

# SENIOREN *heute*

---



---

Northeimer Zeitschrift für Senioren 2/2021



**WIR SIND DA. FÜR SIE. FÜR EUCH. FÜR NORTHEIM.**

Energie und Wasser für Ihr Zuhause in Northeim und dem Umland. Dafür sorgen wir. Zuverlässig, günstig und fair.

Darüber hinaus engagieren wir uns auf vielfältige Weise und leisten einen wertvollen Beitrag, damit unsere Heimat heute und in Zukunft lebenswert ist.

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

**SWN**  
Stadtwerke Northeim

**Möbel räumen, Gardinen abhängen, renovieren!  
..eben unser Senioren-Service**

*elektro  
maler  
heizung/sanitär  
fliesen*

**sero**  
Senioren-Services  
..die meister  
handwerker

**mittelweg 20 37154 northeim tel. 05551 - 8401**

**Wir sind für Sie da,  
drei Mal in Northeim**

**Mühlen-Apotheke  
Mühlenstr. 27**



**Albert-Schweitzer-Apotheke  
Albert-Schweitzer-Weg 9**



**Apotheke am Wieter  
Sturmbäume 3**



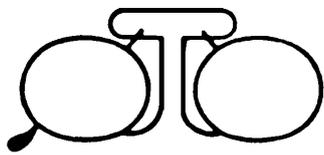
**Ihre Northeimer Apothekengruppe**



**Mühlen - Apotheke  
Albert - Schweitzer-  
Apotheke  
Apotheke am Wieter**

**A POTHEKEN**

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



**Brillenmode  
Kontaktlinsen**

**Foto  
Scharfenberg**

Breite Straße Ost  
Telefon 0 55 51 / 82 84  
37154 Northeim

**Pflege?**

**Gibt's  
bei uns  
mit Herz!**

**Ambulanter Pflegedienst  
Menüservice - Betreuungsleistungen**

**Tel.: 05551/952270  
die-pflege-northeim.de**

**Pflege  
mit Herz**

**EisCafé  
Cortina**  
zwei Mal  
in  
Northeim  
**CityCenter und Am Markt**

## Liebe Leserin, lieber Leser,

spüren nicht auch Sie, dass es nach 15 Corona-Monaten wieder in Richtung Normalität geht? Viele von Ihnen haben inzwischen sicher wieder einmal ein Restaurant besucht, sind kürzer oder länger fern der eigenen vier Wände gewesen – das was man vor der Covid-Zeitenwende einmal „Urlaub“ nannte – oder haben bereits einen Einkaufsbummel mit Eis und Cappuccino hinter sich. Und da die meisten von uns Älteren auch den doppelten Impfschutz haben, ist auch ein Stück Vertrauen zurückgekehrt, dass wir nicht hilflos der Pandemie ausgesetzt sind.

„Hurra! Wir leben noch!“ sang Milva 1983 für die Verfilmung nach Motiven des gleichnamigen Romans von J.-M. Simmel; und: „nach jeder Ebbe kommt auch eine Flut“. Ganz so dramatisch will ich das Corona-Ende nun nicht einstufen; gewiss hat die vergangene Zeit Menschen tief getroffen und nicht alle Hilfen haben zielgerecht denen geholfen, die es verdient hätten, aber durch die erzwungenen Anpassungen haben wir nicht unsere Freiheit verloren, wohl aber einen Teil unserer Freizeit und Freizügigkeit. Also eher das Ende eines Wohlstandsproblems, ein „Geschafft!“, kein „Hurra“, das



Redaktion A. Windhorst und C. Lehwald

dem Abschied von Diktatur und Krieg, von den dunkelsten Stunden unserer Geschichte und dem Aufbruch in die Gründerjahre unserer Demokratie galt.

„Lerne klagen ohne zu leiden“ – ein Ausspruch, den ich wohl von meinem Englischlehrer Otto Kuhrau zuerst hörte – beschreibt hingegen manches, was die öffentliche Meinung erreichte. Ein Beispiel: „Eine verlorene Generation“ würde das Home-Schooling produzieren – darunter ging es nicht. Da hätte ich ja gleich rufen müssen „Ich auch!“ – denn war meine Generation nicht auch ein Opfer der pädagogisch unbegleiteten Kurzschuljahre? Ein Jahr Bildung fehlte uns allen, wir waren Opfer eines überstürzten G8-Versuchs! Aber wir haben es überstanden im Wettbewerb mit den Generationen vor und nach uns!

Und was war das Ende der Klage in diesem Jahr: Auf dem Corvinianum wurde das beste Abitur aller Zeiten abgelegt, ein Drittel aller Schüler

hatte beim Notenschnitt eine „1“ vor dem Komma. Gewiss, Corona ist eine Herausforderung, aber wie in allen anderen Lebensbereichen muss auch die Schule sich diesen Herausforderungen stellen und Lösungen erarbeiten – das ist ein Stück Lebenswirklichkeit! Das Ideal von Eichendorffs Taugenichts, als Zöllner im Morgenrock rauchend vor der Bude zu sitzen und ab und an einen Reisenden abzukassieren, kann heute nicht mehr gelten.

Ja, das Vertrauen kehrt zurück – und auch der Optimismus, einfach weil er da ist und zu unserem menschlichen Grundinventar gehört. Ein Spruch aus dem Mittelalter ist mir da immer in Erinnerung geblieben – nach der Lektüre eines Romans von Simmel (möglicherweise sein bester ...), der von sieben Menschen handelt, die nach einem Bombenangriff im Keller verschüttet sind:

*Ich bin, ich weiß nicht wer,  
Ich komme, ich weiß nicht woher,  
Ich gehe, ich weiß nicht wohin,  
Mich wundert, dass ich so fröhlich bin!*

Ebbe und Flut, das Licht am Ende des Tunnels, die unbegründete Fröhlichkeit: nennen Sie es auch Zuversicht oder Gottvertrauen, aber allem ist eins gemein: Der Weg geht weiter!

Wir wünschen Ihnen einen schönen Spätsommer mit Familie und Freunden und bleiben Sie uns gewogen!

Ihr Arndt Windhorst

## Unser Leseangebot



### Titelbild

Diese beiden Bienenfresser – zu den buntesten Vögel Europas zählend – wurden erwischt von

(c) Hans-Peter Hornbostel

2

50 Jahre  
„Senioren heute“



3

Pflanzenporträt:  
Schlafmohn



4-5

Kartoffelkönig



7-9

Norheim vor  
60 Jahren

15-16

Das hat Zukunft:  
Ars amandi digitalis



- 1 Liebe Leserin, lieber Leser
- 10 Geistig fit, Schach, Sudoku
- 12 Einladung zum Radeln und Wandern
- 13 Angebote/Veranstaltungen des Vereins Senioren heute
- 16 Mondnacht
- 17 Wo liegt die Welt
- 18 Sommergedichte
- 32 Johann Peter Hebel:  
Der kluge Richter
- 34 Highlights des  
20. Jahrhunderts
- 35 Sommergedichte
- 40 Lösungen
- 40 Impressum

37-38

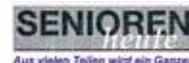
Sprechblasen verpönt:  
Prinz Eisenerz



17-18

Wann waren Sie  
zuletzt im Leineturm?

20-22  
Aus vielen Teilen  
wird ein Ganzes



24-25  
Nachdenkliches



26

Vorspeisen aus dem  
Westen

28-30

Wanderwoche  
im Naturpark  
Südheide



33

Bauern bei der  
Bundeswehr

Nächster Erscheinungstermin:  
22. November 2021

# 50 Jahre „Senioren heute“



*Liebe Leserinnen  
und Leser,  
liebe Mitglieder von SH,*

zuallererst, und das liegt mir besonders am Herzen, hoffe ich, dass Sie und Ihre Lieben heil und gesund durch diese, in alle Bereiche des Lebens eingreifende Krise gekommen sind. Ich hoffe auch, dass Sie eines der Impfangebote nutzen konnten und – soweit sich das aktuell beurteilen lässt – gesundheitlich auf der sicheren Seite befinden.

Einige von Ihnen haben sicher kleine oder auch größerer Einschränkungen in der einen oder anderen Form hinnehmen müssen. CORONA hat unseren, Ihren gewohnten Alltag gehörig durcheinander geschüttelt.

Vor diesem Hintergrund, und ich hoffe, da spreche ich Ihnen aus dem Herzen, dürfen wir nicht vergessen, all denen zu danken und unseren und Ihren tief empfundenen Respekt zu zollen, die durch ihr oftmals weit über das normale Maß hinaus gehendes Engagement dazu beigetragen haben, den Verlauf der Krise so erträglich wie möglich zu gestalten. Gott sei Dank können wir aktuell wieder positiv nach vorne blicken.

Unser Verein *Senioren heute* musste während des gesamten CORONA-Zeitraumes alle lieb gewonnenen Aktionen und Veranstaltungen gegen „Null“ herunterfahren. Somit fiel auch die Festveranstaltung „50 Jahre *Senioren heute*“ (Vereinsgründung am 12. Juli 1971), auf welche wir alle uns gefreut haben, der Pandemie zum Opfer. Ich bin sicher, dass viele von Ihnen noch die Veranstaltung anlässlich des 40. Vereinsgeburtstages in Erinnerung haben.

#### **Zur Erinnerung:**

Am 12. Juli 1971 wurde unter der Federführung von Ludwig Bötnagel der Verein „Altenzentrum Northeim e. V.“ gegründet.

Das ursprüngliche Grundkonzept erwies sich aber aus verschiedenen Gründen als nicht durchführbar: Für die (wahrscheinlich auch finanziell) sehr hoch gesteckten Ziele der Gründer fand sich damals im politischen Raum keine Mehrheit. Ein Grund für Ludwig Bötnagel, die Ziele in Gänze neu zu definieren und die Arbeit mit alten Menschen und für alte Menschen in den Mittelpunkt zu stellen. Arbeitsgruppen, deren Ziel es war, die geistige und die körperliche Beweglichkeit zu fördern, aber auch der Pflege sozialer Kontakte zu dienen, wurden ins Leben gerufen. Zwischenmenschliche Verbindungen wurden geschaffen und erhalten. Ehrenamtliche Übungsleiterinnen und -leiter stellten sich persönlich – und dabei einen nicht unerheblichen Teil ihrer Freizeit – in den Dienst dieser guten Sache.

Die „Alte Wache“ wurde dem Verein von seiner Eigentümerin, der Stadt Northeim, für soziale Zwecke kostenlos zu Verfügung gestellt. Eigen-

bewirtschaftet durch ein Team engagierter Damen um Frau Christa Wittwer, diente sie mit ihren Räumlichkeiten als Hort für zahlreiche Veranstaltungen und Aktivitäten. Das soll auch nach CORONA wieder so sein.

Reisen, Busfahrten, Feiern und Kaffeemittage wurden angeboten und intensiv von den Mitgliedern genutzt.

Die zu Beginn des Vereinslebens räumlich beengten Arbeitsbedingungen in der Häuserstraße konnten mit Hilfe und Unterstützung der Kreissparkasse Northeim deutlich verbessert werden. Der Vorstand bezog neue, moderne Räumlichkeiten in der Breiten Straße, und mit Hilfe moderner Bürokommunikationstechnik konnte er seine Arbeitsabläufe auf ein deutlich höheres Niveau heben.

1975 wurde die Zeitung „Senioren heute“, ins Leben gerufen. Sie wird seitdem zunächst 4 mal, später 3 mal jährlich nicht nur den Vereinsmitgliedern, sondern allen über 60-jährigen Seniorinnen und Senioren Northeims kostenlos in den Briefkasten getragen. Diesen Service stellen Northeimer Unternehmen und soziale Einrichtungen mit von ihnen regelmäßig geschalteten Werbeanzeigen sicher.

Allen Damen und Herren, die in jedweder Form zur Erfolgsgeschichte von „Senioren heute“ beigetragen haben und dies hoffentlich noch lange tun werden, gilt mein ausdrücklicher Dank.

Natürlich wird zu gegebener Zeit die „50-Jahr-Feier“ nachgeholt werden. Allein, hierfür fehlt uns aktuell die Räumlichkeit der Northeimer Stadthalle, die aktuell noch als durch den Landkreis betriebenes Impfzentrum dient.

Auch die Weihnachtsfeier für 2021 haben wir wieder fest im Blick. Mitgliederversammlungen sind nachzuholen. Kurzum, „Senioren heute“ soll und wird wieder leben, so wie wir es vor der Pandemie gewohnt waren.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihren Lieben alles Gute für die Zukunft. Bleiben Sie gesund und positiv gestimmt.

*Ihr Hans Munsch*  
Vorsitzender

# Schlafmohn – Giftpflanze des Jahres 2021

Zwischen einem Mohnbrötchen zum Frühstück und einer kostbar verzierten Opiumpfeife liegen keine Welten, sondern die winzigen, stahlblauen Samenkörner des Schlafmohns. Wenn sie auskeimen, entwickeln sich aus ihnen über einen Meter hohe einjährige Pflanzen, deren Stängel ebenso blaugrün bereift ist wie die lappig gezähnten, stängelumgreifenden Blätter.

Zur Blütezeit von Juni bis August locken große, weiß bis violett gefärbte Blüten mit dunklem Grund zahllose Insekten an, die in dem üppigen Pollenangebot regelrecht „baden“ und zuverlässig für die Bestäubung sorgen. Danach entstehen kugelige oder eiförmige Kapsel Früchte mit kleine Öffnungen, aus denen die reifen Samenkörner bei trockenem, windigem Wetter ausgestreut werden.

Der zur Pflanzenfamilie der Mohngewächse gehörende Schlafmohn (*Papaver somniferum* L.) ist orientalischen Ursprungs und wird seit über 6.000 Jahren als Heilpflanze genutzt. In der griechischen Mythologie war er Thanatos (Gott des Todes), Hypnos (Gott des Schlafes) und Morpheus (Gott der Träume) geweiht.

Seine Wirkung beruht auf Alkaloiden, die im Milchsaft der Pflanze enthalten sind, vor allem in den unreifen Samenkapseln. Diese werden in den

Abendstunden mit einem Messerchen angeritzt. Der austretende Milchsaft (die „Milchträne“) gerinnt. Am nächsten Morgen wird er abgeschabt, getrocknet und gesammelt. Die dabei entstehende braune, gummiartige Masse stellt das Rohopium dar. Zur Gewinnung von einem Kilogramm

semittel bei Operationen eingesetzt wurden.

Es konnte nachgewiesen werden, dass Opiate an Rezeptoren im Gehirn andocken, die eigentlich für körpereigene Substanzen, die Endor-



Mohnfeld im Gewerbegebiet Medenheim.

Foto I. Müller



Mohnblüte

Foto: I. Müller



Sonnenuntergang im Mohnfeld

Foto: Lennart Müller (11 Jahre!)

Opium müssen 20.000 Mohnkapseln in 200-300 Arbeitsstunden angeritzt werden.

Morphin mit bis zu 17 Gewichtsprozent und Codein (ca. 4 Gewichtsprozent) sind die wichtigsten Opiumalkaloide (Opiate).

Ein Großteil des Rohopiums wird zum Raucheropium (Chandu) aufbereitet oder zu dem noch wirksameren Derivat Heroin verarbeitet.

Bereits im Mittelalter machte man sich die schmerzstillende Wirkung von Morphin zunutze, indem mit Opium und anderen pflanzlichen Wirkstoffen getränkte „Schlafschwämme“ (*spongia somnifera*) als Narko-

phine, zuständig sind und vor allem im limbischen System vorkommen. Dieser Teil des Gehirns ist an der Kontrolle des Affekt- und Triebverhaltens beteiligt und beeinflusst indirekt den Hormonhaushalt. Eine Überflutung mit Opiaten durch Rauchen oder Spritzen führt zu einem rauschartigen Zustand, aus dem sich das hohe physische und psychische Abhängigkeitspotenzial des Opiums ableitet. Bei Überdosierung tritt der Tod durch Atemlähmung ein.

Blühende Schlafmohnpflanzen sind außerordentlich attraktiv, aber illegal! Nach dem Betäubungsmittelgesetz ist es verboten, sie anzubauen. Damit bleiben wunderschöne Züchtungen aus England, wo es kein Schlafmohn-Verbot gibt, für deutsche Gärten tabu.

Trotz oder gerade wegen aller Verbote geht vom Schlafmohn eine Faszination aus, die möglicherweise zu seiner Wahl als „Giftpflanze des Jahres 2021“ beigetragen hat. Der Botanische Sondergarten Wandsbek (Hamburg) ruft alljährlich zu dieser Publikumsabstimmung auf.

Mohnbrötchen, Mohnkuchen, Germknödel & Co. können übrigens bedenkenlos verspeist werden, denn die Samen sind (weitestgehend) opiatfrei.

Kreisnaturschutzbeauftragte  
Ingrid Müller

Graf-Otto-Str. 18, 37154 Northeim

# Kartoffelkönig

## Eine andere Seite des großen Fritz

König Friedrich II. von Preußen, genannt „der Große“, steht ja deswegen noch immer in allen Geschichtsbüchern, weil er aus seinem Land, das in alten Zeiten spöttisch und respektlos „des Heiligen Römischen Reiches Streusandbüchse“ genannt wird, einen europäisch bedeutsamen Staat gemacht hat. Zu diesem Zweck führt er drei verlustreiche Kriege, von denen er die beiden ersten gezielt vom Zaune bricht, dann aber doch gewinnt und den dritten fast mit Pauken und Trompeten verliert.

Zuletzt setzt er sich mit viel Glück und hinhaltender Taktik gegen die Gegner durch, lässt sich zum Schluss als Sieger und großen Feldherrn feiern und schwört insgeheim, sich an keiner Katze mehr zu vergreifen, auch wenn die noch so sehr faucht und die Krallen zeigt.

Für den Rest seiner Lebens- und Regierungszeit will er sich jetzt, ab 1763 und im Alter von 51 Jahren, dem Wohlergehen seines Volkes widmen, die Zerstörungen beheben, die Armut bekämpfen und ein geordnetes Staatswesen garantieren.

Das ist nicht einfach. Im Lande Preu-

ßen mit seinen sehr unterschiedlichen Gebieten sich zwischen 1688, dem Todesjahr des Großen Kurfürsten, und 1740, dem Regierungsbeginn Friedrichs II., zwar die Einwohnerzahl verdoppelt, nicht aber das wirtschaftliche Gesamtergebnis. Vor allem die Landwirtschaft, die ökonomische Grundlage, entwickelt sich nur langsam. Die Ernteerträge können nicht in dem Maße gesteigert werden, das nötig ist, um die Menschen ausreichend zu versorgen. Die Kriegsverluste sind ein nachhaltiges Hemmnis, aber auch das wirtschaftliche Knowhow hat Schaden genommen und geht nur schleppend voran. Hinzu kommt die enorme Empfindlichkeit der gängigen Anbausorten (Hirse, Gerste, Roggen, Buchweizen und Hafer) gegen Schäden durch ungünstige Witterungsverhältnisse.

Dadurch treten immer wieder gravierende Mangelercheinungen auf, die sich schnell zu Hungersnöten ausweiten können. Natürlich versucht der König gegenzusteuern. Er lässt Sumpfland trocken legen und siedelt professionelle Kolonisten aus Nachbarländern an, die es verstehen, die

Ackerflächen effektiver zu nutzen. Und er fördert zunehmend den Anbau von Kartoffeln, die sich als unempfindlicher erweisen als die anderen Feldfrüchte und die deren Nährwert voll ersetzen können.

Seine Werbungsbemühungen zeigen allerdings nur geringen Erfolg. Die Bauern, Bürger und Landadligen sind gegenüber den Kartoffeln, auch schon mal Tartuffeln genannt, die zuerst 1586 aus Amerika nach Europa gebracht wurden, weiterhin misstrauisch und ablehnend.

Auch Friedrichs Vater, der „Soldatenkönig“, hat das bereits feststellen müssen. Die Bauern verweigern den Anbau, weil sie gleich zu Beginn mit den Kartoffelpflanzen schlimme Erfahrungen gemacht haben. Sie verspeisten damals nämlich nicht die unterirdischen Knollen, sondern die oberirdischen Pflanzenteile, die sind allerdings giftig und können schwere gesundheitliche Schäden verursachen.

Der preußische König gibt nicht auf. Nach dem Siebenjährigen Krieg erlässt er Verwaltungsanordnungen („Kartoffel-Befehle“), in denen die Land- und Steuerräte, Magistrate und überhaupt alle Beamten angewiesen werden, in ihren Zuständigkeitsbereichen den Kartoffelanbau zu befürworten, anzuordnen und zu kontrollieren. Unterstützt werden die königlichen „Circular-Ordres“ durch Vertreter der ökonomischen Aufklärungsbewegung, die sich in-

zwischen auch für den Rübenanbau einsetzen, und durch viele Pastoren (sog. „Knollenprediger“), die von den Kanzeln die neuen Erkenntnisse weitergeben und zum Anbau der Kartoffeln oder „Erdäpfel“ raten.

Robert Warthmüller hält auf seinem Gemälde von 1886 fest, wie Friedrich der Große eine Kartoffelernte inspiziert.

Friedrich schiebt weitere Kartoffel-Edikte nach und lässt auch kostenlos Saatgut verteilen. Er soll sich so-



Der Alte Fritz bei der Kartoffelernte.

