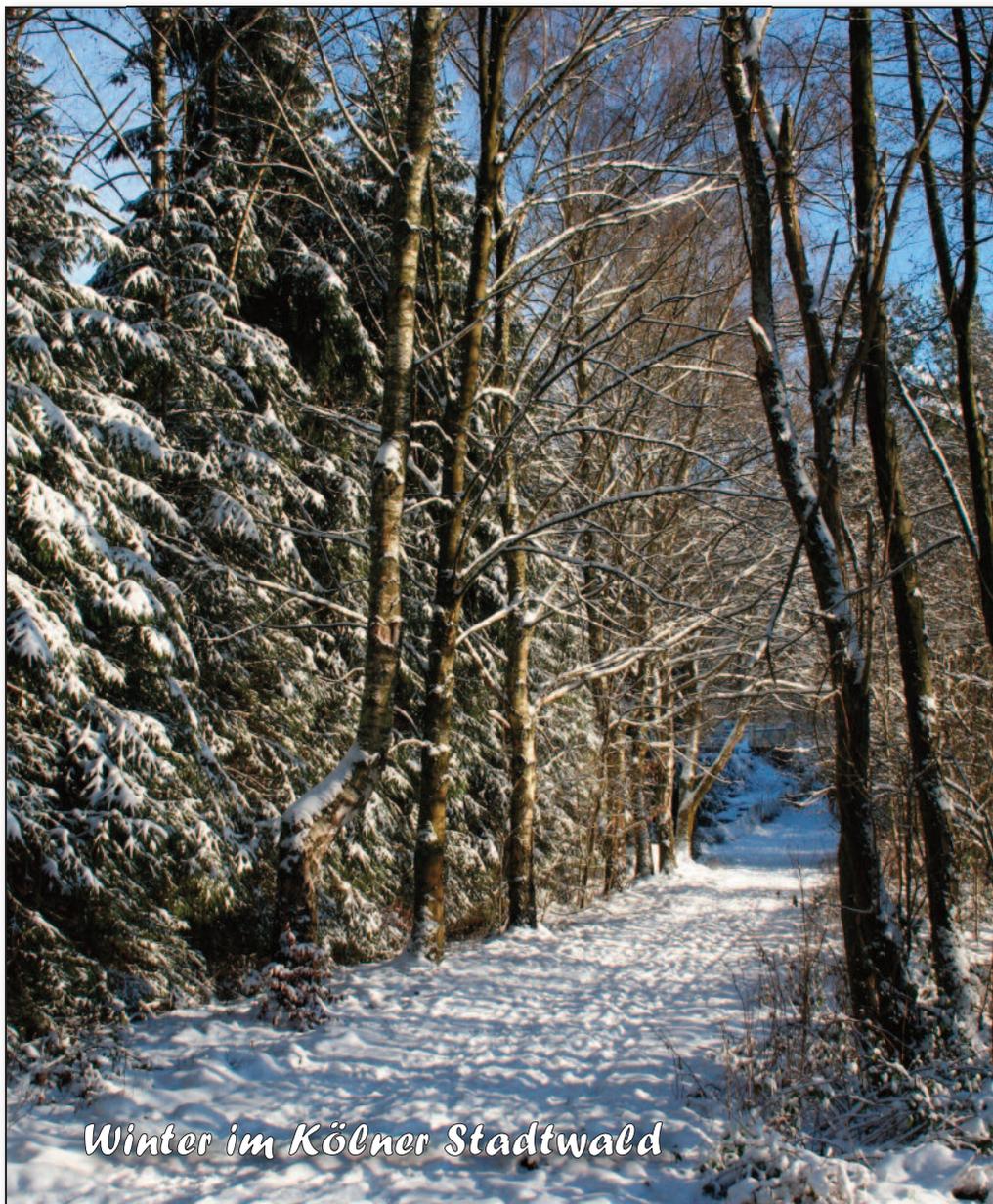




Januar Februar März 2013

KS aktuell

Kölner Seniorengemeinschaft
für Sport und
Freizeitgestaltung e.V.



Winter im Kölner Stadtwald



KSG aktuell

Inhalt

Grußwort zum Jahreswechsel

Was uns zurzeit so bewegt

Imis im Tierreich

Loki Schmidt

Da haben wir aber Glück gehabt

Gedächtnistraining

Ludwig von Köchel

Eine markige Erinnerung

Zwei Fahrräder

Auf einen Blick / Editorial

Sport und fit - Kurse und Angebote

Kulturelles - Kurse und Angebote

Sonstiges - Kurse und Angebote

Sprachen / Stadt Köln

Dies und Das / Woher kommt eigentlich ..? Seite 24-25

Computer - Kurse

Geburtstage

Zuletzt

Seite **3**

Seite **4**

Seite **5**

Seite **6-7**

Seite **7**

Seite **8-9**

Seite **10-11**

Seite **12-13**

Seite **14-15**

Seite **16**

Seite **17-19**

Seite **20**

Seite **21**

Seite **22-23**

Seite **24-25**

Seite **26**

Seite **27**

Seite **28**



Der Winter in Köln ist meist kurz. Da muss man als Fotograf schnell sein.

So schön sah unser Stadtwald für zwei Tage im vergangenen Dezember aus. Foto: LG

Impressum

Herausgeber: Kölner Seniorengemeinschaft für Sport und Freizeitgestaltung e.V. (KSG)

Hauptsitz: Treff Sülz:

Zülpicher Straße 273 B, 50937 Köln

Tel.: 0221-943814-0, Fax: 0221-943814-38

www.koelner-senioren.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 9.30 bis 17.00 Uhr

Treff Ehrenfeld/Vogelsang: Venloer Straße 1031 50827 Köln, Telefon 0221-943814-0

Treff Porz/Poll: Fauststraße 90, 51145 Köln

Tel. 0221-943814-0

Öffnungszeiten: Di. 9:30 - 11:00 u. 14:00 - 17:00 Uhr

Mi. 9:00 - 11:30 u. 14:00 - 17:00 Uhr

Vorsitzende: Alice Gneipelt

Stellvertreter: Wolfgang Maskos, Hans Schirmer

Schatzmeister: Franz Heinz Eschmann

Redaktion: Lothar Geisler, lothar.geisler@koeln.de

Joachim Kokott, joachim.kokott@koelner-senioren.de

Layout: Lothar Geisler

Lektorat: Gertrud & Leo Gehrt, ggehr@netcologne.de

Druck: Druckdienstleister Karl Welbers

Bankverbindungen: Bank für Sozialwirtschaft

Konto 70 333 00, BLZ 370 205 00

Sparkasse KölnBonn

Konto 1 332 469, BLZ 370 501 98

Jahrgang 22, Ausgabe Nr. 1

Zum Jahreswechsel

*Liebe Mitglieder der KSG,
liebe Freundinnen und Freunde,*

2012 war ein angenehmes Jahr für unsere KSG. Wir feierten im Februar gemeinsam Weiberfastnacht in der Cafeteria. Es gelang uns, mit Wolfgang Maskos einen neuen stellvertretenden Vorsitzenden und mit Brigitte Günther ein neues Vorstandsmitglied zu gewinnen. Im April erhielten wir von der Firma TNT aus Troisdorf eine großzügige Spende von 3000 Euro, die wir z.T. dazu verwandten, unsere Werbung zu verstärken. Unser Sommerfest Ende Juni machte bei wunderbarem Wetter im Garten allen viel Freude. Im September hagelte es beim Herbstfest geradezu Tombolagewinne, und unsere Weihnachtsfeier war besinnlich und ebenfalls gelungen.

Wir konnten uns in diesem Jahr an vier schön gestalteten farbigen Ausgaben unseres Magazins „KSG aktuell“ erfreuen, die bei Mitgliedern und in der Öffentlichkeit reißend Absatz fanden. Für die professionelle Gestaltung und die vielen interessanten Artikel bedankt sich der Vorstand bei den beiden Initiatoren Lothar Geisler und Willie Bredemeyer, wobei letzterer aus privaten Gründen seine ehrenamtliche Tätigkeit bei uns zum Ende 2012 wieder aufgeben hat.

Der Vorstand hat erfreut zur Kenntnis genommen, dass wir dieses Jahr mit einem ausgeglichenen Stand von Einnahmen und Ausgaben beschließen werden. Das liegt zum



Alice Gneipelt

einen daran, dass wir einige Rechnungen für 2012 noch nicht erhalten haben, zum anderen aber auch daran, dass wir durch ehrenamtlichen Einsatz und Eigenleistung, z.B. Reparatur statt Neukauf, Kosten sparen konnten. Im Januar 2013 werden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Generali Deutschland Gruppe im Rahmen eines Freiwilligentages unter dem Motto „Helfen hilft – Gemeinsam stark“ unsere Räume 3, 4 und 5 renovieren. Den großen Saal hat Herr Acuna in den letzten Wochen bereits gestrichen. Der Raum wirkt jetzt viel freundlicher.

Im kommenden Jahr wollen wir den Konsolidierungskurs weiter verfolgen. Unser Ziel soll es sein, die Zahl der Mitglieder zu halten, wobei wir nicht übersehen dürfen, dass rund 80 % unserer Mitglieder älter als 69 Jahre sind. Sie sind die Zielgruppe, an die wir uns mit unseren Angeboten richten müssen. Außerdem hoffen wir auf ein paar freundliche Menschen, die bereit sind, uns durch ehrenamtliche Arbeit in der Cafeteria oder in der Verwaltung zu unterstützen. Hier warten durchaus anspruchsvolle Aufgaben auf Sie!

Im Namen des gesamten Vorstands wünsche ich Ihnen, liebe KSG-Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde, ein gesundes und glückliches Jahr 2013.

Ihre

Alice Gneipelt

Was uns zurzeit so bewegt

Warum der Strom teurer wird

Strom wird teurer. Es vergeht kein Tag, an dem wir nicht auf irgend eine Weise daran erinnert werden. Bei der Ursachenforschung kommt man schnell auf einen einfachen Punkt: Die Zeit des billigen Atomstroms geht ihrem Ende zu.

Das gilt in besonderer Weise für unser Land, aber der Rest der Welt wird in nicht allzu langer Zeit folgen. Die Risiken sind einfach zu hoch, zumal es bis zum heutigen Tag kein Land der Erde geschafft hat, einen wirklich sicheren Platz für den radioaktiven Müll zu finden.

Alternative, umweltfreundliche Methoden zur Stromerzeugung gibt es bereits seit vielen Jahren. Doch die Stromerzeuger verhielten sich ähnlich wie wir Privatmenschen: Wer einen alten stromfressenden Kühlschrank besitzt, kauft sich noch lange keinen modernen, so lange das alte Teil noch brav seinen Dienst tut.

So blieben die alten Meiler wider besseres Wissen am Netz, doch jetzt gibt es plötzlich Handlungsbedarf. Seit dem Atomunfall in Japan gab es auch bei unserer derzeitigen Regierung überraschend ein Umdenken. Einige der zwar rentablen, aber hochgefährlichen Atommeiler wurden zwangsweise abgeschaltet. Und in absehbarer Zukunft sollen sie alle stillgelegt werden.

Jetzt muss also schleunigst Ersatz her, und das Zauberwort heißt in diesem Falle: Windkraft. Überall im Land schießen die WKAs (Windkraftanlagen) wie Pilze aus dem Boden. Schön sind sie zwar nicht, aber wir werden uns daran gewöhnen. Zu einer gesicherten Versorgung müssten es aber noch

viel mehr werden, und darum heißt der neue Trend: Offshore! Gemeint sind damit riesige Windparks auf offener See. Hier wohnt niemand, und der Wind weht beständiger als an Land.

Nun entsteht aber ein anderes Problem: wie bekommt man den Strom vom Wattenmeer nach z. B. Altötting in Bayern.

„Kein Problem“, würde der Laie sagen, die Leitungen sind doch da. Jeder Haushalt ist an unser Stromnetz angeschlossen, und ob der Strom aus Niederaußem bei Bedburg oder von der Nordsee kommt, sollte der Leitung doch völlig egal sein.

Leider ist die Sache doch nicht so einfach. Bereits heute geht ein großer Teil des täglich erzeugten Stromes im Leitungsnetz durch den natürlichen Widerstand in den Drähten verloren, obwohl die Wege vom Kraftwerk zum Endkunden zurzeit noch relativ kurz sind.

