

# MSZ

# Münsters Senioren Zeitung

**Auf, du junger  
Wandersmann**

**Immanuel Kant:  
Kriege sind  
unvernünftig**

**Esther Joy Dohmen:  
Die neue Direktorin  
der VHS Münster**

**Das Alter  
und das Alleinsein**

STADT MÜNSTER

vhs  
Volkshochschule  
Münster

Stiftungen  
Stiftung Siversdas

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](mailto:info@asb-muenster.de)  
[www.asb-muensterland.de](http://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](mailto:info@kanzlei-akb.de) · [www.kanzlei-akb.de](http://www.kanzlei-akb.de)



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



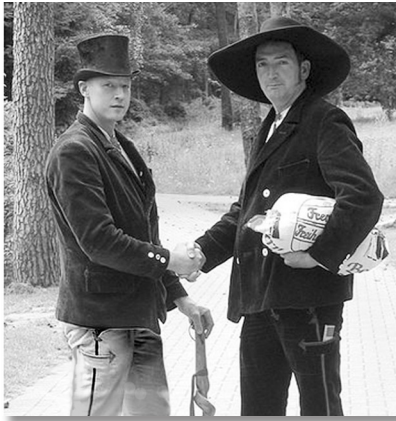
**Stadtwerke  
Münster**

**Münsteraner  
Lebensart  
60plus**

**Ein Tag hat viele Ziele ...**

Hier bestellen:





Auf der Walz. Das war ein Filmtitel von 2009. Gibt es das heute noch, junge Handwerker, die, ganz bestimmte Regeln befolgend, auf Wanderschaft gehen, um die Welt kennenzulernen? Josef Scheller hat der Frage nachgespürt und ist zu interessanten Ergebnissen gekommen. Lesen Sie auf ► Seite 3

Johanniskraut, Johannisbeere, Johannisbrot, Johannisfeuer, Johannistag, Johanniskäfer... Schier unendlich viele Pflanzen, Tiere, Bauernregeln und Bräuche leihen sich ihren Namen von Johannes dem Täufer. Er stand in der Bibel für Zeitenwende, für Erneuerung, für mehr Licht und Hoffnung. Näheres zum Thema finden Sie auf ► Seite 6



Präparator oder Präparatorin zu werden, ist sicher eine Entscheidung, die nur selten getroffen wird. Sie erfordert neben der Liebe zur Natur, eine präzise Beobachtungs- und Einfühlungsgabe, handwerkliches Geschick und Verständnis für anatomische, chemische und physikalische Prozesse. Dieser Beruf macht Naturkunde anschaulich. ► Seite 8

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

„Nimm das Leben, wie es ist. Aber lass es nicht so!“ Beim letzten Seniorentag war es der Gastredner Franz Müntefering, der die Zuhörer dazu aufforderte, ihr Leben selbstverantwortlich in die Hand zu nehmen. Ausruhen, Genießen im Rentenalter hat sicher seine Berechtigung. Ein erfülltes Leben verlangt allerdings mehr. Sich einmischen, mitmachen, sich aktiv einsetzen für ein erstrebenswertes Ziel (soweit das Alter es zulässt) stärkt nicht nur die Demokratie, sondern auch unser Selbstwertgefühl, macht sicherer und gelassener. Liebe Leserinnen und Leser, möge der Gedanke des Seniorentags vom März (s. Seite 15) auch bei Ihnen auf fruchtbaren Boden fallen. Machen Sie mit! Mischen Sie sich ein! Das wünscht mit sommerlichen Grüßen Ihre MSZ-Redaktion

## Inhalt

### Lokales

- 8 Kommt ein Wal nach Münster
- 12 Esther Joy Dohmen: Die neue Direktorin der VHS Münster
- 15 Seniorentag: Älterwerden in dieser Zeit

### Kultur & Unterhaltung

- 3 Auf, du junger Wandersmann
- 6 Johannistag
- 7 Sing mit mi
- 13 Keine Angst vor elektronischen Kassen
- 14 Moderne Zeiten

### Politik & Soziales

- 10 Immanuel Kant: Kriege sind unvernünftig
- 16 Das Alter und das Alleinsein

### Feste Rubriken

- 18 Seniorama
- 19 Kommunale Seniorenvertretung Münster (KSVM)
- 20 Tipps & Infos
- 22 Bücherecke
- 24 Rätselseiten
- 26 Impressum

**Titelbild:** Dinosaurier auf dem Vorplatz des LWL-Museums für Naturkunde mit Planetarium

Foto: LWL

# Auf, du junger Wandersmann

Josef Scheller

**A**ls ich kleiner Drei-Käsehoch zum ersten Mal zwei Männer in schwarzer Kluft, mit großem Hut und Stock sah, fragte ich ängstlich meinen Großonkel Hermann, ob das böse oder gute Menschen seien. Er antwortete: „Das sind Wanderburschen. Ich bin als Geselle auch die Wanderschaft angefangen. Die wollen die weite Welt sehen und in ihrem Beruf noch dazulernen.“ Somit waren das für mich ab sofort gute Menschen. Irgendwie faszinierte mich sogar dieses „die weite Welt sehen“. Zwanzig Jahre später erzählte uns, in sich hineinlächelnd, der Großvater meiner Frau, Opa Bernhard, von seinen erlebnisreichen Wanderjahren. Er hatte seine Lehre zum Schneider abgeschlossen. Dem folgend erweiterte er als Wandergeselle sein Wissen über neue Herstellungsarten und Kniffe bei anderen Meisterbetrieben fern der Heimat.

## Heutige Wanderschaft

Aktuelles Wissen über die Walz erfuhr ich im letzten Herbst von einer Gruppe Schweizer und süddeutscher Wandergesell/innen, die auf dem Domplatz rasteten. Zwei von ihnen, ein Goldschmied und ein Uhrmacher, schauten sich im Dom um. Besonders interessierten sie sich für die astronomische Domuhr und die goldenen Apostel-Figuren in den Glasvitrinen des Hochaltars. Nach kurzem, wechselseitigem Kennenlernen tauschten wir uns bei einigen Pinkus-Bieren über Münster und jetziges Gesellen-



*Wandergesellen und -gesellinnen rasten auf dem Domplatz*

*Foto: Scheller*

wandern aus.

Warum geht man heute noch auf die Walz, wo doch fast alles Wissen über Internet abrufbar ist? Theorie allein macht noch keinen Handwerker. Die Handwerkskammern verlangen nicht nur eine theoretische, sondern zusätzlich noch eine praktische Gesellenprüfung und ein selbst gefertigtes Gesellenstück.

## Vorbereitung und Start der Walz

Ein Aspirant, der auf Wanderschaft gehen möchte, sucht sich einen Altreisenden. Mit ihm verlässt er seinen Heimatort. Nachdem der Aspirant das heimatliche Ortsschild überklettert hat, darf er nicht mehr zurückschauen. Nun ist er Jungreisender und muss mindestens drei Jahre und einen Tag auf der Walz sein. Es ist verboten, die Bannmeile von 50 km zu seinem Heimatort zu überschreiten. Der Altreisende

begleitet ihn solange, bis er alle Regeln des Schachts (Vereinigung von Handwerkern, die auf Wanderschaft sind oder waren) kennt. Zwischenzeitlich folgt die Erwanderung (offizieller Start der Wanderschaft). Auf einer Bude (Schlafzimmer) wird der Jungreisende ausgeklopft. Die Rituale und alles dabei Gesprochene bleiben geheim und dürfen nur innerhalb des Schachts weitergegeben werden. Die Erwanderung endet mit einem Knipsfest.

## Die Anrede

In den Schächten nennen wir uns Fremder oder Fremdgerister. Wir begrüßen uns untereinander per Handschlag mit „Kamérad“. Das Wort Tippelbruder ist verpönt. Ebenso ist die Anrede „Wanderbursche oder Wandersmann“ nicht mehr zeitgemäß, denn auch Gesellinnen gehen auf die Walz.

## Grundsätzliche Bedingungen

Das maximale Alter für die Walz ist 30 Jahre. Wandersleute müssen kinderlos, ledig und schuldenfrei sein. Weiterhin dürfen sie kein eigenes Auto fahren und kein Handy, Laptop, WhatsApp, Tiktok, etc. bei sich haben. Für Verbindungen zur Familie nutzen sie Internetcafés. Per Anhalter fahren ist erlaubt, Öffentliche Verkehrsmittel dürfen sie bei weiten Reisen benutzen.

Zur Ausstattung gehören Hut (Zylinder, Melone), Jackett mit sechs Knöpfen (für 6 Tage), Weste mit acht Knöpfen (für 8 Stunden), Stauze (zum drunter ziehen), Hose mit großem Schlag (gegen Regen), Stenz (naturgedrehter Wanderstab) und ein Charlottenburger (Ranzen, in dem Arbeitskleidung etc. verstaut wird). Nur im privaten Bereich darf die ca. 10 kg wiegende, handgefertigte Freizeit-Kluft abgelegt werden.

Ein Ohrring muss aus Tradition getragen werden. Er war in den frühen Anfängen der Wanderschaft aus echtem Gold, so dass damit ein Begräbnis bezahlt werden konnte, wenn der Wandergeselle tödlich verunglückte.

Der Gesellenbrief und das Wanderbuch sind zwingend mitzuführende Nachweise. Jedes Wanderbuch ist ein Unikat und bleibt ein unersetzbares Dokument mit Aufenthaltsstempeln, Ar-



Überklettern des Ortsschildes

Foto: Internet

beitsnachweisen, persönlichen Einträgen und Zeugnissen von den jeweiligen Arbeitgebern.

### Essen, Schlafen, Aufenthalt

Wenn eine Mahlzeit angeboten wird, darf sie angenommen werden. Geschlafen wird in einer Herberge (Kolpinghaus) oder im Vorraum der Sparkasse, schlimmstenfalls auch mal unter freiem Himmel. Die Verweildauer an einer Arbeitsstelle soll nicht länger als drei Monate dau-

ern. Man sagt: „Wenn die Hunde im Ort nicht mehr bellen und die Bäckerfrau morgens schon ein Sandwich bereitlegt, dann wird es höchste Zeit weiterzuwandern!“ Ein zünftiges Auftreten verlangen die Zunftregeln: Ehrlichkeit, Aufrichtigkeit, Ehrbarkeit, Gewaltlosigkeit, damit auch die nächsten Fremden gern willkommen sind. Im ersten Jahr verlässt man möglichst nicht sein Heimatland. Danach steht die Welt offen.

Warum gehen heute nur noch sehr wenige Gesell/innen auf die Wanderschaft? Eine Anzahl von Gesell/innen beginnt nach dem Lehrabschluss mit einem Studium. Andere werden von ihren Eltern zur Nachfolge des bestehenden Betriebs vorbereitet. Meine zwei Gesprächspartner sagten, sie hätten nun mal keinen reichen Papa. Sie nehmen bewusst die mentalen und ►



Bernhard Berheide – Am Tag der bestandenen Meisterprüfung 1905

Foto: Scheller

körperlichen Herausforderungen auf sich. Sie möchten aber auch die Abenteuer sowie andere Länder und Menschen erleben, um für sich zu erfahren: „Sind wir als Startup-Pioniere, als zukünftige Handwerksmeister geeignet, später einen eigenen Betrieb zu leiten und Menschen zu führen?“ Schon in vorigen Jahrhunderten mokierten sich Wandergesellen über die Söhne der Handwerksmeister, die das Privileg genossen, nicht auf die Wanderschaft gehen zu müssen. Die hinter dem warmen Ofen hockten, wie es das fränkische Wanderlied besingt: „Den soll man als G'sell erkennen? Oder gar 'nen Meister nennen? Der noch nirgends ist gewest, nur gesessen in sein'm Nest!“ Heute noch bekannte Wandergesellen und erfolgreiche Startup-Gründer waren Adolph Kolping, Johann Vaillant, Robert Bosch, Adam Opel und Albrecht Dürer.