Foto: Hannes Grobe via Wikimedia Commons



Das Grab Friedrichs des Großen - mit Blumen und Kartoffeln geschmückt.  
(Foto: By SK49, Own work – Wikimedia Commons Curid=11260085)

gar, für alle Passanten sichtbar, vor ein Potsdamer Gasthaus gesetzt haben, um dort vor aller Augen Kartoffeln zu verspeisen, was dann angeblich einen der ständig durch die Stadt flitzenden Bäckerjungen zu dem vorlauten Ausruf veranlasst hat: „Kiekt ma, da hockt ja der Kartoffel-Fritzel!“

In Wirklichkeit hat Friedrich II. vermutlich niemals das nahrhafte Bauerngemüse zu sich genommen. Das war dem königlichen Gaumen denn doch nicht angemessen. Ein überlieferter ganz gewöhnlicher täglicher Speiseplan zeigt das genau. Da gibt es zu Mittag als Vorspeise Ackertrapp-Consommée und Pastetchen mit Schneckenragout-Füllung; dann im ersten Teil des Hauptganges Poulardenbrüste à la Pompadour mit Sellerie, gespickte Rouen-Ente auf geschmolzenen Pfirsichen, Damhirschroschen in saurer Sahne und Lammkoteletts mit Kräuterbutter; anschließend im zweiten Teil Krametsvögel im Gartenrauennest, weiter: überbackene Knoblauchpolenta, Tulpen aus blanchiertem Wirsing mit pommerschen Pflückhecht und Hummerfarce und dann schließlich zum Dessert: Götterspeise Paduaner Art, Sahne Meringuen und Coffee Greek.

Als verbreitete Feldfrucht setzt sich die Kartoffel auf den Äckern in Preußen erst Jahrzehnte nach dem Tode Friedrichs des Großen wirklich durch. Dass übrigens auch er und nicht nur die preußische Bürger- und Bauernschaft mit neuen zukunftsbestimmenden Anbau- und Wirtschaftsmethoden spezielle Erkenntnisschwierigkeiten hat, ist längst bekannt. So interessiert ihn beispielsweise nicht

im geringsten die schon damals gemachte Entdeckung, dass man aus bestimmten Rüben Zucker gewinnen und damit einen wichtigen neuen Wirtschaftszweig aufbauen kann. Er möchte mit solchen zeitraubenden Kinkerlitzchen künftig nicht mehr behelligt werden, schreibt er an den Rand und setzt darunter: „Woran man sich zu halten hat!“

Lutz Städtler

(Speiseplan übernommen aus Tom Wolf: „Kristallklar. Mord à la carte“. Preußenkrimi, Berlin 2009, S. 189)



## Die Kartoffel im Spiegel des Sprichworts

1) Schon fast vergessen ist die Redewendung »rin in die Kartoffeln, raus aus die Kartoffeln«. Dieses Synonym für ein quälendes Hin und Her stammte aus der militärverliebten Kaiserzeit. Befehl der eine Offizier der Truppe, beim Manöver durchs Kartoffelfeld auf den imaginierten Feind vorzugehen, so machte ein anderer die Order rückgängig, aus Rücksicht auf die Bauern und mehr noch aus Sorge, verklagt zu werden. Aus all dem spricht noch die enorme Bedeutung, welche die Kartoffel als Grundnahrungsmittel der Deutschen besaß und besitzt. [Süddeutsche Zeitung, 20.11.2018]

2) Und alle kennen natürlich das Sprichwort von den dümmsten Bauern, die die dicksten Kartoffeln ernten sollen – oder die schöne Umschreibung, nachdem man gerade ein Fremdwortlexikon als Vorspeise hatte: „Das Volumen der subterritorialen Knollengewächse steht in reziproker Relation zum Intellekt des Agrarökonomen.“

Aber was bedeutet es wirklich: Soll damit gesagt werden, dass Erfolg allein eine Frage des Glücks ist? Oder dass je unbekümmerter eine Aufgabe angegangen wird, sie umso erfolgreicher beendet wird – nicht „angekränkt von des Gedankens Blässe“?

Ich denke, dass dieses Sprichwort bebildert, dass Erfolg nicht allein eine Frage von Intelligenz und Fleiß ist, sondern von vielen Faktoren bestimmt wird – dem ebenfalls sprichwörtlichen „zur rechten Zeit am rechten Ort sein“ oder auch statt durch aktives Handeln durch aktives Abwarten (oder „Aussitzen“?) zum Erfolg zu kommen. AW

Bild aus Wikimedia Commons (By AnRo0002 – Own work, Curid=19428155)



**Förderverein**  
Stadthalle Northeim e.V.

2021  
2022

**Vorverkauf:** Papierus, Northeim Touristik, HALLO, HNA,  
Buchhandlung Grimpe, reservix.de, eventim.de

<b>15.10.</b> 20 Uhr	<b>Badesalz</b> mit Henni Nachtseim und Gerd Knebel   Comedy		© Badesalz
<b>21.10.</b> 20 Uhr	<b>Suzanne von Borsody</b> Lesung „Frida Kahlo“   Literatur		© Mikko Joerg Kellner
<b>30.10.</b> 19 Uhr	<b>Northeim Goes Country Again</b> New Horses   Musik		© Pommo, New Horses
<b>08.11.</b> 19 Uhr	<b>Klima und Forstwirtschaft</b> Stadthalle macht klug		
<b>15.11.</b> 19 Uhr	<b>Klima und Landwirtschaft</b> Stadthalle macht klug		
<b>18.11.</b> 20 Uhr	<b>Bodo Wartke</b> Klavierkabarett		© Sebastian Niehoff
<b>25.11.</b> 19 Uhr	<b>Klima und Gesundheit</b> Stadthalle macht klug		
<b>26.11.</b> 20 Uhr	<b>HEINZ-ERHARDT-ABEND</b> JT Göttingen   Kulturkreis		© JT Göttingen, Foto: Jostian Quast

<b>28.11.</b> 19 Uhr	<b>The Beatles Yesterday &amp; Today</b>   Musik		
<b>03.12.</b> 19 Uhr	<b>Andreas Englisch</b> Der Pakt gegen den Papst   Lesung		
<b>07.12.</b> 19 Uhr	<b>Poetry Slam</b> Literatur-Wettstreit der Schüler   Literatur		
<b>10.12.</b> 15 Uhr	<b>Neues vom Räuber Hotzenplotz</b>   Theater für Kinder		© J.F. Tripp/Thiemann
<b>11.01.</b> 20 Uhr	<b>Giora Feidman</b> in St. Sixti Northeim   Neujahrskonzert		© Lis. Kormann
<b>21.01.</b> 20 Uhr	<b>My Fair Lady</b>   Musical Kulturkreis		© actorsphoto-graphy
<b>04.03.</b> 20 Uhr	<b>Ein gemeiner Trick</b> Kriminalkomödie   Kulturkreis		
<b>08.03.</b> 20 Uhr	<b>Lisa Fitz</b> Kabarett Internationaler Frauentag		© Dominic Reichenbach
<b>25.03.</b> 20 Uhr	<b>Mathias Richling</b>   Kabarett Kulturkreis		© Büro MZ/berf

www.Foerderverein-Stadthalle-Northeim.de · www.stadthalle-northeim.de



**Lebenshilfe**  
Northeim gGmbH

**Verwaltung**  
Schulbegleitende Hilfen  
Familienentlastender Dienst  
Heiminterne Tagesstruktur

Bergmühlenweg 2 • 37154 Northeim  
Tel.: 05551/91418-0  
Fax: 05551/91418-14  
E-Mail: info@lebenshilfe-northeim.de

**Wohnstätte**  
von-Schwind-Weg 13 • 37154 Northeim  
Tel.: 05551/589411-0  
Fax: 05551/589411-9  
E-Mail: wohnstaette@lebenshilfe-northeim.de

**Außenwohngruppen**  
Friedrichstraße 31 • 37154 Northeim  
Tel.: 05551/5898399  
Fax: 05551/5896386  
E-Mail: awgf@lebenshilfe-northeim.de

Wolfshof 15 • 37154 Northeim  
Tel.: 05551/5896388  
Fax: 05551/5896387  
E-Mail: awgw@lebenshilfe-northeim.de

**Ambulante Betreuung für Menschen mit geistiger,  
körperlicher und psychischer Behinderung**

Friedrichstraße 30 • 37154 Northeim  
Tel.: 05551/996667  
Fax: 05551/5897080  
E-Mail: ambulante-betreuung@lebenshilfe-northeim.de

www.lebenshilfe-northeim.de

**WG-Bewohner/-innen gesucht!**

## Johanniter-Wohngemeinschaft „Sturmbaum“

Ausstattung der WG für demenziell Erkrankte im Q4 – Wohnen am Wieter, Sturm-bäume 6, 37154 Northeim

- elf Zimmer in Größen zwischen 14 bis 17 m<sup>2</sup>
- großzügiger Gemeinschaftsbereich mit Küche, Esszimmer und Wohnzimmer
- Gartenanlage und gemütliche Terrasse
- barrierefreie Architektur

**Weitere Informationen:**  
www.johanniter.de/  
demenz-wg-northeim-q4

**Ansprechpartner:**  
Bernward Kellner  
Tel. 05551 9886-10  
bernward.kellner@johanniter.de

**JOHANNITER**

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

# Northeim vor 60 Jahren

Eigentlich hat sich in unserer kleinen Stadt am Rande von Ostfalen in den letzten Jahrzehnten nicht viel getan – möchte man meinen: Was kommt bei der Frage als erstes in den Sinn? Die Alte Wache, der Eisladen von Agnoli, der Wierturm, die KSN oder das „Plünnengeschäft“ von Fricke,

das heute nur „Magnus“ heißt. Natürlich fehlt der Klosterhof, aber an den denkt kaum noch jemand, da das City-Center nun auch schon fast 50 Jahre (eröffnet am 29.6.73) das Stadtbild prägt.

Aber lassen Sie uns doch einen Vergleich aus der prä-kaufhofischen

Zeit machen – gleicher Ort, ähnliche Perspektive, Smartphone statt Kamera. Das Handwerkszeug ist heute anders, auch wenn der Standort stimmt, sind doch die Objektive in fast allen Fällen unterschiedlich ausgeprägt, sodass die Bildlinien doch etwas abweichend laufen.

Die alten Aufnahmen sind abfotografiert aus den Bänden „Erlebte Heimat“, die von Kreisverwaltung und KSN zwischen 1958 und 1969 herausgegeben wurden.

Viel Spaß beim Vergleichen!

*Text/Fotos AW*



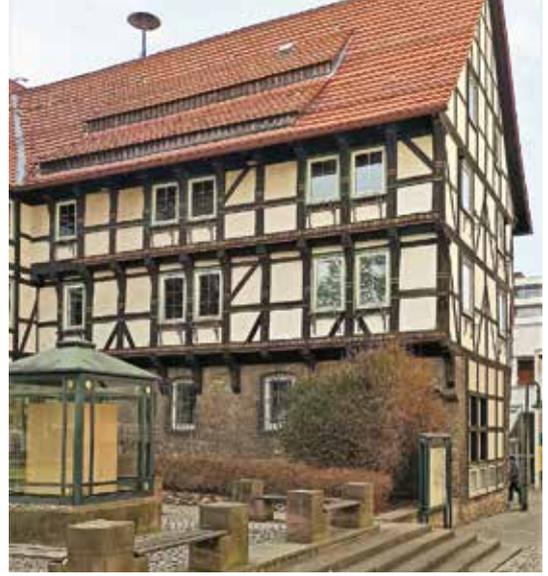
### **Ein Blick in die Neustadt!**

*Die beiden Häuser auf der Südseite sind mit unterschiedlichem Erfolg – aus meinem Blickwinkel – an der Außenfront renoviert worden. Der asymmetrische Umbau des vorderen Hause überzeugt nicht, das hintere Haus ist vorbildlich erhalten. Über die Beton-Bausünde links hüllen wir uns in Schweigen ...*



### **Der Eingang zum Klostergut bzw. heute zum City-Center von der Südseite.**

*Das Gebäude ist vorsichtig umgestaltet worden und die Möglichkeiten, pro einzelнем Gefach zu gestalten, ist hier deutlich zu sehen.*



### **Einmal Hagenstraße Ost**

*– bis auf die Automodelle steht die Zeit fast still. Vorn rechts sehr markant das alte Sämereien(?) - Geschäft mit dem runden Türbogen, der auch das Fenster mit einschließt – heute noch unverändert und einzigartig in der Northeimer Altstadt.*





## **Noch mal ein Blick in die Neustadt:**

Die *Uderberg-Werbung* und der *Warenautomat* sind natürlich verschwunden (links daneben war *Bäcker Riefling*) und der *Bauherr* der *Renovierung* war offensichtlich von dem Wunsch nach „*Mehr Licht!*“ gesteuert (was man auch an der *Rückseite* erkennt). *Gaube* weg und *Tür* kleiner und *zwei Stufen* über dem *Trottoir*, außerdem sieht es fast so aus, als ob der *Bürgersteig* etwas tiefer gelegt wurde.



## **Die Ostseite des Markts:**

Die *Schauburg* ist links noch zu ahnen, daneben eine *Schreibwarenhandlung* (*Lüer?*), das *Bekleidungs-geschäft* von *Hasse und Söhne* (mit der *Bettfedernreinigung* im *Keller*) und die *Glaserei Tacke*. – Heute: *Leerstand* – *Döner* – *Tattoo* – *Indisches Restaurant*.



## **Und nochmals die Hagenstraße mit dem CVJM-Haus.**

Man sieht, dass die *Renovierung* des *Hauses* mit *großem Aufwand* vorgenommen wurde, das *rechte Haus* daneben wurde durch den *Neubau* der *Buchhandlung Grimpe* ersetzt.



## **Das prächtige Tor am Entenmarkt,**

*vorbildlich erhalten* und *farblich aufgefrischt*. Hier hat man die *Anzahl der Fenster* in der *1. Etage* mal *reduziert* ... und dass dieses *Gebäude* links *freistand*, ahnt man heute auch *nicht mehr*, auch da hat sich *moderner Betonbau* dazugesellt.





**Obere Straße kreuzt Schuppenstiel:**

Im Hintergrund das von der KSN sehr schön restaurierte Fachwerkhaus, im Vordergrund ein Objekt, an das sich niemand herantraut: Sieht auf den ersten Blick nicht verfallen aus: Dieses Haus war als „Konzeptimmobilie“ für das Fachwerk5Eck vorgesehen, wurde aber schon kurz darauf wie eine heiße Kartoffel fallen gelassen – könnte wohl an den Kosten gelegen haben. Steht immer noch zum Verkauf!

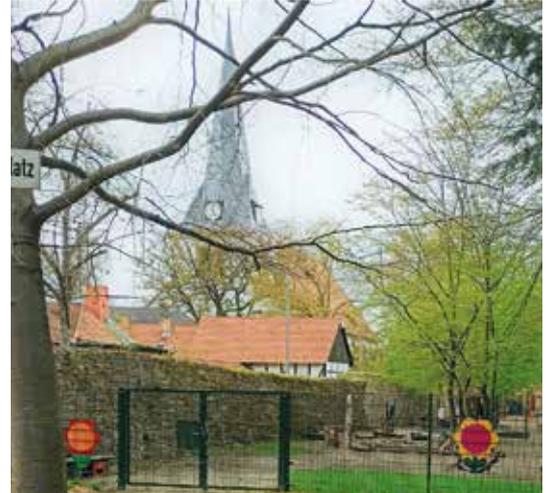


**Die Holzhäuserstraße** in Northeim, am Ende sieht man die Mühlenstraße. Belebt und mit Kindern – das war einmal, aber immerhin heute ein echter Hingucker, v.a. der östliche Teil, in dem fast alle Häuser sehr schön instandgesetzt sind.



**Eine Partie an der Oberen Straße –**

Flanieren entlang der Stadtmauer; heute alles abgeriegelt für den Kindergarten-Spielplatz und die Krippe. Der lichte Eindruck täuscht, denn die Bäume verschatten den Bereich im Sommer recht stark.



**Das Reddersen-Haus am Münster – eine Vorzeige-Immobilie.**

Oberhalb des Laden-Bereichs (war ein Textilgeschäft) ist alles erhalten, das Erdgeschoss wurde neu gestaltet, wobei die Torrundung in das Gefach des 1. Stocks eingreift. Ob der runde Torbogen zum Ursprungs-Entwurf gehörte, weiß ich nicht – aber er findet eine Parallele im Kassebeerschen Haus (früher IKK), wo ebenfalls ein Torbogen eingesetzt wurde, der in den Aufnahmen um 1900 überhaupt nicht vorkommt.



Übungsschwerpunkt: Geistige Flexibilität, Wortfindung

## Wort-Verwandlung:

Aus dem oberen Wort soll schrittweise das untere Wort entstehen. Man darf dazu in jeder Zeile aber jeweils nur einen Buchstaben verändern und zwar so, dass bei jedem Schritt ein sinnvolles Wort entsteht.



Wann geht endlich wieder der **PULS** im **KURS** hoch?

K	U	R	S
P	U	L	S

Aus *GEISTIG FIT* Heft 2021-1 Magazin der Gesellschaft für Gehirntraining e.V. [www.gfg-online.de](http://www.gfg-online.de)

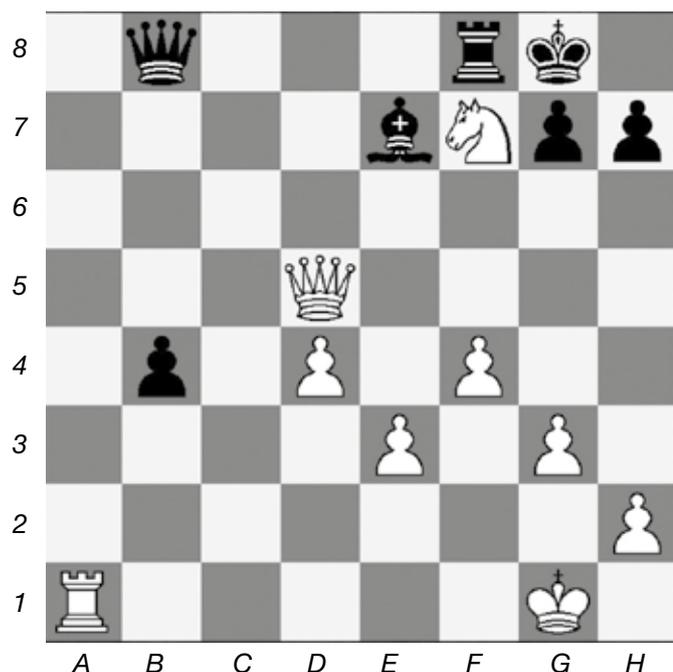
**GEISTIG FIT Probe-Abo:** Die nächsten 2 Ausgaben für € 10.- incl. Porto und Versand.

Beim VLESS Verlag, Valentingasse 7-9, 85560 Ebersberg oder bei [www.gehirnjogger-zentrale.de](http://www.gehirnjogger-zentrale.de)

Lösung auf Seite 40

## Schachaufgabe Nr. 36:

von E. Neuhaus



**Nakamura – Martrosjan**  
**Speed Chess Championship 2020**

Weiß am Zug

(Die Lösungen Schach/Sudoku finden Sie auf S. 40)

## Sudoku:

5			7	9	8			1
	7		2		6			3
	2		1		4			6
		6	8	7	1	4		
		8	4	2	3	6		
	1		3		5			9
	3		9		2			7
9			6	1	7			3

Füllen Sie die freien Felder so aus, dass:

- in jeder Spalte (senkrecht), die Zahlen 1–9
  - in jeder Zeile (waagrecht), die Zahlen 1–9
  - und jedem 3 x 3 Kästchen die Zahlen 1–9 stehen.
- Wir wünschen viel Spaß und Erfolg beim Lösen!

## Elektro-Dobrick

Elektro-Installationen – Reparaturen

Meinshäuser Straße 24 · 37154 Northeim · Bühle

Inh.: Thorsten Lesch  05503/1435



## Hotel Deutsche Eiche

Haus der Gastlichkeit

Kegelbahn • Bierstube • Familienfeiern

(max. 85 Personen)

Hotel Deutsche Eiche  
Bahnhofstraße 16 · ☎ 05551-60020 · [www.hotel-deutsche-eiche.de](http://www.hotel-deutsche-eiche.de)

Öffnungszeiten: 7.30 Uhr bis 13.00 Uhr · 15.00 Uhr bis 22.30 Uhr

Sonntags und feiertags geschlossen. Hotel · Kegelbahn · Veranstaltungsräume



# medicus

IHR AMBULANTER PFLEGEPARTNER

 Befragung der Kunden	 Pflegerische Leistungen	 Ärztlich verordnete pflegerische Leistungen	 Dienstleistung und Organisation
<b>1,0</b> sehr gut	<b>1,0</b> sehr gut	<b>1,0</b> sehr gut	<b>1,0</b> sehr gut



### Unsere Leistungen für Sie:

- Grundpflege
- Behandlungspflege, z.B. Kompressionsstrümpfe, Medikamentengabe, Injektionen, Katheterisierung
- Portversorgung
- Stomaversorgung
- Wundversorgung
- Palliativpflege (Sterbebegleitung)
- Demenzbetreuung
- Vertretung und Entlastung pflegender Angehöriger
- Begleitung bei Arztbesuchen, Spaziergänge usw.
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Einkäufe
- Kostenlose und individuelle Beratungsgespräche
- Hilfestellung bei Schriftverkehr (Pflegestufenanträge, usw.)
- 24 Stunden erreichbar und einsatzbereit
- ... und vieles mehr.

Ein Team aus qualifizierten Fachkräften freut sich darauf, Sie in und um Northeim betreuen zu dürfen!