Seit vielen Jahren gibt es Pläne für riesige Sonnenkraftwerke in der Sahara, doch dass sie bis heute nicht realisiert wurden, liegt auch hier am Transportproblem. Wollte man versuchen, den dort erzeugten Strom in einem herkömmlichen Leitungssystem nach Europa zu schaffen, könnte man die Drähte bereits an der afrikanischen Mittelmeerküste ohne Gefahr für Leib und Leben mit der Hand anfassen. Vom billigen Saharastrom wäre kaum noch etwas vorhanden.

Es müssen also neue stärkere Leitungen her, und die kosten Geld. Neue Techniken könnten auch hier hilfreich sein. Zunächst einmal könnte man neue Materialien für die Leitungen verwenden. Es gibt

inzwischen Legierungen, die mehr Hitze aushalten, ohne sich zu verformen oder gar zu reißen. Dazu muss man wissen, dass der Strom die Leitungen erwärmt. In einigen Regionen müssten also nur die Drähte an den vorhandenen Trassen getauscht werden, um einen höheren Stromfluss zu bekommen.

Eine weitere Möglichkeit wäre die Umwandlung des Wechsel- oder



Drehstroms, wie er aus den Kraftwerken kommt, für die weiten Wege in Gleichstrom umzuwandeln. Auch auf diese Weise lassen sich erheblich größere Strommengen über weite Wege transportieren, und der auftretende Verlust in den Leitungen hielt sich einigermaßen in Grenzen.

Wie man es also dreht und wendet, es entstehen Kosten, die man uns Endverbrauchern aufs Auge drücken wird. Eine Weile werden wir damit leben müssen, aber wenn die neue Technik in ein paar Jahren einmal steht, sollte der Strom wieder preiswerter werden, denn Wind ist billiger als Uran. Wir sollten uns dann erinnern, wer die neuen Leitungen letztlich bezahlt hat.

Imis im Tierreich

Die Kölner Halsbandsittiche

In Köln lässt sich leben. Diesen Satz bestätigen immer wieder Umfrageergebnisse. Dieser Satz gilt offensichtlich auch bei einigen Arten der Tierwelt. Damit meine ich in allererster Linie nicht die Kanalaratten, die unsere Stadt bereits seit den Zeiten der Römer bevölkern, nein, es gibt auch nettere Mitbewohner, die allerdings erst sehr viel später zugezogen sind.

Gemeint sind die grünen Halsbandsittiche in unseren Parks, die es für einige Jahre, freilebend und nördlich der Alpen, zunächst nur bei uns in Köln gab. Wie es ihnen gelang, in unserer Stadt heimisch zu werden, ist nicht genau zu belegen. Die Vermutung liegt natürlich nahe, dass sie aus Gefangenschaft entflohen waren. Der angestammte Lebensraum dieser grünen Gesellen ist ein relativ breiter Gürtel um den Äquator, der sich von Afrika bis Indien zieht. Viele Menschen machen sich Gedanken darüber, wie diese sogenannten Südländer unsere Wintertemperaturen ertragen. Da geben uns die Zoologen gleich drei Antworten. Erstens sind die Sittiche sehr robust und können auch ein paar Grad unter Null ertragen, zweitens waren die ersten Winter in Freiheit (das war um 1970) bei uns recht mild und drittens brüten Sittiche zweimal im Jahr. Das sind seit 1970 mehr als 80 Generationen. In dieser Zeit hat sich diese nördliche Population längst unseren Temperaturen angepasst.

Ein anderes Problem könnte die Nahrung sein. Doch auch hier sind diese Vögel bei uns auf der sicheren Seite. Als Pflanzenfresser finden sie in der Stadt ein fast übergroßes Angebot und das sogar im Winter. Es scheint, als hätten die Einwanderer sich bei uns auf

Dauer niedergelassen, zumal sie seit der Jahrtausendwende auch andere Städte in Deutschland erobert haben. Auffallend ist jedoch, dass sie dabei die Rheinschiene von Karlsruhe bis Düsseldorf bevorzugen. Hier ist es auch in kalten Wintern immer noch eine kleine Idee milder als im Rest unseres Landes.

Die Wissenschaft ist sich noch nicht ganz einig, welche Auswirkungen diese neue Population auf die heimische Vogelwelt hat oder haben könnte. Bisher scheint es aber noch keine Konflikte zu geben. Der einzige negative Ansatzpunkt ist zurzeit, dass man bei einer weiteren Ausbreitung der Sittiche befürchtet, die Nistplätze für heimische Arten könnten knapp werden. Sie bauen in ihren angestammten Heimatländern zwar Nester in den Bäumen, haben sich bei uns aber zu Höhlenbrütern entwickelt, die sich im Gegensatz zu den heimischen Spechten ihre Höhlen aber nicht selbst aus den Bäumen herauszimmern. Sehr beliebt sind bei ihnen unsere vielen Platanen, die an abgebrochenen Ästen oft natürliche Höhlen bilden.

Wegen ihres hübschen Aussehens wurden die Vögel bereits früh in Gefangenschaft gehalten. Zunächst wohl nur in Indien. Man findet sie dort auf alten Darstellungen aus einer Zeit lange vor



Ein Halsbandsittichmännchen bei der Apfelernte

Christi Geburt. Alexander der Große brachte sie nach Europa mit, was ihnen den Beinamen „Alexandersittich“ einbrachte. Den Namen Halsbandsittich bekamen die grünen Gesellen wegen der Männchen. Die tragen um den Hals herum einen schwarzen Federkranz, der in der Tat an ein Halsband erinnert. Die Ornithologen unterscheiden nach ihrer Herkunft vier verschiedene Unterarten, die für den Laien aber kaum erkennbar sind.

Inzwischen gibt es sicher noch weitere Unterarten, denn in Gefangenschaft war den Männchen und Weibchen unter ihnen offensichtlich völlig egal, woher der jeweils andere kam. Von unseren kölschen Imis dürfte kaum noch einer reinrassig sein. Damit kommen wir zurück zu den Menschen. Reinerassig sind wir Kölner, wie uns die Bläck Föös in einem Lied einst zu Ohren brachten, ja auch keineswegs. So gesehen, passen diese possierlichen Neubürger doch in bester Weise zu uns.

Lothar Geisler

Hannelore Schmidt *genannt Loki*

Wir erinnern an eine bemerkenswerte Frau

Hannelore Schmidt war eine geborene Glaser. Sie kam am 03.03.1919 in Hamburg zur Welt, wo sie am 21. 10. 2010 im Alter von 91 Jahren in ihrem Haus in Hamburg-Langenhorn auch verstarb. Die Jahre dazwischen bezeichnete sie selbst einmal als: „Ein reiches, ausgefülltes Leben“. Ihr Geburtstag liegt im Tierkreiszeichen der „Fische“, denen der Drang, Hintergründe zu erfassen, und Möglichkeiten jenseits der konkreten Realität zu durchdringen, zugeschrieben wird. Fischgeborene, so wird gesagt, tragen oft eine gewisse Hingabe in die Ordnung der Natur in sich, ein Vertrauen in die gerechte Führung des Schicksals.

Eine solche Einstellung war auch bei Loki Schmidt zu bemerken, die für die Naturkunde geradezu ein Glücksfall war. Eine Frau mit einem Blick für die Botanik, und nach Einschätzung vieler Experten, eine bemerkenswerte Biologin. Die ehemalige Lehrerin engagierte sich schon früh für den Schutz bedrohter Pflanzen und wurde später für ihren Einsatz im Umweltbereich mehrfach ausgezeichnet.

Ihrer Arbeit kam entgegen, dass sie von 1974 bis 1982 Kanzlergattin in der damaligen Bundeshauptstadt Bonn wurde. Eine Bezeichnung, die sie nicht mochte und deren Aufgaben sie nicht befriedigten. Sie nutzte ihre Popularität aber für einen verstärkten Pflanzen- und Naturschutz und machte sich hier sehr bald einen eigenen Namen.

Loki und Helmut Schmidt hatten sich bereits im Alter von 10 Jahren als Schüler kennengelernt. Sie heirateten 1942, nachdem Loki ihr pädagogisches

Studium 1940 in Hamburg beendet hatte. Zwei Kinder entstammten dieser Ehe, die Tochter Susanne und ein Sohn Helmut Walter, der allerdings im frühen Säuglingsalter verstarb.

Lokis Elternhaus nannte man früher abschätzig: Einfache Verhältnisse. Der Vater wurde in den 30-er Jahren arbeitslos und die Mutter verdiente mit Näharbeiten ein Zubrot für die Familie. Trotz wirtschaftlicher Schwierigkeiten der Familie spielten Musik und Malerei in ihr eine große Rolle.

Sie gründete die Stiftung Naturschutz und war eine frühe Warnerin vor den Gefahren für die Artenvielfalt durch ein Übermaß der Monokulturen

Alle Glasers spielten ein Instrument. Der Vater Cello, die Schwester Geige, der Bruder Querflöte und Loki selbst die Bratsche. Die Mutter war das Publikum. Loki soll Noten lesen gekonnt haben, bevor sie allgemein lesen und schreiben konnte. Wenn Besuch kam, wurde miteinander gesungen. Alle Kinder, so wusste Loki später zu berichten, waren auch als kleine Maler begabt, und die selbst gemalten Bilder schmückten die Wände ihrer Wohnung.

Malerei und Malen blieb auch in Lokis späterem Leben eine Leidenschaft. Mit Sachverstand und Kunstsinn hat das Ehepaar Schmidt über viele Jahre Gemälde gesammelt. Privat, aber auch in der Zeit der politischen Verantwortung ihres Mannes. Bilder, die teilweise auch den Kanzler-

bungalow in Bonn zierten. Doch nicht allein das Sammeln, auch das persönliche Wirken in diesem Bereich zeichneten Loki aus.

Sie hatte für sich die Tellermalerei entdeckt und wurde damit bekannt. In der Bonner Zeit entstand auch die Idee einer Stiftung „Naturschutz“. Um Geld aufzutreiben, nahm sie den Pinsel in die Hand und bemalte 12 Teller, die die Porzellanmanufaktur Rosenthal auf den Markt brachte. Die Einnahmen daraus wurden der Grundstein für die Stiftung.

Diese Teller wurden schnell zu beliebten und persönlichen Gastgeschenken aus dem Hause Schmidt auch in der Zeit der Kanzlerschaft ihres Mannes. Bald kam weiteres hinzu: Loki begann „Die Blume des Jahres“ zu malen, die jeweils im Oktober für das nächste Jahr vorgestellt wurde. Bis 2010 wurden es 31 Blumen des Jahres, die ihre Zeichenkunst regelrecht zur Berühmtheit brachten. Aus dieser Arbeit

er-

Loki Schmidt



wuchs auch ihr Einsatz zum Schutz gefährdeter Pflanzen. So warnte sie schon früh vor den Gefahren für die Artenvielfalt durch ein Übermaß an Monokulturen. Ihrem unermüdlichen Wirken ist es mit zu verdanken, dass diese Thematik auch in der Presse stärkere Aufmerksamkeit erfuhr.

Nach Loki Schmidt sind auch Pflanzen benannt, die sie in Mexiko entdeckte. So eine Bromelienart, die zuvor nicht bekannt war, sie wurde auf den Namen Pitcairnia Loki-Schmidtiae getauft und eine zweite, die den Namen Puya Loki-Schmidtiae trägt.

In den achtziger Jahren gab Hannelore Schmidt ein Buch über die Botanischen Gärten in Deutschland heraus. Durch die Bekanntschaft mit den Leitern dieser Gärten hatte sie nicht nur Mitstreiter für ihr Buchprojekt, sie wurde zur gesuchten Gartensachverständigen. Besonders stolz war die waschechte Hamburgerin Loki Schmidt, als ihr die Freie Hansestadt im Jahr 2009 den Titel einer Ehrenbürgerin verlieh. Sie selbst bemerkte dazu: „Das ist die größte Auszeichnung, die ich je erhalten habe“.

Zu ihrem neunzigsten Geburtstag jedoch gab es eine weitere Ehre: Verteilt über ganz Deutschland wurden zu ihren Ehren neunzig Blumenbeete bepflanzt, eine Anregung der deutschen Naturschutzstiftung.

