letzten Programmpunkt an diesem Tag, und die hatten wir uns verdient.

Text u. Fotos: E. Neuhaus



Wunder der Natur.



Auch hier Zeugen alter Zeiten.

Eins, zwei, drei! Im Sauseschritt

Eins, zwei, drei! Im Sauseschritt Läuft die Zeit; wir laufen mit.

Prosit Neujahr -

Ob gut, ob schlecht, wird später klar. Doch bringt's nur Gesundheit und fröhlichen Mut

und Geld genug, dann ist's schon gut. Mich hatt's gefreut, so neu zu sehn in eleganten Schreibfederstrichen die Bekannten aus alter Zeit

Na, Prosit! Sagte Fritzchen Köhler.
Nach dem Examen ist mir wöhler.
Besten Gruß an die gesamten
Steuer- wie auch Zollbeamten.
Was sie dichten voll Gemüt,
zeigt uns, dass ihr Weizen blüht.
Hochmütig ist der Pfaffen Zunft;
O Bismarck, bring sie zur Vernunft!
Schmoll nicht zu lange in Varzin,
sonst möcht' wohl gar ihr Weizen blühn.
Nimm sie beim Ohr und sprich zuletzt:
Hier, meine Herm, gilt das Gesetz.
Ach, Herr, mach alles wieder recht.

Dämpf' die Pfaffen und Kriegersknecht. Gib Frieden, dazu viel edlen Wein, auf dass wir allesamt lustig sein. Max und Moritz, diese Knaben, sollen, hör' ich, Eltern haben. Einen der und eine die,

Nämlich Scherz und Phantasie.

Wohl sind die Töne längst verklungen, die wir, die Alten, einst gesungen.
Doch stets melodisch klingt es fort, im Jugendchor, das deutsche Wort.
Ach, mitunter muss man lügen – und mitunter lügt man gern!
Stets trank er lieber Wein als Wasser und war auch nie ein Weiberhasser.
Raum ist in der kleinsten Hütte für ein einzig liebend Paar.
Nur für Karoline Schütte

Froh hupft der Floh. Vermutlich bleibt es noch lange so. Fortuna lächelt, doch sie mag

und für mich ist das nicht wahr.

nur ungern voll beglücken. Schenkt sie uns einen Sommertag, schenkt sie uns auch Mücken.

Wilhelm Busch





















0 55 51 - 83 1

37154 Northeim

E-Mail: schindler-sanitaer@t-online.de

Wir wünschen unseren Kunden, Freunden und Bekannten ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr.





G • ZIMMEREI • BAUELEMENTE • DACHDECKERARBEITEN

- Anfertigung von Bauplänen und Angeboten
- Ausführung sämtlicher Bauarbeiten für Neubauten
- An- und Umbauten Sanierungsarbeiten
- Fliesen- und Natursteinarbeiten
- Erstellung schlüsselfertiger Häuser

37154 Northeim-Langenholtensen Braunschweiger Straße 11 Telefon: 0 55 51 / 50 95 • Fax 5 45 61 Internet: www.schoenhuette-bau.de E-Mail: info@schoenhuette-bau.de







breckle

Breckle GmbH Matratzenfabrik Lange Lage 6-8 37154 Northeim Tel. 05551/6097-0

Unser Verein SENIOREN 3/2017

"Wir werden Sie nicht gleich in den Sack stecken"

... konnte den Machern des deutschen Sackmuseums in Nieheim auch nicht gelingen, denn im Fokus unserer Busfahrt am 19. Oktober 2017 stand das Westfalen-Culinarium: In einem Karree von etwa 100 m wurde ein einzigartiges Museumskonzept umgesetzt. In vier verschiedenen alten Fachwerkhäusern (technisch bedingt in neuerer Bauart) konnten wir entdecken, wie die Löcher in den Käse kommen, warum der westfälische Schinken so würzig ist und warum das Holzofenbrot so knusprig ist und was ein gutes Bier ausmacht - also alles .. Grundnahrungsmittel" eines Westfalen. Highlight des Tages war unser Gästeführer, mit klarer Stimme und gut zu verstehender Lautstärke, gewitzt mit Humor, führte er uns durch die vier Museen. Geschichten und viel Wissenswertes über das Leben auf dem Lande konnten wir erfahren, verbunden mit den fachlichen Informationen. Sprichwörter und Redensarten rundeten die Führung ab.

Im Brotmuseum werden an Backtagen im "Königswinterbackofen" leckere Brote und Kuchen gebacken. Die Gruppe erhielt Informationen über z. B. Kornsorten, Aromen, Brotsorten, dass Pumpernickel nicht gebacken sondern stundenlang gegart wird usw.

Westfalen bezeichnete Heinrich Heine als das "Vaterland des Schinken". Im Schinkenmuseum wird ausführlich das "Schinken 1 x 1" präsentiert, von der Geschichte des Schweins, begonnen in



Günter Goliasch dreht die Musik ...

der Steinzeit bis in die Geaenwart und vom Pökeln des Schinkens his zum ersten Anschnitt. ..Hopfen und Malz - Gott erhalts" oder wenn im Mittelalter bei der Prüfung des Bieres etwas zu beanstan-



Zum Bierkränzchen eingeladen.

den war, wurde "dem Fass der Boden ausgeschlagen", dann "waren Hopfen und Malz verloren". Auch im Biermuseum treffen sich aktuell Bürger und brauen das "Nieheimer-Bürgerbier". Der Gästeführer informierte dazu über Mystik, Braurecht, Brauverfahren, die Biere anderer Länder und Schnaps, der natürlich auch dazu gehört. Anschließend waren wir alle zu einem "Bierkränzchen" eingeladen.

"Alles alter Käse" - Käse hat Geschichte. Auch hier gab es ausführliche Informationen zur Geschichte, Deutsche Käseverordnung, Käserein, Käse-Knigge, Brauchtum und weitere Informationen von Affinage bis Zentrifuge. Im Restaurant des Käsemuseums war anschließend unsere Mittagspause eingeplant. der Karte stand Nieheimer Kä-

sesuppe und Westf. Kartoffelsuppe - wir blieben also bei den Spezialitäten.

gelungenes Konzept in der Deutschen Käsestadt Nr. 1.

Auf der Rückfahrt nach Northeim wurde in Volpriehausen kulinarischer Zwischenstopp eingelegt: "Kaffee-Spaß mit Musik" war für angesagt. Empfangen, ganz nostalgisch mit Musik aus der Drehorgel, wurden wir anschließend mit leckerem Kuchen und Kaffee verwöhnt. Zum Abschied bediente "eigenes Personal" der Reisegruppe die Drehorgel.

Übrigens: Irgendwann am Morgen waren wir bei Nebel in Northeim mit dem Reisebus gestartet, als wir dann die Sollinghöhen überguerten, hatte die Sonne die Kraft gewonnen, uns einen wunderschönen Tag bis in den Spätnachmittag hinein mit den goldenen Farben des Herbstes zu präsentieren.

