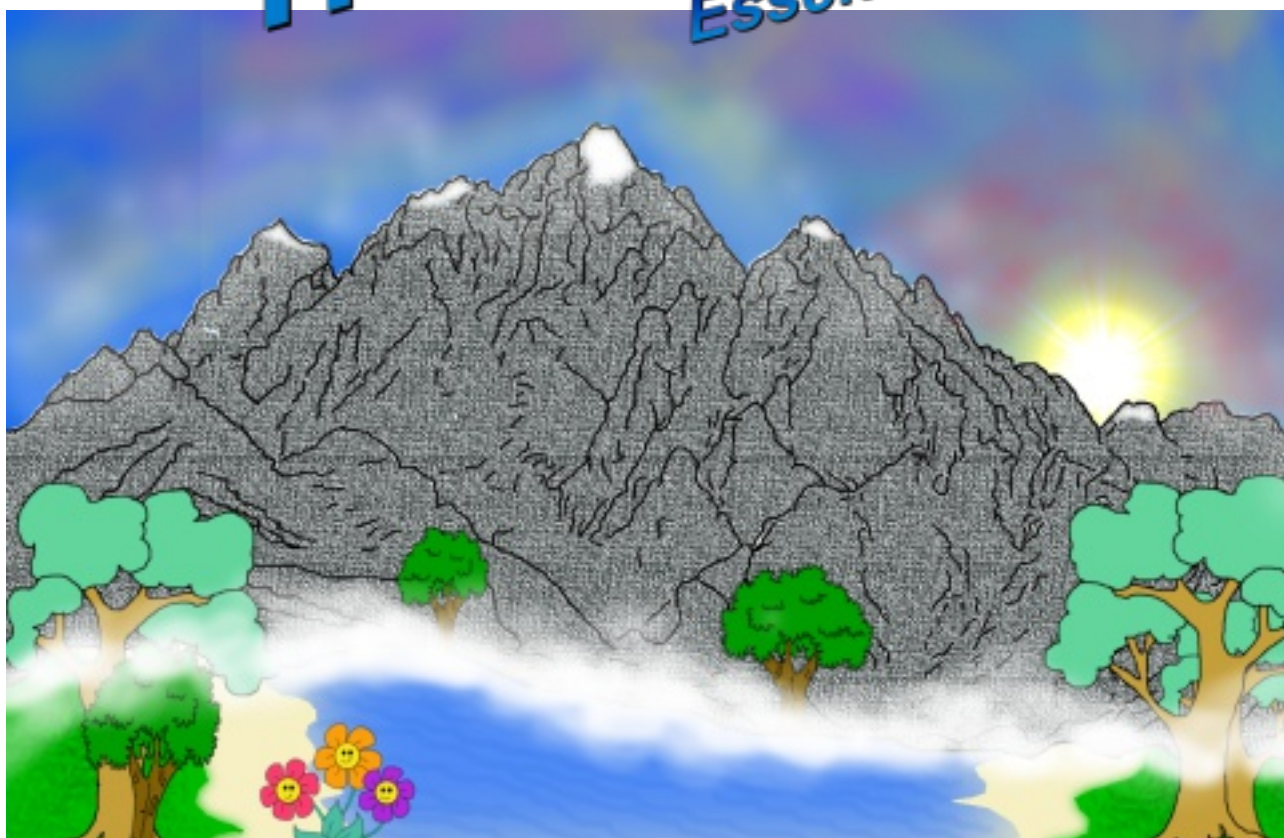




Infolette

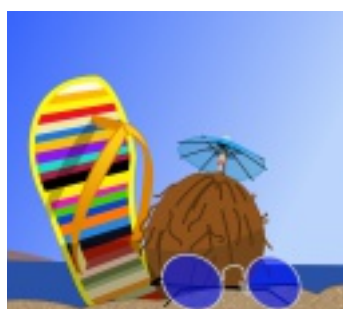
die Zeitung der
Essener Palette e.V.



Aus dem Inhalt



Kultserien der 70er #2



Der Sommer



Bochum: "Die scharfe
Currywurst"

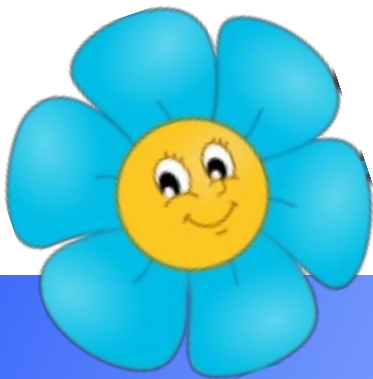
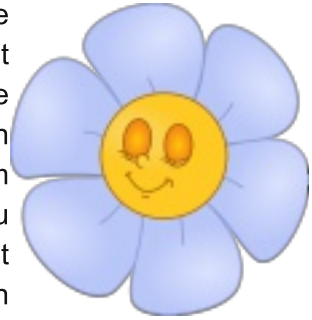


Inhaltsverzeichnis

Kultserien der 70er #2.....	3
Der Sommer.....	6
Die Zeit danach.....	7
Bochum: "Die scharfe Currywurst".....	9
Eine kleine Geschichte.....	10
Tante Emma.....	11
Der Laubenpieper.....	12
Freunde.....	14
Rezepte.....	16
Veranstaltungskalender.....	17
Impressum.....	18

Vorwort:

Um in die nahe oder ferne Zukunft zu gucken braucht man eine Kugel. Um in die Gegenwart zu schauen einen Fernseher. Und um in die Vergangenheit zu blicken eine Infolette. Mit unseren Artikeln machen wir einen kleinen Rückschritt in die heute so nostalgische Vergangenheit.





Kultserien der 70er #2

Krimis, Action und Abenteuer

Natürlich gab es in den 70ern nicht nur Kinderserien, sondern es flimmerten auch Serien für Erwachsene über die deutschen Bildschirme.

In England startete schon 1971 die Serie „Die 2“, die dort mit mittelmäßigem Erfolg ausgestrahlt wurde. Weswegen auch nur eine Staffel gedreht wurde. Dabei ist diese Staffel dieser Krimiserie nicht schlecht. Nur halt waren die Dialoge recht flach. Zumindest im Original. Auf dem deutschen Filmmarkt hatte sich damals immer mehr verbreitet, dass man es mit der Übersetzung nicht so genau nahm. Immer öfters kam das sogenannte Schnodderdeutsch zum Einsatz, was man später verstärkt in den Bud Spencer & Terence Hill Filmen wieder fand.

So wurden den zwei Playboys und Abenteurern Lord Brett Sinclair (gespielt vom späteren James Bond Darsteller Roger Moore) und Daniel Wilde (gespielt von Tony Curtis) diverse Dialoge in den Mund gelegt, die entweder so nicht oder sogar gar nicht im Original gesprochen werden. Das merkt man spätestens dann, wenn Seitenhiebe auf deutsche Schauspieler oder Sender gemacht wurden.

Ähnlich flapsig kam 1970 der Film „M.A.S.H.“ in die Kinos. Der war so erfolgreich, das 1972 dann eine gleichnamige Serie im US-Fernsehen startete. Bei uns flimmerte die Serie allerdings erst 1990 über unsere Bildschirme.

Im Mittelpunkt steht das „**Mobile Army Surgical Hospital**“ Nr. 4077 (Mobiles Armee Operationskrankenhaus, kurz M*A*S*H), das etwa 1956-57

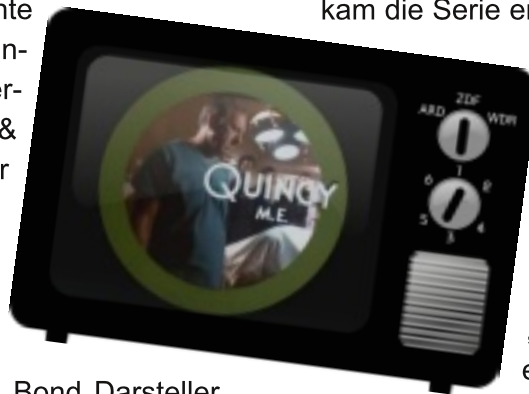
in der Nähe von Seoul stationiert ist. Das Erfolgsrezept der Serie, die immerhin 11 Jahre produziert wurde, ist sicher die Mischung aus Realitätsbezogenheit, wie Ärzte dargestellt werden und auch den Hauptdarstellern. Denn bei allem Humor wird in keiner Folge vergessen, das die kleine Zeltstadt sich mitten im Krieg von Süd- und Nord-Korea befindet.

