

## Bewegung ist ihr Jungbrunnen

Wer hätte gedacht, dass es eine so lange Geschichte werden sollte, als Frieda Nieswandt (100 J.) vor 34 Jahren in das damals nagelneue Haus im Von-Ossietsky-Ring zog?



Ein Prost auf 100 Lebensjahre! Mit Frieda Nieswandt (obere Reihe Mitte) stießen an: Tochter Hannelore und Schwiegertochter Ursula sowie die Enkelinnen Sandra, Andrea und Sylvia (vlnr).

„Hier gibt's unsere Wohnung!“ waren sich die Eheleute schon beim ersten Blick gewiss. Die Lage war günstig und auch der Zuschnitt passte. „Wie am ersten Tag wird das Haus gut in Schuss gehalten“, betont die quicklebendige Hunderterin. Geändert hat sich aber der Ausblick vom Balkon. Mittlerweile sind die früher schwächlichen Bäumchen zu hohen Bäumen geworden,

deren Kronen sich im Sommer gerade noch überblicken lassen. Doch auf dem Balkon hält es Frieda Nieswandt kaum einmal: „Hinsetzen, das kann ich heute noch nicht“. Rund 15 Mal ist sie in jüngeren Jahren über den Sommer nach Kanada geflogen und hat dort die beiden Töchter, Enkel und Urenkel besucht.

[weiter auf Seite 2 >>](#)

## Straßen im Hörsterfeld: Julius-Leber-Weg

Julius Leber wird 1891 im damals zu Deutschland gehörenden Elsass geboren. Nach einer kaufmännischen Ausbildung wechselt er 1910 auf die Oberrealschule und studiert nach dem Abitur in Straßburg und Freiburg.

1914 meldet er sich freiwillig zum Kriegsdienst und wird 1919 in die Reichswehr übernommen, in der er sich 1920 gegen republikfeindliche Umstürzler stellt. Nach seinem Abschied vom Militärdienst im Folgejahr übersiedelt er nach Lübeck, wo er als Chefredakteur einer Lokalzeitung arbeitet. 1924 zieht er als SPD-Abgeordneter in den

Julius Leber mit etwa 33 Jahren. (Bild: Reichstags-handbuch 1924)



Reichstag ein und stimmt vier Jahre später für den Bau des ersten Großkampfschiffs, während gleichzeitig staatliche Zuschüsse für Schulspeisungen gestrichen werden.

Im Bündnis „Reichsbanner Schwarz-Rot-Gold“ macht sich Leber für den Kampf gegen Links- und Rechtsradikale stark

und verbringt die Jahre von der Macht-ergreifung der Nationalsozialisten bis 1937 zuerst im Gefängnis, dann im KZ Sachsenhausen. Nach seiner Entlassung wird Leber Mitinhaber einer Kohlenhandlung, die als Tarnung einer Widerstandsgruppe dient. 1940 nimmt er Kontakt zu regimekritischen Wehrmachtsoffizieren auf und lernt den späteren Hitler-Attentäter von Stauffenberg kennen.

Da sich bei einem konspirativen Treffen offenbar ein Spitzel eingeschlichen hat, wird Leber zwei Wochen vor dem Attentat des 20. Juli 1944 verhaftet. Im Oktober des Jahres vom „Volksgerichtshof“ zum Tode verurteilt, wird Julius Leber nach weiteren Verhören und Misshandlungen nur vier Monate vor Kriegsende hingerichtet.

## Willkommen

Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie halten die sechste Ausgabe unseres Infobriefs in Händen. Diesmal haben wir für Sie eine äußerst lebendige Nachbarin besucht, die im Februar ihren ersten dreistelligen Geburtstag gefeiert hat.

Dass in den Mierendorffweg, den Einkaufsbereich des Viertels, Bewegung kommt, weiß Helga Plewa zu berichten, die dort mit großem Engagement ein Geschäft betreibt. Unsere kleine Serie über Straßennamen im Viertel setzen wir fort mit dem Julius-Leber-Weg.

Was außerdem interessant und aktuell ist, finden Sie in der Rubrik „Tipps & Termine“.

Viel Vergnügen beim Lesen wünscht für das gesamte Team vom Kundencenter

Ihr Frank Schonebeck



Kundencenter



Sahle Wohnen

SAHLE WOHNEN. ZUFRIEDEN WOHNEN.

### Mit 66 Jahren...

An sich ist eine Wohndauer von mehr als 30 Jahren bei Sahle Wohnen keine Seltenheit, doch ungewöhnlich ist, dass Frieda Nieswandt seinerzeit schon 66 Jahre zählte. Geboren wurde sie im Februar 1911 in einem kleinen Städtchen in Pommern, das sie, inzwischen verwitwet, mit ihren drei Kindern (geboren 1932, 1936 und 1942) nach dem Kriegsende verlassen musste.

Über einige Stationen führte sie der Weg nach Essen-Kray, wo bereits mehrere Verwandte ein neues Zuhause gefunden hatten. „Wegen der großen Wohnungsknappheit mussten wir uns im Anfang mit acht Personen zwei Zimmer teilen“, erinnert sie sich. Anfang der 1960er-Jahre wanderten ihre beiden Töchter nach Kanada aus, wo die ältere, Hannelore, heute noch lebt.