Das Sackmuseum - die Welt der alten und neuen Säcke im alten Kornhaus Nieheim ist ein Museum, in dem Säcke - Beutel Tüten aller Art gesammelt und ausgestellt werden. Zum Besuch reichte die Zeit an diesem Tag nicht mehr.



unsere Reisegruppe ... es erklingen Abschiedsmelodien.

Fotos: E.N.



Wir fördern die Integration sozial benachteiligter Menschen

Mitgliedschaft schon ab 24 €/Jahr

Weitere Informationen:

Förderverein Oase Northeim e.V.

Hagenstraße 18. 37154 Northeim, Tel. 05551-912581 (Oase) www.foerderverein-oase-northeim.de, Kontakt: foerderverein-oase-northeim@web.de Kontoverbindung: IBAN: DE78262500010172037301 BIC: NOLADE21NOM



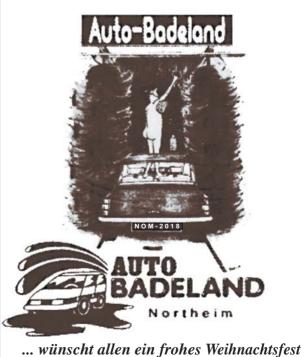




NORTHEIM GoobH

Unseren Kunden, Freunden und Bekannten wünschen wir ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr!

Elektro-Voss Northeim GmbH · Königsberger Str. 3a 37154 Northeim Telefon 0 55 51 / 98 80 77



und einen guten Start in das Jahr 2018!

SENIOREN | 3/2017 Unser Verein

Der Brocken - das Höchste im Norden

Auch in diesem Jahr erwischten wir Wanderer von Senioren heute nach zwei wetterbedingten Terminverschiebungen mit dem 27. September einen Tag, der unser Vorhaben nahezu belohnte. Gutes Wanderwetter, im Gipfelbereich manche Wolke, die vorbeihuschte, aber es nicht schaffte, die Sonne ganz zu verhüllen.

Beim Aufstieg kurz vor dem Gipfel begrüßten wir auch wieder "Brocken-Benno". Nach kurzem "Hallo" konnten wir von ihm eine Bestätigung erhalten, dass wir am 27. 9. 17 an der Brockenbesteigung teilgenommen haben. Unterschrift mit "Brocken-Benno". Gleichzeitig mit dem Eintrag, dass er an diesem Tag zum 8.292-mal auf dem Brocken war (das sind 109.800 km seit 1998). An den Schuhen konnte man es erkennen!

Mittagspause im Touristensaal, Blicke in die Ferne, kurze Exkursionen auf dem Brockenplateau, freie Zeit bis zum vereinbarten Treff. Der Abstieg führte wieder am Dreieckigen Pfahl vorbei zurück zum Startpunkt unserer Wanderung in Oderbrück-Süd



"Brocken-Benno" überreicht die Teilnahmebestätigung an der Brockenbesteigung. Foto: E.N.



Der Brocken mit der Wetterstation.

an der B 4. Eine Kaffeepause auf der Rückfahrt nach Northeim im Sperberhaier Dammhaus bildete die letzte gemeinsame Aktion.

Insgesamt ein gelungenes Unterfangen.

In der Vergangenheit wurde schon oft ausführlich über die Brockenwanderung berichtet – diesmal daher Informationen über das "Brockengespenst" und die Bergwetterstation Brocken – vielleicht ist in 2018 gar eine Be-

Foto: JuTe CLZ (Wikipedia)

sichtigung machbar. Die ersten Kontakte sind geknüpft.

Diese Wanderung gehört in den letzten Jahren unabdingbar in unserem Verein zum Programm – bleibt einmal die Frage an alle Vereinsmitglieder: Wer kann sich erinnern, hat Notizen, in welchem Jahr die erste Brockenbesteigung durchgeführt wurde. Die Frage geht wohl in erster Linie an ehemalige Wanderer. Danke im Voraus – die Redaktion würde sich sehr freuen.

Bergwetterwarte Brocken

Die kontinuierliche Wetterbeobachtung liefert einen wichtigen Baustein für die Erstellung von Wettervorhersagen, aber auch für Klimastatistiken und Forschungsaufgaben, die im Zuge des Klimawandels immer mehr an Bedeutung gewinnen. Kurz gesagt ist die Wetterbeobachtung (auch Synoptik genannt) nichts anderes, als die Erfassung des augenblicklichen physikalischen Zustands der Atmosphäre mittels automatischer Messungen und Augenbeobachtungen. Die erfassten und verarbeiteten Messdaten werden weltweit verbreitet. Steckbrief:

Name: Klimareferenzstation Brocken Geographische Breite: 51° 48' Nord Geographische Länge: 10° 37' Ost Barometerhöhe: 1.152,5 Meter über NN Standort: Seit 1. Oktober 1895 Jetzt im Landkreis Harz in Sachsen-Anhalt Flussgebiet: Elbe-Saale-Bode Naturraum: Hochharz

Wetterbeobachtung rund um die Uhr

Das Team der Wetterwarte auf dem Brocken beobachtet rund um die Uhr das aktuelle Wettergeschehen und erzeugt halbstündlich eine Meldung mit zahlreichen meteorologischen Werten. Diese Parameter werden sowohl durch Sensorik gemessen als auch durch Augenbeobachtungen ergänzt (z. B. Sichtweite, Wolkengattungen, deren Bedeckungsgrad samt Untergrenzen, Wetterzustand wie Niederschläge, Gewitter oder Nebel, Schneehöhe und -dichte). Die Wetterwarten übernehmen, abhängig vom Standort, weitere Aufgaben. So zählen auf der Bergwetterwarte

Garantiert die richtige Wahl. Rundum Meine Stadtwerke. Sorglos versorat!

Faire Preise und ein leistungsstarker Vor-Ort-Service sind bei uns selbstverständlich. Dazu bieten wir stets persönliche Ansprechpartner und Kundennähe.

Am Mühlenanger 1 37154 Northeim Telefon (0 55 51) 60 05 - 0 www.stadtwerke-northeim.de



50 m Schwimmbecken | Saunalandschaft Wasserspielgarten für Kinder SCHWIMMEN & RELAXEN Northeim Arentsschildtstraße 2 | 37154 Northeim | Tel. (0 55 51) 60 05 - 680

www.hallenbad-northeim.de

Bestell-Shop Monika Keune

Neustadt 4 • 37154 Northeim • Tel.: 05551-1425

Verkauf von Uhren. Armbändern und Batteriewechsel. Portofrei und ohne Mindestbestellwert bei allen Versandhäusern bestellen.

Otto-Baur-Schwab-Heine-Hagebau-Witt Weiden-Sieh an-Quelle de-Neckermann de-Bader-Brig. Hachenburg-Weltbild-Klingel-Wenz-Alba Moda-Mona-Meyermode-MIAMODA-Babista-Vamos-HOELTZhaus-Wellsana-HAPPYSIZE-Westfaliaund vieles mehr.

Elektro-Dobrick

Elektro-Installationen - Reparaturen

Meinshäuser Straße 24 · 37154 Northeim · Bühle Inh.: Thorsten Lesch 05503/1435

Sicherheit trifft Design



RC 2 - geprüfte Sicherheit

Aluminium-Haustüren KOMPO der Extraklasse

Sonntags ist Schautag von 11 - 16 Uhr

Steffen vom Hövel GmbH

Robert-Bosch-Straße 19 37154 Northeim

Telefon 05551 908460 www.steffen-vom-hoevel.de



Orthopädie-Schuhtechnik



Ihr Spezialist...

