

Inhalt	Seite
Impressum	
Impressum.....	1
Editorial	
Ein frohes und glückliches neues Jahr.....	2
Informationen aus Waldhof	
Weihnachtsfeier der SG Waldhof.....	3
DSL für Waldhof.....	4
Jahreshauptversammlung SG Waldhof.....	4
Gesundheit & Medizin	
Ich bin so froh, dass ich ein Mädchen bin, Teil 2.....	5
Heiteres und Nachdenkliches	
4 Tage vor Weihnachten.....	8
Olga und das Butterwischle.....	9
Anschriften, Kontaktmöglichkeiten	
Der Vorstand und seine Aufgaben.....	10
Siedlergemeinschaft Waldhof im Internet.....	11

Impressum

Der Waldhöfer – Mitteilungsblatt der Siedlergemeinschaft Waldhof e.V.

Erscheinungsweise: Vierteljährlich

Herausgeber:

Siedlergemeinschaft Waldhof e.V.

Redaktion: Olaf Wieder

Redaktionsanschrift: SG Waldhof, Waldhof 7, 34298 Helsa, Tel. 05602 / 914279, E-Mail: sg-waldhof@web.de

Redaktionsschluß: Etwa vier Wochen vor Erscheinen der Zeitschrift – bitte ggf. erfragen!

Bankverbindung: Konto 213002727, BLZ 520 503 53, Kasseler Sparkasse

Manuskripte und Copyright: Bei Zusendungen an die Redaktion wird das Einverständnis zum Abdruck vorausgesetzt; ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht jedoch nicht. Abgedruckte Beiträge können gekürzt oder redaktionell bearbeitet sein. Namentlich gekennzeichnete Beiträge müssen nicht der Meinung des Herausgebers entsprechen. Die Urheberrechte der veröffentlichten Beiträge liegen beim jeweiligen Autor.

Layout: Olaf Wieder

Hinweis: Mit dem „Waldhöfer“ möchten wir Sie regelmäßig und umfassend über all die Themen unterrichten, die die Bürger in der Siedlung Waldhof betreffen. Hierbei sind wir jedoch auf Ihre Mithilfe angewiesen. Wir möchten aus diesem Grunde alle diejenigen bitten, die in der Lage sind, entsprechendes Informationsmaterial zu beschaffen, sich mit uns in Verbindung zu setzen. Ob es sich dabei um Bilder, eigene Erlebnisse, Informationen aus dem Internet, Zeitungen und Zeitschriften oder sonstiges Wissenswerte handelt, wir sind für jede Info dankbar – auch wenn es nur wenige Zeilen sind. Schicken Sie Ihre Mitteilungen bitte per E-Mail an Olaf Wieder (siehe Impressum) oder werfen Sie sie in den Briefkasten. Wenn Sie möchten, legen Sie Ihrem Schreiben doch auch ein Foto von sich bei; hierdurch wirkt Ihr Beitrag gleich viel persönlicher!

*Ein frohes und glückliches neues Jahr 2007 wünscht
der Vorstand der Siedlergemeinschaft Waldhof*

Liebe Mitglieder, liebe Mitbürger und Mitbürgerinnen,

eigentlich sollten sie diese Ausgabe noch vor den Weihnachtsfeiertagen in Ihrem Briefkasten finden. Leider war uns dies in diesem Jahr nicht möglich. Wir bitten dafür um Verständnis.

Ich hatte bei der Erstellung dieser Ausgabe doch schon arge Probleme mit dem Begriff „Winterausgabe“. Jeder verbindet den Januar doch mit klirrender Kälte, einer Tasse heißem Grog oder Glühwein, Handschuhen und nicht zuletzt Schnee, am besten in Massen. Zur Zeit sieht es aber eher so aus, dass bald die Biergärten wieder geöffnet werden könnten, angesichts der Temperaturen von teilweise über 10 Grad. Das Wetter spielt augenscheinlich etwas verrückt. :-)



Abbildung 1: Waldhof, aus Richtung Eschenstruth fotografiert.

Diese Ausgabe (Winterausgabe :-)) ist nicht ganz so umfangreich, wie die vergangenen Ausgabe. Dies liegt zum Einen am Erscheinungstermin nach der eigentlichen Weihnachtszeit, so dass wir gezwungen waren, diverse weihnachtsspezifische Beiträge leider wieder zu entfernen, zum Anderen aber auch daran, dass in den letzten Monaten nicht wirklich viel Interessantes passiert ist.

