

ZEITZEUGEN

MITTEILUNGSBLATT DER ZEITZEUGENBÖRSE HAMBURG

Vom Essen und Genießen Ernährung im Wandel

Liebe Leserinnen und Leser.

der Titel suggeriert zwar, in dieser Ausgabe gehe es vorwiegend um Ernährung. Wir starten aber mit vier Beiträgen zu Erlebnissen unserer Zeitzeugen bei Auslandsreisen, die in der Nachkriegszeit noch durch die Folgen des Zweiten Weltkrieges geprägt waren.

Im zweiten Teil erhalten Sie Einblicke, wie sich die Ernährungsgewohnheiten und die Lagerung von Lebensmitteln im Laufe der letzten 80 Jahre nachhaltig und unwiderruflich verändert haben. Ausgangspunkt ist „Dr. Oetkers Schulkochbuch“, das in den dreißiger Jahren für jedermann (damals wohl eher jederfrau) Kochen nach Rezept etablierte.

Später wurden durch den Gebrauch

von Kühlschränken frische Lebensmittel für einen längeren Zeitraum verwendbar und es konnte „größer“ eingekauft werden.

Die in den siebziger Jahren so günstigen Lebensmitteldosen vom Discounter – hier vor allem Südfrüchte – haben ihren Zenith der Beliebtheit beim Verbraucher längst überschritten. Frische ist Trumpf... und Frische ist genau wie viele Süßigkeiten schon lange für die meisten bezahlbar geworden.

Inzwischen ist „weniger oft mehr“! Am Beispiel Vegetarismus bei uns nachzulesen. Wir wünschen diesmal „Guten Appetit!“ beim Lesen!

(i. A. der Redaktion)

Ressentiments

(1957)

Im September 1957 lagen der Krieg und die Aufdeckung der Gräueltaten der Nazis an den Juden zwölf Jahre zurück. Längst hatten wir angefangen, ein normales Leben zu führen und allen Menschen unbefangen zu begegnen.

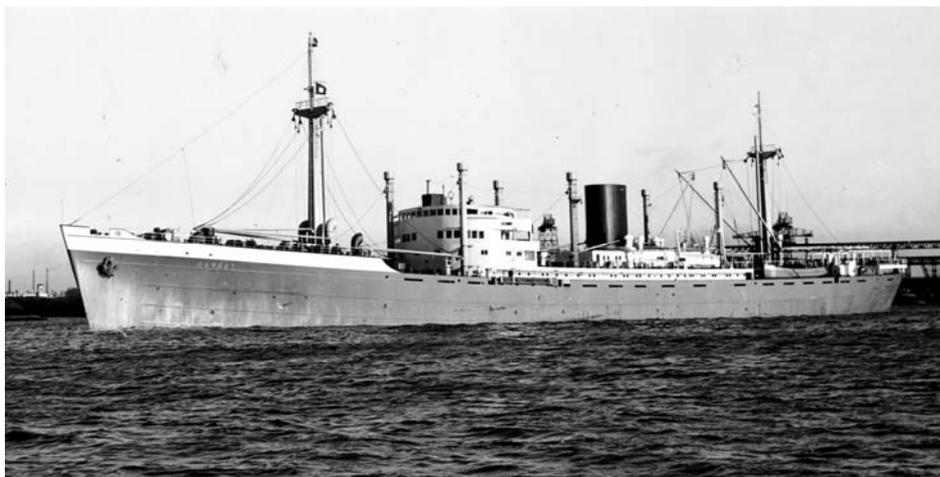
Besonders durch meinen Beruf in der Schifffahrt hatte ich mit Menschen aus allen Kontinenten Kontakt. Und wonach steht einem der Sinn, wenn man täglich Reisende in alle Welt zu buchen hat? Na klar, ich wollte mit meinem Mann eine zünftige Frachtschiffreise in unserem Urlaub 1957 machen.

Auf der „Kota Gede“ (siehe Foto unten), einem 7.300 BRT großen (heutzutage kleinen) Frachter unserer Reederei, Koninklijke Rotterdamsche Lloyd, auf dem 10 Kabinen zur Verfügung standen, bekamen wir eine Doppelkabine auf dem Promenaden-deck. Allerdings ohne Bad und WC.

Solchen Luxus hatten viele Frachter damals noch nicht. Wir waren trotzdem glücklich und zufrieden, diese interessante Seereise ab Rotterdam um Spanien und Gibraltar herum nach Marseille, Savona und Genua machen zu können.

Sechs unserer Mitreisenden nach Genua waren holländische Kollegen aus dem Reedereibüro in Rotterdam mit ihren Frauen, die auch dorthin reisen wollten. Außerdem war ein Psychologe an Bord, der bis zum Bestimmungshafen Djakarta/Indonesien gebucht hatte. Er betreute dort in einer Klinik nervenranke Menschen.

Bei den Mahlzeiten am Kapitänstisch lernten wir uns alle näher kennen. Verwundert war ich, als ich nach zwei Tagen auf See ein Ehepaar an Deck traf, das ich vorher nicht gesehen hatte. Ich grüßte freundlich und erwartete natürlich einen Gegengruß. Aber beide schauten förmlich durch



mich hindurch, wandten sich ab und verschwanden in Richtung Kabinen. Ich wunderte mich sehr. Und wieso saßen diese beiden Passagiere nicht mit uns am Kapitänstisch? War das ein Fall für unseren Psychologen? Er war ein lustiger, aufgeschlossener Mann, nannte mich „De Kommandant van det U-Boot“, weil ich als einzige Frau hier an Bord in blauen Marinehosen herum lief. Also fragten wir, was mit diesen beiden denn los sei. Von ihm erfuhren wir, dass sie Juden waren, sie wollten keine Deutschen mehr sehen, und sie aßen getrennt im Aufenthaltsraum.

Mein Mann und ich waren darüber sehr betroffen, hatten dann aber Ver-

ständnis dafür. Wir wunderten uns eigentlich, dass die Holländer uns am Kapitänstisch akzeptierten und nicht das jüdische Ehepaar. Aber dann sagte einer der Holländer: „Hamburger sind zwar Deutsche, aber sie sind Hamburger, und mit denen haben wir nur gute Erfahrungen.“

Das half uns sehr, unsere Reise doch noch zu genießen. Aber die Wunden der jüdischen Seelen waren zwölf Jahre nach dem Krieg und fast 25 Jahre nach Beginn der Verfolgung der Juden in Deutschland noch lange nicht geheilt. Wie lange wird dieser dunkle Schatten noch auf uns lasten?

Lore Bünger

Deutsche in Dänemark

(1963)

Diese bittere Erkenntnis erlebte ich 1963.