..wenn es um die handwerklich-orthopädische Versorgung und Korrektur von Fuß-Fehlformen mit Fußstützen und schuhtechnischen Maßnahmen in Freizeit, Sport und Beruf geht.

> Neustadt 37, 37154 Northeim Tel.: 0 55 51 - 24 33

M@il: info@jakob-orthopaedie-schuhtechnik.de www.jakob-orthopaedie-schuhtechnik.de

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr.: 09.00 - 13.00 Uhr u. 14.00 - 18.00 Uhr, Mittwoch: 09.00 - 13.00 Uhr

IHR AMBULANTER PFLEGEPARTNER

Am Mühlenanger 44 37154 Northeim

Telefon (0 55 51) 90 81 430 Fax (0 55 51) 90 81 431

24 Stunden erreichbar und einsatzbereit

- Grund- und Behandlungspflege
- Palliativpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Hausnotruf
- Tägliche Auslieferung von warmen Mahlzeiten



Northeim · Am Mühlenanger 36 · Tel. 0 55 51 83 74 Einbeck · Rosental 16 · Tel. 0 55 61 33 28

Glaserei · Glasschleiferei Plexiglas und Spiegel Bildereinrahmungen Glashandlung Holz- und Kunststoff-Fenster

> Fu 0 172 563 19 89 Fax 0 55 51 6 29 59

SENIOREN | 3/2017 Natur und Umwelt

Brocken die Beobachtung des Wachstums und der Entwicklung von Pflanzen im Jahreslauf (Phänologie) sowie Feinstaubuntersuchungen für den Bereich der Medizinmeteorologie des DWD dazu. Außerdem beteiligt sich die Wetterwarte seit über 50 Jahren an Messungen zur Radioaktivitätsüberwachung und unterstützt das Fraunhofer-Institut in Bremen mit Sondermessungen.

Klimareferenzstation Brocken

Die Wetterwarte Brocken ist Teil eines Netzes von Klimareferenzstationen des DWD. Das heißt. konventionelle und elektronische Messungen werden parallel betrieben, um die Auswirkungen von messtechnischen Veränderungen auf die Datenreihen detailliert untersuchen zu können. Neben dem halbstündlichen Erstellen Absetzen von Wettermeldungen und der täglichen Datenprüfung werden zu den sogenannten Klimaterminen (06:30, 13:30 sowie 20:30 Uhr UTC) konventionell mit Quecksilberbarometer, Gebirgsniederschlagsmesser und Aspirationspsychrometer erzeugte Messungen durchgeführt und erfasst. Zudem wird der Sonnenscheinautograph täglich ausgewertet.

Brocken – Arbeiten auf dem Dach Norddeutschlands

Der Brocken im Harz ist mit 1.141 Metern die höchste Erhebung Norddeutschlands. Die umliegenden Berge haben eine rund 200 Meter geringere Höhe. Deshalb ist die Klimareferenzstation in allen Himmelsrichtungen Wind, Regen und Schnee ausgesetzt. Die "Wetterküche" Mitteleuropas ist der Atlantik. Bei der Verlagerung der sich dort bildenden Tiefdruckgebiete Richtung Festland stellt der Harz das erste nennenswerte Hindernis dar. Stürme. ergiebige Niederschläge und mehr als 300 Nebeltage pro Jahr sind die Folge. Die Klimaverhältnisse des Brockens entsprechen bei einer Mitteltemperatur von 2,9° C und einer Jahresniederschlagssumme von 1.814 mm demnach einer Höhe von etwa 2.200 Meter



Luftbild der Brockenkuppe: Im Hintergrund links sieht man die Sendemasten von Torfhaus, vorn von links die Bergwetterstation und davon rechts der Brockenbahnhof.

Foto: Jute-CLZ in Deutscher Wikipedia

in den Alpen bzw. dem Klima auf Island. Auf dem Brocken tritt mit 42 km/h (Bft. 6) im Jahresmittel die höchste Windgeschwindigkeit in Deutschland auf. Die Höhenstruktur und die Exposition des Berges erklären die hohen Windgeschwindigkeiten. Bedingt durch die häufigen Nebel entstehen in den Wintermonaten extreme Eisablagerungen bis zu 250 Zentimeter. Auf dem Brocken-Plateau befinden sich zudem der Botanische Garten der Universitäten Halle/Göttingen, die Brockenherberge, das Besucherzentrum des Nationalparks Harz sowie der Bahnhof der Brockenbahn.

Wetterbeobachtung seit mehr als 100 Jahren

Die Klimareferenzstation Brocken blickt auf eine bewegte Geschichte zurück. Erste gesicherte Wetteraufzeichnungen stammen aus dem Jahr 1836. Zum 1. Oktober 1895 richtete Prof. Dr. Richard Aßmann auf dem Brocken ein Observatorium ein.

Nachdem US-amerikanische Truppen im April 1945 das Kommando auf dem Brocken übernommen hatten, kam die Wetterbeobachtung zum Erliegen. Erst am 12. September 1947 nahmen die Wetterbeobachter ihre Arbeit in dem stark zerstörten Gebäude wieder auf.

Seit 1950 war die Wetterwarte eine Station erster Ordnung des Meteorologischen Dienstes (MD) der DDR. Nach dem Mauerbau in Berlin wurde der Brocken militärisches Sperrgebiet; drastische Überprüfungen der Mitarbeiter durch Volkspolizei und Staatssicherheitsdienst waren die Folge. Eine friedliche Sternwanderung führte am 3. Dezember 1989 zur Öffnung der Brocken-Mauer.

Besucher werden auf dem Brocken bei guter Sicht mit einem atemberaubenden Panorama belohnt. Zu sehen sind der Große Inselsberg im Thüringer Wald (106 km), der Kahle Asten im Sauerland (162 km), die Wasserkuppe in der Rhön (152 km), der Vogelsberg in Hessen (172 km) und der Fichtelberg im Erzgebirge in gut 230 Kilometern Entfernung, Letzterer ist allerdings meist nur bei Sonnenaufgang sichtbar. Reicht die Sicht allumfassend ins Land, so ist vom Gipfel aus ein Gebiet einsehbar, das mit rund 42 000 km² der Größe der Schweiz entspricht. Fest steht: Für den Beruf des Wetterbeobachters auf dem Brocken mit seinen extremen Wetterbedingungen sind Idealismus und Naturverbundenheit gefragt. E.N.









STIEMERLING

LEBENSRÄUME FÜR SENIOREN

SENIOREN-RESIDENZEN · AMBULANTE PFLEGE TAGESPELEGE · SENIOREN-WOHNLINGEN

WERTVOLLE MOMENTE

Wir begleiten Sie nach Ihren Wünschen!

Seit 40 Jahren steht der Name Stiemerling in Northeim für Kompetenz in Wohn- und Betreuungsangeboten für Senioren. Gern begleiten wir Sie in Ihrem eigenen Zuhause oder schaffen mit Ihnen neue Perspektiven in unserer Tagespflege oder in der Residenz.