Was bleibt von dieser außergewöhnlichen Frau und Biologin, die einen angeborenen Blick für die Pflanzen in der Natur besaß?

Der Naturschutz war ihr großes Anliegen. Hier hat sie früh vor Fehlentwicklungen gewarnt und diese in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt.

Ingrid Lelley

Da haben wir aber Glück gehabt.

Wenn Sie diese Zeilen lesen, gibt es zwei Möglichkeiten: Entweder Sie sitzen in einer weltraumtauglichen Rettungskapsel, irren durch das All und haben noch irgendwie ein Exemplar dieses Heftes ergattert, oder der Weltuntergang hat doch nicht stattgefunden.

Kneifen Sie sich zur Sicherheit in die Wange, oder schauen Sie aus dem Fenster, denn vielleicht träumen Sie ja nur, Sie seien noch am Leben.

Aber das ist Quatsch. Wer träumt, lebt auf jeden Fall noch. Tote träumen nicht, doch auch dabei gibt es wieder zwei Möglichkeiten. Das wusste bereits der alte Sokrates, wobei ich voraussetze, dass Platon dessen Rede kurz bevor dieser den Schierlingsbecher trank, richtig wiedergegeben hat.

Der weise Mann soll gesagt haben: Entweder wir sind richtig tot (also gar nichts mehr, hat er wohl gemeint), oder aber den Himmel gibt es wirklich. Im ersten Fall kann man nicht mehr träumen und im zweiten braucht man es nicht mehr.

Ich unterstelle also: Sie träumen nicht, und die Welt ist auch diesmal nicht untergegangen. Trotzdem ist es erstaunlich, dass wohl sehr viele Menschen auf diesem Erdball daran geglaubt haben.

In Amerika verbrachten nicht wenige Menschen die Tage und Nächte um den 21. Dezember in Bunkern oder Erdhöhlen (wozu eigentlich?) Nicht wenige sollen sich tatsächlich umgebracht haben, das ist tragisch.

Ein Chinese bot im Internet Sitze in kugelförmigen Rettungskapseln an, die einfach aus einem Stahlge-

rüst und einer Hülle aus einem Plastikmaterial bestanden. Immerhin gab es im Inneren Anschnallgurte und Sauerstoffflaschen. Dass der Aberglaube auch vom Kommunismus nicht tot zu kriegen ist, musste auch die chinesische Führung zur Kenntnis nehmen. In der Presse warnte sie jedenfalls vor Panikmache.

Richtig was los war wohl auch in dem kleinen französischen Pyrenäendorf Bugarach (sprich Bügarasch). Dort, irgendwo am Berg hinter den Dorf, soll sich nach der Überzeugung einiger Esoteriker



Der Hausberg von Bugarach in den Pyrenäen

ein Sternentor befinden (ähnlich vielleicht, wie in der Fernsehserie). Von hier aus, so war in eingeweiheten Kreisen zu vernehmen, wollten sich Außerirdische, die bereits bei uns auf der Erde herumlaufen, am Tag des Untergangs retten.

Einige auserwählte Erdlinge würden dabei mitgenommen werden, so lautete die Hoffnung. Der Ort soll jedenfalls vor lauter Touristen nur so gebrummt haben.

Eines ist jedoch gewiss: Eines Tages wird es diese Welt tatsächlich nicht mehr geben, aber dann werden wir alle schon lange, lange nicht mehr sein.

Gedächtnistraining

Eine Sportart für unser Gehirn

Folgendes kennt fast jeder: Man sitzt vor dem Fernseher, schaut sich einen alten Film an und würde anfangs schwören, diesen Streifen noch nie gesehen zu haben. Dann kommt plötzlich eine Szene, bei der sich ein erstes Ahnen einstellt, dass man den Film vielleicht doch schon einmal gesehen haben könnte. Ist dieser Punkt erreicht, geht es meist sehr schnell. Plötzlich ist der ganze Film wieder da, einschließlich des Happyends (so der Film denn eines hat).

Die Fähigkeiten unseres Gehirns sind enorm. Auch längst vergessen Geglauhtes ist oft noch in einem verborgenen Winkel vorhanden. Andererseits ist die Fähigkeit der kleinen grauen Zellen, zu vergessen oder zumindest weit unter un-

serer Bewusstseinssebene abzuspeichern für uns wichtig, um im alltäglichen Leben überhaupt klar zu kommen. Nicht jede Erinnerung wird permanent an der Oberfläche unseres Denkens, unserem Bewusstsein benötigt.

Keine Veranstaltung für Menschen, die bereits etwas senil sind

Wichtig ist hingegen, dass unser Gehirn in den Tiefen seines Selbst schnell eine Erinnerung, ein eingeübtes Verhalten oder eine Information findet, wenn sie in einer aktuellen Situation gebraucht wird. In aller Regel funktioniert das, schließt man Erkrankungen aus, ein Leben lang ganz verlässlich. Dabei ist das, was wir letztlich 'Erinnerung' nennen, bildlich

gesprochen ein Bündel aus Einzelinformationen und Sinneseindrücken, die an ganz unterschiedlichen Stellen des Kopfes abgespeichert sind. Unser Bewusstsein muss das, was aktuell gebraucht wird, aus den verschiedenen Regionen des Gehirns wieder zusammentragen, um daraus ein komplettes Ganzes zu machen. Die Fähigkeit das zu tun, nennen wir Gedächtnis.

Natürlich gibt es Unterschiede in der Gedächtnisleistung. Einige sind von Natur aus ungeheuer fix, andere etwas langsamer. Älteren Menschen wird oft nachgesagt, dass sie in Sachen Gedächtnis langsamer werden. Ob diese Annahme richtig ist, dazu später mehr.

Halten wir also fest: Gedächtnis ist



nicht die Erinnerung selbst, sondern die Fähigkeit, sich zu erinnern, wie man schwimmt oder, um beim Gehirn zu bleiben, wie man mathematische Aufgaben löst. Nun ist es mit Fähigkeiten so: einmal erlernt, bleiben sie ein Leben lang erhalten, vorausgesetzt, man bleibt in der Übung. Insbesondere mit unserem Gedächtnis sind wir da auf der sicheren Seite. Das Gedächtnis wird in fast jeder Minute unseres Lebens gebraucht, wir sind also zumindest in dieser Hinsicht ständig in der Übung. Das heißt, die oft geäußerte Befürchtung, die Gedächtnisleistung könnte im Alter nachlassen, ist relativ unbegründet; sofern man gesund bleibt.

Andererseits lässt sich die Fähigkeit „Gedächtnis“ wie alle anderen Fähigkeiten trainieren. Wie das geschehen kann, dazu hat die Wissenschaft schon vor vielen Jahren wirksame Methoden entwickelt: Ähnlich wie im Sport gibt es Trainer, die diese Methoden erlernt haben und entsprechend weitergeben können.

Auch bei uns in der KSG werden gleich mehrere Kurse zum Gedächtnistraining angeboten. Die

Kurse sind gut besucht. Auf meine Frage: „Warum besuchen Sie diesen Kurs?“ gab es, von unterschiedlichen Formulierungen abgesehen, eigentlich nur eine Antwort: „Weil es mir Spaß



**Frau Toni Lane
Gedächtnistrainerin**

macht“. Die Antwort einer Dame brachte es auf den Punkt: „Das Tennisspielen musste ich aufgeben, aber im Kopf bin ich immer noch fix. Es macht mir viel Freude, diese Fähigkeit weiter zu trainieren.“

Dass das, was in diesen Gruppen geübt wird, auch wirklich Früchte trägt, davon konnte ich mich bei meinen Besuchen überzeugen. Lange Wortreihen, die mich an Rudi Carrells Fernsehsendung „Am laufenden Band“ erinnern, wurden fehlerfrei wiedergegeben. Kaum ein Drittel davon hätte ich geschafft – und war beeindruckt. Natürlich geht es nicht nur darum, Wortreihen zu wiederholen. Die Seminare sind um ein Vielfaches breiter angelegt. Mehr erfährt man gewiss, wenn man sich einmal zum Schnuppern in einen der Kurse setzt.

Fazit: Gedächtnistraining ist weit von dem entfernt, was von vielen Menschen leider immer wieder geglaubt wird: nämlich eine Veranstaltung für alte, schon etwas senile Leute zu sein. Das Gegenteil ist der Fall. Hier treffen sich Menschen wie zu einem Sporttraining, nur mit dem Unterschied, dass hier nicht die Muskelzellen, sondern die Gehirnzellen trainiert werden. Wer also Lust hat, mal wieder etwas für das sogenannte Oberstübchen zu tun, der ist hier herzlich gerne willkommen.

Info unter 0221 493814-36

LG



Unsere Gehirnjogger bei der Arbeit

Ludwig von Köchel

brachte Ordnung in Mozarts Werk

2013 erscheint ein überarbeitetes Köchelverzeichnis

Einem musikalischen Laien wird in der Regel nicht bewusst, wie oft die Werke von Wolfgang Amadeus Mozart uns heute noch im täglichen Leben begleiten. Kino- und Fernsehfilme, dazu unzählige Werbespots, greifen immer wieder auf ganze Musikstücke, oft aber auch nur auf wenige Notenfolgen dieses begnadeten Künstlers zurück. Verwunderlich ist das nicht, denn die musikalische Hinterlassenschaft von Mozart ist nicht nur riesig, sondern auch aus unserer heutigen Sicht ungemein vielfältig.

ben, aber der Hinweis auf die Sinfonien soll sagen, dass Mozart, er wurde nur 35 Jahre alt (†1791), ein wahrlich großes Werk hinterlassen hat. Leider schien der junge Mann aber nicht sehr ordnungsliebend gewesen zu sein. Viele seiner Kompositionen, auf losen Notenblättern verteilt, waren ohne Titel und ohne Datum. Es ist nicht auszuschließen, hätte man



**Ludwig Alois Friedrich
Ritter von Köchel**



662 Werke sollen es gewesen sein, darunter alleine über 40 Sinfonien. Nun ist Masse nicht gleich Klasse. Ein paar Liedchen haben schließlich viele geschrie-

ihn zu Lebzeiten gefragt, wann er das Eine oder Andere geschrieben habe, er hätte es selbst nicht mehr genau sagen können.

Dass das musikalische Gesamtwerk dieses Mannes heute doch

sehr geordnet daherkommt, ist einem anderen zu verdanken. Dieser Mann war: Ludwig Alois Friedrich Ritter von Köchel. Er war es, der fast 90 Jahre nach dem Tode Mozarts Ordnung in dessen Werk brachte. Er erstellte ein Verzeichnis mit allen Werken in einer chronologischen und thematischen Reihenfolge. Nach ihm hat heute jedes Werk Mozarts die Nebenbezeichnung: "Köchelverzeichnis Nummer xx". Abgekürzt einfach "KV" oder im englischen Sprachraum nur "K". So trägt die bekannte und oft gespielte „Kleine Nachtmusik“ zum Beispiel die Nebenbezeichnung „KV 525“.

Wer war nun dieser Köchel, von dem heute fast nur noch das KV übrig geblieben ist? Wenn man sich genauer mit diesem Mann befasst, stellt man zunächst über-

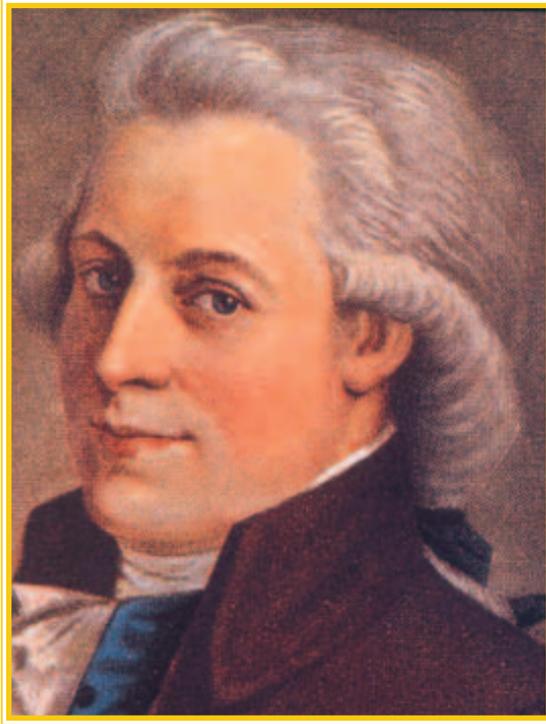
Mozart war Genie und Chaos zugleich

rascht fest, dass er zu Lebzeiten ein durchaus bekannter Mann war, und das nicht nur, weil er sich ausgiebig mit Mozarts Hinterlassenschaft befasste.

