

MSZ Münsters Senioren Zeitung

**KPM – Königliche
Porzellan-
Manufaktur**

**Freiheit fühlt jeder
anders**

**Schildkröten –
langlebige
Überlebenskünstler**

**Beihilfe zum
Suizid – Versuch
einer Neuregelung**

STADT MÜNSTER

vhs
Volkshochschule
Münster


Stiftungen
Stiftung Siverdes

Zum Mitnehmen



Die Sozialen Dienste des ASB Münsterland
Die Welt retten ist wichtig.
Wir retten aber erst mal Ihren Tag.

Ambulanter Pflegedienst

Hausnotruf

Krankenfahrten

Mobiler Sozialer Dienst

Erste-Hilfe-Ausbildung

Wünschewagen



Nutzen Sie das starke Leistungsangebot des ASB,
damit Sie rundum gut versorgt sind!

Rufen Sie uns an: (0251) 28 97 - 0

E-Mail: info@asb-muenster.de
www.asb-muensterland.de

Wir helfen
hier und jetzt.



Boesing | Erbrecht



Ihr Fachanwalt für Erbrecht

Burkhard Boesing

Rechtsanwalt
und Steuerberater
Fachanwalt für Erbrecht

Ammermann · Knoche · Boesing
Rechtsanwälte · Notar · Steuerberater

Südstraße 11 · 48153 Münster

Telefon: 02 51 / 52 40 24

info@kanzlei-akb.de · www.kanzlei-akb.de

60plusAbo
31,00 €/Monat
+ PartnerAbo
15,50 €/Monat



Stadtwerke
Münster

Münsteraner Lebensart 60plus

Ein Tag hat viele Ziele ...

Hier bestellen:





Auch wenn wir es häufig nicht erkennen, Namen haben fast immer eine Bedeutung. Die Vielfalt der Vornamen wechselt ständig mit der Mode, kaum jemand macht sich über ihren Hintergrund Gedanken. Nachnamen sind „bodenständiger“, sie vererben sich über viele Generationen und nicht nur die Ahnenforschung interessiert sich für ihre Geschichte. ► Seite 4

Sterne – Dünen – Meer, es ist das Wappen von Töwerland - Zauberland, wie die Einwohner Juists ihre Insel liebevoll nennen. Unter den friesischen Inseln nimmt Juist eine gewisse Sonderstellung ein, die Insel ist für den Erholungsuchenden ein Garant für Ruhe, Natur, Abwesenheit von Verkehrslärm und Hektik. Lesen Sie auf ► Seite 7



Bei guter Gesundheit – doch eigentlich chronisch krank? Geht das zusammen? Im Alter spielt das subjektive Gefühl der Gesundheit eine wesentliche Rolle für die Lebensqualität. Objektiv krank und gebrechlich – man nimmt es mit Schulterzucken, es trifft ja so viele. Gefühlte Gesundheit verlängert die Lebenszeit. Lesen Sie auf ► Seite 16

Liebe Leserinnen und Leser, wir merken im Rückblick: Der Klimawandel legte an Tempo zu. Aus dem Mittelmeerraum, aus entfernteren Ländern des Globus` erreichte uns eine Katastrophenmeldung nach der anderen. Kinder und alte Menschen leiden besonders unter dem Wassermangel und der unerträglichen Hitze. Wie soll es weitergehen? Wo wird das enden? Die Sorge um die Zukunft unserer Enkel treibt uns um. Mut und Entschlossenheit zu weitsichtigem Gegensteuern enden oft dort, wo sie mit Verzicht verbunden sind.

Liebe Leserinnen und Leser, verlieren Sie dennoch nicht den Glauben an die Menschheit, an die menschliche Vernunft. Auch wenn es schwerfällt, geben Sie die Hoffnung nicht auf! Es grüßt Sie – mit Hoffnung im Herzen
Ihre MSZ-Redaktion

Inhalt

Lokales

7 Töwerland aus Wunderhand

Kultur & Unterhaltung

4 Zeidler, Silcher, Semmelbeck – alte Berufe leben fort in heutigen Familiennamen

6 Hiärfstmaond

10 KPM – Königliche Porzellan-Manufaktur

12 Schildkröten – langlebige Überlebenskünstler

13 Italienische Momente

Politik & Soziales

8 Freiheit fühlt jeder anders

14 Beihilfe zum Suizid – Versuch einer Neuregelung

16 Vom gesunden Älterwerden und dem Leben mit Krankheiten

Feste Rubriken

18 Kommunale Seniorenvertretung Münster (KSVM): Barrierefreie Wohnungen

21 Tipps & Infos

22 Bücherecke

24 SENIORAMA Empfehlungen

24 Rätselseiten

26 Impressum

Titelbild: *Gedeck und Deckelvase stammen aus dem Porzellanmuseum Münster. Das Dekor wurde von Otto Grosse in den 1950er Jahren entworfen. Das zugrunde liegende Foto (hier: Ausschnitt) machte R. L. Daum, 1. Vorsitzender des Porzellanmuseums e.V.*

Zeidler, Silcher, Semmelbeck

Alte Berufe leben fort in heutigen Familiennamen – Teil 1

Bärbel Elstrodt

Bis zum Mittelalter riefen sich die Menschen nur bei ihren Vornamen. Da die Bevölkerung ständig wuchs, die Zahl der Rufnamen aber begrenzt war, erhielten die Träger gleicher Namen zur Unterscheidung erklärende Beinamen. Diese entwickelten sich im Laufe der Zeit zu den heutigen Familiennamen. Sie beziehen sich auf ehemalige Wohnstätten und Wohnorte oder auf besondere Fähigkeiten, Eigenschaften und Berufe der Namensträger. In zahlreichen Familiennamen spiegeln sich deshalb viele bäuerliche und handwerkliche Tätigkeiten, die heute teilweise schon in Vergessenheit geraten sind.

Die bäuerliche Wirtschaftsform des Mittelalters kannte nur wenige Arbeitsbereiche: Ackerbestellung und Fischfang, Jagd und Vogelfang waren die vornehmlichen Tätigkeiten unserer Vorfahren, und entsprechend hießen sie „Bauer“, „Bäuerle“ und



Der Rebmann

„Ackermann“, „Fischer“ und „Vogler“, „Jäger“ und „Weidmann“. Helfer bei der Ernte waren die „Schnitter“ und „Drescher“, die „Mähder“, „Mahder“ und „Heumader“. Ein „Bauer“ war der in bescheidenen Verhältnissen lebende Landmann, im Gegensatz zum „Meier“, „Schulte“, „Schulze“ und „Schultheiß“, dem Großbauern, Verwalter und Dorfvorsteher. Ein „Gärtner“ verrichtete bereits speziellere Aufgaben. Der „Weingärtner“ (je nach Region auch „Winzer“, „Rebmann“ oder „Weinzierl“ genannt) bestellte den Weinberg, der „Baumgärtner“, der Besitzer eines Baum- bzw. Obstgartens, baute Obst an. Der „Höpfner“ zog Hopfen und der „Kräuter“ nutzte die Brache bei der Dreifelderwirtschaft, um Gemüse und Küchenkräuter anzubauen.

Auch aus den Tätigkeiten in der Viehhaltung leiten sich etliche Familiennamen ab: Zu den „Urberufen“ zählen hier der „Schäfer“ und der „Herder“, der Schaf- und der Kuhhirte. Der „Enke“ war der Viehknecht und der „Futterer“ der Knecht, der die Pferde fütterte. Der Bauer mit einem Zuchtstier im Stall war der „Stiermann“, der „Rößner“ züchtete und verkaufte Pferde.

Schweinezucht und Schweinemast wurden in Westfalen, nicht zuletzt wegen des bekannten Westfälischen Schinkens, großgeschrieben. Wälder mit großen Erträgen an Eicheln und Bucheckern boten sich als Mastweiden an. Verschnittene Schweine eigneten sich zur Mast

besonders gut, deshalb waren Tierkastratoren ein eigener Berufszweig. Ein „Beerstecher“ oder „Beerschneider“ machte aus einem Eber (dem „Beer“) einen Barch bzw. Borg, und ein „Nonnenmacher“ aus einer Sau eine Nonne. Ein „Pagenstecher“ (mnd. page = Pferd) war ein Pferdeschlächter oder auch ein Pferdekastrator.



Der Müller

Auch waldwirtschaftliche Berufe leben in heutigen Familiennamen weiter: Der „Harder“ war der Waldaufseher (mhd. hart = Wald), der „Escher“ produzierte Holzäsche für die Glas- und Seifenherstellung, der „Becher“ bzw. „Becherer“ sammelte oder brannte Pech und der „Wurzer“ war der Wurzelsammler.

Zur „Nutzung der Waldbienen“ war der „Zeidler“ (mhd. zidler = Waldbienenzüchter) berechtigt, er durfte den Stöcken der Waldbienen in begrenzter Zahl Waben entnehmen (zeideln). Dazu musste er gut klettern



Der Schwartzferber

können, denn die wilden Bienenvölker hausten vornehmlich in hohen Bäumen. Der Zeidler hatte auch das Recht, auf einer Zeidewiese in Bienenkörben Bienen zu halten.

Bevor die Steinkohle in Gebrauch kam, stellte der „Köhler“ (auch „Kohler“ genannt) durch das Verschwelen von Baumstämmen Holzkohle her. Dazu setzte er Holzscheite kunstvoll zu einem Meiler zusammen, deckte diesen mit Stroh, Farnkraut und Erde ab und entzündete ihn. Entstehende Löcher schloss der Köhler mit Erde, da eine zu große Luftzirkulation das Holz zu Asche verbrannte. War dagegen die Luftzirkulation zu gering, so entstand minderwertige Kohle. Etwa eine Woche lang brannte der Meiler, dann zog der Köhler ihn auseinander, löschte die verschwelten Stämme mit Wasser ab und konnte die fertige Holzkohle verkaufen. Sie wurde gebraucht für die Herstellung von Eisen, Glas und Schießpulver.

Eine besondere Aufgabe im Dorf fiel dem „Müser“ bzw. „Meuser“ zu. Wenn Mäuse und Ratten zur Plage wurden, dann musste der Müser, der von der

Gemeinde angestellte Mäusefänger, den Nagetieren den Garaus machen.

In der zweiten Hälfte des 13. Jahrhunderts entwickelte sich in den aufblühenden Städten eine Vielfalt handwerklicher Berufe. In fast jedem Ort standen Wind- und Wassermühlen, die Korn mahlten, Öl schlugen, Tuche walkten, Holz sägten und Lohe herstellten. Der weit verbreitete Müllerberuf sorgte dafür, dass „Müller“ (niederdeutsch „Möller“) heute der häufigste Familienname in Deutschland ist. Müllernamen sind auch „Kerner“, „Körner“ und „Kirner“ (mhd. kürn = Mühle bzw. Mühlstein), „Oelmüller“ und „Oligschläger“ (der Müller einer Ölmühle), „Grütznr“ (der Müller, der Grütze herstellte) und „Haberkorn“ (der Müller, der Hafer mahlte).

Wegen der großen Brandgefahr standen die „backes“, die Backhäuser, immer abseits der großen Höfe oder am Rande eines Dorfes. Innerhalb einer Stadt durften die Bewohner keine Hausbacköfen errichten, sie mussten das tägliche Brot beim „Bäcker“ kaufen. Da das Bäckerhandwerk schon auf eine lange Tradition zurückblicken konnte (in den Klöstern und an den herrschaftlichen Höfen hatten die „Pfister“ (mhd. phister = Bäcker) eine hohe Backkunst entwickelt), konnten die Städter vielerlei Backwerk erwerben. Beim „Brotbeck“ gab es Brot und beim „Kuchler“ und „Flader“ (mhd. vlader = Kuchenbäcker) Kuchen. Der „Hipper“ (mhd. hipe = Waffel) stellte Waffeln und Feingebäck her und der „Zelter“ (mhd. zelte = flaches Backwerk) flache Kuchen. „Semmler“, „Semmelbeck“ und „Mutschler“ (mhd. mutsche = feines Bäckerbrot)

waren Spezialisten für feines Weißbrot.