Telefon: 0 55 51 - 9 08 14 30  
Am Mühlenanger 44  
37154 Northeim



## STIEMERLING

LEBENS-RÄUME FÜR SENIOREN

SENIOREN-RESIDENZEN · AMBULANTE PFLEGE

TAGESPFLEGE · SENIOREN-WOHNUNGEN

## 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 Unterstützung bei Bedarf

*Cafe* öffentlich und barrierefrei  
Kaffee und leckerer Kuchen  
täglich geöffnet 14.30 – 17.30 Uhr  
(außer Mittwochs, wenn kein Feiertag)



Stiemerling Senioren-Residenz Northeim

Sudheimer Straße 29a · 37154 Northeim · Tel.: 05551 967-3

[www.stiemerling.info](http://www.stiemerling.info) · [northeim@stiemerling.info](mailto:northeim@stiemerling.info)

HATTORF AM HARZ KÖNIGSLUTTER NORTHEIM HERZBERG GOMMERN

# Einladung zum Radeln und Wandern

## Info für Wanderer und Radfahrer:

Für die Heimatwanderer und die Neuner-Radler werden die relevanten Daten zum Corona-Status von den Gruppenleitungen erfasst, sodass man sehen kann, ob eine Gruppe zusammen zu bekommen ist. Die Teilnehmer müssen dafür ihre Impfpässe, Genesungsbescheinigungen oder einen gültigen Negativ-Test mitbringen.

Tourenplan 2021 - Montag-Gruppe				
<b>Startzeit:</b> von April bis September 8:30 Uhr - Oktober 10:00 Uhr				
<b>Startort:</b> Münsterplatz				
Datum	Km	Tag	Ziel	Bemerkungen
9.8.	40	1/2	Morigen - Ducksteinquelle	
16.8.	65	1	Hunnestrück	
23.8.	75	1	OHA - Hörden	
30.8.	55	3/4	Gieboldehausen	
6.9.	45	2/3	Einbeck	
13.9.	43	2/3	Bilshausen	
20.9.	45	1/2	Brunstein - Mandelbecker Forst	
27.9.	57	3/4	Göttingen	
4.10.	42	1/2	Hardeggen	
11.10.	45	1/2	Harste	
18.10.	30	1/2	Moringen	
25.10.	29	1/2	Angerstein	

Tourenplan 2021 - Mittwochsgruppe				
<b>Startzeit:</b> von April bis September <b>8:30 Uhr</b> - Oktober: <b>9:00 Uhr</b> -				
<b>Startort:</b> Münsterplatz, <b>bei Rad-Transport / Startort Fa. Ansoerge 8:00 Uhr</b>				
<b>Fahrt m. PKW / Startort:</b> ehem. Netto-Markt, <b>8:00 Uhr</b> (vorab Absprache)				
Datum	km	Tag	Fahrtziel	Anmerk.
04. Aug	45	1	Weißwasserkirche - Düderode	
11. Aug	83	1	Leinefelde - Heiligenstadt - GÖ.	Fa. Ansoerge
18. Aug	80	0,5	Ebergötzen- Seeburg - Gieboldehausen	
25. Aug	50	1	GÖ. - Niklausberg - Fernsehturm	
01. Sep	105	1	Fredelsloh - Lippoldsberg (Weser)	
08. Sep	62	0,66	Bad Grund	
15. Sep	85	1	Bodenfelde - Höxter u. zurück	PKW
22. Sep	45	0,66	Rotenkirchen - Einbeck	
29. Sep	50	1	Hattorf	
06. Okt	43	0,5	Bilshausen	
13. Okt	45	0,66	Hardeggen (Wildpark)	
20. Okt	45	0,5	Harste	
27. Okt	29	0,5	Angerstein - Nörten	

Datum	Tageswanderungen 2021	km
11. August 2021	Wildemann – Im Spiegeltal nach Clausthal-Zellerfeld	16
15. September 2021	Oderbrück-Süd – Brocken	16
20. Oktober 2021	Burgruine Lichtenstein bei Ührde	15
24. November 2021	Wanderung zum Golfrestaurant Levershausen mit Gänseessen, Anmeldung erforderlich bei Erhard Neuhaus – Tel. 05551/51266	12

Treffpunkt für die Tageswanderungen ist der Startpunkt der jeweiligen Tageswanderung.



Am 21. April 2021 verstarb im Alter von 105 Jahren unser langjähriges Vereinsmitglied

## Ingeborg Hasenkrüger

Ehefrau des am 24. Januar 2019 verstorbenen Ehrenvorsitzenden von „Senioren heute“, Rolf Hasenkrüger. Den Angehörigen von Ingeborg Hasenkrüger gilt unser Mitgefühl. Für die Spenden zu Gunsten von „Senioren heute“, um welche die Angehörigen von Ingeborg Hasenkrüger statt Blumen und Kränzen gebeten haben, bedanke ich mich im Namen des Vorstandes.

*Hans Munsch  
1. Vorsitzender*

## Ankündigungen

### Zweite Fahrt zur BUGA/Erfurt:

Geplant für Anfang September. Bitte melden bei Interesse im Büro, Telefon 05551-1589.

### Geplante Weihnachtsfeier:

Datum vormerken: Mittwoch, 1.12., 15:00 Uhr in der Stadthalle. Genaue Informationen/Bestätigung des Termins über Zeitung, Aushang, SH, nächste Ausgabe.

# Angebote/Veranstaltungen des Vereins Senioren heute e.V.

Information/Kontakt: Geschäftsstelle Breite Straße 49, 37154 Northeim: Montags und freitags von 8:30–11:00 Uhr  
Tel. 05551/1589, E-mail: seniorenheute.verein@gmail.com, www.seniorenheute-northeim.de

Aufgrund der Corona-Einschränkungen finden fast alle Gruppenveranstaltungen derzeit nur eingeschränkt statt.  
Bitte informieren Sie sich zeitnah über unser Büro!

	Tag	Zeit	Ü = Übungsleiter, G = Gruppenleiter	Bemerkungen
<b>SPORTLICH</b>	<b>Fitness im Alter – Schuhwallhalle</b>			
	Montag	15:00–16:00 Uhr	I. Lohmann (G), E. Scholz (Ü)	
	Montag	16:00–17:00 Uhr	R. Blumenberg (G), E. Scholz (Ü)	
	Donnerstag	16:00–17:00 Uhr	N.N. (G), M. Berner (Ü)	
	<b>Sitzgymnastik</b>			
	Montag	10:00–11:00 Uhr	H. Wisse (G), U. Erkel (Ü)	
	Freitag	09:15–10:15 Uhr	R. Scholz (G), D. Lindemann	
	Freitag	10:30–11:30 Uhr	K. Sander (G), D. Lindemann	
	<b>Wassergymnastik – Hallenbad</b>			
	Freitag	13:15–13:45 Uhr	G. Glositzki (G), G. Mickan (Ü)	Nur Damen
	Freitag	14:00–14:30 Uhr	S. Helbig (G), G. Mickan (Ü)	Damen und Herren
	<b>Radwandern – Am Münster (April–Oktober)</b>			
	Montag	08:30–	A. Holzapfel, R. Golibrzuch (GG)	Lange Strecken
	Montag	09:00–12:00 Uhr	E. Neuhaus, J. Huttanus (GG)	Geringe Anforderung
	Mittwoch	08:30–	W. Mackowiak (GG)	Lang/erhöhte Anforderung
	<b>Wandern – Marktplatz</b>			
	Dienstag	09:30–11:00 Uhr	R. Blumenberg (G)	Treff Alte Wache
	Mittwoch	09:00–12:00 Uhr	E. Neuhaus, U. Brönneke (GG)	Treff gegenüber Alte Brauerei
	<b>Nordic-Walking – Rückingsallee LBS</b>			
	Dienstag	09:30–	P. Merkel (G)	Tel. 3638
	<b>Tanzen – Alte Wache</b>			
	Freitag	14:30–	H. Peter (G)	
	<b>Kegeln – Hotel Deutsche Eiche</b>			
Montag	15:00–17:00 Uhr	A. Rohde (G)	14-tägig	
Dienstag	15:00–17:00 Uhr	H. Storm (G)	14-tägig	
<b>GESELLIG</b>	<b>Bridge – Alte Wache</b>			
	Mittwoch	14:00–17:00 Uhr	T. Galland (G)	
	Freitag	14:00–17:00 Uhr	T. Galland (G)	
	<b>Canasta – Alte Wache</b>			
	Montag	14:00–	U. Minde (G)	Tel. 988 47 33
	<b>Kreativteam (Stricken, Häkeln, Nähen, Basteln) – Alte Wache</b>			
	Montag	14:30–17:00 Uhr	H. Peter (G)	Tel. 3641
	<b>Literarische Runde – Breite Straße 49 (Geschäftsstelle) – 14-tägig</b>			
	Freitag	15:00–	N.N. (G)	
	<b>Singen – Breite Straße 49 (Geschäftsstelle)</b>			
	Dienstag	14:30–	E. Kindervater (G)	Tel. 516 14
	<b>Skat – Breite Straße 49 (Geschäftsstelle)</b>			
	Montag	13:00–16:00 Uhr	N.N. (G)	
	Donnerstag	13:00–16:00 Uhr	N.N. (G)	
	<b>Boule-Gruppe (Boule-Bahn Adolf-Hueg-Wall)</b>			
	Dienstag	15:00–17:00 Uhr		
<b>Spiele zum Gedächtnistraining – Alte Wache – 3. Montag im Monat</b>				
Montag	14:30–	H. G. Kasper (G)	Tel. 952 333	
<b>Gruppen mit Terminen nach Vereinbarung*:</b> Ernährung und Umwelt, E. Neuhaus			<b>Tageswanderungen mit PKW-Anfahrt*:</b> Leitung: E. Neuhaus, U. Brönneke	

\*) Termine: siehe Aushang, Tageszeitung oder Homepage [www.seniorenheute-northeim.de](http://www.seniorenheute-northeim.de)



**UWE SCHRODER**  
Haustechnik GmbH

**Elektro - Heizung - Sanitär**

Heinrich-Schütz-Str. 15  
37154 Northeim

☎ 05551 51320 od. 0172 5610031  
📠 05551 51207

Wohn- und Pflegezentrum AM WIETER



**Deutsches Rotes Kreuz**

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



**KAHN**  
BESTATTUNGEN

☎ **05551-911 777**  
Kirchstraße 4 • 37154 Northeim • [www.kahn.online](http://www.kahn.online)

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.



**LOHNMOST**

**20.09. – 29.10.2021**

**Apfelannahme:**  
Montag und Mittwoch: 9 – 16 Uhr  
Freitag: 9 – 13 Uhr

beckers bester nimmt auch in diesem Jahr wieder Ihre reifen und gesunden Äpfel entgegen. Für Ihre angelieferten Äpfel bekommen Sie auch in dieser Saison **pro 100 kg Äpfel 10 €** direkt ausgezahlt, zusätzlich erhalten Sie eine **Rabattmarke im Wert von 3,50 € pro 10 kg Äpfel**.

Auf Grund der weiterhin bestehenden Coronasituation bitten wir darum, unbedingt die vorgeschriebenen Hygienemaßnahmen einzuhalten. Daher bleibt der Werksverkauf geschlossen, **das Sortiment wurde reduziert**. Damit Sie Ihren Saftanspruch einlösen können, liegen Info- und Bestellzettel an der Einfahrt bereit, die Sie vor dem Werksverkauf an unser Team weitergeben können.

Nähere Infos erhalten Sie unter [lohnmost.beckers-bester.de](http://lohnmost.beckers-bester.de)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Heute nur noch Freiland: das alte Stadtmuseum in der Stubenstraße/Alte Poststraße

(Foto AW, aus: Erlebte Heimat, Hg.: Landkreis Northeim/KSN, 1958-1968)



Die erste Tankstelle an der Einbecker Landstraße - heute ein Supermarktparkplatz

(Foto AW, aus: Unser Sultmer, Hg.: Kreissparkasse Northeim, 1984)



# Das hat Zukunft: Ars amandi digitalis

(Digitale Kunst des Liebens)

## Lady's Cyberspace

Wenn die Elisabeth  
mal wieder surft im Internet  
da merkt man, sie ist firm  
und ein Profi mit dem Schirm.

Erst kommt die Mail-Box dran,  
weil da mal was drin sein kann,  
drauf mit Mause-Klicks  
betritt sie 's BTX-

und jettet über'n Browser  
zu Hauser, dem Lauser,  
der ist ein echter Sauser,  
knapp zwanzig und brünett.

Ja, so tippt Elisabeth  
sich geschickt durchs Liebes-Chat,  
druckt noch mit Kalkül  
einen Smiley fürs Gefühl!

Wenn dann ihr Matador  
herzflimmerig flippt im Monitor,  
auch Lisbeth gern vergisst,  
dass sie schon achtzig ist.

Lutz Städtler

Lieber Herr Städtler,  
vielen Dank für dieses ermunternde  
Gedicht. Damit kommen Sie der  
Wirklichkeit sehr nahe.

Sie alle kennen die folgende Situation und Ihre Reaktion ist (Grummel, Grummel ...) meist verständlich. Das Fahrzeug an der Ampel vor Ihnen bewegt sich trotz Grünphase nicht. Erst ihr Hupsignal schreckt Fahrer oder Fahrerin vor Ihnen auf, er oder sie hebt kurz die Hand, (will sagen: Entschuldigung) legt das Handy auf den Beifahrersitz und fährt los. Etwas offensichtlich Unaufschiebbares bedurfte wohl der sofortigen Klärung per Handy, vielleicht die Verabredung auf einen Cappuccino? Natürlich haben auch Fußgänger\*innen das Bedürfnis, sich permanent via Handy auszutauschen. Das darf, nein das muss natürlich sofort, egal ob auf dem Zebrastreifen oder an der Kasse beim Discounter, geschehen. Die Übermittlung „wichtiger Informationen“ hat hohe Priorität.

Gute Gründe für Sie, auch mal auf dieses „neumodische digitale Handy“ und seine Nutzung zu schimpfen.

Aber wo Schatten ist, ist bekanntlich auch Licht. Das Smartphone hat in zunehmendem Maße Einzug in den Alltag auch von Seniorinnen und Senioren gehalten. Lediglich die Art

und Weise der Nutzung unterscheidet sich bei dieser, unserer Altersgruppe von der der jüngeren Generation. Finden Sie für sich heraus, was für Sie sinnvoll ist.

In Ihrem Smartphone verstecken sich „kleine, teils nützliche Helferlein“, auch App genannt. Dieses „App“ steht einfach für Application und das ist nichts weiter als ein kleines Programm, die man selbst einfach installieren und für sich mehr oder weniger sinnvoll nutzen kann. Eine Wetter-App z. B. findet sich auf

fast jedem Display und sollte sie, warum auch immer, von der realen Wetterlage abweichen, unterstützt eine weitere Wetter-App.

### Kein Scherz.

Die Altersgruppe der Seniorinnen und Senioren gehört, ob gewollt oder nicht, verstärkt zum Kundenkreis von Apotheken. Und so eine Apotheken-App bietet Ihnen eine Vielzahl von wirklich sinnvollen Hilfen, insbesondere für den Umgang mit Ihren Medikamenten.

### Wie es geht?

**Welchen Nutzen so eine App hat? Ganz einfach!**

Auf dem Desktop Ihres Smartphones (die sehen natürlich nicht alle gleich aus), finden Sie das kleine Emblem für den **Google Play Store**, heißt Spielladen. Wenn Sie den antippen, erscheint im Kopf der sich nun öffnenden Ansicht die Zeile „Nach Apps & Spielen suchen“.

Hier geben Sie einfach den Begriff Apotheken-App ein und es erscheint eine Vielzahl an Apotheken-App-Varianten, von denen Sie sich einfach eine aussuchen und installieren können. Wenn Ihnen die erste nicht gefällt, können Sie diese schnell und

unproblematish löschen und eine neue installieren. Im Prinzip funktionieren sie alle in ähnlicher Weise. Nehmen wir einfach mal eine und sehen uns an, wie wir sie für unsere Zwecke nutzen können.

Direkt nach der Installation, die nur wenig Zeit in Anspruch nimmt, wird das zugehörige „Apotheken-symbol“ als letz-



Startseite Display



Meine Apotheke

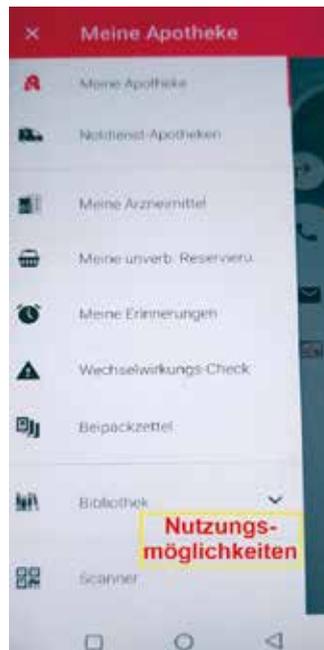
# Apotheken-Apps

tes Symbol zunächst auf dem Desktop Ihres Smartphones abgelegt.

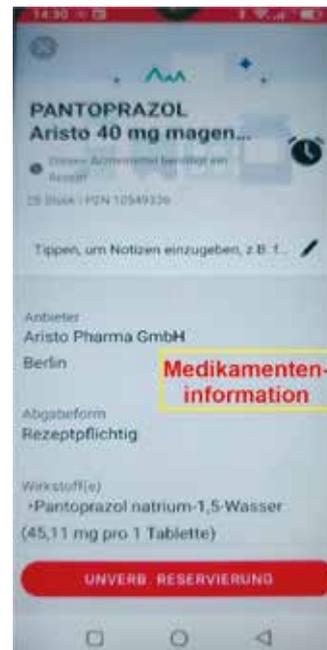
Ja und dann können Sie die Möglichkeiten und die Hilfen speziell für Ihre Person, aber auch für weitere Personen (z. B. Ehegatten), erkunden und für Ihre Zwecke nutzen.

## Einige Ihrer Möglichkeiten:

- Legen Sie Ihre Hausapotheke mit Öffnungszeiten und Erreichbarkeit fest.
- Finden Sie (z. B. im Urlaub) Notdienstapotheken in Ihrer Umgebung (mit Öffnungszeiten, Telefonverbindung, Anfahrtswegen).
- Scannen Sie Ihre Medikamente (Strichcode auf der Arzneimittelverpackung). Damit haben Sie alle Detail-Infos über Ihre Medikamente inklusive Beipackzettel digital vorliegen – und die Schriftgröße können Sie selbst bestimmen.
- Speichern Sie in einer Gesamtübersicht alle Medikamente, die Sie (oder Ihr/e Lebenspartner/in) einnehmen.
- Legen Sie Einnahmezeiten einschließlich der Einnahmeerrinnerung für Ihre Medikamente fest.



Nutzungsmöglichkeiten



Medikamenteninformationen

- Lesen Sie bei Bedarf Wechselwirkung aus zwei oder mehreren Medikamenten heraus.

Viele weitere Variationen bietet sich Ihnen.

Es liegt jetzt an Ihnen, sich mit den Funktionen vertraut zu machen, was wirklich kein Problem darstellt. Ein wenig Ex-

perimentierfreude ist gefragt und vielleicht haben Sie in Ihrem Dunstkreis Personen (Kinder, Enkelkinder, Nachbarn), die Ihnen einfach und unkompliziert helfen, wenn es wirklich mal hakt.

Keine Sorge, Sie können nichts kaputt machen und wenn Sie zu der Erkenntnis gelangen, dass Sie „sowas“ nicht brauchen, können Sie die

App einfach wieder löschen, indem Sie das Icon kurz antippen und auf „Deinstallieren“ gehen.

Unabhängig davon hält der Playstore weitere interessante Apps parat. Stöbern Sie einfach, aber achten Sie darauf, ob diese kostenpflichtig sind.

Text u. Fotos: CL

## Für Interessierte:

Senioren heute hat in der Vergangenheit

### „Kleine Unterrichtseinheiten für den seniorengerechten Umgang mit Smartphones und Tablets“

angeboten.

Diese Möglichkeit kann gerne wieder aufleben, sofern genügend Interesse vorhanden ist.

Als Kenngröße wären mindestens 5 Teilnehmer/innen vorgesehen. Die Unterrichtseinheiten würden in den Räumen von „Senioren heute“ in der Breiten Straße 49 stattfinden. Der Unterrichtende ist im allerbesten Seniorenalter, verfügt aber über ein hohes Maß an Kompetenz und Fachwissen hinsichtlich Computer, Tablet oder Smartphone-Technik. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene, Sie geben den Takt vor. Ein wenig Spaß soll auch dabei sein. **Nur Mut.**

Informieren Sie sich im Büro von Senioren heute, Tel. 0 55 51 / 15 89.

Übrigens: wussten Sie schon,

- dass über 38 % der über 65-jährigen Menschen das Internet nutzen?
- dass über 40 % der über 65-jährigen Menschen ein Smartphone nutzen?



Ralph Albert Blakelock:  
Mondlicht (1885) – Wikimedia

## Mondnacht

*Es war, als hätt' der Himmel  
Die Erde still geküsst,  
Dass sie im Blütenschimmer  
Von ihm nun träumen müsst'.*

*Die Luft ging durch die Felder,  
Die Ähren wogten sacht,  
Es rauschten leis' die Wälder,  
So sternklar war die Nacht.*

*Und meine Seele spannte  
Weit ihre Flügel aus,  
Flog durch die stillen Lande,  
Als flöge sie nach Haus.*



Joseph von Eichendorff (1788-1857)

## Wie liegt die Welt ...

Wie liegt die Welt so frisch und tauig  
vor mir im Morgensonnenschein.  
Entzückt vom hohen Hügel schau ich  
ins grüne Tal hinein.

Mit allen Kreaturen bin ich  
in schönster Seelenharmonie.  
Wir sind verwandt, ich fühl es innig,  
und eben darum lieb ich sie.