Geboren wurde er am 14.1.1800 in Stein an der Donau als Ludwig A. F. Köchel. Über seine Eltern ist nicht allzu viel bekannt, doch sie dürften nicht ganz unvernünftig gewesen sein, denn der junge Mann durfte das Gymnasium besuchen, studierte später in Wien, wo er auch zum Doktor jur. promovierte. Nach seinem Studium nahm er verschiedene Stellungen als Hauslehrer in hohen österreichischen Adelshäusern an. Er muss seine Arbeit wohl gut gemacht haben, denn Erzherzog Karl (der dritte Sohn von Kaiser Leopold II. und Bruder des späteren Kaisers Franz II.) wurde auf ihn aufmerksam und übertrug ihm die Erziehung seiner vier Söhne. 1832, Köchel war gerade 32 Jahre alt, wurde er zum Kaiserlichen Rat ernannt und weitere 10 Jahre später sogar zum Ritter von Köchel geadelt. Er war noch keine 50, als er mit einer für damalige Verhältnisse sehr großen Abfindung aus den Diensten des Erzherzogs ausschied. Diese Abfindung garan-

tierte ihm für den Rest seines Lebens ein sicheres Auskommen.

Von nun an widmete er sich mehr oder weniger seinen Hobbys, die bei ihm oft wissenschaftlicher Natur waren. Er führte mineralogische, zum Teil auch botanische Studien durch, zu denen er von Nordafrika über Spanien bis zum Nordkap reiste. Seine Arbeiten dazu wurden in Wissenschaftskreisen seiner Zeit sehr beachtet.



Wolfgang Amadeus Mozart

Köchel hatte aber auch eine künstlerische Begabung. So schrieb er zum Beispiel Gedichte, doch vor allem interessierte er sich für die Musik und für Musikgeschichte. Mozarts Werke hatten ihn wohl schon als jungen Mann interessiert. Er sammelte Notenblätter und ganze Musikstücke des Meisters, doch die offensichtliche Unordnung, die er dabei vorfand, entsprach in kei-

ner Weise seinem Naturell. Es ist nicht bekannt, wann er begann und wie viele Jahre er daran gearbeitet hat, in das riesige Werk eine sinnvolle Ordnung und Reihenfolge zu bringen. Fest steht, im Jahre 1862 erschien in Leipzig sein Werk, das den langen Titel trug:

Chronologisch-thematisches Verzeichnis sämtlicher Tonwerke Wolfgang Amadé Mozart's.

In der Musikwelt war das Werk eine Sensation. Es brachte nicht nur Ordnung in das bis zu diesem Zeitpunkt schier unüberschaubare Werk Mozarts, sondern enthielt auch zahlreiche Hinweise auf verloren gegangene Stücke des Meisters, von denen sogar in unserer Zeit immer wieder noch welche entdeckt werden. Großes Lob gab es auch für Hinweise auf Werke, von denen nur irrtümlich geglaubt wurde, sie seien Mozart zuzuordnen. Die Mozart-Forschung ist bis heute nicht abgeschlossen. Bereits in diesem Jahr soll es ein überarbeitetes Köchelverzeichnis geben. Da werden sich wieder einige KV-Nummern ändern. Ob die Musikwelt diese jedoch annimmt, steht auf

einem anderen Blatt. Seit der ersten Ausgabe gab es bereits viele Änderungen, doch Musiker scheinen an den alten Bezeichnungen zu hängen. Fest steht bereits: Auch das neue Werk wird wieder 'Köchelverzeichnis' heißen, und so bleibt wohl der Name Köchel für immer mit Mozart verbunden.

Lothar Geisler

Eine markige Erinnerung

Der lange Weg von dem Mark zu der Mark

Es ist des Menschen Art, an Vergangenenem zu hängen. Obwohl in unserer Zeit in Europa bereits um den noch jungen EURO gebangt wird, trauern viele immer noch der guten, alten D-Mark hinterher. Dabei war doch auch diese - in unserer deutschen Geschichte - nur eine kurze Episode.

Sehr alt ist hingegen das Wort „Mark“. Es fand bereits lange vor unserer Zeitrechnung bei den Germanen und zum Teil auch bei den Wikingern Verwendung. „Ein Mark“ war damals allerdings keine Münze, sondern eine Gewichtseinheit. Umgerechnet auf unser heutiges Gewichtssystem hatte das Mark etwa ein halbes Pfund. „Etwa“ ist dabei das richtige Wort, denn das Mark hatte nicht überall das gleiche Gewicht. Es gab zum Beispiel das Hessische Mark, das Uckerische Mark, das Brandenburgische Mark und in nordischen Ländern einige mehr. Die Landschaften, in denen das jeweilige Gewicht Gültigkeit hatte, bekamen zum Teil sogar ihre Namen danach. Geblieben sind bis heute die Mark Brandenburg und die Uckermark.

Um 1090 kommt jedoch unsere Stadt Köln mit ins Boot. Kölner Kaufleute hatten wohl als erste die Idee, einen Klumpen Silber platt zu schlagen, der genau das Gewicht eines Mark hatte, und diesen für größere Beträge als Zahlungsmittel zu verwenden. Wie für Kölsche üblich, sagten

die Kölner dann auch sehr bald „die Mark“ statt „das Mark“.

Diese „Kölner Mark“, so hieß sie sehr bald offiziell, war für damalige Verhältnisse wohl sehr genau. Sie wog umgerechnet 233,856 Gramm und wurde relativ schnell im gesamten deutschen Sprachraum, zum Teil auch darüber hinaus, zu einem beliebten Zahlungsmittel. Es dauerte jedoch noch bis 1524, wo man sich auf dem Reichstag zu Esslingen darauf einigte, die Kölner Mark



Ein Mark war in frühgermanischer Zeit ein Gewicht von etwa einem halben Pfund.

offiziell zu einem reichsweit gültigen Zahlungsmittel zu machen. Vom Wert her wäre dieser Silberling mit unserem Geld kaum vergleichbar. Aber stellen wir uns einfach einmal vor, er entspräche unserem 500-Euro-Schein, so musste es natürlich auch kleinere Einheiten geben. Darunter lag damals der Reichstaler. Eine Kölner Mark, das waren 9 Reichstaler oder in einigen Gegenden auch 12 Schillinge oder 144 Pfennige. Letzterer hatte damals natürlich

einen anderen Wert

als heute. Mit einem Pfennig in der Tasche in die nächste Kneipe gehen, das langte nicht nur für einen Vollrausch, man hätte auch noch ein paar Freunde mitnehmen können. Es gab also noch Münzen darunter, u. a. den Heller oder Batzen, aber die Bezeichnungen waren regional bereits wieder sehr unterschiedlich.

Die Kölner Mark hielt sich über mehrere Jahrhunderte. Erst im Jahr 1857, wo sie auf einem Kongress in Wien, im so genannten Wiener Münzvertrag durch das „Neue Pfund“ (jetzt genau 500 Gramm Feinsilber) abgelöst wurde, kam ihr Ende. Der Name Mark war im Volk inzwischen aber schon so eingebürgert, dass er nicht ganz verschwinden konnte. Mit der Gründung des Deutschen Kaiserreichs wurde der Name erneut eingeführt. 1871 wurde die Goldmark geboren. Sie wog genau 0,35838 Gramm Feingold

Die Kölner Mark gab es über mehrere Jahrhunderte, die D-Mark nur runde 50 Jahre.

und war erstmals aufgeteilt in 100 Pfennig. Das Material war weich, und galt im Volk als echt, wenn man mit den Zähnen darauf eine Bissmarke hinterlassen konnte. Ein Brauch, der bei Olympiaden



auch in unserer Zeit noch zu beobachten ist. Doch die Goldmedaillen bestehen aus härteren Legierungen, da haben Zähne keine Chance mehr.

Mit dem 20. Jahrhundert begann für die Mark eine harte Zeit, denn sie wurde, was ihren Wert anbetraf, immer weicher. Erst kam die Papier-Mark, dann der erste Weltkrieg und danach die Inflation. Bekam man um 1900 für eine Mark noch 4,20 Dollar, so musste man 1923 umgekehrt für einen Dollar 4,2 Billionen Mark hinlegen.

Dass man aus der Misere „Inflation“ überhaupt herauskam, war einem Kunstgriff zu verdanken. Alle Deutschen, die damals im Besitz von Grund und Boden waren - die ganz Alten werden sich vielleicht sogar erinnern - wurden verpflichtet, eine Zwangshypothek aufzunehmen, die 6% des Grundwertes betrug und mussten diese an den Staat abtreten. Dieses so gewonnene neue Staatsvermögen bildete den Grundstock für die am 15. Oktober 1923 gegründete Rentenbank, die alsbald danach die Renten-

mark herausgab. Eine Rentenmark entsprach nun einer Billion alter Mark. 1924 wurde die Rentenmark in Reichsmark umbenannt.

Einige Zeit existierten die alten Scheine neben den neuen weiter, aber offiziell gab es jetzt nur noch die Reichsmark. Die gab es bis zur Währungsreform am 21. Juni 1948. Na, und den Rest kennen Sie. Vielleicht nun aber auch die Bedeutung unserer Stadt Köln bei der Entstehung der Mark.

LG

KSG

Kultur im Borros-Keller

Die Theatergruppe „Späte Jugend“ gastiert mit der Aufführung :

Zeitgeschichten

Sonntag, 10.03. 2013 um 15:00 Uhr
 Borros-Keller
 Zülpicher Straße 273 B, Köln 50937
 Eintritt 3.00 EUR

Lesen Sie zu dieser Anzeige auch unseren Eintrag auf der Seite 20.

Zwei Fahrräder

Liebe geht manchmal Umwege

Hermann Rix aus Ulenhagen hatte gerade seinen 34. Geburtstag mit einigen seiner Freunde gefeiert. Er war der letzte Junggeselle unter ihnen. In der ehemaligen DDR hatte er zwar noch das Abitur machen dürfen, danach aber Bäcker werden müssen. Die Wende brachte jedoch auch für ihn die Wende. Der riesige Waldbesitz seines verstorbenen Vaters ging an ihn zurück, und nun war er Waldbauer und relativ vermögend. Hermann war ein recht gut aussehender Mann, eigentlich nicht frauenfeindlich, doch irgendwie hatte es mit dem anderen Geschlecht bisher nicht so recht geklappt. Seine zurückhaltende Art wurde ihm oft als Unnahbarkeit ausgelegt. So war es gekommen, dass die heiratsfähigen Mädchen, die altersmäßig zu ihm gepasst hätten, zumindest in Ulenhagen alle vergeben waren.

Eine Ausnahme gab es allerdings: Wilma Radke, genannt Popschuh. Sie passte in kein Schema des kleinen Örtchens. Ihren Spitznamen hatte sie, weil sie fast nur Turnschuhe trug, die sie nie zuband, und bei örtlichen Tanzveranstaltungen, oft alleine, weltvergessen und mit geschlossenen

Augen auf der Tanzfläche tanzte. Sie galt als klug, doch sie war eine Einzelgängerin, die keine Freundin hatte. Männer schienen sie schon gar nicht zu interessieren.

Nun geht das Schicksal aber manchmal verschlungene Wege. Hermann musste zu einem wichtigen Termin in die Kreisstadt, doch ausgerechnet an diesem Morgen sprang der Wagen nicht an. Letztlich schnappte er sich das alte Damenfahrrad seiner Mutter und fuhr damit zum Bahnhof. Züge fuhren hier zwar schon seit Jahren nicht mehr, aber dafür gab es stündlich einen Bus. Er kam gerade noch rechtzeitig, denn der Wagen fuhr fast gleichzeitig mit ihm auf den Platz. Hastig schloss er sein Rad an den einzigen Laternenpfahl und bestieg den Bus. In der Eile hatte er jedoch nicht bemerkt, dass er sein Rad nicht nur mit dem Mast verbunden hatte, sondern seine Kette versehentlich auch um den Rahmen des Herrenrades gelegt hatte, das an der anderen Seite der Laterne stand.