### Gemeinsames Resümee

Wir verabschiedeten uns mit dem Schweizer Pfüati Gott und dem westfälischen Guet goahn. In ihren Wanderbüchern kleben nun zwei Pinkus-Quittungen mit Unterschrift. Was sie über Münster im Gedächtnis behalten werden? Ich weiß es nicht. Dafür weiß ich jetzt aber, aus welchem Grund Großvater Bernhard bis zum Schwarzwald auf der Walz war. Die Zunft der Schneider verlangte die Walz von ihren Gesellen, um die Meisterprüfung machen zu dürfen und als Meister seine eigene Schneiderstube zu eröffnen. Und ebenso erklären sich mir jetzt Großonkel Hermanns Worte: „Ich bin die Wanderschaft angefangen...“ Er kam nur bis Dortmund und verliebte sich spontan in seine spätere Frau. ■



*Der Johannissprung, Abbildung aus „Das festliche Jahr“ von Otto von Reinsberg-Düringsfeld, 1863*

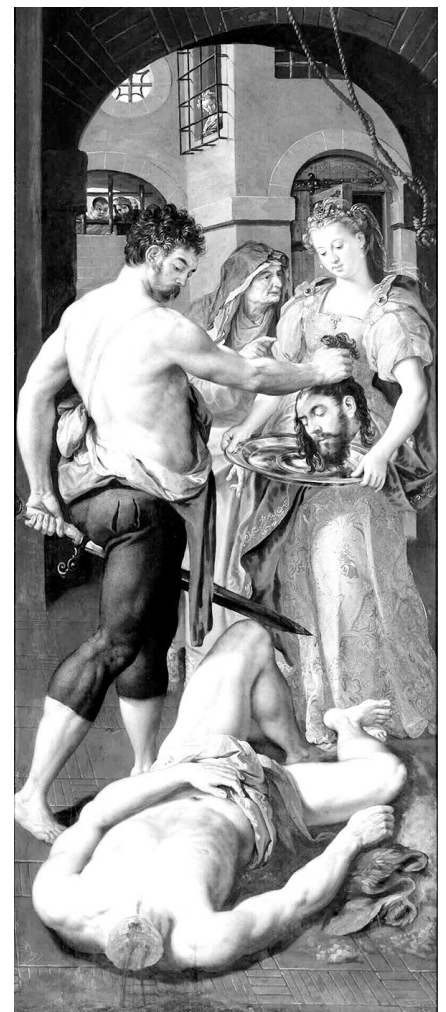
# Johannistag

Bärbel Elstrodt

Er lebte als Eremit in der Wüste, verkündete das Kommen des Messias, verdamnte die Sünder und taufte die Büßer. Er wurde auf Geheiß von Herodes Antipas gefangen genommen und auf dringenden Wunsch von Herodias und deren Tochter Salome enthauptet: Johannes der Täufer.

*Wenn Johannes ist geboren, gehn die langen Tag verlorn.\**

Am 24. Juni feiert die abendländische Kirche seinen Geburtstag, den Johannistag. Der Tag fällt in die Zeit der Sonnenwende, seit alten Zeiten verbunden mit vielen Hoffnungen und Ängsten: Obwohl die Natur in voller Pracht steht, kommt schon die Vergänglichkeit in den Blick. Viele Menschen wädhnten die Mitsommernacht voller Geister, die sowohl Glück als auch Verderben bringen konnten,



*Die Enthauptung des Johannes, Gemälde von Marten de Vos (1532 – 1603)*

und versuchten durch magische Praktiken die Unwägbarkeit der Natur zu ergründen oder die Zukunft zu erforschen. Mit dem Feuer, welches die Kraft des höchsten Sonnenstandes symbolisierte, sollten Licht und Wärme magisch gesichert werden, um der nun abnehmenden Sonne die Kraft zu geben, die kalte Jahreszeit zu überwinden.

*Wenn kalt und nass Johannis war,  
verdirbt er meist das ganze Jahr.\**

Es wird vermutet, dass schon Germanen und Kelten Sonnenwendfeuer entzündeten. Das Christentum übernahm den alten Brauch, Feuer an den vier auffallenden Stationen des Sonnenlaufs zu entzünden, sie wurden Weihnachts- und Osterfeuer, Johannis- und Michaelisfeuer genannt. Nur die Feuer zu Ostern und zum Johannistag blieben bis heute erhalten, dabei wird im Norden mehr das Brauchtum rund um die Osterfeuer, im Süden mehr das um die Johannisfeuer gepflegt.

Die Feuer zur Sommersonnenwende wurden auf Johannes umgedeutet, der als Vorläufer Jesu in der Bibel ein „brennendes Licht“ genannt wird. Nach Augustinus findet die Gestalt des Täufers ihre kosmische Bestätigung, weil die Sonne nun abnehmen muss wie er, Johannes, abnehmen muss um des Herrn willen.

Rund um das Johannisfeuer gab es viele Bräuche, dazu gehörten der Tanz um das Feuer und auch ein Sprung über die Glut. Mit den Blumen, die ins Feuer geworfen wurden, sollte alles Missgeschick verbrennen.

In manchen Gegenden hat das Johannisfest auch alte Wasserbräuche an sich gezogen.

So gilt, mit Bezug auf die Taufe, das Baden im Meer, in Flüssen und Quellen, ja sogar im morgentlichen Tau als heilsam. Alles Unglück für das nächste Jahr soll abgewaschen werden.

Lange hielt sich der Brauch, in der Johannisnacht heilkräftige Kräuter und Pflanzen zu sammeln, dazu gehörten Beifuß, Arnika und Bärlapp, Farnkraut, Wucherblume und Donnergewächs. Als Schutz vor Krankheit, Unwetter, Blitzschlag und Unglück jeder Art wurden die Kräuter, oft zu Kränzen gebunden, in die Wohnstuben und Ställe gehängt. Ein Johanniskranz unter dem Kopfkissen sollte sogar Glück in der Liebe bringen.

*Wenn die Johanniswürmer glänzen,  
darfst du richten deine Sensen.\**

Der Johannistag galt früher als Lostag in der Landwirtschaft (Los = Geschick) und war im Volksglauben wichtig bei der Vorhersage für Wetter, Aussaat und Ernte. Viele Erfahrungen sind noch in alten Bauernregeln überliefert. So konnte z.B. die



*Beifuß wurde früher zusammen mit anderen Kräutern in der Johannisnacht gesammelt. Abb. aus: Köhler's Medizinal-Pflanzen 1898*

Heuernte beginnen, wenn die Schafskälte endete und die Glühwürmchen schwärmten, denn dann war über eine längere Zeit mit warmem Wetter zu rechnen.

Wegen der jahreszeitlichen Nähe verdanken auch die Johannisbeere, das Johanniskraut und die Fleischtomate „Johannisfeuer“ ihre Namen dem Täufer aus Juda. ■ *\*Alte Bauernregeln*

## Sing met mi!

Paula Wilken

*Sing met mi!*

*Dat is beste Medizin.*

*Laot den Alldag ächter Di*

*Un de Suorgen Suorgen sin!*

*Sing met mi en friskan Sank,*

*un de griese Welt wät bunt.*

*Lach Di krüemelich, lach Di krank,*

*un dann lach Di wier gesund!*



Aus „25 Jahre Plattdeutscher Gesprächskreis“ Bürgerhaus Kinderhaus. Paula Wilken (1910 – 1988) gründete mit Gustav Merten 1951 den „Plattdütske Krink Mönster“. Sie schrieb Theaterstücke, Erzählungen und Gedichte in plattdeutscher Sprache und erhielt 1987 das Bundesverdienstkreuz.

# Kommt ein Wal nach Münster...

Regine Prunzel / Marion Gitzel

**G**ehen Sie auch gerne ins Museum und bewundern die lebensecht wirkenden Exponate der Tier-, Mineralien- und Pflanzenwelt? Dann haben Sie sich sicher auch schon einmal gefragt, wie sie eigentlich entstehen.

Die MSZ hat im LWL-Museum für Naturkunde mit Planetarium in Münster Jacqueline Winkler (JW), Präparatorin, und Bianca Fialla (BF), Stabstelle Kommunikation, getroffen und erfahren, wie Tiere, Pflanzen, Mineralien und versteinerte Relikte für die Ausstellungen präpariert werden. Erfahrung gibt es hier genug, denn das Museum beherbergt inzwischen 2,5 Millionen Präparate.

Was zunächst beeindruckt, ist der große Respekt vor den Tieren und die Liebe zur Natur, die beide Interviewpartnerinnen prägen. Und das führt natürlich zu der ersten Frage.

*Wie man zu dem Berufswunsch, Präparatorin zu werden, kommt.*

JW: Meine Eltern haben mir die handwerklichen Fähigkeiten nähergebracht. Aber mein Interesse für Natur und Wissenschaft ist nach und nach gewachsen. Anfangs wollte ich Biologie studieren, habe mich nach einem freiwilligen ökologischen Jahr aber für die Ausbildung zur Präparatorin entschieden. Nach einer erfolgreich abgeschlossenen dreijährigen Ausbildung an der Berufsschule in Bochum konnte ich mich staatlich anerkannte präparationstechnische Assistentin nennen.



*Jacqueline Winkler bei der Präparation und Bianca Fialla im Porträt  
Foto: Prunzel*

*Was umfasst diese Ausbildung?*

JW: Das Spektrum ist sehr umfangreich und reicht von Dermoplastik, also der Ganzkörper-Präparation von Tieren über Skelettpräparation, Modellbau und Abformtechnik bis zu den verschiedensten Techniken, mit denen Tiere und Pflanzen konserviert werden können. Das Gerben von kleineren Fellen oder ein spezielles Tränkungsverfahren, ähnlich dem, wie man es bei den Körperwelten gesehen hat, sind nur einige der Fähigkeiten, die man beherrschen muss.

Immer wieder neu aneignen muss man sich die Besonderheiten des jeweiligen Tieres oder der Pflanze. Intensives Studium des Tieres ist erforderlich, damit man es wirklich lebensecht nachempfinden kann, um es in der jeweils für die Ausstellung erforderlichen Position darstellen zu können. Wurden die Tiere früher schlicht auf allen Vieren stehend

präsentiert, ist man heute an viel lebendigeren Modellen interessiert. Ob hochaufgerichtete, auf den Hinterbeinen stehende Bären oder liegende Leoparden, alles ist möglich.

*Wie lange arbeitet man an einer Präparation?*

J.W.: Das ist ganz unterschiedlich. Vögel können am schnellsten fertiggestellt werden. Je größer ein Tier ist, umso länger dauert die Arbeit. Hier vergehen einige Monate, bis man ein zufriedenstellendes Ergebnis hat. Ich habe schon an Walen, Giraffen und Elefanten mitgearbeitet. Aber auch kleine Tiere gehören zu meinem Repertoire. Ob Insekten, Fledermäuse oder Fische, jedes Exponat ist eine Herausforderung. Am schwierigsten ist die Präparation von nackten Hautpartien zum Beispiel bei Truthähnen oder bei den Gesichtern von Menschenaffen. Die feinen



Oberflächenstrukturen erfordern ein hohes Maß an Aufmerksamkeit bei der Präparation und die professionelle Koloration ist für ein lebensechtes Ergebnis entscheidend.

*Und wie kommt das Museum überhaupt zu den Tieren und Pflanzen, die dann entsprechend präpariert werden?*

BF: Das ist ganz unterschiedlich. Zoos, Tierparks oder Wildaufnahmestationen oder Autobahnmeistereien liefern uns künftige Exponate. Bei dem Wal, der in unserer großen Wale-Ausstellung präsentiert wurde, hatten wir uns auf eine Liste setzen lassen. Als dann tatsächlich ein Wal gestrandet ist, waren wir die ersten, die sich gemeldet haben und erhielten den Zuschlag. Es war ein Abenteuer, das Tier nach Münster zu holen und im Laufe der Präparation kam es immer wieder zu einer enormen Geruchsbelastung, wie man sich vorstellen kann. Aber das Ergebnis war spektakulär und über 300.000 Besucher konnten sich an dem Anblick erfreuen.

Aber es gibt auch Privatpersonen, die ein liebgewordenes Tier für die Ewigkeit konserviert haben wollen. Wenn sie bereit sind, das Tier dem Museum zu spenden, wird es vielleicht in die Sammlung aufgenommen. Enttäuschen muss ich alle Tierhalter, die den geliebten Waldi oder den Wellensittich für zuhause erhalten möchten. Das ist leider nicht möglich, sie können sich den Wunsch aber bei einem gewerblichen Präparator erfüllen.