Die mittelalterlichen Konservierungsmöglichkeiten waren begrenzt, deshalb war es für die Städter schwierig, ein ganzes Schlachttier zu verarbeiten und zu lagern. Da war es vorteilhafter, Fleisch in kleineren Mengen beim „Fleischhauer“, „Fleischhacker“, „Beinhauer“ oder „Knochenhauer“ zu kaufen. Die Bezeichnung „Fleischer“ ist die verkürzte Form von „Fleischhauer“. „Metzger“ (mhd. metzje, metzige = Fleischbank) und „Metzler“ (lat. macellarius = Fleischhändler) waren vor allem regionale Namen in Hessen und in Gebieten an Mosel und Niederrhein. „Schlachter“ war der mundartliche Ausdruck für den Hausschlachter auf dem Lande. Der „Kuttler“ verarbeitete die Eingeweide, der „Wurster“ machte Würste, der „Sulzer“ Sülze und der „Silcher“ räucherete das Fleisch (mhd. selhen = trocknen, räuchern). ▶



Der Thuchschärer

Die Bilder sind dem Ständebuch von 1568 (Eygentliche Beschreibung Aller Stände auff Erden) entnommen, mit Bildern von Jost Amman und Versen von Hans Sachs. Gedruckt in Frankfurt am Main.

Während auf dem Lande die Bekleidung aus eigenen Produkten vorwiegend selbst hergestellt wurde, waren die Städter oft gezwungen, ihre Kleidung zu kaufen. Zahlreiche Handwerksbetriebe waren mit der Herstellung von Stoffen und deren Verarbeitung beschäftigt. Die „Hechler“ bearbeiteten Flachs mit der Hechel und die „Leineweber“ stellten die Stoffe daraus her. „Zaiser“ zupften Wolle (mhd. zeisen = zupfen), „Wollenweber“ verwebten Wolle und „Walker“ verfilzten die Tuche. Für die Farben waren die „Färber“, „Weiter“ (Blaufärber) und „Schwärzer“ bzw. „Schwarzfärber“ (Schwarzfärber) zuständig. Die „Thuchschärer“ und „Nopper“ (sie beseitigten die Wollknötchen, die Noppen) sorgten für glatte Stoffe.

Der Tuchhandel war im Mittelalter ein gewinnbringendes Geschäft und die „Tucher“ angesehenere Familien, wie z.B. das gleichnamige Patriziergeschlecht in Nürnberg. Ursprünglich schnitt der Tuchhändler das Gewand nach dem Kauf auch zu, war also gleichzeitig der „Schneider“. Die Nähte machte ein „Nähter“. Später entwickelte sich die Schneiderei zu einem eigenen Gewerbe. Der „Schneider“ bekam viele Namen, die sich alle aus dem mittelhochdeutschen „schroten“ (Stoffe zu Kleidern zuschneiden) ableiten, z.B. „Schröter“, „Schröder“, „Schröer“ oder die niederdeutsche Bezeichnung „Schrader“. Der Flickschneider hieß „Bletzer“ (mhd. bletzen = einen Flicker aufsetzen) und der Strumpfweber „Hoser“ (mhd.

hose = Strumpf). Der „Kögler“ (lat. cuculla, mhd. k(g)ugel = Kapuze) machte Kapuzen, der „Filzer“ bzw. „Hutter“ Hüte aus Filz, die mit Leder und Pelz besetzt waren und der „Hentscher“ Handschuhe.

Wer neues Schuhwerk gebrauchte, der ging zu einem „Schomaker“, einem „Schumann“, „Schubert“, „Schuchart“ oder „Schuster“. Neue Schuhe waren teuer. Wenn sie ausgebessert werden mussten, dann wurden sie zum „Lepper“ (mhd. lappe = Lappen, mhd. lappen = flicken), zum „Sauter“ (mhd. sute = Naht, mhd. suter = Schneider, Flickschuster) oder zum „Altbüßer“ (mhd. buezen = ausbessern) gebracht. ■

► 2. Teil in Heft 4, 2023

Hiärfstmaond

*Ut un vüörbi sind Sunnengloot
un Summerspiëleüöwermoot.
De Arnt is unner Dack un Fack.
De Kamp is lier`g un vull de Sack.
Tom lesten Maol snitt baoll` de Seiß.
De Swälwk es gaobt up graute Reis`.
Wiällig uut Westen bläös de Wind.
Männig Advents- un Wiehnachtskind
wärd in den niëg`nten Maond gebuorn.
All läter kümp dat Lecht an`n Muorn,
geiht daoför fröher auk wier wegg.*



*Mien packpuperen Draken möch
so gärn no högger in de Lucht.
Van Brömmelten is swatt de Hucht.
Wat` t Wispenvolk sick freit! Sühkiek!
An`n Aobend staobt bes an de Büük`
In Niewel manges Piärd un Koh.
Sünt` Lambert smitt us Nüette to,
de allerbesten, sööt un dick;
un häöllt dat Wiär en biëttken sick,
finn up de Anwei` ick vlicht no
Klapprausenraud un Triëmsenblao.*

Maond = Mond, Monat	Hucht = Strauch
Seiß = Sense	Büük = Bauch
wiällig = übermütig	An(ne)wei = Ackerrain
packpuperen = aus Packpapier	Klapprausenraud = Mohnrot
Brömmelten = Brombeeren	Triëmsenblao = Kornblumenblau

Aus: Hannes Demming, Kringe, Quinten & Korinthen, Aschendorff-Verlag



Pferdekutschen prägen das Bild der autofreien Insel Juist
Foto: juist.de

*Sturmumtobte Insel.
Eiland in rüttelnder See.
Es ist leicht, dich zu lieben und
schwer, es nicht zu tun.*

*Insel der Pferde, der Austernfischer,
der Möwen und Menschen.
Insel der Tiden und malerischen Sonnenuntergänge.
Insel des wandernden Sandes.*

*Ebbe und Flut bestimmen die Zeit
bestimmen die Ordnung
Thalasso-Insel
die Gesundheit erhält und Gesundung verspricht.*

*Insel der Anpacker; Zupacker; Einpacker.
Insel der Verschworenen hinter den Dünen.
Insel der Glückseligen und der Leutseligen.
Insel der seligen Leute.*

*Insel der Träumer und der Frommen
und derer, die gehen und kommen
und kommen und gehen
und sehen und verstehen.*

Töwerland* aus Wunderhand

Marion Gitzel

Ich war auf Juist, war im Mai mit einer Reisegruppe unterwegs, um fast zwei Wochen lang Nordseeluft zu schnuppern und auf einer mehr langen als breiten Insel ohne Autoverkehr unterwegs zu sein. Plötzlich Pferdeäpfel auf den Straßen zu sehen, manche ganz frisch, andere platt getreten oder gefahren, das gehört zum typischen Bild dieser Insel, die viel Ruhe verspricht und auch hält. Natur pur, wie ich sie liebe mit Vogelgesang, der ansonsten schon selten bis gar nicht mehr zu hören ist und viel Wildwuchs überall.

Leider war die Zeit wettermäßig recht kühl, die schon bereitgestellten Strandkörbe gähnten vor Leere. Doch der feine weiche Sand lud auch bei



meist trockenem Wetter zu gut „durchsalzenen“ Spaziergängen ein. Ansonsten konnte die Insel auch mit dem Leih-Fahrrad erkundet werden.

In unserer Herberge wurden wir mit drei Mahlzeiten und leckeren Desserts früh, mittags und

abends verwöhnt. Mein Zimmer war hoch droben und gewährte mir einen imposanten Blick über die Dächer des Ortes und auf den Hafen und das dortige Treiben.

Was mich beeindruckt hat, war die Müllentsorgung. Nirgends lag etwas herum, alles hatte seine Ordnung und fand seinen Platz im Recycling-System, ►

*Töwerland (Zauberland) = ostfriesischer Name für die Insel Juist

leere Flaschen wurden im Fahrrad-Anhänger zu den vorgeschriebenen Stellen auf dem Hafengelände gebracht, um von dort aus mit der Fähre weiterbefördert zu werden. Der übrige Müll wurde in Containern mit Pferdefuhrwerken zum Hafen gebracht. Aus

diesem Grund ist im Gedicht von Anpackern, Zupackern und Einpackern die Rede. Es muss viel manuell erledigt werden, ehe es erledigt ist. So ist es auf der Insel der Glückseligen eben.

Eine schöne Reise diese Reise. Ich möchte sie nicht

missen und werde vermutlich im nächsten Jahr wieder dorthin fahren wollen, denn ich habe mich in die Insel verliebt. Und gegen die Liebe ist ja bekanntlich noch kein Kraut gewachsen, auch nicht auf Juist, der anmutigen Insel mitten in der Nordsee. ■

Freiheit fühlt jeder anders

Eva Schmidtke

Freiheit, ein Wort, das es in sich hat! Ein Gefühlswort? Ein Wort, das einen beschwingt machen kann, aber auch traurig oder gar sehnsüchtig. Wo findet man sie denn, diese Freiheit?

Etymologisch hat der Begriff „Freiheit“ seine heutige Bedeutung über das Germanische „jemand, dem sein Hals selbst gehört“ erhalten. Warum es gerade der Hals sein muss, ist jetzt nicht so klar, obwohl ihm als Verbindung von Kopf und dem Rest des Körpers durchaus eine wichtige Position zugestanden werden muss. Es läuft wohl darauf hinaus, dass der freie Mensch über seine Person selbst verfügen können sollte. Damit ist Wesentliches über das Wort „Freiheit“ gesagt. Es geht um die Autonomie des Menschen, um den freien Menschen, der selbst bestimmen kann, was er tut.

Stutzig macht es einen dann wohl, wenn man liest, dass der Existentialist Jean-Paul Sartre behauptet „Freisein heißt zum Freisein verurteilt sein“. Das macht erst einmal alle guten Gefühle zunichte und doch kann man diese Aussage verstehen, wenn einem klar wird, dass Sartre

dem Menschen keine andere Möglichkeit einräumt, als frei sein Leben zu wählen. Er muss es tun. Jedem Menschen ist es aufgegeben, frei zu wählen und zu entscheiden, was er mit seinem Leben tun will.

Ich erinnere mich dabei sofort an die Worte einer befreundeten Münsteraner Autorin, die meinte, dass für sie der Begriff „Freiheit“ negativ besetzt sei. Sie begründet das damit, dass sie sich oft nicht entscheiden könne. Für sie ist die Freiheit, sich so oder so entscheiden zu können, Druck.

Also etwa besser nicht frei zu sein, um sich nicht entscheiden zu müssen?

Oder ist Freiheit einfach ein relativer Begriff, ein Begriff, den unterschiedliche Menschen unterschiedlich wahrnehmen, ihm unterschiedliche Richtungen geben und dabei jeweils andere Prioritäten setzen?

Menschen interessiert, was Menschen denken und nicht unbedingt, was Philosophen sophistisch erklären. Es geht um Frauen, Männer, jung oder älter, jeder mit einem anderen Beruf oder Interesse. Ich frage sie nach ihrer Vorstellung von Freiheit

und bin gespannt, was ich erfahren werde.

Aus dem Telefonhörer sprudelte unvermittelt zur Frage „Was ist für Euch Freiheit?“ eine Wortkaskade, die überrascht, vergleicht man sie mit sattsam bekannten Definitionen von Freiheit. Aber man kann sofort bei jedem einzelnen Wort das Freisein fühlen: Liebe, Vögel, Dachterrasse, Musik, Sonnenuntergang, Roadtrip, keine Angst vorm Fallen haben müssen (Florian, 41, Schauspieler; Nadja, 38, Pädagogin). Andrea, 60, Künstlerin, meint ohne zu zögern: „Freiheit ist ein persönliches Gefühl und erinnert mich an Barfußlaufen“, und dann ergänzt sie „denken können, was man mag, ohne jeden Gedanken in Handlung umsetzen zu wollen, einfach mal in Gedanken geradeaus fahren, auch wenn's nicht geht.“ Für Pete, 48, Physiotherapeut, geht es bei dem Begriff „Freiheit“ vor allem um die Wahlmöglichkeit. Er ist selbstständig und kann frei entscheiden, und als Selbständiger hat er auch die Unfreiheit selbst frei gewählt. Übrigens meint er verschmitzt, man könne sich ja auch wieder gegen die Entscheidung entscheiden. Eng zusammen hängt für ihn Freiheit



mit der inneren Freiheit, nämlich glücklich zu sein oder nicht. Johannes, 66, Diplom-Designer, nannte einen ganz speziellen Aspekt: „Erstmal bin ich skeptisch. Das Wort Freiheit hat einen verlockenden Klang, der verführbar macht.“ Und in der Hand von manipulativen Menschen werde das Wort Freiheit zur gefährlichen Verführerin. In mir wird bei dieser Darstellung ein Zitat aus vergangenen Zeiten wach. Es geht dabei um innere Freiheit, die man angeblich dann haben könne, wenn man wolle, was man soll. Klingt in der Tat praktisch, aber es klingt vor allem nach einer Möglichkeit zu missbrauchen oder missbraucht zu werden. Ein interessantes Resümee, wenn es um die Bedeutung von Freiheit für Johannes geht, liegt in der Aussage „Freiheit bedeutet für mich niemandes Knecht und niemandes Herr zu sein“. Vor allem der zweite Teil der Aussage macht nachdenklich und gerne würde man das ein oder andere noch erfragen.