Zur Feier des ersten dreistelligen Geburtstags sind Tochter Hannelore und die drei Enkelinnen Sylvia, Sandra und Andrea über

den Atlantik gekommen. Nicht ganz so agil wie sonst begrüßte sie die Hundertjährige – durch einen Sturz („Gottlob nichts gebrochen“) ein wenig in ihrem Bewegungsdrang behindert.

### Mit 100 gut zu Fuß

Bis letztes Jahr hat sie noch lange Spaziergänge unternommen, ist jeden Samstag nach Steele zum Wochenmarkt gelaufen. Am Rolator? Von wegen! „Ich habe mir die Tasche über die Schulter gehängt und einen Schirm als Gehhilfe genommen“, verrät Frieda Nieswandt. „Die Marktleute freuen sich immer, wenn sie mich sehen und merken sehr wohl, wenn ich mal wegbleibe.“

Donnerstags helfen ihr Sohn Karl-Heinz und Schwiegertochter Ursula bei den schweren Hausarbeiten. Doch mit dem Kochen und Wäschewaschen hat sie bis zum heutigen Tag keine Mühe. Rückblickend auf 100 Lebensjahre hat Frieda Nieswandt ein Rezept, um sich „frisch“ zu halten: „Viel Bewegung ist mein Jungbrunnen.“



## Frischer Wind im Mierendorffweg

**Vielleicht liegt es daran, dass Helga Plewa das Hörsterfeld bis vor drei Jahren nur vom Hörensagen kannte: „Ich habe mich irgendwie gleich in die Straße verliebt“, schwärmt sie vom Mierendorffweg.**

Ende der 1970er-Jahre hätten ihr wohl sämtliche Hörsterfelder zugestimmt, doch mit den Jahren nagte der Zahn der Zeit an dem Einkaufsbereich. Aber Helga Plewa, die hier Anfang 2008 einen Second-Hand- und Serviceladen eröffnet hat, liefert Argumente: „Der autofreie Bereich ist gerade auch für Kinder sicher, und man kann in Ruhe bummeln.“

Ergänzt wird das Angebot des Mini-Kaufhauses durch eine Reinigungsannahme und einen Mangelservice. Für Schuhreparaturen und Änderungsschneiderei greift sie auf externe Fachkräfte zurück.

### Neuer Schwung

Die Zukunft des Mierendorffwegs sieht sie optimistisch: „Der Mix-Supermarkt bereichert das Lebensmittelangebot im Viertel und bringt zusätzliche Kunden in die Straße.“ Ebenso froh ist sie über die beiden neuen Modegeschäfte gegenüber. „Weiter voran“ geht es nach ihrer Ansicht, wenn in Kürze der Neubau mit dem Penny-Markt errichtet ist; ein Gebäude, das auch das Zentrum der evangelischen Kirchengemeinde beherbergen wird.

Im Gespräch verbreitet Helga Plewa frühlingshafte Aufbruchsstimmung: „Ich wünsche mir, dass recht bald die Werbegemeinschaft Mierendorffweg gegründet wird, damit es nicht bei den ersten Schritten bleibt.“ Das könnte klappen, denn für den Herbst ist ein Fest mit den Anrainern rund um den Mierendorffweg geplant.

### Nachbarin im Viertel



Die gelernte Textilverkäuferin bietet neben gebrauchter auch neue Kleidung an, dazu Umstandsmode, Kinderwagen und Spielzeug. „Ich berate auch gerne, wenn es darum geht, welches Spielzeug altersgerecht ist“, sagt Helga Plewa.

## Tipps & Termine

### Nachbarschaftstreff

Für Samstag, 16. April, ab 15 Uhr laden wir alle Mieter zu Kaffee und selbstgebackenem Kuchen in den Julius-Leber-Weg 10.

**Kostenbeitrag: 1,50 Euro pro Person.**

### Balkon-Pflanzaktion

Auch in diesem Jahr bieten wir unseren Mietern wieder als „Startset“ einige kostenlose Balkonblumen, außerdem weitere Pflanzen zu einem besonders günstigen Preis.

#### Termin:

**Donnerstag, 12. Mai, ab 15 Uhr.**

### Fitness-Parcours Treppenhaus

Treppensteigen macht fit. Das haben Wissenschaftler der Universität Genf in einer Studie mit 69 Universitäts-Kollegen herausgefunden. Diese pflegten einen bewegungsarmen Lebensstil – vor der Studie. Dann folgten zwölf Wochen, in denen sie auf den Aufzug verzichteten und stattdessen Treppen benutzten. Ergebnis: Durchschnittlich 1,8 Prozent weniger Hüftumfang, 0,8 Prozent leichter und die Sauerstoffaufnahme des Blutes um fast neun Prozent erhöht.

**Quelle:** Dt. Ges. für Kardiologie

*Wir sind gerne für Sie da!*



### Sahle Wohnen

#### Kundencenter Essen-Hörsterfeld

Bonhoefferweg 10, 45279 Essen  
Tel.: 0201 521632, Fax: 0201 3104218  
E-Mail: frank.schonebeck@sahle.de

#### Unsere Besuchszeiten:

Di 15:00–17:00 Uhr oder nach Vereinbarung

#### Impressum

Herausgeber: Sahle Wohnen  
Bismarckstraße 34, 48268 Greven  
Tel.: 02571 81-0, Fax: 02571 81-402  
E-Mail: presse@sahle.de  
ViSdP: Sybille Jeschonek

**www.sahle.de**



**Sahle Wohnen**

SAHLE WOHNEN. ZUFRIEDEN WOHNEN.