

SPÄTLESE

www.magazin-spätlese.net
DAS MAGAZIN FÜR AUFGEWECKTE SENIORINNEN UND SENIOREN

Inhalt der Ausgabe

Umlagerte Schlemmermeilen rund um den Funkturm	2
Ein Blick auf die IGA und ihren bunten Veranstaltungen	3
21. März – traditionell Tag des Waldes	5
Max Maria von Weber – Komponistensohn, Eisenbahningenieur und Schriftsteller	7
Die wechselvolle Geschichte der Finckensteinallee 63 - Teil IV	8
Auf ein Dampfbier und manch Naturgeschichtliches	10
Frühlingswanderung im Selketal – Bericht und Empfehlung	11
Auch im Urlaub inklusive miteinander leben	13
Uganda – eine Runde rum Teil 3	14
Das kleinblütige Weidenröschen	16
32 Artisten in Weiß	17
Senioren und Autofahren	18
Magen-Darm-Infektion	18
Die Geschichte der Brille	19
Was für ein Tag...	20
Wortspiele	21
Ungereimtes am Rande des Alltags	22
Alter schützt vor Liebe nicht	23
Eine unglaublich wahre Geschichte	25
Verse zum Frühling	26
Freitagabend	27
Reden über Sterben	28
Der Kopf wird fit, und ich mach mit	28
Brandenburg für alle. Barrierefrei reisen	29



WAS ERWARTET SIE IN DIESER AUSGABE?

Die neue Ausgabe des Senioren-Magazins „Spätlese“ ist online unter:

www.magazin-spätlese.net verfügbar.

Die Leserinnen und Leser können sich auf interessante und lesenswerte Themen, insbesondere auch zur Winterzeit freuen. Die ehrenamtlichen Autoren haben sich auch in dieser Ausgabe bemüht, für jeden Geschmack etwas anzubieten.

Christa-Dorit Pohle erzählt ihre Alltagserlebnisse. Ursula A. Kolbe berichtet über die

Grüne Woche, war in Bayern unterwegs, besuchte den IGA-Stand und berichtet über den Tag des Waldes. Waltraud Käß beschäftigt sich weiter mit der Kadettenanstalt und präsentiert Wortspiele.

Rudolf Winterfeldt gibt Buchtipps über das Sterben und geistiger Fitness. Verschiedene Autoren berichten über Gesundheit, Frühlingsgefühle und Liebe, eine Wanderung und einen Eisenbahningenieur.


www.magazin-spätlese.net

THEMA: POLITIK, WIRTSCHAFT, SOZIALES

UMLAGERTE SCHLEMMERMEILEN RUND UM DEN FUNKTURM

von Ursula A. Kolbe



Foto: Messe Berlin

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah. Wenn's dann noch ums Essen und Trinken geht, ein wohlbekannter Tipp: Die Internationale Grüne Woche in den Messehallen unter dem Berliner Funkturm. Sie hatte zum nunmehr 82. Mal ihre Tore geöffnet – und 1.650 Aussteller aus 66 Ländern waren gekommen. Um die 400.000 Besucher stürmten die Schlemmermeilen in den Hallen – guckten, staunten, kosteten, ein Häppchen hier, ein Häppchen dort, das Bier und anderes Erfrischendes flossen durch die Kehlen und manch prallgefüllter Einkaufsbeutel trat den Heimweg mit an. Wollten wissen, was es in Feld und Flur Neues gibt. Bauernverbandspräsident Joachim Rukwied hat wohl Recht, wenn er konstatiert, dass die Grüne Woche ein Seismograph für politische und gesellschaftliche Veränderungen rund um die Agrarbranche ist. Hier trifft Tradition auf Innovation, ist umfassende Informations- und Kontaktbörse, kurz macht die Symbiose aus Fach- und Publikums-Event die Grüne Woche seit ihrem Start im Jahre 1926 zum Dauerbrenner. Auch die 2017er Auflage präsentierte eine globale Marktübersicht der Ernährungswirtschaft sowie ein schier unerschöpfliches Angebot an regionalen und internationalen Produkten, war damit zugleich eine Leistungsschau der Pflanzen- und Tierproduktion sowie des Gartenbaus. Und im Rahmen des Konferenzprogramms stand im Mittelpunkt das 9. Global Forum for Food and Agriculture 2017 (GFFA). Auf dieser weltweit bedeutendsten agrarpolitischen

Tagung diskutierten rund 70 Minister u. a. Schlüsselakteure über das Leitthema "Landwirtschaft und Wasser-Schlüssel zur Welternährung" als eine der drängendsten Zukunftsfragen der Menschheit. **Blumenhalle verkündete „Das Paradies ist überall“**

Wie in jedem Jahr zeigte sich die Blumenhalle wieder als eine Augenweide für alle Sinne. Und jetzt mit Blick auf das 500. Jubiläum der Reformation verwandelte sie das berühmte Zitat von Martin Luther „Das Paradies ist überall“ in ein gartenarchitektonisches Gesamtkunstwerk – mit Frühlingsblühern aller Art, ob Rhododendron, Azaleen oder Orchideen. Das überall entstehen kann - in Parkanlagen und Kleingärten oder Gärten schlechthin. Im Mittelpunkt der Präsentation des Verbandes der Berliner Kleingärtner stand der Gedanke des „Kleingartenparadieses“. Denn bei allen fernen Paradiesen kann man auch mittelsymbolisierte mit ihren fünf Blütenblättern die fünf großen Weltreligionen – mit Gehölzen, Kräutern, Beerensträuchern, Blumen und Gemüse. Auch das Element Wasser als Quelle allen irdischen Lebens fehlte nicht. In diesem Kontext zog ebenso der Stand der Internationalen Gartenschau die Aufmerksamkeit der Besucher auf das am 13. April beginnende Blumenfestival unter dem Motto „Ein Mehr aus Farben“ auf sich. (Mehr dazu im Beitrag der Ausgabe „Ein Blick auf die IGA und ihren Veranstaltungsreigen“.)

„Regionalität“ allerorten hoch im Kurs

500 Aussteller aus allen Bundesländern von der Küste bis zu den Alpen luden die Messe-

Besucher aus Nah und Fern zu einer genussvollen Deutschlandtour ein, stellten sich mit ihren kulinarischen Highlights den kritischen Blicken und Geschmäckern. Hauptsache regional. Denn 76 Prozent der Bundesbürger gaben zu Protokoll, dass sie Produkte aus ihrer Region bevorzugen. Eier, Gemüse, Obst, Fleisch und Milchprodukte sind die beliebtesten Erzeugnisse – bei hoher Qualität und Tierwohl im Blick. Dazu einige Kostproben:

Brandenburg als agrarisches Umland von Berlin hat wieder mit seinen Spezialitäten wie Beelitzer Spargel, Spreewälder Gurke und Äpfel aus dem Haveland schlechthin gepunktet. Und ob Senfprodukte aus dem Spreewald-Culinarium des Spreewaldvereins oder Knoblauchkäse von Uckerkaas Bandelow, die Stände waren jeden Tag dicht umlagert. Mit einem eigens kreierten Bibelbrot aus Anlass des 500jährigen Reformationsjubiläums wartete die Bäckerei Plentz aus Schwante auf. Unter dem Motto „Bayern – ein Genuss“ gab es die traditionellen Schmankerln wie Käse oder Frankenwein, aber auch z. B. Meerrettich- und Senfspezialitäten. Über den Dampfbiertand lesen Sie mehr in dem Beitrag „Auf ein Dampfbiertand und manch Naturgeschichtliches“. Eine abwechslungsreiche Genuss-Wanderung durch das Naturschutzgebiet „Großer Pfahl“ bei Viechtach im Bayerischen Wald wurde den Besuchern auf der Sonderfläche in der Bayernhalle dargeboten. 500 Jahre Luther-Jubiläum zogen sich auch durch die Angebote in **Sachsen-Anhalt**. So brachte „Kathi“ eine Luther Backmischung sowie den Luther- und Katharina-Lieblingskuchen im Glas mit –

mit authentischen Zutaten aus dieser Zeit. Entstanden sind ein leckerer Schokokuchen mit Schokostückchen sowie Kirschen als Backmischung, ein Katharina Lieblingkuchen im Glas mit Nüssen und Feigen sowie ein Luther Lieblingkuchen im Glas mit Schokosplits und Rotwein.

Berlin präsentierte sich traditionell mit ihren bekannten Marken wie die Currywurst (Curry 36), die Kultmarke „Mampe“ oder den Spezialmix „Fliegerlikör“. Berlins älteste Konditorei Buchwald servierte ihren „Baumkuchen-Schmarrn“. Schilkin hatte seinen berühmten Kräuterlikör „Berliner Luft“ aufgeboden.

Mecklenburg-Vorpommern lockte mit seinen Spezialitäten aus dem Land an der Ostseeküste. Stichwort nur Afrikanischer Wels. Fünf neue Bockbiere kamen aus der Störtebeker Braumanufaktur, Burger mit Kalbfleisch vom eigenen Betrieb, Bio-Sanddorn-Chili-Senf sowie Mate-Hoch-2, ein koffeinhaltiges Erfrischungsgetränk mit Mateextrakt. Rheinland-Pfalz ist Deutschlands unbestrittenes Weinland Nr. 1. Rund zwei Drittel aller Reben stehen in den Anbaugebieten Rheinhessen, Pfalz, Mosel, Nahe, Mittelrhein und Ahr. Groß ist der Respekt vor einer 2.000 Jahre währenden Weinbautradition, der Mut zu Innovation der großartigen Winzerinnen und Winzer.

„Traditionsreich, Vielfältig, Natürlich: Ungarn“

Zum zweiten Mal in seiner nunmehr 45. Messebeteiligung war Ungarn in diesem Jahr Partnerland der Internationalen Grünen Woche. Ein Land, das sich stolz auf seine Traditionen präsentierte, zugleich modern und wand-

lungsfähig. Wie immer standen im Fokus der Besucher die Spezialitäten der über 20 Aussteller. Neben der berühmten ungarischen Salami, beispielsweise aus Szeged, standen hausgemachte regionale Produkte hoch im Kurs, z. B. vom ungarischen Stepperrind und Mangalica (Woll-)Schweinen. Eine weitere Spezialität ist „sauereingelegtes Gemüse“, das nach alten Hausrezepten in Vecsés (dt: Wetschesch) hergestellt wird. Und natürlich durften auch Weine aus den 22 Anbaugebieten nicht fehlen, wie der aus dem berühmten Weinanbaugebiet Tokaj. Ebenso gehörte Palinka, ein Obstbrand, der nur aus heimischen Früchten hergestellt werden darf, also ein echtes Hungarikum“, dazu. Hergestellt nach strengem Reinheitsgebot. Nach wie vor ist Deutschland im Bereich der Agrar- und Lebensmittelwirtschaft für Ungarn der wichtigste Exportmarkt. 2015 wurden Waren für rund 1,22 Mrd. Euro geliefert. Umgekehrt importierte Ungarn deutsche Waren für 976 Mio Euro. Der Handel mit Deutschland wächst kontinuierlich. Übrigens habe ich im Vorfeld der Grünen Woche im „Tagesspiegel“ mit großem Interesse eine Reportage über die Landwirtschaft in Ungarn gelesen. Darin konstatiert Landwirtschaftsminister Dr. Sándor Fazekas u. a., dass er die wachsende Zahl der Beschäftigten in diesem Zweig auf die Reformen der letzten Jahre zurückführe. Wörtlich heißt es weiter:

„Seit einer Bodenreform vor zweieinhalb Jahren darf in Ungarn zum Beispiel nur noch Land kaufen, wer aus der Region kommt und Landwirt ist. Großinvestoren, die mit Boden spekulieren und so die Preise in die Höhe treiben, sollen außen vor bleiben. Um größere Chancen auf dem EU-Markt zu haben, setzt Ungarn stärker auf die biologische Landwirtschaft. Besonders streng ist das Land beim Einsatz von Gentechnik. Seit 2011 ist die in Ungarn verboten.“

Auch das sei noch vermerkt: „Wir wollen unsere 100jährige Unabhängigkeit auch im Ausland feiern, und wo gibt es da eine bessere Möglichkeit als auf der weltgrößten Agrarmesse“, hatte Finnlands Minister für Landwirtschaft und Umwelt, Kimmo Tiilikainen bei der Ständeröffnung auf der Grünen Woche herausgestellt. Deutschland ist der viertgrößte Exportkunde des Landes und die Messe dessen „Showroom“ in der Bundesrepublik, so Esa Wrang, Leiter des Lebensmittelsektors von Export Finland. In den kommenden Monaten will man 100 neue Produkte auf den Markt bringen. Und: Selbst der Weihnachtsmann hatte sich nach den Feiertagen Zeit genommen, um in Berlin für sein Heimatland zu werben.

THEMA: POLITIK, WIRTSCHAFT, SOZIALES

EIN BLICK AUF DIE IGA UND IHRE BUNTEN VERANSTALTUNGEN von Ursula A. Kolbe

Es bot sich natürlich an, das Podium der Grünen Woche jüngst zu nutzen, um auf die am 13. April beginnende Internationale Gartenausstellung (IGA) Berlin auf über 100 ha in und um die Gärten der Welt in Marzahn-Hellersdorf aufmerksam zu machen. Inmitten der Pflanzenpracht der wieder viel im Blickpunkt stehenden Blu-

menhalle gab es einen Vorgesmack auf ein buntes Festival schönster Gartenkunst und grüner Lebenskultur. Ob Garten- und Blumenfreunde, Naturentdecker, Hobbygärtner oder Gestaltungsprofis – ab Gründonnerstag finden sie bis zum 15. Oktober des Jahres Inspiration und Überras-

chung, Erholung und Entspannung. Ein florales Feuerwerk, ein „MEHR aus Farben“ wird sich überall entfalten. Unter dem Motto „Reiseberichte in 28 Kapiteln im Meer aus Farben“ werden in der neuen Blumenhalle die Gäste auf das Passagierdeck eines Schiffes ver-



Foto: Hans-Jürgen Kolbe

setzt, das durch die Wellen eines Ozeans kreuzt. Während der 186 IGA-Tage zeigen im schnellen Wechsel insgesamt 28 Ausstellungen ein wahres Blütenmeer. Prachtvolle Stauden, bunte Beet- und Balkonpflanzen, blühende Gehölze und Sträucher, exotische Grünpflanzen, Bonsai und Schnittblumen erfreuen das Auge der Besucher. Wer noch mehr über die Vielfalt von Pflanzen und Floristik erfahren möchte, ist am i-Punkt GRÜN genau richtig. Bei exzellenter Beratung, Fachvorträgen, Lesungen, Präsentationen und Workshops. Insgesamt bietet der i-Punkt GRÜN rund 500 Veranstaltungen in der Seilbahn-Station „Gärten der Welt“. Mitmachen ist ausdrücklich erwünscht. Zum Gestalten mit Blumen lädt beispielsweise täglich eine Floristik-Meisterin ein. Rund 5.000 Veranstaltungen aus Kunst und Kultur bringen Freude und Frohsinn bei klassischen Konzerten, Rock & Pop, Musical und Kinderprogramm an vielen IGA-Standorten. Es wird musiziert, getanzt, gelesen, Sport getrieben oder sich einfach entspannt. Das moderne Besucherzentrum am Blumberger Damm empfängt seine Gäste als Begegnungs-, Tagungs- und Informationsort. Hier finden Veranstaltungen und internationale Kongresse unterschiedlichster Fachrichtungen statt – von der Deutschen Seilbahn Tagung bis hin zur Verleihung des European Garden Award. Ein Highlight zweifellos ist eine neu gebaute Freilichtbühne – die Arena. Angelehnt an ein klassisches Amphitheater fügt sie sich mit dem begrünten Dach harmonisch in die Parklandschaft ein, bietet 5.000 Gästen Platz. Höhepunkte werden hier u. a. der Auftritt der Staatskapelle Berlin unter der Leitung des Chefdirigenten Daniel Barenboim am 18. Juni und das Classic-Open-Air „Viva la Musica“ am 9. September sein. Max Griesin-

ger, der mit seinem Song „80 Millionen“ vergangenes Jahr die Charts gestürmt hat, wird seine jungen Fans begeistern, wenn er am 12. August mit seiner Tour „Der Junge, der rennt“ Station auf der IGA macht. Der Dirigent und Regisseur Christoph Hagel hat für den 16. und 17. September eine besondere Inszenierung des Welterfolgs von Carl Orff „Carmina Burana“ im Blick. Er will die beliebten mittelalterlichen Lieder unter Beteiligung von rund 100 Jugendlichen aus dem Bezirk zeitgemäß auf die Arena-Bühne bringen. Am 25. Mai darf unter ärztlicher Beobachtung gelacht werden, wenn die Stiftung HUMOR HILFT HEILEN die Gala „Kunst des Lachens“ mit Moderator und Autor Dr. Eckart von Hirschhausen in der ebenfalls gleichnamigen Themenwoche vom 21. – 28. Mai präsentiert.

„Arche-Park“ Inmitten der IGA-Parklandschaft

Die drei Stuten der Rasse „Dülmener“ Nell, Natascha und Missa, die aus der Lüneburger Heide kommen, grasen oder galoppieren jetzt seit kurzem über die Wiesen in der Nähe des Wuhleteiches. Sie sind die ersten Neankömmlinge im Arche-Park inmitten der IGA-Landschaft, in dem künftig Pferde, Rinder und Schafe, die vom Aussterben bedroht sind und auf der roten Liste der gefährdeten Rassen stehen, gehalten werden. Ihnen folgen die drei weiblichen Rinder der Rasse „Rotes Höhenvieh“ aus dem Harz. Zusammen mit einer Schafsherde, die aus drei weiblichen „Skudden“ vom Britzer Garten in Neukölln sowie drei weiblichen Coburger Füchsen aus Biesenthal besteht, machen sie die Auswahl komplett.

Die Schafe grasen künftig nahe des Englischen Gartens und die Rinder am Koppelflies in den Gärten der Welt. Alle Tiere sind das Leben in freier Natur von Natur an gewöhnt. Durch sie wird der Buschbewuchs natür-

lich reduziert und die offene Landschaft erhalten.