Ein kleiner Ferienort am Kattegatt in Dänemark, nicht weit von Kopenhagen. Es war mein erster Auslandsurlaub mit der Familie, in einer Zeit, in der einige Deutsche immer noch nicht begreifen konnten, dass wir den Krieg verloren hatten. Mit einem Sprachführerbuch von Langenscheidt hatte ich mir Mühe gegeben, Dänisch zu lernen. Am Urlaubsort fiel beim morgendlichen Einkauf auf, dass hier ebenso wie in anderen Geschäften, die Bäckerfrau und ihre Verkäuferinnen in vielen Sprachen Kunden bedienten, nur nicht auf Deutsch. Meine dänische Aussprache muss wohl fürchterlich gewesen sein, denn nach

einigen Tagen fragten sie mich also, aus welchem Land ich denn käme.

Als ich Auskunft gab, erhellten sich die Gesichtszüge und man sprach plötzlich Deutsch mit mir, aber nur mit mir! Vielleicht weil sie merkten, dass ich Dänisch zu sprechen versucht hatte.

In den nächsten Tagen lernte ich nun von den Dänen, meistens schon am frühen Morgen, wie die Backwaren auf Dänisch hießen und auch was sonst dort üblich und wichtig war. Alle waren rührend um mich bemüht, und das alles auf Deutsch.

Eines Morgens stand ich allein mit der Bäckerfrau im Geschäft, als ein forscher Mann in den Laden stürzte und in einem mir immer noch wohl-

bekanntem Kommando-Ton mit nur zwei Worten verlangte: „Vier Brötchen!“. Die Verkäuferin antwortete höflich, wohl meinetwegen sogar auf Deutsch, dass die Brötchen erst in etwa zehn Minuten aus der Backstube kommen würden. Darauf dieser Kunde mit schneidender Stimme: „Was, sieben Uhr und noch keine Brötchen?“, drehte sich um und verließ

mit den Worten „Fauler Pack!“ geschwind den Laden.

Während ich wie versteinert da stand, deutete die Bäckerin an, dass ich jetzt wohl verstehen könne, weshalb Dänen ungern Deutsch sprächen.

Selten war mir im Leben ein Augenblick so peinlich wie dieser.

Karl-August Scholtz

Fremd-Einflüsse?

Abneigung gegen Ausländer? Ach wo. Es hat mir immer Freude gemacht, Fremde in ihrer eigenen Sprache zu begrüßen. Daran hat sich bis heute nichts geändert. Zuerst habe ich das 1944 ausprobiert, als wir, ich war damals 13, im Rahmen der Kinderlandverschickung ins heutige Tschechien verbracht worden waren. „Ahoj!“, sagten wir, meine Kameraden und ich, wenn wir einen Laden betraten. Den Einheimischen gefiel das offenbar; sie sahen uns an, nickten und lächelten. Eines Tages aber sagte uns ein Tscheche, der gut Deutsch sprach, ahoj heiße so viel wie „auf Wiedersehen“ (es entspricht unserem Tschüß). Peinlich!

Bei Reisen ins Ausland nehme ich immer ein kleines Wörterbuch mit. Begrüßungen (und mehr) auf Englisch, Französisch, Spanisch oder Italienisch klappen damit eigentlich immer; für mich gehört das zum guten Ton.

In einem Kaufhaus in Stockholm standen hinter mir im Fahrstuhl ein

(1944 bis heute)

paar junge Deutsche, die irgend eine Auskunft wollten. Einer meinte, man solle mich einfach fragen, ein anderer hielt mich für einen Schweden, während ein Dritter überzeugt war, ich sei Deutscher. Sie diskutierten, ich verzog keine Miene. Schließlich hielt der Fahrstuhl. Einer wollte an mir vorbei, merkte aber, dass ich auch aussteigen wollte und ließ mir den Vortritt. „Tack så mycket!“, dankte ich und hörte noch, wie einer sagte: „Siehste, der is doch ´n Schwede.“

Und hierzulande? Deutschland ist Einwanderungsland geworden. Die größte Gruppe stellen die Türken. Wenn ich in eines ihrer Geschäfte gehe, um Obst oder Gemüse zu kaufen, sage ich „Merhaba!“, das heißt „Guten Tag!“. Beim Verlassen des Ladens verabschiede ich mich mit „Allahaismarladik“ und bekomme ein freundliches „Güle güle!“ zur Antwort. Unsere türkischstämmigen Mitmenschen fühlen sich akzeptiert, und das gefällt mir.

Anders ist es, wenn ich mit Bus o-

der U-Bahn fahre und mit Fremden auf Tuchfühlung zusammenkomme. Wenn die dann eine Sprache sprechen, die ich nicht verstehe, ist das deren Sache. Kritisch wird es, wenn es eine Gruppe ist, die sich lauthals unterhält. Dann fühle ich mich ausgeschlossen und komme mir manchmal vor wie – fremd im eigenen Land.

Ob das auch Mallorquiner empfinden, wenn die Deutschen dort massenweise aufkreuzen und sich benehmen, als gehöre ihnen die Insel? Gut, Mallorcas Haupt-Einnahmequelle ist der Tourismus, darauf haben die Einwohner sich eingestellt. Ein ganz anderes Beispiel: Wir machten Urlaub in Bodrum (Türkei). Bei einem Teppich-

händler erklärte uns ein junger Mann akzentfrei auf Deutsch die Technik des Teppichknüpfens. „Sie sprechen aber gut Deutsch!“, staunte meine Frau. „Sie aber auch!“, antwortete er. Es stellte sich heraus, dass er in Harburg (!) geboren und aufgewachsen und danach mit seinen türkischen Eltern in deren Heimatland zurückgekehrt war.

Sich anpassen – so oder so – ist das zu viel verlangt? Ich finde, es ist ein Unterschied, ob jemand beispielsweise auf Mallorca als Urlauber unangenehm auffällt oder als Ausländer ständig hier lebt. Mehr Rücksichtnahme wäre schön.

Claus Günther

„West“ und „Ost“ in Bulgarien

(60er Jahre)

In den 60er Jahren des vergangenen Jahrhunderts hatten wir hier in Hamburg bereits mehrere kalte Sommer erlebt. So haben wir es gewagt, obwohl wir noch nicht einmal zehn Jahre in West-Deutschland lebten, einen Urlaub in Bulgarien an der Schwarzmeerküste zu buchen.

Bulgarien war auch ein begehrtes Reiseziel für unsere ostdeutschen Landsleute. So blieb es nicht aus, dass wir am Strand auch mit ihnen ins Gespräch kamen. Mit einer Familie haben wir uns besonders gut verstanden, so dass wir beschlossen gemeinsam zu Mittag zu essen.

Im Speisesaal waren jedoch die Gäste aus dem Westen von den Ostdeutschen getrennt. Dieses wussten wir

aber nicht oder wollten es auch nicht wissen. Wir nahmen also gemeinsam mit unseren Strandbekannten in deren Speisesaal Platz.

Als die Bedienung das Essen brachte (es handelte sich um Suppe mit einer Wurst) konnten wir sehen, dass der Kellner die Teller übereinander gestapelt servieren wollte. Es konnte nicht ausbleiben, dass die Unterseite des jeweils oberen Tellers mit Suppe beschmutzt war. Dieses veranlasste meine Frau zu einem, man kann schon sagen, recht provozierenden Lachen. Daraufhin wurde der Kellner sehr böse und sagte: „Du nix bekommen!“ Dies wiederum veranlasste mich zu der Feststellung, dass sich so etwas in Hamburg kein Kellner erlau-



ben dürfe.