Zum Abschluss der unterschiedlichen Freiheitsbetrachtungen hatte ich noch eine Gesprächspartnerin, die in ihrer

schwierigen Lebenssituation das Wort „Freiheit“ in einem ganz speziellen Sinne betrachtet hat. Trauern und Freiheit? Welcher Zusammenhang ließe sich herstellen? Mehr zufällig fiel mir im Internet der in meinen Augen etwas sehr saloppe Spruch „Trauer dich frei“ auf. Vielfach deutbar, vielleicht fragwürdig oder auch nicht?

Melanie, 53, Kindergärtnerin, verlor vor zwei Jahren ganz plötzlich ihren Mann. Sie war trotz ihrer schweren Lebenslage bereit, sich auf Fragen zum Thema Freiheit einzulassen. Natürlich ist ihr bewusst, dass es keine absolute Freiheit gibt, und so weiß sie mit den „kleinen Räubern“ ihrer persönlichen Freiheit auch umzugehen. Ein besonderes Problem aber sieht sie in den gesellschaftlichen Beschneidungen der Freiheit für

jeden Trauernden. Die Trauer offen zu zeigen, ließen oftmals die anderen nicht zu. Die Begegnung mit einem Trauernden verunsichere sie und so habe sie schließlich diesen Menschen ein Theater vorgespielt, indem sie sich so verhalten habe, wie man es von ihr erwartete. Ihre Freiheit öffentlich zu trauern, war durch die mangelnde Empathie ihres Umfelds arg eingeschränkt worden. Sie habe manche Treffen abgesagt, weil sie sich nicht in der Lage fühlte, unterhaltsam zu sein. Ihr Wunsch sei es gewesen, auch in der Trauerzeit ihre Freiheit zu haben, mit ihren Gefühlen so umgehen zu können, wie es ihr nötig erschien, frei von Zwängen und gesellschaftlichem Unverständnis.

Ist man erst frei, in dem Moment, in dem man aufhört, sich Gedanken zu machen, was andere von einem halten? Oder braucht man eben gerade in traurigen Lebenssituationen die Empathie anderer, um sich frei oder richtiger: befreit fühlen zu können?

Mit Blick auf die Sammlung der verschiedenen Deutungen von Freiheit schließe ich mit den Worten von Abraham Lincoln „Die Welt hat nie eine gute Definition für das Wort Freiheit gefunden.“ Aber die Menschen haben in der Differenziertheit ihrer Aussagen das Geheimnis offenbart, dass Individualität gelebte Freiheit ist. ■



Ambulante Dienste e.V.
Bohlweg 10 • 48145 Münster
Telefon: 0251/133 01-0 • Telefax: 0251/133 01-20

• Beratung •
• Häusliche Pflege • Persönliche Assistenz •

Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband

A 34/96-2/30



KPM – Service aus der Serie „Kurland“

Foto: KPM

KPM – Königliche Porzellan-Manufaktur

Josef Scheller

Wissen Sie, welches in-
zwischen 260 Jahre
alte Unternehmen der
älteste noch heute produzierende
Handwerksbetrieb in Berlin ist,
dessen edelste Produkte weltweite
Bekanntheit erlangt haben?
Ich wusste es (auch) nicht. Es ist
die Königliche Porzellan-Manu-
faktur GmbH - kurz: KPM - mit
Sitz in Berlin-Tiergarten. Im
wahrsten Sinn des Wortes ist die
Manufaktur ein Handwerksbetrie-
b, denn jedes einzelne Stück
Luxus-Porzellan wird nach wie
vor per Hand in den historischen
Gebäuden an der Spree herge-
stellt. Während einer Produkt-
Präsentation in der KPM-Manu-
faktur erfuhren meine Frau und
ich sehr viel Neues – auch über
die Porzellanmaler aus Münster.
Schon um 1850 gelangte Ori-
ginal KPM-Porzellan als Weiß-
ware zum wahrscheinlich ersten
Münsterschen Porzellanmaler,
Conrad (Karl) Hagemann. Aus

derselben Zeit gibt es den Hin-
weis auf einen Porzellanmaler
Hagemann in der KPM, Berlin.
Möglicherweise war Conrad Ha-
gemann einige Zeit in Berlin in
der Königlichen Porzellanmanu-
faktur als Lernender oder Mitar-
beiter tätig. Hat er auf Grund sol-
cher beruflichen Kontakte „das
weiße Gold“, nämlich edelste
Porzellan-Weißware von der Kö-
niglichen Porzellan-Manufaktur,
Berlin, zum Bemalen beziehen
können? Außergewöhnlich ist
das schon, denn die Königliche
Porzellan-Manufaktur legte von
Beginn an höchsten Wert auf ihr
Corporate Product Design. Jedes
Porzellanteil erhielt und erhält
bis heute das königliche blaue
Zepter eingebrannt.

Das weiße Gold

Vor 300 Jahren investierten
namhafte Könige und Kurfürs-
ten hohe Geldsummen in die
Suche nach Gold. Als Ergebnis

schufen die Alchemisten eher
zufällig weißes Gold, nämlich
Porzellan. 1708 gelang es dem
Leibarzt von August dem Star-
ken und einem Apotheker aus
verschiedenen Mischungen von
Coldizer Ton und Alabaster
erstmalig in Europa grau-weißes
Porzellan herzustellen. August,
der seine Porzellan-Leidenschaft
„Maladie de porcelaine“ nannte,
war der große Gewinner. Er hat-
te schon vorher immer wieder
beträchtliche Geldsummen für
ostasiatisches Porzellan ausgege-
ben und versprach sich nun mit
edlen Kunstwerken aus Sachsen
zuvorderst eine Sanierung seiner
Finanzen und natürlich persön-
lichen Prestigegewinn. Dank
seiner Unterstützung wurde 1710
die erste europäische Porzellan-
Manufaktur im sächsischen Mei-
ßen gegründet.

KPM

1751 erhielt Wilhelm Caspar
Wegely vom Preußenkönig
Friedrich dem Großen das kö-
nigliche Privileg, in Berlin eine
Porzellanmanufaktur zu errich-
ten. Nach anfänglichen Schwie-
rigkeiten entwickelte sich das
Unternehmen positiv, letztlich
auch dank königlicher Zuwen-
dungen. Auf Grund der hohen
Belastungen des Staatshaushalts
durch den Siebenjährigen Krieg
war ab 1763 vom König keine
Unterstützung mehr zu erwarten,
so dass der Inhaber gezwungen
war, die Produktion einzustellen.
Am 19. September 1763 über-
nahm Friedrich der Große das
flourierende Unternehmen. Mit
seiner Übernahme begann die
Erfolgsgeschichte der KPM. Das
Unternehmen entwickelte sich
zu einem Vorzeigebetrieb. Alle
146 Mitarbeiter hatten geregelte
Arbeitszeiten, erhielten über-

durchschnittliche Einkommen und waren über die Manufaktur kranken- und rentenversichert. Kinderarbeit wurde untersagt, für Waisen und Witwen wurde Vorsorge getroffen. Bis zu seinem Tod 1786 blieb Friedrich der Große sein – wie er selbst scherzte – „bester Kunde“. Als Mittel der Diplomatie dienten häufig Staatsgeschenke aus der Berliner Manufaktur. Alle Epochen, von Rokoko über Klassizismus, Jugendstil und Bauhaus überlebte die KPM-Manufaktur als Produzent dank hochwertigstem Porzellan und dem geforderten Design des jeweiligen Zeitgeistes. Im Archiv befinden sich heute ca. 2000 Bände und ca. 10000 aufgezeichnete Malvorlagen und Dekors. Einige Designentwürfe, wie die Klassizistische Serie Kurland, haben inzwischen mehr als 200 Jahre überlebt und zählen noch heute zu den meistverkauften Services.

Porzellanserie Kurland

1790 bestellte der Herzog von Kurland bei der Königlichen Porzellan-Manufaktur ein vierteiliges Tafelservice. Den klassizistischen Entwurf dazu lieferte der Modellmeister Karl Friedrich Riese. Der Name „Kurland“ wurde Programm. Diese inzwischen aus 87 Einzelteilen bestehende Porzellanserie ist nach wie vor



Deckelvase aus dem Porzellanmuseum Münster Archiv 2020

das beliebteste, bekannteste und umfangreichste Service der Manufaktur.

Heute ist die KPM Königliche Porzellan-Manufaktur Berlin GmbH, so der offizielle Name, ein florierender, moderner Handwerksbetrieb an historischer Stelle. Es ist ein Unternehmen, das stolz auf seine Vergangenheit schaut und mit Luxusprodukten aus Porzellan und Glas marktorientiert die Zukunft gestaltet. Dem Trend der veränderten Lebensgewohnheiten folgend, der kaum noch Raum und Zeit für ein gemeinsames oder gar familiäres Mittagessen oder Abendbrot zulässt, produziert die Manufaktur

längst schon Stücke für Flying Dinner Events, Fingerfood und/oder Fast-Food-Imbisse. Somit gibt es sie inzwischen tatsächlich: die Kurland-Currywurstschale für die klassische Berliner Currywurst.

Porzellanmaler

Als Interessenten waren wir in der Königlichen Porzellan-Manufaktur Berlin herzlich willkommen.

Das Non plus Ultra war ein Workshop in der Mitmach-Manufaktur der KPM. Hier darf jeder Teilnehmer seine Tasse nach eigenen Vorstellungen und Ideen modellieren und Porzellanmaler sein. Dazu nochmal ein Abstecher nach Münster. Es ist unbedingt erwähnenswert, dass Münster von Insidern als Stadt der Porzellanmaler bekannt war, denn über 100 Jahre, angefangen um 1850 mit Conrad Hagemann bis zur Schließung der Porzellanmanufaktur August Roloff in Münster – Kinderhaus im Jahr 1955, kauften gut betuchte Kunden individuell bemaltes Porzellan bei Münsteraner Manufakturen. Diese Betriebe produzierten jedoch keine eigene Porzellan-Weißware, sondern kauften sie bei Thomas, Rosenthal, Eschenbach und anderen Herstellern. Ein großer Wissensschatz darüber lagert beim Verein zur Förderung eines Porzellanmuseums in Münster e.V., der unter www.porzellanmuseum-muenster.de abgerufen werden kann.

Ein Amüsement zum Abschluss: Die Königliche Porzellan-Manufaktur nennt sich kurz KPM, Berlin. Die Manufaktur Rohloff nannte man im Volksmund: Kinderhauser Porzellanmanufaktur, das war dann die „KPM, Münster“? ■



KPM – moderne Schale für Pommes frites

Foto: KPM



Kaspische Landschildkröte

Foto: Pollerberg

Schildkröten

Langlebige Überlebenskünstler

Adalbert Pollerberg

Sie ist langsam, sie ist unbeholfen, sie ist schwerhörig und dickköpfig und trotzdem eine wahre Überlebenskünstlerin. Die Rede ist von einer kaspischen Landschildkröte. Als meine Frau und ihr Bruder noch Kinder waren, entdeckten sie das unbeholfene Tier in einer Ladung Torf, die der Gärtnerei geliefert wurde, in der sie aufwuchsen. Seitdem ist die Schildkrötendame „Koko“ eine konstante Begleiterin. Schildkröten haben ein ganz anderes Zeitgefühl. Sie laufen langsam, fressen langsam, schlafen lange. Doch dafür sind sie langlebig. Möglicherweise gab es Individuen, die über 250 Jahre alt wurden, nachgewiesen

ist ein Lebensalter von 176 Jahren bei einer Wasserschildkröte – rekordverdächtig im Tierreich.

Aber auch die Ausdauer als der landlebenden Gattung ist eindrucksvoll. 220 Millionen Jahre gibt es sie auf der Erde, entstanden kurz nachdem die ersten Wirbeltiere das Land eroberten. Aus dem Nachbarzweig gingen später die Dinosaurier und noch später alle Vogel- und Krokodilarten hervor. Dass Schildkröten anders als die Dinosaurier bis heute überlebten, liegt vielleicht an ihrer Vielseitigkeit. Es gibt sie praktisch in allen Meeren und auf allen Kontinenten. Ihre Größe variiert von 7 Zentimetern bis 2,5 Metern

und sie haben sich angepasst an Wüsten, Sümpfe und Gewässer. Vielleicht schützte sie aber auch ihr Panzer vor dem Untergang. So leben sie heute wie ein Relikt aus einer anderen Weltzeit, unvergleichbar mit jeder anderen Tierart.