30 Jahre Gärten der Welt

Auch im 30. Jubiläumsjahr des viel besuchten Erholungsparks dürfen die beliebten Traditionsfeste der Gärten der Welt auf der IGA nicht fehlen. An beiden Ostertagen, also einen Tag nach der Eröffnung der Gartenschau, findet gleich das beliebte Kirschblütenfest statt. Die Highland Games-Fans können sich am 22. und 23. Juli wieder auf starke Männer und spektakuläre Wettkämpfe nach schottischer Tradition freuen. Zu den traditionellen Parkfesten gehören im IGA- und Gärten- der Welt-Jahr ebenso das Lotuslaternenfest am 20. Mai, die Lesereise am 18. Juni, das Klang-Farbenfest am 24. Juni, das Sultansfest am 6. August, das Mondfest am 23. September und das Herbstfest am 8. Oktober dazu. Die Besucher erleben Frank Zander und Band am 20. Mai und am 23. Juni „Die Prinzen“. Es gibt den IGA-Schlagernachmittag mit Olaf Berger und Uta Bresan am 23. April und das Pfingstkonzert mit Bernhard Brink und Christin Stark am 4. Juni. Am 16. August präsentieren Stars in Concert „Elvis – das Musical“ und der Wintergarten Berlin die `Soul Varietè Show „All Night Long“. **Nachbarschaftsbegegnungen** Im Rahmen der Themenwochen „Hallo Nachbarn“ zeigen zahlreiche Vereine, wie bunt der Bezirk Marzahn-Hellersdorf ist und wie nachbarschaftliches Zusammenleben in einer Metropole funktionieren kann (7. – 14. Mai sowie 01. – 08. Oktober). U. a. wird auch der 20. Geburtstag des Marzahn-Hellersdorfer Sängerefestes am 7. Mai gebührend besungen. Und natürlich darf auch „Fit im Freien“ nicht fehlen. Eine Woche lang ist „Draußen bewegen“ vom 3. bis 11. Juni angesagt. Auftakt: Tag der Volkssolidarität. Das internationale

Deutsche Turnfest wird spektakuläre Turn-Kunst zum Besten geben. Zum Abschluss lockt wiederum der Mazda-Lauf am 11. Juni seine wachsende Laufschar auf das Gelände. Mitfiebern können dann die Gäste am 14. Juni, wenn ALBA Berlin beim Schulliga-Turnier eindrucksvoll zeigt, dass ein Rollstuhl kein Hindernis für gelungenes Basketballspielen sein muss. Für alle Interessierten: Yogis kommen ganz entspannt ab Sommer

regelmäßig zur Abendstunde mit den im Grünen zusammen – die AOK Nordost, der IGA-Gesundheitspartner, macht's möglich. Und das Tanzbein kann immer mittwochs zum „Tanz im Park“ geschwungen werden. Das Tagesticket (Erwachsene) kostet 20 Euro, Panoramafahrt über das Wuhletal, den Kienberg bis in die Gärten der Welt inbegriffen und so oft man will. Dauerkarte: 90

Euro. Jahreskarteninhaber der Grün Berlin GmbH zahlen sogar nur 50 Euro für eine IGA-Dauerkarte. Kinder bis sieben Jahre kostenlos, Jugendliche bis 17 Jahre fünf Euro am Tag. Karten-Buchungen, Veranstaltungskalender und weitere Infos unter www.iga-berlin-2017.de

THEMA: POLITIK, WIRTSCHAFT, SOZIALES

21. MÄRZ – TRADITIONELL TAG DES WALDES
von Ursula A. Kolbe

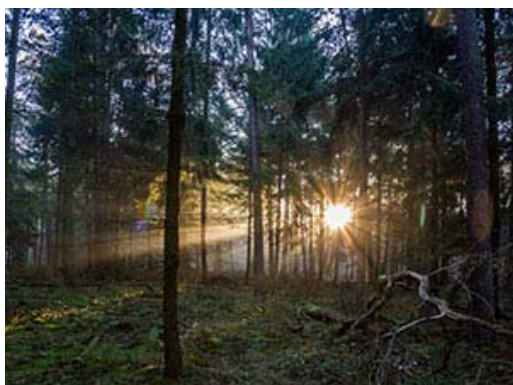


Foto: Bernd Kasper / pixelio.de

21. März – Tag des Waldes. Von der FAO, der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen, in den 70er Jahren als Reaktion auf die globale Waldvernichtung ins Leben gerufen und seitdem traditionell gewürdigt. Eine kurze Bestandsaufnahme: Rund ein Drittel der weltweiten Landmassen, etwa vier Milliarden Hektar, sind von Wäldern bedeckt – von den Tropen über die gemäßigten Breiten bis zu den borealen Weiten des Nordens und den „kalten“ Regenwäldern des Südens. Sie alle sind Heimat für unzählige Tier- und Pflanzenarten. Von den etwa 1,8 Millionen beschriebenen Tier- und Pflanzenarten auf der Erde leben laut des renommierten World Resources Institute in Washington etwa zwei Drittel im Wald, also die artenreichsten Lebensräume überhaupt. Sie sind aber nicht nur außerordentlich wichtig für die biologische Vielfalt. Sie sind zugleich Wasserspeicher, schützen vor Überschwemmungen und bewahren den Boden vor Erosion. Wissenschaftlichen Schätzungen zufolge

stellen Wälder im globalen Durchschnitt Dienstleistungen und Rohstoffe im Wert von etwa 750 Euro pro Hektar und Jahr zur Verfügung. Aber unsere Wälder sind in Gefahr. Weltweit sind bereits mehr als die Hälfte der Wälder vernichtet worden. Und die Entwaldungsrate ist nach wie vor ungebremst. Rund um den Globus gehen jedes Jahr 13 Millionen Hektar Wald verloren – so viel wie 35 Fußballfelder pro Minute.

Alarmierend: Europa hat in den vergangenen 8.000 Jahren bereits 80 bis 90 Prozent seiner einstigen Bewaldung verloren. Gleichzeitig nimmt auch die ökologische Qualität der Wälder ab. Nur noch etwa 40 Prozent der verbliebenen Wälder können als intakt und unzerschnitten angesehen werden. Knapp 40 Prozent davon wiederum gelten als ernsthaft bedroht – von Abholzungen, Straßenbau, durch von Menschen gelegte Feuer und Umwandlung in landwirtschaftliche Flächen.

Das größte Waldschutzprogramm der Welt

Mit mehr als 300 Projekten in fast 90 Ländern setzt sich der WWF (World Wide Fund For Future, zu Deutsch: Welt-Naturstiftung) für die Bewahrung der Wälder ein – durch Ausweisung von Schutzgebieten genauso wie durch die Förderung naturnaher Forstwirtschaft. Gleichzeitig versucht der WWF, mit Hilfe einer

nachhaltigen Naturschutzfinanzierung das Schutzgebietsnetz dauerhaft zu sichern.

Dank des größten Waldschutzprogramms der Welt kann der WWF konkrete Erfolge vorweisen: Bis heute stehen weltweit bereits rund zehn Prozent aller Wälder unter Schutz. Zugleich sind inzwischen über 134 Millionen ha Wald weltweit durch nachhaltige Nutzung vor Raubbau geschützt – durch das vom WWF geförderte Zertifizierungssystem des Forest Stewardship Council (FSC).

Fakten zum deutschen Wald

Mit einer Gesamtwaldfläche von rund 11,1 Millionen Hektar (das entspricht knapp einem Drittel der Gesamtfläche Deutschlands) zählt Deutschland zu den walddreichsten Ländern der Europäischen Union. Den größten Anteil daran haben die Bundesländer Rheinland-Pfalz (42,1% und Hessen (41,7%). Rund 44 Prozent des Waldes befinden sich in Privatbesitz, weitere knapp 30 Prozent in den einzelnen Bundesländern sowie in Städten und Gemeinden knapp 20 Prozent. Dem Bund gehören rund 3,5 Prozent der Waldfläche; 3,6 Prozent sind Treuhandwald – Wald der ehemaligen DDR, der im Zuge der Bodenreform enteignet und in Volkseigentum überführt wor-

den war und jetzt rückübertragen wird. Hierzulande gibt es rund 90 Baum- und Straucharten. Die vierthäufigsten Baumarten sind die Nadelbäume Fichte (26%), und Kiefer (23%) sowie die Laubbäume Buche (16%) und Eiche (9%). Insgesamt sind 1.215 Pflanzenarten registriert, darunter allein 90 verschiedene Baum- und Straucharten sowie tausende unterschiedliche Tierarten, die meisten davon Insekten.

Eine wichtige Rolle spielt der Schutz der Wälder. So sind 47 Prozent der Wälder ausgewiesene Landschaftsschutzgebiete, 38 Prozent Naturparks. Intensivere Schutzbestimmungen und damit Nutzungseinschränkungen wirken sich in Wäldern aus, die zu Natura 2000 Gebieten (24%), Naturschutzgebieten (6%), Biosphärenreservate (4%) oder Nationalparks (1%) gehören. Jedes Jahr wachsen in den Wäldern rund 110 Mio. Kubikmeter Holz nach. Das entspricht etwa vierzigmal dem Volumen der Cheops-Pyramide. Davon geerntet werden rund 64 Mio. Kubikmeter. Damit wird in Deutschland nach wie vor weniger Holz geerntet als im Durchschnitt pro Jahr nachwächst – ein Indiz für die nachhaltige Forst- und Waldbewirtschaftung hierzulande. Übrigens speichert der Wald in jedem Jahr rund 2,6 Mrd. Tonnen Kohlenstoff und ist damit ein richtiger Klimaschützer.

Mehr als 70 Prozent der deutschen Gesamtfläche werden nach den strengen Kriterien unabhängiger Forstzertifikate wie dem PEFC- und FSC-Siegel bewirtschaftet. Sie gelten als Nachweis einer nachhaltigen Forstbewirtschaftung, die die Grundlage für die positive Entwicklung ist. Mit einer zertifizierten Waldfläche von etwa 7,3 Millionen Hektar (Stand 2012) ist PEFC sowohl national als auch international das meist verbreitete Zertifizierungssystem. Nach FSC-Standard sind in Deutschland (Stand Januar 2013) rund 586.631 Hektar Wald zertifiziert.

Brilon PEFC-Waldhauptstadt 2017

Brilon ist PEFC-Waldhauptstadt 2017. Mit dem Gewinn der Wahl konnte sich die Stadt im Sauerland (NRW) gegen acht weitere Mitbewerber durchsetzen. Sie wird den Titel „PEFC-Waldhauptstadt“ ein Jahr zur Bekanntmachung der zahlreichen Aktivitäten rund um das Thema nachhaltige Wald-

bewirtschaftung aktiv einsetzen. Den 2. Platz sicherte sich Heidelberg in Baden-Württemberg, auf Platz 3 folgte Immenstadt im Allgäu. Die Stadt Brilon ist mit 7.750 Hektar der größte kommunale Waldbesitzer Deutschlands und bereits seit 2001 PEFC-zertifiziert. Brilon überzeugte die Jury besonders durch kontinuierliche Presse- und Aufklärungsarbeit über PEFC durch die Verantwortlichen vor Ort, die damit aktiv auf eine Bekanntheitssteigerung des Siegels regional wie überregional hinarbeiten. Ebenso trugen die vielfältigen Ideen, mit denen Brilon 2017 seinen Titel „PEFC-Waldhauptstadt“ bekanntmachen wird, u. a. die Einbindung von PEFC auf den DLG-Waldtagen im September 2017, einer speziellen Aktion mit der Briloner „Waldfee“ anlässlich des AGDW-Waldbesitzers empfangs in Berlin oder PEFC-Informationsstationen in den viel bewanderten „Bürgerwäldern“ zur positiven Bewertung der Jury bei. „Unsere Wälder werden mit strenger Sorgfalt und nachhaltig von unseren forstwirtschaftlichen Mitarbeitern bewirtschaftet, damit sie für nachfolgende Generationen erhalten werden... Wir empfinden es als große bundesweite Wertschätzung, dass unser Engagement mit der Wahl zur Waldhauptstadt auf diese Weise ausgezeichnet wird“, gab Forstamtsleiter Dr. Gerrit Friedrich Bub seiner Freude über die Auszeichnung Ausdruck.

Als Preis erhält die Stadt 1.000 Forstpflanzen für die Pflanzung im Stadtwald. Zudem unterstützt PEFC Deutschland Brilon für die weitere Öffentlichkeitsarbeit mit 3.000 Euro. Ein Wort zu PEFC: 1999 gegründet, ist sie die größte Institution zur Sicherstellung nachhaltiger Waldbewirtschaftung durch ein unabhängiges Zertifizierungssystem. Holz und Holzprodukte

mit dem PEFC-Siegel stammen nachweislich aus ökologisch, ökonomisch und sozial nachhaltiger Forstwirtschaft. Mit 7,3 Millionen Hektar zertifizierter Waldfläche sind bereits zwei Drittel der deutschen Wälder PEFC-zertifiziert.

Grüne Woche: NABU-Waldmedaille 2016 verliehen

Auf einer Festveranstaltung im Rahmen der diesjährigen Grünen Woche hat der Naturschutzbund Deutschland (NABU) den Brandenburger Forstwissenschaftler Dietrich Mehl für seinen konsequenten Einsatz für den Naturschutz im Wald mit der NABU-Waldmedaille 2016 geehrt.

Als Leiter der brandenburgischen Landeswaldoberförsterei Reiersdorf betreut er mit seinem Kollektiv rund 21.500 Hektar Wald im Biosphärenreservat Schorfheide-Chorin. Dort setzt er sich dafür ein, wichtige Waldstrukturen für die Artenvielfalt zu erhalten und naturferne Forste zu naturnahen Laubmischwäldern zu entwickeln. NABU-Präsident Olaf Tschimpke würdigte diesen engagierten Kämpfer für naturnahe Wälder und betonte u. a., Waldbesitzer und Bewirtschafteter zu motivieren, sich in ähnlicher Weise zu engagieren, die Artenvielfalt zu erhalten und Wege aufzuzeigen, wie die Interessen von Forstwirtschaft und Naturschutz modern umgesetzt werden können. Dietrich Mehl, zugleich auch Vorsitzender der AG Naturgemäße Waldwirtschaft (ANW) Brandenburg, setzt seine wissenschaftlichen Erkenntnisse zum Waldschutz effektiv in seinem Waldbewirtschaftungskonzept um. Z. B. werden hunderte Jahre alte Baumriesen und Waldstrukturen, die vielen Tieren und Pflanzen einen wichtigen Lebensraum bieten, erhalten und gefördert. So werden frühzeitig Biotopbäume ausgewiesen, die ihre natürlichen Alterungspro-

zesse ungestört durchlaufen können. Vogelarten wie Spechte oder Eulen finden Platz für ihre Höhlen. Gut sechs Prozent der Waldfläche seiner Oberförsterei werden forstwirtschaftlich nicht mehr genutzt, können sich so natürlich entwickeln. Dass Jagd

und Waldbau eine untrennbare Einheit sind, weil nur ein anspruchsvolles Wildmanagement einen sich natürlich verjüngenden Wald ermöglicht, ist eine der zentralen Erfahrungen Mehls, die er selbst vorbildlich umsetzt.

Gleichzeitig sind solche Wälder begehrte Erholungsorte und bieten über Generationen hinweg Möglichkeiten zur Nutzung nachwachsender Rohstoffe.

THEMA: KULTUR, KUNST, WISSENSCHAFT

MAX MARIA VON WEBER – KOMPONISTENSOHN,
EISENBAHNINGENIEUR UND SCHRIFTSTELLER
von **Tristan Micke**



Foto: Wikipedia – gemeinfrei

Als Schöpfer der deutschen romantischen Oper gehört Carl Maria von Weber zu den großen Komponisten. Neben seinen Opern "Freischütz", "Euryante", und "Oberon" schrieb er auch Sinfonien, Messen, Klavier- und Kammermusik. In Dresden war er Opernkapellmeister. Weniger bekannt ist dagegen sein Sohn, Max Maria von Weber, ein Ingenieur, der sich auf dem Gebiet der damals noch jungen Eisenbahn verdient gemacht hat. Trotzdem wird er selbst in der einschlägigen Eisenbahnliteratur nur selten erwähnt. Zu Unrecht, wie ich meine. Geboren wurde Christian Philipp Max Maria von Weber am 25. April 1822 in Dresden. Gestorben ist er am 18. April 1881 in Berlin. Seine Mutter Caroline war eine damals bekannte Sängerin. Max Maria war erst 4 Jahre alt, als der Vater starb. Sein Vormund wurde Martin Hinrich Lichtenstein, ein Naturforscher und Afrikareisender, der es verstand, in dem Jungen die Begeisterung für Naturwissenschaften und Technik zu wecken. Nach dem Besuch einer privaten Lehranstalt verbrachte Weber seine Schul- und Studienjahre an der Technischen Bildungsanstalt in Dresden und an der Universität Berlin. Er hatte sich für den Maschinenbau entschieden.

Als Sohn des großen Komponisten waren ihm die Studiengebühren erlassen worden. Nebenbei arbeitete er ab 1837 als "Freilehrling" im Zeichensaal der "Borsigschen Maschinenbau-Anstalt und Eisen gießerei" in Berlin, die damals noch am Oranienburger Tor ansässig war. Borig produzierte für das Bauwesen, die Wasserwirtschaft, die preußische Marine und später auch besonders für das Eisenbahnwesen. Weber konnte in der Firma alle Abteilungen durchlaufen und sich ausbilden lassen. 1841 wurde bei Borsig die erste preußische Dampflokomotive gebaut. Die Lokomotiven faszinierten Max Maria von Weber besonders. Nach dem Studium absolvierte er die Ausbildung auf Lokomotiven der Strecke Berlin – Jüterbog und legte die Prüfung als Lokomotivführer ab. Er fuhr ein Jahr lang als Lokführer und arbeitete danach in Werkstätten verschiedener Eisenbahngesellschaften. Mehrere Studienreisen führten ihn ins Ausland, u. a. nach Schottland und England, dem Ursprungsland der Eisenbahn. Hier traf er mit dem Erfinder der Dampflokomotive, George Stephenson, zusammen. 1846 wurde Weber technischer Leiter der Chemnitz – Riesaer Eisenbahn und später leitete er die Erzgebirgische Eisenbahn. 1848 heiratete Weber in Dresden Katharina Huberta Kramer. Aus der Ehe gingen zwei Töchter und ein Sohn hervor. 1849 wurde er Mitglied einer Dresdner Freimaurerloge. 1852 trat Max Maria von Weber als Finanzrat in den sächsischen

Staatsdienst ein, wo er am Aufbau des Telegrafendienstes beteiligt war. Er wurde technisches Direktionsmitglied, Staatseisenbahndirektor und Regierungsrat in Dresden. Weber trat für ein einheitliches Staats-Eisenbahnwesen ein, welches er für dringend notwendig hielt (wird heute mit der Privatisierung von Bahnen wieder rückgängig gemacht). 1870 folgte er dem Ruf nach Wien und war dort bis 1878 als Österreichisch-Ungarischer Hofrat tätig. In Wien starben 1874 seine Ehefrau Katharina und 1878 Tochter Karoline Maria. Im gleichen Jahr bekam Weber eine Anstellung als Regierungsrat in Preußen, was einen Umzug nach Berlin erforderlich machte, wo er zusammen mit seiner Tochter Marie wohnte. Max Maria von Weber starb wenige Tage vor Vollendung seines 59. Lebensjahres während eines Spazierganges in Berlin an Herzversagen. Beerdigt wurde er in der Familiengrabstätte auf dem Alten katholischen Friedhof in Dresden-Friedrichstadt.