Wir freuen uns, mit Ihnen neue Wege zu gehen, z.B. mit Aromapflege, deren großes Potential bei uns wirksam wird.

Wir sind Experten für Ihr Wohlbefinden!

Gepflegt leben

in der Senioren-Residenz mit viel Platz im eigenen Zimmer und den Gemeinschaftsbereichen

Tagespflege

in Gesellschaft gesund und aktiv

Servicewohnen

in einer Seniorenwohnung mit Untersützung bei Bedarf



Stiemerling Senioren-Residenz Northeim

Sudheimer Straße 29a · 37154 Northeim · Tel.: 05551 967-3 www.stiemerling.info · northeim@stiemerling.info

HATTORF AM HARZ KÖNIGSLUTTER NORTHEIM HERZBERG GOMMERN

Senioren heute fuhr in den Spreewald

Drei-Tage-Fahrt nach Cottbus, Branitz und in den Spreewald vom 22. bis 24. August 2017

Pünktlich um 6 Uhr startete unsere Reisegruppe vom Betriebshof der Fa. Weihrauch-Uhlendorff. In der Gardekürassierstraße stiegen weitere Reiseteilnehmer zu. Dann war die Gruppe mit 30 Mitaliedern und Freunden von "Senioren heute" komplett. Wir wurden herzlich von unserem Reiseleiter. Herrn Horst Bartels, und vom Fahrer. Herrn Fäßler, begrüßt und fuhren nun bei bestem Reisewetter zügig gen Osten, kamen an Braunschweig, Magdeburg und Dresden vorbei und wurden dabei von Herrn Fäßler über Land und Leute unterrichtet, von denen er viel Interessantes zu erzählen wusste. Gegen 13.30 Uhr erreichten wir schon Cottbus in Brandenburg und zogen ins Hotel Lindner ein, unser Quartier für die nächsten drei Tage.

Nach kurzer Mittagspause trafen wir uns alle zu einer Stadtrundfahrt mit Stadtführung. Vom Stadtführer, einem Senior, der sich erst im Alter mit Fachprüfung für diese Tätigkeit hatte ausbilden lassen, erfuhren wir, dass Cottbus, auf niedersorbisch Chosebuz, eine kreisfreie Stadt im Lande Brandenburg mit heute knapp 100.000 Einwohnem ist. Obwohl in Cottbus selbst nur eine kleine sorbische Minderheit wohnt, ailt sie als das politische und kulturelle Zentrum der Sorben in der Niederlausitz. Zu DDR-Zeiten wurde das Gebiet um Cottbus wichtigsten Kohle-Energielieferanten. Aber auch das Bauwesen, die Textil- und Möbelindustrie sowie die Nahrungs-



Die Reisegruppe vor dem Cottbuser Rathaus.

mittelproduktion bestimmten die Wirtschaftsproduktion der Stadt. Mit der Wende 1990 begann die Privatisierung der Wirtschaft und ein tiefgreifender Strukturwandel. Cottbus wurde zu einem Dienstleistungs-, Wissenschafts- und Verwaltungszentrum. Seit 2005 gibt es außerdem das Informa-Kommunikationstions-. Medienzentrum sowie die Panta-Rhei-Halle des Campus der BTU (Brandenburgische Technische Universität), die zu den beachtenswerten Sehenswürdigkeiten von Cottbus gehören. Seit 2007 ist Cottbus außerdem Sitz des Finanzgerichts Berlin-Brandenbura.

Auf dem Stadtrundgang erfuhren wir auch, dass die Stadt im Jahr 2006 die 850-Jahrfeier der urkundlichen Ersterwähnung beging. Wir waren alle von der sauberen, schmucken Altstadt und den Bürgerhäusem im sächsischen Barockstil angetan. Am Mühlgraben befinden sich die ältesten Cottbuser Gebäude. Wir sahen die Loh- und Weißgerber-Häuser, das Rathaus, die mittelalterliche Stadtmauer des 13. Jahrhunderts aus Backsteinmaterial, den Altmarkt mit Marktbrunnen. das Postkutscher-Denkmal, den Tuchmacherbrunnen und anderes mehr. Von hier aus gelangten wir wieder zum Marktplatz und zum Hotel Lindner zurück, wo uns ein reichhaltiges Abendbüfett erwartete.

Am 2. Tag unserer Fahrt fuhren wir zum Branitzer Park des Fürsten Hermann Ludwig Heimich von Pückler Muskau (1785–1871), der ihn in der Zeit von 1845 bis 1871 gestaltete. Der Stadtführer vom Tag vorher führte uns durch einen Teil des Parks und begleitete uns auch bei der Besichtigung des





Alle finden in zwei Booten Platz.





Beratung, Grundpflege, Behandlungspflege Palliativpflege, Haus- und Familienpflege, Hauswirtschaftliche Versorgung, Begleitung bei Aktivitäten, Betreuung von Menschen mit Demenz, Menüservice

SCHWESTERNSTATION ST. SIXTI Telefon: 05551 / 91498-0



HILFE

UNTERSTÜTZUNG

ORDNUNG schaffen



- Wächst Ihnen der Papierkram über den Kopf?
- Haben Sie noch den Überblick? Müssen Sie dringenden "Schreibkram" erledigen?

$....\ hier\ kommt\ Unterstützung\ für\ Sie!\ Diskret,\ freundlich,\ zielgerichtet:$

- Gemeinsam sehen wir Ihre Situation an, und ich helfe bei der Lösung:
- Ihre Papiere werden geordnet, und wir machen eine Ablage, d. h. wir ordnen Ihre Unterlagen wie Versicherungen, Versorger, Miet-/Vermietverhältnis, Steuern etc.
- Darüber hinaus bin ich gern behilflich bei Schriftverkehr mit Behörden sowie Versicherungen und Ämtern.

Wenn Sie meine Hilfe in Anspruch nehmen möchten, erreichen Sie mich unter:

Marei Scholz, Dörtalsweg 41 I 37154 Northeim I Tel. 055 51 – 91 25 28 I 0160 – 92 53 23 13 I marei.scholz@gmx.de

Es ist Sterne-Zeit!

Weihnachtssterne

Aus unserer Gärtnerei.

Von Mini's bis zu großen Büschen in vielen Farben.



Auf dem Northeimer Wochenmarkt Tel. 05528 - 8855, www.ziencz.de





Seniorenheim Simone und André Kujanek GmbH



Idyllische Lage, gepaart mit gemütlicher Atmosphäre. Berücksichtigung von individuellen Bedürfnissen. Familiär geführt.

Die wichtigste Zeit ist der Augenblick . . . (Meister Eckhard) Am Försterberg $1 \cdot 37589$ Kalefeld/Oldershausen Tel. $0.5553/883 \cdot Fax 0.5553/4490$

Außerdem zeichnen uns gute Leistungen zu fairen Preisen aus, denn Qualität muss nicht teuer sein.

