

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Kindheit	9
Schulzeit	23
Arbeitsleben	37
Drittes Reich und Zweiter Weltkrieg	53
Essen und Trinken	65
Sportliche Aktivitäten	79
Freizeit und Vergnügen	89
Die Bedeutung der Ruhr	103
Mülheim als Heimatstadt	113
Die Zeitzeugen	125
Literaturverzeichnis	126