Seine praxisnahe Ausbildung ließ Max Maria von Weber schon früh die Probleme und Gefahren des Eisenbahnbetriebs sowie die Sorgen und Nöte der Eisenbahner erkennen. Bei seinen Untergebenen gelangte er zu hoher Achtung und Wertschätzung. Die Sicherheit des Eisenbahnverkehrs lag Weber besonders am Herzen. So sorgte er für die Einführung

von Geschwindigkeitsmessern auf den Lokomotiven sowie für die Überdachung der damals noch offenen Lokführerstände, führte Bahnschranken ein und ließ die erste schmiedeeiserne Straßenbrücke sowie eine Schienenbiegemaschine bauen. Er projektierte Bahnhöfe – nach wie man heute sagen würde – logistischen Abläufen. Die roten Mützen der Aufsichtsbeamten gehen auf einen Vorschlag Webers zurück. Sie wurden deshalb auch als Weber-Mützen bezeichnet. Weber hatte sich zu einem

anerkannten Eisenbahnexperten entwickelt. Max Maria von Weber betätigte sich auch als Schriftsteller, was ihm die Bezeichnung Dichter-Ingenieur einbrachte. Er schrieb populär, erklärte technische Abläufe und befasste sich mit dem Selbstmord auf Eisenbahngleisen. Er war Verfasser von Eisenbahn-Novellen, Reiseberichten, Gedichten, Romanzen und setzte

sich mit Aufsätzen für die Förderung des Tierschutzes ein. Sein Buch "Die Schule des Eisenbahnwesens" diente mehreren Generationen von Eisenbahnern als Lehrbuch. In den Jahren 1864 bis 1866 erschienen die drei Bände der von ihm verfassten romanhaften Biografie seines Vaters. Heute sind Max Maria von Webers Werke fast ausnahmslos vergessen.

THEMA: BERLINER ORTE

DIE WECHSELVOLLE GESCHICHTE DER FINCKENSTEINALLEE 63
TEIL IV von Waltraud Käß



Foto: Waltraud Käß

Der Teil III dieser Serie endete mit dem Auszug der Alliierten Streitkräfte im Sommer 1994 aus den Andrews Barracks in Berlin-Lichterfelde. Die politische Entscheidung zu diesem Standort fiel zu Gunsten einer zukünftigen, zivilen Nutzung aus. Und genau zu diesem Zeitpunkt trat eine deutsche Behörde auf die Bühne dieser Geschichte, das „zentrale Archiv“ der Bundesrepublik Deutschland, das Bundesarchiv. Schon länger suchte die Behörde gemeinsam mit dem Bundesministerium des Innern (BMI) und der Oberfinanzdirektion Berlin im Berliner Raum nach einem zentralen Standort und hatte sich für das Gelände der ehemaligen Hauptkadettenanstalt beworben. Es waren dem Bundesarchiv seit dem Beitritt der DDR zur Bundesrepublik im Jahre 1990 „Neuzugänge“ aus der Archivlandschaft der DDR zugefallen. Dezentralisiert befanden sich Archive und Bibliotheken der DDR im Land Brandenburg und in Berlin. So wurde ein zentraler Standort gesucht, der den zu erwartenden Flächenbedarf für Archiv- und Bibliotheksgut bot. Die Argumente müssen wohl zwingend gewesen sein, denn die Ent-

scheidung fiel zu Gunsten des Bundesarchivs aus. Anfang Oktober 1994 nahm eine Projektgruppe der Behörde zur Vorbereitung der Zusammenführung ihre Arbeit auf. Damit schloss sich auch ein Kreis. Denn bereits im Jahre 1920 (siehe Teil II) hatte das Reichskolonialamt vorgeschlagen, das im Jahre 1919 gegründete Reichsarchiv auf dem Gelände der HKA unterzubringen, nachdem die Hauptkadettenanstalt entsprechend des Versailler Vertrages geschlossen wurde. Das konnte aus bekannten Gründen nicht realisiert werden. Um zu verstehen, warum für das Bundesarchiv ein großer, zentraler Standort in Berlin so notwendig war, muss die geschichtliche Entwicklung des Archivs zwischen 1919 und 1945 und zwischen 1946 und 1990 punktuell beleuchtet werden. Ebenso wie in der DDR gab es in der Bundesrepublik mehrere Dienstorte eines Archivs. Dienststellen befanden sich in Koblenz (Hauptsitz des Bundesarchivs), Frankfurt am Main, Aachen-Kornelimünster, Bayreuth, Freiburg, Sankt Augustin, um die wichtigsten zu nennen. Diese Zersplitterung wollte man nun in Berlin/Brandenburg verhindern. Das im Jahre 1919 gegründete Reichsarchiv war in Potsdam eingerichtet worden und sollte die Akten der zivilen und militä-

rischen Organe des Deutschen Reiches seit 1867 aufnehmen. Im Jahre 1924 wurde in Frankfurt am Main eine Dienststelle für die Aufnahme von Schriftgut des Deutschen Bundes und des Reichskammergerichts eingerichtet. Im Jahre 1935 erfolgte die Gründung des Reichsarchivs. Nachdem mit Gründung der Bundesrepublik Deutschland und der Deutschen Demokratischen Republik im Jahre 1949 zwei deutsche Staaten entstanden waren, stellte sich die Frage der Sicherung der nun zu verwaltenden Aktenbestände anders. Die Bundesrepublik Deutschland richtete im Juni 1952 mit Sitz in Koblenz das Bundesarchiv ein. Die Dienststelle Frankfurt am Main wurde eingegliedert. Im Jahre 1955 wurde eine Abteilung Militärarchiv eingerichtet, die im Jahre 1968 als Dienststelle Militärarchiv in Freiburg etabliert wurde. In Rastatt eröffnete das Bundesarchiv im Jahre 1974 eine „Erinnerungsstätte für die Freiheitsbewegungen in der deutschen Geschichte“. Und im Jahre 1986 wurde in Bayreuth ein Lastenausgleichsarchiv eingerichtet. Dort wurden die Unterlagen aus dem Bereich des Kriegsfolgerechts – Lastenausgleich nach 1945 – bearbeitet. In der Sowjetischen Besatzungszone wurde im Jahre 1946 das Deutsche Zentralarchiv aus der Taufe gehoben. Es hatte in der Tradition des Reichsarchivs seinen Sitz in

Potsdam. Im Jahre 1973 erhielt es den Namen „Zentrales Staatsarchiv“. Durch das Zentralarchiv wurden im Jahre 1946 und danach die geretteten Bestände des ehemaligen Reichsarchivs übernommen. Darüber hinaus mussten die Aktenbestände aus Rückführungen der vorübergehenden Beschlagnahme durch die Sowjetunion gesichtet, gesichert und untergebracht werden. In den Jahren 1955 und 1964 wurden in der DDR das „Staatliche Filmarchiv“ und das „Militärarchiv“ eingerichtet. Die USA, Großbritannien und Frankreich gaben ihr beschlagnahmtes bzw. gerettetes Schriftgut an die Bundesrepublik Deutschland zurück. An dieser Stelle muss eingefügt werden, dass sich darunter das Schriftgut der NSDAP, ihrer Verbände und Gliederungen befand. Diese Unterlagen wurden im streng bewachten „Berlin Document Center“ in Berlin-Zehlendorf untergebracht und bearbeitet. Erst im Juli 1994 wurde diese Dienststelle dem Bundesarchiv eingegliedert und die Übergabe der Aktenbestände in einem Regierungsabkommen zwischen den USA und der Bundesrepublik geregelt. Dass mit dem 3. Oktober 1990 und entsprechend des Einigungsvertrages auch die Archive der beiden deutschen Staaten zusammen kommen würden, stand zu diesem Zeitpunkt als Herausforderung vor den entsprechenden Organen, war aber in seiner Dimension noch gar nicht zu überblicken. Neben den dezentralisierten Dienststellen des Bundesarchivs im westlichen Teil waren im östlichen Teil neben dem Zentralen Staatsarchiv, dem Staatlichen Filmarchiv, dem Militärarchiv noch eine Vielzahl anderer Archive aufzulösen bzw. zu integrieren. Dazu gehörte z.B. auch das Parteiarchiv der SED, des FDGB, der FDJ, Archive der Verbände und Massenorganisationen der DDR, das Bildarchiv des Allgemeinen Deutschen Nachrichtendienstes (ADN), um nur einige zu nennen – es war eine komplexe und komplizierte Aufgabe, die manch politischer Entscheidung und vieler Kämpfe zum Erhalt des Archivgutes nicht nur ostdeutscher Historiker bedurfte. Von der Übernahme der beschäftigten Mitarbeiter ganz zu schweigen. Diese Zersplitterung der Bestände, Standorte

und Mitarbeiter sollte es für die Zukunft nicht mehr geben. Ein Prozess, der sich über einige Jahre hinzog. Aus der Gesamtliegenschaft der ehemaligen Andrews Barracks erhielt das Bundesarchiv neun Gebäude, Anlagen, Gehwege und Straßenflächen. Der südliche Bereich des riesigen Areals wurde bei Übernahme durch das Bundesarchiv ausgegliedert. Hier entstand das neue „Schweizer Viertel“, eine Mischung aus Wohn-, Reihen- und Einfamilienhäusern sowie Stadtvillen. Bei ersten Begehungen des Geländes und der Gebäude wurde ein ungeheurer Sanierungsbedarf festgestellt. Der Tagesspiegel schreibt z.B. am 17.10. 1994: „Nur die Erinnerungen an die GIs sind geblieben. Menschenleer ist der weite Appellplatz hinter dem Eingangportal. Der ehemalige Friendship Pub wirkt ebenso trostlos wie der ganz in dunkelgrün gehaltene Speisesaal, in dem die GIs einst ihre „candlelight dinners“ abhielten. In all ihrer Leere sehen die Räume jetzt schäbig und heruntergekommen aus...Jetzt muss diese umfassende Anlage vor der Verwahrlosung bewahrt bleiben.“ Damit hatte auch die Öffentlichkeit einen Eindruck vom Ausmaß der in der Zukunft zu leistenden Anstrengungen erhalten. So wundert es nicht, dass in einem ersten Schritt ehemalige, zivile Mitarbeiter der amerikanischen Streitkräfte vom Bundesarchiv eingestellt wurden. Sie verfügten über Ortskenntnisse und hatten das notwendige Insiderwissen über die Gebäude und technischen Anlagen. Die Vorbereitung der Räumlichkeiten für die Aufnahme von Kilometern Archiv- und Bibliotheksgut war das am schwierigsten zu lösende unter vielen anderen Problemen. Für die Ausstattung der Räume als Magazinräume mit Regalen und ihrer Belegung mit Schrift- und Bibliotheksgut stand eine ausreichende Verkehrslast der Geschosdecken nicht zur Verfügung. Für jeden Raum musste

somit ein statischer Einzelnachweis erarbeitet werden, um eine Lastüberschreitung zu vermeiden. In keinem der mehrgeschossigen Gebäude gab es Fahrstühle, das Archivgut bedarf besonderer klimatischer Bedingungen, die ebenfalls nicht gegeben waren. Man musste sich behelfen. Der Finanzbedarf ging in die Millionen – und bei klammen Kassen ist das Gesamtkonzept bis heute nicht vollständig umgesetzt. Aber man sagt ja, dass sich Provisorien am längsten halten – irgendwie läuft es schon. Die Umzüge der Archivbestände und des Bibliotheksgutes aus den Dienststellen des Berliner Raumes begannen im Juli 1995 und dauerten etwa ein Jahr. Die „Andrew Chapel“, die kleine Kirche im vorderen Bereich der Anlage nahm den Lesesaal der Bibliothek auf und wird immer wieder bewundert. Im Gebäude 901 etablierte sich der Lesesaal des Archivs, der jeden Tag durch nationale und internationale Besucher bevölkert wird. In allen Gebäuden gibt es Magazinräume. Ein altes Magazingebäude musste inzwischen einem Neubau weichen – ständig wird auf dem Gelände gebaut. Wie gesagt, das Gesamtkonzept ist noch nicht vollendet. Mit der Umbenennung der Bushaltestelle „Kadettenweg“ in „Bundesarchiv“ im Jahre 1997 ist der Standort des Bundesarchivs für Besucher und Benutzer auch im Stadtbild besser zu identifizieren. Die Einwohner des Stadtbezirks und auch viele andere Gäste hatten schon mehrmals Gelegenheit, bei einem „Tag der Offenen Tür“ Gelände und Gebäude zu besichtigen, wobei das Interesse immer sehr groß ist. Das Gelände und die Gebäude der Finkensteinallee 63 haben nun ihre endgültige Bestimmung erhalten. Damit beende ich diese Serie.

THEMA: NATUR, TOURISMUS

AUF EIN DAMPFBIER UND MANCH NATURGESCHICHTLICHES

von Ursula A. Kolbe



Foto: Erlebnis Akademie AG / Baumwipfel-
pfad Bayerischer Wald

In meinem ersten Beitrag mit Fahrtziel Natur in den Bayerischen Wald in der vorangegangenen „Spätlese“-Ausgabe, in der im Blickpunkt umweltschonende Schutz- und Tourismusgebiete in Kooperation der drei Umweltverbände BUND, NABU, VCD sowie der Deutschen Bahn stehen, hatten wir beeindruckende Erlebnisse in der Nationalpark- und Naturparkregion Bayerischer Wald. Ein Merkmal hier ist u. a. die Gästekarte GUTi für die Übernachtungsgäste zur kostenlosen Beförderung mit Bahn und Bus in dortige touristisch attraktive Ziele, also bequem mit der Bahn anreisen oder am Ferienort dann dem Auto seine „Auszeit“ gönnen. Dr. Kathrin Bürglen, die Projektleiterin Fahrtziel Natur bei der Deutschen Bahn, betonte im Verlauf unseres Aufenthaltes mit Blick auf das Alleinstellungsmerkmal u.a.: „Der Bayerische Wald ist deutschlandweit ein Vorreiter. Er ist die einzige Region, in der sowohl für Urlauber als auch für Tagesgäste und Einheimische beste Voraussetzungen in Sachen umweltschonender Mobilität vor Ort geschaffen wurden. Dafür sorgen das umlagefinanzierte GUTi und das kostengünstige Bayerwald-Ticket.“ Mit letzterem kann der ÖPNV in den Landkreisen Freyung-Grafenau und Regen sowohl in der Region rund um Lam für acht Euro pro Tag genutzt werden. Und darum geht es allen Akteuren auch, durch ein enges Miteinander aller Entscheidungsträger die Bekanntheit der Region zu steigern, das Angebot, wo möglich, weiter auszubauen. So

machte der VCD-Bundesvorsitzende Michael Ziesak deutlich, dass weiter am ÖPNV-Konzept gearbeitet werden müsse. Auch an anderen Stellschrauben, etwa den Beschilderungen der Haltestellen, könne man noch etwas drehen im Sinne weiterer Optimierungen. Dass sich der ständige Kampf für bessere Angebote lohne, sehe man aktuell an der Reaktivierung der Bahnstrecke zwischen Gotteszell und Viechtach.

Mit Neugler und Bierdurst In die 1. Dampfbierbrauerei Zwiesel

Wie schon gesagt, haben wir in wenigen Tagen viel erlebt. Dieses Mal steuern wir als erstes die 1. Dampfbierbrauerei Zwiesel an, eine Stadt im niederbayerischen Landkreis Regen und anerkannter Luftkurort. Elisabeth Pfeffer, die Ehefrau von Mark Pfeffer, der in nunmehr fünfter Generation im Familienbesitz heute die Geschichte der Brauerei leitet, empfängt uns in den altehrwürdigen Gemäuern. Sie führt uns anregend in die Geheimnisse des Bierbrauens ein. Die Tradition dieser 1. Dampfbierbrauerei geht auf Wolfgang Pfeffer zurück, der den Betrieb im Jahre 1889 gegründet hat. Von ihm stammt auch das Rezept für das süffige Dampfbier. Damals war im bayerischen Wald Weizen und Hopfen ein rarer Rohstoff. Aber Wolfgang Pfeffer braute trotzdem ein hervorragendes obergäriges Bier, das Dampfbier. Er verwendete kein Weizenmalz, sondern nur Gerstenmalz von einer leicht bräunlichen Farbe. Mit dem teuren Hopfen musste sehr gespart werden. Die Gärung mit obergäriger Hefe verlief rasch in hölzernen, offenen Bottichen bei Temperaturen von 18 bis 20 Grad C. Dadurch kam es zu einer heftigen Kohlensäureentwicklung, die an der „Decke“ (Schaum über der Flüssigkeit) große Gasblasen entstehen ließ. Diese zerplatzten von Zeit zu Zeit, so dass der Ein-

druck entstand, „das Bier dampft“: Der Name Dampfbier war geboren. Beim Rundgang weilt uns Elisabeth Pfeffer dann in weiteres Bierwissen ein wie die Brauarten von ober- und untergärigem Bier. Dabei legt sie die Betonung auf Anspruch an Qualität und Geschmack, auf die Harmonie von traditionellem Brauhandwerk und modernster Technik. Da die Produktionsanlagen komplett auf den natürlichen Prozess des Bierbrauens ausgerichtet sind, riechen und schmecken wir das Bier förmlich auf der Zunge. Das alles können interessierte Besucher bei einem Rundgang durch die Brauerei selbst erleben, die seit nunmehr 16 Jahren ihre Tore dafür öffnet. Groß ist das Interesse aus Nah und Fern, die Geschichte des Dampfbieres kennenzulernen, Einblicke in Sudhaus, Gärkeller, Filtration und Füllerei zu erhalten, den historischen Malzboden mit den alten Gerätschaften in Augenschein zu nehmen. Und selbstredend ist dann der krönende Abschluss der Umtrunk im „Schalander“, der alten Braustube, oder bei entsprechendem Wetter draußen im traditionsreichen bayerischen Biergarten. Natürlich steuerten auch wir am Ende unseres Rundgangs die gemütliche Atmosphäre des historischen Braustübls an, um beim süffigen Dampfbier und deftiger Brotzeit die interessantesten Stunden in Zwiesel ausklingen zu lassen. Übrigens: Jüngst auf der Grünen Woche in Berlin habe ich Elisabeth Pfeffer mit ihrem Ehemann Mark Pfeffer und den Eigentümer der Brauerei wiedergetroffen: In der Bayernhalle am Dampfbierstand, der seit vielen Jahren gern besucht wird und Anziehungspunkt vieler Stammesbesucher geworden ist. Ein gemeinsamer Erfolg mit dem Berliner Partner Michael Ruth, Inhaber von „Biere-der-Welt“ im Ber-

liner Einkaufszentrum Schöneweide und im Kaufpark Eiche bei Berlin, der auch das Dampfbier in Berlin und Umgebung vertreibt. Man dürfe zugleich die touristische Wirkung solch einer Messebeteiligung nicht unterschätzen, meint Elisabeth Pfeffer. „Wir hatten beispielsweise schon Besucher bei Führungen in unserer Brauerei in Zwiessel, die unser Dampfbier auf der Grünen Woche kennengelernt haben und dann neugierig auf dessen Geschichte und Herstellung geworden sind“, sagt sie.

Beeindruckender Besuch Im Hans-Eisenmann-Haus

Das Nationalparkzentrum Lusen im Bayerischen Wald lässt die Philosophie Natur Natur sein lassen im wahren Sinne des Wortes lebendig werden. Und zwar im Besucherzentrum im Hans-Eisenmann-Haus mit seiner Dauerausstellung „Weg in die Natur. Eine Geschichte von Wald und Menschen“.