JW: Ich möchte noch ergänzen, dass dabei die Sicherheit eine entscheidende Rolle spielt. Sollten Sie als Besucher ein ver-

endetes Tier finden und zu uns bringen wollen, denken Sie bitte zuerst an ihre eigene Gesundheit. Bei grassierenden Krankheiten, wie zum Beispiel der Vogelgrippe, gibt es sogar für uns einen Annahmestop, bis die Gefahr gebannt ist. Die Mitarbeiter haben alle erforderlichen Impfungen und Sachkenntnisse im Umgang mit biologischem Material und es wird alles getan, damit es zu keinen Erkrankungen kommt – weder beim Personal, noch bei den Besuchenden, die später die Präparate bewundern können.

*Könnten Sie uns kurz beschreiben, wie die Präparation eines Tieres abläuft?*

JW: Wie gesagt, es kommt immer darauf an, um was für ein Tier es sich handelt. Nehmen wir als Beispiel einen Zootiger, wie Rasputin. Das vom Veterinäramt als gesundheitlich unbedenklich eingestufte Tier wird abgehäutet. Das geschieht schnell und benötigt nur wenige Stunden. Es folgt die exakte Vermessung des Kör-

pers. Das ist so etwas wie „umgekehrte Maßschneiderei“, denn der Körper wird anschließend komplett neu modelliert und das Fell muss wieder auf die Plastik passen. Was folgt, ist die anatomisch korrekte Ausarbeitung des künstlichen Körpers. Es wird eine Tonform erstellt, die dann mit einem speziellen Abgussverfahren kopiert wird. Der entstandene Körper aus Hartschaum, wird, falls nötig, in Feinarbeit angepasst und kann nach dem Einsetzen der Glasaugen wieder mit dem gegerbten, noch feuchten Fell überzogen werden.

Mit dem weitverbreiteten Irrtum, dass bei Vögeln das Tier gerupft und die Federn anschließend Stück für Stück wieder in die Haut angebracht werden, kann in diesem Zusammenhang aufgeräumt werden. Die Haut wird mitsamt dem Federkleid abgezogen und anschließend auch genauso wieder angebracht. Das einzeln Wiedereinsetzen jeder Feder wäre nicht machbar.

*Woran arbeiten Sie aktuell? ►*



Die einzelnen Schritte der Präparation (von links oben nach rechts unten):

- 1) Skelett in Position bringen.
- 2) Muskelpartien mit Ton aufmodellieren. Das Tonmodell mit Gips abformen.
- 3) Die Gipsschale mit PU-Schaum ausschäumen oder mit Kunstharz auskleiden.
- 4) Der fertige, künstlich hergestellte Tierkörper.
- 5) Die feuchte Haut auf den künstlichen Körper aufnähen und mit Nadeln fixieren.
- 6) Nach dem Trocknen retuschieren und kolorieren.

JW: Wir bereiten eine Ausstellung über das Thema „Gene“ vor. Dazu erstellen wir zum Beispiel zahlreiche Modelle von Vogelschnäbeln. Es handelt sich um Inklusionsmodelle ohne spezielle Thematik, die es als Tastmodelle den Besuchenden ermöglichen, die Ausstellung auch mit den eigenen Händen zu erleben.

*Uns interessiert noch, wie viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Präparationswerkstatt arbeiten.*

BF: Aktuell haben wir 4 Personen für den Bereich Zoologie und 6 Personen für die Geologie. Dabei ist es sicher noch interessant, dass wir stets Proben für eine umfangreiche Gendatenbank nehmen und sie bei Bedarf der Forschung zur Verfügung stellen. Damit leisten wir einen unverzichtbaren Beitrag für den Artenschutz und tragen dazu bei, dass das wertvolle Material von Tieren, die vom Aussterben bedroht sind, erhalten bleibt. Nicht zuletzt bleibt zu erwähnen, dass wir die Zentrale Präparation für NRW sind und mit unseren Modellen und Präparaten Einrichtungen, die einen Bildungszweck verfolgen, unterstützen.

Wir bedanken uns bei Frau Winkler und Frau Fialla für diesen interessanten Einblick in den Alltag einer Präparationswerkstatt. Es gibt noch unzählige Aspekte der Arbeit, auf die im Einzelnen nicht eingegangen werden kann. Aber es sollte nicht unerwähnt bleiben, dass das LWL-Museum für Naturkunde eines der Häuser ist, die es blinden Menschen oder Menschen mit einer Sehbehinderung erlauben, ausgewählte Modelle zu ertasten. So wird auch für sie das Museum zu einem echten Erlebnis. ■

# Kriege sind unvernünftig

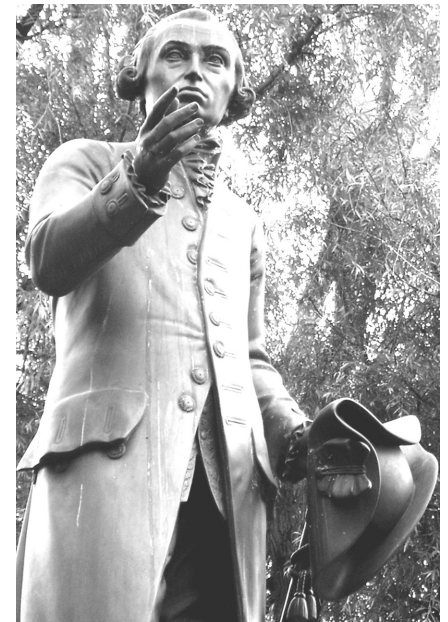
## Kants Idee ist teilweise wahr geworden

Adalbert Pollerberg

Eine Welt des Friedens, ohne Kriege, Zerstörung und humanitäre Katastrophen. Viele sehnen sich danach und doch erscheint sie uns – gerade in den heutigen Tagen – wie eine schöne Utopie, eine Idee weltfremder Visionäre. Doch ein maßgeblicher Denker hat in nicht weniger turbulenten Zeiten genau diese Welt für möglich gehalten und ihre Grundprinzipien dargelegt. Auf diesem Weg zum „Ewigen Frieden“ des Immanuel Kant sind wir schon ein gutes Stück vorangekommen und die Chancen stehen trotz aktueller Rückschläge nicht schlecht, dass diese Weltordnung zu erreichen ist.

### Denker der Aufklärung

Am 22. April 1724 – vor genau 300 Jahren – erblickte Immanuel Kant als Sohn eines Sattlers im ostpreußischen Königsberg das Licht der Welt. Und obwohl er seine Heimatstadt nie verließ, war er ein Weltbürger. Er verfolgte Nachrichten von überall und versuchte in allem einen Zusammenhang zu sehen: z.B. im Erdbeben von Lissabon (1755), im Siebenjährigen Krieg um Schlesien (1756-63), in der amerikanischen Unabhängigkeitserklärung (1776). Mit seinem radikalen Verzicht auf das Metaphysische ebnete er den Weg der Aufklärung,

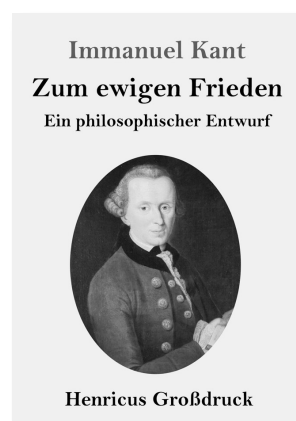


*Kants Denkmal in Königsberg, dem heute zu Russland gehörenden Kaliningrad*

*Foto: wikimedia 631024*

in der allein die Vernunft den Weg aus der „selbstverschuldeten Unmündigkeit“ weisen sollte. In seiner berühmten „Kritik der reinen Vernunft“ lässt er nur das als wahre Erkenntnis gelten, was unabhängig von der Person beobachtbar und reproduzierbar ist. Tradition, Autorität oder kirchliche Weihen dürften für die Wissenschaft keine Bedeutung haben. Die mächtige Inquisition hatte ausgedient oder sich zumindest auf reine Glaubensfragen zu beschränken.

Nicht weniger berühmt die Kritik der praktischen Vernunft



*Quelle: Internet*

und sein Kategorischer Imperativ mit den zwei Maximen: Handle so, dass du wollen kannst, dass dein Handeln allgemeines Gesetz sei! Und: Benutze keinen Menschen als Mittel zum Zweck. Die Wirkungsgeschichte dieser „Kritiken“ ist unübersehbar: Sie reicht von der modernen Erkenntnistheorie bis zur Erklärung der Menschenrechte und prägte so gegensätzliche Strömungen wie den Liberalismus und den Marxismus.

### Zum ewigen Frieden

Erst gegen Ende seines Lebens nach dem Ausbruch der Französischen Revolution kam eine dritte, nicht weniger mächtige Idee hinzu. Den Denker trieb die Frage um: Wie kann (Welt-)Politik vom Chaos der Machtkämpfe befreit und nach Vernunftprinzipien gestaltet werden? Denn Kant war klar: Eine Weltordnung, die Frieden wahrt, Handel sicher macht und Menschen und Wirtschaftsgüter schont, ist für alle Nationen von Vorteil. Die Prinzipien dafür legte er 1795 in seiner Schrift „Zum ewigen Frieden“ vor. In einem ersten Teil identifiziert er sechs Ursachen, die zu immer neuen Kriegen führen, und fordert in seinen Präliminarartikeln, sie zu ächten. Dazu gehören: Erwerb und Schenkung von Ländern, stehende Heere, Gewährung von Kriegskrediten, gewaltsame Einmischung in innere Angelegenheiten, Kriegsverbrechen, die einen zukünftigen Frieden unmöglich machen.

Dienen diese Prinzipien der Eindämmung von Kriegen und der Ermöglichung von dauerhaften Friedensschlüssen, fordert Kant mit seinen drei Definitivartikeln eine Weltordnung als

Weltgesellschaft zu begründen, die Kriege ganz überflüssig macht. Seine Forderungen:

1. Republikanische Verfassungen in allen Staaten.
2. Die Gründung eines Völkerbunds als Föderalismus freier Staaten.
3. Alle Menschen als Weltbürger mit freier Wohnsitzwahl.

### Der Völkerbund

Im 19. Jahrhundert gab es eine Friedensbewegung und ab 1899 die Haager Friedenskonferenzen, die die Ideen Kants umsetzen wollten. Doch es brauchte wohl die Schrecken des Ersten Weltkriegs, damit tatsächlich ein Völkerbund Realität wurde. Der amerikanische Präsident Thomas W. Wilson griff Kants Idee auf und ließ bei der Versailler Friedenskonferenz die Satzung des Völkerbunds beschließen. Doch dieser Bund hatte Schwächen – insbesondere die erforderliche Einstimmigkeit der Beschlüsse – und konnte den Zweiten Weltkrieg nicht verhindern. Die Idee aber blieb bestehen und führte zur Gründung der Vereinten Nationen, wie wir sie heute kennen. Für Resolutionen reichen nun einfache Mehrheiten. Und mit dem Sicherheitsrat gibt es ein Gremium, das auch Sanktionen

und militärische Einsätze zur Sicherung des Friedens beschließen kann. Auch bei den UN gibt es noch Reformbedarf, aber dennoch kann Kants zweite Forderung als erfüllt gelten.

### Freizügigkeit für alle?

Anders sieht es mit den republikanischen Verfassungen in allen Staaten aus. In unseren Tagen scheint eher der Autoritarismus auf dem Vormarsch zu sein. Doch man sollte Kants Vision nicht unterschätzen, dass Demokratien eher der Vernunft der Menschen entsprechen, die in ihnen leben, als autoritäre Systeme und sich deshalb durchsetzen werden.

Bleibe noch Kants dritte Forderung der freien Wohnsitzwahl aller Menschen. Innerhalb der EU ist auch dieses Postulat inzwischen Wirklichkeit und geht einher mit sich angleichenden Lebensverhältnissen und friedlicher Koexistenz. Das – und gerade das – macht sie so attraktiv für Außenstehende. Weltweit ist so ein Weltbürgertum aber bisher undenkbar.