Sie finden aber in dieser Ausgabe unter anderem einen Bericht über die Weihnachtsfeier der SG Waldhof, die Klärung der Frage, wie es mit der DSL-Anbindung Waldhofs weitergeht und den Hinweis für alle Mitglieder der SG Waldhof auf die bevorstehende Jahreshauptversammlung.

In diesem Sinne mit den besten Grüßen

*Olaf Wieder,
Vorsitzender Siedlergemeinschaft Waldhof*

Informationen aus Waldhof

Weihnachtsfeier der Siedlergemeinschaft Waldhof

Am 09.12. wurde den Waldhöfern bewusst, dass wieder ein Jahr vergangen ist. Die Weihnachtsveranstaltung – dieses Mal allerdings unter der neuen Terrasse des Gasthauses Waldhof – führte einige Waldhöfer (und ehemalige), aber auch Gäste aus anderen Ortsteilen zu einigen besinnlichen und schönen Stunden zusammen.

Draußen konnte man Lumumba und Glühwein genießen, in der Gaststätte hatte Thomas immer auch einen frischen „Schoppen“ parat. Kati und Birgit hatten wieder einen hervorragenden Speckkuchen gebacken, der auch restlos verkauft wurde. Wie unschwer zu erkennen ist, herrschte ausgelassene Fröhlichkeit. Auch unser Bürgermeister gab ein kurzes „Stelldichein“ in Waldhof.



Im Anschluss an die Feier draußen saßen noch viele gemütlich in der Gaststätte bis zum späten Abend zusammen. Wir wollen diese Veranstaltung in diesem Rahmen möglichst aufrecht erhalten, auch wenn durch gleichzeitig stattfindende andere Weihnachtsveranstaltungen nicht alle kommen konnten. Für unsere kleine Siedlung sind solche Veranstaltungen lebenswichtiger Bestandteil für den Zusammenhalt in Waldhof. Hier kann jeder mit jedem Gedanken austauschen, man kann sich kennen lernen und sich rund um die Siedlung informieren.



Der Vorstand der Siedlergemeinschaft wünscht allen Waldhöfern in nah und fern und allen Gästen, Gönnern und Freunden ein gesundes, gutes und glückliches **2007**.

DSL für Waldhof**DSL in Waldhof - die unendliche Geschichte!**

Was ist eigentlich aus der Aktion DSL für Waldhof geworden? Wir berichteten in der letzten Ausgabe über die Probleme, die es mit einer Wohnungsbaugesellschaft in Hessisch-Lichtenau gibt. Wie nun vor kurzem aus der HNA zu erfahren war, hat sich das Projekt dank der Unnachgiebigkeit besagter Wohnungsbaugesellschaft augenscheinlich vorerst erledigt.

Wir erinnern uns. Von Hessisch-Lichtenau sollten die Daten per Richtfunkstrecke bis zum Kirchturm in Eschenstruth übertragen werden, von dort aus – wieder per Richtfunk – nach Waldhof. Im Ort sollte die Verbindung via WLAN erfolgen. Wichtig ist hierbei eine Sichtverbindung zwischen den einzelnen Punkten, so dass hier eine Antennenaufstellung auch leider nicht beliebig erfolgen kann. Das heißt, es muss in Hessisch-Lichtenau ein Platz gefunden werden, von dem man die Kirche in Eschenstruth sehen kann. Dies scheint nur von wenigen Plätzen (Gebäuden) aus möglich zu sein.

Bleibt zur Zeit nur noch die Hoffnung, dass sich evtl. ein „Privat“hausbesitzer findet, der nichts gegen eine kleine Richtfunkantenne auf seinem Dach einzuwenden hat. Es ist unglaublich, wie die Landbevölkerung von technischen Standards abgehängt wird. Vielleicht sollte man in einer konzertierten Aktion mit Hilfe der Politik und der Presse der Deutschen Telekom deutlich machen, dass nicht jeder Willens ist, sich dieser Geschäftspolitik zu beugen!?