Bei einem anschaulichen Rundgang mit seinem Leiter Christian Binder durch die sechs Bereiche mit der Geschichte des Nationalparks, seine Pflanzen und Tiere, Aufgaben und Ziele, jedes einzelne anregend für sich, hielten meine Blicke ein Zitat von Friedrich Hölderlin, einem der bedeutendsten deutschen Lyriker fest, der sagte:

„Wachs und werde zum Wald!
Eine beseeltere, vollentblühende Welt!
Sprache der Liebenden
Sei die Sprache des Landes.
Ihre Seele der Laut des Volkes!“

Sie stehen so sinnbildlich für Werden, Wachsen und Vergehen, für das Leben des Waldes. Und hier im Nationalpark kann man miterleben, wie der Wald wieder wilder werden kann. Auch dafür steht die große Forschungsabteilung im Nationalpark, von der Christian Binder wohl zu Recht mit Stolz spricht. Und betont dabei die sehr gute Zusammenarbeit mit den tschechischen Kollegen des angrenzenden tschechischen Nationalparks Šumatra.

Ein kleiner Einblick im Bereich Forschen wird visuell vermittelt. So macht z. B. eine Fotofalle aus der Luchsforschung Fotos von Besuchern, die kurz an der Fotogalerie erscheinen (aber danach sofort wieder gelöscht werden). Und letztendlich das Tor zum Wald, ein Tunnel mit einem Panoramafenster aus dem Nationalpark, die Verbindung zum tatsächlichen Wald – und eine Einladung, den Wald unmittelbar draußen zu erleben. Was wir dann auch machten.

Auf dem Baumwipfelpfad über die Waldkronen

Auf insgesamt 1.300 Metern in acht bis 25 Metern Höhe schlängeln wir uns durch und über Buchen, Tannen, Fichten... , vorbei an Informations- und Erlebnisstationen. Auf dem 44 Meter hohen Baumturm genießen wir die einzigartige Aussicht. Über die Berge Lusen und Rachel hinweg brei-

tet sich das Meer des Bayerischen und Böhmisches Waldes aus – an klaren Tagen liegt der Alpenhauptkamm vor den Augen der Betrachter.

Waldgeschichtliches Museum St. Oswald

Der Besuch hier, in walddhistorischer Umgebung, hat mich sehr beeindruckt, emotional berührt. Weil diese Einrichtung ihr Anliegen, dem Besucher die Naturgeschichte des Bayerischen und Böhmerwaldes nahezubringen - der Nationalpark liegt ja mittendrin im größten zusammenhängenden Waldgebiet Mitteleuropas – so klar und einleuchtend dargestellt wird, Wissen zu vermitteln im besten Sinne. Den tiefgreifenden Wandel von der Kulturlandschaft zur Wildnis könne man aber nur verstehen, wenn man ihre Geschichte der Landschaft, ihre Nutzung durch den Menschen und die historischen Traditionen der Bewohner kennt. Das Museum macht's möglich. Allein der „Moorfahrstuhl“ transportiert 12.000 Jahre zurück in den Beginn der Waldgeschichte. Der Waldboden, die Bäume, die Waldgesellschaften stellen sich vor und geben in der Installation „Walddynamik“ Einblick in die ungeahnte Vielfalt und Schönheit der Natur.

THEMA: NATUR, TOURISMUS

FRÜHLINGSWANDERUNG IM SELKETAL – BERICHT UND EMPFEHLUNG von Wolfgang Prietsch



Foto: Wolfgang Prietsch

Wenn man von der Urlaubslandschaft HARS spricht, denkt jeder sofort erst mal an die höchste Erhebung dieses mitteldeutschen Gebietes, den Brocken (1142 m). Sehr bekannt, besonders bei Wanderern, ist auch das wild zerklüftete und romantische Bodetal mit den Glanzpunkten Rosstrappe und Hexentanzplatz bei Thale. Wer aber kennt das im Unterharz/Südharz gelegene liebeliche Selketal zwischen Stiege im Wes-

ten und Meisdorf im Osten? Die Selke fließt von der Quelle bis zur Einmündung in die Bode bei Rodersdorf über 69 Km, davon 34 km im bewaldeten Harz.

Für uns war die Frühjahrsreise ins Selketal ein herausragendes Erlebnis im vergangenen Jahr! Während das wirklich sehenswerte Bodetal, vom Rappbodestausee beginnend bis Thale, von vielen durchwandert wird, trifft man im Selketal nur

wenige Wanderer an, hier ist alles ganz anders. Wir waren eine Woche lang in Friedrichsbrunn stationiert und sind von dort täglich nach Anfahr mit dem öffentlichen Bus zu jeweils anderen Startpunkten losgefahren (die Fahrt mit den öffentlichen regionalen Bussen war übrigens kostenfrei im bei der Unterkunftsbuchung erworbenen Urlauberpasse enthalten. Nach durchwandern einer Teilstrecke von jeweils etwa 15 bis 25 km sind wir dann vom Wanderendpunkt der Tagestour wieder mit einem Bus (teilweise umsteigen) nach Friedrichsbrunn ins Ferienhotel zurück gefahren. Auf diese Weise haben wir in 4 Tagestouren vom Quellgebiet bei Stiege bis hinter Falkenstein (natürlich incl. Burg) das wunderbare Tal durchlaufen. Der Weg führte über Güntersberge, Silberhütte, Alexisbad, Mägdesprung, Selkemühle bis Burg Falkenstein.

Der wohl schönste Teil beginnt ab Selkemühle, einer ehem. Talgaststätte (jetzt „Gott sei Dank“ geschlossen!). Ab Selkemühle öffnet sich ein breites Wiesental mit der darin mäandrierenden Selke, ganz ohne jegliche Ansiedlung und OHNE GASTSTÄTTE! Also Ruhe. Auf 10..15 km trafen wir nur zwei (natürlich ältere!) Ehepaare. Eine Offenbarung der Stille. Schließlich sind wir vor Ende der Wanderung noch auf die in der Höhe von 134 m liegende Burg Falkenstein gestiegen: Im Kunstreiseführer „Auf der Straße der Romanik“ (Schmidt-Buch-Verlag Wernigerode) steht über den Aufstieg aus dem Selketal auf den Burgberg geschrieben: „Letztes Stück sehr steiler Aufstieg“ - das war auch so!

Dafür entschädigte uns aber ein höchst sehenswertes Burgensemble. Und - wir hatten wieder ungeplant Glück - : Es war ein Montag, die Burg eigentlich da noch zu, aber dieser Tag war der erste im Frühjahr, wo auch Montag geöffnet war. Ergebnis: Burg war leer, alles wie ein Privatisimum für uns! Eine Besichtigung der bis auf 1120 zurückreichenden Höhenburg lohnt in jedem Falle: Sehr eindrucksvoll die funktionstüchtig restaurierte Burgküche (1491), der Rittersaal mit Stuckaturen, die zu den frühesten und besten ihrer Art in

Mitteldeutschland zählen, der Bergfried mit Burgverlies, die 20m tiefe Zisterne. Läuft man nach einem letzten faszinierenden Blick von der Aussichtsplattform im Burghof auf das darunter liegende Selketal wieder runter ins Tal und dann zurück Richtung Selkemühle, so ergibt sich ein ganz anderes Panorama des zwischen den begrenzenden Höhenzügen liegenden Selketales.

Eine zweite Tagestour kann man von Güntersberge immer der Selke abwärts folgend Richtung Silberhütte unternehmen. Hier sind am Wegrand immer wieder Erläuterungen über den vergangenen Bergbau lesbar. Auch dieser liebevolle Talteil hat hohen Reiz, besonders wenn die Frühjahressonne freundlich scheint und das junge Grün noch durchscheinend ist. Man folgt immer der im Tal verkehrenden Selketal-Bahn, die etwa alle zwei Stunden in einigem Abstand am Wanderer vorbeischnauft. In Silberhütte kann man wieder viel über die vergangene Bergbau-Tradition erfahren. Und Silberhütte bietet sich auch als Busstation für die Rückfahrt nach Güntersberge an. Von Güntersberge erreicht man mit dem Bus bequem andere Südharz-Orte z. B. Friedrichsbrunn oder - ganz im Süden - die malerische Harzstadt Stolberg (unbedingt ansehen!). Natürlich will der Selketal-Wanderer auch die Quelle dieses Harz-Flüsschens sehen.

Am 3. Wandertag sind wir nach Bus-Anreise von Friedrichsbrunn bis Güntersberge flussaufwärts Richtung Quellgebiet bei Stiege/Wüstung Selkenfelde gewandert. Hier geht der Wanderweg zunächst sehr schön am Güntersbergener Bergsee entlang, um einen kleinen Bergweiher am Katzsolbach herum und dann leider nahe der Strasse (B 242) entlang (Fahrzeuglärm, schlechter Weg), bis man durch ein Talrand-Wäldchen über Bahnhof Friedrichshöhe schließlich aufsteigend in das Quellgebiet der Selke auf der Stiegener Höhe kommt.

Hier empfängt den Wanderer ein

wunderschönes weites feuchtes Wiesengebiet mit seltenen Pflanzen und sehr schönen Feuchte liebenden Blumen. Es gibt mehrere Einzelquellen für die Selke in etwa 510 m ü NN.. Mitten in dieser ganz stillen Wiesenlandschaft haben wir ein Picknick gemacht, Tisch und Bänke sind einladend vorhanden.

Früher befand sich hier in einer Höhe von 495 m ü NN die heute (seit etwa 1500) wüste Siedlung Selkefelde. Sie ist bis auf das Jahr 961 rückverfolgbar: Erste Nennung in einer Urkunde Otto I. Von einer alten Kirchenruine dieser Siedlung (Selkirche) sind auf einer dazumal aufgeschütteten Erhöhung nur noch die Grundmauern sichtbar. Abwechslungsreich ist zweifellos auch eine 4. Tageswanderung von Silberhütte beginnend über Alexisbad und Mägdesprung bis Selkemühle. Hier kommt man an 4 ehemaligen, von Fürst Friedrich von Anhalt-Harzgerode um 1646 gegründeten Eisenhüttenwerken, den Friedrichshämmern, vorbei. Ebenso liegt am Weg der Herzog-Alexis-Erbstollen und, bei Mägdesprung, das Eisenhüttenwerk Carlswerk, ein Zeugnis technischer Industriekultur noch heute. Nach vier Wandertagen kann man, wenn Interesse vorhanden ist, noch besondere Kulturschätze erleben, liegt doch das Urlaubsgebiet nahe der „Straße der Romanik“. Wir haben uns diesen besonderen Wunsch jedenfalls an drei von sieben Urlaubstagen erfüllt: Erleben von romanischen Bauwerken zwischen Quedlinburg und Aschersleben. In einem seitlich abgelegenen Teil Quedlinburgs hat man z.B. einen nicht leicht zu findenden Ort für einen wunderbaren Fern-Blick auf die Stiftskirche, nämlich von der Höhe eines Beredigungshügels hinter der nicht so bekannten Wipertiklosterkirche. Überhaupt, diese Wipertikirche ist ein Kleinod! Hier waren wir in einer der kleinsten Krypten (aus der Zeit um 1020).

Nach ausführlichem Aufenthalt in Quedlinburg ging es weiter auf der Straße der Romanik (jetzt mit unserem Auto) über Gernrode (Stiftskirche), Ballenstedt (Klosterkirche und Grab Albrecht des Bären), Ermsleben (Konradsburg), Frose (Stiftskirche St. Cyriakus): All das, uns erst teilweise vorher bekannt, war ein gewaltiger Eindruck! Die St. Cyriakus-Stiftskirche in Frose liegt z.B. in absoluter dörflicher Stille abseits der Fernverkehrsstraße: Man kann Umfeld und Kirchenbau (innen und außen) einwirken lassen. Oder in der Krypta unter der Konradsburg-Kirche (abseits von Ermsleben): Da kann man einige erstaunlich gut erhaltene bzw. restaurierte Säulen-Kapitelle mit außerordentlichem

Formenreichtum (bedeutendes Denkmal spätromanischer Architektur im Harzgebiet) in Ruhe betrachten. Wir haben diesen Frühlingsurlaub in der ersten Mai-Woche durchgeführt, diese Reisezeit können wir sehr empfehlen: Es ist noch nicht sehr überlaufen, das Frühjahr ist eine sehr geeignete Wanderzeit. Man sollte, wenn man diese Selketalwanderung angeht, über ein tägliches Wandervermögen um 15..20 km verfügen, Bergsteigen ist hier nur ganz selten erforderlich. Als Urlaubsadresse kommen für eine Selketal-Wanderung Orte wie z. B. Friedrichsbrunn oder Allrode in Frage (mit Bus von dort

alles erreichbar): Wer wandern will, ist hier richtig, wer einen Urlaub in einen Kurort mit Flair, Gaststätten, Cafés und Bummelmeile erleben will, eher hier nicht, besser z. B. in Thale, Quedlinburg, Wernigerode. Neben anderen verfügbaren Wanderkarten empfehlen wir die Rad- und Wanderkarte Selketal-Bodetal, M 1:25000, ISBN 978-3-86973-034-9 (Kartographische Kommunale Verlagsgesellschaft Nordhausen).

Vielleicht sind Ihnen, liebe Leser, diese Informationen für einen Selketal-Urlaub dienlich.

THEMA: NATUR, TOURISMUS

AUCH IM URLAUB INKLUSIVE MITEINANDER LEBEN

von Ursula A. Kolbe



Foto: Ruppiner Seenland / Studio PROKOPY

Der Nationalpark Eifel in Rheinland-Pfalz und eine Wegstrecke kurz und knapp: In dem südwestlich von Köln gelegenen Großschutzgebiet kann die Natur wieder in ihren angestammten Kreislauf aus Werden und Vergehen zurückfinden; eben die Natur Natur sein – das Grundanliegen aller Nationalparke. Hier leben im wahrsten Sinne des Wortes die Urwälder von morgen. Der Nationalparkverwaltung Eifel geht es von Anbeginn darum, die entstehende Wildnis für alle erlebbar zu machen. Fest in ihrem Leitbild verankert ist damit auch das Entstehen zahlreicher barrierefreier Angebote. Mit dem interaktiven Naturerkundungspfad „Der Wilde Weg“ wurde vor rund zwei Jahren ein Meilenstein im barrierefreien Naturerleben in der Nationalparkregion Eifel gesetzt. Und mit eben diesem „Wilden Weg“ würdigte

kürzlich die Deutsche Bahn die seit mehr als zwölf Jahren kontinuierliche, ganzheitliche und sehr facettenreiche Arbeit in Sachen Barrierefreiheit mit dem 1. Preis des DB Award „Tourismus für alle“. Den 1.500 Meter langen Naturerkundungspfad „Der Wilde Weg“ mit seinen zehn interaktiven Erlebnisstationen besuchten seit seiner Eröffnung 2014 mehr als 115.000 Gäste. Rollstuhlfahrer können bequem eine eigens umgebaute Besucherkutsche nutzen oder sich bei einer geführten Tour in Elektrorollstühlen auf festgelegten Routen von einer Waldführerin den Nationalpark erläutern lassen. Regelmäßig gibt es Rangerführungen mit Gebärdensprachübersetzung und für Mobilitätseingeschränkte Rangertouren auf einem Rurseeboot. Seit September lädt auch die 2.000 Quadratmeter große Nationalparkausstellung „Wildnis(t)räume“ in Vogelsang ein, die die barrierefreie Ausstellungslandschaft der fünf Nationalpark-Tore vervollständigt. Schon im Vorfeld aller dieser Angebote wurde großer Wert auf eine enge Zusammenarbeit mit Fachinstitutionen und Experten mit und ohne Behin-

derung gelegt. Facettenreich, attraktiv und leichtverständlich für jedermann sollen so die in einem Wald-Nationalpark ablaufenden Prozesse erlebbar gemacht werden. Der Vorsitzende von Tourismus für Alle Deutschland e. V. (NatKo) und Tourismusbeauftragter des Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverbandes, Dr. Rüdiger Leitner, würdigte dieses überzeugende barrierefreie Konzept und die gut durchdachten Angebote, die die biologische Vielfalt des Nationalparks für alle erlebbar machen. Als Gründungsmitglied der Arbeitsgemeinschaft „Barrierefreie Reiseziele in Deutschland“ hat das Ruppiner Seenland seit vielen Jahren kontinuierlich und sehr aktiv das Thema Barrierefreiheit im Blick. Grund für die Jury, die Tourismusregion im Brandenburgischen Norden, auch Brandenburgs Blauer Norden genannt und die entlang der Oberen-Havel-Wasserstraße Berlin mit der Mecklenburgischen Seenplatte verbindet, mit vielen Angeboten am, auf und im Wasser mit dem 2. Preis des DB Award auszuzeich-

nen. Über 170 Seen, 250 befahrbare Wasserstraßen und malerische Flussläufe charakterisieren eine Landschaft, die schon Theodor Fontane verzaubert hat. Der ganzheitliche Ansatz für barrierefreie Reiseangebote im ländlichen Raum wurde in den letzten Jahren für alle Generationen weiterentwickelt. Dr. Carmen Hildebrandt, Geschäftsführerin Erfurt Tourismus & Marketing GmbH und Sprecherin der Arbeitsgemeinschaft „Barrierefreie Reiseziele in Deutschland“, meinte dazu: „Abwechslungsreiche Wasser- und Kulturerlebnisse machen das Ruppiner Seenland für Menschen mit und ohne Behinderung aktiv erlebbar.“ Honoriert wurde damit das komplette Angebot entlang der barrierefreien Servicekette und die Vernetzung von unterschiedlichen Leistungsträgern zum nachhaltigen Ausbau eines barrierefreien Tourismus in der ländlichen Ferienregion. Die Region Dachauer Land, nordwestlich von München, erhielt den 3. Preis des DB

Award. Sie entwickelte ein gutes ganzheitliches Konzept, das den Ausbau barrierefreier touristischer und bürgernaher Angebote verfolgt. Annerose Hintzke, Tourismus-Expertin des Sozialverbandes VdK Deutschland, kommentierte das so: „Lobenswert sind die vielseitigen Ansätze zur Barrierefreiheit und schon erste Erfolge in den Bereichen Freizeit, Kultur und Sport. Regelrecht spannend ist das Vorhaben für das inklusive Golfspielen.“ Die Jury-Mitglieder und die DB möchten damit den Aufbruch zu barrierefreien und inklusiven Angeboten in der Region stärken. Der eingeschlagene Weg mit diesen Ansätzen soll weiter verfolgt werden. Auf der Auszeichnungsveranstaltung in den Räumen des Bahntower am Berliner Potsdamer Platz hatte einleitend Bertold Huber, Vorstand Verkehr und Transport der Deutschen Bahn, in seiner Laudatio gewürdigt, dass

dem Unternehmen daran liegt, dass Menschen mit und ohne Behinderung im Alltag und auch im Urlaub inklusiv miteinander leben, reisen und ein vielfältiges Freizeitangebot erleben können. „Urlaub sollte für alle die schönste Zeit des Jahres sein. Wir freuen uns, dass es in Deutschland immer mehr Regionen gibt, die sich einen barrierefreien Tourismus zum Ziel gesetzt haben. Damit können alle mit der Bahn barrierefrei reisen und einen Urlaub ohne Grenzen erleben.“ Jury-Mitglieder sind Tourismus-Experten, betroffene „Experten in eigener Sache“, externe Partner und DB-Vertreter. Zusammen mit den Jury-Mitgliedern hatte Huber den drei Gewinnern das Preisgeld in Höhe von 5.000, 3.000 und 2.000 Euro überreicht.