Zwei Stunden zuvor war Wilma, der Popschuh, mit dem Bus in die Stadt zur Arbeit gefahren. Auch sie war an diesem Morgen etwas knapp in der Zeit gewesen und hatte sich das Rad ihres Bruders

genommen, um rechtzeitig den Bus zu erreichen. Eben dieses war nun, eine Stunde später, fest verbunden mit Hermanns Damenrad.

Als Wilma am Nachmittag wieder aus dem Bus stieg und ihr Rad angeschlossen vorfand, vermutete sie einen Streich von jungen Burschen, doch weit und breit war niemand zu entdecken. Na, macht nichts, dachte sie. Ihr entkommt mir nicht, ich habe Zeit. Sie schloss nun ihre Kette kurzerhand um das andere Rad, setzte sich auf die einzige Bank und wartete. Eigentlich ist es noch gar nicht mal so schlecht hier, ging es ihr durch den Kopf. Die Sonne scheint, und wenn nicht gerade ein Bus kommt, herrscht hier eine wunderbare Ruhe. Das war ihr vorher nie aufgefallen.

Sie kramte ein kleines Buch aus ihrem Rucksack und begann zu lesen. Zeit verlor ihre Bedeutung. Als der nächste Bus erschien, wollte sie natürlich wissen, wer ausstieg, doch als ausgerechnet der langweilige Hermann als einziger den Wagen verließ, drehte sie ihm den Rücken zu.

So kam es, dass sie es nicht mitbekam, wie er versuchte, die Fahrräder auseinander zu bekom-



men. Sie bemerkte ihn erst wieder, als er sich neben sie auf die Bank setzte.

Er hatte auf die Uhr geschaut. Ein Bus musste noch kommen. Den wollte er abwarten. Vielleicht saß darin der Schussel, der sein Rad angeschlossen hatte. Eine Weile saßen die beiden so schweigend nebeneinander. Er hatte die Hände hinter dem Kopf verschränkt, doch ab und zu schielte er zu ihr hinüber. „Was liest du?“ fragte er schließlich. Sie schaute ihn überrascht an, und nach einigen Augenblicken sagte sie: „Gedichte“. Jetzt war er erstaunt. Er versuchte aber sich nichts anmerken zu lassen. „Welche denn?“, fragte er stattdessen. „Rilke“, sagte sie nur und sah ihn dabei an. Man merkte, dass sie auf seine Reaktion wartete. „Donnerwetter!“, entfuhr es ihm dann auch spontan. „Du liest Rilke?!“ „Ja, warum denn nicht, hältst du mich für blöd?“ „Nein, das nicht“, beilete er sich zu sagen. „Ich dachte nur, dass du ...“, der angefangene Satz blieb in der Luft hängen. Stattdessen sagte er leise: „Und dann und wann ein kleiner Elefant.“

Jetzt schaute sie ihn erstmals richtig an. „Ein weißer Elefant“, korrigierte sie und fügte hinzu: „Jetzt überraschst du mich aber. Rilke hätte ich bei dir nie vermutet.“

Von nun an schien es, als hätte jemand eine Schleuse geöffnet. Sie redeten beide, als wäre es ihnen jahrelang verboten gewesen. Zunächst über Gedichte, doch schon bald über Gott und die Welt. Sie merkten nicht, dass sie näher zusammengedrückt waren, und als der letzte Bus schon eine Weile



fort war, fragte sie plötzlich: „Worauf hast du hier eigentlich gewartet?“ „Ach, nichts Wichtiges“, sagte er. „Irgendein Typ hat dort mein Fahrrad wohl versehentlich festgeschlossen. Ich dachte, dass vielleicht noch jemand mit dem letzten Bus ...“, weiter kam er nicht. Sie hatte angefangen zu lachen, dass ihr die Tränen in die Augen traten und sie sich an ihm festhielt. Es dauerte eine Weile, bis sie ihm immer noch lachend erklärt hatte, wem

das andere Rad gehörte. Schließlich lachten sie beide. Sie merkten vielleicht gar nicht, dass sie sich dabei umarmten, bis sie plötzlich ganz still wurden.

Seit diesem Abend waren nun schon ein paar Wochen vergangen. Bei Kablitz im Saal war mal wieder Schwof und für die ahnungslosen Ulenhagener gab es ein Ereignis, das später noch wochenlang Dorfgespräch war. Die Kapelle hatte schon gut eine halbe Stunde gespielt, als Hermann Rix plötzlich den Saal betrat. An seinem Arm führte er eine adrett gekleidete junge Dame auf eleganten Schuhen, die viele zunächst gar nicht erkannten. Da die Musik gerade wieder einsetzte, führte er sie sofort auf die Tanzfläche. Die anderen im Saal waren wohl so verblüfft, dass ihnen niemand auf das Parkett folgte. Eine Weile wiegten sich die beiden ganz alleine zu einer einschmeichelnden Musik.

Doch dann begriffen die Freunde an den Tischen, was sie sahen. Plötzlich gab es Applaus, und es brach ein unbändiger Jubel aus. Viele stürmten auf die Tanzfläche und versuchten das Paar zu umarmen.

Und wenn Wochen später die Männer des Dorfes mal wieder unter sich waren und über den Abend sprachen, wurde gesagt: Alle Frauen hätten geweint.

Emilio

Terminübersicht für Januar, Februar, März

Januar	Sportkurs „Fit für 100“ Start Sülz	07.01. 2013	Seite 17
	Sportkurs „Fit für 100“ Start Porz u. Ehrenfeld	08.01. 2013	Seite 17
	Englisch Anfänger Kursstart	07.01. 2013	Seite 22
	Stadtführung „Sakrale Krippen“	09.01. 2013	Seite 20
	Fitnesskurs in Porz Start des Kurses	09.01. 2013	Seite 19
	Fitnesskurs Corumba Start des Kurses	10.01. 2013	Seite 18
	Tanzen Tango und Salsa - Start der Kurse	18.01. 2013	Seite 18
	PC Anfängerkurs	10.01. 2013	Seite 26
	PC Fortbildung	22.01. 2013	Seite 26
Februar	Führung „St. Maria im Kapitol“	27.02. 2013	Seite 20
	Ehrenamtlertag in der KSG	23.02. 2013	siehe Aushang
März	Kochkurs für Männer Start	05.03. 2013	Seite 21
	Theaternachmittag „Zeitgeschichten“	10.03. 2013	Seite 20

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

Unser Heft erscheint mit dieser Ausgabe im 22. Jahr. Es gab sogar eine Vorgängerverision, aber die zählen wir nicht mit. In diesen Jahren hat sich viel verändert, und diese Änderungen sind auch an diesem Heft nicht vorbeigegangen.

Die technischen Möglichkeiten zur Gestaltung und Herstellung des Heftes sind heute ganz anders als vor 20 Jahren. Damals wurden die Beiträge noch mit der Schreibmaschine geschrieben und dann mühsam fotokopiert.

Unser ehrenamtlicher Mitarbeiter Joachim Kott hat den Computer eingeführt. Joachim ist als Redakteur immer noch mit von der Partie, obwohl er die 80 schon vor ein paar Jahren überschritten hat. Ich selbst habe die Gestaltung des Heftes ab 2004 übernommen, aber auch seit dieser Zeit hat sich einiges verändert.

Im letzten Jahr haben wir begonnen, farbig zu drucken, denn schwarz-weiß Drucke sind

heutzutage fast die Ausnahme und kaum billiger als Farbdrucke.

Zum Beginn der Farbausgaben hatten wir auch das Layout des Heftes geändert. Wir konnten für die Mitarbeit einen echten Zeitungsprofi (Rentner natürlich) gewinnen, der nicht nur für die Gestaltung verantwortlich war, sondern auch mit interessanten Beiträgen das Heft bereicherte.

Vier schöne Ausgaben lang hat das geklappt, aber nun hat er aus privaten Gründen seine Mitarbeit eingestellt. Dies nun vorliegende Heft ist notgedrungen komplett wieder ganz alleine von mir erstellt. Ein paar kleine Änderungen am Layout habe ich vorgenommen. Viel Spaß also beim Lesen und - ach ja - wir suchen immer noch Leute, die bei diesem Heft mitmachen (ehrenamtlich, versteht sich!).

Lothar Geisler

Tennis im Winter

In der Wintersaison (ab Oktober) spielt unsere Tennisgruppe in der Tennishalle. Unser Angebot ist für Hobbyspieler unterschiedlicher Spielstärke geeignet. Kommen Sie zu einem Schnuppertag zu uns.

- Wo:** in Köln Weiden, Potsdamer Straße 1 c
Wann: immer mittwochs von 9:00 – 11:00 Uhr
Kosten: Mitglieder 120,- EUR/ Saison,
 Nichtmitglieder 150,- EUR/ Saison
 Einstieg jederzeit möglich
Info/Anm.: Di – Fr, 09:30 – 17:00 Uhr, Tel.: 0221-943814-36
 oder kathrin.koehl@koelner-senioren.de



Fit für 100 – ein Bewegungsprogramm für ältere Menschen

(in Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule Köln und dem Gesundheitsamt der Stadt Köln) Ein Bewegungstraining, das durch gezielte Kraft- und Koordinationsübungen mit Gewichten an Armen und Beinen, die individuell angepasst werden, die geistige und körperliche Verfassung fördert. Die langsam und präzise durchgeführten Übungen werden im Sitzen oder Stehen durchgeführt und kräftigen die wichtigsten Muskelpartien. Durch das regelmäßige Training wird das Wohlbefinden gesteigert sowie die individuelle Lebensqualität und Alltagskompetenz deutlich verbessert. Das Training findet unter qualifizierter Leitung 2 x wöchentlich statt; (max. 15 Teilnehmer). Quereinstieg möglich.

- Wo:** **KSG-Treff, Zülpicher Str. 273 B, Köln-Sülz**
Beginn: Montag 10:15 - 11:15 Uhr und Mittwoch, 13:30 - 14:30 Uhr
Start: Montag, 07.01. 2013
Leitung: Dana Polacek

- Wo:** **TCC Rot-Gold, Venloerstr. 1031, 50829 Köln-Ehrenfeld**
Beginn: Dienstag und Freitag von 12:00 - 13:00 Uhr
Start: Dienstag, 08.01. 2013
Leitung: Dana Polacek

- Wo:** **TGC Rot-Weiß, Faustr. 90, 51145 Köln-Porz**
Beginn: Dienstag, 14:30 - 15:30 Uhr und Freitag, 10:00 - 11:00 Uhr
Start: Dienstag, 08.01. 2013
Leitung: Pelin Sener-Derventli

- Kosten:** 20 Trainingseinheiten pro Quartal
 MGL.: 50,- EUR, NMGL. 70,- EUR
Info/Anm.: Di – Fr, 09:30 – 17:00 Uhr, Tel.: 0221-943814-36
 oder kathrin.koehl@koelner-senioren.de



Tanzkurs: Argentinischer Tango

Generationen treffen sich – Tanzen kennt keine (Alters-) Grenzen.

Entstanden ist der Tango vor über 100 Jahren im Einwanderermilieu von Buenos Aires und Montevideo. Heute ist er Weltkulturerbe und in aller Welt zu Hause. Erleben Sie die positiven gesundheitsfördernden Einflüsse dieses Tanzes auf Körper und Seele. Der Kurs richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse im Tango. Willkommen sind Einzelpersonen und Paare.

- Wo:** KSG-Treff, Zülpicher Str. 273 B
Wann: Freitag, 19:30 – 20:45 Uhr
Start: 18.01. 2013 10 Termine pro Quartal
Kursleitung: Horacio Mendoza Munoz
Kosten: Mitglieder 35,00 EUR
Nichtmitglieder 80,00 Euro
Info u. Anm.: unter info@koelner-senioren.de oder Tel.: 943814-36, Kathrin Köhl

Tanzkurs: Karibische Tänze - Salsa, Merengue, Bachata

Erleben Sie wie einfach, fröhlich und entspannend der lateinamerikanische Tanz Salsa ist. Salsa fördert Körper und Seele und wird auf Kuba in jedem Alter getanzt. Mit Leichtigkeit und Humor lernen Sie bei uns die ersten Schritte und Drehungen. Salsa ist von den Tanzflächen dieser Welt nicht mehr wegzudenken.