Ihre Zuzahlungen in den einzelnen Pflegegraden Kein Pflegegrad = 1503,96 € · Pflegegrad 1 = 1378,94 € · Pflegegrad 2-5 = 920,81 €

Pückler-Schlosses (Entstehung 1770–1772, Umbau 1850) und des darin befindlichen Museums, in dem wir vieles über das Leben des Fürsten und die Entstehung seines Landschaftsparks erfahren konnten. Großen Anteil am Parkprojekt hatte Pücklers viel ältere Ehefrau Lucie, geborene von Hardenberg (1776–1854), die all ihre Energie und ihr ganzes Familienerbe in das Unternehmen investierte.

Nach einer recht erholsamen Mittagspause begann für uns um 15 Uhr eine Gondelfahrt, die uns durch Pücklers zonierten Landschaftsgarten führte, mit dessen Wahrzeichen, der Land- und der von ihm Tumulus genannten Seepyramide, die seine und viel später auch Lucies letzte Ruhestätte wurde. Die beiden Gondolieri, die uns alle in einem einzigen flachen Kahn untergebracht hatten, ruderten uns auf den Kanälen, erklärten das Gesehene und verschafften uns einen geradezu romantischen Nachmittag. Fürsorglich achteten sie auch darauf, dass wir, wenn die niedrigen Brücken unterfahren werden mussten, unsere Köpfe sorgfältig in Sicherheit brachten, damit kein Zusammenstoß mit dem Gemäuer passierte.

Gegen 18.30 Uhr erwartete uns dann das Lindner-Hotel zu unserem letzten gemeinsamen Abendessen in Cottbus.

Der dritte Tag unserer Reise führte uns zunächst in den Spreewald. Das Gepäck wurde vorher im Bus verstaut, und Fahrer Fäßler fuhr uns ab 9 Uhr zunächst zum Kurort Burg und dann zu den verästelten Fließen und Kanälen einer einzigartigen Kultur- und Lagunenlandschaft, die sich auf ca. 470 qkm erstreckt.

Zwei Fährmänner verluden uns in zwei Kähne, und dann begann die zweite Wassertour unserer Reise. Vom Hafenpier Waldschlösschen "stakten" sie uns in den urigen Hochwald mit den uralten Erlen, dem dichten Mischwaldbestand und dem typisch Spreewälder Streusiedlungsgebiet. Wir erfuhren viel von der Spezialsituation der Gegend, bestaunten u. a. den großen Einfluss der Biber-

Bevölkerung auf den ganzen Lebensbereich und wurden dafür an einer Anlegestelle mit Spreewaldgurken und Schmalzbroten versorgt. Wir alle genossen wieder sehr die ruhige und interessante Bootsfahrt.

Gegen 14 Uhr stiegen wir am Waldschlösschen aus den Kähnen und befanden uns wenig später bereits auf der Fahrt nach Lübbenau, wo wir Stadt und Hafen besichtigten und anschließend die Heimreise antraten.

Bald hatte uns unser Northeim wieder zurück, und wir denken noch heute gern daran, was wir alles gesehen haben. Wir bedanken uns bei Herrn Bartels für seine gute Reiseleitung und Betreuung. Unser Dank gilt auch Herrn Fäßler für seine prima Fahrleistungen, mit denen er uns sicher ans Reiseziel und zurück gebracht hat.

Hannelore Städtler

Basar vom 23. September '17

Das Kreativ-Team von Senioren heute berichtet:

In diesem Jahr mussten wir leider mit unserem Basar am 23. 9. 2017 in das CVJM-Haus in der Hagenstraße 12 ausweichen. Der angesetzte Termin am 16. September 2017 mit der Stadt Northeim (Arbeitskreis) konnte wegen Renovierungsarbeiten in der Alten Wache nicht eingehalten werden. Unser Basar im CVJM-Haus war ein großer Erfolg.

Die angebotenen handgefertigten Artikel waren gefragt. Auch der Kaffee und Kuchen, die Schmalzbrote und die selbstgekochten Suppen kamen bei den Besuchern sehr gut an. Vom Verein konnten wir Herrn Munsch mit Gattin sowie Herrn v. Kriegsheim begrüßen.

Überwiegend kamen die Gäste, wie wir feststellen mussten, aus unserem Umfeld. Leider konnten wir nur wenige Vereinsmitglieder begrüßen.

Trotz der vielen Arbeit, die uns sehr viel Spaß macht, haben wir vor, den Basar im kommenden Jahr zu wiederholen.

Wie im letzten Jahr wurde wieder ein Geldbetrag, diesmal an den Verein CVJM Northeim, gespendet. Hilde Peter

... wenn das Gute liegt so nah!

Ausflug der Donnerstag-Gymnastikgruppe nach Hardegsen

Als Abwechslung zur wöchentlichen Gymnastikstunde "Fitness im Alter" hatte unsere Übungsleiterin Margret Berner für den 10. 08. 2017 einen kleinen feinen Ausflug mit dem Bus über Moringen, Blankenhagen und Thüdinghausen nach Hardegsen vorbereitet. Gleich bei der Ankunft in Hardegsen empfing uns Herr Friedebold.

Ihm machte es offensichtlich Freude, uns "seine" Stadt mit ihrer Geschichte näher zu bringen. Erste urkundliche Erwähnung schon im Jahr 1020, Gründung der Burg 1050. Im 12. Jahrhundert erbaut, war die Burg 200 Jahre Sommersitz der Welfenherzöge. Im Jahre 1383 erlangte Hardegsen Stadtrecht.

Die Stadt Hardegsen hat zzt. ca. 8.300 Einwohner. Zum Stadtgebiet gehören die Ortschaften Asche, Ellierode, Ertinghausen, Gladebeck, Hettensen, Lichtenborn, Hevensen, Lutterhausen,

Trögen und Üssinghausen.

Die Hardegser sind stolz auf den neu gestalteten Platz ums Rathaus; Wochenmarkt ist hier freitags von 14.00 bis 18.00 Uhr.

Ein Spaziergang durch die gepflegte Altstadt führte uns zur Burg. Dort erwartete uns Frau Friedebold – stilecht gekleidet – zur Führung durch ihr Schmuckstück: Ein Spielzeug- und Puppenmuseum, sehr sehenswert und wohl noch ein echter Geheimtipp!

Gut gelaunt "überfielen" wir das zentral gelegene Eiscafé mit seinem vielseitigen Angebot. Besonders frisch gebackene Waffeln waren der Renner. Die Stimmung konnte gar nicht besser sein an diesem Nachmittag in Hardegsen.

Einen Trost gibt es für die Daheimgebliebenen: Es dürfen schon Vorschläge gemacht werden für ein schönes Ziel im nächsten Jahr. Inge Caro



Installation von Licht-,
Kraft- u. Schwachstromanlagen
Kommunikationstechnik – Alarmanlagen
– IT-Service –

Beratung - Planung - Ausführung



S Brot & Kuchen Spezialitäten

Verwöhnt Sie mit Ofenfrische, Qualität und Vielfalt

Göttinger Straße 40, 37154 Northeim, Einbecker Landstraße 48, 37154 Northeim Sturmbäume 3, 37154 Northeim Göttinger Str. 19, 37176 Nörten-Hardenberg

www.tuchtfeld.de





Täglich
wechselnder
frischer
Mittagstisch

von 12 bis 14 Uhr (außer Montags)

Circa 50 Plätze für Festlichkeiten

Breite Straße 24 37154 Northeim

Tel. 05551/9690



ASB-Sozialzentrum Northeim Wir unterstützen Sie im Alltag.