THEMA: NATUR, TOURISMUS

UGANDA – EINE RUNDE RUM, TEIL 3

von Rays E. Tannthe



Foto: Rays E. Tannthe

Zur Erinnerung - Teil 1 handelte vom Beginn der Rundreise durch Uganda bis zu den Erlebnissen im Murchison Nationalpark, in Teil 2 besuchten wir den Queen Elizabeth Nationalpark. Nun geht die Reise weiter:

Paul ärgerte sich, dass er uns noch keine Großkatzen zeigen konnte. Im Queen Elizabeth Nationalpark ist es schwieriger Tiere zu finden. Das Gras ist hoch, die Euphorbienbäume stehen dicht gewachsen nebeneinander und man darf nicht vom Weg abkommen. Mittags probierte ich "local food", es gab Kochbananen

im Palmenblatt (es schmeckte nach Kartoffelbrei), Spinat und weiße Bohnen. Ja, jedes "Böhnchen ergab ein Tönchen". Als wir entspannt mit dem Boot über den Kazinga-Kanal fuhren, informierte sich Paul, wo die anderen Guides Löwen oder Leoparden sighteten. Genau dort fuhren wir hin. Seine Adleraugen erkannten von weitem das vom Baum herunter hängende Leopardenbeinchen. Die erste große Miese am 7. Tag. Und so eine Schöne! Geht doch. Paul klärte uns über jedes Tier auf und wir kannten sie bald besser als unsere zu Hause. Die Liste:

- ▶ stattliche Wasserböcke, Büffelherde mit Jungen, Warzenschweine
- ▶ eine fette Tüpfelhyäne, sie kam entspannt vom Breakfast
- ▶ Elefanten (Gewicht bis bis 7,5 t und ein Rüssel hat 40.000 Muskeln)

- ▶ Uganda Kobs und ein Leopard!
- ▶ Krokodile, Zeboramangusten
- ▶ Ginsterkatze, Kap Häschen (im Zickzacksprung unterwegs)
- ▶ Eisvögel, afrikanischer Nimmersatt (Storch mit gelben Schnabel)
- ▶ Schreiseeadler, Pelikane, Nilgänse, Seeschwalben, Graureiher, Seidenreiher, Kuhreiher, Schwarzkopfreiher, Gelbschnabel Madenhacker auf Büffel, Weißbrustkomorane, Heiliger Ibis, Marabu, Spornkibitz, Maskenwebervogel, Dorfwebervogel, Milch Uhu
- ▶ Palmengeier (fressen die Früchte von Palmen) Perlhühner, Hammerkopf (sammelte Materialien für sein Riesennest)
- ▶ Braunschlangennadler, Weißbrauensporn Kuckuck und Schopfadler

Paul erzählte vom Aberglaube: Sitzt ein Schopfadler auf dem Dach, bringt er dem Haus Unglück. Man kann ihn zusammen mit dem Unglück vertreiben, indem man glühende Holzkohlestücken nach ihm wirft (Steine zählen nicht). Dummerweise bringt diese Methode an den weit verbreiteten Strohdächern sofort Unglück. Es sind schon etliche Hütten abgebrannt.

Ein Büffel vor unserem Zelt genoss den Sonnenaufgang. Unser Frühstück musste warten, Büffel haben Vorrang. Auf der Fahrt zum nächsten Camp erzählte Paul eine Episode aus seinem Leben. Er wohnte ein paar Jahre bei seiner Oma auf dem Dorf. Er hatte viel Freiheit und eine glückliche Kindheit. Seine Eltern fanden einen guten Job in der Stadt. Die Oma verwöhnte ihn, wie es sich für eine gute Oma gehört. Sie fuhr jeden Mittag mit dem Fahrrad zur Schule und brachte ihm frisch zubereitete Kochbananen. Der Grund: als Schulesen gab es JEDEN Tag und all die Jahre nur EIN Gericht, Maismehlbrei und rote Bohnen, in der Schule bis zur Uni bis er 22 Jahre alt war. Paul hatte die Nase voll davon, er möchte das Gericht nie wieder in seinem Leben essen. Die Bohnen wurden in der Schulküche in großer Menge gelagert. Zwischenzeitlich bohrten sich Insekten hinein und diese wurden mit gekocht. So schwammen sie als Dekoration und Proteinbeilage im Brei herum und wurden unfreiwillig mit gegessen. Auf der Südseite des Queen Elizabeth Parks standen typisch afrikanische Akazien in der Landschaft herum. Nach ewigen Sandpisten kam eine asphaltierte Straße mit Geschichte. 70er Jahre: Idi Amin (schrecklicher Diktator und Massenmörder) blieb mit seinem Auto im Schlamm stecken. Er rief den Verkehrsminister an und sagte: „Wenn ich in vier Tagen zurück komme und diese Straße ist nicht in Ordnung, wirst Du einen Kopf kürzer gemacht.“ Und er meinte es ernst. Nach vier Tagen gab eine asphaltierte Straße, aber nur dort. Später begegnete uns ein Lkw im Straßengraben. Mehrere Leute versuchten ihn mit Baumstämmen abzustützen und mit Abschleppseilen herauszuziehen. Die Mission mislang, der zur Hilfe gekommene Transporter fuhr sich ebenfalls fest. Paul nutzte die Situation und huschte mit dem Jeep

zwischen durch. Das Ishasha Wilderness Camp war eine Überraschung. Sehr romantisch am plätschernden Waldbach (Ntungwe) gelegen. Darin wohnt das Flusspferd Henri. Er ist vom Edwardsee ausgewandert und hat sich ein ruhiges Plätzchen gesucht, ohne Männchenkämpfe und dem ganzen Stress. Das Camp ist im schönen Afrika Stil, alles mit Naturmaterialien oder Zivilisationsresten gefertigt. Die Zimmerlatschen sind aus Autoreifen, die Lampen aus Kalebassen (Flaschenkürbis) und die Tische aus Baumscheiben. Vor unserem Zelt sausten neugierige Meerkatzen herum, man sollte besser nichts draußen liegen lassen. Im Ishasha Gebiet, wir konnten es kaum glauben, hingen Löwen tatsächlich auf den Feigenbäumen! Vier junge entspannte Löwen auf einem Baum. Die Löwenmama hing im nächsten Baum und war sehr wachsam. Unterwegs hatten wir wieder eine Reifenpanne, diesmal hinten links. Im Busch war ein Reifenwechsel zu gefährlich, das Dorf zu weit weg, es blieb uns nur noch die Rangerstation. Die Ranger waren sehr hilfsbereit, endlich hatten sie mal Abwechslung. Ein aufregender Tag. Die Tierliste: Viele Wiederholungstäter wie Büffel, Glanzstar, Frankolins, schicke Perlhühner, Palmengeier, Wasserböcke und Elefanten

- ▶ der Nationalpark ist ein El Dorado für Vogelfreunde, es gibt 612 Vogelarten
- ▶ Weißbraunreutel, er kann Töne von anderen Vögeln imitieren
- ▶ Graurückenwürger, Weißrückengeier, Flötenwürger (wie Handy Klingelton)
- ▶ Meerkatzen, Leierantilopen (Topi)
- ▶ Baumlöwen (es ist nicht bekannt warum Löwen nur hier und ständig auf Bäume klettern)

Morgens, die Camp-Spezial-Dusche: Eine Portion warmes Wasser wurde zur vereinbarten Zeit im Gefäß mit einem Fla-

schenzug am Zelt hochgezogen. Nach der Ansage "ready!" kann man losduschen. Klappte prima und war mehr als ausreichend. Wir fuhren stundenlang über staubige Pisten, durch Dörfer und Städte. Paul ließ an der ersten Tankstelle den Reifen reparieren. Ganz klassisch afrikanisch. Mit ordentlich Spucke das Loch lokalisieren, mit einem spitzen Gegenstand das Stoffteilchen ganz tief in das Loch hineinstopfen und ein kleines bisschen herausgucken lassen, Reifen aufpumpen, bezahlen, fertig. An den jungen Hyänen konnten wir nur kurz stehen bleiben. Sie kamen neugierig zum Auto gelaufen und beschnupperten das komische Tier mit den Rädern unten dran. Paul befürchtete, dass sie mit ihrem sehr kräftigen Gebiss in den Reifen beißen. Nicht schon wieder... Unterwegs erzählte er gewohnt über Land, Leute, Baumlöwen und Elefanten: Die Baumlöwen bevorzugen eine ganz bestimmte Baumart: Sycamore fig. Der Stamm ist einer Platane ähnlich, der Rest sieht aus wie eine Feige. Die Früchte werden gern von Vollbart-Meerkatzen gefressen. Dumm ist nur, wenn die Löwen gegen Mittag auf den Baum klettern. Die Meerkatzen kommen nicht rechtzeitig herunter und klettern in die Baumspitze. Dort müssen sie ausharren, bis die Löwen ausgeschlafen haben. Das kann bei Miezkatzen sehr lange dauern. Elefanten schwitzen nicht, sie regeln ihre Körpertemperatur über ihre großen Ohren. Wenn das Blut vom Ohr zurück in den Körper fließt, ist es 9 Grad kühler. Sie geben Laute (Infrasound) ab, die wir nicht hören können, aber dafür der nächste Elefant bis 8 km Entfernung.

Die Landschaft änderte sich, Tee- und Kaffeeplantagen zogen vorüber. Es wurde zunehmend hügeliger, wir näherten uns den Berggorillas und fuh-

ren abenteuerliche Serpentinaen entlang. Der Gegenverkehr hüllte uns unbarmherzig in rote Staubwolken. So schnell kann kein Mensch das Fenster hochkurbeln. Plötzlich stand ein Riesenbagger in der Kurve, wir kamen einfach nicht vorbei. Eine Stunde dauerte es, ehe die Straße frei gebaggert war. Irgendwann kam tatsächlich eine echte befestigte Straße. Natürlich mit Geschichte: Der Präsident versprach den Leuten jeweils zur Wahl alle fünf Jahre, eine Straße zu bauen. Dummerweise vergaß er das nach der Wahl gleich wieder, nach herkömmlicher Politikermanier. Nach 15 Jahren unerfüllter Versprechungen gruben die Einwohner einen tiefen Graben zum (sehr einträglichen) Nationalpark und beschlossen: Wir gehören nicht mehr zu Uganda. Gleich zwei Tage später begann der Bau einer neuen Straße.

Stichwort Wahl. Davor werden regelmäßig im ganzen Land alle Social Media Kanäle gesperrt. Kein Whatsapp, Facebook, Instagram, Twitter und Co ist mehr möglich. Es soll eventuelle Oppositionsbewegungen verhindern und der Wiederwahl des Präsidenten förderlich sein. Die Jugend findet das weniger gut. Präsident Museveni hält sich tapfer seit 1986. Nach Stunden passierten wir den Bwindi Nationalpark, hier leben die seltenen Berggorillas. Zerstören sie aus Versehen eine Bananenplantage, da ihnen das Innere des Baumstammes besonders gut schmeckt, erhält der Bauer eine Entschädigung vom Staat. Berggorillas lassen sich nicht im Zoo halten, sie sterben in Gefangenschaft. Im Zoo sind nur Flachlandgorillas zu be-

wundern. Daher ist hier die halbe Welt hergekommen, insbesondere Amerikaner. Diese bevorzugen den Direktflug mittels Helikopter und fahren nicht wie wir stundenlang über staubige Pisten in diese Region. In der Cloud Lodge in ca. 2300m Höhe werden wir von einem deutschen Chef begrüßt. Die Lodge ist vollgestopft mit schöner Afrikakunst aus dem Kongo. Wir geraten mächtig ins Trudeln, wir haben doch schon eine so tolle Wildkatzen-Bronzeskulptur. Finito. Abends machte uns der Zimmerservice den Kamin an (ja, wir sind in Afrika, allerdings weiter oben auf einem kühlen Berg). Warum müssen wir eigentlich morgen in aller Frühe zu den Berggorillas, wenn es hier so gemütlich ist?

THEMA : GESUNDHEIT

DAS KLEINBLÜTIGE WEIDENRÖSCHEN

von Brigitte Foerster



Foto: Werner Foerster

Im letzten Jahr verlebten wir unseren Urlaub wieder einmal in Heviz / Ungarn. Als wir dort eintrafen, schien die Sonne und dies konstant 14 Tage. Das war für uns passend, insbesondere für den täglichen Aufenthalt im Heilsee. Nach dem Baden und dem Mittagessen wurde stets eine Ruhepause eingelegt. Danach schloss sich der Stadtbummel an, die vielen kleinen Läden mit ihren Raritäten und Gebrauchsartikeln hatten mich in ihren Bann gezogen. Auch das Eisangebot ist umwerfend, diese Vielfalt habe ich noch nirgends gesehen. Überall drängelten sich die Menschen, nahmen alles in Augenschein. So hörte ich immer

wieder die unterschiedlichsten Sprachen, schließlich hat Heviz Gäste unterschiedlicher Nationalitäten. Unser Weg führte uns weiter zu einem Weinrestaurant. Prima, die Sitzplätze waren im Freien. Mein Mann und ich suchten uns einen Tisch unter einem Sonnenschirm. Ich hörte: „Nehmen sie doch hier Platz.“ Es war ein Ehepaar in unserem Alter, ja, auch schon über 70 Jahre, so schätzte ich. Mein Mann holte sogleich den Rotwein, er war köstlich. Ich sagte natürlich: „Zum Wohl“, wir stießen mit unseren Gläsern an und kamen ins Gespräch. Sie kamen aus Österreich, aus Graz. Wir sprachen über vieles, aber auch darüber, dass sie ganz begeisterte Heviz-Besucher sind, sie kommen jedes Jahr 2-3-mal hierher. Die Dame erzählte mir, daß sie auch einen großen Garten haben und deshalb nur bestimmte Urlaubszeiten wählten. Aus einem ganz bestimmten Grund fragte ich sie, ob sie denn auch Kräuter anbaut. Sie berichtete natürlich ganz aus-

föhrlich darüber. Da war jetzt meine Frage, ob denn auch das kleinblütige Weidenröschen darunter sei. Das verneinte Sie. Dabei sah ich meinen Mann an, und er nickte. Ich hatte nämlich beobachtet, dass ihr Mann ca. alle 30 Min. die Toilette aufsuchte. Mein Mann erzählte, dass bei ihm vor zig Jahren vom Urologen ein Tastbefund festgestellt wurde und der Urologe ihm das Medikament „Prostagutt“ verschrieb. Doch diese Flüssigkeit schmeckte schauerhaft! Da lasen wir beim Besuch meiner Mutter im Buch „Heilkräuter aus dem Garten Gottes“ über das kleinblütige Weidenröschen und seiner Heilkraft bei Prostata-Vergrößerungen, denn diese haben das häufige Wasserlassen zur Folge. Das Ehepaar hatte ganz interessiert zugehört, und die Frau fragte sogleich nach der Anwendung. Mein Mann erzählte weiter, dass dieses Heilkraut in der Apotheke der damaligen DDR nicht erhältlich war und in Westberlin von uns nicht erworben

werden konnte. Als wir den Garten meiner Mutter besuchten, haben wir es beim Arbeiten entdecken können. Wir stellten fest, dass es auch in unserem Garten wächst. So stand der sofortigen Teebereitung nichts mehr im Wege. Mein Mann erzählte den beiden, dass er schon nach der dritten Tasse eine Erleichterung verspürte. Sein nächster Besuch beim Urologen nach 6 Monaten fiel wie folgt aus: „Kein Tastbefund mehr! Hat doch gut geholfen das Prostagutt.“ „Nein, das habe ich

nicht genommen!“ „So? Was dann?“ „Den Tee vom kleinblütigen Weidenröschen.“ Darauf meinte mein Urologe: „Ja, das kann man auch machen.“ Meine Nachbarin holte sogleich einen Kugelschreiber hervor und ihr Mann Schreibpapier von der Theke. Ich schrieb ihr alles auf, sie bedankten sich sehr. Sie hatten sich zu dieser Angelegenheit zwar nicht geäußert, doch, wir wussten was Sache war. Noch

eine ganze Weile saßen wir zusammen, tranken den Rotwein und plauderten. Unsere Verabschiedung fiel so herzlich aus, als wenn wir uns schon lange gekannt hätten. Zum Abschluss sagte ich: „Wir fahren morgen nach Hause, vielleicht aber sehen wir uns hier wieder, im nächsten Jahr, um die gleiche Zeit.“

THEMA : GESUNDHEIT

32 ARTISTEN IN WEIß von Christa-Dorit Pohle



Foto: Tim Reckmann / pixelio.de

Wir alle wissen, dass zu Feiertagen sehr viel Süßigkeiten vernascht werden. Wir Senioren haben vielleicht schon Probleme mit der 3. Garnitur und dann muss der Zahnarzt hilfreich einschreiten. Bei Kindern und Jugendlichen ist es ja besonders wichtig, die Zähne regelmäßig zu pflegen. Die meisten Eltern wissen natürlich, wie negativ es sich auf die Gesundheit ihrer Sprösslinge auswirken kann, wenn es mit dem Putzen nicht klappt und versuchen, zur richtigen Zahnhygiene zu erziehen. Sie gehen mit gutem Beispiel voran. Ich habe gehört, dass manche Eltern eine elektrische Zahnbürste zu Hilfe nehmen, um zum regelmäßigen Zähneputzen anzuregen. Das scheint auch zu klappen, weil für Kinder der Gebrauch einer elektrischen Zahnbürste absolut „cool“ ist. Eine Freundin von mir hat für ihre Enkelkinder ein Buch von Dr. Alexander Lehnartz gekauft. Der Zahnmediziner hat ein unterhaltsames Buch über „32 Artisten in Weiß“ geschrieben, die weit mehr können, als Nahrung zerkleinern. Beim Vorlesen

des Buches gingen die Kinder mit ihr zusammen auf Entdeckungsreise durch die „wunderbare Welt der Zähne“. Sie fanden den Inhalt des Buches so interessant und lehrreich, dass sie nun keine Zahnputzmuffel mehr sind. Die Freundin erzählte mir aber auch, was sie selbst alles noch lernen konnte beim Lesen dieses Buches. Mal ehrlich, hätten Sie gewusst, dass der Zusammenhang zwischen Zahnfäule und Zucker erst 1889 entdeckt wurde? Ein amerikanischer Wissenschaftler hatte damals herausgefunden, dass Bakterien den Zucker im Mund in Säuren umwandeln und diese Karies verursachen können. Tausende von Jahren glaubten die Menschen, dass der „Zahnwurm“ Karies auslöst und dieser Aberglaube hält sich bis ins 18. Jahrhundert. Von Ludwig XIV, dem berühmten Herrscher Frankreichs wusste man, dass ihm die Zähne im Mund verfault sind. Damals waren die Süßigkeiten aus Zucker ja nur für die vornehme Gesellschaft erschwinglich. Wer ausgiebig naschte, musste dann später sehr leiden. Um 1700 entwickelte Christoph von Hellwig, der Gemeindefarmer von Bad Tennstedt in Thüringen, eine Zahnbürste. Aber die erste richtige Zahnbürste wurde bereits im 16. Jahrhundert in China erfunden. 1869 gab es die erste Zahnbürste in Deutschland.