Mit weniger Humor, dafür aber mit mehr Spürsinn startete 1976 die Serie „Quincy“ (im Original „Quincy, M. E.“, wobei „M.E.“ für „Medical Examiner – zu deutsch „Gerichtsmediziner“ - steht) im US-Fernsehen. In Deutschland kam die Serie erst 1981 in Fernsehen (Sendezeit

war immerhin 22 Uhr) und dann auch nur mit 13 Folgen in die deutschen Wohnzimmer. Im Laufe der Zeit wurden weitere Folgen ausgestrahlt. Bis 1994 liefen hier dann 147 von 148 Folgen (nur die Folge „Rennstrecke in den Tod“ erschienen bisher nur auf DVD).

Eigentlich ist Dr. R. Quincy im Dienst des gerichtsmedizinischen Instituts. Wie Quincy mit Vornamen heißt und in welcher Stadt sich das Institut befindet, wird entweder nicht erwähnt oder ist im besten Fall Nebensache. Wichtig ist, dass der Gerichtsmediziner sich weniger an seinem Arbeitsplatz aufhält, sondern hinter fast jedem Tod ein Verbrechen vermutet und dem Polizisten Leutnant Frank Monahan dadurch das Leben nicht leichter macht. Zumal er ihm auch sehr oft ins Handwerk pfuscht, weil er Detektiv spielt.

Selten an einem festen Platz befand sich auch ein Raumschiff Namens Enterprise, das schon 1966 mit seiner internationalen Mannschaft den Weltraum unsicher macht. Nach 3 Jahren (und





79 Folgen) kam das Aus für die Serie „Star Trek“ (was soviel wie „Sternenreise“ bedeutet), weil die Zuschauer solche Art von Film und Abenteuer nicht gewohnt waren. Zum einen spielte ja alles im Weltraum und die Mannschaft bestand u.a. aus einem Russen am Steuer (man bedenke, das die USA und Russland zu der Zeit mitten im kalten Krieg waren) und aus einer schwarzen Kommunikationsoffizier(in) bestand. Das war schon ein Aufreger für sich. Aber als diese den weißen Kapitän (Kirk) dann auch noch in einer Folge küsste, war das zu viel für viele Amerikaner. Noch nie hatte es eine Produktionsfirma gewagt, das auch noch im Fernsehen zu senden.

In Deutschland ging man da wohl lockerer ran. Nachdem die Serie in den USA nach mittelmäßigem Abschneiden bei den Zuschauern abgesetzt wurde, wurden die Lizenzen an andere Sender vergeben. So auch nach Europa. Erst jetzt gewann die Serie immer mehr an Beliebtheit und als der Hype Mitte der 70er um diverse Science Fiction anwuchs, war die Serie in aller Munde und bekam erst richtig Schwung, kam 1979 als erster von bisher 13 Filmen in die Kinos. Anfang der 80er plante man sogar eine Fortsetzung (die allerdings nie zustande kam). Dennoch schaffte es das „Raumschiff Enterprise“ (wie die erste Serie bei uns hieß) Imperium bis heute auf 6 Serien (wobei alleine die letzten 4 sich von 1987 bis 2005 ununterbrochen verteilte).

Ein Überraschungserfolg bildete sicher auch die englische Serie „Mit Schirm, Charme und Melone“ (im Original „The Avengers“), die man eigentlich in 2 Serien aufteilen müsste. Eher unbeholfen und kantig war die erste, die es allerdings auf 161 Folgen in den 60ern brachte. Diese liefen allerdings weniger in Deutschland. Von den ersten 26 Folgen liefen hier nur sage und

schreibe 2 Folgen. Von den restlichen gerade mal ca. 2/3. Teils deswegen, weil die Originalbänder nicht mehr existieren und es somit auch in Zukunft kaum noch eine Chance geben dürfte, das sie im Fernsehen jemals wieder ausgestrahlt werden.

Wirklich erfolgreich war allerdings eher die Neuauflage von 1976 / 1977 (bei uns lief die Serie 1978, einige Folgen sogar erst ab zum ersten mal). Der Grund war sicher, das die „The New Avengers“ (wie die Serie in England dann hieß) mehr Würze bekam und moderner wurde. Die Hauptfigur, ein englischer Gentleman namens John Steed mit einer Abneigung gegen Gewalt, löst nun die Fälle mit seiner festen Partnerin Emma Peel. Dabei erkennt man bei der Vorgehensweise eine Mischung aus

„Mission Impossible“ (Aufgaben werden so geheim wie möglich an den verschiedensten Orten übergeben), „James Bond“ (Steed und Peel scheinen allem und jedem überlegen) und „Ironside“ (Mutter, der „Auftraggeber“, stuhl und delegiert nur).

Mitten in der letzten Staffel der Serie treffen die beiden Darsteller Martin Shaw (als Larry) und Lewis Collins (als Kilner) aufeinander. Im Nachhinein erkennt man schon Bezüge auf die Serie „Die Profis“ (im Original „The Professionals“). Grund ist, das der Produzent Larry Dooner schon vor Start der letzten Staffel von „The New Avengers“ sich mit dem Konzept einer neuen Serie auseinander setzt. Ob er damals schon die beiden Darsteller für die neue Serie im Auge hatte, ist zweifelhaft. Aber dennoch ein netter Zufall.

„Die Profis“ startete kaum 3 Monate nach Ende der Avenger-Serie und kam wohl recht gut an. Hier traf Krimi auf Action und natürlichen Humor.





Die Rollen William Bodie (gespielt von Lewis Collins) und Raymond Doyle (gespielt von Martin Shaw), die von ihrem Commander George Cowley (dargestellt von dem erfahrenen Schauspieler Gordon Jackson) unterstützt werden, wurden immer besser ausgebaut und eine Krimi-Serie bekam dadurch Glaubwürdigkeit. Ich erinnere mich noch gut, dass beide Darsteller oft die Titelseite der damals bekannten Jugendzeitschrift „Bravo“ waren.

Die Serie „Drei Engel für Charlie“ war in der Hinsicht irgendwie eine Antwort auf „The New Avengers“. Nur das es diesmal 3 weibliche Agenten von einer geheimnisvolle Person Namens „Charlie“ (weswegen die US-Serie auch im Original „Charlie's Angels“ hieß und zudem von 1976 bis 1981 Erfolgreich im TV lief) per Telefon zu verschiedenen Orten schickte und Aufgaben verteilte.

Die Serie ist inhaltlich eher auf Frauenpower, als wirklich ernstzunehmende Action angelegt. Es wird zwar am Anfang jeder Folge erklärt, dass alle drei Agenten ein Training durchlaufen haben. Aber in den Folgen selbst steht eher das Lebenslustige treiben der Darsteller im Vordergrund.

In Deutschland kam wenige Jahre vorher der 38. Edgar Wallace Film in die Kinos. Das Fernsehen gewann verstärkt an Bedeutung und somit konzentrierte sich das deutsche Fernsehen auch immer mehr auf eigene Serien. So ergab es sich, dass das Erste Deutsche Fernsehen eine Serie mit dem Titel „Auf Achse“ konzipierte. Kaum war der Hauptdarsteller Manfred Krug aus der DDR in Deutschland angekommen, schon bekam er seine erste Hauptrolle. Nämlich als Fernfahrer, der (ähnlich wie später „Das Traumschiff“) verschiedene Länder bereist und dort in vielen Ländern in immerhin von 1977 bis 1996 in 6 Staffeln diverse Abenteuer erlebt. Dabei legte das Fernseheteam viel Wert auf Authentizität. Der Zuschauer erlebte hautnah, was Franz Meersdonk

(so der Rollenname von Manfred Krug) auch erlebte. Inklusive Sprachbarrieren.



Leider wechselte man in der letzten Staffel die Darsteller (u.a. Armin Rohde in der Hauptrolle) aus und die Serie verlor schnell an Interesse.

