

Der Beginn meiner Zeitreise	13
Erfahrungswelt im Mehrfamilienhaus	16
Wege zu den Großeltern	22
Viel Spaß mit wenig Spielzeug	32
Kleine Spaziergänge	38
Lehrreiche Botengänge	43
Stadterkundung »auf eigene Faust«	51
Bedrückende Bombennächte	57
Im Luftschutzkeller	60
Kriegsende in Iserlohn	63
Innenstadtplan der 40er Jahre	64
Vaters Feldpostbriefe	65
Das Altstadtviertel aus der Vogelperspektive	104
Schokolade vom Soldaten	105
Meine Einschulung	107
Ein kuriose Carepaket	113
Die »englische« Weihnachtsfeier	115
Unsere Untermieter	117
Lebensgefährlicher Fund	119

Das »französische« Damenfahrrad	120
Alltag in der Nachkriegszeit	122
Mundraub	125
In unserem »Kohlenrevier«	127
Auf der Bleiche	130
Sammelaktionen	132
Die Schulspeise	134
Vorzügliche Volksküche	136
Hunger stillende Heimarbeit	138
Nie wieder Stacheldraht	143
Vater ist wieder zu Hause	145
Die »Jauchearterie«	147
Burgen der Geborgenheit	149
Die Währungsreform	155
Vergleich der Straßennamen	158
Bildernachweis	160