- Wo:** Borros-Keller, Zülpicher Str. 273 B
Wann: Freitag, 18:00 – 19:15 Uhr
Start: 18.01.2012 10 Termine pro Quartal
Kursleitung: Herr Horacio Mendoza Munoz
Kosten: Mitglieder 35,00 EUR
Nichtmitglieder 80,00 Euro
Info u. Anm.: unter info@koelner-senioren.de oder Tel.: 943814-36, Kathrin Köhl

Fitnesskurs in Sülz: Der Club Corumba - Vital im Alter

Für alle Menschen ab 60, die sich fit halten wollen und Spaß an Bewegung mit Musik haben. Club Corumba ist eine Kombination aus tänzerischer Gymnastik und verschiedenen Choreographien, die sich zu unterhaltsamen Tänzen zusammenfügen. In unseren Club kann man als Paar oder alleine kommen. Es geht nicht um den klassischen Partnertanz, sondern um Spaß an rhythmischer Bewegung und Tanz in einer Gemeinschaft. Das Erlernen von Schrittfolgen zur Musik schult das Gedächtnis und Koordinationsvermögen. Tanzen stärkt das Herz- und Kreislaufsystem und ist vor allem eins: eine angenehme Sportart und pure Lebensfreude.

- Wo:** Zülpicher Str. 273 B
Wann: Donnerstag, 11:30 – 12:30 Uhr
Start: 10.01.2013 10 Termine pro Quartal
Kursleitung: Frau Katrin Hebestreit
Kosten: Mitglieder nach Beitragsklasse Nichtmitglieder 80,00 Euro
Info u. Anm.: unter info@koelner-senioren.de oder Tel.: 943814-36, Kathrin Köhl

Fitnesskurs in Porz: Mit Elan in den Tag

Wir beginnen mit einem einstündigen Spaziergang/Walken, danach Gymnastik und zum Ausklang eine Entspannungseinheit. So kann man erfrischt und gelockert in den Tag starten. Der Gymnastikteil, teils mit und ohne Musik hat eine leichte Anlehnung an Aerobic. Zum Einatz kommen auch Theraband und Pilatesbälle. Gut für Bauch, Beine und Wirbelsäule. Die Entspannungseinheit zum Ausklang ist ein Mix aus Qi Gong, und Phantasiereisen. Viele dieser Übungen kann man später leicht zu Hause allein fortführen.

- Wo:** TGC, Fauststr. 90, Porz-Urbach
Wann: Mittwoch, 9:00 – 10:30 Uhr
Start: 09.01. 2013
Kursleitung: Frieda Osawe-Biser
Kosten: Mitglieder entspr. Beitragsklasse
Nichtmitglieder 80 Euro pro Quartal
Info u. Anm.: unter info@koelner-senioren.de oder Tel.: 943814-36, Kathrin Köhl

Lauftreff

Für alle jung gebliebenen Senioren/innen. Am Aschermittwoch starten wir in die Laufsaison 2013. Unser Wunschziel: Es könnte sich ein Team bilden, das später bei verschiedenen Kölner Lauf-Events mit dabei ist. Natürlich kann auch jeder Läufer ganz individuell entscheiden, wobei er letztlich mitmacht. Wir treffen uns zu einem Vorgespräch im Februar in der Cafeteria in unserem KSG-Treff Sülz (siehe unten). Unser Lauftraining machen wir im Stadtwald.

- Vorgespräch:** am 06.02.2013 um 10:00 Uhr
Wo: Zülpicher Str. 273 B (Cafeteria)
Start des Lt.: Mittwoch, 13.02.2013
Wann: 10:00 Uhr
Wo: Treffpunkt am Tierpark Lindenthal, Eingang Kitschburger Straße
Kursleitung: Michaela Lindzus, Diplom-Sportlehrerin
Info u. Anm.: unter info@koelner-senioren.de oder Tel.: 943814-36, Kathrin Köhl
desweiteren michaela.lindzus@googlemail.com oder 0163 – 6607692

Wichtige Mitteilung: Betrifft die Generalmodernisierung des Rodenkirchenbades

Ab Januar 2013 wird das Rodenkirchenbad zur Generalmodernisierung geschlossen. Wir freuen uns, Ihnen mitteilen zu können, dass wir zum Ausgleich Zeiten im Zollstockbad zur Verfügung gestellt bekommen haben:

Mittwoch, 14:00 – 15:30 Uhr jeweils eine Bahn im Schwimmerbecken und ½ Lehrbecken.

Ungeklärt war bei Redaktionsschluss, ob unser Kursleiter, Herr Rüdiger Klein, weiter die Leitung der Gruppen übernehmen kann (wir arbeiten daran). Auf jeden Fall wird es auch im Zollstockbad um 14:00 Uhr einen Aquajoggingkurs im Schwimmerbecken geben und um 14:45 Uhr im Lehrbecken eine Gymnastik.

Gleichzeitig weisen wir darauf hin, dass uns für die Kurse am Montag in diesem Bad von 9:00 bis 11:00 Uhr nur noch das Sprungbecken zur Verfügung steht.

Alle Teilnehmer der Gymnastik im Lehrbecken möchten wir auf den Ausweichtermin am Mittwoch verweisen. Wie hoffen auf ihr Verständnis.

Führung: Sakrale Krippen in Kölner Kirchen

Unser Stadtführer Herr Jungeblodt wird bei dieser Führung den Betrachtungsschwerpunkt auf den Unterschied zwischen profanen und sakralen Krippen setzen. Wir werden in verschiedene Kirchen kommen, in denen wir neuzeitliche und überlieferte Krippendarstellungen betrachten werden. In dieser Zeit nach dem 6. Januar sind die Figuren der Heiligen drei Könige mit aufgestellt und symbolisieren die Vollkommenheit der Weihnachtszeit.

Wann: Mittwoch, 09.01.2013 um 14:45 Uhr
Wo: Treffpunkt an der Kreuzblume vor dem Dom
Kosten: 7,50 EUR
Info: Doris Hoss, Tel.: 0221 555 824

Führung: St.Maria im Kapitol

St. Maria im Kapitol ist die größte der romanischen Kirchen Kölns. Auf den Fundamenten eines römischen Tempels (um 50 n.Ch.), ließ die reiche Ehefrau des Pfalzgrafen Hugobert, Plektrudis, um das Jahr 690 n.Chr. das ehemalige Stift Maria im Kapitol errichten. Die Gräfin Plektrudis war eine große Gönnerin der Stadt Köln und fand in dieser Kirche ihre letzte Ruhestätte. Mehr über die wechselvolle Geschichte und die reiche Ausstattung dieser Kirche werden wir bei der Führung von unserem bewährten Stadtführer Herrn Jungeblodt erfahren.

Wann: Mittwoch, 27.02.2013 um 14:45 Uhr
Wo: Treffpunkt vor der Kirche St.Maria im Kapitol
Kosten: 7,50 EUR
Info: Doris Hoss. Tel.: 0221 555 824



Theaternachmittag: Premierenaufführung „Zeitgeschichten“

Immer am Schluss einer Sache wird die Zeit knapp. Dieses Empfinden zieht sich wie ein Roter Faden durch das ganze Leben. Vielleicht kommt daher auch die sicher nicht ganz falsche Behauptung: „Rentner haben nie Zeit“. Ab 65 geht es auf den Schluss zu, und niemand weiß, wieviel Zeit noch bleibt.

Fazit: Es ist also ganz natürlich, wenn Rentner manchmal glauben, die Zeit renne ihnen davon. Andererseits ist der Zeitraum, an den man sich erinnern kann, inzwischen recht lang. Wenn man sich die Zeit nimmt, kann man darin wunderschöne Zeitreisen unternehmen. Davon und von anderen Zeitphänomenen berichten die neuen Theaterstücke, die unsere Theatergruppe *Späte Jugend* zu einem teils besinnlichen aber auch fröhlichen Theaternachmittag zusammengestellt hat.

Wann: Sonntag, 10.03.2013, um 15:00 Uhr
Wo: Borros-Keller, Zülpicher Straße 273 B, Köln 50937
Kosten: 3,00 EUR

sonstige kulturelle Angebote

Leider ist es auf Grund des dreimonatigen Erscheinens dieses Heftes nicht möglich, alle kulturellen Angebote unserer Gemeinschaft hier anzuzeigen. Viele Museumsbesuche, Ausflüge oder sonstige Events, können nur kurzfristiger als 3 oder 4 Monate vorher geplant werden. Um auch diese Angebote nutzen zu können, beachten Sie bitte unsere Internetseite www.koelner-senioren.de oder unsere Ausgänge. Auf der Internetseite finden Sie die neueren Angebote unter „aktuell“. Da gibt es immer wieder Interessantes zu entdecken.

Schach - das königliche Spiel

Einmal in der Woche, am etwas ruhigeren Freitag, treffen sich bei uns die Schachspieler. Ob Anfänger oder versierter Spieler, bei uns sind neue Mitspieler immer willkommen. Kommen Sie einfach einmal zum Schnuppern dazu. Vielleicht gefällt es Ihnen, und wir sehen Sie an den Freitagen künftig häufiger.

- Wo:** KSG-Treff, Zülpicher Str. 273 B
Wann: immer freitags von 14:00 – 17:00 Uhr
Kosten: bei regelmäßiger Teilnahme ist Mitgliedschaft im Verein erwünscht
Info: Anfrage unter info@koelner-senioren.de oder Tel.: 943814-36, Kathrin Köhl

Radiowerkstatt (Kurs) *Dieser Kurs wird bei entsprechender Nachfrage eingerichtet*

In den regionalen Rundfunksendern wie Radio Köln 107,1 oder Radio Erft werden täglich Sendungen ausgestrahlt, die sich "Bürgerfunk" nennen. Zur Realisierung dieser Sendungen gibt es in unserer Stadt gleich mehrere Rundfunkwerkstätten, die diese Sendungen produzieren. Dabei kann eigentlich jeder Bürger der Stadt mitmachen, aber das „eigentlich“ bedeutet, dass man sich ein bisschen qualifizieren muss, bevor man ans Mikrofon darf. So schreibt es die Ifm (Landesanstalt für Medien) vor. Unsere KSG kooperiert seit vielen Jahren mit der Radiowerkstatt „Bild und Ton Colonia“. Viele interessante Radiosendungen sind aus dieser Zusammenarbeit bereits hervorgegangen. Gemeinsam mit Bild und Ton Colonia bieten wir auf Nachfrage auch in diesem Jahr einen neuen Kurs an, bei dem man sich zum Sprecher/Moderator und ggf. auch Produzent eigener Sendungen qualifizieren kann. Besondere Fach- oder Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Den Abschluss bildet eine Prüfung durch einen bestellten Prüfer der „Ifm“.



Info u. Anm.: unter info@koelner-senioren.de oder Tel.: 943814-36, Kathrin Köhl

Kochkurs für Männer

Unser erster Kochkurs für Männer war ein voller Erfolg. Und nun legen wir nach. Der Jahreszeit entsprechend kochen wir mit Gemüse der Saison. Fleisch oder Fisch werden natürlich ebenfalls dabei sein. Vor Ostern färben wir vielleicht sogar ein paar Ostereier. Das werden wir unter den Teilnehmern besprechen. Zu den unten ausgewiesenen Kurskosten kommen die Kosten für den Einkauf, die unter den Teilnehmern zu gleichen Teilen aufgeteilt werden.

- Wo:** KSG-Treff, Zülpicher Str. 273 B
Wann: immer dienstags von 16:30 Uhr 18:00 (Kursdauer 6 Wo.)
Start: Dienstag, 05.03. 2012
Leitung: Franz Fishedick
Kosten: 60,00 EUR für Mitglieder, 90,00 EUR für Nichtmitglieder
Info u. Anm.: unter info@koelner-senioren.de oder Tel.: 943814-36, Kathrin Köhl



Bei uns wird frisch und lecker gekocht!

Jeweils am zweiten Dienstag und Donnerstag im Monat hat unsere Küche geöffnet. In der Zeit von 12:00 Uhr bis 14:30 Uhr stellt Herr Fischeschick für Sie die Töpfe auf den Herd. Unsere Preise sind moderat. Wir vermieten auch Räume für kleine Feiern oder Festlichkeiten. Auf Wunsch kocht Herr Fischeschick dabei auch für Sie.