Was meinen Sie dazu? Für Vorschläge sind wir immer offen. Gern sammeln wir Ihre Meinungen und setzen uns mit den zuständigen Gemeindevertretern und der Presse zusammen, um hier eine Lösung zu finden. Eines scheint klar zu sein, ... „Einzelkämpfer“ haben hier augenscheinlich keinen Erfolg mehr!

Jahreshauptversammlung der Siedlergemeinschaft Waldhof**Einladung an alle Mitglieder der Siedlergemeinschaft Waldhof e. V.!**

Der Vorstand lädt alle Mitglieder zur diesjährigen Jahreshauptversammlung am **03.02.2007** um **19:00 Uhr** ins **Gasthaus Waldhof** ein. Anträge zur Jahreshauptversammlung reichen Sie bitte bis zum 28.01.2007 beim Vorsitzenden schriftlich ein, damit diese auf der Sitzung behandelt werden können. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Für den Vorstand
Olaf Wieder, Vorsitzender

Gesundheit & Medizin

Ich bin so froh, dass ich ein Mädchen bin??
Teil 2

Hormone in den Wechseljahren Ja oder Nein ??

Hitzewallungen, Schlafstörungen, Depressionen, Herzbeschwerden – die Wechseljahre können das Wohlbefinden von Frauen erheblich beeinträchtigen. Ursache der Beschwerden sind reduzierte bzw. veränderte Hormonspiegel. Lange Zeit hielt man es für sinnvoll, den Mangel mit Hormonen in Form von Tabletten auszugleichen; die Beschwerden gingen zuverlässig zurück, und darüber hinaus versprach man sich von der Therapie eine ganze Reihe weiterer schützender Effekte:

Die Einnahme von Hormonen sollte u.a. vor Alzheimer, Herzinfarkt, Osteoporose und Dickdarmkrebs schützen.

Vor etwa 2 Jahren erschütterte dann aber eine Nachricht aus Amerika die Fachwelt und verunsicherte die Laien. Dort hatte man eine große wissenschaftliche Studie abgebrochen, die Klarheit über Nutzen und Risiken der Hormonersatztherapie bringen sollte. Schon vor Studienende hatte sich jedoch klar gezeigt, dass statistisch betrachtet das Risiko möglicher Nebenwirkungen einer Hormonersatztherapie deren Nutzen übersteigt.

Was bedeutet das nun für eine Frau, die unter typischen Wechseljahresbeschwerden leidet?

Zunächst: wie bei jeder anderen Therapie sollte auch bei der Gabe von Hormonen deren Nutzen gegen mögliche Risiken abgewogen werden.

Danach wird man Frauen mit geringen oder mäßigen Wechseljahresbeschwerden von einer Hormontherapie nach derzeitigem Kenntnisstand meist abraten. Dagegen kann es bei Frauen mit ausgeprägten Beschwerden auch heute durchaus sinnvoll sein, die Einnahme von Hormonen zu empfehlen. Alle Frauen können ihre Wechseljahresbeschwerden jedoch durch eine ganze Reihe von anderen Maßnahmen lindern. Das Spektrum reicht von gesunder Ernährung über Entspannungsübungen bis hin zu körperlicher Aktivität und der Einnahme von nebenwirkungsarmen bzw. -freien pflanzlichen Präparaten wie Mönchspfeffer und Johanniskraut.

Und darüber spricht man doch !!

Harninkontinenz darf nicht länger tabuisiert werden.

Unter Harninkontinenz versteht man den unwillkürlichen Harnverlust. Vom gelegentlichen Urinverlust bei körperlicher Anstrengung bis hin zu hochgradigen Inkontinenzformen, die

eine andauernde Versorgung erforderlich machen, kann die Harninkontinenz in den unterschiedlichsten Formen und Schweregraden auftreten. Inkontinenz ist „peinlich“. Harninkontinenz ist ein Tabu. Schamgefühle und die Angst vor Entdeckung lassen die Betroffenen ihr Problem oft lange Zeit verschweigen. Selbst wenn Flecken an Kleidung und Bettwäsche sowie der charakteristische Geruch die Inkontinenz längst deutlich werden lassen, wird nichts dagegen unternommen.