Kants Weitblick ist frappierend und seine Forderungen bleiben heute unter völlig anderen Bedingungen aktuell: Nur in einer halbwegs gerechten Welt kann es ewigen Frieden geben. ■



„Reden statt Krieg führen“ ist das Motto für die erste Zusammenkunft des Völkerbunds und Kants zweite Forderung  
Foto: dpa

# Die neue Direktorin der Volkshochschule Münster

Hildegard Schulte

**S**eit dem 1.11.2023 ist Esther Joy Dohmen die neue Direktorin der vhs. Die MSZ stellt sie in diesem Interview ihren Lesern vor.

*Zunächst einmal herzlichen Dank, dass Sie sich Zeit für dieses Gespräch genommen haben. Das Erste, was mich neugierig gemacht hat, als ich Ihren Namen zum ersten Mal hörte, war Ihr zweiter Vorname Joy.*

„Joy“ bedeutet Freude. Meine Mutter ist Engländerin und hat darauf bestanden, mir und meinen Geschwistern einen englischen Zweitnamen zu geben. Mein erster Vorname Esther bedeutet übrigens Stern.

*Stimmt es, dass Sie zwei Wohnsitze haben?*

Ich bin mit einem Niederländer verheiratet. Wir haben eine kleine Wohnung in Münster und eine weitere Wohnung in den Niederlanden, die mit dem Zug gut zu erreichen ist.

*Wo waren Sie tätig, bevor Sie Direktorin bei der vhs in Münster geworden sind?*

Ich war von 2010 bis 2016 freiberuflich als Übersetzerin und Kursleiterin u.a. an der vhs



*Esther Joy Dohmen Foto: Schulte*

Münster tätig. Von 2016 bis 2017 war ich wissenschaftliche Mitarbeiterin der Hochschule Hamm-Lippstadt und habe dort den Sprachbereich mit aufgebaut. Danach war ich knapp sechs Jahre Leiterin der vhs Dülmen-Haltern am See-Havixbeck.

*Warum sind Sie zur vhs Münster gewechselt?*

Es war immer eine Wunschidee, nach Münster zurückzukommen. Meinen Mann habe ich bei der vhs Münster kennengelernt. Dülmen war eine gute Zeit, wir waren ein tolles Team, das ich sicherlich am liebsten mit nach Münster genommen hätte. Ein

Kollege aus Dülmen ist jetzt auch hier bei der vhs.

*Haben Sie sich hier in der vhs schon eingelebt?*

Das war nicht schwer, da ich die vhs und viele Mitarbeiter schon aus meiner Dozentenzeit kannte. Ich kann gut mit einem Team arbeiten und ich finde, dass wir auch hier ein tolles Team haben.


*Gibt es Dinge, die Sie ändern möchten?*

Mir ist es wichtig, dass Hierarchien keine so große Rolle spielen. Entscheidend ist, dass wir uns alle auf Augenhöhe begegnen. Ich möchte auch versuchen, modernere Strukturen einzuführen. Die Zusammenarbeit könnte durch eine andere Raumaufteilung verbessert werden. Nicht jeder Mitarbeiter braucht einen eigenen Raum. Viele arbeiten nur in Teilzeit oder im Homeoffice. Dadurch stehen viele Räume zeitweise leer.

Zurzeit entwickeln wir auch ein Leitbild der vhs. Wo steht die vhs, wo wollen wir hin, wie sehen wir unsere Hauptaufgabe, wo sind unsere Stärken?

*Wie gefallen Ihnen die vhs und der Umbau?*

Ich freue mich total über den Standort. Die vhs ist mit allen Verkehrsmitteln gut zu erreichen und man ist schnell in der Innenstadt. Aus den Fenstern des Gebäudes hat man immer eine interessante Aussicht. Am meisten liebe ich den Blick aus



**Ambulante Dienste e.V.**  
Grevener Straße 102 • 48159 Münster  
Telefon: 0251/133 01-0 • Telefax: 0251/133 01-20  
buero@ambulante-dienste-muenster.de

• **Beratung** •  
• **Häusliche Pflege** • **Persönliche Assistenz** •

Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband

A 34/96-2/30

der zweiten Etage auf das LWL Museum. Von innen finde ich das Gebäude toll, von außen gefällt es mir nicht so sehr.

*Was machen Sie in der Freizeit?*

Ich fahre gern Fahrrad, am liebsten mit meinem Rennrad. Leider

habe ich dazu im Moment zu wenig Zeit.

*Wird die vhs die MSZ weiterhin unterstützen?*

Wir müssen die Seniorenzeitung grundsätzlich behalten. Die Finanzierung muss geklärt werden

und gegebenenfalls neu organisiert werden. Vielleicht kann sie mit der Seniorenbroschüre, in der die vhs auf Kurse und Veranstaltungen für Senioren hinweist, kombiniert werden.

*Herzlichen Dank für das informative Gespräch.* ■

# Keine Angst vor elektronischen Kassen

Marion Gitzel

Es lässt sich nicht leugnen, dass der Mensch irgendwann sich selbst einsparen wird, er ist auf gutem Wege, es zu tun. Zumindest am Arbeitsplatz, den es nach und nach Kopf und Kragen kosten wird, weil er abgelöst wird von der KI, von der elektronischen Kasse, von anderem noch Unbekanntem auch.

Gehen Sie auch ab und zu mal einkaufen? Was ich nun schreibe, hängt mit den Kassen in Gievenbeck zusammen, vor denen keine Kassiererin mehr sitzt, die mit einem freundlichen Blick das Gekaufte greift und in die Kasse eintippen würde. Diesen Vorgang erledige ich jetzt selbst und zwar an einer der Selbstbedienungskassen, die ich ab und zu aufsuche, um zu üben. Im kleinen Markt um die Ecke gehe ich schon routiniert mit einer der SB-Kassen um. Ich muss nur aufpassen, wenn ein Artikel reduziert ist, denn bei ihm prangt auf der anderen Seite der Verpackung ein quadratischer QR-Code, dann gilt dieser für die Abbuchung. Sonst würde ich mich um die Reduzierung selbst betrügen.

Habe ich mir anderen Tags

in dem kaufhausähnlichen Markt so allerlei in den Einkaufswagen getan, gehe ich gleichfalls forschen Schritts zu einer der SB-Kassen. Und dann packe ich aus, schaue nach dem Code der Einzelteile und halte ihn gegen die Scanner-Scheibe. Bei viel Gekauftem kann man schon etwas nervös werden, weil ich mich viel mehr bewegen muss, um die einzelnen Schritte zu tätigen. Wenn also mein Tempo nicht fix genug ist, sagt im Hintergrund



eine künstliche Stimme, bitte den nächsten Artikel eingeben. Ich bin noch gar nicht so weit, habe ja gerade noch mit dem Weglegen des Teils zu tun, das schon erfasst ist, eins nach dem anderen, dann spreche ich mit unbekannt vielleicht mit einer

KI, und sage: halt, stopp, nicht so schnell! Das Tempo überfordert mich, denn ich muss ja gucken, ständig muss ich gucken, wohin gehört der Artikel jetzt, den ich einscannen will, hat er einen Barcode oder muss ich das Teil im separaten Register suchen. Dort finde ich einen Kohlrabi. Ich muss die Stückzahl eingeben und dann halte ich das rübenartige Teil über die Scheibe, und es wird gescannt. Falls es klappt, dann piept es, wenn nicht, ist was falsch, dann stehe ich manchmal ratlos daneben, und der Scanner will schon wieder gefüttert werden, dann muss ich ihm wieder sagen, dass ich noch nicht soweit sei. Er begreift es einfach nicht, dass ich meine Zeit brauche, und ob ich freundlich reagiere oder schon etwas genervt, ist ihm egal, Manchmal muss ich eine meist daneben stehende Kassiererin in Anspruch nehmen, die mir über all dem ungewohnten Gewusel weiterhilft.

Ja, und dann bin ich immer noch nicht fertig mit dem Einscannen, denn zum Schluss wird noch abgefragt, ob ich Leergut habe, ob ich eine Tüte brauche und wie ich bezahlen ►

will. Und dann muss ich mich entscheiden, womit ich bezahlen will: EC-Karte, Kundenkarte, Bargeld, keine Ahnung, was es da noch so alles gibt, und dann muss ich mit einem Geldschein den Schlitz dafür suchen. Bei der Karte ist das einfacher, die lege ich einfach auf das Lesegerät drauf wie an einer anderen Kasse auch. Das Duplikat des Kassenzettels muss dann in ein Fach, weiter unten geschoben werden, den anderen ewig langen Leporello bekomme ich.

Geschafft. Und dann, um den Ladenbereich zu verlassen, muss ich den Code des Einkaufszettels gegen einen weiteren Scanner an einer dunklen Säule halten, manchmal ist nicht klar ersichtlich, wo der Zettel nun gehalten werden muss, sonst geht die Tür nach draußen nicht auf. Wieder so ein Hindernis, wie ärgerlich für mich. Im Markt bei mir um die Ecke ist das Feld für die Türöffnung oben, hier aber ist es seitlich. Damit ja keine Routine aufkommt.

Wenn Sie das nun alles noch nicht ausprobiert haben, wissen Sie denn nach meiner „Gebrauchsanleitung“ jetzt, wie es geht, oder soll ich nochmal von vorn anfangen? Nebenbei gesagt, wenn Sie etwas Alkoholisches scannen müssen, dann brauchen Sie auf alle Fälle eine Helferin, weil Sie ja für diesen Erwerb über 18 Jahre alt sein müssen, was Sie gewiss hinkriegen, denn erst dann kann dieser Artikel manuell eingegeben werden. Das trifft auch für Zündhölzer zu. Also kommen Sie quasi nicht dran vorbei, doch eine nette Kassiererin in Anspruch zu nehmen. Es geht eben nicht ganz ohne sie, die Kassensfrauen im Supermarkt. ■

# Moderne Zeiten?

Hildegard Schulte

Lasst uns mal wieder gemütlich essen gehen“, schlägt Tante Friedchen ihrer Freundin Mathilde vor. „Gute Idee“, antwortet Mathilde, „ich habe ein neues Lokal in meiner Nachbarschaft gesehen, da könnten wir hingehen.“

Beide sind immer sehr aufgeschlossen, wenn es darum geht, etwas Neues auszuprobieren. Das Lokal ist hell und zweckmäßig eingerichtet. Vielleicht etwas steril, denkt Tante Friedchen. Der Kellner kommt freundlich auf sie zu. „Möchten Sie essen oder nur etwas trinken?“, fragt er. „Wir möchten essen und, wenn Sie uns die Speisekarte bringen, würden wir gern etwas aussuchen.“ – „Eine Speisekarte haben wir nicht mehr“, antwortet der Kellner, „die Papierkosten sparen wir. Ich gebe Ihnen aber einen QR-Code, den Sie auf ihr Smartphone laden, und dann sehen Sie unsere Speisekarte.“ (QR ist die Abkürzung für quick response, also schnelle Antwort).

Tante Friedchen und Mathilde sind sprachlos. Beide hatten sich vorgenommen, das Smartphone auf stumm zu schalten und nicht auf den Tisch zu legen, um sich ungestört unterhalten zu können. Schließlich kramen sie ihre Smartphones aus den Taschen. Die Speisekarten sind schnell heruntergeladen. Beide scrollen auf dem kleinen Bildschirm rauf und runter und versuchen, sich einen Überblick über die angebotenen Speisen zu verschaffen. „Auf welcher Seite hast du die Hauptgerichte gefunden?“, fragt Tante Friedchen.



„Du musst weiter nach oben scrollen“, antwortet Mathilde. „Ich suche allerdings auch schon eine ganze Weile nach den Nachspeisen“, stöhnt sie. Die Vorfreude auf ein leckeres Essen ist bei dieser gemeinsamen Suche auf dem Display verschwunden. Als der Kellner ihre Bestellung aufnimmt, stellen sie keine weiteren Fragen mehr. Es kommt ihnen alles völlig unpersönlich vor. Jetzt liegen die Smartphones auf dem Tisch. Ein kurzer Blick darauf macht Mathilde unruhig. „Ich habe gerade gesehen, dass eine E-Mail gekommen ist, die will ich schnell lesen“. – „Ich glaube, ich habe einen Anruf verpasst“, sagt Tante Friedchen. Die Smartphones haben ihren Platz auf dem Tisch wieder erobert und bleiben dort auch liegen. Nun schauen doch beide immer mal wieder darauf. Eigentlich sollte es ein gemütlicher Abend mit ungestörter Unterhaltung werden. ■

Vorschlag der Redaktion: In dem Bildband **Menu Design in Europe** findet man eine Sammlung der schönsten Speisekarten aus der Zeit vom frühen 19. Jahrhundert bis zum Ende des Jahrtausends. (Erschienen im Taschenverlag).