Ihre Langsamkeit ist legendär. Sie fand schon Eingang in ein Paradoxon der griechischen Mathematik beim berühmten Wettlauf zwischen Achilles und der Schildkröte. Kann der Schnellläufer die Schildkröte überholen, wenn sie einen gewissen Vorsprung bekommt? Denn jedes Mal, wenn Achilles den Vorsprung aufholt, ist die Schildkröte ja auch ein Stückchen weitergekommen und hat immer noch die Nase vorn.

In moderner Zeit spielte in dem Märchen „Momo“ von Michael Ende die Schildkröte Cassiopeia eine zentrale Rolle. Sie war Botschafterin von Meister Hora, dem Herrn über die Menschenzeit, und sozusagen Gegenspielerin der grauen Männer, die den Menschen die Zeit raubten. Cassiopeias Botschaft: Wer langsam ist, verliert nicht Zeit, sondern kostet sie aus. Vielleicht auch ein gutes Motto fürs Älterwerden, wo nicht mehr so viel und Vieles nicht mehr so schnell geht. Qualität statt Quantität.

Doch zurück zur Schildkröte: Ein Grund für die Langsamkeit ist, dass sie nicht gleichzeitig atmen und sich fortbewegen kann, weil ihr die Schultergelenke fehlen. Ohrmuscheln hat die Schildkröte auch nicht, ein Gehör aber sehr wohl. Damit ist sie vor allem für tiefe Töne und Vibrationen empfänglich. Andererseits ist sie ausgestattet mit einem feinen Geruchssinn, der anders als bei uns im Rachenraum sitzt,



Exotin der Art *Curora zhoui* im Nachwuchsprogramm des Allwetterzoos

Foto: Allwetterzoo



Abwechslungsreiches Gehege in der Schildkröten-Auffangstation Dorsten

Foto: Annette Pollerberg

einem guten Orientierungssinn und einem hervorragenden Sehsinn, der auch für uns unsichtbares ultraviolettes und infrarotes Licht erkennt.

Auch mit einem starken Willen sind die Tiere ausgestattet. Einmal war meine Frau mit „Koko“ bei einer Reptilienärztin, weil unser Tier schlecht fraß. Nach der Behandlung sagte die Ärztin: „Sie haben aber ein dickköpfiges Tier!“ Meine Frau

war über das Urteil überrascht: „Ich dachte, alle Schildkröten sind so.“ Wahrscheinlich lag der Hungerstreik auch an dem Umzug aus dem Elternhaus in unser Domizil. Sechs Monate dauerte es, bis sie die neue Umgebung als ihr Zuhause ansah und auch von mir als neuer Bezugsperson Fressen annahm.

In den 70er Jahren, als Schildkröten als Haustiere in Mode kamen, wurde wenig auf

eine artgerechte Haltung geachtet. Heute weiß man, dass sie Auslauf auf verschiedenen Untergründen, einen ausgiebigen Winterschlaf und direktes Sonnenlicht benötigen, um gesund zu bleiben. Wildkräuter und Heu sind optimale Nahrung, Salat, Obst und Gemüse sind eher schädlich. Ihr scheinbar ungeschickter Gang rührt aus der frühen Phase der Landtiere. Im Wasser sind die flossenartigen Extremitäten ▶

Italienische Momente

Hildegard Schulte

Tante Friedchen liebt die italienische Küche. Als sie von einem neuen feinen italienischen Restaurant hört, wird sie neugierig. Sie bestellt sich dort einen Tisch. Das Restaurant ist geschmackvoll eingerichtet und sie fühlt sich gleich wohl. Dazu trägt auch die zuvorkommende Bedienung bei. Während sie auf das bestellte Essen wartet, bekommt sie mit, wie sich ein Ehepaar am Nachbartisch mit dem italienischen Kellner unterhält. Sie erzählen ihm, wo sie schon überall in Italien waren, was es für ein wun-

derschönes Land sei. Es scheint ihre zweite Heimat zu sein. Sie schwärmen von dem Golf von Salerno an der Westküste Italiens und von der ausgezeichneten Küche dort, wo die regionalen Küchenchefs die köstlichsten Gerichte aus vor allem frischem Gemüse, Mozzarella, Olivenöl und Zitronen sowie Fisch und Meeresfrüchten zaubern. Auch von der besonderen Qualität des dort wachsenden Weins sind sie begeistert. Dies alles kann der Kellner nur bestätigen. „Ja“, fragt die Dame schließlich, „Ihr Koch hier kommt doch bestimmt auch



aus Amalfi?“ Der Kellner stutzt. Nach einigem Zögern antwortet er: „Nein unser Koch kommt aus Billerbeck.“

Ob dem Ehepaar das Essen jetzt noch geschmeckt hat? ■

ein unschlagbarer Vorteil, der den großen Wasserschildkröten die jährliche Querung des Atlantiks erlaubt.

Doch dass die Gattung bisher alle Klimawandel und Katastrophen überlebte, schützt sie heute nicht. Ihr Lebensraum schwindet, Plastik im Meer und Wilderei tötet sie, Eiablagen werden geplündert. So sind fast

alle Schildkrötenarten heute unter Druck, wenn nicht vom Aussterben bedroht.

Nach dem Washingtoner Artenschutzabkommen von 1975 dürfen Schildkröten nicht mehr frei gehandelt werden. Auch der Allwetterzoo Münster setzt sich mit einem vielbeachteten Nachwuchsprogramm ein und koordiniert den internationalen „Turtle

Conservation Fund“ für Schildkröten in Südostasien. Initiativen gegen die Vermüllung der Meere versuchen etwas gegen das todbringende Plastik in den Ozeanen zu tun. Ob es reicht, um die Schildkröten als Relikte aus der Zeit des Landgangs der Tiere zu retten? Hoffen wir, dass uns die Botschafter der Langsamkeit erhalten bleiben. ■

Beihilfe zum Suizid

Versuch einer Neuregelung

Hildegard Schulte

Am 6. Juli 2023 musste der Bundestag über zwei Gesetzentwürfe zu einer Neuregelung der Beihilfe zum Suizid entscheiden. Beide Gesetzesentwürfe fanden keine Mehrheit.

Um welche Gesetze geht es?

Es muss unterschieden werden zwischen aktiver Sterbehilfe, Tötung auf Verlangen und Hilfe beim Suizid. Wer aktive Sterbehilfe, wie Mord oder Totschlag

(§ 211, 212 StGB) begeht, wird bestraft. Wer einen anderen tötet, wenn dieser es ausdrücklich und ernsthaft verlangt, wird gemäß § 216 StGB bestraft.

Diese Gesetze waren von der Neureglung nicht betroffen. Hiervon zu unterscheiden ist die Beihilfe zum Suizid. Suizid ist nicht strafbar und deshalb ist auch Beihilfe zu einem Suizid nicht strafbar. Anders sieht es aus, wenn es sich um geschäftsmäßige Förderung der Selbsttötung handelt. Diese ist im

Dezember 2015 in § 217 StGB geregelt worden. Darin heißt es:

(1) Wer in der Absicht, die Selbsttötung eines anderen zu fördern, diesem hierzu geschäftsmäßig die Gelegenheit gewährt, verschafft oder vermittelt, wird mit Freiheitsstrafe bis zu drei Jahren oder mit Geldstrafe bestraft.

(2) Als Teilnehmer bleibt straffrei, wer selbst nicht geschäftsmäßig handelt und entweder Angehöriger des in Absatz 1 genannten anderen ist oder diesem nahesteht.

Grund für diese Neufassung des § 217 war die Befürchtung, dass Vereine wie „Sterbehilfe Deutschland“ oder die Schweizer „Dignitas“ ihre Angebote ausweiteten. In der Begründung hieß es u.a. die Menschen sollten sich nicht an organisierte Formen des Suizids gewöhnen. Kranke oder Alte sollten sich nicht zum Sterben gedrängt fühlen, etwa um der Gesellschaft oder ihren Familien nicht zur Last zu fallen. (Bundeszentrale für politische Bildung (BpB))

Verfassungsbeschwerden gegen § 217 StGB

Gegen § 217 StGB reichten schwerkranke Menschen, in- und ausländische Sterbehilfevereine sowie einzelne Medizinerinnen



Aktuelles Debattenthema im Bundestag

Foto: Archiv

und Mediziner in den letzten Jahren Verfassungsbeschwerden ein. Die schwerkranken Menschen beriefen sich auf das allgemeine Persönlichkeitsrecht. Daraus leiteten sie das Recht auf selbstbestimmtes Sterben ab und auch die Inanspruchnahme der Unterstützung Dritter bei der Umsetzung eines Suizids. Die klagenden Ärztinnen und Ärzte sahen in der Reform eine Verletzung der in Artikel 4 und 12 des Grundgesetzes verankerten Gewissens- und Berufsfreiheit.

Die Entscheidung des Bundesverfassungsgerichts

Das Bundesverfassungsgericht urteilte im Februar 2020, dass sich aus Art 1 Grundgesetz das Recht ergebe, seinem Leben selbstbestimmt ein Ende zu setzen und dafür die Hilfe Dritter in Anspruch zu nehmen. Es erklärte das im Dezember 2015 vom Gesetzgeber eingeführte Verbot der „geschäftsmäßigen Förderung der Selbsttötung“ (§ 217 StGB) für nicht verfassungsgemäß und somit ungültig.

Das Gericht stellte dem Gesetzgeber aber frei, ein Sicherungskonzept zu entwickeln, mit dem man die Ernsthaftigkeit und Dauerhaftigkeit eines Selbsttötungswillens nachweisen kann.

Die Entwürfe zur Gesetzänderung

Für eine neue Regelung wurden verschiedene Entwürfe erarbeitet. Zur Entscheidung am 6. Juli 2023 standen zwei Entwürfe. Es bestand kein Fraktionszwang. Die Bundestagsmitglieder konnten nach ihrem Gewissen entscheiden.

Der Entwurf Castellucci u.a. strebte eine Regelung im Strafgesetzbuch an. Die geschäftsmä-

ßige Hilfe zur Selbsttötung sollte grundsätzlich unter Strafe gestellt werden. Vorgesehen waren aber Ausnahmen unter denen Förderungshandlungen nicht rechtswidrig wären, wenn z.B. bestimmte Beratungspflichten und Wartezeiten erfüllt wären. Sterbewillige sollten mindestens zwei Untersuchungen durch Fachärzte für Psychiatrie oder Psychotherapie sowie mindestens eine weitere Beratung absolvieren.

Der Gesetzentwurf Lauterbach u.a. sah im Kern ein neues Suizidhilfegesetz außerhalb des Strafgesetzbuches vor. Darin sollte das Recht auf Hilfe zur Selbsttötung und auf Unterstützung von suizidwilligen Personen normiert werden. Sterbewillige sollten sich durch einen Arzt oder eine Ärztin nach Aufklärung ein tödlich wirkendes Medikament verschreiben lassen dürfen. Voraussetzung dafür wäre unter anderem eine Beratung durch staatliche anerkannte Beratungsstellen.

Beide Entwürfe erhielten nicht die für eine Gesetzesänderung erforderliche Mehrheit. § 217 StGB bleibt damit zunächst ungültig und bis zu einer anderen Regelung ist die geschäftsmäßige Förderung der Selbsttötung ohne Einschränkungen erlaubt. Daraus

folgt, dass Sterbevereine straflos Sterbehilfe leisten können.

Stärkung der Suizidprävention

In derselben Debatte nahm der Bundestag einen fraktionsübergreifenden Antrag für eine Stärkung der Suizidprävention mit großer Mehrheit an. Darin fordern die Abgeordneten eine Enttabuisierung und Entstigmatisierung von Suizidgedanken durch mehr Information und Aufklärung.

„Durch verbesserte Lebensbedingungen müsse Suiziden vorgebeugt werden, etwa durch Armutsbekämpfung und Konzepte gegen Vereinsamung. Menschen mit Suizidgedanken bräuchten leicht erreichbare Angebote zur Beratung, Behandlung und Unterstützung am Lebensende“. Hierzu schlugen die Abgeordneten unter anderem einen bundesweiten Suizidpräventionsdienst vor. (siehe Kirche und Leben) ■

Quellen:

www.bundesverfassungsgericht.de/SharedDocs/Entscheidungen
www.bpb.de/kurz-knapp/hintergrund-aktuell/
www.kirche-und-leben.de/artikel/assistierter-suizid



WIR LIEBEN LESEN

- kein Abo und keine Vertragsbindung
- Auswahl aus über 400 Zeitschriften
- kostenloser Zustell- und Abholservice
- keine Altpapierentsorgung

MEDIEN-PALETTE
LESEZIRKEL
Wir bringen Vielfalt!