Und wird auch mal der Himmel grauer;  
wer voll Vertrau'n die Welt besieht,  
den freut es, wenn ein Regenschauer  
mit Sturm und Blitz vorüberzieht.

Wilhelm Busch



Der Leineturm in den 60er Jahren.

## Wann waren Sie zuletzt im Leineturm?

Möchte man heute wissen, ob es den Leineturm noch gibt, so kann auch der große Freund Internet keine wirkliche Antwort geben – die alte Northeimer Ausflugsgaststätte ist zwar immer noch sichtbar, aber scheint in Agonie verfallen zu sein, die letzten Gästemeinungen sind aus Jahr 2013 zu finden.

Persönlich fallen mir beim Leineturm in den Jahren nach 2000 nur die Versuche der Familie Harms ein, das „Landhaus Leineturm“ als Adresse für gehobene Küche zu etablieren bzw. zu halten. Das war aber wohl nicht erfolgreich – ein Schicksal, das in Northeim nicht allein steht: Es ist schon traurig zu sehen, wie auch die hervorragenden Kochkünste der Familie Lukoschus in der Marktstube oder die der Familie Binding im Ratskeller nur mit Aufgabe endete.

Aber schauen wir zurück in die Zeit, als es noch „Ausflugsgaststätten“ gab. Brunnen, Wieterturm, Waldschänke, Leineturm waren die vier Vertreter dieses Genre, an die sich jeder Northeimer wohl heute noch erinnert. Und der Leineturm blickt dabei auf die älteste Tradition zurück: Schon im 14. Jahrhundert wird vom Bau eines Turms berichtet, dessen Überreste noch in den Kelleräumen des Gasthauses zu finden sind – und die ersten Nachweise einer „Zeche“ am Turm sind kurz nach 1600 überliefert – 1602 ersticht dort ein Hö-

ckelheimer einen Schneider aus Holtenstedt und 1616 erschießt der „Krüger“ einen gewissen Jonas Hungerland, woraufhin er sich den Konsequenzen durch Flucht entzieht. Seit dieser Zeit gibt es eine Wirtschaft auf dem Leineturm, auch wenn der häufige Wechsel der Wirte darauf hindeutet, dass die Lage an der Straße nach Moringen nicht unbedingt zu hohen Gastzahlen führte, zumal die früher über den Leineturm nach Einbeck führende Straße umgelegt wurde. Schon Anfang des 19. Jahrhunderts wurde dann auf das „Stadtpublikum“ abgezielt. Bereits 1810 wird erwähnt, dass eine Kegelbahn errichtet wurde, die regen Zuspruch bei den Norheimern fand, die den 30-minütigen Spaziergang zum Leineturm nicht scheuten. Allerdings erreichte der Leineturm niemals die Popularität des „Rücking“,

der wohl die vierfache Menge an Gästen anzog.

Nach 1850 wird dann die Wirtschaft durch die Familie Nahme bis 1912 wahrgenommen, und seit 1934 ist die Familie Harms als Wirtsfamilie beim Leineturm – zumindest solange er noch existierte. Möglicherweise ist durch diese Tradition auch erklärbar, dass – anders als bei anderen Ausflugslökalen – es kaum Ansicht- oder Werbepostkarten für den Leineturm gibt, der Bestand im Stadtarchiv ist äußerst bescheiden.

Die größte Umstellung des Leineturms ist dem Bau der Autobahn A7 zu „verdanken“. Während die Bundesstraße nach Höckelheim bis 1952 direkt am Leineturm entlangführte, wurde nach der Neugestaltung der Straße als Zufahrtsstraße zur Autobahn der Leineübergang an die Stelle verlegt, wo wir sie auch heute finden: der Leineturm wurde praktisch abgehängt und erhielt die Ansicht, die die meisten heute noch kennen: der alte Brückenkopf wurde dadurch zum Kaffeegarten! Und gleichzeitig





Postkarten aus den 50er und den 30er Jahren.

wurde der Leinerturm an die Stadt angehängt, denn im Jahre 1950 wurde er in den Stadtbusverkehr aufgenommen.

Was mir vom Leinerturm in Erinnerung geblieben ist? Natürlich die Windbeutel, die dort an der Leine serviert wurden, die Veranda, ein Holzbau, der längs am Fluss stand, und die Ermahnung meiner Eltern, nur nicht zu nah ans Wasser zu gehen! Und aus den letzten Jahren des Leinerturms wird vielen noch in Erinnerung sein, dass dort einige Male ein mittelalterlicher Markt veranstaltet wurde, bei dem das Highlight „echte“ Schwertkämpfe mit scharfen Waffen waren.

Mit diesem Beitrag werden wir unsere kleine Reihe über Northeimer Ausflugsziele beenden – wenn Sie allerdings noch berichtenswerte Anekdoten von den früheren „Sonntagsausflügen“ haben, lassen Sie es uns wissen, gerne würden wir dieser kollektiven Erinnerung hier eine Bühne bieten – gern mit Fotos aus dem Familienalbum!

Text/Foto: AW

## Sommernacht

*Es wallt das Korn weit in die Runde,  
Und wie ein Meer dehnt es sich aus;  
Doch liegt auf seinem stillen Grunde  
Nicht Seegewürm noch andrer Graus:  
Da träumen Blumen nur von Kränzen  
Und trinken der Gestirne Schein.  
O goldnes Meer, dein friedlich Glänzen  
Saugt meine Seele gierig ein!*

*In meiner Heimat grünen Talen,  
Da herrscht ein alter schöner Brauch;  
Wann hell die Sommersterne strahlen,  
Der Glühwurm schimmert durch den Strauch:  
Dann geht ein Flüstern und ein Winken,  
Das sich dem Ährenfelde naht,  
Da geht ein nächtlich Silberblinken  
Von Sicheln durch die goldne Saat.*

*Das sind die Bursche, jung und wacker,  
Die sammeln sich im Feld zuhauf  
Und suchen den gereiften Acker  
Der Witwe oder Waise auf,  
Die keines Vaters, keiner Brüder  
Und keines Knechtes Hilfe weiß –  
Ihr schneiden sie den Segen nieder,  
Die reinste Lust ziert ihren Fleiß.*

*Schon sind die Garben fest gebunden  
Und schön in einen Kranz gebracht;  
Wie lieblich flohn die stillen Stunden,  
Es war ein Spiel in kühler Nacht!  
Nun wird geschwärmt und hell gesungen  
Im Garbenkreis, bis Morgenduft  
Die nimmermüden, braunen Jungen  
Zur eignen schweren Arbeit ruft.*

(Gottfried Keller, 1819-1890,  
schweizer Dichter, Politiker)  
Bild: Wikipedia



### An die Mohnblumen

*Ihr Blumen dort am Ackerrain  
mit leuchtend roten Blüten  
strahlt Sommer ins Gemüt hinein,  
die Zeit soll euch behüten.*

*Der Schmetterling macht bei euch Rast  
in eurer Blütenklause  
und gerne ist er bei euch Gast  
für eine kleine Pause.*

Alfons Filloch

## Sommerbild

*Ich sah des Sommers letzte Rose stehn,  
Sie war, als ob sie bluten könnte, rot.  
Da sprach ich schauernd im Vorübergehn:  
So weit im Leben, ist zu nah dem Tod!  
Es regte sich kein Hauch am heißen Tag,  
Nur leise strich ein weißer Schmetterling;  
Doch, ob auch kaum die Luft sein Flügelschlag  
bewegte, sie empfand es und verging.*

(Christian Friedrich Hebbel, 1813-1863,  
deutscher Lyriker, Dramatiker)

## Genießen Sie paradiesische Klänge – Phonak Audéo™ Paradise Hörgeräte, jetzt bei Hörgeräte-Studio Reuter & Schirmer GmbH in Northeim

Die neuen Phonak Audéo Paradise Hörgeräte, deren Entwicklung von der Natur inspiriert wurde, ermöglichen Hörgeräteträgern mit einem frischen, natürlichen Klang und brillantem Sprachverstehen einen Zugang zu den wunderschönen und paradiesischen Klängen der Natur.



Die Geräusche der Natur helfen dabei sich zu entspannen und gehören zu unserem Wohlbefinden dazu. Das Rauschen des Meeres, das Rascheln von Blättern im Wind, das Summen von Bienen auf einer Blumenwiese oder auch das Plätschern eines Baches in der Natur gehören zu diesen angenehmen Hörerlebnissen, die positive Emotionen bei uns Menschen auslösen können. Die Hörgeräte Phonak Audéo Paradise sind das Ergebnis jahrzehntelanger Forschung und Entwicklung, gepaart mit einer Inspiration von den natürlichen Vorgängen des Hörens und den Klängen der Natur.

### Frischer natürlicher Klang und brillantes Sprachverstehen

„Die Paradise Hörgeräte von Phonak verfügen über den neu entwickelten Sound processing Chip „PRISM™“ und ermöglichen dem Träger ein brillantes Sprachverstehen sowie einen frischen, natürlichen Klang, um die Wunder dieser Welt so zu hören, wie sie wirklich klingen“, erklärt Annette Marx vom Hörgeräte-Studio Reuter & Schirmer GmbH. „Hierfür sorgt unter anderem die persönlich vom Hörgeräteträger einstellbare Störgeräuschunterdrückung, der neue Bewegungssensor, der den Fokus der Hörgeräte je nach Aktivität des Hörgeräteträgers und der Gesprächssituation an-



passt und die erweiterten Funktionen zur Sprachverbesserung, die im Restaurant oder auch bei ruhigen Gesprächen die Sprache des Gegenübers optimal verstärken“, weiß Annette Marx weiter. Der Sprachinput in lauten Umgebungen wird angehoben, während die Störgeräusche gezielt abgesenkt werden. Darüber hinaus werden leise Sprachsignale mittels dieser sensationellen Technik verstärkt, so dass auch ruhige Gespräche komfortabel und ohne Anstrengung stattfinden können.

### Direkte Anbindung an Bluetooth-Geräte



Einen zusätzlichen Komfort bietet die direkte Anbindung der Audéo Paradise Hörgeräte an iOS®, Android™- oder andere bluetoothfähige Geräte, so dass die Audiosignale direkt an die Hörgeräte gestreamt werden können. Eine verbesserte Konnektivität der kleinen Klangwunder erlaubt die gleichzeitige Kopplung und Verbindung von mehreren bluetoothfähigen Geräten sowie das Hin- und Herschalten zwischen zwei aktiven Verbindungen. „Das bedeutet zusätzlichen Komfort,

insbesondere in der heutigen, virtuell vernetzten Welt“, ergänzt Annette Marx. „Einen besonderen Vorteil bietet das freihändige Telefonieren. Android™- oder iOS®-Smartphones können ab sofort in der Tasche verbleiben. Anrufe werden komfortabel per Doppeltipp am Ohr angenommen. Die eigene Sprache wird beim Telefonieren von den Hörgeräten aufgenommen und weitergeleitet und das Telefonat kann klar und deutlich auf beiden Ohren gehört werden“, berichtet die Expertin Annette Marx.

### Noch mehr Komfort dank Tap Control

Die neue Tap Control der Phonak Audéo Paradise Hörgeräte bietet dem Nutzer einen einfachen Zugriff auf die Bluetooth-Funktionen. „Ein Bewegungssensor im Hörgerät ermöglicht lediglich durch einen Doppeltipp auf die Ohrmuschel das mühelose Annehmen eines Telefonanrufs, die Aktivierung eines Sprachassistenten aber auch das Pausieren oder Fortsetzen von Musik-Streamings“, erklärt die Expertin Annette Marx.

### Ein Stück vom Paradies für jeden Kunden

Phonak Audéo Paradise mit Lithium-Ionen-Akku Technologie können schnell aufgeladen werden und bieten eine lange Akkulaufzeit. Phonak Audéo Paradise Hörgeräte werden in verschiedenen Modellen und Farben angeboten, damit für jeden Geschmack und jeden Bedarf die passende Lösung gefunden werden kann. Selbstverständlich sind alle Gehäuse wasser- und staubresistent.



**PHONAK**  
life is on

## Hörgeräte-Studio Reuter & Schirmer GmbH

Mühlenstraße 4 | 37154 Northeim  
Telefon 05551 9089336

www.hoerstudio-reuter.de  
E-Mail: hoerstudio-northeim@t-online.de

Geschäftszeiten: Montag–Freitag 9.00–13.00 Uhr und 14.00–18.00 Uhr | Samstag 9.00–12.00 Uhr



v. l. Ulrich Reuter, Annette Marx,  
Sonja Müller, Melanie Kleimann-Schenk,

# SENIOREN heute

## Aus vielen Teilen wird ein Ganzes

### *Liebe Leserinnen und Leser,*

Sie gehören dem Personenkreis der Seniorinnen und Senioren über 60 Jahre an, die laut Statistik (und der wollen wir mal glauben) mehr als 25% der deutschen Gesamtbevölkerung ausmachen, und für Sie wurde 1975 die Zeitschrift SENIOREN heute (im Folgenden SH) ins Leben gerufen.

Ziel war es, sie allen Northeimer Bürgerinnen und Bürgern mit Vollendung des 60. Lebensjahres frei Haus zu liefern, und das hat bis dato ganz gut funktioniert. Einen Preis auf dem Deckblatt suchen Sie vergeblich; SH ist für Sie kostenlos. Und um ein weiteres Qualitätsmerkmal hervorzuheben; die meisten an Herstellung und Vertrieb beteiligten Personen sind selbst im „allerbesten Seniorenalter“ und machen diesen Job ehrenamtlich, was nicht heißen soll, dass keine Kosten entstehen.

Der im Erscheinungsjahr 1975 amtierende Northeimer Bürgermeister Teuteberg, dem das erste Vorwort in dem Blatt vorbehalten war, gab dem Verein mit auf den Weg:

**„Ich wünsche der Zeitung SENIOREN heute mit seinen ehrenamtlichen Mitarbeitern Erfolg.“**

Das hat offensichtlich ganz passabel funktioniert, denn aktuell, nach nunmehr 46 Jahren, erfreut sich dieses Blatt bei vielen Leserinnen und Lesern großer Beliebtheit. Brachte es die erste Ausgabe im Jahre 1975 auf 16 graustufige Seiten, sind wir heute schon mal bei bis zu 44 Seiten, viele davon in Farbe.

In Zeiten stark eingeschränkter Vereinsaktivitäten wollen wir die Gelegenheit nutzen, Ihnen einen Einblick in die Entstehung und das Machen von SH geben. Die Namen der daran

beteiligten „Hauptübeltäter“, auf die Sie auch gerne schimpfen dürfen, wenn Ihnen irgendetwas missfällt, finden Sie im Impressum auf der letzten Seite einer jeden Ausgabe.

### Das Redaktionsteam

Los geht es mit der Sammlung von Ideen, Texten, Inhalten. Verantwortlich und zuständig hierfür ist das Redaktionsteam Arndt Windhorst und



Redaktion: A. Windhorst

Christian Lehwald. Leider hat unsere Redaktionsseniorenin Heide Goliash die Frauenquote im Team glatt auf „Null“ reduziert. Sie hat aus familiären Gründen mit ihrem Mann Northeim verlassen und ihren neuen Lebensmittelpunkt in den Speckgürtel Hamburgs verlegt.

**An dieser Stelle, liebe Heide, vielen Dank für Deine tolle Mitarbeit und alles Gute für Dich und Günter.**

Zurück zum Thema: Die Auswahl unserer Themen orientiert sich an den Unternehmungen des Vereins SH, an unserer Heimatstadt Northeim,



Redaktion: C. Lehwald

an der guten alten Zeit. Gerne greifen wir auch auf kompetente Gast-schreiber\*innen wie Ingrid Müller, Dorothea Speyer-Heise oder Lutz Städtler, um einige zu nennen, zurück, die uns auf Wunsch zuverlässig und hochprofessionell mit Berichten aus ihren jeweiligen Fachgebieten bedienen. Dafür DANKE.

Rezepte, die A. W. selbst kocht und probiert, Dütt und Datt, Geistig fit, Kalendergeschichten, Gedichte und natürlich auch ein Terminkalender für Vereinsaktivitäten ergänzen das Programm so, dass hoffentlich für die meisten von Ihnen etwas dabei ist.

Anmerkung der Redaktion: Wenn auch Sie einen Beitrag leisten möchten, z. B. eine erzählenswerte Anekdote aus Ihrem Leben oder wenn Sie ein nicht ganz gewöhnliches Hobby pflegen, über das Sie gerne berichten würden, laden wir Sie ein, das gerne tun. Schreiben Sie uns oder rufen Sie uns einfach an.

Zurück zum Redaktionsteam. Für dieses gilt es, ca. 36–44 Seiten mit o. a. Themen und lesenswerten Tex-

ten, auch bebildert, zu füllen, wobei die Seitenzahl immer durch 4 teilbar sein muss. Das ist eine drucktechnische Voraussetzung. Ca. 8-12 Seiten hiervon halten wir in Abstimmung mit dem Anzeigenleiter für unsere Werbeträger frei. Dazu später mehr. Im Zeitalter des Computers und des Internet erfahren wir natürlich erhebliche Erleichterungen. Es gibt kaum ein Thema, zu dem es keine Fundquellen im Internet gibt. Aber es gilt: „Urheberrecht“ oder „Geistiges Eigentum“ oder „Gemeinfreiheit“ schützt der Gesetzgeber. Eine Kalendergeschichte z. B. von Johann Peter Hebel darf geschrieben werden, denn Hebel ist seit 195 Jahren tot. Kalendergeschichten von Bertold Brecht hingegen unterliegen noch der Gemeinfreiheit. Der 1956 verstorbene Brecht ist erst 65 Jahre tot und gemeinfrei ist ein Werk erst dann, wenn der Schöpfer mindestens 70 Jahre tot ist.

Bei Zugriff auf Informationen oder Fotos aus dem Internet zu, gilt es vorab zu klären, ob eine Nutzung rechtlich zulässig ist. Ist sie es, dann ist es gute Sitte, Autoren oder Fotografen namentlich zu nennen. Das gilt auch für Fotos und Informationen, welche uns z. B. das Archiv der Stadt Northeim oder die HNA zur Verfügung stellt.

Dem Titelblatt kommt eine besondere Bedeutung zu. Voraussetzung für das Motiv ist, dass es in einer drucktechnisch hohen Auflösung fotografiert worden ist. Da nehmen wir gerne mal die professionellen Fähigkeiten von Hans-Peter Hornbostel oder Hubert Jelinek von der HNA in Anspruch. Die haben fotografieren gelernt und verfügen über das technische Knowhow.

## Der Layouter

Sind unsere Hausaufgaben erledigt, folgt der Part von Karl-Hermann Rotte, ehemals Inhaber der Fa. Rotte-Druck, zuständig für das Layout von SH und ausgewiesener Profi auf diesem Gebiet. Er ist beheimatet im beschaulichen Bad Grund im Harz und dort arbeitet er auch.

Seine Aufgabe ist die grafische Konzeption und der Aufbau von Seiten in Print- und digitalen Medien. Er macht am Computer aus dem Sammelsurium von Texten und Fotos der Redaktion mit Hilfe eines speziellen Pro-



Layout: K.-H. Rotte

grammes eine lesbare Zeitschrift. Auch hier bietet die gerne und oft zu Unrecht gescholtene Computertechnik ideale Lösungen an. Für die Kommunikation auf einer gemeinsamen Welle bedienen wir uns eines Programmes mit Namen DropBox, welches uns erlaubt, Themendateien und Fotos einzustellen, auf die nur ein autorisierter Personenkreis zugreifen kann. Herr Rotte ordnet nach unseren Wünschen Texte und Bilder, formatiert sie in ein sogenanntes PDF Format und gibt sie uns als 1. Korrektur zurück. Wir äußern Korrekturwünsche und geben diese auf dem digitalen Weg an Herrn Rotte zurück. Nach mehrfachen Hin und Her liegt eine endgültige Fassung vor, so wie wir sie uns vorstellen. Sollte die eine oder andere Korrektur aus Bad Grund zu nachtschlafender Zeit kommen, verwundert uns das weniger, denn das ist die Lieblingsarbeitszeit von K.-H. Rotte. Wir hoffen, dass Herr Rotte noch lange federführend für das Layout von SH verantwortlich zeichnet.

Was nun noch fehlt, sind die Werbeanzeigen.

## Die Anzeigenleitung

Für Werbeanzeigen und Beilagen liegt die Zuständigkeit bei Ralf Thalacker. Er stellt die finanzielle Grundlage für unsere Zeitung sicher, was natürlich nicht ohne eine entsprechende Anzahl an Werbeträgern geht. 20.000 Zeitungen pro Jahr haben ihren Preis. Ralf Thalacker organisiert den „Verkauf von Werberaum“ in SH. Damit verbunden ist die Akquise neuer Kunden, das Erstellen passgenauer Angebote sowie die Betreuung bestehender Kunden. Verträge werden vorbereitet und abgeschlossen. Kundendateien sind zu pflegen, neue Media- und Vermarktungskonzepte zu entwickeln. Die Preisliste wird entsprechend der all-

gemeinen wirtschaftlichen Lage ständig aktualisiert und für den Vereinsvorstand zum entsprechenden Beschluss vorbereitet.

Ralf Thalacker bereitet die Werbeanzeigen in Abstimmung mit den Kun-



Anzeigenleitung: R. Thalacker

den und nach deren Wünschen auf und bindet sie in die freigehaltenen 8-12 Seiten ein.

An dieser Stelle ein großes Dankeschön von Ralf Thalacker und natürlich auch von SH an alle Unternehmen und Einrichtungen, die Anzeigen schalten. Sie sind das Lebenselixier für Produktion und Erscheinen von SH.