Wir bieten Ihnen:

- ... Tagespflege
- ... Ambulante Pflege
- ... Hauswirtschaft
- ... Betreuung (auch samstags)
- ... Fahrdienst
- ... Hausnotruf

ASB-Sozialzentrum Northeim Ottilienstraße 15, 37154 Northeim Tel.: (0 55 51) 90 85 805

Wir helfen hier und jetzt.



www.asb-northeim-osterode.org

Die letzte Tageswanderung in der Saison 2017

Auf dem Tagesprogramm standen zum Abschluss am 18. Oktober 2017 zwei Teilstrecken:

Am Vormittag eine Wanderung im Spiegeltal von Wildemann aus zur Untermühle (gehört direkt zu Clausthal-Zellerfeld, Wildemann ist die kleinste der sieben Bergstädte im Oberharz und jetzt eine Ortschaft der Berg- und Universitätsstadt Clausthal-Zellerfeld, Landkreis Goslar. Sie bezeichnet sich It. Wikipedia als "Klein-Tirol im Oberharz"). Am Nachmittag war ein Rundgang durch den herbstlichen WeltWald (Arboretum) bei Bad Grund geplant.

Anfahrt in Fahrgemeinschaften zum Start unserer Wanderung. am Mühlenanger in Northeim zum Parkplatz unterhalb des Kurhauses in Wildemann. Von hier aus führte der Wanderweg zunächst entlang des Spiegelbachs bis zum "Spiegeltaler Zechenhaus", errichtet im 16. Jahrhundert für die umliegenden Gruben und Pochwerke. Seit etwa 1850 Gaststätte, nachdem der Bergbau eingestellt worden war, aktuell zzt. dauerhaft geschlossen.

Eine besondere technische Erfindung verdient hier Erwähnung: Nach Vollendung des "Tiefen Georg-Stollens" im Spiegeltal (1799) wurde der "Spiegeltaler Hoffnungsschacht" 1834 auf 250 m Teufe niedergebracht. In diesen Schacht wurde 1833 die erste "Fahrkunst" im Harz eingebaut.

Auch diese Information dürfte von Interesse sein: Im frühen 13. Jahrhundert wurde dem Zisterzienserkloster Walkenried ein Teil des Oberharzer Bergbaugebiets



Rast an der Untermühle.

überschrieben. Die Mönche des Klosters entwickelten die ersten Anlagen des noch heute vorhandenen Wasserleitsystems um die Wasserkraft zum Abbau von Erzen nutzen können. Das von den Mönchen geschaffene System der Oberharzer Wasserwirtschaft bauten Harzer Bergleute zwischen dem 16. und 19. Jahrhundert weiter aus.

Vom Zechenhaus mussten wir wegen der Sperrung des Wanderweges durch Forstarbeiter ein Stück auf die Fahrstraße nach Bockswiese ausweichen, erreichten aber bald den Damm des unteren Spiegeltaler Teiches. Ein Grabenweg entlang des Teiches führte uns weiter zunächst zum "Spiegeltaler Wasserfall" welchen man einst als Wassertransportweg für Bau- und Brennholz unmittelbar unterhalb des Dammes des oberen Spiegeltaler Teiches angelegt hatte. Dieser Wasserfall. nur etwa 5 m, ist der einzige noch

im Oberharz erhaltene Flößwasserauslass. Vom Damm aus führte uns der Weg neben dem Flößgraben dann zur Untermühle. Hier war die Mittagspause geplant mit Verpflegung standesgemäß aus dem Rucksack.

Bei herrlichstem Sonnenschein, noch einmal vorbei an den idyllisch gelegenen Spiegeltaler Teichen, erreichten wir über eine Forststraße und einen Knüppelweg am Hang später wieder unsere Autos in Wildemann.

Nach kurzer Fahrt waren wir in Bad Grund am Arboretum und die Wanderer starteten zügig den geplanten Rundgang, um im goldenen Herbst die heimischen Bäume und die Baumexoten in voller Farbenpracht zu bewundern. Der WeltWald in Bad Grund gilt als einer der größten Baumparke in Deutschland. "Die Spaziergänge durch die Nordamerikanischen Wälder sind jetzt besonders beliebt. Das Herbstlaub



Am Spiegeltaler Teich.



Spiegeltaler Wasserfall.







Neu- u. Reparaturverglasung Ganzglas-Duschkabinen individuell nach Maß - Spiegel Bilderrahmung

Dünenanger Str. 21 37154 Northeim/OT Langenholtensen Telefon 0 55 51 / 6 25 76 Fax 0 55 51 / 98 78 84 Mobil (Notdienst) 01 71 / 4 20 67 89



F. Lichte Nachf. · H. J. Schiffer

Gas- und Ölheizungssysteme · Sanitär-Schwimmbad-Technik · Bad-Ausstellung Kundendienst · Wärmepumpen

37154 NORTHEIM

Göttinger Straße 23 · Telefon (0 55 51) 40 84



Baumfällungen von Problembäumen Ausfräsen von Baumstümpfen Durchführung von Gehölzschnitt Anlegen von Rasenflächen Garten Neu- und Umgestaltung Winterdienst Grabpflege

Gärtnerei Müller **Breiter Weg 15** 37154 Northeim

Tel. 0 55 51 / 35 66 Fax 21 16

Physiotherapie-Praxis Monika Janke

Krankengymnastik und Massage

Hagenstraße 35 37154 Northeim Tel.: 0 55 51 - 6 72 47 0171 - 5 28 78 02

Termine nach Vereinbarung Hausbesuche



NOLTE BESTATTUNGEN

Erd-, Feuer-, See- und Baumbestattungen Überführungen im In- und Ausland Bestattungsvorsorge Erledigung sämtlicher Formalitäten





Tel: 05551 - 99 35-0

Hagenstraße 5 37154 Northeim Fax: 05551 - 9935-29 www.nolte-bestattung.de

Möchten auch Sie unsere ehrenamtliche Arbeit durch ein Inserat unterstützen? Dann nehmen Sie bitte Kontakt mit unserer Anzeigenleitung auf (siehe mpressum)

der Papierbirke leuchtet kräftig gelb und die Blätter vom Weinahorn verfärben sich zu sattem Blutrot", so der Förster, der den WeltWald betreut.

Auf der "Hübich-Alm" hatten wir uns danach zum Kaffee angemeldet und mit 27 Wanderern von Senioren heute konnten wir eine geschlossene Gesellschaft darstellen, so hatte uns die Wirtin jedenfalls eingestuft.

Ein Naturerlebnis im Bereich des UNESCO-Weltkulturerbe Oberharzer Wasserregal. Nur Sonne an diesem Tag, nur frohe Gesichter – fast wie ein Urlaubstag.



Senioren heute am Eingang zum WeltWald.



Auf der Hängebrücke über das Rabental.