Er hatte wohl bloß das Wort Hamburg verstanden, und sofort war sein Verhalten wie umgewandelt. Selbst-

verständlich wurde unser Tisch prompt bedient, obwohl wir noch nicht an der Reihe waren.

Richard Hensel

Ich koche nach

„Dr. Oetkers Schulkochbuch“

(1933, 1935)

In den Jahren vor 1933 musste am Essen sehr gespart werden, aber danach wurde wieder in die Kochbücher geschaut... aber nur geschaut, denn mit den Angaben: „Halbes Pfund Butter, 8 – 10 Eier und sonstige Zutaten“, konnte man auch damals kaum kochen.

1935 kam dann mit viel Propaganda und Anpreisungen das „Dr. Oetker Schulkochbuch“.

Es war verständlich beschrieben, sogar wie man Kaffee und Tee kochen kann. Meine Chefin kochte als erstes ein Kohlgericht nach Dr. Oetkers Angaben. Ein Stück mageres Ochsenfleisch, mit etwas Fett und viel Zwiebeln kurz anbraten, den geschnittenen Kohl dazu geben, würzen und mit etwas Wasser auffüllen, das Fleisch oben in den Kohl legen und garen lassen. Wie lange, weiß ich nicht mehr. Aber der Kohl schmeckte sehr gut.

Meine Mutter gab den geschnittenen Kohl in den Topf, viel Wasser drauf und dann salzen und ein Stück vom fetten Schweinebauch dazu. Der Kohl war immer wässrig und zu fett.

Meine Chefin probierte immer mehr aus und übergab mir manchmal das Kochbuch: „Nun sind Sie dran.“ Ich machte dann gerne Aufläufe. Das waren neue Gerichte, aber sie schmeckten gut.

Nach dem Buch wurde dann in vielen Familien gekocht, die Rezepte und Erklärungen passten gut in jeden Haushalt und schonten den Geldbeutel.

Zu Weihnachten backte meine Chefin zum ersten Mal den Quarkstollen



Schulkochbuch, Ausgabe um 1935

nach Dr. Oetker. Der schmeckte so gut! Aber nicht nur damals, er wird heute weiterhin in unserer Familie gebacken. Meine Töchter haben noch nach dem Oetker-Kochbuch gelernt, und die Enkel haben sich die alten Kochbücher angeeignet.

Es war ein sehr gutes Kochbuch, hatte aber vielleicht auch die Aufgabe, die Bevölkerung auf die kommende Nahrungsmittelknappheit vorzubereiten.

Helene Bornkessel

Heiße Würstchen vor 80 Jahren (ca. 1930 bis 1945)

Haben Sie heute am „Stand“ ein Paar Wiener Würstchen gegessen? Und waren diese wirklich aus Wien? Oder waren sie von einem armen Schwein aus Flensburg? Mit Gen-Futter voll gestopft, mit Wachstumshormonen um eine schöne, lange Jugendzeit betrogen und mit Antibiotika auf Vordermann gebracht?

Diese Sorgen hatten wir vor 80 Jahren noch nicht. Unsere Bauern zogen ihre Tiere noch sehr artgerecht auf, und nach der Wirtschaftskrise und Inflation 1923 baute sich so mancher Gartenbesitzer neben einem Hühnerstall auch einen kleinen „Kofen“, um ein eigenes Schwein fett zu machen, bis es „reif“ für ein zünftiges Schlachtfest war.

So hatte auch mein Vater vorgesorgt, für zwei bis drei Monate zog ein junges Schwein in diesen Kofen und wurde für die Versorgung unserer Familie groß gefüttert. Vor Einbruch des Winters konnte dann das große Schlachtfest gefeiert werden.

Ich war fünf Jahre alt und wurde an jenem Morgen zu meiner Großmutter gebracht, damit ich dies Drama nicht miterleben musste. Als sie mit mir ge-

gen Mittag zurückkam, hing das ausgenommene Schwein an einer Leiter, so wie ich es bei unserem Schlachter schon gesehen hatte.

Somit war es für mich nicht „unser“ Schwein, und durch das Erlebnis des „Wurstmachers“ wurde ich total abgelenkt. Tante Alice, die Schwester meines Vaters, stand vor einer großen Waschwanne im Keller und knetete den Mettwurstteig, meine Mutter, die als Stadtmensch blutiger Laie war, bediente den großen Fleischwolf und sorgte für Mett-Nachschub. Tante Alice streute Salz und Pfeffer in die Masse, knetete wieder und nahm dann eine ganze Hand voll in den Mund zum probieren. Kein Wunder, dass sie so dick war, denn zu Schlachtfesten wurde sie in der Familie und Nachbarschaft „herumgereicht“. Ihre Wurstrezepte waren die Besten im ganzen Dorf. Onkel Lorenzen, Schlachtermeister, brachte die beiden Schinken in den Keller. Dort hatten wir eine Räucherammer, in der Schinken und Würste fachgerecht geräuchert wurden. Der große Waschkessel wurde sorgfältig geschrubbt, einige Eimer Wasser wurden eingefüllt und zum

Kochen gebracht für das so genannte fette Wellfleisch, das nach getaner Arbeit als Schlachtfest-Spezialität mit viel Senf und Pellkartoffeln gegessen wurde.

Es wurden natürlich auch Leber-, Blut- und Kochwürste zubereitet. Pökelfleisch wurde gemacht, ich weiß nicht wie, und in großen Steinkrügen mit Schmalz hatten wir Vorrat für den ganzen Winter.

Schlachtfest war früher so populär, dass wir sogar in unserer „höheren

Mädchenschule“ noch im November 1934 einen Aufsatz „Schlachtfest“ schrieben. Und besonders wichtig wurde so ein Schwein während und erst recht nach dem Krieg, als wir vor Hunger nicht mehr in den Schlaf kamen und die Tiere „schwarz“ geschlachtet wurden, wofür man unter Umständen in den Knast kam.

Heute gibt es die Wurst von Aldi oder Lidl und keiner weiß, was drin ist.