Eine Serie, die in Deutschland nicht so bekannt wurde, ist „Fantasy Island“, die ab 1977 bis 1984 in den USA; ab 1989 unter dem Titel „Insel der Träume“ in Deutschland lief. In immerhin 161 Folgen erfüllt ein begabter Millionär seinen Insel-Gästen ihre fantastischen Lebensträume. Am Anfang werden alle Gäste begrüßt und man erfährt alles über dessen Wünsche. Danach trennen sich die 2-3 Handlungsstränge (ähnlich wie bei uns bekannten „Traumschiff“) und man verfolgt abwechselnd den Verlauf jedes Wunsches. Leider ver-



laufen die meisten anders, als sich das der Inselbesucher vorgestellt hat. So das man am Anfang schwer sagen kann, wie jede Geschichte ausgeht.

Die Serie wurde 1998 in den USA um eine weitere Staffel ergänzt. Hatte aber nicht mehr den Flair ihres Vorgängers und wurde nach 13 Folgen abgesetzt.

Eine weitere Serie, um einen Millionär, ist „Hart aber Herzlich“ (die in den USA unter dem Titel „Hart To Hart“ lief und eine Anspielung der Nachnamen des Millionärs-Paares und dem englischen Wort für „Herz“ steht). Der Anfang jeder Folge sagt im Grunde alles, um was es in der Serie geht.

„Das ist mein Boss, Jonathan Hart. Ein Selfmade-Millionär, der hat Nerven. Das ist Mrs. Hart, eine traumhafte Frau, einfach toll! Übrigens, ich heiße Max. Ich kümmere mich um die beiden, und das ist gar nicht so einfach, denn ihr Hobby ist mörderisch.“

Dabei schliddert der Millionär Jonathan Hart, seine Frau Jennifer Hart, der „Begleiter“ (er



übernimmt die Aufgaben des Butlers, Koch, Chauffeur usw.) Max (ich kann mich nicht erinnern, das dessen Nachnamen je erwähnt wurde) und dem Hund Friedwart in diverse gefährliche Abenteuer, die sie mit Charme und Witz wie aus dem Ärmel geschüttelt bewältigen.

Die letzte Serie, die ich in dieser Folge erwähnen möchte, fällt aus allen oben genannten aus dem Rahmen.

Nicht nur, das sie aus Deutschland stammt, sondern auch, das sie gezeichnet ist. Ein weiteres Augenmerk liegt darin, das die Serie weniger für Kinder gedacht ist. Obwohl dieses bei dem Begriff „Zeichentrickserie“ vermuten lässt.

Der Protagonist aus der gleichnamigen Serie „Nick Knatterton“ entstammt aus der Hand des

Zeichners Manfred Schmidt. Dabei ist auffällig, das alle Figuren eine Stimme haben, nur die Hauptfigur spricht nicht. Sondern wird von dem Sprecher kommentiert und wenn der Meisterdetektiv denkt, wird ebenfalls von diesem sprachlich zum Ausdruck gebracht.

Nick Knatterton ist eine Mischung aus Sherlock Holms und James Bond. Für alles gerüstet löst er einen Fall nach dem anderen ohne sich beirren zu lassen.

Die spätere DVD-Erscheinung wurde zwar ohne Altersbeschränkung frei gegeben - allerdings frage ich mich, ob diese aufgrund der Komplexität der Story und einigen - mit eindeutigen Szenen behafteten - Handlungssträngen für Kinder wirklich geeignet ist. ■ki

Der Sommer

Der Sommer ist, die Jahreszeit aber auch, ein altes spanisches Volumenmaß oder ein Familienname, eine französische Filmkomödie von 1996 oder ein deutscher Spielfilm von 2008. Wir wollen uns mit dem Sommer als Jahreszeit beschäftigen.



Die Jahreszeiten unterteilen das Jahr in verschiedene Abschnitte, in der das Klima unterschiedlich ist. Der Sommer ist die wärmste Jahreszeit in den gemäßigten Klimazonen. Gemäßigt heißt die Zone liegt zwischen den Subtropen, in denen die Temperatur im Jahr durchschnittlich über 20 Grad liegt und der kalten Zone, in der es im wärmsten Monat des Jahres durchschnittlich unter 10 Grad ist. Da die

Erde sich nicht kreisrund um die Sonne dreht, sondern eher elliptisch, unterteilt sich die Erde in Nord- und Südhalbkugel. Auf der Nordseite fängt der Sommer am 20. oder 21. Juni an und auf der Südseite am 21., 22. Dezember. Demnach ist es sehr logisch, wenn man bei uns im Winter gerne in den Süden fliegt und sich nach Wärme und Sonne sehnt. Mit dem Beginn des Sommers gibt es viele Rituale oder Bräuche in den verschiedensten Kulturen. In Deutschland z. B. gibt es immer noch das Johannisfeuer zum 24. Juni, es ist ein Fest zu der Geburt von Johannes dem Täufer, dieses ist eng an den Tag der Sommersonnenwende gebunden. Genauso wird dieser Tag bei den Bauern als „Lostag“ bezeichnet. Hier ist das Los allerdings als Schicksal gemeint. So wie das Wetter werden soll, richtet sich der Bauer danach, wann die Aussaat, die Ernte oder Heu gemacht werden kann. Unsereins verlegt seine Aktivitäten jetzt gerne auch nach draußen und verbringt mit Freunden und Bekannten seine Freizeit. Man könnte Minigolf spielen gehen, Tretboot fahren oder am Badensee schwimmen gehen, ein Sonnenbad nehmen und sich einfach entspannen. Ebenso muss man nicht in den Flieger steigen, Tausende von Kilometern zurücklegen und seinen Urlaub in fremden Ländern verbringen. Man kann es genauso gut im eige-



nen Land gestalten. Besichtigungen, an Sport angelehnt, in Richtung Hobby oder auch einfach nur die Seele baumeln lassen.

Man sollte die Ansage von „Urlaub ist Reisezeit“ eher in „Urlaub ist Spaßzeit“ ändern. Z.B. der Märchenzoo am Blauen See in Ratingen. Der Eintritt (Kinder 2 € und Erwachsene 3 €) ist erschwinglich und man kann zwischen Märchen und echten Tieren, bei einem mitgebrachten Picknick, den ganzen Tag verbringen. Selbst Hunde sind erlaubt. Mit ein wenig Aufwand ist dieser Freizeitspaß auch mit Bus, Bahn und zu Fuß erreichbar. Man kann ebenso gut mal einen Nachmittag mit einer gemütlichen Runde Minigolf verbringen. Die Angebote sind nah und reichlich. Z.B. der Miniaturgolfplatz an der „Heimlichen Liebe“ beim Stadtwaldplatz. Zwi-

schen Kettwig und Werden gibt es ebenfalls einen schönen Platz zum Minigolf spielen. Die Preise bewegen sich zwischen 2 und 3,50 €. Ob in Velbert, Hattingen oder Duisburg das Angebot in diese Richtung ist riesig. Bei schlechtem Wetter könnte man den Tag auch im Münster Allwetter-Zoo verbringen. Das ist zwar etwas teurer aber sehr interessant. Der Zoo ist schön angelegt und hat gute Gehege. Der Eintritt enthält auch die Besichtigung des Pferdemuseums und der Robben-Anlage und man hat den ganzen Tag etwas vor. Bei mitgebrachtem Mittagessen und Leckereien bekommt man diese Zeit gut um. Die preisgünstigste Art und Weise ist natürlich der Urlaub auf Balkonien. Man kann dort grillen und chillen. Mit ein wenig Phantasie bekommt man die Urlaubszeit auch zuhause gut erholt um.

Die Zeit danach

Liebe Leserinnen und Leser,

da bin ich wieder. Zurück bei dem Essener Palette e.V. Vor ca. genau 2 Jahren habe ich hier meine erste Erfahrung mit einem 1,25 Euro-Job gemacht. Und ich war sehr zufrieden. Damals war ich in der Abteilung EDV - und da bin ich auch heute. Die Arbeit hat mir schon früher Spass gemacht. Deshalb wollte ich hierher zurück. Heute bin ich wieder in der EDV und freue mich, mich mit den Aufgaben beschäftigen zu dürfen, die mir sehr viel Freude bereiten, so dass ich mich am Morgen bereits auf meine Arbeit freuen kann. Dafür meinen Dank an den Anleiter der EDV. Auch war ich sehr froh darüber, dass alles sehr schnell über die Bühne ging. Von der ersten telefonischen Kontaktaufnahme meinerseits bis zu meinem ersten Arbeitstag vergingen gerade mal ein paar Tage. Auch hierfür meinen Dank an die Mitarbeiter der Verwaltung. Selbst von Seiten des Jobcenters - den ich zuallererst aufsuchte - ging alles schnell und reibungslos. Meine Fallmanagerin befürwortete sofort meinen Arbeitswunsch. Auch ihr danke ich dafür.