Tel. 02 51 - 78 48 09
muenster@medien-palette.de
www.medien-palette.de

„Ich bin bei guter Gesundheit – und chronisch erkrankt“ Vom gesunden Älterwerden und dem Leben mit Krankheiten

Heike Winke

Frau Anna Z. sagt, sie sei „bei guter Gesundheit“. Dabei ist die 74-Jährige seit mehreren Jahren chronisch krank. Sie leidet an Arthrose und Rheuma und hat vor 3 Jahren eine Krebserkrankung „überstanden“.

Wie kommt Frau Anna Z. zu ihrer Aussage? Wieso empfindet sie ihre Gesundheit so viel positiver als es bei ihren medizinischen Diagnosen zu erwarten wäre?

Zunächst einmal: Frau Z. ist keine Ausnahme. Im Vergleich mit Jüngeren stimmen bei Älteren die subjektive und objektive Gesundheit am wenigsten überein. Wie bei Frau Z. klafft eine größer werdende Lücke zwischen tatsächlichen Erkrankungen und subjektivem Gesundheitserleben.

Diese Diskrepanz erklärt die Gesundheitspsychologie damit, dass sich mit dem Alter die Vorstellungen von Gesundheit verändern. „Gesund“ bedeutet jetzt nicht mehr, keine Krankheiten zu haben, sondern weitgehend ohne quälende Beschwerden und starke Funktions-Einschränkungen zu leben. Die subjektive Gesundheit wird bedeutsamer. Insbesondere auch, weil sie die Lebenserwartung und die Lebenszufriedenheit stärker positiv beeinflusst als der objektive Gesundheitszustand. Menschen mit guter subjektiver Gesundheit leben länger und sind zufriedener – auch mit Erkrankungen.



Seniorengruppe auf Wanderschaft (gemeinfrei)

Frau Anna Z. hat noch eine andere Erklärung für ihre gute subjektive Gesundheit.

Als bei ihr vor Jahren Arthrose und Rheuma diagnostiziert wurden, habe ihr das zunächst „große Angst gemacht“, erzählt sie. Angst vor Schmerzen und einer Zukunft mit rasch zunehmender Unbeweglichkeit; Angst, nicht mehr mit ihrer Wandergruppe oder mit ihren Freundinnen auf dem Rad unterwegs sein zu können. Sie habe viel über das Fortschreiten ihrer Krankheiten gegrübelt und ihre Bewegungsaktivitäten aufgegeben, um Schmerzen zu vermeiden. Damals hätte sie nie gesagt, sie sei „bei guter Gesundheit“. Sie empfand sich als zunehmend krank. Die Krebsdiagnose habe ihr dann „komplett den Boden unter den Füßen weggezogen“. Fast wie in Trance habe sie Operation und Behandlungen über sich ergehen lassen.

Die Veränderung, sagt Frau Z., kam in der anschließenden Reha: Die nette Gruppe, in der sie sich verstanden und nicht mehr alleine mit ihrer Krankheit fühlte, die vielen Gespräche und Übungen, die ihre Sichtweise langsam wandelten. Hatte es sich vorher angefühlt, als stünden der Krebs und die anderen Krankheiten im Mittelpunkt und würden ihr Leben komplett bestimmen, so lebe sie jetzt mit den Krankheiten. In der Reha hat sie dazu ein Bild gemalt, wie sie nun selbst als Person mit ihren vielen (gesunden) Anteilen im Mittelpunkt steht und die Erkrankung als ein Teil dazugehört, aber nicht mehr die Richtung vorgibt.

In der Gesundheitspsychologie spricht man von der salutogenetischen Perspektive. Mit der Salutogenese hat Aaron Antonovsky ein Modell zur Erklärung von Gesundheit entwickelt – als Alterna-

tive zum biomedizinischen Blick auf Krankheit und ihre Behandlung bzw. Vermeidung. Krankheit gilt in der Salutogenese als natürlicher Teil des Lebens – entscheidend ist aber, wie Menschen ihre Gesundheit erhalten und fördern (können). Die (Widerstands-)Ressourcen von Menschen spielen dabei eine große Rolle.

An manchen Tagen erlebt Frau Z. die Einschränkungen durch ihre Erkrankungen stärker: Sie fühlt sich besonders müde und erschöpft, muss sich viel ausruhen. Oder sie muss eine Wanderung abbrechen, weil ihre Knie schmerzen. Sie hat gelernt, solche Zeiten zu akzeptieren, sagt sie. Sie wisse aus Erfahrung, dass dies kein Dauerzustand sei und dass sie aktiv etwas für sich

tun könne. An „ihren müden Tagen“ pflegt sie sich besonders gut, z. B. durch ein warmes Bad und ihren Lieblingstee.

Akzeptanz, realistischer Optimismus, Selbstfürsorge und positive Emotionen gelten als wichtige individuelle Gesundheitsressourcen.

In der Reha hat Frau Z. viele Anstöße bekommen, wie sie ihre Ressourcen im Alltag stärkt: Durch kleine Achtsamkeitsübungen z. B. kann sie ihre Stimmungen, Bedürfnisse und Wünsche besser wahrnehmen. Sie hält dann inne und fragt sich, was ihr jetzt guttäte oder – manchmal etwas leichter zu beantworten – was sie einer guten Freundin in dieser Situation raten würde. Oder sie schreibt abends auf, was sie Po-

sitives erlebt hat – auch an ihren „müden Tagen“. Damit betont sie die positiven, genauso vorhandenen Aspekte und Gefühle – und gerät nicht mehr so rasch in ihre „Abwärts-Grübel-Spirale“.

Das Wichtigste aber ist, sagt Frau Z., dass sie mit ihren Erkrankungen Dinge unternimmt, die ihr Freude machen, zusammen mit Menschen, die ihr guttun. So trifft sie sich regelmäßig zu leichteren Wanderungen und unternimmt mit Freundinnen kleine Radtouren. Besonders wichtig sind ihr die beiden Selbsthilfe-Gruppen, denen sie sich nach der Reha angeschlossen hat: ihre Krebs-Selbsthilfe-Gruppe für Frauen und ihre Gruppe für ältere Menschen mit chronischen Erkrankungen. ■

Wir um 60: Trommeln hält gesund

Jeden Freitag, Punkt 10 Uhr, ertönt der Ruf der Trommel. Ein gutes Dutzend Trommlerinnen und Trommler treffen sich in der evangelischen Christuskirche Hilstrup. Gemeinsam mit dem Projekt „Wir um 60“ der Diakonie bietet die bo59-Percussion Stiftung hier eine Trommelgruppe für Seniorinnen und Senioren an.

Ein afrikanisches Sprichwort sagt: „Drei göttliche Dinge nahmen uns unsere Sorgen, es waren Trommel, Tanz und Gesang“. Ganz nach diesem Motto gehen die Trommlerinnen und Trommler mit Spaß ans Werk und lernen afrikanische Rhythmen auf der Djembe. Dabei ist es völlig unbedeutend, wie alt man ist oder welche musikalische Erfahrung man hat. Auch eine eigene Trommel muss man nicht mitbringen. Hier kann jeder mit-



machen und nach seinen Fähigkeiten in der Gruppe musizieren.

Inzwischen ist durch mehrere wissenschaftliche Studien nachgewiesen, was die Trommlerinnen und Trommler längst erfahren haben: Trommeln hält gesund. Es spricht alle Sinne gleichermaßen an, fördert die Durchblutung, hält den Geist wach und ist gleichzeitig auch sportliche Betätigung. Eine amerikanische Studie kommt zu dem Ergebnis, dass eine Stunde Trommeln die gleiche positive Wirkung bei Parkinson-Patienten hat, wie eine Standard-Dopamin-Gabe.

So ist es nicht verwunderlich, dass sich die Gruppe nach dem gemeinsamen Spiel froh und munter verabschiedet, nicht ohne sich schon auf das gemeinsame Trommeln am nächsten Freitag zu freuen.

Fazit: Trommeln hält fit und gesund und es macht auch noch Spaß. Hier kann wirklich jeder mitmachen. Interessierte können sich gerne jederzeit an den Leiter der Gruppe, Bernhard Winkels, Telefon 0151 700 30 590, wenden. Weitere Informationen zur bo59-Percussion-Stiftung unter: www.bo59-percussion.de

Barrierefreie Wohnungen

Gerhard Jeschke

Die Bürgerumfrage 2021 zeigt: Barrieren in der Wohnung sind immer noch ein großes Problem! Die Westfälischen Nachrichten vom 18. April 2023 titeln: Barrierefreie Wohnungen sind rar.

- Schon heute fehlen in Deutschland 2,2 Millionen altersgerechte Wohnungen.
- Demnach leben heute rund 600.000 Rentnerhaushalte in barrierefreien Wohnungen ohne Stufen und mit stufenfreiem Zugang zur Dusche.
- 2040 werden 3,3 Millionen solcher Wohnungen gebraucht, damit alte Menschen möglichst lange zu Hause bleiben können.
- Der Bund bremst den altersgerechten Umbau von Wohnungen. Die staatliche KfW-Bank bietet keine Zuschüsse mehr dafür an.
- Notwendig wäre ein Förderprogramm für altersgerechten Neu- und Umbau von mindestens einer halben Milliarde Euro im Jahr.
- Viele alte Menschen würden auch gerne in kleinere Wohnungen umziehen, wenn es ein solches Angebot am Ort gäbe.
- Jede fünfte freiwerdende Wohnung müsste altengerecht saniert werden.

Und wie sieht es in Münster aus?

Die Stadt Münster führt in regelmäßigen Abständen sogenannte

„Bürgerumfragen“ durch. Sie haben jeweils mehrere thematische Schwerpunkte. Die letzte Bürgerumfrage fand im Jahr 2021 statt und befasste sich insbesondere mit der Wohnsituation. Die Kommunale Seniorenvertretung Münster (KSVM) hat sich vor allem mit den Ergebnissen aus der Perspektive der Seniorinnen und Senioren befasst.

Zwei Hinweise zur Bürgerumfrage:

1. In der Bürgerumfrage 2021 wurden Einwohnerinnen und Einwohner in Münster ab 18 Jahre erfasst. Die gesamte Stichprobe umfasst über alle Altersgruppen 3.262 Einwohnerinnen und Einwohner in Münster.
2. Mit 1.001 befragten Einwohnerinnen und Einwohnern in Münster über 60 Jahre hat diese Altersgruppen einen Anteil von 30,7 Prozent in der Stichprobe. Zum Vergleich: Wenn man nur die Bevölkerung in Münster über 18 Jahre zu Grunde legt, dann haben Seniorinnen und Senioren an der Münsteraner Bevölkerung einen Anteil von 30,1 Prozent. Von den 1.001 Seniorinnen und Senioren haben durchschnittlich 900 Seniorinnen und Senioren bei den Fragen geantwortet.

Ergebnisse der Bürgerumfrage 2021

- Stufen bis zur Haustür: 53,8 % aller Seniorinnen und Senioren müssen eine bis drei Stufen

bis zur Haustür bewältigen, bei 20,7% sind es sogar mehr als vier Stufen. Lediglich jede vierte Seniorin bzw. jeder vierte Senior gelangt ohne Stufen in das Haus.

- Personenaufzug im Gebäude: Bei der Frage nach einem Personenaufzug im Gebäude wohnen nur 14,4% - also nur jede siebte Seniorin bzw. jeder siebte Senior - in einem Gebäude mit einem Personenaufzug. Etwas besser sieht die Situation bei den über 70-Jährigen aus: Hier verfügen 18,6% über einen Personenaufzug.
- Stufen von der Haustür bis zur Wohnungstür: Stufen zwischen der Haustür und der Wohnungstür sind für Seniorinnen und Senioren im Vergleich mit der gesamten Bürgerumfrage weniger zu überwinden: keine Stufen mit 28,3 % (n* = 937) bzw. 20,9% (n* = 3.212).
- Schwellen in der Wohnung – Übergang zu Terrasse/Balkon: Schwellen zum Balkon/zur Terrasse, sind für Seniorinnen und Senioren ein weiteres Problem: 52,3% aller Seniorinnen und Senioren müssen über eine Stufe steigen. Im Vergleich mit einer früheren Bürgerumfrage ist bei den 60- bis 70-jährigen Seniorinnen und Senioren sogar ein Anstieg von 45,0 % auf 56,2% festzustellen.
- Schwellen Einstieg in die Dusche: Das Badezimmer ist nach wie vor die größte Problemzone: Mit „Ja“ bei Schwellen

beim Einstieg in die Dusche haben 51,8% (n* = 851) der Seniorinnen und Senioren geantwortet. Somit ist die wünschenswerte bodengleiche Dusche, auch wenn sie sich aus baulichen Gründen nicht immer realisieren lässt, noch lange nicht Normalität.