1963 stand die erste elektrische Zahnbürste zur Verfügung und dann ging es steil nach oben mit der Entwicklung. Manche Leute haben nun schon elektrische Zahnbürsten mit Putzcomputer und Apps. Ich bin nach dem Gespräch mit meiner Freundin neugierig geworden auf dieses Buch und werde es mir kaufen. Vielleicht möchten Sie auch mehr über die „Wunderbare Welt der Zähne“ erfahren.

„Doc Alex' wunderbare Welt der Zähne. Alles was wir schon immer über Zähne wissen wollten“ von Dr. Alexander Lehnartz und Cornelia Höchstetter.

THEMA: GESUNDHEIT**SENIOREN UND AUTOFAHREN**

von Edelgard Richter



Foto: Dieter Schütz / pixelio.de

Immer wieder wird in den Medien die Frage erörtert, ob für ältere Autofahrer eine Fahrtüchtigkeitsprüfung oder auch nur ein Gesundheitscheck gesetzlich eingeführt werden sollte, da diese Gruppe der Autofahrer für viele Unfälle verantwortlich wäre. DEKRA und ADAC haben sich dieser Frage angenommen und setzen auf die Eigenverantwortung der älteren Verkehrsteilnehmer. Nicht zu bestreiten ist, dass die Zahl der älteren Autofahrer aufgrund der demografischen Entwicklung ständig zunimmt. DEKRA und ADAC arbeiten jedoch seit Jahren auf dem Gebiet der Verkehrssicherheit eng zusammen. Die Lebenserwartung der Bevölkerung in Deutschland nimmt ständig zu. Jedoch ist der in den Medien immer wieder geäußerte Generalverdacht, dass ältere Autofahrer

vermehrt Unfälle verursachen, aus Sicht des ADAC nicht gerechtfertigt. Er plädiert dafür, durch bessere Aufklärung das Bewusstsein für die Selbstverantwortung bei dieser Gruppe der Verkehrsteilnehmer zu stärken. Gesetzliche Vorschriften würden keine Verbesserung der Verkehrssicherheit bringen. Auch ein 75jähriger sollte noch Autofahren dürfen, wenn er fit ist. Gerade Senioren sind gerade auf dem Lande auf das Auto angewiesen. Sie haben ein Recht auf Mobilität. Es kann jedoch nicht bestritten werden, dass eine wachsende Anzahl von Senioren im Straßenverkehr verunglücken und dabei verletzt werden, was Anlass zur Sorge gibt. Gemessen an der Gesamtbevölkerung ist der Anteil von Senioren an Unfällen mit Personenschaden jedoch gering. Wie das Statistische Bundesamt prognostizierte wird der Anteil der 65jährigen in Berlin bis zum Jahr 2030 auf 26,5 Prozent steigen; in Brandenburg auf 35,2 Prozent. Gleichzeitig wird der Motorisierungsgrad der Senioren überproportional zunehmen. In Berlin und Brandenburg nahm der Pkw-Besitz bei Senioren über 70 Jahre

in den vergangenen Jahren um 25 Prozent; bei Senioren über 75 Jahre sogar um 38 Prozent zu. Damit ist die Automobilisierung der Senioren so hoch wie nie zuvor. Um das Bewusstsein für Selbstverantwortung zu stärken, bietet der ADAC Berlin-Brandenburg regelmäßig unterschiedliche Veranstaltungen an, bei denen Senioren ihre fahrerischen Fähigkeiten überprüfen und trainieren können. Außerdem gibt es kostenfreie Seminare, um das Wissen aufzufrischen und sich über technische Entwicklungen und rechtliche Neuerungen rund um den Straßenverkehr zu informieren. In kleinen Gruppen mit geschulten Moderatoren können die Teilnehmer Themen wie Gesundheit und Leistungsfähigkeit, neue Verkehrsregeln, Technik und altersgerechte Ausstattung von Fahrzeugen, Sicht und Wetter sowie nach individueller Vereinbarung eines Termins weitere Schwerpunkte besprechen. Mobil sein und damit unabhängig bis ins hohe Alter, gehört nach Ansicht vieler Menschen zu den Grundsätzen von Lebensqualität.

THEMA: GESUNDHEIT**MAGEN-DARM-INFEKTION**

von Edelgard Richter



Foto: NicoLeHe / pixelio.de

Es kann jeden treffen und überfällt die Menschen urplötzlich und meist ohne vorherige Anzeichen: Der durch Noroviren verursachte Brech-Durchfall, auch Magen-Darm-Grippe (Gastroenteritis) genannt. Als Begleitscheinungen können Bauch-, Kopf- oder Gliederschmerzen auftreten sowie eine leicht erhöhte Temperatur. Die akute Erkrankung dauert im Durchschnitt 12 bis 48 Stunden. Danach fühlt sich der Patient oftmals sehr matt. Eine ärztliche Behandlung

ist in den meisten Fällen nicht erforderlich; die Beschwerden klingen nach fünf Tagen von selbst ab. Wichtig ist es, in dieser Zeit sehr viel zu trinken um den Flüssigkeitsverlust wieder auszugleichen und einer Dehydrierung vorzubeugen. Dazu eignen sich insbesondere mit Wasser verdünnte Säfte, Mineralwasser, Brühe oder gezuckerter Tee. Als Nahrung werden Zwieback, Salzstangen oder Nudeln in Hühnerbrühe empfohlen. Die Übertragung der Viren erfolgt durch

Schmier- oder durch Tröpfcheninfektion, aber auch durch rohe Lebensmittel und Meeresfrüchte, also Salate, Obst oder Krabben. Die Erkrankung ist hoch ansteckend. Eine Ansteckungsgefahr besteht bis zu 48 Stunden nach Abklingen der letzten Symptome, weshalb besondere Hygienemaßnahmen eingehalten werden müssen. Noroviren sind gegenüber Desinfektionsmitteln

unempfindlich und lassen sich auch durch gründliches Putzen nicht gänzlich beseitigen. Sie überstehen Temperaturen von minus 20 bis plus 60 Grad Celsius und treten in Privathaushalten, Kitas, Senioreneinrichtungen und auf Kreuzfahrtschiffen auf. Dauert die Erkrankung länger als zwei oder drei Tage, sollte

ein Arzt aufgesucht werden. Das gilt auch dann, wenn hohes Fieber oder Blut im Stuhl auftritt. Eine Impfung gegen die Noroviren gibt es nicht; auch Antibiotika sind nutzlos, da es nur gegen bakterielle Erkrankungen wirkt.

THEMA : GESUNDHEIT

DIE GESCHICHTE DER BRILLE

von Edelgard Richter



Foto: birgith / pixelio.de

Es gibt viele Menschen, die eine Brille tragen. In Deutschland gibt es 64 Millionen Brillenträger, davon sind 67 Prozent Frauen und 59 Prozent Männer. Schon im Altertum konnten die Menschen schlecht sehen, weshalb sich viele berühmte Forscher mit einer Sehhilfe beschäftigten. Archimedes (287-212 v. Chr.) erfand den Brennspeigel, mit dem er angeblich römische Schiffe in Brand gesetzt haben soll. Der römische Schriftsteller Gajus Plinius (23-79 v. Chr.) schrieb, dass eine wassergefüllte Glaskugel vergrößernd wirkt. Schon der arabische Mathematiker und Optiker Ibn al-Haitam (965-1039 n. Chr.) schrieb in dem Buch „Schatz der Optik“, dass eine geschliffene optische Linse zu besserem Sehen verhelfen könnte. Dieses Buch wurde um 1240 ins Lateinische übersetzt und europäische Mönche, die damals eine der wenigen waren, die Lesen und Schreiben konnten, befassten sich mit der Idee. Eine Sehhilfe für beide Augen wurde Ende des 13. Jahrhundert in der Toskana erfunden; vorher behalf man sich mit Lesesteinen, die aus Bergkristall oder Beryllen gefertigt waren, wobei die berühmten Glasbläsereien von Murano in der Nähe von Venedig führend

waren. Einige Zeit später wurde die Nietbrille erfunden, indem man die beiden Gläser mittels Metall, Holz, Leder oder Horn miteinander verband und sie sich vor die Augen hielt. Im abergläubischen Mittelalter wurden die Männer oft als dämonische „Männer mit den vier Augen“ betrachtet. Frauen konnten eine Sehhilfe gar nicht benutzen; sie wurden dann als Hexen angesehen. Als 1445 Johann Gutenberg den Buchdruck erfand, stieg die Nachfrage nach Brillen ständig an. Anfang des 16. Jahrhundert bildeten sich in den Städten Nürnberg, Regensburg, Fürth und Augsburg die Zünfte der „Parillenmacher“, die Brillen aus Glas fertigten. Es entstanden Stirnreif- und Gelenkbrillen, auch Brillen, die mit einem Faden hinter dem Ohr befestigt wurden. Die Mützenbrille wurde überwiegend von Frauen und Personen höheren Standes getragen, die beim Grüßen die Kopfbedeckung nicht abnehmen mussten. Die Weiterentwicklung des Lesesteins war das Monokel, das bereits im 14. Jahrhundert erfunden, aber erst im 16. Jahrhundert genutzt wurde. Zu einer Modeerscheinung wurde es im 18. Jahrhundert beim wohlhabenden Bürgertum. In dieser Zeit wurde auch der Zwicker erfunden. Der französische Staatsmann Kardinal Richelieu (1585-1642) benutzte ein Binokel und Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832) ein Lorgnon, auch als Scherenbrille bezeichnet. 1727 erfand der englische Opti-

ker Edward Scarlett die erste Brille, die Ohrenbügel hatte. Sie setzte sich aber erst einmal nicht durch, weshalb Lorgnon, Monokel und Zwicker bis ins 20. Jahrhundert benutzt wurden. Schwierigkeiten bekamen kleine Beamte in ihren Behörden, wenn sie ihren Vorgesetzten mit einer Brille entgegen traten. Noch im 19. Jahrhundert konnten Diplomaten in Ungnade fallen, wenn sie mit Augengläsern zu ihrem Monarchen kamen. Über dieses Vorurteil setzte sich als erster Herzog Guillaume IV. von Luxemburg (1852-1912) hinweg: Er ließ sich auf einer Briefmarke mit einem Kneifer abbilden. Neue Werkstoffe im 20. Jahrhundert, insbesondere Kunststoffe, ließen die Brillen immer leichter werden. Inzwischen sind sie vielfach ein modisches Accessoire geworden, mit dem sich auch berühmte Modemacher, unter anderem auch Dior, beschäftigten. Lange Jahre durften Schlagersänger nicht mit Brille auftreten, auch wenn sie halbblind auf die Bühne stolperten. Das änderte sich mit einem Auftritt der griechischen Sängerin Nana Mouskouri 1961 in Deutschland, als sie „Weiße Rosen aus Athen“ sang und mit einer dicken schwarzen Brille auftrat, die inzwischen zu ihrem Markenzeichen wurde. Prominente Brillenträger sind Ray Charles, Elton John, Heino, Karl Lagerfeld, Woody Allen oder Gandhi.

THEMA: KURZGESCHICHTEN, GEDICHTE

WAS FÜR EIN TAG...

von Waltraud Käß



Foto: Ilona Steinchen/www.pixelio.de

Einiges musste noch erledigt werden. Regina stand im Bad und während sie sich die Zähne putzte, überlegte sie, dass eine Vorsuppe vielleicht doch angebracht wäre, wenn der angekündigte Besuch am Donnerstag zum Essen eintreffen würde. Suppe löffeln und erste Informationen austauschen ist doch eine gute Mischung, dachte sie. Das verkürzt die Zeit bis zum Hauptgang. Alle sind beschäftigt, und Onkel Heinz kam vorerst nicht dazu, seine schon so oft gehörten Witze zu erzählen. Aber er kam wenigstens mit knurrendem Magen, während Tante Eva wie immer klagte, dass sie doch eigentlich überhaupt keinen Hunger hätte, während sie an ihrem Martini nippte und nach den Oliven, den süßsauren Gürkchen und den Perlzwiebeln griff, die als erster Willkommenssnack dekorativ auf dem Tisch angerichtet waren. Den Zahnputzbecher noch in der linken Hand, mit der restlichen Zahnpasta im Mund das Wort Möhren vor sich hin murmelnd, rannte Regina in die Küche, griff mit der rechten Hand zum Bleistift und notierte Möhren, Ingwer, Zahnpasta, denn die ging gerade zu Ende. Sie würde eine Möhren-Ingwer-Cremesuppe kochen. Die Spannung in ihrem Gesicht verlangte nach der täglichen Ration Creme und erinnerte sie daran, dass sie für die Suppe auch einen Becher Creme fraiche brauchte. Wieder rannte sie in die Küche, verrieb mit der linken Hand die Cremepickel in ihrem Gesicht und notierte Creme fraiche neben Zahnpasta. Der forschende Blick in den Kühlschrank offenbarte ihr eine

gewisse Leere. Richtig, die letzten zwei Tage hatten sie nur von Resten gelebt. Sie kochte einfach immer zu viel. Spaghetti waren übrig geblieben, Tomatensauce mit Hackbällchen wollten aufgebraucht werden, eine Vorratsdose mit Spinat hatte sich auch in der hinteren Ecke gefunden. Ein paar Eier dazu, fertig war das Mittagessen. Im Eierfach langweilte sich ein einziges Ei. Sie sollte frische Eier kaufen, denn Onkel Heinz liebte gekochte und geviertelte Eier als Dekoration auf seinem Salat. Die Uhr zeigte bereits auf zehn. Sie rannte ins Schlafzimmer, zog ein frisches T-Shirt aus dem Schrank und dachte darüber nach, dass sie vielleicht die Betten frisch beziehen sollte, verwarf den Gedanken gleich wieder und mit ihm die frischen Eier. Schließlich würden ihre Gäste keinen Mittagsschlaf in ihren Betten machen. Die Blumen mussten noch gegossen werden. Während sie aus der kleinen Gießkanne die Balkonblumen mit Wasser versorgte, fiel ihr ein, dass sie doch noch mal den Getränkevorrat überprüfen sollte. Natürlich, der Bierkasten war schon wieder halb leer. Für Nachschub musste gesorgt sein. Tante Eva trank am liebsten Radler, aber Onkel Heinz wollte ein anständiges Bier und sie würde sich wie immer mit Wasser begnügen. Sie bückte sich, um die Flaschen zu zählen, als sich die halbvolle Gießkanne auf den Fußboden ergoss. Das haste nun davon, sagte sie vor sich hin, warum willst du auch immer alles gleichzeitig machen. Für ihren Mann schrieb sie einen Extra-Einkaufszettel, Getränke waren seine Sache. Während sie Kuchenmehl und Sahne auf ihrem Einkaufszettel notierte, gab die Wohnungsklingel eindringliche Töne von sich. Dieser Ton kam von der Haustür, also beehrte jemand Einlass. Auf ihre Frage bekam sie keine Antwort.

Wieder klingelte es, dieses Mal an der Wohnungstür. Ein Blick durch den Spion – es war der Paketdienst. Natürlich nicht für sie, sondern für die jungen Nachbarn. Die arbeiteten Beide, da half man doch gern. Im Bad zog sie die Bürste durch ihre Haare, rannte wieder in die Küche, Haarwäsche und Spray standen nun einträchtig neben Butter, Sahne und Mozarella. Aber noch immer hatte sie keine Idee, welches Hauptgericht sie für ihre Gäste kochen sollte. Vielleicht kam ihr im Supermarkt die Erleuchtung. Ob das Geld noch reicht? Komisch, in der letzten Zeit reichte das Wirtschaftsgeld nicht so lange wie sonst. Es gab wohl wieder schlechende Preissteigerungen, die nicht gleich auffielen. Hatte sie alles? Ihren Rentnerporsche, Geldbörse, vorsichtshalber auch die EC-Card, Einkaufszettel. Sonderangebote oder Vorräte für den Tiefkühlschrank wandern vielleicht noch mit in den Einkaufswagen. Es waren nur wenige Kunden im Supermarkt. Da konnte sie in Ruhe einkaufen. Manchmal hatte sie den Eindruck, dass alle Käufer ausgerechnet an das Regal wollten, vor dem sie gerade stand. Sie griff in die linke Hosentasche, in die sie immer den Einkaufszettel steckte. Wo war er? Sie suchte nervös nach ihrer Brille. Ihr fiel ein, dass sie im Korridor liegen musste, sie hatte doch beim Paketdienst unterschrieben. Da stand sie – ohne Einkaufszettel und ohne Brille. Sie schloss die Augen und sah ihren Einkaufszettel deutlich vor sich. Das hatte ihr früher schon geholfen, wenn sie sich bei Prüfungen ihren Spickzettel vorstellte. Also los. Die Augen leicht zusammen gekniffen, stand sie vor dem Regal und drehte der Gefahr den Rücken zu, die auf sie zu kam. Der Stoß von hinten in die Beine brachte sie zum Wanken. Halt suchend griff sie ins Regal,

ihr linker Zeigefinger bohrte sich in etwas Weiches, was sie abschütteln wollte. Der Becher Sahne kippte um und die weiße Flüssigkeit rann an ihrem Hosenbein herunter. Wütend wollte sie den Angreifer zur Rede stellen, als sie in erschrockene Kinderaugen schaute. Ist ja gut, sagte sie in beruhigendem Ton dem Kind in die Augen und seiner Mutter ins Gesicht, die erschrocken und eine Entschuldigung murmelnd, den kleinen Knirps wieder in ihre Obhut nahm. Nichts ist gut, dachte sie, heute ist nicht mein Tag. Erst vergieße ich das Blumenwasser, dann vergesse ich die Brille, verschussele den Einkaufszettel, und jetzt ist auch noch die frische Hose versaut. Vor der Kasse hatte sich inzwischen eine lange Warteschlange angesammelt, denn es gab nur diese eine Kasse. Der Wagen der Dame vor ihr blockierte den nach-

folgenden Verkehr. Regina bat sie, den Wagen doch ein wenig um die Ecke zu schieben, damit sie an ihren eigenen käme – denn die Kassiererin hatte bereits in einem Wahnsinnstempo mit dem Einscannen der Artikel begonnen. Schon hatte sie diesen wartenden Ausdruck in ihren Augen – schnell, schnell, die nächsten Kunden warten schon. Das musste schief gehen. Reginas Geldbörse sprang auf, alle ihre Cents und Euros kullerten, sprangen und hüpfen über die Kasse und auch in den Einkaufswagen ihrer Vorgängerin, was die Dame noch immer nicht störte. Seelenruhig packte sie weiter ihre Einkäufe ein. Nun war Regina die Blockade in der Kassenschlange, was ihr nicht nur strafende Blicke der

ungeduldig wartenden Kunden einbrachte. Die Kommentare hörten sich nicht gut an. Mit rotem Kopf und schweißgebadet erreichte sie ihre Wohnung. Der Einkaufszettel lag nicht auf dem Küchentisch und auch sonst nirgends. Sie räumte den Rolli aus, aus der Tüte Zucker rieselten einige Gramm desselben, was sie zwang, zum Auswischen den Boden aufzunehmen. Der Einkaufszettel. Friedlich lag er zwischen den Zuckerkrümeln. Er war die ganze Zeit bei ihr. Und natürlich hatte sie die Hälfte vergessen. Kurzerhand nahm sie den Einkaufszettel ihres Mannes und ergänzte ihn mit den fehlenden Artikeln. Sie würde heute nicht mehr aus dem Haus gehen. Es war einfach nicht ihr Tag.