Lore Büniger

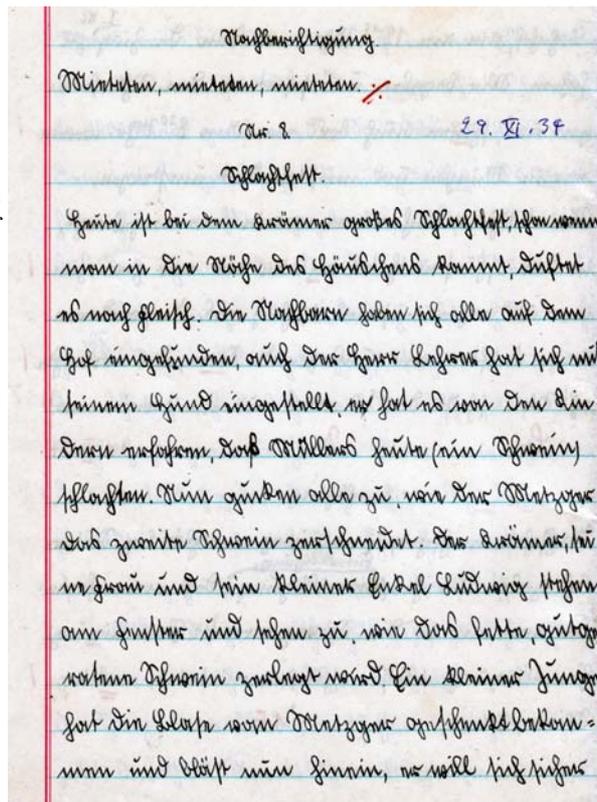
Auszug aus Lore Bünigers Diktatheft (1934)

„Schlachtfest“

Heute ist bei dem Krämer großes Schlachten. Schon wenn man in die Nähe des Häuschen kommt, duftet es nach Fleisch. Die Nachbarn haben sich alle auf dem Hof eingefunden, auch der Herr Lehrer hat sich mit seinem Hund eingestellt. Er hat es von den Kindern erfahren, dass Müllers heute (ein Schwein) schlachten. Nun gucken alle zu, wie der Metzger das zweite Schwein zerschneidet.

Der Krämer, seine Frau und sein kleiner Enkel Ludwig stehen am Fenster und sehen zu, wie des fette, gut geratene Schwein zerlegt wird.

Ein kleiner Junge hat die Blase vom Metzger geschenkt bekommen und bläst nun hinein, er will sich sicher (...)



*Global Eaters**(1933 bis heute)**Über Veränderungen unseres Speisezettels*

Süüüüdf Früchte, welch klangvolles Wort! Für mich waren das vor allem Bananen, die habe ich schon als Kleinkind gern gegessen, Anfang der 30er Jahre, frisch oder getrocknet. Auch leckere Ananas gab es dann und wann, ferner Feigen, Datteln, Apfelsinen, Mandarinen ... Lauter exotische Köstlichkeiten, die wir Heranwachsenden später, während der Kriegsjahre, großenteils entbehren mussten. Immerhin: Es gab sie bereits, die Importe aus fernen Ländern.

Dass man heutzutage allerdings – um nur beim Obst zu bleiben – beim Discounter für ein paar Cents Kiwis aus Neuseeland bekommt oder im Winter Erdbeeren aus Israel, davon hätten wir zu jener Zeit nur träumen können.

Aber heutzutage kann man ja auch überall Urlaub machen, fast in der ganzen Welt! Manches, was man im Ausland genießt, kocht man hierzulande nach. Obendrein sind etliche Ausländer bei uns zu Inländern geworden, besonders in der Gastronomie.

Was hat sich diesbezüglich nicht alles verändert! Angefangen bei Imbiss-Ständen und Döner-Buden bis hin zum Pizza-Lieferservice hat der „schnelle“ oder anspruchslose Esser heute eine Vielzahl an Möglichkeiten, sich zumindest kostengünstig zu ernähren – wenn auch nicht immer ge-

sund – ohne selbst kochen zu müssen. Und während sich meine Eltern einmal im Monat den Besuch in der Fischbratküche leisten konnten, ist das „Essen gehen“ heutzutage üblich geworden, und bei besonderen Anlässen ordert man den Partyservice oder lässt sich sogar in einem Spitzen-Restaurant verwöhnen. Das nennt man dann wohl Esskultur.

Wie und wann das angefangen hat? Bei mir zum Beispiel mit der böhmischen Küche während meiner Zeit in der KLV (Kinderlandverschickung während des Zweiten Weltkriegs): Viel Sauerkraut (allzu viel!), Knödel, Rohnudeln, Dampfudeln.

Nach dem Krieg, 1947 – ich weiß bis heute nicht, wieso – haben wir ein einziges Mal ein Care-Paket bekommen, obwohl wir weder Verwandte noch Bekannte in den USA hatten. Da habe ich zum ersten Mal amerikanisches Corned Beef gegessen.

Später wurde der sonntägliche Gang ins China-Restaurant üblich. Dann haben wir einen Griechen entdeckt, danach einen Italiener, schließlich einen Türken, bald darauf einen Inder, Vietnamesen, Syrer, Portugiesen, Japaner ... Na, und für den kleinen Hunger zwischendurch ist ein Cheeseburger von McDonalds auch nicht zu verachten. Halt: Das deutsche Hähnchen sei nicht vergessen! Oder Vegetarisches, wenn nicht gar Veganisches...

Ja, wir sind zu „Global Eaters“ geworden. Und vieles kann man, wer will, zu Hause nachkochen – nicht zuletzt dank Tiefkühlkost.

Fazit: Nirgendwo klappt die Völkerverständigung besser als im kulinarischen Bereich!

Nur eines stimmt bedenklich: Wenn die Entwicklung so weiter geht, werden wir uns einen Besuch in einer Fischbratküche – so lange noch welche existieren! – in absehbarer Zeit kaum noch leisten können.

Claus Günther

Ananas mit Zinkgeschmack

(1963 bis heute)

Regionales und Ausländisches: Die Vielfalt des Essens. Ich kann mich noch gut erinnern, wie in den 1970er und 1980er Jahren die exotischen Früchte in die deutschen Geschäfte kamen. Vieles kannte ich nur aus Dosen und von Fotos: Ananas war ganz selbstverständlich Dosenware. Granatapfel war ein exotischer Saft; wie die Früchte aussahen, wusste ich früher gar nicht.

Heute kauft man die Früchte sogar bei Lidl. Aber immerhin: Als ich Ende der 1990er dienstlich in Kairo war, habe ich meiner Familie von dort frische Granatäpfel mitgebracht – und die schmeckten großartig und viel intensiver als die „frischen“ Früchte hier. Tempora mutantur. Sind wir durch die vielen exotischen Früchte heute glücklicher geworden?

Mango kannte ich als Frucht auch nicht. Bei manchen Früchten weiß ich auch heute nicht, was das ist, was ich da auf dem Markt in der Auslage sehe. Maracuja kenne ich als Saft, schmeckt auch gut. Die erste Maracuja in echt fand ich nur schleimig, sie sah aus wie Spucke. Muss man ja auch nicht mögen. Feigen habe ich

zum ersten Mal in den 1980ern im Tessin in einem Spätsommer am Baum gesehen, gepflückt und gegessen – und die schmeckten wirklich hervorragend, ganz anders als die getrocknete Weihnachtsdekoration, die ich mit dem Namen „Feige“ verband.

Natürlich wusste ich damals wie heute, dass es die Dosenware irgendwo auf dieser Welt auch als frische Frucht gab. Die muss auch anders schmecken als unsere Dosenwaren, und anders auch als „Frischware“, die wochenlang mit dem Schiff unterwegs ist. Neuerdings kommt sie per Flugzeug, verbraucht Unmengen an Kerosin, und dann schmeckt die Mango wie eine „Mango“ – deren frischen Geschmack man ja auch gar nicht kennt. Man beurteilt „gut“ und „schlecht“ ganz anders, als ein Einheimischer, bei dem die Frucht wächst.