Hauptgrund für Auszug in den nächsten 2 Jahren

Abgesehen von privaten Gründen ist für jede vierte Seniorin und jeden vierten Senior der wichtigste Grund für einen möglichen Auszug aus der Wohnung die fehlende Barrierefreiheit.

Es ist festzustellen, dass es durchaus eine Bereitschaft gibt, im Alter umzuziehen. Diese Frage wird von 36,7% (n* = 965) der teilnehmenden Seniorinnen und Senioren bejaht. Dabei ist festzustellen: Wer einen Umzug im Alter in Erwägung zieht, sollte möglichst früh damit beginnen. Sind es bei den 60- bis 69-Jährigen noch 42,0%, so sind es bei den 70- bis 79-Jährigen noch 36,9% und bei den über 80-Jäh-

rigen nur noch 21,2%, die einen Umzug im Alter bejahen.

Anforderungen an die Wohnung bei Umzug

Die wichtigsten Anforderungen an eine Wohnung beim Umzug sind Barrierefreiheit, insbesondere für die 60- bis 69-Jährigen, gefolgt von der kleineren Wohnfläche (38,9% bei den 60- bis 69-Jährigen). Der Personenaufzug gewinnt mit zunehmendem Alter an Bedeutung (38,8% 80 Jahre und älter). Eine geringere Nettokalt-Miete spielt eine eher untergeordnete Rolle; sie steht bei zehn möglichen Anforderungen an vorletzter Stelle.

Als Fazit lässt sich festhalten: 1. Probleme mit Schwellen zum Balkon/zur Terrasse haben seit der Bürgerumfrage 2013 noch zugenommen. Auch der Einstieg in die Dusche ist nach wie vor mit Hindernissen verbunden. Hier sollte beim Wechsel von der Badewanne zur Dusche auf eine bodengleiche Dusche geachtet werden.

2. Es besteht durchaus die

Überlegung, sich im Alter eine kleinere Wohnung zu suchen. Dabei hat das Thema „Barrierefreiheit“ die größte Bedeutung. Das betrifft sowohl Umzugsgründe als auch Ausstattungswünsche. Die Miete spielt eine untergeordnete Rolle. Allerdings sollte ein Tausch bzw. ein Umzug in einer frühen Lebensphase angegangen werden.

Holen Sie sich Unterstützung, lassen Sie sich beraten. Beim Sozialamt der Stadt Münster berät Christin Drewes (Telefon 0251 / 492 – 50 60) zur Wohnraumanpassung.

Ausblick

Die KSVM setzt große Hoffnung auf ihre Anregung für eine „Richtlinie städtisches Förderprogramm altengerechte Wohngebäude für Münster“, die sie in den Rat der Stadt Münster eingebracht hat und die in diesem Jahr anhand einer Vorlage beraten werden soll. ■

*„n“ ist die „Größe der Grundgesamtheit“, also die Zahl der abgegebenen Antworten (Anm. d. Red.)

Seniorenvertretung trifft Oberbürgermeister

Wie bereits in der MSZ, Ausgabe 4/2022 berichtet, wurden am 29.09.2022 wurden 15 neue Mitglieder für die KSVM gewählt. Sie treffen sich zu regelmäßigen Sitzungen. An der Sitzung am 22.05.2023 nahm auch Oberbürgermeister Markus Lewe teil. Auf dem Foto fehlen Frau Fuhrmann und Frau Stahl-Sura.

Weitere Informationen zum Gremium und Kontaktdaten der Mitglieder finden sie unter: www.seniorenvertretung-muenster.de/ueber-uns.



Münsters Oberbürgermeister Markus Lewe (3. v. rechts) zu Gast bei der KSVM
Quelle: Stadt Münster/MünsterView

Inklusives Reiseangebot des ASB Münsterland 2023 erfolgreich gestartet!

Reisen sind eine Abwechslung von unserem Alltag, eine Gelegenheit für spannende Erlebnisse und glückhafte Momente. Sie sollten für alle Menschen, unabhängig von etwaigen Einschränkungen, möglich sein. Deshalb sind alle vom ASB ausgesuchten Ziele auf Barrierefreiheit überprüft. Mit von der Partie ist immer eine geschulte Reisebegleitung, die bei Bedarf Hilfe leistet. Auch Rollatoren oder Rollstühle können problemlos mitgenommen sowie eigene Begleitpersonen angemeldet werden.

Dieses im Frühjahr 2023 gestartete Angebot des ASB wurde sehr gut angenommen. Bei einigen der Reisen konnten auch Gewinner der Verlosung des ASB mitfahren. Im April ging es mit fünf Gästen, die zu Beginn der Reise morgens direkt zuhause abgeholt worden waren, nach einer Übernach

tung in einem Strandhotel in Zandvoort entlang riesiger Tulpenfelder zum Keukenhof (Holland). Dort konnten inmitten von Blumenbeeten, Seen und Cafés wunderschöne Stunden verbracht werden. Auf der Rückfahrt wurde der zweitägige Ausflug mit einem Abstecher zum „Bagno“ in Steinfurt beendet, bevor alle Gäste wieder direkt nach Hause gebracht wurden. Weitere Ziele waren in den folgenden Monaten der Mühlenhof Münster, das schöne Tecklenburg mit dem denkmalgeschützten Stadtkern und die Burg Vischering.

Auch größere Reisegruppen können gern angemeldet werden. Wir fahren dann entsprechend mit mehreren Kleinbussen, um den bewährten Komfort und individuellen Service zu gewährleisten.



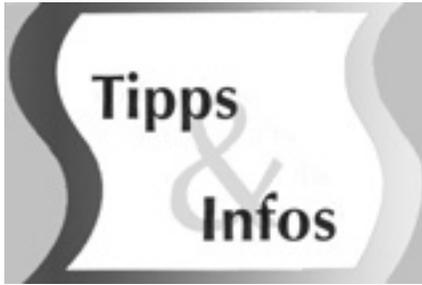
Weitere spannende Ziele und das Programm für die kommenden Monate finden Sie im Internet auf

[asb-muensterland.de/reisen](https://www.asb-muensterland.de/reisen)

Zusätzliche Auskünfte erteilt Frau Freitag unter der Telefonnummer 0251 2897 251 oder per Mail: reisen@asb-muenster.de



(Fotos: ASB Münsterland)



GESUND & AKTIV – Älter werden in Münster

Bewegung und Ernährung als Bausteine eines gesunden Lebens entdecken und die eigene Beweglichkeit erproben? Dies ermöglicht ein Aktionsnachmittag am 24.11.2023, zu dem das Gesundheitsamt der Stadt Münster, die Kommunale Seniorenvertretung Münster (KSVM), der Stadtsportbund Münster (SSB), die Selbsthilfe-Kontaktstelle Münster und die Volkshochschule Münster alle Seniorinnen und Senioren einladen. Die Veranstaltung findet von 14:00 bis 17:00 Uhr im Forum und Foyer der Volkshochschule Münster, Aegidiimarkt 3 statt und bietet den Interessierten ein abwechslungsreiches Vortragsprogramm in Kombination mit Bewegungsangeboten und Informationsständen. Alle Vorträge werden durch eine Gebärdendolmetscherin begleitet.

Der Themenbereich „Ernährung“ eröffnet die Veranstaltung mit einem Vortrag vom Ernährungsberater Rainer Bergmann von der Kochstation Münster. Anschließend nimmt die Naturheilpraktikerin Sabine Gnegel die Darmgesundheit und ihren Zusammenhang mit dem Immunsystem in den Blick.

An diesem Nachmittag haben die Teilnehmenden auch die Gelegenheit, aktiv zu werden. Hierzu bietet die Verkehrswacht Münster eine Probefahrt auf ei-

nem Pedelec-Simulator an und der Stadtsportbund Münster lädt zu einem Alltags-Fitness-Test ein. Zudem entwirft die Volkshochschule Münster einen Bewegungsparcours zum Mitmachen. Informationsstände zahlreicher Münsteraner Organisationen und Begegnungsstätten für Seniorinnen und Senioren laden zum Austausch ein und stellen ergänzende Informationen zur Ernährung und Bewegung im Alltag bereit.

Nach der Pause runden Vorträge zum Thema „Bewegung“ das Programm ab.

Informationen zur Veranstaltung erhalten Sie bei Brigitte Kempe vom Gesundheitsamt Münster, Tel.: 0251/492-5306, KempeB@stadt-muenster.de

Das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz

Das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Münster/Westl. Münsterland in der Achtermannstraße 11, arbeitet daran, die Versorgungsstrukturen in NRW rund um das Thema Alter, Pflege und Demenz weiterzuentwickeln. Dies geschieht durch Information, Beratung, Vernetzung und Qualifizierung. Die Interessen und Bedürfnisse der Menschen mit Pflegebedarf und ihrer Angehörigen stehen im Fokus des Handelns.

Betroffene sollen gut vernetzt, bedarfsgerechte Strukturen vorfinden, die ihnen ein selbstbestimmtes, ressourcen- und teilhabeorientiertes Leben ermöglichen, um so möglichst lange in der eigenen Häuslichkeit versorgt zu werden.

Das Team des Regionalbüros Münster arbeitet vernetzt mit haupt- und ehrenamtlichen Akteuren in Münster, den Kreisen

Borken, Coesfeld, Steinfurt. Es werden Maßnahmen zur Information, Beratung, Begleitung, Qualifikation und Vernetzung umgesetzt und somit die Strukturentwicklung in den Bereichen Alter, Pflege und Demenz gefördert.

Sie möchten mit den Regionalbüro in Kontakt treten? Beispielsweise zum Thema: Wie kann ich als Alltagsbegleiter, Hauswirtschaftshilfe, Nachbarschaftshelfer, Ehrenamtlicher tätig werden? Sie suchen Unterstützungsangebote für sich selbst oder einen Angehörigen? Sie suchen Informationen aus dem Bereich Alter, Pflege und Demenz? Dann rufen Sie an unter 0251 – 98168923340 oder schreiben eine Mail an: regionalbuero-muenster@rb-apd.de. Auf der Homepage www.alter-pflege-demenz-nrw.de finden Sie außerdem Informationen zum Thema Alter, Pflege und Demenz.

Knotenpunkte bieten Radfahrenden Orientierung

Signalrote Schilder mit Nummern leuchten gut sichtbar oben auf den bekannten Wegweisern für Radtouren – das sind die



*Knotenpunkt 1 an der Salzstraße/
Promenade, erkennbar am roten
Schild* Foto: Pollerberg

neuen Knotenpunkte im Radverkehrsnetz. Sie sind auch neben den Logos der Themenrouten an Kreuzungen zu finden. Tourenradlerinnen und -radlern ermöglichen sie eine rasche Orientierung – ganz ohne Ortskenntnis. Über die Zwischenwegweiser mit den kleinen roten Pfeilen gelangen sie zum nächsten Netzknoten.

Das Knotenpunktsystem können Radfahrende jetzt im gesamten Stadtgebiet von Münster nutzen – und darüber hinaus. Denn es verknüpft Stadt, Region und Land. Die Idee der Knotenpunkte kommt ursprünglich aus den Niederlanden, sie hat sich in fast allen Regionen und Kreisen in NRW durchgesetzt.

Rund 40 Knotenpunkte gibt es auf den ausgeschilderten Radwegen im Stadtgebiet – auf einer Strecke von insgesamt 270 Kilometern. Außerdem bieten 35 Infotafeln eine Übersicht der angrenzenden Knotenpunkte. Sie dienen dazu, das System spontan nutzen zu können. Anhand einer Radwanderkartefinden Radelnde die Nummern der Knotenpunkte – digital im NRW Radroutenplaner (www.radroutenplaner.nrw.de) oder analog im Fahrradstadtplan der Stadt Münster.

Erste Infos zu Radtouren im Stadtgebiet sowie viele Tipps und Infos zum Radfahren finden Gäste ab sofort im neuen Fahrrad-Flyer von Münster Marketing. Im Flyer gibt es eine kleine Knotenpunkt-Übersicht. Er ist gratis erhältlich in der Münster Information und in der Information im Historischen Rathaus. Nicht zu übersehen sind die neuen signalroten Hinweise auf die Knotenpunkte im Radwegenetz. Das System ist nun im gesamten Stadtgebiet von Münster fertiggestellt.