# Älterwerden in dieser Zeit

## Senioren- und Seniorinnentag 2024 mit Franz Müntefering

Gabriele Neuhaus

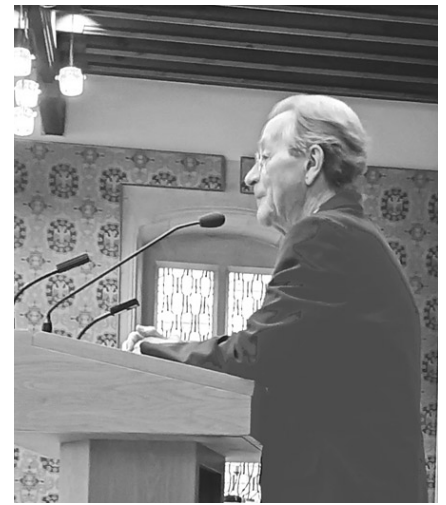
Am 21. März 2024 war es wieder soweit: An Münsters Senioren- und Seniorinnentag konnte man am frühen Nachmittag beobachten, wie auf dem Prinzipalmarkt Scharen nicht mehr ganz junger Frauen und Männer zum Stadtweinhaus strömten und sich am Eingang drängten. Sie füllten den historischen Rathausfestsaal bald bis auf den allerletzten Platz. Die jährliche Veranstaltung, die von der Volkshochschule, der Kommunalen Seniorenvertretung und dem Seniorenrat e.V. getragen wird, ist in Münsters Seniorenkreisen nämlich sehr beliebt. In diesem Jahr war es die Person des Gastredners, die der Veranstaltung einen besonderen Glanz verleihen sollte.

Hatte man doch den bekannten ehemaligen Vizekanzler und SPD-Politiker Franz Müntefering eingeladen, um über das „Älterwerden in dieser Zeit“ zu

sprechen. Ein komplexes Thema, das alle Anwesenden, jeden auf seine Weise, betreffen und beschäftigen musste.

Zum Eingang begrüßte Bürgermeisterin Maria Winkel (SPD) den Parteifreund, ging kurz auf seine Biographie ein und warf ein Schlaglicht auf die vielfältigen Probleme, mit denen ältere Menschen in der heutigen Zeit zu kämpfen haben. Es fielen Worte wie altersgerechte und bezahlbare Wohnungen, Tafeln, Einsamkeit, Pflege, ÖPNV, Altersarmut...

Franz Müntefering und die Vertreter und Vertreterinnen der Stadt, der Volkshochschule, der Kommunalen Seniorenvertretung und des Seniorenrats e.V. traten auf die Bühne, um sich und ihre Funktion in der Gesellschaft, ihr Betätigungsfeld und ihre Motivation dem Publikum vorzustellen. Dabei ging es auch um ihr Verhältnis zur Demokra-



*Franz Müntefering – die 84 Jahre sieht man ihm nicht an*

tie; wie kann man in der heutigen Zeit auch im Alter die Demokratie fördern und bewahren? Müntefering sprach von der Demokratie als Lebensform. „Auch wenn er (Müntefering) seit über 10 Jahren nicht mehr im Bundestag vertreten ist, treiben ihn die Themen Mitverantwortung und Selbstverantwortung und das Sich-Einmischen weiter an. Sein unermüdliches gesellschaftspolitisches Engagement und sein leidenschaftlicher Einsatz für die Lobby der Älteren spiegelt sich auch in seinen Büchern wider“, hieß es im Einladungs-Flyer.

Die Leiterin der Volkshochschule, Esther Joy Dohmen, merkte an: Es ist politische Bildung, die zur Demokratie führt. Ein Jahresthema der vhs sei „Wie geht Demokratie?“ Barbara Klein-Reid von der kommunalen Seniorenvertretung forderte die Besucher auf, sich öfter einzumischen, Heinz-Peter Pascher, Leiter des Seniorenrats, ergänzte, auch die Geselligkeit, die ▶



*Franz Müntefering, umgeben von Vertretern der Stadt, der vhs, der Kommunalen Seniorenvertretung und des Seniorenrats e.V.*

in seinem Verein gepflegt wird, fördere die Demokratie.

In seiner Rede „Älter werden in dieser Zeit“ schilderte Müntefering die Lebenssituationen vieler älterer Menschen, vor allem der Frauen, die sich oft einsam ohne Hilfe und Unterstützung durchs Leben kämpfen müssten. In unserer schnelllebigen Zeit mit fortschreitender Digitalisierung fallen sie durchs soziale Netz.

Um das zu verhindern, forderte er frühzeitige Bildung, ja, eine „Berufsausbildung bis 65“, außerdem die Förderung von sozialen Kontakten, sie machen die Jahre nach 65 erst lebenswert. In seine Rede schob er immer wieder Sätze ein, Statements, die die Zuhörer mit Applaus quittierten. So zum Beispiel:

- „Alle haben eine Meinung, aber keiner hat Ahnung“



Die Trommelgruppe aus Hilstrup

Foto: Neuhaus

- „Laufen, Lesen, Lachen“
- „Nichthandeln ist Zulassen“
- „Nimm das Leben wie es ist, aber lass es nicht so“
- „Die Gedanken sind frei reicht nicht – man muss was tun“ ...

Im Anschluss beantwortete der Redner noch Fragen, die Besucher auf vorbereiteten Karten schriftlich formuliert hatten. Nicht alle Fragenden konnten in

der kurzen Zeit berücksichtigt werden, den leer Ausgegangenem versprach er eine spätere schriftliche Antwort.

Die Veranstaltung wurde begleitet und belebt durch die Hilstruper Trommelgruppe „Wir um 60“ unter Bernhard Winkels. Nicht nur „Eine große Ehre und ein toller Auftritt“ (Internet) für die Truppe, sondern auch eine lebendige schwungvolle Bereicherung für die Veranstaltung. ■

# Das Alter und das Alleinsein

## „Im Alleinsein ein Eigenleben entdecken“

Eva Schmidtke

Der Schriftsteller Hans Krailsheimer äußerte sich in einem Aphorismus einmal zum Thema Einsamkeit folgendermaßen: „Allein sein müssen ist das Schwerste, allein sein können das Schönste.“ Eine eigenwillige Zusammenfassung der ständigen Frage nach dem Unterschied zwischen Alleinsein und Einsamkeit. Während Alleinsein immer wieder auch positiv betrachtet wird, wird Einsamkeit durchgängig als negativ empfunden und hat für den Einzelnen sogar etwas Bedrohliches.

Dabei ist Alleinsein im Alter noch ein Sonderfall – vor allem

nach 65 gemeinsamen Ehejahren. Ich lernte Ursula in meinem Schreibkurs für Trauernde kennen. Sie ist 88 Jahre alt und wurde in Stettin geboren. Sie studierte Kirchenmusik, heiratete, bekam fünf Kinder und feierte mit ihrem Mann, einem evangelischen Pfarrer, schließlich die Eiserne Hochzeit. Vor allem das letzte Jahr vor seinem Tod mit 96 Jahren beschreibt Ursula sichtlich berührt von ihrer Erinnerung als eine sehr intensive gemeinsame Zeit.

Ich wurde auf Ursula besonders aufmerksam durch die expressiven Texte, die sie in der Schreibwerkstatt auf die Fragen

„Angst, alleine zu sein?“, „Was ich mir wünsche?“ und „Richtig gut fühle ich mich, wenn ...“ schrieb. Ich würde sie eher als kontrollierten Menschen beschreiben, dem vor allem das klare Denken ein Bedürfnis ist. Umso mehr bewunderte ich, wie sie ohne Übung auf die Aufgaben rein assoziativ, gefühlsmäßig, reagieren konnte und es ihr gelang, ihr Inneres schreiben zu lassen. Ich fand ihre so entstandenen Texte so wahr, so ehrlich und so berührend, dass ich sie am liebsten ganz abdrucken würde. Notgedrungen beschränke ich mich auf wesentliche Zitate zu den jeweiligen Fragen:



„Angst, alleine zu sein. Ich bin in meiner Wohnung alleine, seit DU gegangen bist. Ich habe Angst, wenn etwas passiert und niemand mir hilft. Ich habe noch keine Übung im Alleinsein.“

„Ich wünsche mir, dass das Leben, das ich jetzt traurig und arm finde, wieder reich wird, lebendig, und ich leichter alle die Gebrechen und Schwächen einbeziehen kann, ohne zu verzweifeln.“

„So richtig gut fühle ich mich, wenn ich Klavier geübt habe.“

„Ich konnte seit Friedrichs Tod nicht mehr ‚spielen‘, konnte mich nicht überwinden. Seit mein Bleistift aber beim letzten Schreib-Treffen behauptet hat, dass ich mich beim Klavierspielen richtig gut fühle, hole ich den Klavierhocker, suche die richtigen Noten und fange an, wieder zu üben. Und dabei passiert plötzlich das Eigentliche: es macht mir Freude, ich fange an zu spielen, statt nur zu üben, und fühle so etwas wie Genuss.“

Wir verabreden uns nach der gemeinsamen Lektüre ihrer tief empfundenen und ehrlichen Texte über das Alleinsein und das Schreiben zu einem Gespräch, das von ihrer Selbsterfahrung getragen wird. Auf die Frage, was das Wort „Alleinsein“ in ihr auslöse, kam ohne zu zögern, „ich habe kein Echo, muss Dinge mit mir selbst ausmachen, muss mich Situationen stellen, denen ich vielleicht nicht gewachsen bin. Ich empfinde die Einsamkeit so stark, dass es mich richtig traurig macht.“ Ursula sucht aber, und kurz blitzen Ihre Augen auf, dennoch das, was das Leben bereichern könnte im Lesen und in der Musik. Immer dann geht es wieder etwas bes-



Foto: Schulte

ser. Das automatische Schreiben war eine neue Erfahrung für sie. Sie machte plötzlich erstaunliche Entdeckungen über sich selbst. So hat ihr Bleistift einfach geschrieben, sie wünsche sich Klavier zu üben. Und das genussvolle Spielen kam so fast von alleine.

Doch an den Abenden allein in einem noch so schönen Zimmer zu sitzen, ohne Austausch, macht depressiv. Die wichtigsten Menschen sind schon gestorben und die jüngeren Leute – sie hat immerhin 5 Kinder – kümmern sich, aber sie können das Einsamkeitsgefühl nicht aufheben. Man müsste mehr Kraft aufwenden als man zur Verfügung hat, um neue Menschen kennenzulernen. Es ist aber gerade eine Zeit, in der die Kräfte immer weniger werden.

Auch Antidepressiva sind keine Lösung. Man müsse lernen, im Alleinsein ein Eigenleben zu entwickeln: Eine eigene Zeiteinteilung, herausfinden, was Genuss heißt, was ich für mich alleine genießen kann. Die Empfehlung einer Freundin „sitzen und gucken“, auf dem Sofa sitzen, ohne zu denken und ohne etwas tun zu müssen, war für sie zunächst schwer umzusetzen.

Einfach in den Himmel blicken, den Wolken nachsehen, das übe sie gerade. Es mache frei. Unwillkürlich muss ich an meine Katze denken, die stundenlang, ohne sich zu bewegen, auf dem Fensterbrett sitzen und nach draußen schauen kann. Sie muss es nicht üben. Wir Menschen haben es nicht so leicht. Wir müssen immer unseren Kopf und einiges mehr überlisten.

Körperliche Beeinträchtigungen, so meint Ursula, könnten die Verwirklichung der Idee des Sitzens und Guckens unterstützen. Man muss dann zwangsläufig mehr sitzen. Erweitert werde durch eine Gehbehinderung außerdem die Wahrnehmung. Das langsame Gehen lässt einen vieles mehr sehen. Trotzdem kommt immer wieder Wut über die Einschränkung auf, die einen auch isolieren kann.