Der immens hohe Stellenwert von Werbung in der heutigen Zeit lässt sich an folgendem, wenn auch sehr aufwändigem Beispiel nachvollziehen:

Beim jährlich in Amerika stattfindenden Finale im „Superbowl“ der National Football League (NFL) kostete ein 30 Sekunden dauernder Werbespot im Jahr 2020 gigantische 5.200.000 US Dollar (4.264.000 €) Sie haben richtig gelesen.

## Produktion und Auslieferung

Die nun mit Werbung gefüllten Seiten (sogenannter Umbruch), werden von Ralf Thalacker direkt an den Druckereibetrieb Heimert Elements in Einbeck gegeben. Hier wird in der finalen Phase SH gedruckt. Peter Bolduan druckt ca. 7.000 Exemplare SH, wie bestellt, den Einband auf lackiertem 170 g/qm Papier, die Innenseiten auf normalem 80 g/qm Papier.



Druckerei Heimert: v.l. T. Rose (Innendienst) und P. Bolduan (Druck)



Die Vertriebsgruppe bei der Arbeit

Verpackt in Kartons zu je 50 Exemplaren (ca. 140 Pakete a. 6 kg = 840 kg) liefert Tobias Rose von der Fa. Heimert pünktlich zum Erscheinungstermin die Fracht an, bis vor Corona in der alten Wache, seit deren Schließung in der Stadthalle bzw. im Büro von SH. Hier läuft der nächste Arbeitsprozess ab.

## Kennzeichnung und Verteilung

Ein weiterer und ganz wichtiger Akteur ist Christoph Münstermann, nebenbei auch Vorsitzender des Beirates von SH. Er hat im Vorfeld (ca. 14 Tage vor der Verteilung) mit der Fa. Heimert Auflagenhöhe sowie Liefertermin und -ort abgesprochen, von Herrn Ritter, dem Leiter der Bürgerdienste der Stadt Northeim, (nur dieser hat einen Überblick über Zusammensetzung der Northeimer Be-

völkerung) die Etiketten für die Kennzeichnung übernommen und diese zusammen mit einer Liste, die er selbst pflegt, an Gerhard Bednarzik weitergeleitet. An dieser Stelle Dank an die Stadt Northeim für den uneigennützigem Service.

Herr Bednarzik entfernt die Etiketten der Personen, die absolut kein Exemplar möchten. Dieser Wunsch muss respektiert werden. Anschließend füllt er die Verteilerlisten für die Kernstadt und für die Ortschaften aus. Darin enthalten sind die einzelnen Stadtbezirke bzw. Ortschaften mit den Namen der Zusteller\*innen, die Anzahl der Zeitungen und die errechnete (minimale) Aufwandsentschädigung für die Zusteller\*innen.

Zusätzlich erstellt er eine Liste mit den Heftzahlen für die Alten- und Pflegeheime, die Helios-Klinik und die Lebenshilfe.

Die kompletten Unterlagen leitet er C. Münstermann zu.

An verabredetem Ort (Alte Wache, Stadthalle oder Büro von SH) trifft sich am Tag der Anlieferung die Vertriebsgruppe der Zeitung. Das sind bis zu 14 Damen und Herren, die nun die Zeitungen etikettieren, sie ggf. mit Beilagen bestücken und für die 23 innerstädtischen Zustellbezirke

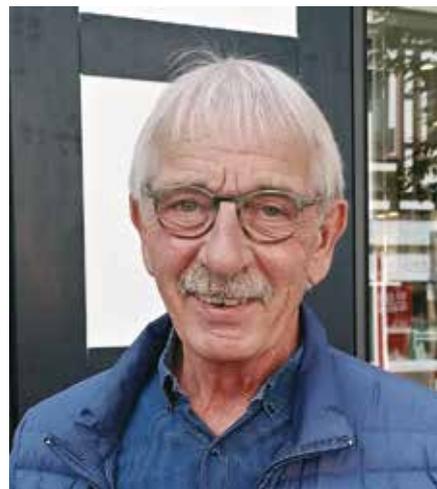
und die 16 Ortschaften verpacken.

C. Münstermann beliefert die Zusteller der Kernstadt mit aktuell 4450 Exemplaren, während Dieter Rittinghaus „über die Dörfer“ fährt und die örtlichen Zusteller mit ca. 2250 Zeitungen versorgt. Das braucht schon einen 10-stündigen Arbeitstag. Ca.

200 Zeitschriften werden für Verschiedenes (z. B. Einzelabos) zurückbehalten.

Ja, und irgendwann (hoffentlich immer rechtzeitig) finden Sie das Blatt in Ihrem Briefkasten.

Am Ende stellt Ulrich Brönnecke die PDF-Datei der Zeitung auf der Internetseite [www.seniorenheute-nort-](http://www.seniorenheute-northeim.de)



C. Münstermann, zuständig für die Verteilung

[heim.de](http://www.seniorenheute-northeim.de) im Zeitungsarchiv ein. Wenn Sie also ihr Papierexemplar schon einmal vorzeitig der Tonne mit dem blauen Deckel überantwortet haben, besteht hier die Möglichkeit, nochmal nachzulesen. Voraussetzung ist natürlich ein Zugang zum Internet.

Haben Sie Fragen, Ideen, Anregungen oder Kritikpunkte, so finden Sie alle notwendigen Ansprechstellen auf der letzten Innenseite im Impressum.

Und zum Schluss all denen unseren herzlichen Dank vor und hinter den Kulissen, die hier vielleicht, aber bestimmt nicht absichtlich, vergessen wurden. *Text u. Fotos: CL*



Anlieferung durch Tobias Rose, hier mit H. Duwensee



# martin

sanitär  
heizung  
klima

## SCHINDLER

**Sanitär · Heizung · Solar · Kundendienst · Regenerative Energien**

Friedrich-Ebert-Wall 9 · 37154 Northeim · Telefon 0 55 51-83 11 · Email: schindler-sanitaer@t-online.de

### Sommerfrische

*Zupf dir ein Wölkchen aus  
dem Wolkenweiß,  
Das durch den sonnigen  
Himmel schreitet.  
Und schmücke den Hut,  
der dich begleitet,  
Mit einem grünen Reis.*

*Verstecke dich faul in der  
Fülle der Gräser.  
Weil's wohltut,  
weil's frommt.  
Und bist du ein  
Mundharmonikabläser  
Und hast eine bei dir,  
dann spiel, was dir kommt.*

*Und lass deine Melodien lenken  
Von dem freigegebenen  
Wolkengezupf.  
Vergiss dich. Es soll dein Denken  
Nicht weiter reichen als  
ein Grashüpferhupf.*

Joachim Ringelnatz  
(1883-1934)

**Tuchtfeld'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](http://www.tuchtfeld.de)

## Caritex-Laden



Northeim, Breiter Weg 2

Tel.: 05551 – 911 770

Können Sie sich problemlos trennen? Zum Beispiel von Ihrer gebrauchten aber gut erhaltenen Kleidung? Von Haushaltswaren und Kinderartikeln? Wir freuen uns über jede Spende, denn damit können wir Mitbürgern mit geringem Einkommen unbürokratisch helfen.

Und, wenn Sie gute Sachen für wenig Geld suchen, besuchen Sie uns. Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter helfen Ihnen gerne.

**Montag:** 9.00 bis 16.30 Uhr  
**Dienstag:** geschlossen  
**Mittwoch:** 9.00 bis 16.30 Uhr  
**Donnerstag:** 9.00 bis 13.00 Uhr

## Götz Girmann

### elektro-meister

GmbH & Co. KG

Qualifizierter  
Meisterbetrieb



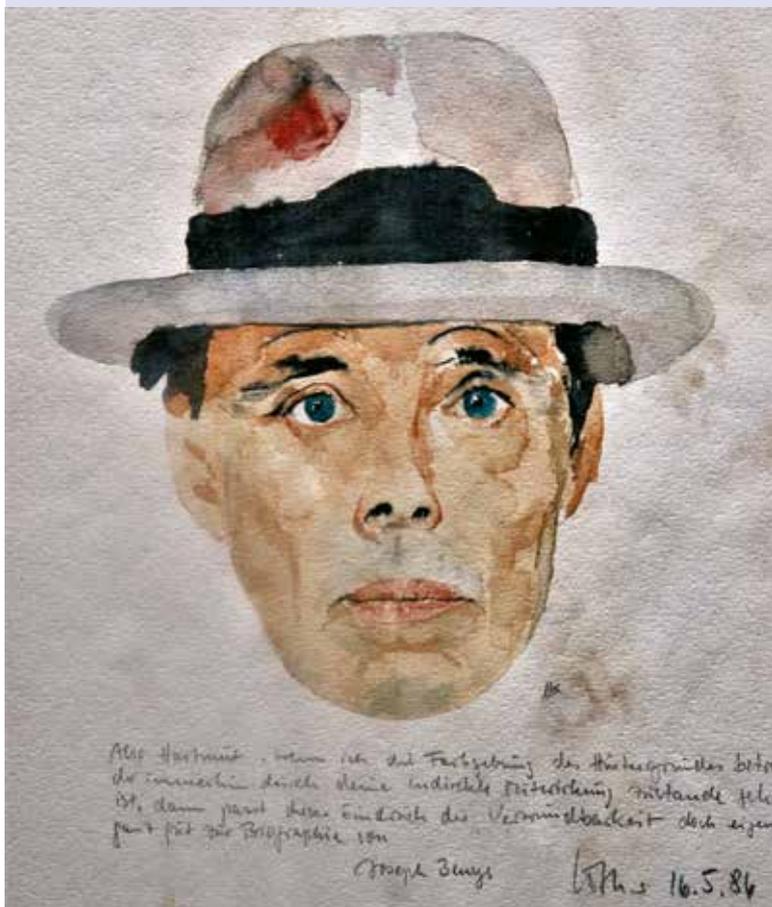
05551  
**8286**



Mittelweg 18 • 37154 Northeim  
[www.elektro-girmann.de](http://www.elektro-girmann.de)

# Dütt un DATT

. . . aber wenn es einen Anlass zum Scherzen gibt, schmunzle ich gern einmal . . .



Joseph Beuys, Aquarell von © Lothar Kohn

## Beuys' Stetson

Der Stetson schützt im Western  
Fast jeden Männerkopf.  
Selbst, wenn er Linsen kochte,  
Stand Beuys mit Hut am Topf.

Einst aus Kaninchenhaaren,  
Die kräftig durchgekaut,  
Entstand der Hut des Westens,  
Aus Filmen wohlvertraut.

Die ersten Hüte hießen,  
Ganz stolz, „Boss of the Plains“.  
Sie schützten sehr effektiv,  
Auch even if it rains.

Im Stuka stürzte Joseph  
Im Nebel auf die Krim.  
Seitdem (?) sind Fett und Filze  
Sein Material schlechthin.

Ein Hut als Schutz und Marke:  
Kaninchenhaar zerkaut.  
Manchmal bellte Beuys als Warnung:  
„Realität“ sei niemals traut!

© Hartmut Fischer

## Noch'n Gedicht!

Ein gereimtes Puzzle – ordnen Sie die Zeilen so, dass ein sinnvolles Gedicht entsteht. Beachten Sie Reimform und innere Logik, so werden Sie schnell zu einem sinnvollen Ergebnis kommen – denn „Lesen ist gelenktes Schaffen“! (J.-P. Sartre)

- 1 Nur noch zuweilen im Traum;
- 2 Sie liebten sich beide, doch keiner
- 3 Sie sahen sich an so feindlich
- 4 Sie trennten sich endlich und sahn sich
- 5 Sie waren längst gestorben
- 6 Und wollten vor Liebe vergehen
- 7 Und wussten es selber kaum.
- 8 Wollt es dem andern gestehen:

Dieter Hennies (Lösung auf Seite 40)

## Lebenshilfe

Was kann man tun, um in der heutigen Corona-Zeit nicht mehr in Angst und Schrecken zu leben?  
Ganz einfach mal das Fernsehgerät abschalten....



. . . gesehen in Luzern. Foto: CL

# Dütt un DATT

... aber wenn es einen Anlass zum Scherzen gibt, schmunzle ich gern einmal ...

## LYRIK AUS NORTHEIM

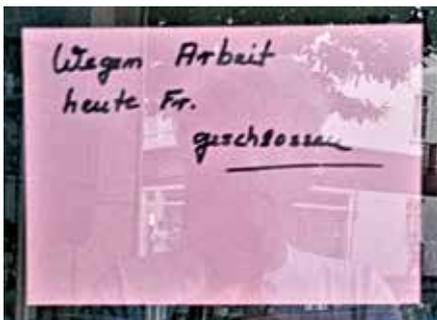
### Das SCHÖNSTE Geschenk

Meine Wärme, welche dir zeigt,  
wie Geborgenheit sich anfühlt!  
Meine Hände,  
die dich halten und auffangen,  
wenn es dir nicht gut geht!  
Meine Ohren,  
die dir aufmerksam zuhören.

Meine Augen,  
welche in deine schauen,  
damit ich weiß, was du wünschst.  
Meinen Mund,  
der liebe Worte spricht.

Dazu mein ganzes Herz!  
Das SCHÖNSTE Geschenk!

*Gabriela Düringer*



Gesehen in der Mühlenstraße.

*Foto: AW*

## Apropos Flachwitze ...

Wenn man Kondome fürs Fremdgehen kauft, bekommt man dann trotzdem Treuepunkte?

Ein Polizist hält einen Vampir auf 'nem Tandem an: „Haben Sie getrunken?“  
Vampir: „Ja, zwei Radler!“

Allen steht das Wasser bis zum Hals ... nur nicht Heiner, der ist kleiner.

Warum sollte man nie Cola und Bier gleichzeitig trinken?  
Weil man dann colabiert.

Was machen streitende Schafe?  
Sie kriegen sich in die Wolle.

*(Facebook NDR2 + Kommentare)*

Nicht da ist man daheim,  
wo man seinen Wohnsitz  
hat, sondern wo man ver-  
standen wird.  
*Christian Morgenstern*

Man ist da zuhause,  
wo der Schlüssel passt!  
(Volksmund,  
kolportiert von AT)

## Luftballons

Ein Professor gab jedem Schüler einen Luftballon, mit der Aufgabe, diesen aufzublasen, mit dem eigenen Namen zu versehen und in den Flur zu werfen.

Die Professoren haben dann alle Ballons gemischt. Die Schüler erhielten 5 Minuten, um ihren eigenen Ballon zu finden. Trotz hektischer Suche hat niemand seinen Ballon gefunden. An diesem Punkt haben die Professoren den Schülern gesagt, sie sollen den ersten Ballon nehmen, den sie gefunden haben, und ihn der Person, deren Name darauf steht, übergeben. Innerhalb von 5 Minuten hatte jeder seinen eigenen Ballon.

Die Professoren sagten zu den Schülern: „Diese Ballons sind wie Glück. Wir werden es nie finden, wenn jeder sein eigenes sucht. Aber wenn uns das Glück anderer Menschen wichtig ist, werden wir auch unseres finden.“

*(gefunden bei  
QueensRanchAcademy AG)*

## Sprüche

### Eine Frage ...

#### ... aus dem Internet

Haben Zebras eigentlich weiße oder schwarze Streifen?

#### ... der Ehrlichkeit

Ehrlichkeit ohne Freundlichkeit ist Brutalität  
und Freundlichkeit ohne Ehrlichkeit ist Manipulation.

### Auf ein Wort mit ...

#### ... Goethe

Wer sich den Gesetzen nicht fügen lernt, muss die Gegend verlassen, wo sie gelten.

#### ... Johannes Gross

Früher glaubte jede neue Generation, mit ihr fange die Welt an. Heute glaubt die neue Generation, mit ihr gehe sie zu Ende.

#### ... Alfred Hitchcock

Die Länge eines Films sollte in einem direkten Verhältnis zum Fassungsvermögen der menschlichen Blase stehen.

#### ... Erich Maria Remarque

Eine Jugendsünde ist, wenn man jung ist und es verpasst.

#### ... Rudolf Fernau

Erinnerungen sind Wärmflaschen fürs Herz.

#### ... William Somerset

Wenn man genug Erfahrung gesammelt hat, ist man zu alt, um sie zu nutzen.

#### ... Franz Grillparzer

Man sage nicht, das Schwerste sei die Tat, das Schwerste dieser Welt ist der Entschluss.



... gesehen in Linderhof. *Foto: AW*

# Vorspeisen aus dem Westen

Heute steht ein Ausflug nach Afrika auf dem Speiseplan – Vorspeisen aus dem Maghreb, was im Arabischen die Bedeutung „Westen“ hat, also aus der Nordwestecke des Kontinents. In Kassel würde man einfach sagen „Marokko und um-zus“.

Und fleischfrei wird es noch dazu – der dort übliche Hammel hat bei uns auch nicht allzu viele Liebhaber. Konzentrieren wir uns also auf das Gemüslische: Zaalouk, ein Auberginenpüree, Couscous-Salat und marokkanische Möhren. Das ganze ergibt zusammen mit einem Stück Baguette einen perfekten Vorspeisenteller, der auch für größere (Grill-)Gesellschaften im Voraus zuzubereiten ist.

Das Ganze ist eine Kombination, die ihren Ursprung in einem familieninternen Kochwettbewerb hatte: In zwei Runden wurden beliebige Länder „verlost“ und anschließend Lose für Vor-, Haupt- und Nachspeise gezogen – bei mir blieb dann „Marokko“ und „Vorspeise“. Und für den Wettbewerb schien mir ein Grundsatz am besten: Wer mehr macht, hat für jeden Geschmack etwas. Also musste es etwas Cremiges, etwas Stückiges und etwas Salatiges, Vermischtes sein. Und zuletzt sollte irgendwie alles ein wenig orientalisches schmecken.

Kurz gesagt, die Auswahl war nicht schwierig, denn immer, wenn ich ein Rezept lese, passiert nichts oder mir läuft ein wenig Wasser im Mund zusammen – und das bestimmte dann die Auswahl! Vielleicht geht es Ihnen/Euch auch so, wenn Ihr weiterlest – falls nicht, dann wäre mein Ratschlag, das Rezept einfach zu überspringen!

Die Zubereitungen sind grundsätzlich einfach, aber z.T. etwas zeitaufwändig, aber da man alles im Voraus machen kann, ist das kein Problem. Schnell geht es mit den Möhren. Die Möhren in ca. 5 cm lange Stücke schneiden, dabei dickere Möhren halbieren oder vierteln, in Olivenöl anbraten und etwa 10 Minuten unter Wenden weitergaren, etwas mit Salz



und Zucker würzen. Man kann die reine Möhrenvorspeise auch so variieren, dass man auch Zucchini in gleichgroße Stücke schneidet und dazufügt, sodass man zwei Gemüse mit unterschiedlicher Bissfestigkeit auf dem Teller hat. Danach gibt man Kurkuma/Kreuzkümmel dazu, Orangensaft und für die Süße kleingeschnittene Dattel oder Cranberries. Ahornsirup oder Granatapfelsaft kann man ebenfalls zufügen. Alles einkochen, sodass das Gemüse schön glasig aussieht, dann mit Salz abschmecken. Vor dem Servieren noch etwas gehackte Pfefferminzblätter und Schwarzkümmel untermischen – fertig!

Noch fixer ist man mit dem Couscous-Salat durch: Den Couscous (das ist ja nur Weizengrieß in Kügelchen-Form) nach Vorschrift zubereiten und ziehen lassen. Kirschtomaten, Lauchzwiebel, ggf. schwarze Oliven in Stücke schneiden, Petersilie hacken (die Stiele können mitverwendet werden). Den lauwarmen Couscous dann mit Salz, Pfeffer, Öl und Tomatenmark oder passierten Tomaten vermischen und abschmecken. Zum Schluss dann das gestückelte Gemüse und die Petersilie zum Couscous geben. Die Vorspeise (geht auch als Beilage!) kann dann lauwarm serviert werden, schmeckt aber auch durchgezogen in der kalten Version – dann aber bitte vor dem Servieren nochmal kräftig abschmecken!

Etwas mehr Zeit benötigt man für

Zaalouk – die Auberginen werden aufgeschnitten und im Backofen gegart, anschließend wird das Innere in Stückchen geschnitten oder aus der Schale gekratzt und püriert – das ist eine Geschmacksfrage, wie „breiig“

man die Vorspeise haben möchte – ich bevorzuge es eher musig als „Aufstrich“ auf einer gerösteten Scheibe Baguette. Erhitzen Sie das Olivenöl und braten Sie den Knoblauch, den Kümmel, den Koriander und die getrockneten Chiliflocken auf mittlerer Hitze für fünf Minuten. Dabei ständig umrühren, bis der Knoblauch gold-braun ist. Reduzieren Sie die Hitze und geben Sie die Tomaten aus der Dose hinzu. Für 15 Minuten kochen, gelegentlich umrühren, bis die Masse andickt. Die gewürfelte Tomate hinzufügen, zusammen mit dem Auberginenfleisch, Zucker und einem Teelöffel Salz. Weitere zehn Minuten kochen. Von der Herdplatte nehmen, Schnittlauch und Zitronensaft hinzufügen und zum Abkühlen zur Seite stellen. Auf Zimmertemperatur servieren.