Christoph Hein Unterm Staub der Zeit

Suhrkamp-Verlag Berlin 2023
221 Seiten, 24 Euro
ISBN 978-3-518-43112-2

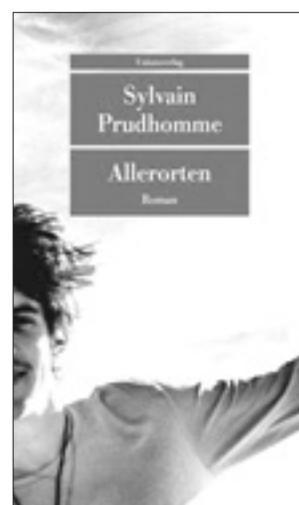
Ja, unterm Staub hat im Laufe der Jahre so einiges Platz. Auch Geschichte, das Leben von Menschen, die Staub aufgewirbelt haben, weil sie unangepasst, weil sie unangenehm waren, weil sie ganz einfach anders waren.

Ein Junge, Daniel, und auch sein Bruder kommen 1958 aus Ostdeutschland nach Berlin-West, weil sie dort das Abitur machen wollen, das den Jungen das DDR-Regime verweigert, weil der Vater Pastor ist. Eine übliche Praxis im totalitären Staat, der alles und jeden unter Kontrolle hat.

Daniel zieht in ein Schülerheim im Grunewald, gewöhnt sich schnell ein, seine Zimmergenossen stammen alle aus der wirtschaftlich schwachen DDR, sie alle „von drüben“ müssen mit Leistungen und wenig Geld zeigen, dass sie auch etwas wert sind.

1961 dann der Mauerbau in und um Berlin, Deutschland wurde zweigeteilt. Eine Katastrophe für die, die es gewöhnt sind, zwischen Ost und West zu pendeln und das Beste aus allem zu machen. Daniel und sein Bruder entscheiden sich für den Osten, weil sie die Familie nicht im Stich lassen wollen. Mit Konsequenzen, denn die DDR geht nicht zimperlich um mit Verrätern des Systems.

Ein nachdenkenswertes Roman, ein Stück Geschichte, wie sie unser Land schrieb, als es geteilt war. *Marion Gitzel*



Sylvain Prudhomme Allerorten

Unionsverlag Zürich 2020
Taschenbuch, 256 Seiten, 14,00 Euro
ISBN: 3293005616

Gute Literatur lässt uns das Menschliche ein wenig besser verstehen“ (Manuel Rubey). Und genau das gelingt Sylvain Prudhomme in seinem Roman „Allerorten“, einem sprachlich einfühlsamen und unaufdringlich poetischen Text.

Wenn Elke Heidenreich sagt „Beim Lesen ertappt man sich dabei, wie man sich selbst danach fragt, was einen eigentlich wirklich glücklich macht – und ob vielleicht im eigenen Leben

die Weichen falsch gestellt sind“, dann sind wir als Leser, die ihr eigenes Leben besser verstehen wollen, wieder einmal gefragt. Es verspricht spannend zu werden, wenn man der Quintessenz des Buches nachspürt: Es gibt zwei Arten von Menschen auf der Welt: die, die bleiben und die, die gehen.

Was wird aus Sacha, der sich nach Einsamkeit sehnt, und seinem Jugendfreund, dem „Anhalter“, der Frau und Kind immer wieder längere Zeit alleine lässt und kreuz und quer durch Frankreich reist? *Eva Schmidtke*



Simone de Beauvoir Die Unzertrennlichen

Rowohlt Buchverlag 2021
Taschenbuch
144 Seiten, 12,00 Euro
ISBN: 3498002252

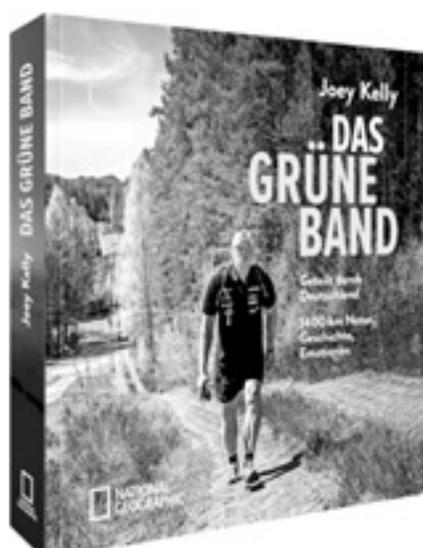
Wenn sich Weltliteratur dadurch definiert, dass sie nie an Aktualität verliert und laut Analyse von Zeit online immerwährend zum Nachdenken anregen wird, dann sind es die Werke der berühmten französischen Autorin Simone de Beauvoir.

In dem kleinen autofiktionalen Roman „Die Unzertrennlichen“, der aus ihrem Nachlass

stammt und der zum Urgestein des frühen Feminismus gehört, erzählt Simone de Beauvoir von der tragischen Rebellion zweier junger Frauen gegen die bürgerliche Gesellschaft.

Sachlich und zugleich empört beschreibt de Beauvoir in der ihr eigenen Art von der vernichtenden Kraft der Tradition. Diesen Text kann man als Liebeserklärung der de Beauvoir an ihre Freundin verstehen, die viel zu jung sterben musste.

Eva Schmidtke



Joey Kelly Das Grüne Band

Geteilt durch Deutschland

NG Buchverlag GmbH München 2022
Bildband Hardcover
203 Seiten, 39,99 Euro
ISBN 978-3-86690-748-5

Joey Kelly, Sohn aus der berühmten Kelly-Familie, Marathonläufer und wissbegieriger Weltenbummler, er hat sich dieses große Ziel vorgenommen, „Das Grüne Band“ zu durchlaufen - immer entlang der ehemaligen Grenze, die Deutsche von Deutschen trennte, und immer mit dem Gefühl der eigenen Begrenztheit im Wechsel der Jahreszeiten und Stimmungen. Joey Kelly nutzte die ohnehin

kontakteingeschränkte Corona-Zeit, sich diesen schon länger gehegten Wunsch zu erfüllen. Sein Sohn, der ebenfalls Vielläufer ist, begleitete ihn, soweit seine Zeit es zuließ und sorgte für Vaters leibliches und sonstiges Wohl.

Einfühlsame Schilderungen und großformatige Fotos entführen uns in eine Zeit, die für unzählige Menschen so ganz anders verlaufen ist und die tiefe Prägungen und Wunden hinterlassen hat. Und Fragen, die möglicherweise unbeantwortet bleiben werden.

Joey Kelly hat sie erfahren, die Nähe und Offenheit von an Einsamkeit gewöhnten Menschen, die ihm ihre Geschichte entlang des Grenzzaunes anvertraut haben, die ihn hineingenommen haben in den Irrsinn einer Grenze, die so unüberbrückbar war, dass, wer sie als DDR-Bürger widerrechtlich nahm, mit dem Tod rechnen musste. Auf dem gefährlichen Weg manchmal nur von einem Haus zum nächsten, das eine im Osten, das andere im Westen. Im Westen lauere der Klassenfeind, der Böses wolle, so die Begründung der DDR für Minen und Stacheldraht, für blutrünstig abgerichtete Hunde, für Todesstreifen und Niemandsland, für Grenzsoldaten, die Schießbefehle auszuführen hatten, wenn ein Mensch flüchten wollte.

Heute reiht sich Naturschutzgebiet an Naturschutzgebiet, 150 sind es insgesamt, über 1400 km verteilt, mit seltenen und vom Aussterben bedrohten Pflanzen und Tieren, die über die Zeit der Staatentrennung hinweg in dem breiten Todesstreifen Ruhe und ausreichend Nahrung fanden und immer noch finden.

Marion Gitzel

SENIORAMA

Magazin von – aber nicht nur für – Senioren aus Münster

In der März-Ausgabe der MSZ wurde schon darauf hingewiesen, seit Anfang Juni steht der Filmbeitrag nun im Netz: „Die St. Lambertikirche und ihre Türmerin Martje Thalmann“.

Der 1. Teil des Beitrags gibt Informationen über Geschichte, Bedeutung und Besonderheiten der bekannten Stadt- und Marktkirche Münsters. Er geht auf Attraktionen ein, die die Kirche zu bieten hat, und die immer wieder neugierige Besucher anlocken, wie z.B. die Wiedertäufer-Käfige, die „Himmelsleiter“ der Künstlerin Billi Thanner oder das wunderschöne neue gläserne Seitenportal.

Der 2. Teil des Films zeigt die Türmerin Martje Thalmann,



ihren Aufgabenbereich, ihren Arbeitsplatz. Der Beitrag gibt spannende Einblicke in einen seltenen Beruf, wobei die Hauptperson, die Türmerin, oft selber zu Wort kommt und von ihren einsamen Abendstunden hoch über der Stadt erzählt. Sie vermittelt Hintergrundwissen über ihre verschiedenen Tätigkeiten und erklärt, wie sie imstande ist, Tradition und Moderne zu verbinden. An dieser Stelle soll

der eingeblendete QR-Code nicht unerwähnt bleiben. Er eröffnet interessantes Beiwerk zum Thema.

Ein Film, den man sich anschauen sollte – das gilt nicht nur für Senioren! Sie finden ihn in der Mediathek des Fernsehsenders NRWISION unter

seniorama-muenster.de
(05.06.2023).

Weiter in Vorbereitung sind unter anderem die Themen „Westfälischer Friede“ (mit einem Interview mit dem ehemaligen Bundestagsabgeordneten Ruprecht Polenz), „Der Münsterland-Giro – Orte auf der Strecke, die es wert sind, einmal anzuhalten“ und „Eine Stadtrundfahrt mit dem Doppeldecker-Münsterbus“.

Münster – Silbenrätsel

Bärbel Elstrodt

Bilden Sie aus den Silben die Lösungswörter zu den einzelnen Fragen. Die gesuchten Buchstaben der Wörter bilden, von oben nach unten gelesen, den Namen eines wandernden Händlers, der früher mit Pfeife, Stock und Korb durch die Lande zog.

1. Welcher Berufsgruppe diente das heutige Haus der Niederlande als Gildehaus? (1. Buchstabe)
2. Welcher berühmte Zeitmesser befindet sich im Dom? (9. Buchstabe)
3. Wie nennen die Münsterländer eine ihrer kulinarischen Spezialitäten? (7. Buchstabe)
4. Wie heißt ein 1976 eingemeindeter Ortsteil von Münster (7. Buchstabe)

5. Wie heißt ein Teil des Schlossgartens? (10. Buchstabe)
6. Welches Bauwerk war Bestandteil der alten Stadtbefestigung? (6. Buchstabe)
7. Welches Gebäude für Kunstausstellungen steht am Aasee? (6. Buchstabe)
8. Welches Museum in Münster hat eine rote Eingangstür? (9. Buchstabe)
9. Wie heißt der Gründer des Zoologischen Gartens von Münster? (2. Buchstabe)
10. Welche Säule steht an der Ludgerikirche? (10. Buchstabe)

ast - bo - bud - chen - den - dois - en - fes -
gar - hil - ka - kra - lan - le - lon - ma - mer
mi - mu - ni - no - pa - pro - ri - ro - säu -
sche - scher - se - sor - stadt - ta - ten - tött
turm - trup - uhr - um - vil - we - wer

Zehn Fragen zur neueren Geschichte

Hildegard Schulte

- Warum bekräftigte der SPD Vorsitzende Erich Ollenhauer 1953 die ablehnende Haltung seiner Partei zur Europäischen Verteidigungsgemeinschaft (DVP) und zum Deutschland-Vertrag?
 - Er glaubte, dadurch würde die Wiedervereinigung unmöglich gemacht werden
 - Er glaubte an einen dauerhaften Frieden
 - Er glaubte an ein Leben in Freiheit, Gerechtigkeit und Solidarität für alle Menschen
- Wann wurde die Rechtschreibreform beschlossen?
 - 1965
 - 1979
 - 1998
- Bei welchem Grubenunglück wurden 1963 elf eingeschlossene Bergleute mit der Dahlbuschbombe gerettet?
 - Grubenunglück im Eisenbergwerk Lengedebroistedt
 - Grubenunglück im Bergwerk Ibbenbüren
 - Grubenunglück in der Zeche Minister Stein
- In welchem Jahr wurde das Statistische Bundesamt geschaffen?
 - 1948
 - 1967
 - 1975
- Gegen welche Unterrichtsform protestierten Eltern im Jahr 1973?
 - Ganzheitliches Lernen
 - Selbstbestimmtes Lernen
 - Sexualkundeunterricht
- In welchem Jahr beschloss der Bundestag nach heftigen Protesten die „Notstandsgesetze“?
 - 1964
 - 1968
 - 1984
- Welche internationale Organisation im Dienst der deutsch-französischen Zusammenarbeit wurde 1963 gegründet?
 - Der Deutsche Akademische Austauschdienst
 - Das Deutsch-Französische Jugendwerk
 - Internationale Jugendgemeinschaftsdienste
- Welche beliebten Trickfiguren, die im ZDF die Werbung und das Programm trennen, gibt es seit 1963?
 - Die Mainzelmännchen
 - Meister Propper
 - Die HB-Männchen
- Auf welchen politischen Aktivisten verübte Josef Bachmann 1968 ein Attentat?
 - Rainer Hildebrandt
 - Rudi Dutschke
 - Gerd Greune
- Wer gründete 1948 in Hannover das Wochenmagazin der „Stern“?
 - Franz Josef Schöningh
 - Rudolf Augstein
 - Henri Nannen

Buchstaben-Sudoku

Adalbert Pollerberg

In dieses Sudoku sind die 9 Buchstaben der Wörter REIM und JUNTA so einzutragen, dass in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem umrandeten Neunerquadrat jeder Buchstabe genau einmal erscheint. Die hellgrauen Kästchen ergeben das Lösungswort.