Aber die Umgebung reagiert darauf; Bekannte und Verwandte wenden sich ab, gehen auf Distanz, sobald sie die Symptome wahrnehmen. Anstatt einen Arzt um Rat zu fragen, die Ursache zu klären und eine gezielte Therapie

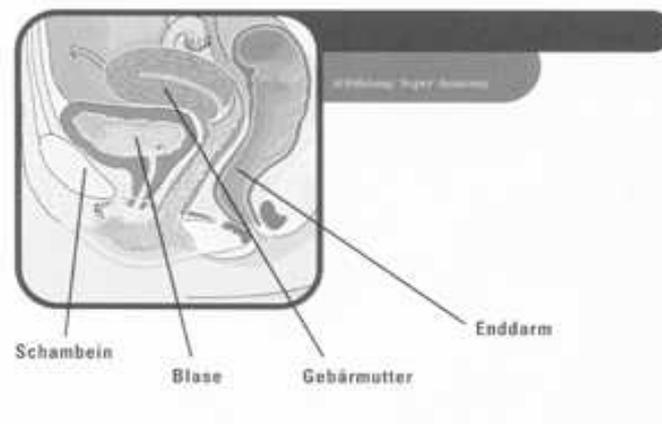
einleiten zu lassen, gehen der Inkontinente oder seine Angehörigen verschämt in Apotheke, Drogerie, Sanitätshaus oder Selbstbedienungsladen um Hilfsmittel zu besorgen. Inkontinenz ist keine attraktive Erkrankung, über die man spricht wie über einen Gallenstein, einen Herzinfarkt oder einen Unfall. Inkontinente akzeptiert man nicht als Kranke, die geheilt werden müssen und können, sondern nimmt sie als unsauber, vernachlässigt, heruntergekommen wahr; mit solchen Menschen will man lieber nichts zu tun haben. Mit der Inkontinenz scheint die Voraussetzung für Gesellschaftsfähigkeit der Betroffenen verloren zu gehen. Beziehungsstörungen, Vereinsamung, Isolation und Hoffnungslosigkeit sind ihre Folgen. Frauen sind in jedem Lebensalter häufiger von einer Harninkontinenz betroffen als Männer. 1,1 Millionen Frauen im Alter zwischen 21 und 65 Jahren (5% der Gruppe) und 1,5 Millionen Frauen über 65 Jahre (14,7%) leiden unter Harninkontinenz; dem gegenüber nur 0,2 Millionen Männer unter 65 Jahre (1%) und 0,5 Millionen über 65 Jahre (8%).

Eine dramatische Folge der Tabuisierung ist, dass die Harninkontinenz als „pflegerisches Problem“ nicht als eine Krankheit wahrgenommen wird, die, selbst wenn einmal keine Heilung möglich ist, so weit gebessert werden kann, dass die Betroffenen wieder in Familie und Gesellschaft integriert werden können. Voraussetzung hierfür ist jedoch, dass das Problem frühzeitig erkannt, die richtige Diagnose gestellt und die entsprechende Therapie eingeleitet wird. Je früher dies geschieht, desto größer sind die Heilungs- oder Rehabilitationsaussichten und desto geringer ist der Kostenaufwand.

Deshalb ist es wichtig, dass Patienten und Angehörige das Problem nicht verdrängen und verschweigen, sondern den Arzt frühestmöglich darauf ansprechen.

Vorrangiges Ziel der Behandlung ist in jedem Lebensalter die Beseitigung möglicher Ursachen der Inkontinenz (z.B. Nebenwirkungen verschiedener Medikamente). Aufgrund des hohen Anteils sehr alter Patienten spielen chirurgische Eingriffe dabei eine eher untergeordnete Rolle. Je nach Ursache der Inkontinenz stehen dann aber eine Vielzahl unterschiedlicher

Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung. Beispiele hierfür sind das Beckenbodentraining bei einer Schwäche des Schließmuskelsystems, das Toilettentraining, mit dem einem kritischen Blasenfüllungszustand durch rechtzeitiges Wasserlassen zuvorgekommen werden kann, das Autogene Training bei psychosomatisch bedingter Inkontinenz, das Blasenklöpftraining bei Patienten mit hoher Querschnittslähmung und die medikamentöse Therapie bei der so genannten Dranginkontinenz.