Damals habe ich nach 12 Monaten keine weitere

Verlängerung bekommen. So dass ich erstmal pausieren musste. Jetzt steht mir ein knappes weiteres Jahr zur Verfügung. Ein Jahr lang war ich zu Hause und in dem Jahr ist eine ganze Menge passiert.

Es dauerte nicht lang, bis der "alte Trott" bei mir wieder Einzug hielt, die Depressionen mich fest im Griff hatten und ich mit gar nichts klarkam. Die Tage zogen einfach an mir vorbei. Angstgefühle quälten mich, ich nahm zu statt ab - die Schmerzen wurden schlimmer. Finanzielle Sorgen kamen noch hinzu. Probleme im zwischenmenschlichen Bereich (Familie) belasteten mich. Und ich habe alles sehr nah an mich rangelassen. Die Sorgen, die ich mir machte, nahmen überhand. Ich bekam eine Hauterkrankung, die zu allem Überfluss chronisch ist, aber weder ansteckend noch gefährlich. Aber belastend. Dieses Gefühl, dass ich immer für jeden da bin, aber umgekehrt für mich niemand, machte mich fertig. Am Schlimmsten an allem sind die ständigen - unaufhörlichen - Gedanken. Man kann das tatsächlich abstellen oder zumindest eindämmen, aber dazu später mehr.



Bislang hatte ich zwei nebeneinander laufende Therapien. Die eine ist eigentlich nur eine psychiatrische Begleitung - wobei die Termine nur 15 Minuten dauern und man einmal im Monat einen Termin bekommt. Wobei man sehr viel Glück haben muss, denn die Termine werden nur am jeweils 1. vergeben und da ist es nachmittags schon meist zu spät. "Mein" nächster Termin zum Beispiel ist am 1. August. Die zweite "richtige" psychotherapeutische Betreuung fand in ca. 3-wöchigem Turnus statt - aber satte 60 Minuten. Von diesen Gesprächen hatte ich tausendmal mehr als von den kurz "angekratzten" Gesprächsfetzen.

Meine Therapeutin, die ich alle 3 Wochen für eine Stunde aufsuchte, kannte mich gut. Sie kannte mich sogar sehr gut. Sie war viele, viele Jahre meine Therapeutin. Und bei ihr musste ich niemals etwas wiederholen, weil sie es gar vergessen hätte. Nein - das kam nicht vor. Und zwischen den Terminen durfte ich ihr immer schreiben. Ich selber schreibe jetzt in der Vergangenheitsform, weil ich meine Therapie bei



ihr verloren habe. Nicht etwa, weil etwas passiert ist, sondern weil sie schlicht und einfach verzogen ist. Und nicht gerade "um die Ecke", sondern sehr weit weg. Ein paar Monate ist sie nun fort und sie fehlt mir sehr. Aber ich weiß, dass es ihr da - wo sie jetzt ist - besser geht. Und das freut mich einfach. Ich würde lügen, wenn ich jetzt behaupten würde, dass die Sache mein Leben im letzten Jahr nicht stark beeinflusst hätte. Natürlich hat es das. Nachdem ich es von ihr erfuhr, packte mich tiefe

Verzweiflung. Ich habe gelitten und leide auch noch immer. Doch nicht mehr so wie vor kurzem eigentlich noch. Sie wird für immer und ewig einen Platz in meinem Herzen haben, aber ich kann ihr nicht den Rest meines Lebens hinterher trauern. Sie ist weg - basta. Der Kopf muss es begreifen - das Herz wird es nie. Immerhin darf ich ihr nach wie vor schreiben und das ist weit mehr, als man erwarten darf. Ich darf ihr schreiben, wenn es mir schlecht geht, auch wenn es mir gut geht. Oder auch nur, wenn ich was Schönes erlebt habe oder mir danach ist. Weil es mir dann besser geht. Das finde ich toll. Und solange sie es erlaubt, werde ich auch nicht damit aufhören. Auch an "sie" meinen herzlichsten Dank.

Heute geht es mir besser. Zugegeben ist das noch nicht lange so, aber ich denke, ich bin auf einem sehr guten Weg. Seit einigen Wochen beschäftige ich mich stark mit dem Buch "Sorge dich nicht - lebe" von "Dale Carnegie". Sie werden es sicher kennen - es war vor Jahren ein Bestseller. Ein lieber Freund schenkte mir dieses Buch. Beim Lesen der ersten Kapitel dachte ich noch "was für ein Quatsch". Bei intensiverer Beschäftigung veränderte ich meine Denkweise. Natürlich kann man nicht alles anwenden, was in diesem Buch steht. Aber ich habe für mich persönlich das herausgepickt, wovon ich glaubte, es als ehestes praktizieren zu können. Seitdem versuche ich, mein Leben in Abschnitten von Tagen zu leben. Schau nicht nach gestern, denn der Tag ist vorbei und nichts und niemand wird ändern, was Gestern geschehen ist. Schau nicht auf morgen, denn der Tag hat noch nicht begonnen und es ist relativ sinnlos, sich darüber Sorgen zu machen, wie er verlaufen wird. Ich versuche also, meinen heutigen Tag von morgens bis abends zu leben. Klar habe ich Rückschläge, jede Menge sogar. Aber ich bringe mich gedanklich an den richtigen Punkt zurück. Das heißt nicht, dass man nichts mehr im Voraus planen darf. Doch - sicher. Darum geht es ja gar nicht.

Die zweite Methode, die für mich in Frage kam, ist: Wenn du ein Problem hast, analysiere es, am besten schriftlich. Man sollte versuchen, sich



vorzustellen, was das Schlimmste ist, was passieren könnte. Wenn man das einmal weiß, sollte man die Tatsache akzeptieren und sich dann überlegen, wie man das Schlimmste verhindern oder abschwächen könnte. Denn der Kopf ist automatisch freier, wenn man das Grübeln weglässt und gezielt nachdenkt. Nun werden Sie denken, das kann sie niemals in so kurzer Zeit geschafft haben und da haben Sie Recht liebe Leserinnen und Leser. Ich bin ganz am Anfang - aber ich spüre ein Gefühl der Besserung und Erleichterung.

Ich möchte ganz offen zu Ihnen sein und erzähle Ihnen jetzt, dass ich in der Vergangenheit folgendes Ritual abzog: Morgens - gleich nach

dem Aufstehen - war das Erste, was ich tat, nachdem ich mich auf die Couch setzte, meine Probleme und Sorgen gedanklich durchzugehen. Ich zählte alles auf, was mich belastet. Und das war ne Menge. Und hat bestimmt eine Viertelstunde gedauert, um gleich danach weitere "Stunden" über eben keine Lösung nachzudenken. Das mache ich nicht mehr. Wenn ich jetzt aufstehe, spreche ich einen kurzen, aber prägnanten Spruch. Da ich ja jetzt erst seit kurzem versuche, mein Verhalten zu ändern, werde ich Sie zum Ende meiner Maßnahme noch mal in einem Artikel darüber informieren, welche Fortschritte ich gemacht habe. In diesem Sinne wünsche ich einen schönen Tag. Ihre und Eure MH.■mh

Bochum: „Die scharfe Currywurst“

Kleine Gerichte gab es im Ruhrgebiet eigentlich nicht, gekocht und gegessen wurde anständig. Wenn die Mutter in Schürze oder Kittel am Herd stand, während die Kinder auf der Straße spielten, wurde die Küchenarbeit noch gänzlich von Hand verrichtet. Lediglich Kühlschrank und Mixer hielten auch im Ruhrgebiet in den 1960er Jahren Einzug in das Reich der Hausfrau.