Preise und weitere Einzelheiten können Sie telefonisch erfragen von: Di. bis Fr. zwischen 10:00 und 14:00 Uhr bei Frau Köhl 0221 943813-36 oder kathrin.koehl@koelner-senioren.de

**Englisch für Anfänger und Personen mit leichten Vorkenntnissen**

Seniorengerechtes Lernen in Kleingruppen. Englisch als Weltsprache dient der Kommunikation und insbesondere auch der Verständigung auf Reisen.

In diesem Kurs werden Sie intensiv, trotzdem auf leichte, lebendige Art in die englische Sprache eingeführt und vertiefen bereits vorhandene Grundkenntnisse. Ganz nebenbei erfahren Sie jede Menge über Land und Leute.

Wo: KSG-Treff, Zülpicher Str. 273 B
Wann: Montag, 15:00 – 16:30 Uhr
Start: 07.01. 2013 Kursnr.: 33-81-03
Kursleitung: Frau Hannelore Schmolke
Kosten: Mitglieder 35,00 EUR Nichtmitglieder 80,00 Euro
Info/Anm.: Di – Fr, 09:30 – 17:00 Uhr, Tel.: 0221-943814-36 oder kathrin.koehl@koelner-senioren.de

**Bingo**

Wir würden bei entsprechender Nachfrage gerne wieder einen BINGO-Nachmittag einführen. Es soll ein geselliger, unterhaltsamer Nachmittag werden, der musikalisch untermalt wird. Auch gemeinsames Singen ist möglich. Und zwischendurch immer wieder "Bingo". Interessenten melden sich bitte bei:

Hubert Dase (0221 426389).

Wo: KSG-Treff, Zülpicher Str. 273 B
Wann: 1 x ggf. auch 2x monatlich montags von 15:00 – 16:30 Uhr.

Zum zurückliegenden Weihnachtsfest musste Schmitzens Stallhase „Werner“ sein Leben lassen. Die Mama hatte ihn liebevoll zubereitet, und alle aßen mit viel Appetit. Weil die Kinder das Tier aber sehr gern gehabt haben, hatten die Eltern ihnen nicht gesagt, was da auf den Tisch gekommen war. Nachdem er bereits ein zweites Mal zugelangt hatte, mochte der kleine Hubert nun doch wissen, welcher Art das leckerere Fleisch sei. Papa und Mama sahen sich zunächst etwas ratlos an, aber anlügen mochten sie ihre Kinder nicht. Der Papa wollte es ganz behutsam machen. „Ihr könnt ja mal raten“, begann er. „Ich gebe euch einen kleinen Tipp. Ab und zu nennt die Mama mich so.“ Daraufhin spuckte die kleine Gerda das Essen aus und rief ihrem Bruder zu: „Iss das bloß nicht. Das ist ein Arschloch!“

Zwei Obdachlose unterhalten sich. „Hattest du zu Weihnachten denn wenigstens etwas Gutes zu essen?“ „Ein 7-Gänge Menu!“ „Waas? - Erzähl doch mal.“ „Ein Hotdog und ein Sixpack.“



Der Oberbürgermeister



Stadt Köln

Der Kölner Ehrenamtspreis „KölnEngagiert 2013“

Oberbürgermeister Jürgen Roters lobt in diesem Jahr zum dreizehnten Mal den Kölner Ehrenamtspreis „KölnEngagiert“ aus. Ziel dieser Ausschreibung ist die Förderung und Anerkennung bürgerschaftlichen Engagements in Köln.

Oberbürgermeister Jürgen Roters konnte in diesem Jahr die Bläck Fööss als „Ehrenamtspaten 2013“ gewinnen.

Für den Ehrenamtspreis „KölnEngagiert“ wird insgesamt ein Preisgeld von 8.000 Euro vergeben. Darüber hinaus wird es unter dem Motto „Eine Frage der Ehre“ auch in diesem Jahr wieder einen Sonderpreis für Kölner Schulen geben. Die Bewerbungsfrist läuft vom 17. Januar bis zum 2. April 2013.



Um zu gewährleisten, dass sich Ehrenamtliche aus allen gesellschaftlichen Bereichen bewerben, dienen Schwerpunkte als Anregungen für die Bewerbungen. So ist es z.B. möglich, sich für das bürgerschaftliche Engagement in den Bereichen Lebendige Stadt, Soziales Leben, Umwelt und nachhaltige Entwicklung, Innovatives Ehrenamt, Sport, Musik und Kultur, Jung und Aktiv sowie für langjähriges Ehrenamt (Lebenswerk) zu bewerben. Die Vorschläge müssen nicht zwingend einem Schwerpunkt zugeordnet werden, da die Vielfalt bürgerschaftlichen Engagements dies nicht immer zulässt.

Teilnehmen können alle Kölner Bürgerinnen und Bürger, Einzelpersonen und Gruppen, die sich freiwillig in Köln engagieren. Das bürgerschaftliche Engagement als Ratsmitglied, Bezirksvertreter, Schiedsmann, Schöffe, Mitglied einer Gewerkschaft oder einer politischen Partei berücksichtigt der Ehrenamtspreis dagegen nicht. Einzelpersonen müssen von Dritten vorgeschlagen werden und dürfen noch keine entsprechende Auszeichnung des Landes oder des Bundes erhalten haben.

Die Entscheidung über die Preisträger fällt eine unabhängige Jury unter dem Vorsitz von Oberbürgermeister Jürgen Roters.

Umrahmt von einem familienfreundlichen Programm erfolgt die Preisverleihung beim 14. Kölner Ehrenamtstag am 15. September 2012 auf dem Heumarkt. Die Bewerbungsunterlagen sind ab sofort bei der Kommunalstelle zur „Förderung und Anerkennung Bürgerschaftlichen Engagements“ (FABE) im Amt des Oberbürgermeisters erhältlich. Nähere Informationen gibt es auch im Internet unter www.stadt-koeln.de/ehrenamt.

Für Fragen steht Ihnen Susanne Kunert von der Kommunalstelle FABE, unter der Rufnummer 221-23 190 oder unter der kostenlosen Hotline 0800-563 56 11 gerne zur Verfügung.

Woher kommt eigentlich ... ?

Vom Ursprung der Begriffe

Es gibt Wörter oder Sätze in unserer Sprache, die lassen sich, ihre Entstehung betreffend, leicht ableiten. Andere sind mit einer kleinen Geschichte verbunden. Vier solcher Geschichten können Sie nachfolgend lesen:

Mein Name ist Hase ...

Auch in unserer Zeit entstehen immer noch sogenannte „Geflügelte Worte“. Auf den APO-Aktivisten Fritz Teufel geht das Wort zurück: „Wenn´s der Wahrheitsfindung dient.“ Wegen eines Steinwurfs bei einer Demo stand er 1967 vor Gericht. Als er während der Verhandlung vom vorsitzenden Richter aufgefordert wurde, sich zu erheben, fiel dieser Satz, der bald im Land die Runde machte.

Eine ähnliche Entstehungsgeschichte hat der Satz: „Mein Name ist Hase, ich weiß von nichts.“

Verwendung findet er immer, wenn jemand den Ahnungslosen spielt. Ein Heidelberger Student soll ihn - zumindest sinngemäß - bei einer Gerichtsverhandlung im Jahre 1855 so gesprochen haben. Dieser junge Mann hieß Viktor Hase und stand vor dem Richter, weil er angeblich einem Kommilitonen, der wegen eines verbotenen Duells gesucht worden war, zur Flucht nach Frankreich verholfen hatte. Man hatte Viktors Studentenausweis gleich hinter der französischen Grenze gefunden und nach Deutschland zurückgegeben. Nun wurde Viktor vom Richter gefragt, wie er sich denn die Tatsache erklären könne, dass sein Ausweis ohne ihn, den Inhaber, über die Grenze gelangt sei. Darauf gab´s von Viktor die treuherzige Antwort: „Mein Name ist Hase, ich weiß von nichts“.

Asyl

In unserer Zeit vergeht kaum ein Tag, an dem in den Nachrichten oder in den Tageszeitungen nicht wenigstens einmal das Wort Asyl auftaucht. In unserem Land ist das Asylrecht genauestens geregelt. Darin ist festgehalten, wem Zuflucht gewährt wird und wem nicht. Bis weit ins Mittelalter hinein und ungeschrieben eigentlich noch bis heute gültig, ist das sogenannte Kirchenasyl, das auch für viele Klöster gilt. Um Asyl zu gewähren, bedarf es einer Macht. Beim Staatsasyl ist es die Macht des Staates und beim Kirchenasyl die unsichtbare Allmacht Gottes. Das Wort Asyl kennt man heute in fast allen Sprachen der Welt, doch über seine Herkunft ist man sich nicht völlig einig. Einige verfolgen das Wort sprachlich zurück und kommen auf das griechische Wort „asylos“, das im ursprünglichen Sinn die Bedeutung hatte: „nicht ausgeraubt“. Später fand es die Verwendung im Sinn von: „sicher“.

Ein Asyl in unserem heutigen Sinn war bei den alten Griechen aber noch völlig unbekannt und findet auch nirgendwo Erwähnung. Fündig wird man da schon eher bei den „Alten Römern“. In einer kleinen Senke zwischen dem Kapitolshügel und dem benachbarten Hügel Arx stand im antiken Rom ein Tempel, der noch aus der Zeit der Etrusker stammte. Er war einem alten Gott mit Namen „Asylius“ geweiht, der aber nicht aus der römischen Götterfamilie stammte. Es gab eine kleine Schar von Priestern, die sich zudem noch seltsam kleidete, und so war den damaligen Römern dieser Tempel etwas unheimlich. Vielleicht durch die Ähnlichkeit des Götternamens mit dem griechischen Wort „asylos“, das die Römer damals bereits als „sicher“ übersetzten, galt es in bereits sehr früher römischer Zeit als ungeschriebenes Gesetz: Wer sich als Verfolgter in diesen Tempel flüchtete, war vor seinen Verfolgern sicher. An den Toren des Tempels stand ein unsichtbares „Halt“, an das sich wohl alle Häscher und sogar die Kaiser gehalten haben sollen. Auch die frühen Christlichen Kirchen in Rom haben sehr bald einen solchen Schutz gepflegt, und so scheint es, ist das Wort Asyl wohl in die Welt gekommen.

Der Hagestolz

Im Mittelalter gab es Lehensbauern mit einem großen Waldbesitz. Sie waren zwar Besitzer aber nicht die Eigentümer. Eigentümer war der Lehensherr, und das war eigentlich immer ein Adliger. In einigen Gegenden war solch ein Lehen an strenge Bedingungen geknüpft. Eine dieser Bedingungen war das Heiratsverbot. Der, der den Wald (früher Hag genannt) bewirtschaftete, sollte die ganze Kraft seiner Arbeit dem Wald widmen. So waren diese Männer nun zwar stolze, oft auch reiche Besitzer eines Hages, aber unbeweibt wie der örtliche Pfarrer. Im Volk entstand bald der Begriff „Hagestolz“, und der hat sich bis in unsere Zeit für wohlhabende, aber ledige Männer gehalten.

Der Makartstrauß

Das ist ein großer Strauß, nein, eigentlich eine Komposition aus getrockneten Blumen, Zweigen, Schilfkolben und vielen anderen möglichen Pflanzen. Seinen Namen hat er nach dem aus Salzburg stammenden Maler Hans Makart. Gelebt hat dieser von 1840 bis 1884. Sehr alt ist er nicht geworden, doch er war im Wien seiner Zeit ein gesuchter und wohl auch bekannter Jünger seiner Kunst. Wer Geld hatte und etwas auf sich hielt, ließ sich damals von ihm malen. Heute erinnern seine Bilder an Omars alte Plüschsofaecke. Trotzdem waren sie damals wohl so etwas wie Trendsetter. Die feine Gesellschaft nahm seine Bildkompositionen als Blaupause für die eigene Einrichtung. Dazu gehörte damals auch immer eine Bodenvase mit einem Trockenstrauß, wie sie auf vielen der Bilder Makarts zu sehen ist. Die Bilder kennt heute kaum noch jemand, doch der Makartstrauß hat überlebt.

Eine Lanze für den Computer

Manchmal versuche ich, mich daran zu erinnern, wie unsere Welt ohne Computer war. Es gibt Leute, die verteuflern die Dinger, und es soll sogar computersüchtige Menschen geben. Aber um süchtig zu sein, genügen auch Kartenspiele, Tabak oder zum Beispiel sogar Autos.