THEMA: KURZGESCHICHTEN, GEDICHTE

WORTSPIELE

von Waltraud Käß



Foto: S. Hofschlaeger/www.pixelio.de

Was man mit dem Wort „einander“ alles ausdrücken kann...

Rücken Sie ruhig etwas näher an-einander,
Dann wird es auch gemütlich unter-einander.
Seien Sie auch recht nett zu-einander,
reden Sie leise mit-einander und nur gut von-einander.
Nehmen Sie Rücksicht auf-einander,
und trinken Sie nicht so viel durch-einander.
Beim Schunkeln haken Sie sich fest in-einander,
und stoßen Sie mit den Köpfen nicht gegen-einander.
Gehen Sie, wenn Sie raus müssen, vorsichtig hinter-einander,
und fallen Sie auf der Treppe nicht über-einander.
Auf dem Heimweg gehen Sie dann langsam neben-einander,
und bleiben Sie immer bemüht für-einander.
Vorläufig bleiben wir aber noch lange gemütlich bei-einander,
und erst, wenn Schluss ist, gehen wir alle nach-einander
und mit-einander aus-einander.

(Verfasser konnte leider nicht ermittelt werden.)

THEMA: KURZGESCHICHTEN, GEDICHTE**UNGEREIMTES AM RANDE DES ALLTAGS**von **Christa-Dorit Pohle**

Foto: Michael Bührke / pixelio.de

Ich wollte eine neue Edelstahl-Spüle mit zwei Becken kaufen. Das alte Exemplar ist schon viele Jahre in Betrieb. Ich musste feststellen, dass nur Einfach-Becken mit Ablage zu finden waren. Ich bin daran gewöhnt, in dem einen Becken abzuwaschen und im zweiten Becken das Geschirr abspülen zu können. Man klärte mich auf, dass ja nun schon fast jeder Haushalt einen Geschirrspüler besitzt. Wenn das nicht der Fall ist, sei es durchaus nicht schädlich, das Geschirrspülmittel nicht abzuspülen nach dem Abwaschen. Ich glaube nicht, dass ich diese Neuerung einführen möchte in meinem Haushalt. Ich werde also weiter suchen nach einer Spüle mit zwei Becken. Bei der Arbeit in der Küche höre ich gerne Radio. Der Reporter klärte die Hörer gerade auf, wie wichtig es sei, Unterwäsche und Bekleidung erst einmal zu waschen nach dem Einkauf. Die Verbraucher hätten sich angewöhnt. Die gekauften Sachen gleich anzuziehen, ohne diese vorher zu waschen. Zum Glück muss ich in dieser Beziehung nicht umdenken. Habe immer alles gewa-

schen was direkt auf dem Körper getragen wird. Aber nachdem ich dem Reporter gelauscht hatte, was alles an Chemie angewendet werden kann bei der Bekleidung, die von weither kommt (es wird gesprüht, damit es nicht knittert und schimmelt, dazu kommt, wie viele Menschen diese Sachen angefasst haben, ehe ich sie dann kaufe) weiß ich, dass ich in Zukunft noch vorsichtiger sein werde. Verstehe nun viel besser, wie leicht man sich eine Allergie einfangen kann, wenn man auf das Waschen vor Gebrauch verzichtet. Es war im Sommer 2016, bei +30 Grad Celsius streikte unsere Kühl-Gefrier-Kombination. Da mussten wir schnell handeln. Bei solchen langlebigen Haushaltsgeräten ist es natürlich günstiger, man kann sich in Ruhe informieren und vor einem Fehlkauf schützen. Die Kombination, welche eigentlich im Angebot zu einem günstigen Preis war, stand aber, laut Auskunft des Verkäufers, in den nächsten Tagen nicht zur Verfügung. Er verkaufte uns eine andere Kombination. Diese stand auf einer Erhöhung und leider ist uns in der Aufregung entgangen, dass die beiden Frostfächer oben waren und nicht, wie eigentlich üblich, unten. Mit der zugesagten schnellen Lieferung klappte es auch nicht. Also bei der anhaltenden Hitze eine sehr unerfreuliche Situation. Den beiden jungen Männern bei der Lieferung machte die Hitze auch zu schaffen, was

wir auch zu spüren bekamen. Da stand sie nun, die neue Kühl-Gefrier-Kombination und jetzt ja nun auf dem Fußboden. Jedes Mal, wenn ich etwas aus dem oberen Gefrierfach nehmen wollte, musste ich auf einen Klapphocker steigen und beim Reinigen der unteren Fächer des Kühlschranks, musste ich mich verrenken. Nach zwei Monaten hatte ich dieses Theater satt und wir haben in einem Fachgeschäft mit sehr guter Kundenberatung eine neue Kombination erworben. Als das neue Gerät geliefert wurde, fragte ich, ob es nicht möglich sei, unser ja fast neuwertiges Gerät jemand zu schenken und nicht zu verschrotten. Es ist doch auch nicht umweltfreundlich, wenn so ein fast neuwertiges Gerät in die Presse kommt. Nein, diese Möglichkeit gab es nicht. Wenn das Gerät schon mitgenommen wird bei Lieferung eines Neuen, landet es sicher in der Presse. Das verstehe ich bis heute nicht. Aber was mir mal jemand erklären müsste ist, was verbraucherfreundlich sein könnte an einer Kombination mit den Gefrierfächern oben. Der Kühlschrank wird unzählige Male am Tage geöffnet, um etwas zu entnehmen oder reinzulegen und das ist nun mal im oberen Bereich des Gerätes leicht möglich. Nach Befragen im Bekanntenkreis haben sich auch jüngere Leute nicht für die umgekehrte Anordnung im Gerät begeistern können.

THEMA: KURZGESCHICHTEN, GEDICHTE**ALTER SCHÜTZT VOR LIEBE NICHT**

Susanne Danowski

Auf dem Dachboden in einem alten Wäschekorb, unter verschlissenen Laken und Tüchern fand ich vor langer Zeit ein Heft, in dem jede Seite in einer zierlichen Schrift beschrieben war. Leider konnte ich die Zeichen nicht entziffern und legte bedauernd das Heft beiseite.

Nun hat sich vor ein paar Wochen meine Tante Flora zu einem Besuch angesagt. Tante Flora heißt eigentlich Florentia und ist so alt, dass keiner mehr sagen konnte, wie alt sie eigentlich war. Sie war klein, flink, hatte einen äußerst wachen Verstand und war immer

noch bei bester Gesundheit. So war ich nicht verwundert, dass sie wieder mal auf Reisen ging und freue mich auf sie. Ich richtete für Tante Flora das alte Gästezimmer her. Darum hatte sie gebeten, weil sie von dort den schönsten Blick in den Garten

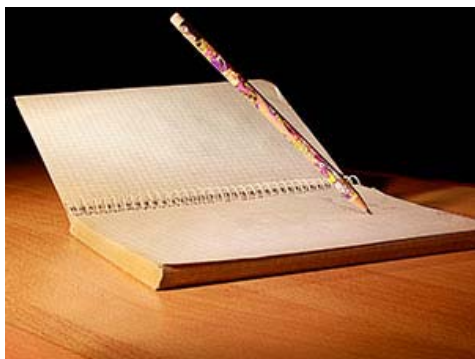


Foto: Günther gumhold / pixelio.de

hat. Als ich ihr nun am Tage ihrer Ankunft noch einen Gartenblumenstrauß auf den Tisch stellte, denke ich wie von ungefähr an das alte unleserliche Heft. Schnell laufe ich in die Bibliothek und hole es. „Wenn jemand etwas damit anfangen konnte, dann doch wohl Tante Flora“, denke ich und lege das Heftchen auf den Tisch neben die Vase. Dann war es auch schon so weit, mein Mann fährt mit dem Auto laut hupend die Einfahrt rauf. Und kaum hält das Gefährt, steigt Tante Flora fröhlich lachend aus. Wir fallen uns in die Arme. Ich bin trotz der großen Freude behutsam, denn die Tante scheint noch zerbrechlicher geworden zu sein. Wir gehen ins Haus, essen, trinken und reden und reden, trinken und essen. Erst als es schon stockfinster ist, bringe ich das Tantchen in ihr Zimmer. Sofort fällt ihr das Heft auf. „Was ist das?“ fragt sie neugierig und ich erkläre ihr, wie und wo ich es gefunden hatte, dass ich neugierig bin, es aber nicht entziffern kann. „Lass es nur liegen, ich sehe es mir an. Aber für heute bin ich zu müde.“ Mit diesen Worten schickt sie mich aus dem Zimmer und ich fügte mich. Am nächsten Morgen, der Frühstückstisch ist gedeckt, der Kaffee gebrüht, die Brötchen verströmen ihren verführerischen Duft. Nur Tante Flora erscheint nicht bei Tische. Erst am frühen Nachmittag kommt Tante Flora die Treppe herunter. Unsere besorgten Gesichter erhellen sich sofort, als wir das Glitzern in ihren Augen sehen. Sie verlangt nur nach einer Tasse Kaffee und bittet mich, sie ihr ins Zimmer zu bringen. Tante Flora sitzt im großen Sessel. Auf dem Teetischchen, auf dem ich den Kaffee abstelle, liegt das Heftchen. „Es tut mir leid, dass ich Euch erschreckt hab, weil ich so lange geschlafen habe. Das passiert mir sonst

nicht. Aber die Neugier hat mir keine Ruhe gelassen, ich hab in das Heftchen gesehen und konnte es nicht mehr aus der Hand legen. So bin ich erst zum Schlafen gekommen, da ging schon die Sonne auf“ Nun ist es an mir, neugierig zu sein. „Du kannst die Schrift lesen? Was steht darin, sagst du es mir...?“ Aber Tante Flora bremst meinen Redefluss und hat wieder dieses Glitzern in den Augen. „Komm heute Abend, wenn alle zu Bett sind, in meine Kammer, dann will ich dir das Geheimnis anvertrauen“. Als es ruhig geworden war im Haus, stürme ich die Treppe hoch. Die Tür zum Gästezimmer war nur angelehnt. Flora sitzt im alten Lehnstuhl, neben ihr die Stehlampe hüllt sie in ein warmes Licht. Sofort fühle ich mich in Kindertage zurückversetzt, vermute die Märchenfiguren im Dunkel des Zimmers. Flora hatte das Heft auf dem Schoß und schaut mich mit diesem Glitzern in den Augen an. Ich setze mich bequem in einen Sessel ziehe die Beine an und kuschele mich in eine Decke. Dann warte ich darauf, was Flora mir zu sagen hat und ich weiß, dass ich einfach Geduld haben muss. Und dann spricht Flora mit klarer Stimme los: Das Heft ist ein Tagebuch, ein besonderes Tagebuch. Und ich habe nicht rausbekommen, wann es geschrieben wurde. Aber nun höre zu. Morgen werde ich 61 Jahre alt. Heute hat Max mich verlassen. Ich hatte es erwartet. Er schlief schon lange allein in seinem Zimmer und hat mich schon ewige Zeit nicht mehr zur Nacht besucht. Ich weiß auch von seiner langjährigen Liaison mit Luise, die als Kindermädchen für unsere Zwillinge gearbeitet hatte. Sie hat vor einigen Monaten geheiratet und in mir keimte da Hoffnung, dass er wieder zu mir zurückkehren würde. Aber da hatte ich mich getäuscht. Max war nun kaum noch zu Hause. Wenn wir uns zufällig begegneten, reagierte er unwirsch. Gestern Abend kam er nach Hause, um seine Sachen zu packen und er sagte viel Unschö-

nes zu mir und über mich. Aber er hat meine Tränen nicht gesehen. Ich fühle mich alt, verbraucht und hässlich. Ich habe ihm zwei Kinder und mein Leben geschenkt und nun wirft er mich weg. Flora machte eine Pause und nahm einen großen Schluck aus ihrem Weinglas. Ich war traurig ob der Geschichte der mir fremden Frau. War sie mir fremd? Wie kommt das Heft dann auf meinen Boden? Flora blättert die nächste Seite auf und räuspert sich. Ich habe nicht viel geschlafen, aber ich hatte einen eigenartigen Traum. Ein Engel brachte mich in ein Land das lichtdurchflutet und voller Liebe und Freude war. Er sagte mir, ich solle mir den Weg gut merken, dann werde ich es auch finden. Als ich aufwachte war ich plötzlich gar nicht mehr so traurig. Und ich fasste mutig den Entschluss, das Haus, das mein Leben gefressen hatte, zu verlassen. Ich lasse fast alles zurück, nehme nur ein paar Kleider zum Wechseln mit und Proviant. Abends fiel mir ein, dass heute ja Geburtstag war. Ich habe mir eine gute Flasche Wein aus dem Keller geholt, aus dem Regal, das Max mir verboten hatte. Ich protestierte mir selbst im Spiegel zu. Ich sah das müde Gesicht, die Falten um die Augen, die herabgezogenen Mundwinkel, die schmalen Lippen, das schütterere stumpfe Haar. Fast konnte ich Max verstehen. Was kann ich denn noch vom Leben erwarten? Mit den ersten Sonnenstrahlen laufe ich los. Die Luft ist noch frisch und die Straßen sind leer. Keiner sieht meinen Auszug. Ich verlasse die Stadt und wandere durch die Felder. Die Bauern sind schon fleißig, sie winken mir einsamer Wanderin freundlich zu. Mittags, als die Sonne hochsteht mache ich eine erste Rast unter einem alten Baum, dessen Krone mir Schatten spendet. Nach dem Mahl werde ich schläfrig. Da erscheint der Engel wieder; „Du bist auf dem richtigen Weg. Fin-

de Dein Ziel, wenn Du an die Liebe glaubst“ flüstert er mir zu. Erschrocken öffne ich die Augen, aber niemand war zu sehen. Ich schnüre mein Bündel und laufe weiter. Am Abend suche ich mir in einer einfachen Herberge eine Schlafstatt. Nach einem leichten Abendessen entfliehe ich dem Lärm der Gaststube und mache noch einen Spaziergang. Am Dorfrand finde ich einen Weiher mit klarem Wasser. Niemand ist zu sehen. Da gebe ich meinem heimlichen Wunsch nach, steige aus den Kleidern und gleite nackt ins kühle Nass. Das tut gut. Der lange Marsch ist vergessen, der Staub wäscht sich ab. Aber als ich aus dem Wasser komme... oh Schreck... sind meine Sachen weg. Keine Wäsche, kein Kleid, kein Schuh liegt mehr da, wo ich mich entkleidet habe. Was soll ich tun? Ich schaue mich um, ob von irgendwo Hilfe oder neues Unheil droht. Da sehe ich neben einer Weide eine kleine Reisetruhe stehen. Ist das die Rettung? Ich laufe hin und öffne den Deckel. Welch ein Glück. In der Truhe liegt ein Kleid, so schön wie ich noch keines gesehen habe. Nachtblau mit goldenen aufgestickten Sternen, die im letzten Abendlicht glitzern. Auch Wäsche und Schuhe finde ich. In meiner Not ziehe ich die Sachen an und schleiche mich zurück ins Dorf. Als ich die Gaststube betrete, erstirbt der unerträgliche Lärm der Männer und unter ihren bewundernden Blicken eile ich in meine Kammer. Ich setze mich aufs Bett. Wie lange ist es her, dass ich von einem Mann so angesehen wurde, wie eben? Ich kann mich nicht erinnern, aber es tut gut und ich halte mich ein bisschen gerader. Auch in dieser Nacht träume ich wieder vom Engel: „Die Kleider sind deine, nimm sie und trage sie mit Stolz. Auch wenn du um deine Liebe trauerst, musst du nicht in Sack und Asche gehen. Dein Mann ist deiner Tränen nicht wert. Er weiß ja gar nicht, wen er zurück gestoßen hat“. Am Morgen sind alle meine Kleider weg aber ich finde neue in lebhaften Farben und Wäsche, mit Spitzen verziert und Schuhe mit Schnallen und Riemchen. Ich probiere ein mohnrotes Gewand an, das mit einem breiten schwarzen Gürtel gehalten wird. Das