Hauptgerichte gab es zu Mittag - wie es sich gehörte - und zum Abendbrot, wie der Name schon sagte, gab es Brot. Mit der Hand dick geschnittene Schnitte dunkles Brot,

„die Kniften“ Butters oder Bütterkes wurden zuhauf geschmiert. Vätern und Kindern diese morgens in metallenen Butterdosen oder in Zeitungspapier oder Grubentuch mitgegeben, das harte Knäppken fand ebenfalls Verwendung, nichts wurde weggeworfen. Der Vater nahm noch die tote Kaffeeflasche dazu, die Mutter erhielt für die Versorgung im Gegenzug „das Mutterklötzchen“ - ein aus dem Pütt geschmuggeltes Stück Ofenholz. Die geschmackliche Bandbreite der Brotsorten war lange begrenzt. Bäckerwagen, wie sie bis in die 1960er Jahre noch durch Straßen fuhren, brachten überwiegend Graubrote und Stuten.

Beim Belag sah es ganz ähnlich aus: Fleischwurst mmmh, beim Metzger bekamen Kinder eine Scheibe zum Probieren – Blut oder Grützwurst, die der Opa noch aus Ostpreußen kannte oder die grobe Leberwurst, die schon in Pommern so köstlich war.



Brotreste wurden mit Hackfleisch halb und halb zu Frikadellen verarbeitet, die schmeckten auch kalt noch am nächsten Tag. Besonders köstlich und wohl mit hohem Brotanteil schmeckten sie in der Kneipe an der Ecke. Dazu gab es an Geburtstagen oder an Silvester hausgemachten Kartoffelsalat nach

dem überlieferten Rezept der Großmutter, vielleicht aus Schlesien hinübergerettet.

Nahrhafte Eintöpfe wie Linseneintopf, Graupensuppe oder Erbsensuppe, als kleine Speisen zu bezeichnen vermessen, so gehaltvoll wie sie waren - mit durchwachsenem, geräuchertem Speck und sämigen Kartoffeln hergestellt. Sprechen wir hier also von einfachen Gerichten, die es am Samstag gab, am Badetag der ganzen Familie, an dem die Mutter außerdem zum Friseur ging und der Vater vor dem Fußballspiel noch das Auto wusch, war die Zeit knapp.



Dieser Eintopf oder Reste vom Vortag wurden auch „auffe Schicht“ und „auffe Zeche“ mitgenommen: Zum Transport diente in den 1950er und 1960er Jahren hinein der Henkelmann. Dabei handelte es sich um einen Behälter aus emailliertem Blech, der warm hielt und dessen Verschluss und Tragehenkel seinen Namen verdankt. Bei Bedarf und Möglichkeit hätte die mitgebrachte Speise darin im Wasserbad wieder erhitzt werden können. Aber Untertage gab es keine Kantine und die Wege waren weit, also trug der Bergmann sein Essen am Mann.

Kommen wir nun zum eigentlichen Thema Bochum, die scharfe Currywurst.

Mit der Fresswelle in den 1960er Jahren kam vor allem im Ruhrgebiet ihre große Stunde: die Pommesbude.

In weiß gekachelten Ladenlokalen bedienten ältere Damen in mintfarbenen Kitteln umhüllt von fettgeschwängertem Dampf das Angebotsspektrum der wenigen Gerichte, entnahm man der Kreideschrift auf der großen Kreidetafel. Pommes Frites mit Ketchup und Mayonnaise. <Pommes rot- weiß> oder auch <Pommes Schranke> genannt, wollte die Jugend. Ob Pommesbude oder Wurstbude auf der traditionsreichen Cran-ger Kirmes in Herne - wie viel köstlicher als bei Muttern schmeckte <Phosphatstange>, die Bratwurst vom großen Grill mit Senf auffe Faust aus

dem Pappschälchen. Und hinterher wurde im Musikcenter unter Gekreische rückwärts gefahren bis allen schwindlig wurde.

In den 1960er Jahren fand die Pizza in den 1970er Jahren fand der Döner Verbreitung, doch hier ist vor allem der Ort, der einzigartigen, der einzig wahren Currywurst zu huldigen, die - so schwört das Ruhrgebiet - entgegen sämtlicher Gerüchte aus Berlin, in Bochum erfunden wurde. Alles andere sei Tinnel (Unsinn). Nur die Currywurst aus der Holzbude am Engelbert Brunnen ist die schärfste und damit richtige.

Zur Herstellung der Bratwurst wird Schweinefleisch durch den Wolf und sehr fein zerkleinert, nach dem Geheimrezept von Großvater Otto gewürzt und mit Naturschweinedarm ummantelt. In 75 Grad warmem Wasser ca. 20 Minuten gebrüht, abgehängt und schock gekühlt, gelangt die Wurst an ihren Bestimmungsort, wo sie zerkleinert und im Saucenbett bis zu 40000 Mal pro Woche ausgegeben wird.

„Gehse inne Stadt, wat macht dich da satt, ne Currywurst“.

Nicht umsonst wurde nur ihr allein Liedgut von Herbert Grönemeyer gewidmet, wurde sie zur „Stadionwurst“ erkoren.

„Willi is dat schön, wie wir zwei hier stehn - mit Currywurst“.■rs

Eine kleine Geschichte

Bis heute gehören viele ländlich geprägte Regionen zum Ruhrgebiet. Vermeintlich ineinanderfließende Städte sind nicht nur an den äußeren Rändern des Reviers bei Haltern und auf der Haardt in ländlich idyllischem Umland von Hamm oder im waldreichen Sprockhövel, von grün umgeben und durchzogen. Auch in den Ruhrgebietsstädten selbst liegen Waldgebiete und Agrarflächen. Ein typisches Fotomotiv im Revier ist der pflügende Bauer vor industrieller Kulisse oder Kühe vor Schloten und Fördertürmen. Fruchtbare Land wie die Hellweggebiete, das Münsterland oder das niederrheinische Tiefland waren von jeher Kornkammern und lieferten nicht nur Holz und

Seite 10

Wasser für Bergbau und Metallproduktion, sondern auch Grundnahrungsmittel für das stählerne Herz Deutschlands.

Aus einem eher dünn besiedelten Raum wurde ein Moloch. Zeichenbetreiber und Industrielle lockten Arbeitskräfte in die boomenden Städte und versprachen ein Leben in einer Kolonie - umgeben von Wiesen und Feldern wie in der masurischen Heimat:

In einem Haus mit vier Wohnungen und trockenem Keller, für Einlagerung von Kartoffeln, gehörte ein Stall für Hühner oder ein Schwein dazu, so dass sich „der Arbeiter nicht das Pfund



Fleisch oder den Liter Milch zu kaufen braucht“.

Selbstverständlich gab es genau so die Villen der Direktoren, bis hin zur imposanten repräsentativen Villa Hügel an den südlichen Hängen über der Ruhr. Arbeitersiedlungen und Kolonien trugen so Namen, wie: Eisenheim, Flöz, Dickebank, Rheinpreussen, Mausegatt oder Halbmond.



Wo kauften die Menschen ihre Lebensmittel ein, wenn sie nicht im Garten wuchsen, bevor Supermärkte zu Generalversorgern wurden?

Wie andernorts auch auf den Wochenmärkten, auf denen Händler aus dem ländlichen Umland vor allem Obst und Gemüse feilboten, und im Tante Emma Laden um die Ecke, der von Kartoffeln über Dosenwurst bis hin zu Waschpulver, alles Lebensnotwendige bereithält, Anschreiben inklusive.

War man bei Krupp angestellt, ging es in den Konsum. Aus Anlass der Heirat ihrer Tochter Bertha, hatte Margarete Krupp zu Beginn des 20. Jahrhunderts den Arbeitern des Kruppischen Imperiums fürsorglich eine kleine Gartenstadt - die Margarethenhöhe in Essen - gestiftet.

Der Kruppianer konnte sich mit seinem kleinen Garten selbst versorgen, darüber hinaus fand mittwochs und samstags Markt statt. Und es gab die Konsumanstalt, in der Angestellte ihre Lebensmittel in einem eigenen Kaufhaus mit Rabatt kaufen konnten. Eine Besonderheit des Reviers sei hier schon am Rande erwähnt: Auch an der Seltersbude gab es Brot, Eier und Bier. Diese Buden, andernorts auch Büdchen oder auch Kiosk genannt haben im Revier eine ganz besondere Bedeutung. ■rs

Tante Emma

Nach dem Essen zwischendurch oder abends „Watt zu Schnuckern“ musste sein.