Text/Foto: AW

## Zutaten

**Zaalouk** - Zucker, Zitrone, Salz  
 3 Auberginen  
 50 ml Olivenöl  
 4 Knoblauchzehen  
 5-8 schwarze Oliven  
 1 TL Kreuzkümmel  
 1/2 TL Koriander getrocknet  
 1 TL Paprika edelsüß  
 1 TL Chiliflocken  
 1 Dose gest. Tomaten 400-500 g  
 1 Fleischtomate, würfelgeschnitten, 250 g  
 1 TL Zucker  
 10 g Schnittlauch  
 1 TL Zitronensaft  
 Salz

**Marokkanische Möhren**  
 500 g Bundmöhren  
 Saft einer Orange  
 1 kl. Stück Chilischote in Scheiben  
 ca. 1/2 TL Kurkuma  
 Salz nach Geschmack  
 2 EL Ahornsirup od. Granatapfelsaft  
 2 EL Datteln, in Streifen geschnitten oder Cranberries  
 1 kleines Stück Chilischote, in Scheiben geschnitten  
 1 Stängel Pfefferminze,  
 1 EL schwarzer Sesam  
 Olivenöl

**Couscous-Salat**  
 250 g Couscous  
 5 EL Tomatenmark od. pass. Tomaten  
 100 ml gutes Olivenöl  
 4 Lauchzwiebeln  
 250 g Cherrytomaten  
 Petersilie  
 Salz, Pfeffer

**MILON  
ZIRKEL**



## PHYSIO AKTIV AM SULTMER

**05551-90 98 018**

Heinrich-Schütz-Str. 15  
37154 Northeim

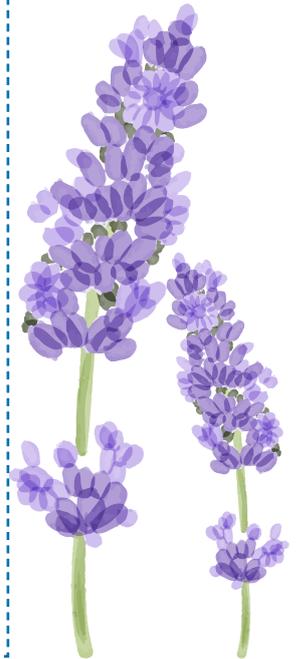
info@fitness-am-sultmer.de

www.fitness-am-sultmer.de

### Gutschein:

**2 Wochen Training**

Nutze diesen Gutschein für ein 2-wöchiges  
Probetraining in unserem Studio - Anrufen  
und Termin vereinbaren.



## SCHLOSS Imbshausen

Alle Konzerte beginnen um 16.30 Uhr, Einlass 16.00 Uhr  
Vorverkauf Buchhandlung Grimpe, Northeim, Wieterstraße  
Eintritt 15 / ermäßig 5 €, [www.kammermusikforum.de](http://www.kammermusikforum.de)

**Derzeit leider Corona bedingte  
Pause.**

## 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 und...  
(wenn Corona es zulässt)

**weitere Veranstaltungen siehe:**  
[www.sixti-northeim.de/veranstaltungen](http://www.sixti-northeim.de/veranstaltungen)

### 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](http://www.seniorenheim-auetal.de)

## Immer mit Comfort!

Comfortabel  
sitzen



Comfortabel  
ruhen



Comfortabel  
aufstehen



**Grossauswahl an superbequemen Sesseln,  
alle mit Aufstehhilfe.**

MÖBEL ■ ■ ■  
**BÄUCKE**

MÖBEL | KÜCHEN | WOHNKULTUR

37154 Northeim · Göttinger Straße/Ortsausgang  
Tel.: 05551,97350 · info@baeucke.de · www.baeucke.de

Wir sind für Sie da:  
Montag - Freitag  
9.30 - 19.00 Uhr  
Samstag  
9.30 - 18.00 Uhr

P  
Plassen Parkplatz  
zum Nulltarif.

# Eine Wanderwoche mit „Senioren heute“ im Naturpark Südheide

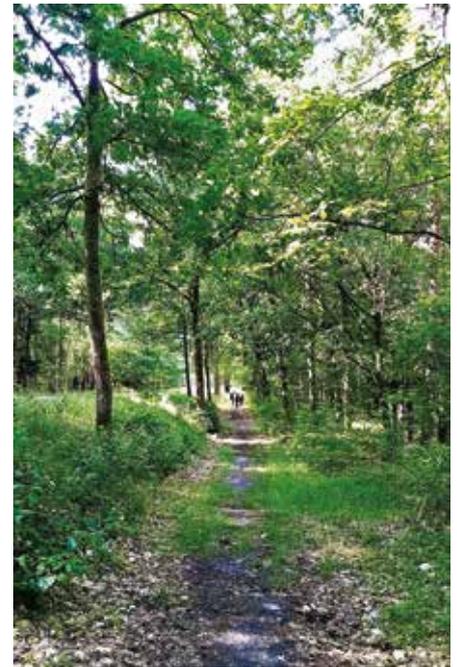
„Das Wandern ist das Müllers Lust, das Wandern ist des Müllers Lust, das Wahandern. Das muss ein schlechter Müller sein, dem niemals fiel das Wandern ein...“

Es war zwar kein einziger Müller in der Gruppe, aber Lust am Wandern hatten sie alle: zwölf fröhliche Menschen, Mitglieder des Vereins „Senioren heute“ und Gäste, die am 21. Juni unter der Leitung von Erhard Neuhaus per PKW Richtung Lüneburger Heide aufbrachen, darunter auch die Autorin dieses Artikels.

In dem Dörfchen Weesen in der Nähe von Hermannsburg bezogen wir im

Sättigung mit frischem Menschenblut, ausfielen. Versöhnt wurde die Gruppe durch das Abendessen im Hotel: Forellenfilets aus den Bächen der Umgebung und Heidschnuckengulasch, dazu etliche leckere Beilagen.

Am Tag darauf starteten drei Teilnehmer unserer Gruppe, wie auch an den folgenden Tagen, getrennt jeweils zu einer kürzeren Wanderung im näheren Umkreis des Hotels. Auf die anderen wartete an diesem Dienstag in Müden an der Oertze eine Gästeführerin, die uns mit den Autos ein Stück weit in die Heide hinein lotste zum Wanderparkplatz



bemerkenswerte Höhen in der Heide!) wurden Fotos gemacht. Mittags wurden die vom Hotel zur Verfügung gestellten Picknicks verzehrt.

Wir lernten unglaublich viel von der Gästeführerin: die letzte Eiszeit hat Sand und vor allem Milliarden von Steinen hier abgelagert; Steine ab etwa einer Größe von 40 cm nennt man Findling; Findlinge mitnehmen ist strafbar; Wacholder ist zweihäusig; die Kulturlandschaft der Heide wurde von einem Pastor, Wilhelm Bode aus Egestorf (Ehre, wem Ehre gebührt), gerettet, und von Heidschnucken wird sie erhalten; die Glockenheide blühte bereits, die Besenheide (*Calluna vulgaris*) folgt später, ab Mitte August bis Mitte September; zwischen den Heideflächen wird Roggen, Gerste und Buchweizen angebaut, auch die berühmten Heidekartoffeln; eine Arbeitsbiene trägt im Verlauf ihres sechs Wochen dauernden Lebens bis zu einem Teelöffel voll Nektar in den Bienenstock; der Saft aus den zerdrückten Blät-



Hotel „Zum Wiesengrund“ Quartier und unternahmen nach einem stärkenden Kaffee eine Erkundungstour rund ums Dorf. Hier wurden erste Begegnungen mit Mücken gemacht, die von Seiten der Mücken zur vollsten Zufriedenheit, genauer gesagt:



nach Oberohe. Zu Fuß ging es dann auf dem sogenannten Heidschnuckenweg durch die Dübelsheide und die Oberoher Heide, lauter traumhaft schöne Landschaften: Kiefernwälder, ein Wacholderwald und immer wieder der Blick auf die weitläufige Heidelandschaft, besonders auch vom Faßberg in der Schmarbecker Heide (92 m über NHN) und vom Haußelberg (117 m). Am Gipfelkreuz auf dem Faßberg (ja, es gibt auch





Geesthacht zu seinem ersten Dynamit. Wir erfuhren, dass die Schäfer einstmals die Heilpraktiker der Bevölkerung waren, da sie für die Gesundheit der Heidschnucken zuständig waren und sich auf den Wanderungen mit ihrer Herde mancherlei Wissen angeeignet hatten. Eine Heidschnuckenherde von über 1000 Tieren, die mit ihrem Schäfer, drei Hunden und einigen Ziegen vorüberzog, beeindruckte uns. Der Heidschnuckenwanderweg ist übrigens 223 km lang und führt



tag stand im Zeichen des großen Heidebrandes von 1975. Wir erfuhren von unserer Gästeführerin, dass zwei Drittel der Fläche in der der Südheide dem Feuer zum Opfer fielen, dass Feuerwehren, THW und Bundeswehr aus ganz Deutschland und zum Teil auch aus anderen Ländern zu Hilfe kamen, dass portugiesische Hubschrauber mit riesigen Säcken Löschwasser aus Teichen aufnahmen und damit Bauernhöfe und Dörfer vor dem Verbrennen schützten. Vor allem war dies die letzte Rettung, wenn sich der Wind drehte und Einsatzkräfte plötzlich von Feuer eingekreist waren. Leider gelang die Rettung von Feuerwehrleuten in einem Falle nicht. Es war die größte Waldbrandkatastrophe in Deutschland seit dem Zweiten Weltkrieg.

tern des Spitzwegerichs hilft gegen den Juckreiz durch Mückenstiche. Diese Erkenntnis sollte sich an diesem und an den kommenden Tagen immer wieder als enorm wichtig erweisen.

Wir entdeckten Spuren auf einem sandigen Weg, die nach Wolfsspuren aussahen; lernten, dass hier Kieselgur gefördert wurde, entstanden aus den Schalen der Kieselalge. Dieser Kieselgur verhalf Alfred Nobel in

durch den Naturpark Lüneburger Heide sowie durch den Naturpark Südheide von Hamburg bis nach Celle.

Als wir am Spätnachmittag die Autos erreichten, hatten wir 19 km zu Fuß zurückgelegt, eine stramme Leistung für manche aus der Gruppe. Im Hotel wurden wir zur Belohnung mit Spargel und Schnitzel sowie weiteren Köstlichkeiten verwöhnt.

Die Wanderung am zweiten Wander-



Wir wanderten über eine alte Heerstraße vorbei an großen Pferdehöfen. Auch über die Natur lernten wir wieder viel: Ameisenlöwen bohren Löcher in den Sand, legen dort ihre Larven ab, und die warten dann auf Ameisen, die sich in den Löchern umschauen wollen und zur Strafe für ihre Neugier gefressen werden. Wir sahen glänzende Mistkäfer, große Ameisenhügel, schillernde Libellen, hohen Farn, so hoch, dass Kinder sich darunter verstecken könnten, und wir erklimmen den Zitronenberg. Der heißt nicht etwa so, weil da

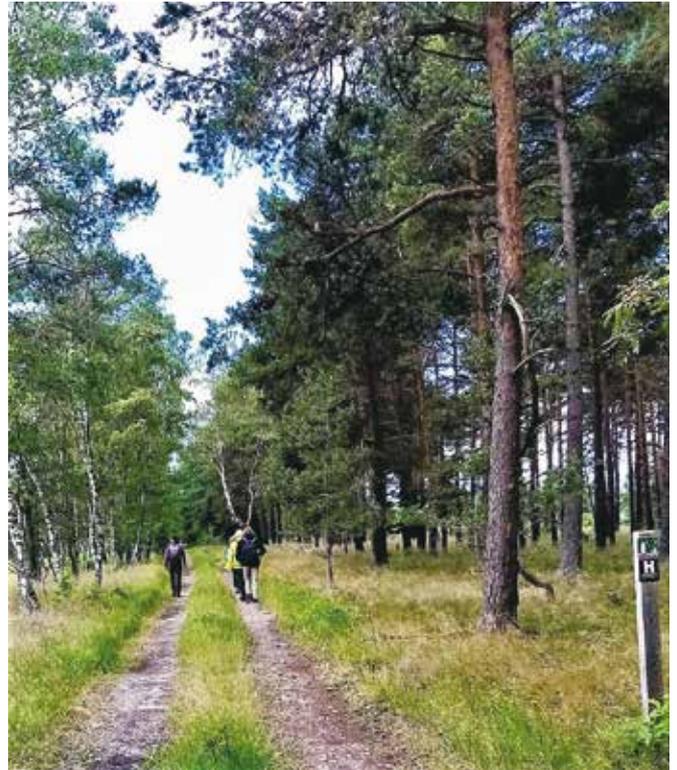


Zitronen wachsen, sondern weil einstmals eine Familie von einem Kreuzzug aus dem Heiligen Land zurückkehrte und Zitronen mitbrachte. Fazit am Ende der Wanderung: 17 km. Für die meisten von uns voll und ganz ausreichend, bis auf eine junge Mitwanderin, die sich unterfordert fühlte, aber dennoch alle mit ihrer Fröhlichkeit ansteckte. Zum Abendessen gab es Heidschnuckenbraten mit Rotkohl und grünen Bohnen, was die meisten aus der Gruppe dazu verleitete, mehr als einmal zum Büffet zu gehen.



Thema des dritten Wandertages war das Salz. Die Tour begann in einem Ort namens Sülze. Nicht das in Aspik verpackte Fleisch hat dem Dorf seinen Namen gegeben, sondern das dort gefundene und geförderte Salz. Hier befanden sich seit dem Mittelalter bis ins 19. Jahrhundert Salinen mit Pumpen zur Förderung der Sole, mit riesigen Gradierwerken, sowie zwei großen Siedepfannen von vier mal

vier Metern Durchmesser. Für das Beheizen der Pfannen wurde in der Umgebung Torf gestochen, der in extra angelegten Gräben auf Kähnen in den Ort transportiert wurde. Wir besichtigten das Solemuseum, das auf höchst anschauliche Weise die Salzgewinnung zeigt und standen schließlich, nach langer Wanderung, an dem letzten sichtbaren Rest eines solchen Grabens. Wir sahen Mischwälder, wunderschöne Seerosenteiche und große Dachsbauten. Am Ende der Tour, die diesmal 15 km umfasste, saßen wir gemütlich im Dorfcafé von Sülze bei Kaffee und Kuchen bzw. Bier und Wasser.



Schmorbraten und Rotbarschfilet nebst köstlichen Beilagen erfreuten uns am abendlichen Büffet. Eine Dankesrede galt dem Organisator dieser Wanderreise: Erhard Neuhaus, der sie vorbereitet hatte, das Hotel und die hervorragenden Gästeführerinnen gebucht und die finanzielle Planung übernommen hatte. Wofür wir auch dankbar waren: Es hatte an allen Tagen ideales Wanderwetter geherrscht – kein Regen, Temperaturen bis maximal 24 Grad, und immer wieder hatte die Sonne zwischen den Wolken hindurchgelugt.

Am Tag darauf war Abschied von der Heide und Heimkehr angesagt. Wir waren zu einer fröhlichen Gruppe zusammengewachsen und trennten uns nun schweren Herzens voneinander, in der Hoffnung, uns irgendwann bei einer weiteren Wanderung wiederzusehen.

*Text: Dorothea Speyer-Heise*

*Fotos: E. Neuhaus*

Die Erlebnisse der Heide-Wandergruppe inspirierte Dieter Eichenberger, Mitglied von „Senioren heute“, zu folgendem Gedicht:

*Die Heidschnucke, das Heideschaf  
macht geme einen Mittagsschlaf.  
Legt sie dabei den Kopf ins Gras,  
kommt der Wolf und knabbert dran  
– doch nur zum Spaß.*

## Von den heimlichen Rosen: Gedicht von Christian Morgenstern

Oh, wer um alle Rosen wüsste,  
die rings in stillen Gärten stehn –  
oh, wer um alle wüsste,  
müsste wie im Rausch durchs Leben gehn.

Du brichst hinein mit rauhen Sinnen,  
als wie ein Wind in einen Wald –  
und wie ein Duft wehst du von hinnen,  
dir selbst verwandelte Gestalt.

Oh, wer um alle Rosen wüsste,  
die rings in stillen Gärten stehn –  
oh, wer um alle wüsste, müsste  
wie im Rausch durchs Leben gehn.





**DER PARITÄTISCHE**  
NORTHEIM



*Der Menüservice*

*zuverlässig und lecker seit 40 Jahren*

- vielseitiges Menüangebot
- flexible Bestellmöglichkeit
- Lieferung frei Haus
- keine Vertragsbindung
- kostenloses Probemenü

*Wir bringen es . . . nach Ihren Wünschen*

Essen auf Rädern

**05551 - 90 84 880**  
[www.northeim.paritaetischer.de](http://www.northeim.paritaetischer.de)

### ASB-Sozialzentrum Northeim

### Wir unterstützen Sie im Alltag.



ASB/T. Ehling

**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.



Arbeiter-Samariter-Bund

[www.asb-northeim-osterode.org](http://www.asb-northeim-osterode.org)

Die Häuser mit der familiären Atmosphäre.



## Senioren - und Pflegeheim Weighardt

**Wir bieten Ihnen:**

- ▶ Vollstationäre Pflege
- ▶ Kurzzeitpflege
- ▶ Betreutes Wohnen
- ▶ Komfortable Einzel- und Doppelzimmer.
- ▶ Gepflegte Außenanlage zur Erholung und Entspannung.
- ▶ Abwechslungsreiche Beschäftigung in allen Wohnbereichen unserer Häuser.

**Verwaltung:** Dieselstraße 3 · 37154 Northeim  
Tel. 0 55 51 / 90 80 90 · Fax 0 55 51 / 9 08 09 26  
E-Mail: [info@seniorenheim-weighardt.de](mailto:info@seniorenheim-weighardt.de)  
[www.seniorenheim-weighardt.de](http://www.seniorenheim-weighardt.de)





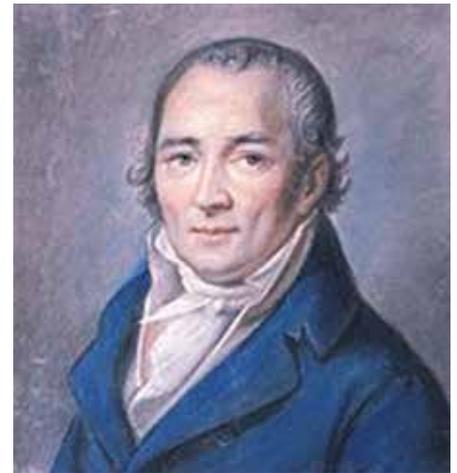


# Johann Peter Hebel Der kluge Richter

Dass nicht alles so uneben sei, was im Morgenlande geschieht, das haben wir schon einmal gehört. Auch folgende Begebenheit soll sich da selbst zugetragen haben.

Ein reicher Mann hatte eine beträchtliche Geldsumme, welche in ein Tuch eingenäht war, aus Unvorsichtigkeit verloren. Er machte daher seinen Verlust bekannt und bot, wie man zu tun pflegt, dem ehrlichen Finder eine Belohnung, und zwar von hundert Talern an. Da kam bald ein guter und ehrlicher Mann dahergegangen. „Dein Geld habe ich gefunden. Dies wird's wohl sein! So nimm dein Eigentum zurück!“ So sprach er mit dem heitern Blick eines ehrlichen Mannes und eines guten Gewissens, und das war schön. Der andere machte auch ein fröhliches Gesicht, aber nur, weil er sein verloren geschätztes Geld wieder hatte. Denn wie es um seine Ehrlichkeit aussah, das wird sich bald zeigen. Er zählte das Geld und dachte unterdessen geschwinde nach, wie er den treuen Finder um seine versprochene Belohnung bringen könnte. „Guter Freund“, sprach er hierauf, „es waren eigentlich 800 Taler in dem Tuch eingenäht. Ich finde aber nur noch 700 Taler. Ihr werdet also wohl eine Naht aufgetrennt und Eure 100 Taler Belohnung schon herausgenommen haben. Da habt Ihr wohl daran getan. Ich danke Euch.“ Das war nicht schön. Aber wir sind auch noch nicht am Ende. Ehrlich währt am längsten, und Unrecht schlägt seinen eigenen Herrn. Der ehrliche Finder, dem es weniger um die 100 Taler als um seine unbescholtene Rechtschaffenheit zu tun war, versicherte, dass er das Päcklein so gefunden habe, wie er es bringe, und es so bringe, wie er's gefunden habe. Am Ende kamen sie vor den Richter. Beide bestanden auch hier noch auf ihrer Behauptung, der eine, dass 800 Taler seien eingenäht gewesen, der andere, dass er von dem Gefundenen nichts genommen und das Päcklein nicht versehrt habe. Da war guter Rat teuer. Aber der kluge Richter, der die Ehrlichkeit des einen und die schlechte Gesinnung des andern im Voraus zu kennen schien, griff die Sache so an: er

ließ sich von beiden über das, was sie aussagten, eine feste und feierliche Versicherung geben und tat hierauf folgenden Ausspruch: „Demnach, und wenn der eine von euch 800 Taler verloren, der andere aber nur ein Päcklein mit 700 Talern gefunden hat, so kann auch das Geld des letztern nicht das nämliche sein, auf welches der erstere ein Recht hat. Du, ehrlicher Freund, nimmst also das Geld, welches du gefunden hast, wieder zurück und behältst es in guter Verwahrung, bis der kommt, welcher nur 700 Taler verloren hat. Und dir da weiß ich keinen andern



Johann Peter Hebel (1760–1826)

Foto: Wikipedia

Rat, als du geduldest dich, bis derjenige sich meldet, der deine 800 Taler findet.“ So sprach der Richter, und dabei blieb es.

## Salomos Erben

Der kluge Richter – den wünscht sich jeder, der einmal vor den Schranken des Gerichts steht. Und der Wunsch zeigt, dass es auch umgekehrt sein kann – und dass es zuweilen doch einen Unterschied macht, wenn die Frage gestellt wird, ob Recht oder Gerechtigkeit gesiegt haben ...