Ziel der Therapie ist, ggf. durch Kombination verschiedener Behandlungsarten eine Kontinenz zu erzielen. In schweren Fällen kann es dabei durchaus ein Fortschritt sein, wenn mit Hilfsmitteln den Betroffenen wieder die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben ermöglicht wird.



Toilettentraining

Gesunde, junge Menschen gehen zur Toilette, um ihre Blase zu entleeren, sobald diese gefüllt ist. Bei alten Menschen funktioniert dies oft nicht mehr ganz so gut. Nicht zuletzt, weil es immer schwieriger wird, sich der Kleidung im erforderlichen Tempo zu entledigen. Die Folge ist ein unfreiwilliger Harnabgang. Das Toilettentraining ermöglicht es, dem „kritischen Blasenfüllungszustand“ durch rechtzeitiges Wasserlassen zuvorkommen und dadurch den unfreiwilligen Harnabgang zu vermeiden.

Hierzu wird nach Durchführung von einigen Untersuchungen ein Plan erstellt, wann man die Toilette aufsuchen soll, um die Blase „nach der Uhr“ zu entleeren. Mit dieser einfachen Methode kann in einem hohen Prozentsatz die Inkontinenz bei alten Menschen sehr effektiv behandelt werden. Hilfreich ist dabei Kleidung, die einfach an- und ausgezogen werden kann, wie beispielsweise Hosen, die mittels Klettverschlüssen gehalten werden.

Bernd Kunert

Heiteres und Besinnliches



Grafik: Unbekannt

Vier Tage vor Weihnachten

Aus dem Tagebuch eines Eltjährligen

20. Dez.

Gestern mit Monika (Schwester) Wohnung durchsucht. Mama war gerade einkaufen. Monika kriegt Rollschuhe und Armbanduhr, ich kriege Skier und Fußball. Ganz anständig von den Alten. Werden so tun, als wenn wir von nichts wissen, wegen Überraschung.

Letzte Rechenarbeit fünf. Große Sch... Werde nichts sagen zu Hause. Stört nur Weihnachtsfrieden.

Papa beim Abendessen wieder Vorträge gehalten, wie's früher war. Nur Mütze, Mensch-ärgere-dich-nicht und Honigkuchenmann zu Weihnachten. Angeber.

Mit Monika beraten, was Mama schenken. Papa kriegt Papierkorb. Wünscht sich Selbstgebasteltes. Blödsinn! Kriegt gekauften, sieht aus wie selbst gemacht und kostet nur vier Mark fünfzig.

Soll Papa Weihnachtsfreude machen. Briketts im Keller aufstapeln. Er selbst drückt sich. Immer dasselbe. Möchte auch gerne erwachsen sein.

21. Dez.

War prima Tag. Tannenbaum mit Papa geholt. Drei Stunden in seiner Stammkneipe. Halbes Hähnchen gekriegt und Sprudel und Kaugummi. Papa hat fünf Bier getrunken, mitgezählt. Soll nichts Mama sagen. Ehrensache.

Muss langes Weihnachtsgedicht lernen, wegen Onkel Paul. Ist Pastor. Legt einem immer die Hand auf den Kopf. Ziemlich knickrig. Hat mir letztes Weihnachten nur ein frommes Buch geschenkt. Hieß „Der Knabe Aloisius“. An Peter weiterverkungelt, gegen eine alte Wasserpistole.

Was Mama schenken? Vielleicht Topflappen. Hat sie aber schon. Mütter sind schwierig, Weihnachten.

22. Dez.

Ohrfeige von Papa. Krippe auf Kleiderschrank mit Zwillie beschossen. Kopf von Josef ab. Soll vom Taschengeld neuen Josef kaufen. Mist!

Ins Klassenbuch eingetragen. Wegen nichts. Mit Peter und Winfried Schlüssel auf Klavierseite gelegt. Machte plärr bei „Vom Himmel hoch, da komm ich her“. Nepomuk (Spitzname für Religionslehrer) furchtbar sauer. Versteht nie Spaß.

Was Mama schenken? Hat's verdient. Nach Ohrfeige von Papa mir heimlich Kekse zugesteckt. Prima Frau.