Die spanischen Früh-Erdbeeren sind auch geschmacklos gegenüber unseren Vierländern!

Eine Offenbarung war für mich die Lychee: Wir haben ja nicht einmal einen deutschen Namen dafür, so

unbekannt ist die Frucht. Als Dosenware schmeckte sie fade. Einmal hatte ich „frische Lychee“ bei uns gekauft – war nicht wesentlich besser. Aber 1985 in China gab es Lychee wie bei uns Erdbeeren als Massenware frisch von der Ernte. Der Unterschied ist gar nicht zu beschreiben. Ein großartiger Geschmack. Den kann die Frucht gar nicht konservieren, bis sie hierher kommt.

An Ananas habe ich mich gewöhnt und mag sie heute. Ich kann mich noch an meine erste Ananas erinnern, an die erste frische. Das muss Ende der 70er oder Anfang der 80er gewesen sein. Ich war maßlos enttäuscht von dem Geschmack. Es fehlte einfach etwas bei der „echten“ Frucht, die Dosenware war eindeutig besser. Die Dosenananas hatte etwas ganz Spezielles. Es dauerte sehr lange, bis ich merkte, was mein Lieblingsgeschmack war: Zink. Die Ananas aus der Dose schmeckte nach Dose, nach dem Material der Dose, nach Zink. Natürlich fehlte der in der echten Ananas. Auch die Mandarinen aus der Dose haben so einen typischen Dosegeschmack. Und in den Obstsalat passt auch immer noch die Dosenmandarine – so war schließlich Obstsalat „schon immer“. Und der Dosen-saft der Dosenmandarine schmeckt ja auch gut.



1963 habe ich als Student ab und zu im Hafen gejobbt und Ware aus Stückgutfrachtern gelöscht. Einmal war dies ein Schiff aus Formosa, das Konserven geladen hatte – Champignons (die kosteten damals noch ein Vermögen) und Mandarinen. Die Dosen standen in Mengen auf Paletten, die der Kran aus dem Bauch des Schiffes hievte. Einen Teil des Unterdecks konnte der Aufpasser des Schiffes nicht einsehen. Dort in der Dunkelheit gab's Mandarinsaft! Die Hafendarbeiter hatten ein kleines Gerät, wie einen Libby-Dosenstecher, mit dem sie ein Loch in die Mandarindose pieksten, die Dose an den Mund führten und den Saft austranken. Die Dose wurde dann wieder in die Palette gestellt. In manchen Läden waren die wohl nicht mehr verkäuflich. Dieser Saft schmeckte.

Natürlich ist frischer Orangensaft etwas herrliches. Aber Mandarinsaft ist Saft aus der Dose.

Heute gibt es auch noch Mandarinen aus der Dose. Aber man muss schon danach Auskuck halten, sonst findet man sie nicht mehr.

Auch mit Bananen ist das so eine Sache. Auf Kreta habe ich frische Bananen von der Staude (aus dem Gewächshaus) gegessen – mit dem Geschmack unserer Bananen aus Costa Rica waren sie gar nicht zu vergleichen.

Und dann gibt es ja noch die einheimischen Früchte zu exotischen Zeiten. Erdbeeren gehören in den Juni und Juli, Kirschen in den Juli. Heute kann

man Erdbeeren auch im Januar kaufen – aus Israel oder Südafrika und sonst woher. Sie sind vom Preis her sogar erschwinglich. Ich kann mich erinnern, wie ich als Student in den 1960ern bei Verwandten war. Es war Januar. Mein Onkel hatte seiner Frau eine Schale Erdbeeren mitgebracht, die er bei Michelsen an der Waitzstraße erstanden hatte. Zwölf Mark die Schale. Das war ein so ungeheurer

Luxus und ein Preis fernab von meiner Vorstellung. Sechs Euro für eine kleine Schale Erdbeeren wäre auch heute teuer, selbst im Januar. Erdbeeren werden sogar im Januar in vielen Läden angeboten und verkauft – und nur in einem einzigen Feinkostladen in einer großen Stadt wie Hamburg. Die Zeiten ändern sich. Und das, was „wir“ kaufen, ändert sich auch.

Carsten Stern

Vegetarismus und seine Folgen (1979 bis heute)

Nach meiner Bronchial-Krebs-Operation im Jahr 1979 stellte ich nach und nach meine Lebensgewohnheiten und ganz besonders meine Ernährung völlig um. Der Vegetarismus startete gerade sehr intensiv durch, und ich nehme die neuen Botschaften begeistert auf.

Krankheitsbedingt mag ich sowieso schon lange kein Fleisch mehr essen. In den neuen Kochbüchern über Vollwertkost finde ich Getreidegerichte, die sättigen und mir außerordentlich gut schmecken und auch sehr gut bekommen.

Der Anblick toter Tiere erweckt Abscheu in mir. Immer mehr gewaltig große Stallungen entstehen. Ein Bauer muss riesige Mengen Getreide und Futter anbauen, um diese Tiere zu füttern. Das steht in keinem angemessenen Verhältnis zur Fleischproduktion! Als dann aus Sparsamkeitsgründen auch noch das falsche Futter an die Rinder verfüttert wird, erleben wir den Rinderwahn mit allen seinen

schrecklichen Folgen. Und was machen wir, wenn wir unsere Meere leer fischen und auch unseren Planeten, die Erde, immer weiter ausbeuten? Viel zu langsam verstehen die Menschen den ökologischen Sinn des Vegetarismus.

Für mich sind die frischen, bunten Salate, garniert mit Hühnereiern und sogar Blüten (!), von Anfang an regelrechte Festessen und gleichzeitig ein Augenschmaus!

Ich überwinde mein Kranksein, fühle mich nach der Umstellung wieder besser und gesund. Meine Familie ist nicht sofort vom vegetarischen Essen zu überzeugen; eher etwas zögerlich folgt sie mir erst viel später nach!

Wenn ich Fremden von meinen neuen Erfahrungen mit den vegetarischen Speisen erzähle, lachen sie mich aus und verhöhnen mich. Ich muss mich laufend gegen diese Menschen verteidigen, komme mir immer wie eine Missionarin vor, wenn ich

erkläre, dass wir unseren Protein- und Fettverzehr ohne/oder mit weniger Fleischrationen verringern können! Ich lerne, dass wir mit der vegetarischen Kost unseren Körper reinigen, sie ist Prophylaxe und Therapie von Krankheiten und sie stärkt unsere körpereigenen Abwehrkräfte, und der vielleicht wichtigste Punkt ist, dass wir noch Geld dabei sparen!

Leider reagieren die Krankenhausküchen schwerfällig auf die neue Kost! Ich erlebe das selbst in der Klinik. Als es mittags Rouladen auf Kartoffelbrei gibt, nimmt mir die Krankenschwester ganz einfach die Roulade wieder vom Teller, denn ein

vegetarisches Gericht kann sie mir leider noch nicht anbieten!