Im Ruhrgebiet kommt man bei diesem Thema nicht umhin eine(s) zu erwähnen, nämlich, die Seltersbude, dem Nabel der (Ruhrgebiets-) Welt. Die Bezeichnung „Kiosk“ soll dem französischen „Kiosque“ oder dem türkischen „Kösk“ entlehnt sein. Die Urmutter aller Seltersbuden – soll einst im 16. Jahrhundert aus dem osmanischen Reich nach Europa gekommen sein, um die türkischen Soldaten im Feld vor Wien mit Lebensmitteln und Getränken zu versorgen, wie sie es von heimischen Pavillons her kannten.

An den deutschen Seltersbuden, daher ihr Name, wurde zunächst Selterswasser an Fabrikarbeiter oder Bergleute ausgeschenkt: Die Buden befanden sich dann auch in Fabrik,- später in Bahnhof- oder Einkaufsstrassennähe.

Heute gibt es in Deutschland ca. 12000 Kioske. „Die Bude“ im Ruhrgebiet nimmt dabei nach wie vor eine Sonderstellung ein. Meist winzig in ihren Abmessungen, verbarg sich hinter den kleinen Schiebefenstern zwischen Gehweg und Innenraum ein wahres Wunderland, wie die Auslagen schon vermuten ließen. Die Besitzer waren oft Charakterköpfe und Institutionen des Stadtteils. Wenn es Neuigkeiten gab, erfuhr man es hier.

Die Kundschaft bestand einmal aus den Bergleuten oder Arbeitern auf dem Weg zur Schicht, die sich hier mit Zigaretten (gesprochen „Zaretten“), Mettbrötchen oder Rollmops versorgten. Nach Feierabend wurde die Bude zum beliebten Treffpunkt, an dem die Weltpolitik erörtert wurde. Pilsken dazu und „Hömma hasse schon gehört“? Neuigkeiten aus der Nachbarschaft auch. Nach Ladenschluss war die Bude dann für die Nachtschwärmer da, und hatte Mutti die Milch verges-



sen, kein Problem die gab es hier ebenfalls.

Abends oder am Sonntag wurden die Kinder mit der Einkaufsstüte „bewaffnet“ „ma ehmt anne“ Bu- de geschickt, Bier und Zigaretten holen. Das war nicht schlimm, denn eine Tafel mit den erhältlichen Eissorten war ganz praktisch in Augenhöhe der kleinen Taschengeldempfänger angebracht und der Drahtkorb für Papier gleich da- neben.

Für die Größeren bot sich hier die Gele- genheit, mit klopfendem Herzen die ers- ten Zigaretten zu kaufen.(Is für mein Vatta) oder wichtige Lektüre. Ne- ben Zeitungen mit großen Buchstaben und Fußball- sammelbildern, waren auch immer die neusten Ausgaben der Jugendzeitschriften mit der praktischerweise bebilderten Aufklärungshilfe parat.

Was aber die Augen aller glei- chermaßen leuchten ließ, waren die Glasbehälter mit den „Klumpkes“ Süßigkeiten in al- len denkbaren Farben und Formen, die aus der grauen Papiertüte natürlich einzig- artig gut schmecken, „Pfennigweise“, wurde ein- gekauft, manchmal das ganze Taschengeld für den Genuss verprasst und einzeln wurde mit der Zange ins Tütchen abgezählt. Süße Teufel, Brause in bunten Plastikstangen, Kaugummi, Zuckererdbeeren, Lakritzschnecken, Schleckmu- scheln was konnte es Schöneres geben? Im Sommer kam als süße Versuchung der Eiswa- gen dazu, der klingelnd durch die Siedlung fuhr.



Da hieß es schnell genug mit der von Mutter er- bettelten Groschen hinter her zu sein. Umso- mehr waren Klumpkes und Eis, als Süßspeisen in der Ruhrgebietsküche gegenüber handfesten, herzhaften Hauptgerichten, die eher eine unter- geordnete Rolle spielten. An Desserts, die es nur am Sonntag gab, Ständen eingewecktes Obst, Pflaumenkompott, Milchreis mit Zimt und Zucker- oder Schokoladenpudding mit Eischneeflöck- chen zur Auswahl. Später „zu besonderen Ge- legenheiten“ auch „heiß und kalt“

Vanilleeis mit heißer Kirschsoße. Es gibt keine traditionelle Ruhege- bietsbäckerei. Am Sonntag zu Familienfeiern oder zu Mutters Kaffeekränzchen wurde Ostku- chen der Saison aus dem Gar- ten, wie etwa Stachelbeeren oder gedeckter Apfelkuchen, Marmorkuchen oder Frankfurter Kranz gereicht. Streuselkuchen von der Omma aus Schlesien wurde auf dem Blech gebacken und allseits beliebt waren selbstgebackende Waffeln . Wohl hatten Nachbarregionen

Einfluss: Wie zum Beispiel die ber- gische Kaffeetafel mit der herzhaften süßen Kombination aus Schwarzbrot, rohem Schinken, Waffeln, Apfelkraut und Milchreis und Kuchen.

Am Sonntag ging es feingemacht zu den be- kanntesten Ausflugslokalen: Schloss Berge in Gelsenkirchen Buer, Burg Blankenstein, Hohen- syburg, Westfalenpark oder der Baldeneysee hießen die Ziele mit Gelegenheit zum Kaffeetrin- ken und vielleicht sogar zu einer Bootsfahrt.■rs

Der Laubenpieper

Die Menschen aus dem Ruhrgebiet und ihre Gärten, es mag wunderlich klingen, hat der Re- vierfremde doch immer eine reine Industrieland- schaft vor Augen, aber beide sind untrennbar miteinander verbunden Die Neigung zu graben, zu pflanzen und zu ernten ist sicher der Herkunft vieler Ruhrgebietsfamilien aus ländlichen Regio- nen geschuldet, aber auch dem Umstand, das Gemüse und Obst aus dem eigenen Garten

wichtiger Bestandteil des Speiseplans war und dabei den Geldbeutel schonte.

Man war weitestgehend Selbstversorger und au- ßerdem hieß es in Zeiten der Not - zum Beispiel der Arbeitslosigkeit - vorbereitet zu sein.

Der Garten (gesprochen „Gaaten“) oder die Par- zelle hinter dem Haus war Standard. Nachbarn versorgten sich untereinander, Bohnen gegen



Erdbeeren getauscht und nirgendwo sonst in Deutschland wird die Schrebergartenkultur so gepflegt wie im Ruhrgebiet.

Schon 1814 wurde die ersten Kleingartenanlagen in Deutschland gegründet, um die Sehnsucht nach einem Refugium im Grünen nach schwerer Arbeit zu befriedigen, vor allem aber, um die Versorgung - auch in Hunger- und Kriegszeiten - sicherstellen und die Speisekarte zu bereichern.

Für manch einen sind sie bis heute ein Ersatz für Urlaube in der Ferne. Allein in NRW gibt es heute 12000 Kleingärten, die Gestaltung sind dabei ein eigenes Thema. Im Ruhrgebiet tragen sie besonders klangvolle Namen, die wie Verheißungen von glücklichen, friedlichen und sonnigen Stunden klingen, aber manchmal ganz einfach die Nähe zum Arbeitsplatz, der Zeche, verraten.

FLORA; Glückauf; Abendrot, Am frechen Blick, Familienwohl Fröhliche Morgensonne, Friedlicher Nachbar, Sonnenschein oder Vogelsang.