23. Dez.

Papa knurrt rum. Tante Luise hat geschrieben, will Weihnachten kommen. Hörte, wie Papa von Ziege sprach und Mama pst machte, wegen uns. Albern. Wissen doch, wer gemeint ist. Spekulatorius genascht, sieben Stück. Erwischt, aber nur von Mama. Papa hätte gleich gebrüllt. Nascht aber selbst, vor allem Aufschnitt. Einmal alien Schinken aufgeessen. Deshalb auch so dick. Stöhnt immer beim Schuhzumachen. Will früher Fußballer gewesen sein, Mittelstürmer. War wohl Platzwart. Was Mama schenken? Habe nur vier Mark fünfzig. Wenn ich groß bin, kriegt Mama einen Pelzmantel von mir.

Unbekannt

Olga und das Butterwischle

In der Siedlung Waldhof gab es von 1975 – 1989 eine sehr aktive Frauengruppe. Sie gründete sich aus einer Bierlaune heraus, bei einem Siedlerfest. Eigentlich wollten wir uns jeden Montagabend zum Schnuddeln und Handarbeiten a 'la Spinnstube treffen, aber es wurde viel mehr daraus.

Wir strickten, stickten, häkelten und bastelten für die Tombola der Siedlerfeste, beteiligten uns an Wanderungen, gründeten eine Kegelgruppe, nahmen am Schiessen der Vereine und Verbände erfolgreich teil, hatten unseren Spass an Aufritten von Vereinsmitgliedern bei Silberhochzeiten, machten Reisen nach Bad Lauterberg, Rotenburg ob der Tauber, Paris und Prag.

Da wird viel Spass miteinander hatten, wollten wir auch andere daran teilhaben lassen und so luden wir zu gemeinsamen Fahrten, z B in die Stadthalle, die Komödie, zur Besichtigung des VW-Werkes mit Hütt-Brauerei, der Frottierfabrik Vossen und alle 4 Wochen Montagnachmittag zum „Kaffeeklatsch“ ins Siedlerheim ein.

Man sollte vielleicht noch mitteilen, dass unsere Gruppe aus Mitgliedern im Alter von 25 bis 75 Jahre bestand.

Es war Herbst und so ein Kaffeeklatsch stand wieder bevor. In den Garten gab es viele Äpfel und so kamen wir auf die Idee Apfelstrudel zu backen, den wir dann servieren wollten.

Vor Kuchen und Torten war mir keine Angst, aber Apfelstrudel hatte ich noch nie gebacken. Olga, unser „Oldie“ erklärte sich sofort dazu bereit.

Von Olga muss man wissen: Sie konnte ALLES. Sie zeigte uns wie man eine Ferse strickt, wie man Rosen häkelt, sie schälte stundenlang Zwiebeln, putzte Körbe von Pilzen, bewältigte den grössten Aufwasch, zeigte uns das Gänse bügeln usw. – aber das wären wieder andere Geschichten.

Zurück zum Apfelstrudel.

Ich zählte damals zu den Küken und bot Olga an, den Strudel bei mir zu backen. So konnte ich mithelfen, zuschauen, aufschreiben und von ihr das Handwerk am besten erlernen.

Es lief alles auch ganz prima, wir ergänzten uns gut bei der Arbeit und hatten unseren Spass dabei. Doch als es zum Endspurt ging, verlangte Olga von mir eine „Butterwischle“.

Was in aller Namen ist das denn? Ich guckte sie ganz unsicher an, zog die Schublade mit den Backutensilien auf und wusste nicht recht was ich ihr geben sollte. Als sie meine Unsicherheit bemerkte, lachte sie hell auf und nahm den Backpinsel aus der Schublade. Dann erzählte sie mir, dass in ihrer Heimat die Frauen aus Gänsefedern die Butterpinsel selbst hergestellt haben.

~~Dieses Jahr~~²⁰⁰⁰ fuhr ich mit unserer Kirchengemeinde nach Prag und bei einem Stadtbummel entdeckte ich einen ärmlich gekleideten Mann, der in seiner Hand einen Paken Gänsefedern hielt. Bei näherem Hinsehen merkte ich, dass es mehrere Bunde waren, die er schön mit einem Bindfaden zusammen gehalten hatte. Für ein paar Kronen erwarb ich so ein Bund und seit dieser Zeit hat auch in meiner Küche ein Butterwischle einzug gehalten. Aus hygienischen Gründen werde ich es wohl nicht benutzen, so sauber erscheinen mir die Federn nicht, aber es ist ein Erinnerungstück an

Olga, das Butterwischle und den gemeinsamen Apfelstrudel.