Auch die Kantinen in den Großbetrieben zögern lange, bis sie wenigstens ein zusätzliches vegetarisches Gericht auf die Tageskarte setzen, erzählen mir meine berufstätigen Freunde.

Inzwischen sind über 30 Jahre vergangen. Eine Multi-Kulti-Gesellschaft und die dazugehörigen verschiedenen Kulturen haben mit ihren Restaurants eine Vielfalt und große Auswahl an vegetarischen Gerichten geschaffen – und wir haben somit viel dazugelernt.

Marianne P. Wriedt

Kaufen, um zu essen

Schokolade? Bonbons? Mars? Duplo? Das nimmt man heute oft mal so mit aus dem Supermarkt. Wenigstens gilt das für die allermeisten Deutschen heutzutage. Das Geld reicht dafür.

Es gibt allerdings heute mehr und mehr Menschen, die mit dem Pfennig, pardon, dem Cent, rechnen müssen und sich diese kleinen Annehmlichkeiten nicht mehr leisten können. Und auch hier zeigt sich der Trend von heute, dem ersten Jahrzehnt dieses Jahrhunderts: Die Schere zwischen Arm und Reich öffnet sich: Die Billigschokolade von Milka oder Sarotti für unter einen Euro (vor acht Jahren zu DM-Zeiten: Unter einer DM!), die teure Schokolade von Lindt, Rausch oder

(50er Jahre)

Schweizer oder belgischen Marken für ab zwei – drei Euro. Für eine Tafel. Beide Sorten gibt's heute in jedem Supermarkt, bei Budni, bei Karstadt. Viele Kleinigkeiten sind nach der Euro-Einführung Luxus geworden. Deshalb: Schokolade mit hohem Kakaoanteil wird ein Luxusartikel. Kaufen zum Genießen.

Schokolade war ein Luxusartikel, als ich Kind war. In der ersten Hälfte der Fünfziger. Kaufen war zum Essen nötig. Genießen tat man eigentlich frühestens ab Ende der fünfziger Jahre, als man mehr Geld zur Verfügung hatte und die dringenden Bedürfnisse gestillt waren, die Möbel alle in der Wohnung standen, das Kochgeschirr vollzählig, die ersten technischen Apparaturen die Küche

eroberten und bezahlbar waren. Und Schokolade, eine Tafel, war ein Geburtstagsgeschenk oder ein Geschenk für Weihnachten (allerdings nicht das einzige), es war nichts für mal „zwischen durch“. Und der Preis lag nach meiner Erinnerung immer bei 1,20 – 1,40 DM, auch bei meiner frühesten Erinnerung in den späten fünfziger Jahren, vielleicht sogar bei über zwei DM. Gemessen am Einkommen war das viel Geld.

Lebensmittel kaufte man, um die Bedürfnisse zu befriedigen. Also kurz gesagt: Man kaufte, weil man essen musste. Mehr nicht. Bei uns zu Hause gab es eine Ausnahme: Mein Vater kam sonntags immer schon (oder auch: erst) nachmittags nach Hause, so lange ich denken kann, oft auch erst um achtzehn Uhr. Er brachte Kekse mit, ein wenig Gebäck, 100 bis 200 Gramm. Das aßen wir dann zum „Kaffee“, ein kleiner Luxus.

Ab und zu musste ich Malzbier holen, zwei Flaschen. Die waren nötig für die Brotsuppe, die meine Mutter hin und wieder kochte. In die Brotsuppe gingen die alten trockenen Brotreste, Knüste und anderes rein, die über die Wochen aufbewahrt wurden. Die wurden dann weich gekocht und zerstampft, und das gab dann eine sämige Suppe. Dazu kam das Malzbier, getrocknete Rosinen, und dann ein Schlag Eiweiß-Sahne (die echte Sahne war zu teuer) obenauf als Verzierung. Und Zucker kam wohl auch noch hinein. Wenn man jeden Löffel mit etwas Sahne aß und auch

Rosinen mit auf dem Löffel hatte, schmeckte die Brotsuppe eigentlich ganz gut.

Mir fällt auf, dass ich nicht von Fleisch rede. Ja, ich weiß gar nicht, wo ein Schlachter war oder ob es in unserer Gegend überhaupt einen gab. Ich weiß nur, dass Fleisch teuer war. Fleisch war etwas Besonderes. Weihnachten, Ostern und zum Geburtstag gab es Fleisch. In den späten Fünfzigern gab es auch sonntags Fleisch – eben den Sonntagsbraten. Aber Schlachter waren wohl selten – und da es Supermärkte und Kühltheken noch nicht gab, konnte man bei seinem Kaufmann Fleisch kaum kaufen.

Butter wurde aus einem hölzernen Fass mit einem Holzbrettchen geholt, auf Pergamentpapier geklatscht, mit zwei schmaleren angefeuchteten flachen Holzbrettchen mit Griff – Butterlöffel eben – von oben, von beiden Seiten, wieder von oben, wieder von beiden Seiten geklatscht – so lange, bis die Butter mit zwei-, drei-, viermal Klatschen die richtige Form hatte: Ein flacher Quader. Die Form, in der man heute Butter auch meist kauft.

Nur Sanella, die gab es schon damals im Würfel in der goldfarbenen Packung. Mir ist für Sanella ein Preis von 50 Pfennig im Gedächtnis (das halbe Pfund), und für die Butter denke ich an zwei DM, ebenfalls das halbe Pfund. Und bei Sanella gab es dann die Sanella-Bilder. Aber das ist ein anderes Kapitel.

Carsten Stern

Zeitzeugen im Dialog

Nachtrag zu einem Besuch im
Gymnasium Oldenfelde vom
März 2010:

„Lieber Herr Hensel,

*es ist nun fast schon eine Ewigkeit
her, dass Sie und Ihr Kollege in mei-
ner Geschichtsstunde als Zeitzeugen
über die NS-Zeit berichteten. Zwi-
schenzeitlich waren Sie auch bei
meiner Kollegin im Unterricht.*

*Aufgrund der Organisation und
Durchführung des Frankreichsaus-
tauschs, komme ich erst jetzt dazu,
Ihnen ein paar Fotos Ihres Besuchs
am GOLD (= Gymnasium Oldenfelde,
die Red.) zuzusenden – wie im März
versprochen.*



*Ich möchte mich bei Ihnen - wenn
auch verspätet – nochmal sehr herz-
lich für Ihren Besuch bedanken. Es
war zwar ein kurzer – aber fruchtbar-
er Besuch, der meinen Schüler/
Innen eine viel eindrucksvollere –
nämlich gelebte Geschichte näher-
bringen konnte: Geschichte wird be-
greifbarer.*

Viele Grüße, Anke Kufferath



*Gruppenbild mit Zeitzeugen und Schulklasse am Gymnasium Oldenfelde mit
Richard Hensel und Peter Petersen. Bild oben: Während der Schulstunde.*

Zeitzeugen-Besuch bei der „inab“

Anlässlich eines Gespräches nach einem Vortrag in der Forschungsstelle für Zeitgeschichte hatte Karl-August Scholtz den Kontakt geknüpft. Lehrkräfte der „inab – Unternehmen für Bildung“ (vertreten durch Herrn Heitzmann bzw. Frau Schild) waren an einem Besuch von Zeitzeugen interessiert.