Mieder hebt den Busen und ich drehe mich stolz vor dem halbblinden Spiegel. Der Widerschein des Rots färbt auch meine Wangen und ich lächele mich an. Ich packe mein Bündel und mache mich wieder auf den Weg. Die Blicke der Männer sehe ich wohl und mein Schritt wird fester. Ich kenne den Weg nicht, aber ich fühle mich geleitet und bin frohgemut. Abends erreiche ich eine Stadt. Ich finde eine Herberge für die Nacht und nach einem leichten Mahl schlafe ich schnell ein. Ich wundere mich nicht mehr, als der Engel erscheint. „Nimm meine Gaben und du wirst einen Jungbrunnen finden, wenn du dem Ruf deines Herzens folgst und für die Liebe bereit bist“ flüstert er mir ins Ohr. Ich will antworten, dass ich ja eine alte verbrauchte verlassene Frau bin, aber der Engel ist schon nicht mehr da. Am Morgen erwache ich ausgeruht und fröhlich. Neben meinen Sachen finde ich eine mir unbekannte Haarbürste. Der griff ist aus edlem Holz geschnitzt, die Borsten sind weiß und schmiegsam. Ich probiere sie aus und kämme mich. Ich traue meinen Augen kaum. Die Haare erstrahlen in ihrem früheren Glanz. Ich kann sie kaum bändigen in ihrer wiedergewonnenen Fülle. Ich binde bunte Bänder in die Flechten und lasse die Haube weg. So ausgestattet und frisch gekleidet mache ich mich erneut auf den Weg. Ich wandere durch Felder, über Wiesen und gelange in einen Wald. Bevor ich ihn durchschritten habe, wird es dunkel. Als ich mich nach einer geschützten Stelle umschaue, wo ich lagern könnte, sehe ich ein Licht durch die Bäume schimmern. Mutig gehe ich dorthin und stehe vor einer kleinen Hütte. Ich klopfte. Eine gebückte Alte öffnet die Tür und bittet mich, bevor ich meinen Wunsch vortragen konnte, hinein. Im Kamin knackt ein Feuer und auf dem Tisch stehen zwei Gläser neben einer Flasche Wein. Ich blicke zu der Alten, aber die lächelt nur wissend. „Setz Dich,

trinke einen Schluck vom Rebensaft, dein Bad ist gleich bereit“ Der Wein schmeckt samtig und hinterlässt in mir ein wohliges Gefühl. Ohne Widerstand lasse ich mich auskleiden und dankbar steige ich in den Zuber mit warmem, schäumendem Wasser. Mit geschlossenen Augen gebe ich mich der Wonne hin. Die Alte kommt und beginnt mich mit einem weichen Schwamm einzuseifen. Erst wäscht sie mir die Schultern, den Rücken, die Arme. Dann umkreist sie sacht meine Brüste. Eine vergessene Lust durchflutet mich als sie mir Bauch, Schenkel und zuletzt auch mein Geheimstes seift. Ich lasse es geschehen. Ob wohl der Wein dran schuld ist, dass ich es so schamlos genieße? Als ich selig aus dem Wasser steige, fühle ich mich geschmeidig und leicht. Meine Haut scheint zu schimmern und die Brüste scheinen mir fester und praller. Die Alte zeigt mir schmunzelt mein Bett in der Kammer und ich schlafe augenblicklich ein. Auch der Engel dringt wieder in meine Träume vor: „Lerne zu genießen, was dir das Leben bietet und hänge nicht dem Verlorenen nach. Die Lust wohnt noch immer in dir. Wecke sie und gib ihr ein Zuhause“. Der Morgen findet mich vergnügt zwischen den Laken. Die Alte ist weg, aber auf dem Tisch steht ein üppiges Frühstück für mich. Ich esse mich satt und mache mich wieder auf den Weg zum Jungbrunnen. Ich sehne mich, nach dem gestrigen Abend, danach wieder jung zu sein und die Freuden der Liebe zu spüren. Ich laufe zügig und verlasse bald den Wald. Ich genieße das Licht und die Wärme auf der Haut. Übermütig lockere ich das Mieder, das die Strahlen auf meinem Busen tanzen können. Dann lüpfte ich die Röcke und biete auch meine Beine der Sonne dar. An einem Heuschober mache ich Rast, strecke die Glieder und fühle mich wohl in meiner Haut. Keine Müdigkeit die mich lähmt. Aus meinem Bündel ragt eine Flasche mit dem

köstlichen Wein und ich habe Durst. Als ich gerade den Korken aus dem Flaschenhals ziehe, steht plötzlich ein Herr neben mir. Ich springe auf und erschrocken ziehe ich die Röcke über die Knie und bedecke meinen entblößten Busen. Doch der Herr greift beherzt nach der Flasche, die mir gerade aus der Hand gleiten will. „Den Wein sollten wir wohl eher trinken als verschütten. Er holt aus seinem Tornister zwei Becher und setzt sich neben mich. Er füllt sie und gemeinsam stoßen wir an. „Ich bin Hubertus. Und wie darf ich dich nennen?“ Brav nenne ich ihm meinen Namen. Dann muss ich kichern. Hubertus streicht mit einem Grashalm über meine Beine. Dabei schiebt er die Röcke weiter nach oben, dass meine Schenkel wieder der Sonne ausgesetzt sind. Wir lassen die Becher klingen und trinken erneut einen Schluck. Hubertus rückt näher und schiebt dabei eine Hand in mein Mieder. Ich spüre, wie sich seine Finger um meine Brust wölben. Er küsst mich auf den Mund und löst dabei frech die

Bänder meines Kleides. Ich lasse es geschehen und merke, wie sich die Lust in meinem Leib zu regen beginnt. Auch als er das Mieder öffnet und das Kleid zu Boden gleitet spüre ich keine Scham. Er sieht mich an, wie ich nackt in der Sonne stehe und ich sehe in seinen Augen ein liebevolles Leuchten. Seine Hände gleiten über meinen Leib. Sie stören sich nicht an den kleinen Röllchen in der Taille, streicheln weich die Zeichen des Alters auf meinem Bauch, an den Schenkeln, am Po. Und ich erkenne, dass die Signale, die die Finger an ihn senden, kräftige Regungen bei ihm auslösen. Ich öffne beherzt seinen Hosenbund, um seinem Anzeiger das Wachsen zu erleichtern. Wir drängen zueinander, dann ineinander. Wild stürzen wir der großen Welle zu, die uns bald überschwemmt und uns ermattet und gelöst zurück lässt. Er hält mich weiter liebevoll im

Arm. Ich spüre noch das Pulsen des heißen Blutes in meinen Adern und höre seinen schnellen Herzschlag hinter seiner Brust. Der leichte Wind kühlt die verschwitzte Haut. Wir können nicht voneinander lassen, nicht die Hände, nicht die Augen, wir dringen mit allem was wir haben in uns ein. Er blickt mir direkt in die Seele. Als die Sonne sich zur Ruhe legen will, fragt Hubertus: „Wohin willst du? Woher kommst du?“ „Ich bin auf dem Weg zum Jungbrunnen gewesen, aber ich glaube, ich bin angekommen. Du hast mir das Alter genommen“. Und das war die Wahrheit. Der Engel erschien mir nie wieder in meinem Träumen. Aber nach neun Monaten wurde uns, entgegen aller Regeln, eine Tochter geboren. Wir nannten sie Florentia, was blühend, im besten Alter bedeutet.

THEMA: KURZGESCHICHTEN, GEDICHTE

EINE UNGLAUBLICH WAHRE GESCHICHTE

Gisela Lohse



Foto: Waltraud Käß

Schon 50 Ehejahre – und dann ist der Ehering plötzlich weg. Verschwunden beim Aussäen auf dem kleinen Acker hinter dem Haus in der Eifel. Was für ein Drama. Drei Jahre danach ist der Ring wieder da – auf fast wundersame Weise. An einer Karotte steckt er wie auf einem viel zu dicken Finger. Die unglaubliche Geschichte, die der WDR entdeckt hat, ist wirklich passiert – in dem kleinen Eifelstädtchen Bad Münstereifel. Der 82-jährige Mann genießt sein stilles Glück und will damit nicht an die Öffentlichkeit. Seine Tochter meint aber, die Geschichte sei zu

schön, um sie zu verschweigen. Und so berichtet sie über die schicksalhaften Ereignisse, zu denen ja auch irgendwie die goldene Hochzeit ihrer Eltern im Jahre 2012 gehörte. Es kam das Frühjahr 2013. Der Vater säte wie immer das Gemüse aus. Plötzlich war der Ehering verschwunden. Alle suchten ihn, die Eltern, die Geschwister. An einen Metalldetektor hatten sie sogar gedacht. Irgendwann ließen sie dann doch locker: „Der Acker gibt ihn schon wieder her“, waren sie überzeugt. Die Monate vergingen-der Ring blieb verschwunden-aber irgendwie war er immer da: „Wir haben so viele Scherze darüber gemacht“, sagt die Tochter. Die Dinge gingen ihren Gang: Ernte im Herbst, Aussaat im Frühjahr- die Möhrchen wuchsen da, wo sie immer standen, natürlich ordentlich in einer Reihe. Und einer dieser Samen muss im vergangenen Frühjahr irgendwie miten im Ehering gelandet sein- er

wuchs und er gedieh. Bei der Ernte zog der Vater dann wie immer die Möhrchen heraus. Der Erdboden war vom Regen nass und klebte schwer an dem Gemüse. Er ging zum Brunnen und spritzte sie mit einem Schlauch ab. Da war der Ring! Saß an der Möhre. Die Mutter erfährt nicht mehr davon, sie lebt nicht mehr. Aber sie wird nachgeholfen haben, da sind sich alle sicher. „Die Mutter hat den Ring wiedergebracht“, sagt auch die Tochter. Und die Möhre? Hat der Vater sie zerschnitten? Die Tochter, die nicht mehr in der Eifel lebt, weiß es nicht. Sie kann sich vorstellen, dass der Vater das an einem ganz besonderen Ort macht und in ganz besonderer Nähe zur Mutter. (Gefunden in der „Sächsischen Zeitung“ im November 2016 unter der Überschrift „Wundersame Ernte“- von Elke Silberer, Bad Münstereifel)

THEMA: KURZGESCHICHTEN, GEDICHTE**VERSE ZUM FRÜHLING****Rela Ferenz**

Foto: Christina Günther

Auftakt

Woher das nur so gut zusammenklingt.
 Wie das Gerümpel sich in Laune bringt.
 Die alte Schaukel schwingt die Nachbarin.
 Mein Fahrrad singt sein Pflastersteingesumm.
 Es stimmt der Wind die kahlen Zweige um.

Der letzte Schnee

Noch mal das Zauberbild.
 In weißen Charme gehüllt
 ist jeder Zweig.

Es weht von weit wie Mai.
 Wie Spielzeug geht
 das dünne Kleid entzwei.
 Die Tränen trinkt der Wind.
 Bald kommt ein Blumenkind
 und macht sich frei.

Warte nur

Die Sonne prügelt den Winter.
 Es wird wieder grün und blau.
 Und Veilchen gibt 's und Kinder.
 Hinterher wird 's grau.

Frühlingsallerlei

Kurzum,
 ein bisschen Wasserdampf und Sonne.
 Das gibt 's doch nicht,
 dass ich nach so was renne.
 Mein Gott - ein Spiel -
 ob ich dabei gewinne.
 Kurzum,
 es kriegt mich immer wieder rum.

Nun komm doch

Der Winter macht mich hin.
 Ich bin schon richtig dünn.
 Jetzt müsste Juni sin.
 Nun komm, und sei so grün.

THEMA: KURZGESCHICHTEN, GEDICHTE**FREITAGABEND****Wolfgang Prietsch**

Foto: Wolfgang Prietsch

Wieder fünf Tage vergangen.
 Kaum angefangen
 hat diese Woche. Doch schon ist diese Zeit
 Vergangenheit.
 Haben uns ehrlich gemüht, nützlich zu sein.
 Ich räume ein,
 nicht alles war sinnvoll - Schein
 und Schall und Rauch
 gab es auch.
 Doch einige Dinge sind getan.
 Sieht man sie rückschauend kritisch an
 und fragt nach dem „wie“ ,
 so bestehen sie.

Ruhe am Abend.
 Woche und Tag vorbei.
 Wir zwei
 liegen und denken zurück.
 Glück war auch dies kleine Stück
 unserer Lebenszeit.
 Bereit
 zu sein und zu nutzen bewusst
 jede Minute. Hab ´ früher nichts gewusst
 vom Wert eines kleinen Anteils an Zeit.
 Einfacher Wert Gemeinsamkeit.
 Vor uns zwei Frei -Tage Zeit
 und ein freundliches Land
 für uns bereit.
 Und die Hoffnung ist wie der Morgenwind.
 Wir sind
 glücklich, und die Gedanken zieh ´n
 weit weg.
 Fahren hin
 nach einer Woche Arbeit und Müh ´n
 in märkisches Grün.

THEMA: LITERATUR, BUCHTIPPS

REDEN ÜBER STERBEN

Rudolf Winterfeldt



Foto: Rainer Sturm / pixelio.de

Unser Leben hat einen Anfang und ein Ende. Der Anfang, die Geburt, wird zumeist bejubelt und gefeiert. Der neue Erdenbürger wird geliebt, umsorgt und großgezogen. Zu dieser Zeit und in den folgenden Jahrzehnten wird an das Ende des Lebens nicht gedacht. Ist auch verständlich, man lebt sein Leben und in der Blüte denkt man nicht ans Sterben. Aber

es kommt mit den Jahren die Zeit, wo auch dieses „Tabuthema“ auf die Tagesordnung gehört. Man befasst sich mit einem Testament, quält sich mit einer Patientenverfügung und denkt über eine Vollmachtgebund nach. Oft sind auch Gedanken für einen Bestattungsvertrag sinnvoll. Nun sind Gedanken ja noch keine Taten und oftmals will man auch mit jemandem darüber sprechen. Wo aber findet man den Zuhörer und Ratgeber? Nicht in jedem Fall sind Kinder oder andere Angehörige dazu bereit. Ist dann irgendwann der Tag gekommen und es heißt Abschied vom Leben zu nehmen, wissen die Hinterbliebenen oft nicht, wie es der Verstorbene denn mit der Beisetzung und der Trauerfeier gewollt hätte. Über all diese Fragen

haben sich Elena Ibello und Anne Rüffer auch Gedanken gemacht und ein Buch mit dem Titel „Reden über Sterben“ geschrieben. Sie lassen unterschiedliche Menschen mit Berufen in der Altenpflege, der Medizin und der Seelsorge zu Worte kommen. Sie alle setzen sich dafür ein, über das Sterben zu reden und die Angst darüber zu überwinden. Wenn Sie, liebe Leser, mehr darüber erfahren möchten, finden Sie in diesem Buch eine Reihe von Meinungen, wie Sie an diese Problematik herangehen können.

Das Buch ist im Rüffer & Rub Verlag erschienen mit der ISBN 978-3-906304-07-6 und kostet 18,00 €

THEMA: LITERATUR, BUCHTIPPS

DER KOPF WIRD FIT, UND ICH MACH MIT

Rudolf Winterfeldt



Foto: w.r.wagner / pixelio.de

Jeder Mensch wünscht sich sicherlich, dass er bis ins hohe Alter geistig fit bleibt. Da ist natürlich die Leistungsfähigkeit des Gehirns ein ausschlaggebender Faktor. Unter den Weichtieren hat der Tintenfisch das leistungsstärkste Gehirn und ist damit das intelligenteste unter den Weichtieren. Bei den Wirbeltieren zählt dazu z.B. die Ratte. Unter den Säugetieren ist der Mensch das Lebewesen mit dem leistungsfähigsten Gehirn. Die Nervenbahnen im menschlichen Gehirn betragen ungefähr 5,8 Millionen Kilometer.

Um die Leistung unseres Gehirns zu erhalten sind jedoch eine Reihe von Maßnahmen erforderlich, die wir selbst in die Hand nehmen können. Vor mir liegt ein Buch der Autorin Marianne Porsche-Rohrer mit dem Titel: „Der Kopf wird fit, und ich mach mit“. In diesem lyrischen Handbuch geht es um geistige Vitalität und Leistungsfähigkeit. In Versen wird beschrieben wie Bewegung, Kneipkuren, Ernährung und vieles andere zur geistigen Ertüchtigung beitragen kann.

Fisch macht frisch

Frische Fische fischt der Fritze,
Sein Gedächtnis, das ist spitze,
Auch die Laune – froh und frisch,
Denn er isst sehr gerne Fisch.

Doch das war nicht immer so,
Lange Zeit war er nie froh,
Aß viel Fleisch und fette Wurst,
Trank nur Bier gegen den Durst.

Er aß Kuchen und Pralinen,
Alles sollte dazu dienen,
Seine Stimmung zu beleben,
Doch das Gegenteil war`s eben.

Dann las er, das Fett vom Fisch
Mache Menschen geistig frisch,
Sei auch für das Herz ein Segen,
Und das ließ ihn überlegen.

Eine fesche Fischerin

Geht ihm nicht mehr aus dem Sinn,
Fritz fühlt sich als junger Hecht,
Und es geht ihm nie mehr schlecht.

Wenn Sie neugierig geworden sind dann schauen Sie einmal bei www.porsche-rohrer.de rein. Das Buch erhalten Sie unter der ISBN 978-3-00-054323-4 in der Buchhandlung.

THEMA: LITERATUR, BUCHTIPPS

BRANDENBURG FÜR ALLE. BARRIEREFREI REISEN

Ursula A. Kolbe



Foto: Berliner Verlag terra press

Unbeschwert und möglichst barrierefrei schöne Urlaubstage in herrlichen Ferienregionen zu verbringen, schreiben sich immer mehr Regionen auf ihre Fahnen, machen sie mit vielen Angeboten zum Anziehungspunkt. Im sechsten Jahr in Folge hat der Berliner Verlag terra press in Zusammenarbeit mit der TBM Tourismus-Marketing GmbH Brandenburg eine neue aktuelle Ausgabe herausgegeben. Gefüllt mit Erlebnisberichten von Gästen, die den barrierefreien und für jedermann erreichbare Ausflugsziele der einzelnen Reiseregionen Brandenburgs vorangestellt wur-

den. So berichtet der stark sehbehinderte Berliner Yannick von seiner Tour mit einem Oldtimer-Tandem und dem SUP-Board in Potsdam. Und die Rollstuhlfahrerin Judyta Smykowski beschreibt ihr unvergessliches Gefühl von Freiheit, als sie im Sommer das barrierefreie Hausboot Febomobil 990 von Kuhnle-Tours über die Gewässer des Dahme-Seenlandes steuerte. Aktuell nimmt diese Ausgabe auch Bezug auf das Lutherjahr 2017. Beispielsweise In Jüterbog, wo man barrierefrei auf den Spuren der Reformation Interessantes entdecken kann. Pfarrer Bernhard Gutsche von der evangelischen Kirchengemeinde St. Nikolai gibt in dem Heft und bei einem Besuch lebendige Eindrücke in die außerordentlichen Geschehnisse jener Zeit. Insgesamt werden auf rund 100 Seiten ausgewählte Angebote für Rollstuhlfahrer, Gäste mit Seheinschränkungen,

für Gehörlose und Besucher mit Lernschwierigkeiten sowie Infos für Allergiker für einen erlebnisreichen Ausflug oder einen entspannten Urlaub in märkischen Landen und in der angrenzenden Mecklenburgischen Seenplatte präsentiert. Insgesamt weitere über 800 barrierefreie Urlaubsangebote sind detailliert im Internetportal www.barrierefrei-brandenburg.de zu finden. Hier kann die Broschüre ebenso als barrierefreies pdf kostenlos heruntergeladen werden, das auch für Leser mit Sehbehinderung gut geeignet ist. Kostenlos erhältlich ist die Broschüre ebenso bei der TBM Tourismus-Marketing Brandenburg unter Tel: 0331 - 200 47 47. Ab März wird das Spezial-Magazin bundesweit über Pressegrossisten für 2,80 Euro vertrieben.



BEZIRKSAMT MARZAHN-
HELLERSDORF VON BERLIN
RIESAER STRAÙE 94
12627 BERLIN
REDAKTION SPÄTLESE
Telefon: (030) 90293-4371

Telefax: (030) 90293-4355

E-Mail: magazin-spaetlese@gmx.de

Internet: www.magazin-spaetlese.net

BISHERIGE ONLINE-AUSGABEN
AB JAHR 2008 FINDEN SIE IN
UNSEREM ARCHIV UNTER:
WWW.MAGAZIN-SPAETLESE.NET

Die Spätlese ist das erste Seniorenmagazin aus Marzahn-Hellersorf im Internet. Ehrenamtliche Autorinnen und Autoren schreiben lesenswerte Texte, die aus dem Leben gegriffen sind und persönliche Hintergründe haben. Ernste und auch humorvolle Geschichten, Reiseberichte und Beschreibungen von Erlebnissen - für jeden ist etwas dabei. Seit Januar 2008 erschienen 56 Ausgaben des Online Magazins unter der Homepage des Bezirksamtes Marzahn-Hellersdorf www.marzahn-hellersdorf.de.

Die vier Mitglieder der ehrenamtlichen Redaktion Spätlese treffen sich monatlich und stellen die Texte zur Veröffentlichung zusammen. Bei den Texten legen Sie besonderes Augenmerk auf gute Qualität und entsprechende Aussagekraft für Seniorinnen und Senioren.