Das herbstliche Laub des Weinblattahorns.



Erleben, Erkunden und Einkaufen



Weihnachtsmarkt

2. Dezember 2017 10.00 - 16.00 Uhr

Sülbendweg 8 37154 Northeim

Harz-Weser-Werkstätten



gemeinnützige GmbH

bueroboss.de /kassebeer

Ich bin begeistert!

Matthias-Grünewald-Str. 42 // 37154 Northeim Tel 0 55 51-963-0 // Fax 0 55 51-963-140



UMFASSENDE FACHLICHE PFLEGE IN ALLEN PFLEGESTUFEN

- » täglich frisch zubereitete Menüs aus eigener Küche
- » Große komfortable Einzel- und Doppelzimmer mit eigener Nasszelle
- » Möblierung mit eigenen Möbel möglich
- » Palliativpflegestation mit 5 Zimmer(n)
- » Facheinrichtung für an Demenz-Alzheimer und gerontopsychiatrisch erkrankte Menschen (Haus Clausberg)



» HAUS HERRENWIESE & HAUS CLAUSBERG

Herrenwiese 12 · 37589 Echte Telefon: 0 55 53 / 99 43 0 Telefax: 0 55 53 / 99 43 535 info@seniorenheim-auetal.de

Besuchen Sie uns im Internet: www.seniorenheim-auetal.de



Dachdeckermeister Thomas Bosse

Rethobergstraße 9 · 37154 Northeim-Denkershausen Telefon: (0 55 51) 95 20 30 · Telefax: (0 55 51) 95 20 31 Handy-Nr.: 0 16 05 82 39 21 · info@bosse-dach-wand.de

Auf dem Sattel durch unsere schöne Heimat

2017 Rückblick in Zahlen

Rote Köpfe, heiße Reifen, schöne Momente, besondere Begebenheiten und Situationen, dazu das Vergnügen, "gemeinsam in der Saison zu radeln" – das alles versteckt sich im Rückblick hinter den nüchternen Zahlen, die die Aktivitäten unserer drei Radler-Gruppen dokumentieren:

Die Mittwochs-Radgruppe

hatte It. Tourenplan 31 Touren angesetzt. 3 Touren mussten wegen wirklich schlechtem Wetter abgesagt werden: Die Radtouren nach Düderode (50 km), Schwiegershausen (40 km) und Hildesheim-Nordstemmen (85 km). Es wurden also 28 Ausfahrten durchgeführt. Die gesamte gefahrene Radstrecke betrug 1854 km – ergibt einen Schnitt von 66,2 km/Tour.

Der fleißigste Radler war in diesem Jahr Helmut Brandt mit 1554 Kilometern.

Die größte Teilnehmerzahl hatte die Radtour Northeim - Hunnesrück mit 21 Teilnehmer/-innen. Die längste Radstrecke mit 105

Die längste Radstrecke mit 105 km war Northeim - Lippoldsberg und zurück.

Soweit die Informationen von Werner Mackowiak.

Über die Radfahrergruppe,

Start montags um 8:30 Uhr, berichtet Angelika Holzapfel:

"Die Gruppe hat in diesem Jahr 21 Ausfahrten mit 215 Teilnehmern, die insgesamt 10.969 km zurückgelegt haben. Durchschnittlich waren es 10 Teilnehmer pro Ausfahrt

Wir hatten viel Spaß miteinander. Alles Gute für das Jahr 2018 wünschen Euch Angelika und Reiner."

Und für die "Neuner",

die zweite Gruppe mit Start am Montag, hat Gaby Huttanus Buch geführt:

Die Gruppe war im Durchschnitt mit jeweils 12 Radfahrenden, wie es im Gesetz heißt, an 26 Tagen insgesamt 708 km in dieser Saison unterwegs. Die Einzelleistungen der Radler addiert, ergibt eine Gesamtstreckenlänge von 8496 km. Unser Vorhaben, spätestens



Rast bei der letzten Tour der Montagsgruppe/8:30 Uhr in 2017.

Foto: U. Brönnecke

zur Mittagszeit wieder zurück in Northeim zu sein, konnte an allen Tagen umgesetzt werden.

Ganz erfreulich ist zu berichten, dass es in der Saison 2017 keine Unfälle gegeben hat, abgesehen von ein paar kleinen Blessuren. Eigentlich sollte man sich auch im Winter mit der richtigen Ausrüstung auf dem Fahrrad bewegen – in der Regel wird das aber unterbleiben. In diesem Fall könnte das Rad schon einen "Wintercheck" vertragen, vielleicht auch gleich eine Jahresinspektion beim Fachmann durchgeführt werden. Besonders das richtige Handling

Liebe Leserin, lieber Leser, vielleicht haben Sie auch schon oft

mit einem Lithium-Akku sollte be-

dacht werden.

daran gedacht sich wieder einmal auf ihr Fahrrad zu setzen: Im April 2018 beginnt die neue Saison in unserem Verein. In drei Leistungsgruppen können Sie sich entsprechend ihrer Kondition einbringen und "schnuppern". Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Gäste sind bei jeder Tour herzlich willkommen. Also: Keine Gnade für die Wade!

Wir freuen uns alle auf die neue Saison 2018. E. Neuhaus

Lösung der Schachaufgabe von Seite 5

1. Th8 + - Schwarz gab auf! Es gab nur die Wahl:

1. - S x Th8

2. Dxg7 # oder:

1. - K x Th8 2. Dh6 + - Kq8

3. Dxg7#

Lösung

Geistig fit von Seite 14 Versteckte Städte:

- 1. Weiden
- 2. Schengen, Prag, 2 x Bern
- 3. Lam, Utrecht, Gent
- 4. Garmisch, Leiden, Regen
- 5. Emden, Hof, Rom, 2 x Genf
- 6. Halle, Mailand

7. Fürth, Bruchsal

SENIOREN

Unsere
Geschäftsstelle
bleibt in der Zeit
vom 19. 12. 2017
bis einschl. 5. 1. 2018
geschlossen.

Der Vorstand

SCHLOSS Imbshausen

Alle Konzerte beginnen um 16.30 Uhr, Einlass 16.00 Uhr Vorverkauf Buchhandlung Grimpe, Northeim, Wieterstraße

Sonntag, 18. Februar 2018:

Laura Lüdicke (Sopran) und Katrin Mainz (Klavier) Liedernachmittag "Amor – frei ab 18"

Lieder und Arien aus Oper, Operette und Kunstlied u.a. Mozart, Rossini, Strauss, Wolf, Schönberg. Eintritt 15 / 5 € www.kammermusikforum.de

Konzerte St. Sixti Northeim

Musik zur Marktzeit in St. Sixti jeden ersten Samstag im Monat um 11.00 Uhr Einkaufen und Kultur genießen – 30 Minuten Konzert – Eintritt frei – Themen zur Musik zur Marktzeit und......

weitere Veranstaltungen siehe:

www.sixti-northeim.de/veranstaltungen



Vielfalt und Qualität, die überzeugen!