E	M		T			A		
			J		E			U
	N					I		
I		N		R			J	
	U							E
			M		N		I	
	A		U					R
M								
				E	J			N

Kakuro

Beim Kakuro werden Kreuzsummen gebildet. Zahlen in der oberen Ecke zeigen die waagerechte, in der unteren Ecke die senkrechte Summe an. Dabei gilt:

- Nur Zahlen zwischen 1 und 9 einsetzen
- In jedes freie Feld nur eine Zahl
- In jeder Summe jede Zahl nur einmal

	11	30			19	16		23	16
14			4	17			16		
12				35			11		
16						7			
10			11			11			
		3			4				
		11			11			11	25
	17			18			4		
	16			17					
25						7			
17			14				8		

Quelle: www.janko.at

Allen Lesern und Inserenten
wünschen wir eine
angenehme Lektüre!



Die nächste MSZ-Ausgabe
erscheint am 30. November 2023

Foto: Schulte

Lösungen

Silbenrätsel

1. Kramer = K
2. Astronomische Uhr = I
3. Töttchen = E
4. Hilstrup = P
5. Botanischer Garten = E
6. Buddenturm = N
7. Wewerka Pavillon = K
8. Stadtmuseum = E
9. Professor Landois = R
10. Mariensäule = L

KIEPENKERL

10 Fragen zur Geschichte

- 1a) Er glaubte, dadurch würde die Wiedervereinigung unmöglich gemacht werden, 2c) 1998, 3a) Grubenunglück im Eisenbergwerk Lengede-Broistedt, 4a) 1948, 5c) Sexualkundeunterricht, 6b) 1968, 7b) Das Deutsch-Französische Jugendwerk, 8a) Die Mainzelmännchen, 9b) Rudi Dutschke, 10c) Henri Nannen

Buchstaben-Sudoku

E	M	I	T	N	U	A	R	J
T	R	A	J	I	E	N	M	U
U	N	J	R	A	M	I	E	T
I	T	N	E	R	A	U	J	M
A	U	M	I	J	T	R	N	E
J	E	R	M	U	N	T	I	A
N	A	E	U	M	I	J	T	R
M	J	U	N	T	R	E	A	I
R	I	T	A	E	J	M	U	N

Mehr zu Türmerin Martje bei
Seniorama (S. 24)

Kakuro

14	19	20		17	19	16	10	23	16
5	9				8	9		9	7
12	1	8	3		6	7	5	8	9
18	2	6	1	3	4		1	6	
10	3	7		5	1	3	2		
			1	2		1	3		
			3	1	2	5		1	9
17	9	8		1	2	3	5	7	
25	7	1	6	8	3		1	2	4
17	9	8		9	5			3	5

Impressum

Herausgeber:

Volkshochschule der Stadt Münster,
Seniorenredaktion, Aegidiimarkt 3,
48143 Münster

Verantwortlich:

Dr. Anna Ringbeck, Direktorin der
Volkshochschule der Stadt Münster,
und Christine Bertels

Vertrieb:

Volkshochschule der Stadt Münster

Erscheinungsweise:

Vierteljährlich. Nachdruck nur mit
Genehmigung der Redaktion

Die MSZ ist kostenlos erhältlich
im VHS-Info-Treff, in der
Münster-Information im
Stadthaus, in der Stadtbücherei,
im Amt für Stadt- und
Regionalentwicklung, in allen
Filialen der Sparkasse, in den
Bezirksverwaltungen Handorf,
Hilstrup, Mitte, Nord, Südost, West
und im Bürgerhaus Kinderhaus
sowie im Infopunkt-Hilstrup

Redaktionsleitung:

Hildegard Schulte,
Tel. 02 51/ 31 58 61, E-Mail:
hildegard.schulte@t-online.de

Gabriele Neuhaus,
Tel. 01 60-7 54 65 28,
E-Mail: gwnhs-zb9@web.de

MSZ-Website: [www.muenster.org/
msz](http://www.muenster.org/msz)

Redaktionsmitglieder:

Bärbel Elstrodt, Marion Gitzel,
Gabriele Neuhaus,
Eva Schmidtke, Hildegard Schulte

Gastautoren:

Adalbert Pollerberg, Josef Scheller,
Heike Winke

Anzeigen:

A. Pollerberg, Tel. 01 77-29 13 65 0,
E-Mail: msz-anzeigen@web.de

Layout:

A. Pollerberg, Droste-Hülshoff-Str. 1,
45721 Haltern am See

Druck:

Druckerei Joh. Burlage
Meesenstiege 151, 48165 Münster

Die Partnerfairmittlung

für reifere Menschen mit Niveau

Gemeinsam jung zu bleiben ist viel schöner, als alleine alt zu werden!

seit 25 Jahren



In der Zeit der oft anonymen Singlebörsen, legen immer mehr Menschen Wert auf eine individuelle Betreuung und wissen die diskrete Dienstleistung einer seriösen Partnervermittlung zu schätzen.

Ihre Vorteile

- Alle meine Kunden, sowie deren privates Umfeld, sind mir persönlich bekannt und sie wohnen in der Nähe.
- Ihr Wunsch nach einem geeigneten Partner steht für mich an erster Stelle. Darum wird jeder Vorschlag sorgfältig ausgewählt und dann mit Ihnen telefonisch besprochen.
- Absolute Diskretion ist für mich eine Selbstverständlichkeit, darauf gebe ich Ihnen mein Wort.
- Ein persönliches Gespräch ist für Sie völlig unverbindlich und selbstverständlich kostenlos.



Rufen Sie mich an:

Martin Schürmann Tel. 0251 - 471 19

www.partnerfairmittlung-ms.de

MSZ Münsters Senioren Zeitung

Zielgruppenorientiert werben bei Seniorinnen und Senioren in Münster



Wir schicken Ihnen gerne unverbindlich unsere Anzeigenpreisliste

Ihr Ansprechpartner:

**Adalbert Pollerberg
Mobil 0177-2913650
a.pollerberg@ed-t.de**



Clemenshospital

Eine Einrichtung der Alexianer und der Clemensschwwestern



Raphaelsklinik

Eine Einrichtung der Alexianer und der Clemensschwwestern

PHYSIOTHERAPIE

am Clemenshospital und in der Raphaelsklinik

THERAPIEANGEBOTE:

- /// Physiotherapie
- /// Krankengymnastik auf neurophysiologischer Grundlage
- /// Manuelle Therapie, auch bei Kiefergelenksbeschwerden (CMD)
- /// Manuelle Lymphdrainage
- /// Krankengymnastik am Gerät/Med. Trainingstherapie (nur in Raphaelsklinik)
- /// Atemtherapie, auch bei Mukoviszidose oder schweren Atemwegserkrankungen
- /// Spezialisierte Kindertherapie, Bobath-Therapie (nur im Clemenshospital)
- /// Klassische Massage und Wärmebehandlung (Fango/Heißluft)

KURZFRISTIG AMBULANTE TERMINE FREI!

Wir freuen uns auf Sie!

KONTAKT:

Physiotherapie des Clemenshospitals
Düesbergweg 124, 48153 Münster
Tel.: (0251) 976-2164
physio-clemenshospital@alexianer.de

Physiotherapie der Raphaelsklinik
Loerstraße 23, 48143 Münster
Tel.: (0251) 5007-2490
physio-raphaelsklinik@alexianer.de

ABRECHNUNGSARTEN:

Alle gesetzlichen und privaten Kassen und Berufsgenossenschaften

Mieterhöhung? Wohnungsmängel?

Kündigung? Hohe Nebenkosten?

Modernisierung?



Mieter/innen-Schutzverein

02 51 / 51 17 59

Münster und Umgebung e.V.

Achtermannstr. 10 (im cuba) | 48143 Münster
mo - do: 9 - 13 und 14 - 18 h | fr: 9 - 12 h

www.mieterschutzverein-muenster.de

**Kompetent.
Schnell.
Preiswert.**



DAUERGRABPFLEGE SCHÖNE GRÄBER FÜR JAHRZEHNTE

Mit einer Dauergrabpflege geben Sie das blühende Gedenken an liebe Menschen in kompetente Hände. Und das garantiert zuverlässig, qualitativ hochwertig und günstiger als Sie denken.

**Gesellschaft für Dauergrabpflege
Westfalen-Lippe mbH**

Germaniastr. 53, 44379 Dortmund
www.dauergrabpflege-wl.de

Weitere Informationen unter
Telefon 08 00 - 15 16 17 0
(kostenlos aus dem dt. Festnetz)





DIE DAMIAN KLINIK – Psychotherapie in der zweiten Lebenshälfte

////// Hilfe bei Depressionen, Angsterkrankungen, Traumata und chronischer Erschöpfung

////// Individuelle Therapien und Behandlungen – stadtnah und doch im Grünen

////// Spezifische Einzel- und Gruppenangebote

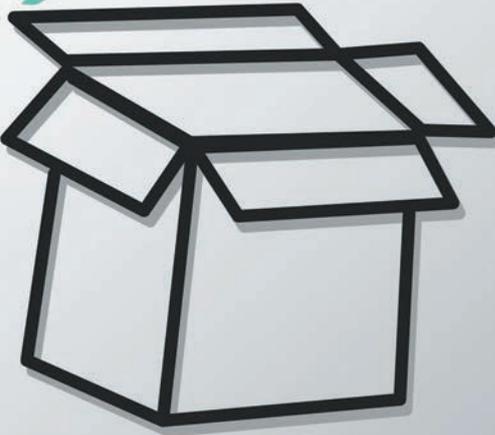
Alexianer Münster GmbH

Damian Klinik
Alexianerweg 9
48163 Münster

Tel.: (02501) 966 20 000
www.alexianer-muenster.de



CHANCE e.V.



www.chance-muenster.de

Haus und Wohnung

Haushaltsauflösung · Entrümpelung
besenreine Räumung · Entsorgung
Möbel-Trödel Friedrich-Ebert-Str. 7/15, Tel.: 62088-10
Mo.-Fr.: 9.30-19.00 Uhr, Sa.: 9.30-16.00 Uhr

Rümpelfix der Laden

natürlich Gebrauchtes!

HFR GmbH
seit 1980

Rümpelfix-Secondhandladen mit Deko- und Haushaltswaren, Büchern, Schallplatten, wunderschönem Porzellan und so manchen weiteren Schätzen!

Wir führen auch **Haushaltsauflösungen, Entrümpelungen, Kleinumzüge und Transporte** durch.

Münster, Bremer Straße 42, Mo. – Fr. 10-17 Uhr
Tel. 0251-609460 und 0251-87149750
info@ruempelfix.de, www.ruempelfix.de

Neue Fenster: Machen Sie Ihr Zuhause sicher!



Ideencenter
uckelmann FENSTERBAU

Rudolf-Diesel-Str. 47
48157 Münster
Tel. 0251-92430-0

www.fensterbau-uckelmann.de



MIETERVEREIN FÜR MÜNSTER UND UMGEBUNG E.V.

Seit **100 Jahren** steht der Mieterverein Münster e.V. seinen Mitgliedern mit hoher fachlicher Kompetenz und juristischer Qualifikation seiner Juristinnen und Juristen zur Seite.
Mehrere Generationen von Mieterinnen und Mietern haben qualifizierten Rat und Hilfe erhalten bei:

- Mieterhöhung
- Heiz- und Nebenkostenabrechnungen
- Mietmängeln und Mietminderung
- Kündigung
- Auszug und Schönheitsreparaturen
- Kautions
- und vielen anderen Problemen

Und so sind wir zu erreichen:
Scharnhorststraße 48 · 48151 Münster · Tel: 0251-414 500 · Fax: 0251-414 5025
www.mieterverein-muenster.de · E-Mail: info@mieterverein-muenster.de