Das Problem ist wohl bekannt, seitdem es Streit und Streitschlichter unter den Menschen gibt – das Alte Testament erzählt die wohl bekannteste Geschichte von König Salomo und seinem inzwischen sprichwörtlichen „salomonischen Urteil“, der Aufdeckung von Lüge und Wahrheit: Zwei Frauen aus einem Haus bekommen beide ein Kind, aber eines stirbt nach der Geburt und die betroffene Mutter tauscht ihr totes Kind gegen das der anderen Frau aus. Vor Gericht behaupten beide, dass das überlebende Kind ihr Kind sei, sodass Salomo entscheidet, dass das Kind mit dem Schwert in der Mitte geteilt wird und jede Frau ein halbes Kind bekommt. Eine Frau akzeptiert das Urteil, die andere verzichtet angesichts des Urteils auf ihre Kindschäfte – und gibt sich damit als die wahre Kindsmutter zu erkennen, im Verzicht offenbart sich die Wahrheit und die Gerechtigkeit. Ein Urteil, das ohne Vollzug schon Lüge und Wahrheit trennt und eine „bessere“ Welt hinterlässt.

Hebel hat dann im 19. Jahrhundert diese „zivilen“ Kalendergeschichte aufgeschrieben, die Lüge und Wahrheit bebildert und dazu auch das Bild des betrogenen Betrügers mit ins Spiel bringt.

Im letzten Jahrhundert hat Bert Brecht ebenfalls den klugen Richter in zwei Varianten auf Bühne und Buchseiten gebracht mit dem Kaukasischen und dem Augsburger Kreidekreis, in dem er die salomonischen Verhältnisse allerdings umkehrt: die jeweils „schlechte“ Mutter überlässt ihr Neugeborenes einer Magd, die es liebevoll aufzieht. Als es um eine Erbschaft geht, verlangt sie nach Jahren ihr Kind zurück.

Auch hier will der Richter nicht aufgrund der Aussagen entscheiden, sondern stellt das Kind in einen Kreidekreis mit der Aufforderung, dass beide „Mütter“ das Kind an den Armen zu sich ziehen sollte, der „wahren“ Mutter würden sicher Riesenkräfte wachsen, um das Zerren zu entscheiden. Natürlich lässt die Magd das Kind los, um es nicht zu verletzen oder zu zerreißen. Und der kluge Richter entscheidet für die Magd, weil sie sich als die wahrhaft Liebende erwiesen habe. Geburtsrecht und Kindesliebe fallen hier auseinander und der kluge Richter entscheidet sich für Gerechtigkeit und nicht das blanke Abstammungsrecht – aber wie wäre das Urteil ausgefallen, wenn die leibliche Mutter in dieser Geschichte eine bescheidene, immer noch trauernde Frau gewesen wäre?

In Brechts Konstruktion schwingt auch die gerechte Bestrafung der leiblichen Mutter mit, aber in der Alternative wird es erst recht schwierig zu entscheiden ... aber dann wären wir ja beim „Teufelskreis“ – und das ist eine andere Geschichte!

# Bauern bei der Bundeswehr

## Der erste Brief an die Eltern

Liebe Mutter, lieber Vater,

mir geht es gut, ich hoffe, euch, Klaus, Karl, Willi, Peter und Annemarie auch. Sagt Karl und Willi, dass beim Bund sein jede Landarbeit um Längen schlägt. Sie sollen sich schnell verpflichten, bevor alle Plätze voll sind.

Zuerst war ich sehr unruhig, weil man bis fast um 6 Uhr im Bett bleiben muss, aber nun gefällt mir das mit dem Ausschlafen. Sagt Karl und Willi, man muss nur sein Bett richten und ein paar Sachen vor dem Frühstück polieren. Keine Tiere füttern, kein Feuer machen, kein Holz hacken, keinen Stall sauber machen ... praktisch gar nichts. Die Männer müssen sich rasieren, aber das ist nicht so schlimm, es gibt nämlich warmes Wasser.

Das Frühstück ist ein bisschen komisch, mit jeder Menge Saft, Getreide, Eier aber dafür fehlen Kartoffeln, Schinken, Steaks und das andere normale Zeug völlig. Aber sagt Karl und Willi, man kann immer neben irgendwelchen Städtern sitzen, die nur Kaffee trinken und das Essen von denen zusammen mit Deinem hält bis zum Mittag, wo es dann wieder was zu essen gibt.

Es wundert mich nicht, dass die Jungs aus der Stadt nicht weit laufen können. Wir gehen viel auf „Überlandmärsche“, von denen der Hauptfeldwebel sagt, dass langes Laufen gut ist für die Abhärtung. Na ja, wenn er das glaubt, als Rekrut kann ich nichts dagegen sagen.



Überlandmarsch (Nijmegen Delegation der Bundeswehr 2004)

Ein „Überlandmarsch“ ist ungefähr so weit wie bei uns bis zum Postamt, aber wenn wir da sind, haben die Städter wundere Füße und Blasen und wir fahren alle mit dem LKW zurück.

Die Landschaft ist schön, aber ganz flach. Der Hauptfeldwebel ist wie unser Lehrer. Er nörgelt immer. Der Hauptmann ist wie der Bürgermeister. Majore und Oberste fahren viel in Autos und gucken komisch, aber sie lassen einen völlig in Ruhe.

Das wird Karl und Willi umbringen vor Lachen:

Ich kriege Auszeichnungen fürs Schießen, weiß aber nicht warum. Das „Schwarze“ ist viel größer als ein Rattenkopf und bewegt sich nicht mal und es schießt auch nicht zurück, wie die Laubrunner Brüder mit dem Luftgewehr.

Alles, was du machen musst ist, dich bequem hinlegen und treffen. Man

musst noch nicht mal seine eigenen Patronen machen. Die haben sie schon fertig in Kisten.

Dann gibt's noch die „Nacktkampfanbildung“. Du kannst mit den Städtern ringen. Aber du musst sehr vorsichtig sein, die gehen leicht kaputt. Ist viel leichter, als den Stier zu bändigen. Ich bin am besten darin, außer gegen den Voller Sepp. Der hat am gleichen Tag angefangen wie ich. Ich hab aber nur einmal gegen ihn gewonnen. Das wird wohl daran liegen, dass ich nur 1,65 Meter groß und 60 Kilo schwer bin. Er hingegen ist 2 Meter groß und wiegt 120 Kilo. Das ist halt schwierig.

Vergesst nicht, Karl und Willi Bescheid zu sagen, sie sollen sich verpflichten, bevor andere mitkriegen, wie das hier läuft und uns die Bude eintrennen.

Alles Liebe und Gute

Eure Tochter Maria

## Goldschätzchen aus der Plattentruhe –

# Highlights des 20. Jahrhunderts

## Ray Charles live at Newport 5.6.1958 Atlantic (Warner) Records

Ein Livekonzert kann eine Offenbarung sein, wie z.B. viele Auftritte beim Woodstock-Festival 1969 (Jimi Hendrix, Santana), es kann aber auch richtig danebengehen. Das hängt dann von vielen Faktoren, wie der souveränen Professionalität der Musiker oder auch der Stimmung, dem Ambiente, der Begeisterungsfähigkeit der Zuschauer ab. Beim Jazzfestival in Newport hatte Duke Ellington 1956 einen legendären Auftritt, der seiner damals lahmen Karriere einen enormen Schub verpasste. Im Gegensatz dazu ist das Charles-Konzert leider nicht im Bild erhalten, was bei dem preisgekrönten Festival-Film „Jazz on a Summer's Day“ sehr verwundert, enthält er doch lange Passagen des völlig verunglückten Auftritts von Chuck Berry vom selben Abend. Noch seltsamer: in seiner Autobiographie „What I Say“ erwähnt ihn Charles selber kaum.

„Der junge Ray Charles – und zwar sowas von live“ schreibt ein Kritiker, und man muss hinzufügen, noch deutlich besser als im bekannteren Mitschnitt aus Newport zwei Jahre später. 1958 ist Ch. in der Hochphase sein Atlantic-Zeit, bewegt sich noch frei von den Zwängen einer Major Company und steht mit einer handverlesenen Combobesetzung mit hochkarätigen Solisten auf der Bühne, die, ebenso wie der Maestro, vor Spielfreude schier platzen und vom Publikum buchstäblich auf Händen getragen werden.

Das Programm ist ausgesprochen vielfältig, mit einigen reinen Instrumentalnummern, wie dem fast satirisch wirkenden Remake des Schlagers „In a little Spanish Town“ über lupenreinen Basie-Swing („Sherry“) bis zu mitreißend gespielterem und

niemals verkopft erscheinendem Modern („Hot Rod“) und Hard Bop Jazz („Blues Waltz“ im  $\frac{3}{4}$  Takt). Neben Charles selbst als Solist an Altsaxophon und Klavier überzeugen hier besonders die Saxophonisten David „Fathead“ Newman und Bennie „Hank“ Crawford.

Während es bei einem Jazzpublikum nicht ungewöhnlich ist, dass es Können und Engagement von Solisten mit Begeisterung würdigt, zeigt es seine Aufgeschlossenheit auch bei der enthusiastischen Aufnahme des eigentlich zu erwartenden Stammpertuaires von Charles, wie den gesungenen Soulnummern „The Right Time“ oder „A Fool for You“. „I Got a Woman“ macht noch einmal deutlich, warum Charles zu dieser Zeit auch in der schwarzen Community nicht unumstritten war mit seiner Vermischung von „The devil's words with God's music“, i.e. weltlicher Texte mit starken Elementen der Gospelmusik: in der langsamen moll-Einleitung klingt es überdeutlich nach dem alten Spiritual „Sometimes I feel like a motherless Child“, bis dann soulig mordsmäßig die Post abgeht und auch Newport auf den Stühlen steht. Großen Anteil ha-

ben dabei auch die fabelhaften Raretts, die Girlgroup, die wesentlich mehr als reine Begleitung abliefern.

Für Charles selbst kündigt sich hier überdeutlich das Überschreiten („Crossover“) der engen Grenzen des R&B zum großem, auch weißen Publikum an, zwei Jahre später war er dann bei ABC Records und nahm seine, kommerziell sehr erfolgreiche, Aneignung der Countrymusic auf, mit seinem Megahit „I can't stop loving you“. Interessanterweise nahm



ihm das keiner übel, im Gegenteil: Selbst für viele Musiker blieb er „The Genius“ (Titel eines anderen Atlantic-Albums aus der gleichen Zeit).

Für mich ist der entfesselte Lavaström aus Gospel, Blues und Jazz von „Ray Charles at Newport“ mit Abstand der Höhepunkt eines mit vielen Gipfeln ausgestatteten Wirkens des blinden Sängers, Pianisten, Altsaxophonisten, Komponisten und Arrangeurs Charles, der nie maßstabgebender war als hier.

*Text/Foto: Dieter Hennies*

Literatur: Ray Charles: What I Say, 1978, Erw. Ausgabe Da Capo Press o.O. 1992

Dt. Hannibal Verlag Wien 1994  
Film: Ray, USA 2004, Regie Taylor Hackford, in der Hauptrolle Jamie Foxx (Oscar 2005 Bester Hauptdarsteller), 152 Minuten mit relativ langen Musikpassagen. DVD oder Blu-Ray ca. 7,- Euro.

Theodor Storm  
(1817-1888)



## Abseits

Es ist so still; die Heide liegt  
Im warmen Mittagssonnenstrahle,  
Ein rosenroter Schimmer fliegt  
Um ihre alten Gräbermale;  
Die Kräuter blühen; der Heideduft  
Steigt in die blaue Sommerluft.

Laufkäfer hasten durchs Gesträuch  
In ihren goldenen Panzerröckchen,  
Die Bienen hängen Zweig um Zweig  
Sich an der Edelheide Glöckchen,  
Die Vögel schwirren aus dem Kraut –  
Die Luft ist voller Lerchenlaut.

Ein halbverfallen niedrig Haus  
Steht einsam hier und sonnbeschienen;  
Der Kätner lehnt zur Tür hinaus,  
Behaglich blinzelnd nach den Bienen;  
Sein Junge auf dem Stein davor  
Schnitzt Pfeifen sich aus Kälberrohr.

Kaum zittert durch die Mittagsruh  
Ein Schlag der Dorfuh, der entfernten;  
Dem Alten fällt die Wimper zu,  
Er träumt von seinen Honigernten.  
– Kein Klang der aufgeregten Zeit  
Drang noch in diese Einsamkeit.

## Verklärter Herbst

Gewaltig endet so das Jahr  
Mit goldnem Wein und Frucht der Gärten.  
Rund schweigen Wälder wunderbar  
Und sind des Einsamen Gefährten.

Da sagt der Landmann: Es ist gut.  
Ihr Abendglocken lang und leise  
Gebt noch zum Ende frohen Mut.  
Ein Vogelzug grüßt auf der Reise.

Es ist der Liebe milde Zeit.  
Im Kahn den blauen Fluß hinunter –  
Wie schön sich Bild an Bildchen reiht –  
Das geht in Ruh und Schweigen unter.



Georg Trakl (1887-1914)

## Ephemeris (Eintagsfliegen)

Ich seh' die kleinen Eulchen schweben,  
Die man Ephemeris sonst heisst;  
Die einen eintz'gen Tag nur leben.  
Bey dem Geschöpfe denckt mein Geist:

Wie flüchtig ist doch eure Zeit!  
Bey ihr scheint unsre fast ein Theil der Ewigkeit:  
Was Stunden bey uns sind, sind euch ja kaum Secunden:  
Was unsre Jahre sind, sind eure Viertel-Stunden.

Da aber dieses Thier, indem es munter flieget,  
Dem Ansehn nach, vergnügt ist und sich freut;  
So hat es, ungeacht't der kurtzen Lebens-Zeit,  
Sich länger auf der Welt, als mancher Mensch, vergnüget.



Barthold Heinrich Brockes  
(1680-1747)  
Bild von Domenicus van der  
Smissen (wikimedia)

## Blätter

Die Blätter fallen,  
fallen wie von weit,  
als welken in den Himmeln ferne Gärten;  
sie fallen mit verneinender Gebärde.  
Und in den Nächten fällt die schwere Erde  
aus allen Sternen in die Einsamkeit.

Wir alle fallen. Diese Hand da fällt.  
Und sieh dir andre an: es ist in allen.  
Und doch ist Einer, welcher dieses Fallen  
unendlich sanft in seinen Händen hält.

(Rainer Maria Rilke, 1875 - 1926)



## Ich bin zu Hause zwischen Tag und Traum

Ich bin zu Hause zwischen Tag und Traum.  
Dort wo die Kinder schläfern, heiß vom Hetzen,  
dort wo die Alten sich zu Abend setzen,  
und Herde glühen und hellen ihren Raum.

Ich bin zu Hause zwischen Tag und Traum.  
Dort wo die Abendglocken klar verlangen  
und Mädchen, vom Verhallenden befangen,  
sich müde stützen auf den Brunnensaum.

Und eine Linde ist mein Lieblingsbaum;  
und alle Sommer, welche in ihr schweigen,  
rühren sich wieder in den tausend Zweigen  
und wachen wieder zwischen Tag und Traum.

Rainer Maria Rilke (1875-1926)

# MEDECKE

SANITÄR · HEIZUNG · KLIMA

*Bäderstudio*

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



## Elektro Köhler GmbH

- ✓ Kundendienst
- ✓ Lagerverkauf
- ✓ Notrufanlagen
- ✓ Wartung von Dorma Türen
- ✓ Montage von EDV-Netzwerken
- ✓ Solarstromanlagen



Damaschkestr. 6 a  
37154 Northeim  
Fax 6 21 44

info@elektro-koehler.info



Telefon 0 55 51 /  
**33 33**

# BOSSE

Dach + Wand GmbH

Fachbetrieb  
für Dächer,  
Fassaden und  
Abdichtungen

## Dachdeckermeister Thomas Bosse

Rethobergstraße 9 · 37154 Northeim-Denkenshausen  
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

## Dipl.-Hdl. Petra Rohrig

Friedrich-Ebert-Wall 41, 37154 Northeim

E-Mail: [info@pr-servline.de](mailto:info@pr-servline.de)

[www.pr-servline.de](http://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

# Funk-Taxi-Zentrale

Andreas Schmidtke · Northeim

Tel. 05551/ **1212** und **1313**



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



Benediktuspark

Am Stift

Stiftsplatz 2a  
37176 Nörten-Hardenberg  
Tel.: 0 55 03 / 80 85 - 0

Bei uns finden Sie ein liebevolles Zuhause mit individueller Betreuung.

- Stationäre Langzeitpflege
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Pflege für Menschen mit Demenz
- Hauseigene Küche mit täglich frischen Mahlzeiten
- Einzel- und Doppelzimmer mit Bad
- Gartenanlage

Als Ihr Ansprechpartner beraten wir Sie gerne in einem persönlichen Gespräch.  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

[www.benediktuspark-am-stift.de](http://www.benediktuspark-am-stift.de)



## Hans Kühne KG

Bei uns sind  
Sie in guten Händen

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

☎ **0 55 51 / 97 62 22** Fax 0 55 51 / 97 62 21

[kuehne-kg@t-online.de](mailto:kuehne-kg@t-online.de) · [www.hans-kuehne-kg.de](http://www.hans-kuehne-kg.de)  
37154 Northeim · Lange Lage 18

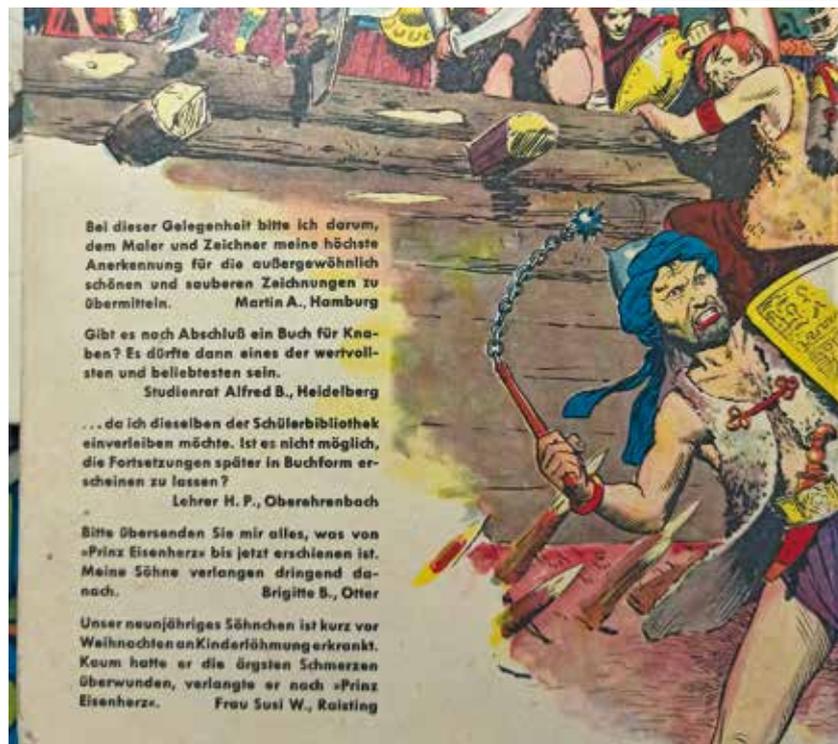
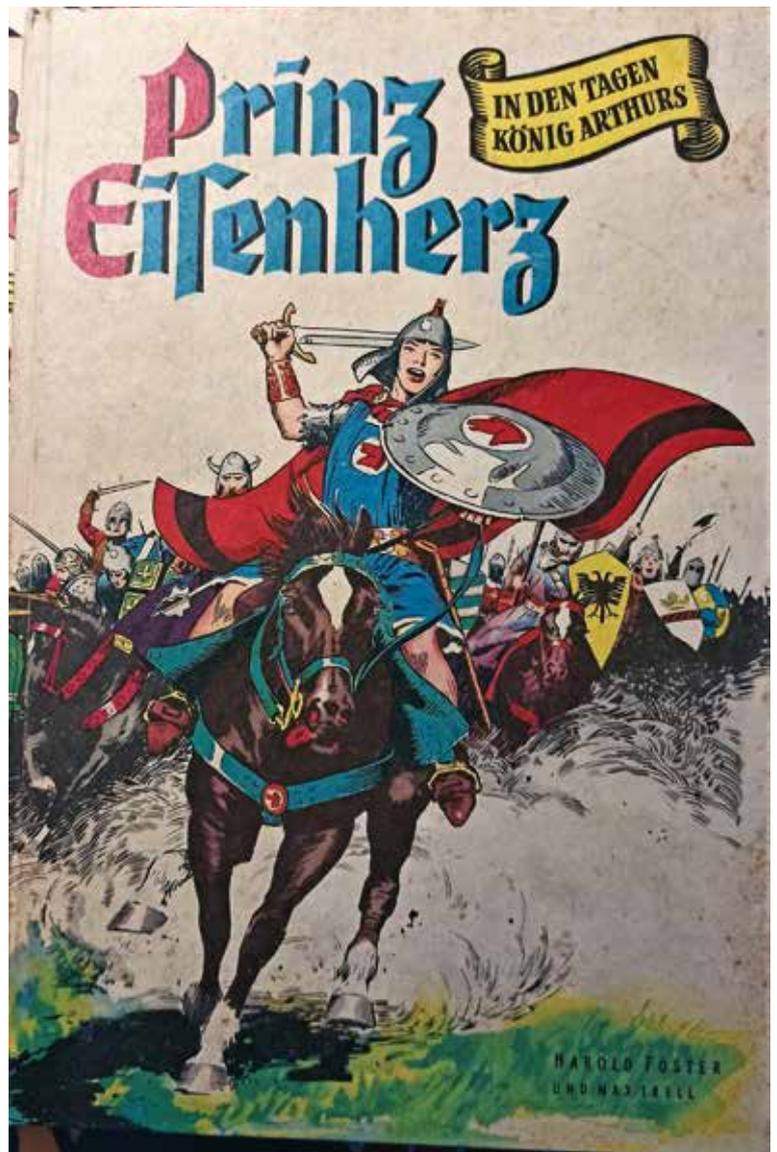
Wir lieben Farbe  
**HEIMERT**elements  
Gestaltung und Druck

Beverstraße 1a | 37574 Einbeck  
Tel. 0 55 61 / 93 36 - 0 | [info@printstrong.de](mailto:info@printstrong.de)

# Sprechblasen verpönt

Seit mehr als 130 Jahren gibt es nun Bildergeschichten, die heute meist als Comic bezeichnet werden – 1890 wird heute oft als Geburtsjahr bezeichnet, als in den USA die erste Ausgabe des „Comic Cut“ erschien. Die kleine Zeitung hatte nur 8 Seiten und enthielt deutlich mehr Text als es heute üblich wäre, war aber sofort ein Erfolg und hatte nach 4 Wochen bereits eine Auflage von 300.000 Exemplaren. Sieben Jahre später erschien dann mit „Yellow Kid“ das erste Mal eine Sonntagsbeilage mit Comics – bei der New York Times!