Der „Oppa“ oder der „Vatta“ fuhr mit Hacke, Schippe und ja, ein oder zwei Püllekes Bier mögen auch dabei gewesen sein, im Blaumann mit dem Fahrrad zum Garten - die Familie rückte nach. Im Garten herrschte eine klare Linienführung: Zwei große Pflanzflächen wurden durch

einen plattierten Weg von einander getrennt, am Ende

stand ein „Gaatenhäuschen.“ In

akkuraten Beeten wuchsen in akkuraten Reihen Kartoffeln (Ärpel), Bohnen, Zwiebeln, Porree. Steckrüben, Möhren, Stielmus (Knisterfinken),

Schwarzwurzeln (Bergmannsspargel) und Kohlsorten (Kappes)

wie Weiß- und Grünkohl - im Sommer

auch Erdbeeren, Stachelbeeren oder

Johannisbeeren, manchmal

gab es Äpfel oder Kirschen vom eigenen Baum. So süß schmeckten den Kindern die Beeren direkt vom Strauch und auch die jungen Erbsen, heimlich aus der Schote gepult, waren nicht zu verachten, nur nicht erwischen lassen.

Und die Bohnenstangen standen wie eine eins. Lediglich was nicht im Garten wuchs, wurde auf dem Markt oder im Tante Emma La-

den gekauft. Kartoffeln brachte lange Zeit der Kartoffelhändler mit dem Pferdewagen oder später der motorisierte „rollende Bauernmarkt“. Im Spätsommer nahte die Stunde der Frauen, dann ging es ans Ernten und Einmachen. Schließlich konnte die große Ernte nicht sofort verzehrt werden und im Winter war vielleicht „Not am Mann“, Sauerkraut wurde eingelegt, gestampft und in großen grauen Steingutstöpfen eingemacht. Ganze Regimenter von Einmachgläsern voller Birnen, Pflaumen oder Stachelbeeren füllten am Ende die Kellerregale. Die Allzweckwaffe Kartoffel war Standartbeilage und gehörte sowieso in jedes Gericht, ein Mittagsessen ohne Kartoffeln undenkbar. Ob Eintöpfe, Bratkartoffeln, Hausmacher Kartoffelsalat (Leineweber), Kartoffelpfannkuchen, Potthucke oder Himmel und Erde. Kartoffeln machten satt und waren allein darum ein Muss. Gemüse wurde oft sämig saucig, auch mit Fett, geschmort und büßte seine knackige ursprüngliche Farbe dabei ein, oder wurde mit ordentlich Schweinebauch „durcheinander“ gemacht, wie zum Beispiel „Schlabberkappes“. Dicke Bohnen richtig angemacht ein Genuss. Manches Brauhaus hat das Gericht wieder auf der Karte. Im Winter gab es nahrhafte, vitaminreiche Kohl- und Rübengerichte wie Stielmus,





Grünkohl mit Mettenden oder Wuorteltopf mit Möhren, Kartoffeln und Suppenfleisch. Die Ernte der Saison – wie Grünkohl, der erst nach dem ersten Frost so richtig lecker schmeckte, kam dann bisweilen zwar in unterschiedlichen Variationen, aber doch über die Woche öfter auf den Tisch. Auch beim Gemüse bereicherten die Zu-

wanderer mit Genüssen aus der alten Heimat – wie etwa die eingelegten schlesischen Gurken – die Speisekarte. Obst wurde zu feinem Kompott oder kam auf den Kuchen. Jede Hausfrau hatte ihre ganz speziellen Würz- und Zubereitungsgeheimnisse, die all diese Gerichte in der Erinnerung an die Kindheit unvergleichlich machten.■rs

Freunde

Als ich mir vor 2-3 Monaten Gedanken gemacht habe, einen Artikel über dieses Thema zu schreiben, hatte ich mir den einfacher vorgestellt. Mehrfach fing ich an, einen Einleitungssatz dazu zu schreiben. Aber keiner erschien mir passend. Dabei sollte das Thema doch so einfach sein. Denkste!

Eines was mir schon früher aufgefallen ist, nämlich, wie inflationär der Begriff verwendet wird. Vor ein paar Tagen hörte ich dann wieder in einer Serie, wie jemand zu einer anderen Person sagte „Willst du mein Freund sein?“. Als wenn man das von einer auf die andere Sekunde entscheiden kann.

Seitdem die „Seuche“ (sorry, mehr ist es für mich nicht) Facebook um sich gegriffen hat, ist der Begriff noch ausgenutzt als schon vorher. Da hat man dann – ohne einen Schritt aus dem Haus zu machen – Tausende von Freunden. Wirklich?

Bin ich so naiv und verstehe unter dem Begriff was anderes als die Außenwelt? Oder ist die Außenwelt so abgestumpft, dass man dieses Wort mittlerweile schon für alle und jeden verwendet? Ist demnächst mein Kochtopf auch mein Freund? Kann man sich Freunde auch mieten?

Ich muss zugeben, dass ich mit Sozialkontakten alles andere als groß beschenkt wurde. „Bekannte“ (so wie ich sie verstehe) haben auch nach Jahrzehnten für mich Seltenheitswert. Von „Freunden“ mal völlig abgesehen. Zumal für jede Art von Beziehung zu jemand anderem ein genau definierter Vertrauenskreis gehört. Je kleiner er ist, desto näher steht mir die Person und je weniger gehören dazu.

Zumal ich mich bei jeder Art von Beziehung – je

kleiner ein Kreis – wohler fühle als umgekehrt, denn je weniger Personen, desto vertrauter ist mein Umgang mit ihnen.

Als ich gerade so im frühen Schulalter war, hatte ich wohl so 2-3 Freunde. Aber viel weiß ich davon nicht mehr. Im Grunde besteht diese Annahme aus nur einer kleinen Erinnerung von wenigen Stunden Umfang (von denen ich wiederum nur 2-3 kurze Bilder noch vor meinen Augen habe). Das sind auch allerdings einer das ganze wenigen Erinnerungen, die ich aus meinem Leben der ersten 20 Jahre noch weiß.

Nun ist der „Aufenthalt“ bei der Essener Palette meine vierte (mit der Umschulung ein Stück davor sogar fünf) Maßnahme in ähnlicher Form. Die ersten drei liefen jedes mal über 9 Monate (die Umschulung 2 Jahre). Jedes mal knüpfte ich Hoffnung, dass die wenigen Kontakte – die ich in der Zeit jedes mal aufbaute – zumindest die Maßnahmen überdauern würden. Ich verstand mich mit der/den jeweiligen Person(en) sehr gut (manchmal traf man sich sogar auch außerhalb der Maßnahme). Aber Pustekuchen! KEINER dieser Personen habe ich jemals danach wieder gesehen oder von denen gehört.

Als mir dann im Dezember vorletzten Jahres die Essener Palette empfohlen wurde, war ich dann demzufolge auch skeptisch. Da ich aber alle Maßnahmen vorher auch sonst gut überstanden hatte, und auch jeweils viel dazugelernt hatte, konnte das diesmal sicher nicht schlimm sein.

Guten Mutes kam ich dann zu einem „Vorstellungsgespräch“. Ich musste zwar etwas suchen, aber so schwierig war es nicht. Außerdem war ich auch überpünktlich (was mich innerlich schon recht beruhigt stimmte).



Am Haupteingang angelangt kam ich gar nicht dazu, Fragen zu stellen, wo ich denn hin musste. Denn da wurde ich schon von einer Mitarbeiterin von der Tür bis ins zum Anfang des Lagers geleitet. Wie beim Staffellauf, wurde ich dann fast „weitergereicht“ und ein Teilnehmer aus dem Lager begleitete mich bis zur Verwaltung. Dort stürzte dann auch voller Pflichtbewusstsein die nächste Teilnehmerin auf mich zu und fragte, ob ich zu einem Termin gekommen wäre. Soweit ich mich erinnere, hatte ich auch einen und wurde gebeten, vor dem Büro einer Mitarbeiterin zu warten. Lange hat es nicht gedauert, ich wurde rein gebeten und bekam nach einer kurzen Information auch einen Rundgang durch die Abteilungen „geboten“. Ich war zwar etwas eingeschüchtert, aber mir ist der Eindruck der EDV noch sehr gut vor Augen. Vor allem eine spätere Kollegin, die auch den Eindruck machte, dass man sich hier mehr als wohl fühlt. Sie war es dann auch knapp einen Monat später, die ich dann als jemand empfand, mit der ich mich mehr als gut verstand.

Im Laufe der Zeit lernte ich viele Teilnehmer kennen, bei denen ich mich in deren Gegenwart sehr wohl fühlte. Im Gegensatz zu den früheren

Maßnahmen, waren es aber einige mehr und man traf sich auch öfter außerhalb der „Dienstzeit“.