Hier möchte ich einmal eine Lanze für den Computer brechen. Es gibt, glaube ich, keine andere Erfindung, die die Menschheit hervorgebracht hat, die in der Vielfalt der möglichen Anwendungen auch nur halbwegs vergleichbar wäre. Leider ist es aber auch hier so, wie bei allen Geräten, die wir täglich benutzen, dass man den Umgang damit zunächst erlernen muss. Danach beginnen sie nützlich zu werden oder, je nach Gerät, auch Spaß zu machen. Der Computer kann gleich beides bieten. Leider gibt es in Sachen Lernen viele Abstufungen. Worte dafür mögen das belegen. Es gibt kennen, können, Könnerschaft oder gar die Meisterschaft. Viele von uns bleiben oft auf der ersten Stufe stehen. Das gilt in besonderer Weise für den Computer.

Ein einfacher Vergleich kann das verdeutlichen. Stellen Sie sich vor, sie hätten eine komplett eingerichtete Küche mit glänzenden Töpfen und Tellern, der Kühlschrank ist aber fast leer, und sie kochen sich dort nur gelegentlich ein Ei. Schade! kann man da nur sagen.

Kommen wir zurück zum Computer. Dem Kühlschrank vergleichbar wäre die Software. Ein bisschen mehr als Word - das wäre das Ei im Kühlschrank - sollte es beim Computer auch schon sein. Das wäre der erste Schritt. Nun kommt das Lernen. Die Methode: „Versuch und Irrtum“ führt nur selten zu Könnerschaft. Besser man begibt sich in die Hände eines Meisters.

Dazu gibt es Computerseminare, wie auch wir sie anbieten. In der Tat sehen wir viele Leute in den Grundlehrgängen, aber die höheren Weihen wollen, so scheint es, doch nur wenige erreichen. Vielleicht kommt aber erst dann, wenn man am Ball bleibt, der richtige Kick, bei dem man die eigenen Möglichkeiten und die der Maschine entdeckt. Darüber sollten Sie einmal nachdenken.

Wir könnten bei entsprechender Nachfrage noch viele andere Kurse einrichten, als wir sie auf der nächsten Seite anbieten. Sprechen Sie uns an!

PC Workshop (jeweils 6 Termine von Januar bis Juli 2013)

Hier werden Ihre Fragen und Probleme besprochen. Sie bekommen praktische Hilfe. Erfahrungsaustausch ist gewünscht. Sie können den eigenen Laptop mitbringen.

- Wo:** KSG-Treff Zülpicher Str. 273 B, Köln-Sülz
Wann: jeden ersten Montag im Monat, 09:30 – 11:00 Uhr
Leitung: Frau Gertrud Gehrt Kurs-Nr. 339501
Kosten: Mitglieder keine, Nichtmitglieder: 50,00 EUR
 Bei Teilnahme an einzelnen Terminen: 10,00 EUR pro Sitzung
Nächste Term.: 7. Januar, 4. Februar, 4. März, 8. April, 6. Mai, 3. Juni, 1. Juli 2013
Info/Anm.: Di – Fr, 09:30 – 17:00 Uhr, Tel.: 0221-943814-36
 oder kathrin.koehl@koelner-senioren.de

**Einführungskurs für Anfänger/innen** (4 Termine)

Sie erlernen die Grundlagen im Umgang mit dem Computer. Durch eine theoretische und praktische Einführung werden Ihnen diese Kenntnisse vermittelt. Alle Teilnehmer bekommen einen PC zur Verfügung gestellt. Wer einen eigenen Laptop besitzt, möge ihn bitte mitbringen.

Inhalte: *Grundfunktionen des Betriebssystems Windows 7; Arbeit mit dem Betriebssystem, der Tastatur und der Maus; Erstellen von einfachen Zeichnungen und Texten (Dateien); Dateimanagement: Erstellen, Speichern, Öffnen, Suchen*

- Wo:** KSG-Treff, Zülpicher Str. 273 B, Köln-Sülz Kurs-Nr. 339111
Beginn: Donnerstag, 10. Januar 2013, 15:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Herr Priester
Kosten: Mitgl. 70,00 EUR - Nichtmitgl. 90,00 EUR
Info/Anm.: Di – Fr, 09:30 – 17:00 Uhr, Tel.: 0221-943814-36
 oder kathrin.koehl@koelner-senioren.de

**Weiterlernen am PC** (5 Termine)

Sie haben einen Anfängerkurs und einen Aufbaukurs besucht und haben jetzt Interesse an mehr. Oder Sie haben schon in Ihrem Beruf mit dem Computer gearbeitet. Doch im privaten Leben sind Ihre Ansprüche und Erwartungen andere. Oder Sie erfahren immer wieder von Bekannten und Verwandten, welche guten und schönen Ergebnisse sie erreichen. Oder, oder, oder . . .

Diesen Kurs planen wir zusammen mit Ihnen und Ihren Wünschen. So werden wir uns am Anfang auf Inhalte einigen und sie der Reihe nach bearbeiten.

- Wo:** KSG-Treff, Zülpicher Str. 273, Köln-Sülz. Kurs-Nr. 33-94-01
Wann: Dienstags: 9:30 – 11:30 Uhr,
Beginn: Dienstag, 22. Januar 2013
Kosten: 70,00 EUR für Mitglieder, 90,00 EUR für Nichtmitglieder
Leitung: Frau Gertrud Gehrt
Info/Anm.: Di – Fr, 09:30 – 17:00 Uhr, Tel.: 0221-943814-36
 oder kathrin.koehl@koelner-senioren.de

Internet-C@fé

- Wo:** KSG-Treff, Zülpicher Str. 273 B, Köln-Sülz
Wann: Jeden Dienstag 14:00 – 16:00 Uhr
Kosten: Mitglieder keine, Nichtmitglieder: 4 EUR pro Teilnahme
Leitung: Herr Schreiner





Liebe Jubilare, herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

Januar

- 01.01. Uschi Hallermann, Elisabeth Knauer,
Ruth Raabe
- 03.01. Erika Müller
- 04.01. Resi Gohr, Hermann Kuhli
- 05.01. Lieselotte Lau
- 06.01. Margarete Henn, Teresa Schirmer
- 07.01. Irene Rüger
- 09.01. Renate Wexel
- 10.01. Friedrich Lessenich
- 11.01. Hilde Bening, Mary Rieder
- 12.01. Cäcilie Berliner
- 13.01. Agnes Esser, Irmgard Rickel
- 14.01. Elfriede Schreier
- 16.01. Käthe Ulrich
- 18.01. Renate Calmes, Franz Josef Simon
- 19.01. Ingrid Prätzas
- 21.01. Jutta Guillery
- 24.01. Agnes Bajon, Lieselotte Fellendorf,
Johanna Pferrer
- 25.01. Helga Fligge, Maria Schneider
- 26.01. Winfried Maier, Erika Reif,
Elisabeth Stauf
- 27.01. Dr. Wolf Donner
- 28.01. Toni Lane
- 29.01. Elsbeth Seeck
- 31.01. Doris Toni Gerhardts, Dieter Uecker,
Helmut Krämer

Februar

- 04.02. Katharina Boddien, Mareike Döge
- 05.02. Margot Hüge, Ursula Kupzog,
Elli Lommertz
- 06.02. Agatha Klewer
- 07.02. Margarete Schweinheim
- 08.02. Heinz Fassbender
- 09.02. Luzie Wirtz
- 10.02. Monika Putzki
- 11.02. Albert Hillnhütter
- 15.02. Eva Schloemann
- 17.02. Eva Maria Grap
- 18.02. Marlies Broel, Inge Pütz
- 20.02. Hanneli Kracht, Theresia Nowak

- 22.02. Helga Lehmann
- 23.02. Wendelgard Foitzik, Gerda Thiarl
- 24.02. Anny Meyer, Rita Urbach
- 25.02. Ingrid Windolf
- 27.02. Erika Harder, Alfred Müller
- 28.02. Berni Richter, Anna Schanzleh

März

- 01.03. Ingeborg Bittmann, Helene Dechert,
Lucie Stein, Elma Zündorf
- 02.03. Elvira Klein, Kläre Reichenbacher
- 03.03. Dr. Ingeborg Bast, Franziska Hoffman,
Gundel Langenbach
- 04.03. Erika rindfleisch, Ursula Wulf,
Margot Zwick
- 05.03. Hans-Jürgen Schirmer,
Irmgard Simon
- 08.03. Waltraut Brand
- 09.03. Johanna Jann, Dr. Gertrud Nordwall
- 10.03. Dorothea Corsten, Dr. Günter Simon
- 11.03. Ilse Hövel, Gerti Müller
- 14.03. Manijeh Khalili
- 17.03. Karoline Rech
- 18.03. Gisela Schmitz
- 21.03. Lieselotte Mieves, Irmgard Radil
- 23.03. Sigrid Stoffel
- 25.03. Sofia Hoven, Marita Wagner
- 26.03. Gisela Ziegenhagen
- 27.03. Helga König
- 28.03. Marharete Muhr
- 29.03. Sibylle Grüner
- 30.03. Herbert Schäfer
- 31.03. Helene Eichhorn,
Hendrik van der Meulen

Die im 1. Quartal 2013 geborenen Jubilare mit einem runden Geburtstag (50, 55, 60, 65, 70 Jahre) laden wir hiermit herzlich zu der am Dienstag, 9. April 2013, um 15 Uhr stattfindenden Geburtstagsfeier ein. Ab 75 Jahre werden Sie von uns in jedem Jahr eingeladen. Damit wir uns optimal vorbereiten können, bitten wir, uns Ihre Teilnahme mindestens eine Woche vorher mitzuteilen.

Stieblüten

Sehr geehrter Herr Pfarrer,

wie Sie sich sicher noch erinnern, habe ich vor zwei Jahren eine Witwe mit einer 24-jährigen Tochter geheiratet. In meine neue Tochter hat sich mein Vater verknallt, und nun haben die vor einem Jahr ebenfalls geheiratet. Mein Vater ist nun also mein Schwiegersohn und meine Stieftochter meine Schwiegermutter. Meine Frau hat vor zwei Monaten einen gesunden Jungen zur Welt gebracht, das war nun mein Sohn, der Schwager meines Vaters und als Stiefbruder meiner Stieftochter gleichzeitig mein Onkel. In der letzten Woche hat nun meine Stiefmutter, die ja gleichzeitig meine Stieftochter ist, ebenfalls einen Sohn bekommen und der ist nun mein Enkel und gleichzeitig mein Stiefbruder.

Ich bin der Mann meiner Frau und als Sohn ihres Schwiegersohnes gleichzeitig ihr Enkel. Meine Frau ist als Mutter meiner Stieftochter gleichzeitig meine Großmutter. Der Mann der Großmutter ist nun der Großvater, und da ich auch der Mann meiner Großmutter bin, bin ich auch mein eigener Großvater.

Lieber Herr Pfarrer, wann kann ich einmal bei Ihnen vorbeikommen?

Hochachtungsvoll

Jürgen Baumann

Sehr geehrtes Finanzamt,
nach reiflicher Überlegung habe ich mich entschlossen, der Einkommenssteuer nicht beizutreten.
Mit besten Grüßen

Ihre Marlis Breuer

Aus Schulaufsätzen:

Das Rote Kreuz

... Beim Roten Kreuz widmen sich die Männer und Frauen der Liebe. Manche tun es umsonst, andere bekommen es bezahlt ...

Die Alpen

Hoch oben in den Bergen liegen die Almen. Dort leben der Senner und die Sennerin mit den Kühen. Im Frühjahr wird aufgetrieben und im Herbst wird abgetrieben.

Der Blutkreislauf

Das mit Sauerstoff angereicherte Blut fließt in den linken Vorhof des Herzens und in die Herzklappen, dann in die Speiseröhre ...

Dorfwachtmeisterei Schönau

Bericht:

Als ich nach der Schlägerei im Goldenen Ochsen zur Namensfeststellung schritt, nannte mich der Beschuldigte, Anton Kraxeder, einen alten Esel.

Das kann das ganze Dorf bestätigen.



Dorfwachtmeister

Lieber Geldmittel
als Stilmittel!



zuallerletzt