Diese Geschichte stammt aus dem „Federwischle“ von Gisela Manns.

Der Vorstand und seine Aufgaben

Vorsitzender **Olaf Wieder**, Waldhof 7, 34298 Helsa-Waldhof, Tel. 05602 / 914 279,

E-Mail: olaf.wieder@web.de

Organisation und Leitung der Siedlergemeinschaft Waldhof, Mitgliederverwaltung,

Layout „Der Waldhöfer“.

Stv. Vorsitzende und komm. Schriftführerin **Kati Werner**, Waldhof 43, 34298 Helsa-Waldhof, Tel. 05602 / 6178, E-Mail: Bernd87@aol.com

Protokollierung von Sitzungen, allgemeiner Schriftverkehr, Vertretung des Vorsitzenden

Kassierer **Alfred Berger**, Waldhof 36, 34298 Helsa-Waldhof, Tel. 05602 / 61 21,

E-Mail: berger.alfred@freenet.de

Kassenführung, Buchführung, Haushaltsabwicklung

Pressewart **Lothar Fortini**, Waldhof 9, 34298 Helsa-Waldhof, Tel. 05602 / 91 57 57,

E-Mail: Lfortini@t-online.de

Öffentlichkeitsarbeit

Gerätewart **Kurt Manns**, Waldhof 50, 34298 Helsa-Waldhof, Tel. 05602 / 29 91

Bernd Kunert, Waldhof 39, 34298 Helsa-Waldhof, Tel. 05602 / 78 28,

E-Mail: bernd.kunert@tiscali.de

Jugendarbeit, Bepflanzung/Pflege Ortsschild

Birgit Wieder, Waldhof 7, 34298 Helsa-Waldhof, Tel. 05602 / 914 279,

E-Mail: birgit.wieder@web.de

Jugendarbeit

Angela & Eckhard Schmidt, Waldhof 12, 34298 Helsa-Waldhof, Tel. 05602 / 915 266,

E-Mail: Schmidthelsa@aol.com

Jugendarbeit

Klaus Fleck, Waldhof 37, 34298 Helsa-Waldhof, Tel. 05602 / 41 37,

E-Mail: --

Verteilung Drucksachen

Siedlergemeinschaft Waldhof im Internet

Zum Austausch von Erfahrungen, Meinungen, Gedanken, Verbesserungsvorschlägen per E-Mail haben wir eine E-Mail-Adresse geschaltet, über die Sie uns erreichen können. Voraussetzung, Sie verfügen über einen Computer mit Internetzugang.

Die Mitglieder-Mailingliste

Diese Mailingliste ist eingerichtet worden, um den Kontakt und den Informationsaustausch zwischen den Mitgliedern zu fördern und aktuelle Informationen und Veranstaltungshinweise bekannt zu geben. Senden Sie bitte Ihre E-Mail-Adresse an:

SG-Waldhof@web.de

damit wir Sie in den Verteiler aufnehmen können. Sie erhalten dann eine Willkommensmail mit weiteren Informationen.

Internetadresse

Wenn Sie Interesse an der Arbeit der Siedlergemeinschaft Waldhof haben und eventuell Mitglied werden möchten, dann schicken wir Ihnen gerne unverbindlich weiteres Informationsmaterial zu. Wenden Sie sich dazu bitte an den Vorstand oder besuchen Sie uns im Internet unter

<http://www.siedlerbund.de/sg-waldhof>



Gasthaus Waldhof

Waldhof 51, 34298 Helsa, Telefon (05602) 92075

Öffnungszeiten:

Dienstag – Samstag
17⁰⁰ bis 01⁰⁰ Uhr

Dienstags - Schnitzeltag
jedes Schnitzel nur 5,- €

Donnerstag - Steaktag
jedes Steak nur 7,50 €

Neu im Angebot

Pizza, 32cm nur 5,- €!!

Für größere Gesellschaften, z. B. Wandergruppen, bieten wir auch außerhalb der Öffnungszeiten - nach Voranmeldung - die Möglichkeit der Einkehr. Bitte sprechen sie uns einfach an!

Ihr Gastwirt
Thomas Wommer