Ich freue mich über die zunehmende Lebendigkeit der Augen meiner Gesprächspartnerin, über ihre Ideen, wie ein Leben alleine reich gemacht werden könnte, über Ihre natürliche Art ihre Gedanken auszudrücken und ich fühle deutlich, sie kann es schaffen – das neue Leben im Alleine Sein mit der Musik an ihrer Seite. ■

# Seniorama blickt zurück

Gabriele Neuhaus

Im Juni 2024 geht die 310. Sendung über den Bildschirm, in den vergangenen 27 Jahren wurden mehr als 1.000 Einzelbeiträge produziert.

Wir müssen zugeben, das macht uns ein bisschen stolz.

Bei der Vorstellung einzelner Beiträge in den letzten Monaten ist ein hervorragender Filmbeitrag vielleicht übersehen worden: die Glaskunst von Christine Kucinski (in der Mediathek vom 13.02.2024). Die Künstlerin beherrscht das Fusing, das Verschmelzen von Glasplatten, mit Bravour und zaubert vor unseren Augen wunderliche kunstvolle

Gebilde, die man mit staunender Neugier betrachten kann. Dazu erklärt sie anschaulich jeden Schritt ihrer komplizierten Vorgehensweise.

Im März stand die beliebte Hundemesse „Doglife“ mit neuem Programm auf der Tagesordnung. Zum wiederholten Mal. Hundehalter und -halterinnen, aber auch Menschen ohne Hund sind immer wieder hingerissen von der Schönheit, Eleganz, Geschicklichkeit und Intelligenz ihrer Lieblinge.

Die Aprilsendung befasste sich ausschließlich mit einem einzigen, aber sehr arbeitsinten-

sivem Hobby: dem Modellbau. Das Modell war kein Einzelstück, das Modell war das Zusammenspiel vieler Module, die sich wieder aus zahllosen Einzelstücken zusammensetzten, kurz: das Modell war eine Landschaft mit Eisenbahnzügen, die natürlich auch nach einem bestimmten Plan zu einer bestimmten Zeit bestimmte Strecken fuhren. Der „Modelleisenbahn-Club Münster“, vertreten durch sein Mitglied Michael Stach, ließ seniorama mehr als zwei Jahre lang an seinem Planen, Tüfteln und Werken teilhaben.

Die Maisendung ist eine Gedenksendung für unseren Kameramann Horst Schmelz, der zu den Gründungsmitgliedern von seniorama gehörte. Für Juni ist ein Bericht über Münsters Stadtbücherei geplant. Die Biokommune Saerbeck wird ein weiteres Thema sein.

Unsere Sendungen finden Sie in der **nrwision-Mediathek** unter [www.seniorama-muenster.de](http://www.seniorama-muenster.de).  
Stand: 1. Mai 2024



## 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](http://www.mieterverein-muenster.de) · E-Mail: [info@mieterverein-muenster.de](mailto:info@mieterverein-muenster.de)

# Frühjahresakademie des Forums Seniorenarbeit NRW in Münster

Günter Klemm

Das Forum Seniorenarbeit NRW ist die zentrale Plattform zu aktuellen Themen der gemeinwesenorientierten Seniorenarbeit und des bürgerschaftlichen Engagements älterer Menschen in und für NRW. Es richtet sich an haupt- und ehrenamtlich Aktive aus den Bereichen Politik und Verwaltung auf Landes-, Bundes und kommunaler Ebene, Verbände und Träger der freien Wohlfahrtspflege, freie Träger, Interessenvertretungen älterer Menschen, selbstorganisierten Gruppen und Initiativen und am Thema interessierter Fachpersonen.

Die am 25. und 26. April 2024 in Münster durchgeführte Frühjahrsakademie stand im Zeichen des Themenkomplexes „Digitalisierung mitgedacht – Erfahrungen und Impulse für die Praxis“. Die rund 60 Teilnehmer (darunter Günter Klemm von der Kommunalen Seniorenvertretung Münster) erhielten hierbei aus unterschiedlichen Perspektiven Einblicke und Inputs zu den Schwerpunkten „Zugänge in die digitale Welt gestalten“, „Kontakte und Begegnungen im Sozialraum ermöglichen“, sowie „Engagement digital stärken“. In Form eines Vortrages unter dem Titel „Digitale Teilhabe für ältere Menschen sichern“ gab der national und international renommierte Experte Prof.

Herbert Kubicek zunächst einen Überblick zu Facetten und Herausforderungen an der Schnittstelle zwischen Digitalisierung und deren Anwendung durch und für ältere Menschen. In Form von 10 Workshops hatten die Teilnehmer an den beiden Tagen Gelegenheit, sich beispielhaft aus der und für die Praxis über unterschiedliche Themenstellungen zu informieren.

Ebenfalls konnte auf Basis methodischer Anleitungen und Handreichungen das eigene know how erweitert und vertieft werden. So ging es beispielsweise um Tablets als Zugang zu Bewegung und Gesundheit, digitale Betreuungsangebote im Alltag eines Altenzentrums, digitale Barrierefreiheit, Digitalisierung als Helfer gegen Einsamkeit, Förderung der digitalen Teilhabe bis ins hohe Alter oder auch Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Alter – Storytelling im digitalen Raum. Veranstalter und Teilnehmer waren sich einig: Digitalisierung spielt für alle Altersgruppen eine zunehmend wichtige Rolle im Leben bzw. bei der Beteiligung und Bewältigung von ‚Alltäglichkeiten‘ (z. B. Kontaktpflege mit Angehörigen und Freunden, Bankgeschäften, Inan-

spruchnahme von Dienstleistungen etc.).

Gleichwohl komme es darauf an, neben den zweifelsfrei gegebenen Chancen auch Risiken und Gefahren zu benennen. So dürfe die zunehmende digitale Durchdringung aller Lebensbereiche nicht zum Ausschluss derjenigen führen, die (weshalb auch immer) digitale Angebote nicht nutzen können oder wollen. Hier dürfte das Stichwort „Altersdiskriminierung“ zunehmend in den Fokus geraten.

Künftig müsse verstärkt darauf geachtet werden, welchen Nutzen bzw. Mehrwert digitale Anwendungen für Ältere haben. Vor allem sollte diese Zielgruppe verstärkt in die Entwicklung digitaler Lösungen eingebunden werden; nur so kann auf Dauer aufgrund vereinfachter und erleichterter Zugänge bei vielen, insbesondere Hochaltrigen, eine Steigerung der Akzeptanz für Digitalisierung gelingen. ■

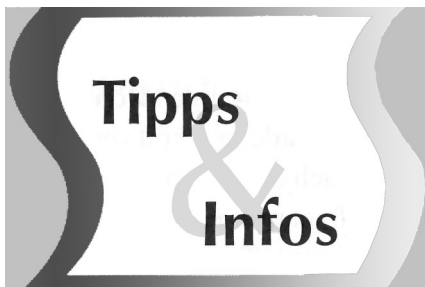
**Rümpelfix**  **der Laden**  
natürlich Gebrauchtes!

**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



## Vorsorgevollmacht leicht gemacht

Für viele Menschen ist der Gedanke an eine Krankheit oder einen Unfall mit großen Ängsten verbunden. Auch die Frage, was dann eigentlich passiert, wenn man selbst nicht entscheiden kann, löst Schrecken aus. Dabei kann für diesen Fall gut vorgesorgt werden. Die Verbraucherzentrale NRW stellt Online-Formulare für Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung bereit, die mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen das Ausfüllen einfacher machen. „Dieser Service wird sehr viel genutzt“, sagt Verena Querling, Pflegerechtxpertin der Verbraucherzentrale NRW. „Das zeigt uns, wie wichtig den Menschen die eigene Vorsorge ist und dass interaktive Anwendungen die Hürde überwinden helfen, sich auch mit schwierigen und zum Teil emotional belastenden Themen zu beschäftigen.“ Drei Tipps der Expertin für die leichte Umsetzung zu Hause.

**Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung:** Eine Vorsorgevollmacht oder eine Betreuungsverfügung sind wichtige Dokumente für den Fall, dass jemand ganz Bestimmtes sich um die wichtigsten Angelegenheiten kümmern soll. Denn bei der Vorsorgevollmacht kann man genau festlegen, wer wichtige Entscheidungen treffen darf. Voraussetzung dafür ist,

dass man dieser Person hundertprozentig vertraut, denn es geht um Vollmachten für finanzielle und medizinische Entscheidungen. Wenn eine solche Person nicht vorhanden ist, fällt die Wahl besser auf einen Betreuer. Mit der Betreuungsverfügung sucht man sich eine Person als Betreuer aus und schlägt diese dem Betreuungsgericht, einer Abteilung des Amtsgerichts, vor. Das Gericht kann dem Antrag folgen, bei berechtigten Zweifeln aber auch eine andere Person vorschlagen. Zusätzlich können auch Wünsche an den Betreuer niedergeschrieben werden. Im Unterschied zum Bevollmächtigten wird der Betreuer vom Gericht kontrolliert.

**Patientenverfügung:** Wer bestimmen möchte, welche Behandlungen bei schweren Krankheiten durchgeführt oder unterlassen werden sollen, kann dies mit der Patientenverfügung regeln. Darin wird genau erklärt, welche medizinischen Maßnahmen vom Arzt durchgeführt werden sollen. Dazu werden zunächst die Krankheitssituationen erfasst, in denen die Verfügung gelten soll. Auch individuelle Situationen zum Beispiel aufgrund bestehender Krankheiten können hier aufgenommen werden. Zum anderen sind die medizinischen Maßnahmen, die in möglichen zukünftigen Situationen gewünscht oder abgelehnt werden, zu nennen. Die Patientenverfügung ist nur mit Unterschrift und Datum wirksam und sollte regelmäßig überprüft und neu unterschrieben werden. Dann wissen die Ärzt:innen genau, dass sie dem aktuellen Willen des Betroffenen entspricht.

Mehr zum Online-Service der Verbraucherzentralen unter

[www.verbraucherzentrale.nrw/selbstbestimmt](http://www.verbraucherzentrale.nrw/selbstbestimmt)

## Das Online- Magazin der Verbraucherinitiative e.V.

Der demografische Wandel ist ein Riesentrend. In Nordrhein-Westfalen allein sind 5,1 Millionen Menschen über 60 Jahre alt. Jetzt ist eine kostenfreie Ausgabe des neuen Magazins für die Zielgruppe älterer Verbraucherinnen und Verbraucher erschienen.

Das Magazin „Verbraucher 60plus“ greift in der aktuellen Ausgabe die Themen „Ernährung im Alter: mit Veränderungen umgehen“, „Online-Abzocke: überlegt handeln“ und „Künstliche Intelligenz: Für gutes Altern“ auf.

Die Ausgabe bietet weiterhin ein Interview zum Thema „Müll im Wald“ und enthält Meldungen, Buchtipps und Termine. Das Online-Magazin erscheint mehrfach jährlich unter [www.Verbraucher60plus.de/Medien](http://www.Verbraucher60plus.de/Medien).

## Auf Entdeckungstour durch die Schlösserregion

Rechts ein Schloss, links ein Schloss und geradeaus der Blick über die weite Parklandschaft – das ist das Münsterland. Mehr als 100 Zeugnisse großer Baukunst warten in der Region nur darauf, entdeckt zu werden. Orientierung bieten zwei aktualisierte Printprodukte des Münsterland e.V.: das Begleitheft zur 100-Schlösser-Route sowie die Neuauflage der Schlösser- und Burgenkarte.

Unter den Radrouten im Münsterland ist sie die unbestrittene Königin: die 100-Schlösser-Route. Auf 960 Kilometern verbindet sie die mehr als 100 Wasserschlösser,

Burgen, Gutshöfe und Herrensitze. Der Radweg führt in vier ausgeschilderten Rundkursen durch das gesamte Münsterland. Im Begleitheft zur Radroute gibt es alle Infos, die es für einen Ausflug auf der Königin der Radrouten braucht: Tipps für Tages- und Mehrtagestouren, attraktive Reiseangebote sowie alles Wissenswerte zu den Schlössern und Burgen am Wegesrand. Daneben informiert sie zu Themen wie Übernachtung und Unterkunft, zu Wohnmobilstellplätzen und Fahrradboxen und zur Anreise mit Bus und Bahn. Den Abschluss bildet eine praktische Übersichtskarte.