- deftige Hausmannskost
- leichte Kost
- Biozertifizierte Menüs
- vegetarische Menüs
- knackige Salate
- herzhafte Abendbrotmahlzeiten

Kostenloses Probemenü Ihrer Wahl: 0555 I / 90 84 880



ALTEN- UND PFLEGEHEIM DER INNEREN MISSION NORTHEIM E.V.



Das besondere an unserem Haus mit 160 Bewohnern ist die persönliche und anspruchsvolle Atmosphäre, sowie die liebevolle Pflege. Wir legen besonderen Wert auf Gemeinschaft und das Knüpfen von sozialen Kontakten.



- Atmosphäre zum Wohlfühlen
- Gepflegtes, persönliches Ambiente
- Vielseitige Angebote an Veranstaltungen
- Professionelle Pflege und Betreuung
- 2 Bereiche für an Demenz erkrankte Menschen mit eigenem Konzept und spezieller Ausstattung
- Projekt EDV für Senioren
- Musiktherapieprojekt

Wir sind vom Medizinischen Dienst der Pflegekassen geprüft - Note: sehr gut!

Robert Wehr Einrichungsleitung

Wallstraße 50 I 37154 Northeim Telefon (05551) 96 33 I Fax (05551) 96 35 99 E-Mail: verwaltunginnere-mission-northeim.de Internet: www.innere-mission-northeim.de





Horst Medecke GmbH • Sollingtor 11 • 37154 Northeim Tel. 0 55 51 / 97 44 - 0 • www.medecke.de

Beilagenhinweis:

Förderverein Stadthalle e.V., Northeim Reha Vital Verein für Gesundheit e.V., Northeim Rehactiv 2, Northeim -Teilbeilage-

IMPRESSUM "SENIOREN HEUTE" - Northeimer Zeitschrift für Senioren/Innen

Herausgeber:

Senioren heute e.V. vertreten durch den Vorstand
1. Vorsitzender Hans Munsch
37154 Northeim, Breite Str. 49, Tel. 05551 - 1589 seniorenheute.verein@gmail.com
www.seniorenheute-northeim.de
VR Amtsgericht Göttingen 130001

Zeitschriften-Bezug:

Die Zeitschrift ist eine Vereinszeitschrift und im Handel nicht zu erwerben. Vertrieb über ehrenamtliche Zustellung.

Bei Jahresbezug durch die Post betragen die Bearbeitungs- und Versandkosten für 3 Ausgaben 10,- €

Leiter des Redaktionsteams:

seniorenheute.redaktion@gmail.com

(presserechtlich verantwortlich f. d. Inhalt) Erhard Neuhaus 37154 Northeim, Richard-Wagner-Straße 7 Tel. 05551 / 51266

Anzeigenleitung:

Ralf Thalacker Georg-Friedr.-Händel-Straße 17 37154 Northeim Tel.: 0151 23300465 Fax: 03212 1085656 rthalacker@kabelmail.de

Vertriebsleitung:

Christoph Münstermann Böcklerstraße 15 37154 Northeim Tel. 05551-62108

Gesamtherstellung: Heimert Print GmbH

737154 Northeim, Hirschberger Straße 12 Tel.: 05551 / 9731-0 Fax: 05551 / 9731-20 info@printstrong.de

Bankverbindung des Vereins:

Kreis-Sparkasse Northeim

IBAN: DE24 2625 0001 0100 0320 69 – BIC: NOLADE21NOM

Besonderer Hinweis:

Für Verweise (Links) auf unseren Seiten zu anderen Seiten im Internet, und für Inhalte der Seiten, zu denen die bei uns verlinkten Seiten führen, gilt ausdrücklich, dass der Verein Senioren heute e.V., Northeim, keinerlei Einfluss auf die Gestaltung und die Inhalte aller verlinkten Seiten hat und sich deshalb von den Inhalten distanziert.

Veröffentlichungen, auch auszugsweise, und Bilder nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion und unter Quellenangabe. Gezeichnete Artikel liegen außerhalb der Verantwortung der Redaktion. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte wird keine Gewähr übernommen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht die Meinung der Redaktion wieder.

Einzelpersonen und Ehepaare über 60 Jahre im Gesamtbereich der Stadt Northeim erhalten die Zeitschrift kostenlos zugestellt. Auflage dieser Ausgabe 7.000 Exemplare.

Seniorenwohnanlage in der Paschenburg

Lebensqualität und Lebensfreude im Alter

- Schnell im Stadtzentrum
- MDK-Pflegenote "sehr gut"
- Täglich frisch gekochte Wahlmenüs
- Atmosphäre wie im Hotel
- Und jeden Tag ist etwas los bei uns...

In der Paschenburg 3 – 37181 Hardegsen Telefon 05505-94066 - Telefax 05505 - 940674 www. seniorenwohnanlage-in-der-paschenburg.de

Grabmale/Grabeinfassungen • Grababdeckungen • •

Füllgrabe GRABMA

Kompetente Dienstleistung ...

Maschweg 2 Harztor 55 37120 Bovenden 37154 Northeim Tel.: 05 51/8 18 59 Tel.: 05551/1315

Fax: 0551/83780 Fax: 05551/9880238

en Naturstein

• • Grabgestaltungen • Natursteinarbeiten aller Art • •



Die preisgünstige Personenbeförderung

Stadt-, Fern- und Kurierfahrten · Flughafentransfer Fahrten zur Dialyse, Strahlen- und Chemotherapie



GROSSHANDEL

- Sanitär
- Heizung
- Eisenwaren
- Bauelemente ■ Baubeschläge
- Befestigungstechnik
 - **BAD & DESIGN AUSSTELLUNG**

FACHMARKT

- Werkzeuge Holz und Garten
- Heimwerkerbedarf
- Küchen und Kamine
- Elektro-Großgeräte KÜCHE & FORM AUSSTELLUNG

Borsigstr. 15 37154 Northeim

Tel.: 0 55 51/60 93-0 Fax: 0 55 51/60 93-40







Hagenstraße 26 • 37154 Northeim • Tel.: 0 55 51 / 22 47 Fax: 05551 / 63246 www.friedhoff-raumausstattung.de



Wir sind wieder mit unseren Grillspezialitäten dabei

Fleischerei Kniep · 37154 Northeim · Neustadt 22

Wir sind für Sie da:

kompetente

Behandlungspflege

hauswirtschaftliche Leistungen

Pflegeberatung • Palliativpflege

Kommunikation mit behandelnden Ärzten

Beratung

grundpflegerische Versorgung

Pflegedienst Hardegsen GmbH

Partner der Kranken- u. Pflegekassen

Hohe Straße 23

37181 Hardegsen Tel.: 0 55 05 - 50 92 62 Fax: 0 55 05 - 50 92 69

www.Pflegedienst-Hardegsen.de info@Pflegedienst-Hardegsen.de

Ansprechpartnerinnen: Angela Reimer und Karin Küchemann





Jetzt aus der Reihe tanzen und die Zukunft genießen. Anlegen statt stilllegen.

Bringen Sie mehr Schwung in Ihre finanzielle Zukunft und reagieren Sie auf das Zinstief. Informieren Sie sich in Ihrer **Sparkasse** und unter **www.deka.de**

Neue Perspektiven für mein Geld.



Investments