Mittlerweile neigt sich meine Zeit in der Essener Palette dem Ende entgegen. Einige haben noch vor mir die Maßnahme verlassen und dennoch habe ich mit denen teils guten Kontakt, der wohl auch noch lange so halten wird. So hoffe ich zumindest.

Warum schreibe ich das alles in diesem Thema? Sie bilden gewissermaßen das Ende vom Anfang, was ich unter dem Begriff „Freundschaft“ verstehe. Nach so vielen Monaten des Kennens ist es für mich zum ersten mal schwer sagen zu können, wer Freund/Freundin ist und wer (noch) nicht.

Freunde helfen einem. Das trifft jetzt schon auf ein paar Kolleginnen zu. Freunde hören zu. Auch das trifft auf ein paar zu. Freunde sind ehrlich. Von vielen hoffe ich, dass sie es werden bzw. sind und ich bin dankbar, sie zu kennen. Dankbar bin ich auch der Essener Palette, die solche Menschen aufnimmt und dadurch mir (und sicher auch Ihnen) die Chance geben, einander kennen zu lernen und echte Grundsteine für mögliche Freundschaften zu legen. ■ki

Ein guter Freund, der mit dir lacht,
der deinem Herzen Freude macht.

Ein guter Freund, der mit dir weint,
zwei Herzen, die dabei vereint.

Ein guter Freund ist immer da,
ganz gleich was früher einmal war.

Ein guter Freund - lang aufgebaut,
ist jemand, dem man blind vertraut.

Rezepte

Revier Reibekuchen

Zubereitung:

Kartoffeln schälen, waschen und auf einer nicht zu feinen Reibe reiben. Die geriebenen Kartoffeln in ein Sieb geben und abtropfen lassen, dabei die Flüssigkeit auffangen. Die im Kartoffelwasser abgesetzte Stärke wieder zu den Kartoffeln hinzugeben. Zwiebeln schälen, fein reiben zu den Kartoffeln geben und darunter heben.

Zutaten:

- 1kg Kartoffeln
- 100g Mehl
- 1 Zwiebel
- 100g Semmelbrösel
- 3 Eier
- Salz
- Schweineschmalz o. Öl zum braten

Eier mit Mehl, Semmelbrösel und Salz ebenfalls zu den Kartoffeln geben und alles vermischen, abschmecken.

In einer schweren Pfanne das Schweineschmalz oder das Öl erhitzen. Mit einem Esslöffel kleine Teigbällchen in das Fett setzen und flach andrücken. Sie sollten ganz dünn sein. Auf beiden Seiten knusprig braun braten, auf Küchenpapier etwas abtropfen lassen. Die Reibekuchen am besten sofort aus der Pfanne essen. Möglich nicht warm halten damit sie schön knusprig bleiben. Mit Apfelmus oder mit andern Beilagen servieren.

Gebratener Spargelsalat mit Morcheln

Zubereitung:

Spargeln schälen, die grünen nur am unteren Drittel. Die Enden abschneiden und in schräge, ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Aus den gewaschenen Schalen und den Spargelenden sowie der Hühnerbrühe einen Fond kochen. Die Morcheln putzen, kurz waschen und abtropfen lassen. Puderzucker bei schwacher Hitze karamellisieren lassen, den Spargel dazugeben und die Butter hinzufügen. Mit 2 EL Spargelsud ablöschen und bissfest garen. Die Morcheln dazugeben, mit Sherry und ca. 2 EL Spargelsud ablöschen, kurz aufkochen, dann vom Feuer nehmen. Die eiskalte Butter in Flocken untermischen. Mit Zitronensaft, Salz und Cayennepfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreuen.

Zutaten:

- 500g Spargel, Weißer
- 500g Spargel, Grüner
- 2 1/2 dl Hühnerbrühe
- 150g Morcheln, frische
- 1tl Puderzucker
- 20g Butter
- Zitronensaft
- Salz, Cayennepfeffer, Petersilie



Veranstaltungskalender -Juni 2016

01.08.2016 Lachyoga Lern- und Therapiezentrum, Kupferdreher Strasse 217, 45257 Essen Eintritt: z.Z. unbekannt Öffnungszeiten: 18:00 Uhr	26,30€ Öffnungszeiten: 20:00 Uhr	24.08.2016 Voivod Kanadische Metal-Band Turock, Viehofer Platz 3, 45127 Essen Eintritt: 22,95€ pro Person Öffnungszeiten: 20:00 Uhr
03.08.2016 Ruhrtalfahrt - Weiße Flotte Baldeney Fahrt von Kupferdreh bis zum Mülheimer Wasserbahnhof Weiße Flotte Baldeney, Hardenbergufer 379, 45239 Essen Eintritt: Erw.: 25,50€ Kind: 12,50€ Familienticket Erw. 1: 25,50€ Familienticket Erw. 2: 25,50€ Familienticket Kind 1: 1€ Zusatzticket Kind: 5€ Öffnungszeiten: 11:00 Uhr	10.08.2016 An evening of words and music with Patti Smith Lichtburg Essen, Kettwiger Straße 36, 45127 Essen Eintritt: Sitzplatz Kategorie 1: 77,10€ Sitzplatz Kategorie 2: 68,60€ Sitzplatz Kategorie 3: 57€ Sitzplatz Kategorie 4: 43,60€ Öffnungszeiten: 20:00	28.08.2016 Kapitänsfrühstück auf der Ruhr 2 1/2 stündige Schifffahrt durch das schöne Ruhrtal zum Kettwiger Stausee und zurück MS Heisingen, 45239 Essen Eintritt: ab 24€ Öffnungszeiten: 10:00 Uhr
06.08.2016 Peppermint Twist Musikrevue der wilden 60er Jahre Theater Courage, Goethestraße 67, 45130 Essen Eintritt: Normalpreis: 18,60€ Studenten/Arbeit Suchende: 15,30€ Schüler bis 18 / Empfänger von ALG II: 12€ Rollstuhlfahrer + Begleitung:	12.08.2016 Metal Church Eine amerikanische Metal-Band aus Seattle Turock, Viehofer Platz 3, 45127 Essen Eintritt: 29,50€ (Stehplatz) Öffnungszeiten: 20:00 Uhr	30.08.2016 Rock und Pop im Pott Sechs Jahrzehnte Musikgeschichte des Ruhrgebiets Colosseum Theater, Altendorfer Straße 1, 45127 Essen Ruhr Museum, Gelsenkirchener Str. 181, 45309 Essen Eintritt: z.Z. unbekannt Öffnungszeiten: 10:00-18:00 Uhr
	19.08.2016 Tango Argentino Open-Air Tanz Musikpavillon, Grugapark, Virchowstr. 167a, 45147 Essen Eintritt: z.Z. unbekannt Öffnungszeiten: 18:30-22:00 Uhr	
	20.08.2016 Wo bitte geht's zur Bank Theaterstück von Sigi Domke Kulturzentrum GREND, Westfalenstr. 311, 45276 Essen Eintritt: 17,50€ pro Person Öffnungszeiten: 20:00 Uhr	



Impressum

Herausgeber:

Zentrum für Joborientierung
Sabinastr. 27
45136 Essen
Tel.: 0201 220 86 73

Redaktion:

Chefredaktion: sw
Layout: js
Stellv. Chefredaktion & Stellv. Layout: ki

Titelbild:

mh

und weitere

Die Zeitschrift „Infolette“ erscheint einmal im Monat in einer kleinen Auflage von etwa 4 Exemplaren und ist kostenlos.

Die aktuellen Ausgaben sind auch online verfügbar unter:

www.essener-palette.de/ZFJO/neues.html

Copyright-Hinweis:



Einige Bilder und Textabschnitte können von Internetseiten, wie z.B. Wikipedia.de, stammen.

Nicht selbst erstellte Texte werden als solche gekennzeichnet. Das Copyright liegt beim jeweiligen Inhaber. Wir distanzieren uns ausdrücklich von weiteren Inhalten fremder Webseiten, deren Material wir für unsere Zeitung verwendet haben.

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe ist der 25. Juli 2016. Druck erfolgt voraussichtlich am 01. August 2016.

Beiträge, Ideen und Vorschläge werden gerne von der EDV-Abteilung entgegen genommen und bearbeitet.