Die „inab“ mit dem Sitz in Winsen bereitet Schülerinnen und Schüler bis zum Höchstalter von 25 Jahren in einem Zeitraum von neun bis elf Monaten auf den Eintritt ins Berufsleben vor, im kaufmännischen oder –schwerpunktmäßig – im handwerklichen Bereich. Die Schüler, vermittelt durch Fachkräfte der Berufs- oder Reha-Beratung der Agentur für Arbeit, bringen die unterschiedlichsten Voraussetzungen mit; auf Disziplin wird großer Wert gelegt.

Wir – Karl-August Scholtz und ich (Claus Günther) – wurden am 31. Mai morgens von zu Hause abgeholt und am Nachmittag wieder zurückgebracht. In Winsen bei der „inab“ erwarteten uns etwa 35 junge Leute, in der Mehrzahl zwischen 16 und 19 Jahre alt; darunter ein Sinto [„Zigeuner“] aktiv begleitet von sechs Lehrkräften. Wir berichteten aus unserem Leben und stellten uns den Fragen, die aber hauptsächlich von den Lehrern kamen – mit Ausnahme eines Jugendlichen, der sich besonders hervortat. Als er allerdings reine Wissensfragen stellte, machten wir klar, dass wir nur

Selbsterlebtes berichten: „Wenn es um Wissen bzw. Suchbegriffe geht, bietet sich beispielsweise das Internet an (Google, Youtube).“

Als Besonderheit ist anzumerken, dass die Jugendlichen im Nachhinein von den Lehrkräften dahingehend geprüft werden, was sie von unseren Erzählungen behalten und verstanden haben.

Bei einem Rundgang durchs Haus wurden uns die Ausbildungsstätten gezeigt, darunter eine Tischlerei, ein Metall verarbeitender Betrieb und eine Küche, deren MitarbeiterInnen uns ein köstliches Mittagessen servierten – die Schulleitung hatte uns eingeladen.

Nächstes Jahr sollen wir wiederkommen.

Claus Günther & Karl-August Scholtz

Zeitzeugen zur Sturmflut 1962

Das war das Thema, worüber Johanna Gagel eine große Facharbeit schreiben möchte. Johanna besucht das Bayernkolleg in Schweinfurt. Mit ihrer Freundin Linda Söllner besuchte sie Norddeutschland und hatte schon Informationen bekommen.

Am 13.8.2010 trafen sich Linda, Johanna, Lisa Schomburg bei mir zu Hause. Die Fragen konnten wir beantworten, alles wurde aufgenommen. Die Ausarbeitung und Bilder bekommen wir zugeschickt.

Ingetraud Lippmann

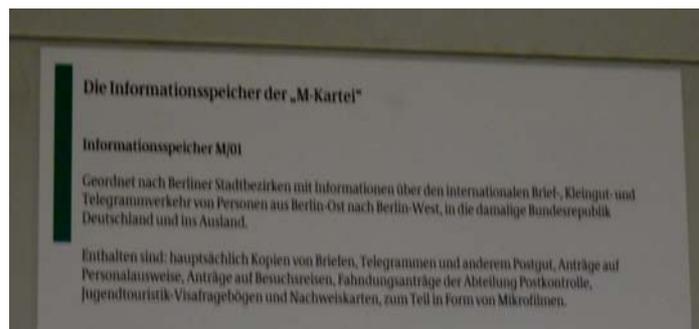
Nicht betroffen? Über eine Berlin-Fahrt „zur Stasi“, 22. Juni 2010

Ein Dankeschön vorweg. Ich meine nämlich, es ist gar nicht so einfach, zehn – und in Berlin sogar vierzehn! – ältere Semester wie uns Zeitzeugen im Auge zu behalten. Aber Carsten Stern, der die Fahrt zur Stasi organisiert hatte, behielt alles (und alle) im Griff ... Ziele unserer Exkursion: Das **Stasi-Museum** und, „gleich nebenan“, die **Archive der Stasi**.

Berlin. Stasi. DDR. Was hatte ich damit zu tun? Nichts, genau genommen. Ein paar Mal bin ich beruflich in West-Berlin gewesen, per Flugzeug, mit der Pan Am, als die Mauer noch stand. Doch hatte ich zur einstigen DDR oder Ost-Berlin absolut keine Verbindung. „Dein Päckchen nach drüben!“ – darum haben sich meine Eltern gekümmert, ebenso in der Weihnachtszeit um die ideell die Brüder und Schwestern in der DDR grüßende Kerze im Fenster. Darüber hinaus benutzte ich die Zweipfennig-Briefmarke NOTOPFER BERLIN.

Man könnte sagen, ich sei „nicht betroffen“; au-

ßerdem ist das ja sowieso alles vorbei. Aber inzwischen weiß ich: Geschichte, nämlich das, was geschehen ist, ist nie zu Ende, solange es noch neue Erkenntnisse oder andere Sichtweisen gibt. Schon allein im **Stasi-Museum** das einstige Arbeitszimmer von Erich Mielke zu sehen oder die Dokumente des Abhör-Wahnsinns, verändert die Sichtweise und wirft Fragen auf: Wie konnte sich nach der Nazi-Diktatur bereits 1949 die stali-



nistisch geprägte DDR etablieren? Und wie war es möglich, dass das Regime nach vierzig Jahren auf friedliche Weise sang- und klanglos unterging?

Danach besuchten wir die **Archive der Stasi**. Und hier sind ein paar Zahlen unerlässlich. 112 Kilometer lang ist das gesamte Schriftgut; bei nur 16 Millionen einstiger DDR-Bürger gibt es 39 Millionen Karteikarten, und in

15.500 Säcken lagert noch zerrissenes Material. Dergleichen hat sich George Orwell selbst in seinen kühnsten Träumen nicht vorstellen können!

Außerordentlich beeindruckt, um viele Erkenntnisse bereichert und

sehr nachdenklich geworden, bin ich nach Hamburg zurückgekehrt. „Danke!“ – auch im Namen derjenigen, die ebenso begeistert und des Lobes voll sind!

Claus Günther

Einladung zur Exkursion in die Kulturhauptstadt Essen

„Wandel durch Kultur – Kultur durch Wandel“ – mit diesem Slogan begrüßt Essen, die 1150-jährige Stadt, als Kulturhauptstadt 2010 Besucher aus der ganzen Welt. Als Zeitzeugen betrachten wir vor allem den Wandel Essens von einem Zentrum der Montanindustrie zur modernen Wirtschafts-, Handels- und Dienstleistungsmetropole im Ruhrgebiet. Die Erfolgsgeschichte der Krupp-Dynastie, der Steinkohlenbergbau, die Folgen des Zweiten Weltkrieges, die Entwicklung der Kulturszene.