Das Begleitheft sowie die Schlösser- und Burgenkarte sind kostenfrei in den Tourist-Informationen in der Region sowie beim Münsterland e.V. erhältlich, telefonisch unter 02571 949392, per Mail an [touristik@muensterland.com](mailto:touristik@muensterland.com) oder online unter [www.muensterland.com/kataloge](http://www.muensterland.com/kataloge).

## Geld für Pflege nicht verfallen lassen

Angehörige zu pflegen oder selbst pflegebedürftig zu sein, ist belastend. Deshalb gibt es sogenannte Entlastungsleistungen: Für 125 Euro monatlich können sich Pflegebedürftige ab Pflegegrad 1 Unterstützung holen. Das können Putz- oder Haushaltshilfen sein, Begleitungen beim Einkaufen, bei Behördengängen oder bei Freizeitaktivitäten. Insgesamt stehen im Jahr 1.500 Euro zur Verfügung. Doch viele Menschen nehmen diese Entlastungsleistung der Pflegekasse nicht in Anspruch. Dabei lohnt es sich gerade jetzt: Denn was im vorigen Jahr nicht ausgeschöpft wurde, kann bis Ende Juni noch

verwendet werden. Wie man das nutzt, erklärt die Verbraucherzentrale NRW.

So bekommt man Entlastungsleistungen: Es ist nicht erforderlich, dass ein Antrag gestellt wird, bevor man die Leistung in Anspruch nimmt. Die Leistung steht allen Pflegebedürftigen mit Pflegegrad zu, die zu Hause gepflegt werden. Das Geld ist zweckgebunden und man muss in Vorkasse gehen. Das bedeutet: Erst nehmen Pflegebedürftige die Leistung in Anspruch, etwa Angebote für haushaltsnahe Dienstleistungen. Dann reicht man die Rechnungen über die Tätigkeit bei der Pflegekasse zusammen mit der Aufforderung auf Rückerstattung der Kosten ein. Dafür gibt es ein Musterschreiben der Verbraucherzentrale NRW. Auch einige Pflegekassen bieten solche Hilfe online oder als Vordruck per Post an. Nachdem dieses Schreiben bei der Pflegekasse eingegangen ist, überweist die Pflegekasse das Geld.

Welche Angebote kann man wählen? Als Entlastungsleistungen können Angebote gebucht werden, die in engem Zusammenhang mit der täglichen, notwendigen Versorgung der Pflegebedürftigen zu Hause ste-

hen. So lassen sich zum Beispiel Betreuungsgruppen für demenzkranke Menschen finanzieren, ebenso Alltagsbegleitung und Pflegebegleitung oder haushaltsnahe Dienstleistungen, Dienste für häusliche Betreuung und Hilfe bei der Haushaltsführung. Aber auch die Hilfe von Nachbarn kann unter bestimmten Umständen mit 125 Euro monatlich entlohnt werden.

So nutzt man nicht verbrauchte Entlastungsleistungen: Jeden Monat stehen Pflegebedürftigen 125 Euro zur Verfügung. Sie können den Betrag aber auch „ansparen“. Sollte also die monatliche Summe nicht ausgeschöpft sein, kann der Restbetrag in den Folgemonaten genutzt werden. Sollte der Betrag auch am Ende des Kalenderjahres noch nicht ausgegeben sein, können die nicht genutzten Summen noch bis Ende Juni des Folgejahres verwendet werden.

Werden Rechnungen nach Juni 2024 erstattet? Die Frist bis zum 30. Juni 2024 bedeutet, dass die Leistungen zur Entlastung bis dahin in Anspruch genommen sein müssen.

Mehr zu Entlastungsleistungen inklusive Musterbrief unter [www.verbraucherzentrale.nrw/node/13449](http://www.verbraucherzentrale.nrw/node/13449)



## 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](mailto:muenster@medien-palette.de)  
[www.medien-palette.de](http://www.medien-palette.de)

## Bücherecke

Was Buchhändler empfehlen



### Pascal Mercier Nachtzug nach Lissabon

btb-Verlag 2006  
Roman, 495 S., 12 Euro  
ISBN 978-3-442-73436-8

„Ist die Seele ein Ort von Tatsachen? Oder sind die vermeintlichen Tatsachen nur die trügerischen Schatten unserer Geschichten?“ hatte sich Prado gefragt.

Solche und ähnliche Fragen ziehen sich durch den Roman wie ein roter Faden, der ein nie enden wollender ist und mit einer Frage die nächste auslöst und diese wieder die nächste und so weiter. Auch Sprache kann am Ende (wann ist das?) sprachlos werden. Und das trotz allen Hinterfragtwerdens, trotz aller Wendungen und abenteuerlichen Abschweifungen, das Leben ist und bleibt ein Geheimnis, das sich niemals wird lüften lassen.

„Solidão furiosa, wütende Einsamkeit: Ist es so, dass alles, was wir tun, aus Angst vor Einsamkeit getan wird? Ist es deswegen, dass wir auf all die Dinge verzichten, die wir am Ende des Lebens bereuen werden? Ist das der Grund, weshalb wir so selten sagen, was wir denken? Weshalb

sonst halten wir an all diesen zerrütteten Ehen, verlogenen Freundschaften, langweiligen Geburtstagsessen fest? ...“

Wenn Sie es bisher noch nicht getan haben, so gehen Sie, nachdem ich Sie neugierig auf ein ganz besonderes Buch gemacht habe, das zwar bereits verfilmt wurde, aber indes auch als Taschenbuch nichts von seinem Reiz und Glanz verloren hat, ganz schnell auf die Reise durch eine innere Landschaft, die immer wieder neu entdeckt werden möchte. Stellen Sie ganz eigene Fragen an das Leben und an Gott, den es für Sie vielleicht auch nicht gibt. Mit einem sprachverliebten Schweizer Autor, der sich auch als Peter Biri einen Namen gemacht hat. Ein fesselndes Abenteuer. Ein wunderbarer Roman. (Der Spiegel).

*Eva Schmidtke*



### Ferdinand von Schirach Sie sagt. Er sagt.

Ein Theaterstück  
btb-Verlag 2024, 143 S., 13 Euro  
ISBN 978-3-442-77466-1

Sie sagt, er sagt nichts dazu. Eine Liebesgeschichte, die vor dem Gericht landet. Es geht um zwei Menschen, die sich zwar liebten, aber nicht zusammenkommen konnten oder wollten. Weil sie sich zu sehr ähnelten und weil sie deshalb beide Angst vor dieser Verbindung hatten, die sie schweren Herzens nicht eingegangen

sind. Die Ehen, die sie beide parallel zu ihrer Liebschaft führten, brachen darüber entzwei, zurück blieb ein Scherbenhaufen voller Gefühle, voller Enttäuschungen, voller unerledigter Dinge.

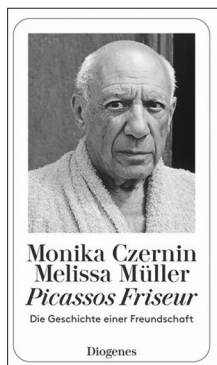
Das Gericht soll entscheiden, es tut sich schwer, Gefühlen einen passenden Namen zu geben, denn das schreibt das Gesetz so vor. Einer ist schuld am Schlamassel, vielleicht aber auch beide, das Ende dieser Liebe war unglücklich, ein Aufbäumen gegen das Vollzogene, gegen das Noch-nicht-Wahrhabenwollen, weshalb es überhaupt zur Gerichtsverhandlung gekommen ist. Die Liebe, das alles umschlingende und verschlingende Band, hielt nicht mehr stand, hielt nicht mehr aus, was ihr zugemutet wurde. Und nun sollte das Gericht entscheiden, und es tat sich schwer damit, heißt es doch immer: im Zweifelsfall zugunsten des Angeklagten. Doch wer war hier eigentlich der Angeklagte? Ja, es war der Mann, so schien es. Doch sie wusste es auch nicht so genau, welchen Anteil sie am Ausgang des letzten Akts der Tragödie hatte. Wusste es vielleicht, wollte es aber nicht wissen, weil es eventuell ihren Stolz verletzt hätte. Doch wer kann schon in sich hineinsehen und in die Tiefen seiner Abgründe schauen? Eine schwere Aufgabe für die Rechtsprechung.

Ich lese von Schirach sehr, sehr gern, weil er in der Sprache des Gesetzes, seinem Medium, trockenen Paragraphen ein menschliches Antlitz gibt. Und doch im Hinterfragen und seiner knappen, klugen Sachlichkeit immer nachvollziehbar bleibt. Er lässt den Ausgang des Geschehens, der eigentlich schon klar zu sein scheint, auch hier wie-

der einmal offen. Er fordert den Leser heraus mitzudenken und mitzufühlen, warum gerade wer oder auch nicht so oder so oder auch ganz anders agiert hat.

Interessant zu lesen, auch für Laien wie mich. Und dann entsteht aus dem einen oder anderen Stoff ein Film, vielleicht auch eine bundesweite Lesung. Oder ein Theaterstück. Die Zuschauer dürfen mitspielen und auch mitentscheiden. Ich würde gern einmal dabei sein und freue mich schon jetzt auf den nächsten Roman des Autors.

*Marion Gitzel*



## Monika Czernin / Melissa Müller Picassos Friseur

Diogenes-Verlag AG Zürich 2023  
Die Geschichte einer Freundschaft, 286  
S., 25 Euro  
ISBN 978-3-257-07240-2

Nun habe ich es endlich erfahren, wie das war mit der Freundschaft zwischen Picasso und seinem intimen Freund, Weggefährten und Friseur Eugenio Arias. Die beiden waren Zeit ihres Lebens ein eingeschworenes Team, das nur der Tod zu trennen vermochte. Sie waren sich im Wesen sehr ähnlich, nur ihr Privatleben unterschied sich total, der eine Vielweiberheld, der andere treuer Gatte und Vater sein Leben lang. Die beiden Künstler, jeder auf seine unnachahmliche Weise, gaben sich unendlich viel, manch-

mal mit wenigen Worten oder mit hinreißend sprühenden Gesten, die in einem herzlichen Lachen endeten, das ansteckend war.

Sie kämpften gegen Franco im Exil, traten den Kommunisten bei, besuchten Stierkämpfe und fanden sich zwischendurch immer wieder - ganz privat und - der Eitelkeit des Genies Rechnung tragend - bei den wenigen Haaren Picassos. Der Friseur bekannte, dass es viel schwieriger sei, in eine „magere Mähne“ etwas Schwung zu bringen als in einem üppigen Kopfschmuck schwelgen zu können.

Francoise Gilot, die kürzlich über 100-jährig starb und die einzige Frau war, die Picasso den Laufpass gab, äußerte sich einmal wie folgt: „Viele suchten die Nähe Picassos, Arias war ihm wirklich nah.“ *Marion Gitzel*



## Arnaud Goumand Stille Örtchen

Eine Kulturgeschichte der Toiletten  
Bildband, KOSMOS-Verlag 2021, 221  
S., 28 Euro  
ISBN 978-3-440-17736-5

Eine Reise zu den Toiletten der Welt. Ein spannendes Thema für eine Rezension, zumindest ein höchst ungewöhnlicher Blick auf fast ein Jahr unseres Lebens, das wir - der Not folgend - sitzend oder stehend mit immer der gleichen Tätigkeit verbringen. Ich bin überzeugt, dass dieses fragile Thema es wert ist, einmal näher betrachtet zu werden. Und bitte

seien und bleiben Sie neugierig und unvoreingenommen!

Dieser schöne Bildband, ja, ich habe mich mit einigem Zögern diesem etwas delikaten Thema gewidmet und mich gefragt, ob ich es anbieten soll, ob es nicht vielleicht ... oder überhaupt ... ahnen Sie meine Vorbehalte, aus denen heraus ich jetzt schreibe, wie sag ich 's meinem Kinde? Doch lesen Sie selbst, vielleicht schauen Sie sich parallel zum Buch den sehr emotionalen japanischen Spielfilm an, der für einen Oscar nominiert worden ist, er heißt „Perfect days“. Denn auch er öffnet Welten und gibt Einblicke in landes- und vielleicht auch großstadtypische Gepflogenheiten, die wir so nicht kennen, weil ... ja, weil wir das alles so viel anders sehen und handhaben und trotzdem generell mit dem Grundthema, also dieser fordernden inneren Bedrängnis, nicht anders umgehen als alle Menschen auf der Welt.