In den 10 Jahren zwischen 1928-1938 setzte dann der Zeichentrick- und Comic-Boom ein. Die bekanntesten Figuren, die wir auch heute noch kennen, hatten in dieser Zeit ihre Geburtsstunde: Popeye, Micky Maus, Donald Duck, Tim und Struppi, Tarzan, Superman, Batman – und natürlich Prinz Eisenherz. Der setzte sich von den übrigen Serienhelden vor allem davon ab, dass komplett auf Sprechblasen verzichtet wurde. Und die Serie wurde über 40 Jahre allein von einem Mann gestaltet: Hal Foster. Jede Woche erschien nur eine Seite als Sonntagsbeilage – 1937 startete die Serie im New York Journal, bald war sie schon in acht Tageszeitungen vertreten. Und hielt sich: 1980 war sie in 325 verschiedenen Zeitungen zu finden.



Dass jede Woche nur eine Seite erschien, wirkte sich v.a. auf die gestalterische Qualität aus – sorgfältig und sehr realistisch gezeichnet (in der Regel wurden die Einzelbilder im DIN-A4-Format entworfen, bevor sie auf die Zeitungsseite verkleinert wurden), detailreich und sehr gut koloriert – und mit einer gut konstruierten Handlung, die im 5. Jahrhundert nach Christus spielte. Eisenherz, ein Prinz aus Thule, bewährt sich am Hofe von König Artus und wird zum Ritter der Tafelrunde, wonach er Abenteuer in allen Winkeln der Erde erlebt – und das auch noch heute, fast 85 Jahre nach der ersten Folge.

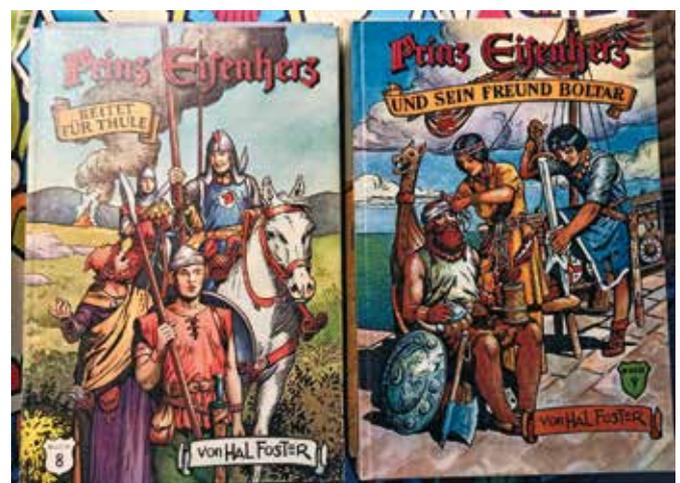
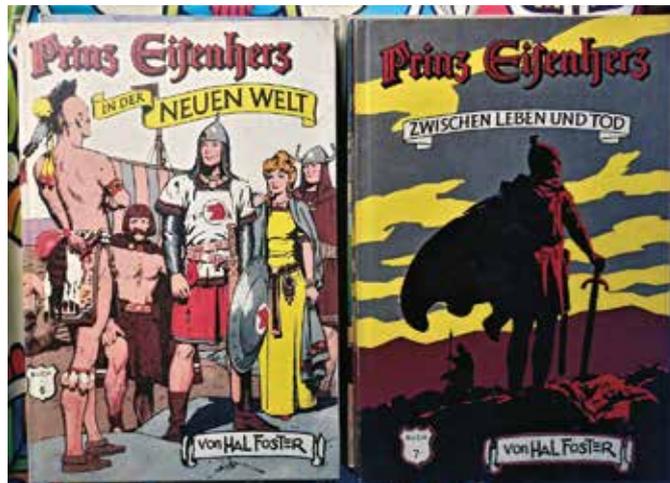
Mit den geschichtlichen Fakten darf man es allerdings nicht ganz so ernst nehmen – natürlich entdeckt auch Eisenherz 1000 Jahre vor Kolumbus die Neue Welt – seinen Erzfeind besiegt er in einem Kampf auf Leben und Tod an den Niagara-Fällen! Aber wir wissen ja, dass auch er nicht der erste Entdecker Amerikas gewesen sein kann – 500 Jahre vorher waren schließlich

Auf der Buch-Rückseite lobende Stimmen – oft von Pädagogen! Man wollte sich bewusst gegen die „Schundgeschichten“ abheben!

# Prinz Eisenherz trifft Sigurd



Titelbilder der Bücher 2-11

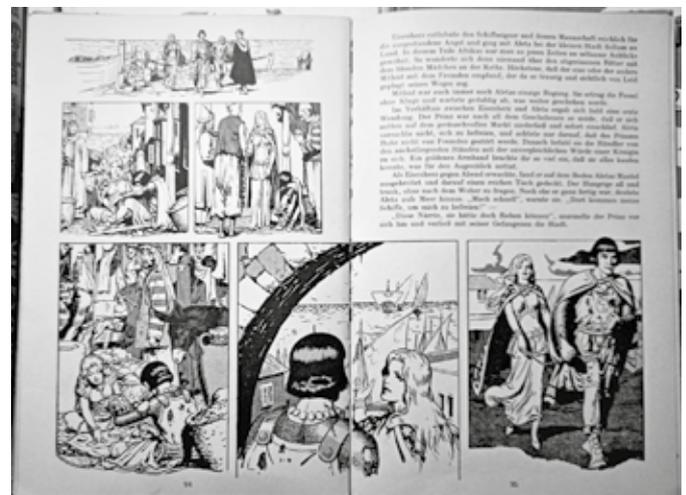
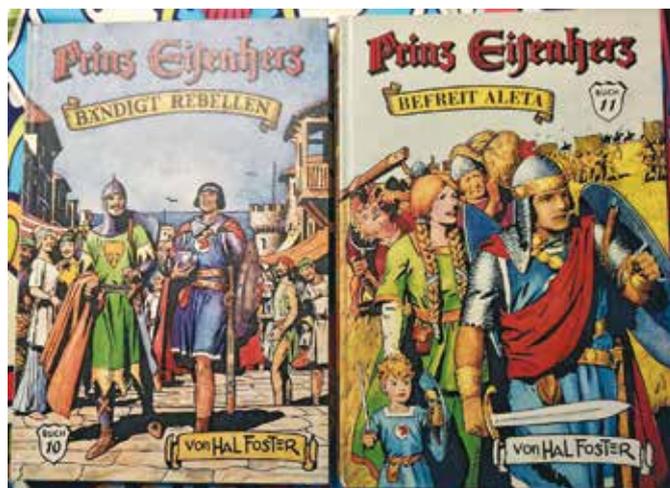


Asterix und Obelix schon in Amerika zu Besuch gewesen!  
 Im Nachkriegsdeutschland wurde Prinz Eisenherz ebenfalls als Zeitungsbeilage ab 1950 gedruckt. In der „Illustrierte Woche“, die später als „Welt am Sonnabend“ firmierte. Daneben wurden die Geschichten ab 1951 als Sammelbände herausgegeben – im Format ähnlich der Asterix-Bände heute, was in den 50er-Jahren völlig unüblich war. Jeder Band hatte 52 Seiten – das waren

alle Sonntags-Seiten eines Jahres. Und schließlich gesellte sich 1953 eine Buchausgabe dazu, die eine erweiterte Textfassung der Comic-Seiten enthielt und durch Schwarz-Weiß-Bilder aus den Farbseiten aufgelockert wurde. Diese Bücher wurden massenweise verkauft, aber nur wenige haben unbeschadet überlebt – in der Regel löste sich der Buchrücken nach mehrmaligem Lesen auf.

Die Bücher sind heute als echte Raritäten anzusehen – in guter Erhaltung werden sie zwischen 50-100 Euro pro Buch gehandelt, aber bei den meisten Exemplaren fehlt einfach der Buchrücken! Haben Sie auch noch ein paar Exemplare im Keller oder Dachboden versteckt? Schauen Sie nach, es könnte sich lohnen!

Text/Fotos: AW



Ein Blick ins Innere der Bücher: Erzähltext mit den Originalszenen bebildert – allerdings anders als der Titel suggeriert immer nur in Schwarz-Weiss.

**HOTEL  
SCHERE**



MODERNE  
GASTLICHKEIT  
TRIFFT TRADITION

ESSEN • TRINKEN • FEIERN • TAGEN

Breite Straße 24 • 37154 Northeim  
Tel.: +49 (0) 5551 969 0 • www.hotel-schere.de



Mehr Raum für einen  
**schönen Lebensabend**

Erleben Sie mit uns ein vielfältiges  
Angebot an Aktivitäten.

Körper, Geist und Seele halten wir mit Musik,  
Bewegung, Kochen & Backen und  
vielen weiteren Angeboten frisch.

Musiktherapie • Tabletgruppe • Gottesdienste • Feste  
Stammtische • Kunstausstellungen u. v. m.

Alten- und Pflegeheim der Inneren Mission • Wallstraße 50 • 37154 Northeim  
Telefon: 05551 963-3 • www.innere-mission-northeim.de

Tagespflege Vital im Alter • Wallstraße 41 • 37154 Northeim • Telefon: 05551 4092374

Alten- und Pflegeheim der  
**Inneren Mission Northeim gGmbH**



*Eis-Café  
Agnoli*

Vittorino und Loretta Velo

Breite Straße 63  
Northeim



**OBRIKAT** PÄD-AKUSTIK  
AUDIO THERAPIE  
HÖRGERÄTEAKUSTIK TINNITUS-BERATUNG

37154 Northeim, Mühlenstr. 12, Telefon 0 55 51 / 9 14 09 14  
37176 Nörten-Hardenberg, Lange Str. 12, Telefon 0 55 03 / 91 50 05  
37127 Dransfeld, Lange Str. 36, Telefon 0 55 02 / 4 79 17 91

**B. M.**  
Brigitte Manecke

Medizinische Fußpflege in  
Northeim-Langenholtensen

Kari-Weber-Ring 2  
37154 Northeim  
Telefon 05551-90 87 38

- auch Hausbesuche -



(0 55 51)

**TAXI**

**31 31**

Güterbahnstraße 5  
37154 Northeim

**Taxi-Reinecke  
GmbH**

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

**Beilagenhinweis:**

**Förderverein  
Stadthalle Northeim e.V.**



**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

## Lösungen:

### SUDOKU

(Lösung von S. 10)

5	6	3	7	9	8	2	4	1
4	7	1	2	5	6	9	3	8
8	2	9	1	3	4	7	6	5
3	9	6	8	7	1	4	5	2
1	4	2	5	6	9	3	8	7
7	5	8	4	2	3	6	1	9
2	1	7	3	4	5	8	9	6
6	3	5	9	8	2	1	7	4
9	8	4	6	1	7	5	2	3

### SCHACH Nr. 36

(Lösung von S. 10)

1. Sh6 +Kh8
2. Dg8+ Tgx8
3. Sf7 matt

### Geistig fit

#### Wort-Verwandlung

(Lösung von Seite 10)

KURS - KURT - KULT - PULT - PULS

### GEDICHTPUZZLE

(Lösung von Seite 24)

Sie liebten sich beide, doch keiner  
Wollt es dem andern gestehen:  
Sie sahen sich an so feindlich  
Und wollten vor Liebe vergehen  
Sie trennten sich endlich und sahn sich  
Nur noch zuweilen im Traum;  
Sie waren längst gestorben  
Und wussten es selber kaum.

*Das Gedicht stammt aus der  
Feder von Heinrich Heine*

## Info Fachwerk5Eck

### Historisch Wohnen in Südniedersachsen

Immobilien finden oder verkaufen, inspirierende Beispiele entdecken und Wissen für das eigene Sanierungsprojekt sammeln – dies bietet die neue regionale Informationsplattform „Wohnraum5Eck“ für Hauseigentümer und Kaufinteressierte historischer Häuser der Altstädte und Ortskerne in Südniedersachsen unter der Adresse [www.wohnraum5eck.de](http://www.wohnraum5eck.de) – Historisch Wohnen in Südniedersachsen.

Wohnraum5Eck ist ein Projekt, hinter dem sich eine Kooperation der Städte Duderstadt, Einbeck, Hann. Münden, Northeim und Osterode am Harz verbirgt.

## Von Theke, Schwof und Disco

Wir suchen Erinnerungen an die 50er und 60er Jahre – Erinnerungen an die dunklen und langen Nächte in Kneipe und Disco. Haben Sie Erlebnisse, Erinnerungen, Fotos, die von dieser Alltagskultur etwas berichten können? Schreiben Sie uns, eventuell können wir davon eine



neue kleine Serie in unserer Zeitschrift machen!

Oft wird heute beklagt, dass Northeim bei Nacht so tot sei wie der Zentralfriedhof von Chicago – aber war das immer so? Was wissen Sie noch vom Blauen Nil, von der Ranch, Jörns Weinstube, dem Braunen Hirsch, dem „Toten Mann“ oder dem Goldenen Ross oder Löwen, dem Schmutzigen Löffel, Heinrich Nahmes „Tüte oder Schale“, Mariechen Krüger und Harry Matzke, dem Café Hohenzollern, dem Pschorr-Ausschank im Ratskeller, der Sonne mit Chefkellner Dorigo? Und von Club 69, Studio 71 oder Cubic-Disco 73? Wir sind gespannt!

## Ein Buch-Tipp:

Etwa 1,3 Millionen Erwachsene haben einen rechtlichen Betreuer und jedes Jahr werden rund 200.000 Betreuungen neu eingerichtet, meist werden sie ehrenamtlich von Familienmitgliedern oder Freunden übernommen. Diese beinhaltet eine große Verantwortung und ist auch rechtlich nicht unkompliziert. Hier kann der neue Ratgeber der Verbraucherzentrale helfen. **Ratgeber „Betreuung“ – Was Angehörige und Betreute wissen müssen** 1. Auflage 2021 | 208 Seiten | 14,90 Euro, als E-Book 11,99 Euro



### 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](mailto:seniorenheute.verein@gmail.com)  
[www.seniorenheute-northeim.de](http://www.seniorenheute-northeim.de)  
VR Amtsgericht Göttingen 130001

#### Zeitschriften-Bezug:

Diese Vereinszeitschrift ist 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:

(presserechtlich verantwortlich f. d. Inhalt)  
Arndt Windhorst, 37154 Northeim, Bergmühlenweg 10,  
Tel. 05551 / 51087  
Christian Lehwald, 37154 Northeim, Bergmühlenweg 35,  
Tel. 05551 / 51120  
[seniorenheute.redaktion@gmail.com](mailto:seniorenheute.redaktion@gmail.com)

#### Anzeigenleitung:

Ralf Thalacker  
Georg-Friedr.-Händel-Straße 17  
37154 Northeim  
Tel.: 0151 23300465  
Fax: 05551 4093044  
[rthalacker@kabelmail.de](mailto:rthalacker@kabelmail.de)

**Vertriebsleitung:** Christoph  
Münstermann Böcklerstraße 15  
37154 Northeim  
Tel. 05551-62108

#### Gesamtherstellung:

Heimert Elements  
Gestaltung und Druck  
Beverstraße 1A, 37574 Einbeck  
Tel.: 05561/93360  
[info@printstrong.de](mailto:info@printstrong.de)  
[www.printstrong.de](http://www.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 wider.

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

Wir danken Karl-Hermann Rotte für die Gestaltung und Dieter Hennies für das Korrekturlesen unserer Zeitung!  
Falls es sich um redaktionelle Bearbeitungen handelt, erkennen Sie die Mitglieder des Redaktionsteams an ihren Kürzeln: CL – Christian Lehwald, AW – Arndt Windhorst.



Ihr  
Fachbetrieb  
für  
senioren-  
und  
behinderten-  
gerechte  
Installation



**Tiedchen**  
Sanitär-, Heizungs-  
und Klimatechnik GmbH  
Am Mühlenanger 44a  
37154 Northeim  
Tel. (0 55 51) 91 16 83  
info@tiedchen.de

Wohnkultur  
Raumausstattung  
**Friedhoff**

Inhaber: Hermann-Josef Dötsch

- Gardinen
- Möbelpolsterei
- Sonnenschutz
- Bodenbeläge
- Möbel
- Accessoires
- Gardinen-  
waschservice



Vetternweg 4 ▪ 37176 Nörten Hardenberg ▪ Tel.: 05503 2225  
Fax: 05503 49024 ▪ [www.friedhoff-raumausstattung.de](http://www.friedhoff-raumausstattung.de)

Fleischermeister



**Michael Kniep**

Fleisch-, Wurst-  
und Grillspezialitäten

Neustadt 22 | 37154 Northeim | ☎ 0 55 51-34 67

• • Grabmale/Grabeinfassungen • Grababdeckungen • •

## Füllgrabe GRABMALE

*Kompetente Dienstleistung ...*



Maschweg 2 Harztor 55  
37120 Bovenden 37154 Northeim  
Tel.: 05 51/81859 Tel.: 05551/1315  
Fax: 05 51/83780 Fax: 05551/9880238

• • Grabgestaltungen • Natursteinarbeiten aller Art • •

**mini-car**

**Northeim**

☎ **90 99 666**

Die preisgünstige  
Personenbeförderung



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

mehr als **100** jahre **SCHRADER** qualität und vertrauen  
eine verbindung mit zukunft

**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



[www.schrader-handel-shop.de](http://www.schrader-handel-shop.de)

Wir sind für Sie da:



*Pflegedienst  
Hardeggen GmbH*

- kompetente Beratung
- grundpflegerische Versorgung
- hauswirtschaftliche Leistungen
- Behandlungspflege
- Kommunikation mit behandelnden Ärzten
- Pflegeberatung • Palliativpflege

Partner der

Kranken- u. Pflegekassen  
Vor dem Tore 2  
37181 Hardeggen

Tel.: 0 55 05 - 50 92 62  
Fax: 0 55 05 - 50 92 69  
[www.Pflegedienst-Hardeggen.de](http://www.Pflegedienst-Hardeggen.de)  
info@Pflegedienst-Hardeggen.de

Ansprechpartnerinnen: Angela Reimer und Karin Küchemann



FÜR EITRENE BRÄUCELIN

FÜR EICHTE GOLDTÜRKE

ALLES BEWEGT SICH SCHÖN

ALLES BEWEGT SICH SCHÖN

Buchhandlung  
Am Münster 18/19  
37154 Northeim  
Tel.: 05551-912231  
[www.papierus.de](http://www.papierus.de)



Schreibwaren  
Am Münster 18/19  
37154 Northeim  
Tel.: 05551-912231  
[www.papierus.de](http://www.papierus.de)



SEHEN  
VERSTEHEN  
HELFE



**Ambulantes Pflegeteam**

Bianca Kittel &  
Annika Thestorf GbR

Wir freuen  
uns auf Sie!

Vertragspartner  
aller Kranken-/  
Pflegekassen



Bahnhofstraße 28 · 37154 Northeim

Telefon 0 55 51 / 9 19 03 71 · Fax 0 55 51 / 9 19 03 72

E-mail: [ambulantespfegeteamnortheim@t-online.de](mailto:ambulantespfegeteamnortheim@t-online.de)



HAUSTÜREN, VORDÄCHER, FENSTER,  
MARKISEN, WINTERGÄRTEN,  
ROLLÄDEN für Neu- u.  
Altbauten.

ROLLÄDEN-Fertigkästen  
GARAGEN-ROLLTORE  
JALOUSIEN • ROLLOS  
GLASFALTWÄNDE

**Karl  
Jäger**  
Romano Rolläden GmbH

Am Uhlenkamp 1  
37154 Northeim · Tel. (0 55 51) 35 42

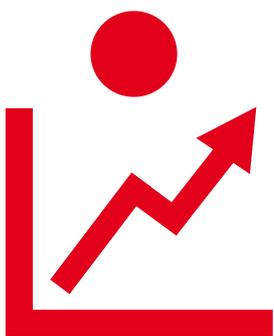


# Gute Partner sind unbezahlbar.

**Besondere Anforderungen  
verdienen besondere Beratung.**

Unser Private Banking verbindet kompetente Vermögensberatung mit nachhaltigen Werten und persönlicher Nähe.

In Kooperation mit der Frankfurter Bankgesellschaft bieten wir Ihnen individuelle Anlagelösungen auf höchstem Niveau.



[www.KSN-Northeim.de](http://www.KSN-Northeim.de)

 **Kreis-Sparkasse  
Northeim**

**Frankfurter  
Bankgesellschaft**  
PRIVATBANK | Zürich | Frankfurt