Genau wie beim Berlin-Besuch, müssen wir eine Gruppe von mindestens Zehn werden. Bahnkosten der DB ungefähr zwischen 40-60 € abhängig von der Anzahl der Mitreisenden. Die Hotelkosten für ein Doppelzimmer betragen 72 € (EZ 46 €) je Nacht. Zwei Übernachtungen sind im Hotel Kessing, zentrale Lage in Bahnhofsnähe, vorgesehen.

Abfahrt ist am Mittwoch 13. Oktober 2010, ab Hamburg Hbf um 8.46 Uhr.

Folgende Besichtigungen sind an den folgenden Tagen neben einer

Stadtrundfahrt vorgesehen:

> Im Münster (Dom) die Goldene Madonna (älteste Madonnenfigur des christlichen Abendlandes) und Menora (siebenarmiger großer Leuchter, in der Form der Menora im jüdischen Tempel Jerusalem).

> Rundgang im höchsten Rathaus Deutschlands.

> Mit der Kulturlinie 107 zur Zeche Zollverein (Unesco Weltkulturerbe). Mit der U 17 zum Messezentrum und Gruga, dem Tivoli der Stadt. Und evtl. Fahrt mit der Parkbahn (wie einst in Pflanzen und Blumen).

Rückfahrt mit dem ICE ab Essen, Hbf. nach Hamburg, Hbf. um 17 Uhr 36, Ankunft in Hamburg um 20 Uhr 49.

Ich würde mich sehr freuen, wenn auch von den Schleswig-Holsteiner Gruppen jemand Interesse hat, mitzukommen.

Rückmeldung bitte an mich bis 08. Okt. Es wäre gut, wenn ich per E-mail oder Telefon Ihre verbindliche Zusage bekomme. Ich freue mich auf die Rückmeldungen.

Peter Bigos, Tel. 040 551 06 32 67
peter.bigos@web.de

*Treffen - Termine - Ankündigungen***ZEITZEUGEN**Termin Weihnachtsfeier:

Am Montag, den 13. Dezember, 15.-18.00 Uhr, findet im Gemeindehaus St. Ansgar, Niendorfer Kirchenweg 18, unsere diesjährige Weihnachtsfeier statt.

Wie immer bleibt es nicht beim kleinen Imbiss und dem ein oder anderen Stück Kuchen, sondern wir haben auch in diesem Jahr einen thematischen Schwerpunkt gewählt, der viel Freiraum für eigene Erlebnisse lässt: „Was war mir vor fünfzig Jahren

wichtig, an das ich heute gar nicht mehr denke?“. Und umgekehrt:

„Was ist mir heute wichtig, an das ich vor fünfzig Jahren gar nicht gedacht habe?“

Bringen Sie erlebte Geschichte mit!

Thema der nächsten Ausgabe::

„Ich bin dann mal weg“ – Abhauen, Abbrechen, Ausreißen. Von erzwungenen oder gewollten plötzlichen Veränderungen im Leben (z. B. Wohnort, Beruf, Familie).

„Halteverbot“

Zeitzeugen beim Besuch des Stasi-Museums, 22. Juni 2010. Nach Aktenlage ist die Stimmung der Teilnehmer/innen aus den Gruppen Wedel, Eppendorf und City gut.



Nächste Ausgabe (Zeitzeugen Nr. 45): Redaktionsschluss: 07. Dez. 2010.

ZZB-Geschäftsstelle

Zeitzeugenbörse Hamburg, p. A. Seniorenbüro Hamburg e.V., Brennerstr. 90, 20099 Hamburg
Tel.: 040 – 30 39 95 07 Fax: 040 – 30 39 95 08
senioren1@aol.com
www.seniorenbuero-hamburg.de

V. i. S. d. P.: Ulrich Kluge

Seniorenbüro
ENGAGEMENTFÖRDERUNG IN HAMBURG
Hamburg e.V.

Termine Zeitzeugenbörse Hamburg

Gruppen Erinnerungsarbeit: Erlebtes in die Erinnerung zurückrufen und diskutieren. Auch für neu hinzu kommende Interessierte.

Gruppe City

Leitung: Dr. Werner Hinze
 Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat,
 von **10.00-12.00 Uhr**, im Seniorenbüro,
Brennerstr. 90, (U1 Lohmühlenstraße).
 September: 07. + 21. Sep. 2010
 Oktober: 05. + 19. Okt. 2010
 November: 02. + 16. Nov. 2010
 Dezember: 07. + 21. Dez. 2010

IG Schreiben & Lesen

Leitung Ingetraud Lippmann
 Jeden letzten Dienstag im Monat, von
10.00-12.00 Uhr, im Seniorenbüro,
Brennerstr. 90 (U1 Lohmühlenstraße).
 September: 28. Sep. 2010
 Oktober: 26. Okt. 2010
 November: 30. Nov. 2010
 Dez. fällt aus: 28. Dez. 2010

Gruppe Eppendorf

Leitung: Richard Hensel
 Jeden 2. und 4. Montag im Monat, von
10.45-12.45 Uhr, im LAB-Treffpunkt
 Eppendorf, Eppendorfer Weg 232.
 September: 13. + 27. Sep. 2010
 Oktober: 11. + 25. Okt. 2010
 November: 08. + 22. Nov. 2010
 Dezember: 13. + 27. Dez. 2010

Gruppe Quickborn

Leitung: Annemarie Lemster
 Jeden 1. und 3. Do. im Monat, **10.00-12.00 Uhr**. Freizeitraum Kirchengem.,
 Lornsenstr. 21-23, Quickborner Heide.
 September: 02. + 16. Sep. 2010
 Oktober: 07. + 21. Okt. 2010
 November: 04. + 18. Nov. 2010
 Dezember: 02. + 16. Dez. 2010

Gruppe Ahrensburg

Im Peter-Rantzau-Haus, Woldenhorn 3
 (Ahrensbg.).
 Tel. 04102- 21 15 15, Elke Petter.
 Jeden 2. Freitag, 10.00-11.30 Uhr.

Gruppe Wedel

Rathaus Wedel, Raum „Vejen“ im Erd-
 geschoß, 10.00-12.00 Uhr
 Kontakt: Dorothea.Snurawa@arcor.de
 12. Okt. 2010: Flucht aus Ostpreußen

Vierteljahrestreffen

Montag, 13. Dez., 15.-18.00 Uhr
 Gemeindehaus St. Ansgar, Niendorfer
 Kirchenweg 18.
 Weihnachtsfeier! Weiteres auf Seite 19.

Erinnerungswerkstatt Norderstedt

Beim Lernverbund Norderstedt, jeden
 2. Dienstag, **10.00 Uhr**, beim DRK
 Norderstedt, Ochsenzoller Str. 124.
 Weitere Infos: www.ewnor.de.

Redaktion: Peter Bigos, Lore Bünger, Emmi Füllenbach, Claus Günther, Richard Hensel, Ulrich Kluge, Ingetraud Lippmann, Karl-August Scholtz, Carsten Stern. Wir danken allen Autoren und Autorinnen, die ihre Beiträge in dieser Ausgabe und für eine Internet-Publikation zur Verfügung gestellt haben. Änderungen behält sich die Redaktion vor.