Es lässt sich nicht bestreiten, dass es schon zu allen Zeiten des menschlichen Daseins die Problematik mit dem Gewusst-wie und dem Gewusst-wo gegeben hat. Doch auch hier haben über Jahrhunderte hinweg fleißige Erfinder stets Lösungen gefunden, damit die einzelnen ganz privaten Sitzungen jeweils etwas komfortabler und neueren hygienischen Standards entsprechend ausfallen konnten. Auch je nach Geldbeutel des einzelnen „Sitzers“ oder „Stehers“.

Und nun, liebe/r Leser/in, überlasse ich Ihnen eigene Gedanken und Gefühle bei diesem etwas delikaten und doch unumgänglichen Blick auf das Primärbedürfnis des Menschen schlechthin. Und bleiben Sie mir trotzdem gewogen! Danke. *Marion Gitzel*

# Münster – Silbenrätsel

Bärbel Elstrodt

Bilden Sie aus den Silben die Lösungswörter zu den einzelnen Fragen nach bedeutenden Künstlern, die in Münster geboren wurden. Die gesuchten Buchstaben der Namen geben, von oben nach unten gelesen, Antwort auf die Frage: Welche zu den heilkräftigen Kräutern zählende Pflanze wurde früher traditionell in der Johannisnacht gesammelt? (Bei den Fragen nach den Eigennamen werden immer Vorname(n) und Nachname gesucht.)

1. Welcher Bildhauer (1929 - 2018) schuf zahlreiche Bronzefiguren für den öffentlichen Raum in Münster und im Münsterland, z.B. den Spökenkieker im Mühlenhof-Freilichtmuseum Münster? 6. Buchstabe
2. Welcher Künstler aus Münster schuf im 16. Jahrhundert die berühmte Sündenfall-Gruppe, die sich ursprünglich an der Paradiesportalaußenwand des Doms und jetzt im Westfälischen Landesmuseum befindet? 4. Buchstabe
3. Wie heißt der bedeutende Barockmaler (der „Lange Jan“), der eine Vielzahl von Werken für Klöster und Kirchen malte und ein enger Mitarbeiter von Rubens war? Etliche seiner Werke sind im Stadtmuseum Münster zu finden. 13. Buchstabe
4. Welche Bildhauerin, 1833 in Münster geboren und später in Amerika berühmt geworden, war die erste Studentin für Bildhauerei an der Münchner Akademie der Künste? 9. Buchstabe
5. Wer erstellte 1636 eine historische Stadtansicht von Münster mit dem Titel *Monasterium Westphaliae metropolis*? Sie wird zu den künstlerisch wertvollsten Darstellungen einer Stadt gezählt. 17. Buchstabe
6. Welcher Maler und Buchdrucker war zur Zeit der Renaissance der Ahnherr einer Münsterländer Künstlerfamilie? Viele seiner Werke (z.B. Vergil) sind im LWL zu sehen. 6. Buchstabe
7. Wer gilt als einer der Hauptvertreter der Nazarener unter den Bildhauern? Eine Madonna des Künstlers steht in der St. Mauritius Kirche Münster. 8. Buchstabe

*ach - äl - au - aler - ben - bet - bock - bol - bra - breil - der - der - dinck - dolf - eli  
ever - ger - gust - hann - hann - hard - helm - helm - horst - jo - jo - lud - mann  
mann - mann - ney - re - ring - ru - sa - schmie - te - te - ter - tom - wil - wil*

# Suchbild



Foto: Schulte

Wo befindet sich diese Eule?



[www.chance-muenster.de](http://www.chance-muenster.de)

## Möbel und Trödel

2. Hand-Möbel · Porzellan · Bücher  
Glas-Accessoires · Trödel · u.v.m.

**Möbel-Trödel** Friedrich-Ebert-Str. 7/15, Tel.: 62088-10  
Mo.-Fr.: 9.00 - 19.00 Uhr, Sa. geschlossen

8. Neben vielen Statuen, Altären und Kanzeln erinnern in Münster das Kiepenkerl-Denkmal und das Landois-Denkmal an einen 1846 in Münster geborenen Bildhauer. 2. Buchstabe
9. Wer schuf 1905 Zur Erinnerung an den Westfälischen Frieden 1648 ein Denkmal am Kanonengraben, das 1942 eingeschmolzen wurde? 11. Buchstabe



## Zehn Fragen zur neueren Geschichte

Hildegard Schulte

- Warum wurde 1974 Helmut Schmidt zum Nachfolger Willy Brandts gewählt?
  - Willy Brandt wechselte die Partei
  - Brandt war wegen der Affäre um den Spion Günter Guillaume von seinem Amt als Bundeskanzler zurückgetreten
  - Willy Brandt stellte die Vertrauensfrage, mit der er scheiterte
- In welchem Jahr wurde das Godesberger Programm der SPD verabschiedet?
  - 1924
  - 1951
  - 1959
- Warum erließen 1934 die Nationalsozialisten das Gesetz zur Ordnung der nationalen Arbeit?
  - Sie führten damit in den Wirtschaftsunternehmen das Führerprinzip ein. Die Mitarbeiter wurden zu absolutem Gehorsam gegenüber ihrem Vorgesetzten verpflichtet.
  - Die Arbeiter mussten die NSDAP wählen.
  - Die Arbeiter mussten in die SS eintreten.
- In welchem Jahr wurde Theodor Blank, Konrad Adenauers Beauftragter zur Wiederbewaffnung, in Augsburg von Protestierern niedergebrüllt?
  - 1950
  - 1954
  - 1960
- In welchem Jahr wurde die Reichsarbeitsdienstpflicht, die zunächst nur für männliche Jugendliche zwischen 18 und 25 Jahren galt, auch für weibliche Jugendliche zwischen 18 und 25 Jahren eingeführt?
  - 1935
  - 1939
  - 1943
- Seit wann gibt es das Sozialgericht Münster?
  - 1949
  - 1953
  - 1960
- Wie hieß der makabere Schlager des Jahres 1924, der sich auf den Massenmörder Fritz Haarmann bezog und dessen Melodie aus der Operette „Marietta“ von Walter Kollo stammte?
  - Warte, warte nur ein Weilchen...
  - Immer an der Wand lang
  - Es war in Schöneberg
- In welchem Jahr erlebte Westdeutschland den Höhepunkt des Babybooms mit mehr als 1,3 Millionen Babys?
  - 1960
  - 1964
  - 1969
- Wie hieß der Edgar-Wallace-Film, der 1959 in Stuttgart uraufgeführt wurde und der eine Kriminalfilmwelle auslöste?
  - Der Frosch mit der Maske
  - Der grüne Bogenschütze
  - Der Hexer
- In welchem Jahr gab es erstmals Weihnachtsgeld im Öffentlichen Dienst?
  - 1950
  - 1954
  - 1962

## Buchstaben-Sudoku

Adalbert Pollerberg

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

	A			O			H	
	H		E				S	
E								J
			G	J			E	N
N		G		T		O		
								A
H		E	S		A			G
	N							
	T			E			O	

## 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

			13	5	28		9	37	6
		17				19			
	42					30			
16									
8				17			6		
15			17	33			12		
16			4						17
	15				30				
	13				14		6		
6			6				8		
			9			3	14		
37									
23				17					

Quelle: www.janko.at



Wir sagen Danke für die Unterstützung  
und wünschen anregende Lektrüre!

Die nächste MSZ-Ausgabe erscheint am 5. September 2024.

## Lösungen

### Silbenrätsel

1. Rudolf Breilmann = F; 2. Johann Brabender = A; 3. Johann Bockhorst = R; 4. Elisabeth Ney = N; 5. Everhard Alerdinck = K; 6. Ludger tom Ring der Ältere = R; 7. Wilhelm Achtermann = A; 8. August Schmiemann = U; 9. Wilhelm Bolte = T.

Lösungswort: FARNKRAUT

### 10 Fragen zur Geschichte

- 1b) Brandt war wegen der Affäre um den Spion Günter Guillaume von seinem Amt als Bundeskanzler zurückgetreten, 2c) 1959,
- 3a) Sie führten damit in den Wirtschaftsunternehmen das Führerprinzip ein. Die Mitarbeiter wurden zu absolutem Gehorsam gegenüber ihrem Vorgesetzten verpflichtet, 4b) 1954,
- 5) 1939, 6a) 1949,
- 7a) Warte, warte nur ein Weilchen, 8b) 1964,
- 9a) Der Frosch mit der Maske, 10b) 1954

### Suchbild

Die Eule schmückt das Krameramtshaus

### Buchstaben-Sudoku

S	A	N	J	O	G	E	H	T
T	H	J	E	A	N	G	S	O
E	G	O	T	S	H	A	N	J
A	S	H	G	J	O	T	E	N
N	E	G	A	T	S	O	J	H
O	J	T	N	H	E	S	G	A
H	O	E	S	N	A	J	T	G
J	N	S	O	G	T	H	A	E
G	T	A	H	E	J	N	O	S

Lösungswort: Johannestag

### Kakuro

		17		5	28		9	37	6
		42	7	1	9	30	7	9	3
	16	9	6	4	7	8	2	5	1
8	6	2		17	8	9	6	4	2
15	7	8	4	7	4	2	3	1	17
16	3	4	1	8	30	6	9	7	8
	15	1	3	4	2	5	6	2	4
6	1	5	9	6	5	1	8	3	5
37	3	7	1	9	4	2	5	6	
23	9	6	8	17	7	1	9		

## 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,  
Hiltrup, Mitte, Nord, Südost, West  
und im Bürgerhaus Kinderhaus  
sowie im Infopunkt-Hiltrup

### 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

### 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: geovisionen@web.de

### Layout:

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

### Druck:

Druckerei Joh. Burlage  
Offsetdruck, Fotosatz, Reprinttechnik  
Meesenstiege 151, 48165 Münster

## Betreuung und Pflege in Hilstrup Ost

# TAGESHAUS ST. MARIEN



## Erleben Sie bei uns

- Eine geborgene und familiäre Atmosphäre
- Aktivität und Struktur
- Ruhe und Entspannung
- Frühstück, Mittagessen und Kaffee
- Einen eigenen flexiblen Fahrdienst
- Vielseitige Unterhaltungsangebote:  
z.B. Gesellschaftsspiele, Spaziergänge,  
kognitives Training, Kreatives,  
Gymnastik und Ausflüge

Kostenübernahme durch die  
Pflegeversicherung  
ab Pflegegrad 2

**Kommen Sie vorbei und schnuppern Sie rein!**

**Ansprechpartner Jens Damnig**

Tel.: 02501/448090 und [damnig@altenhilfe-zentrum.de](mailto:damnig@altenhilfe-zentrum.de)

Öffnungszeiten: Montag-Samstag 08.00-16.00 Uhr

Tageshaus St. Marien

Loddenweg 10, 48165 Münster

[www.altenhilfe-zentrum.de](http://www.altenhilfe-zentrum.de)



Eine Einrichtung der Alexianer  
und der Clemensschwestern



Eine Einrichtung der Alexianer  
und der Clemensschwestern

## 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](mailto:physio-clemenshospital@alexianer.de)

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

### ABRECHNUNGSARTEN:

Alle gesetzlichen und privaten Kassen und Berufsgenossenschaften

## 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 - 47119



[www.partnerfairmittlung-ms.de](http://www.partnerfairmittlung-ms.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](http://www.fensterbau-uckelmann.de)



## 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](http://www.alexianer-muenster.de)






# Service ist einfach!

**Wir sind für Sie da, direkt  
und persönlich: per Telefon,  
E-Mail oder Chat.**

Montag bis Freitag von 8 bis 19 Uhr helfen ausgebildete Bankkaufleute Ihnen im KundenServiceCenter bei allen Fragen und Wünschen rund um Ihre Finanzen!

**Sie erreichen uns**

-  telefonisch: 0800/400 501 53 (kostenfrei)
-  per Kontaktformular unter [sparkasse-mslo.de/ksc](mailto:sparkasse-mslo.de/ksc)
-  im Chat auf [sparkasse-mslo.de](https://www.sparkasse-mslo.de)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



**Sparkasse  
Münsterland Ost**