

Mehr Bewegung im Alter



Mehr Bewegung im Alter -
ein Rundgang
mit Tiefgang

Vringsveedel

Alt werden bei guter Gesundheit-

das wünschen wir uns alle. Aber Gesundheit ist nichts Selbstverständliches. Um sie zu erhalten und zu fördern, sollten wir uns nicht nur auf die Medizin verlassen, sondern auch selbst aktiv werden.



Dazu ist es nicht nötig Leistungssport zu betreiben. Den ersten Schritt zu einem gesundheitsbewussten Leben können Sie zum Beispiel schon mit einem Spaziergang machen, der gleich vor Ihrer Haustür beginnt: Aber nicht wie der gewöhnliche Alltagsgang, sondern mit weit offenen Augen. So gelingt es leicht, Spaß und Freude an der Bewegung zu finden, ob allein, zu zweit oder mit Anderen gemeinsam.

Hierbei möchte die Stadt Köln Ihnen Anregungen geben und hat ein Programm ausgearbeitet, das Ihnen den Weg weist. Sie werden die Möglichkeit bekommen, auch in Ihrem Veedel etwas Neues zu entdecken, etwas Vergessenes wieder aufzufrischen oder Bekanntes zu vertiefen.

Lassen Sie sich überraschen!
Ich wünsche Ihnen viel Spaß.

A handwritten signature in black ink, which reads "Fritz Schramma". The signature is written in a cursive, flowing style.

Fritz Schramma
Oberbürgermeister der Stadt Köln

 **Rautenstrauch-Joest Museum**

Ubierring 45

 **Jugendstilgebäude**

Ubierring 44

 **Bottmühle**

Severinswall

 **Severinstorburg**

 **Haus Balchem**

Severinstraße 15

 **St. Severin**

An der Basilika St. Severin

 **Augustiner Kloster**

Severinstraße 71 -73

 **Stollwerck-Viertel**

Dreikönigenstraße/Karl-Korn-Straße/
Severinswall

 **Bayenturm**

Am Bayenturm

Rautenstrauch-Joest Museum

Das Rautenstrauch-Joest-Museum ist das einzige kommunale Völkerkundeuseum in Nordrhein-Westfalen und eines der Museen der Stadt Köln.

Den Grundstock der Sammlung legte der Kölner Kaufmann Wilhelm Joest. Nach seinem frühen Tod, auf einer Forschungsreise, schenkte dessen Schwester Adele von Rautenstrauch seine Sammlung im Jahre 1899 der Stadt Köln. Sie förderte außerdem mit einer Spende von 250.000 Mark die Errichtung des Museums, das am 12. November 1906 eröffnet wurde. Gleichfalls zu der Sammlung beigetragen haben der aus einer Kölner Bankiers-Familie stammende Max von Oppenheim und in neuerer Zeit Irene und Peter Ludwig sowie Wilhelm Siegel.

Das Museum befindet sich noch heute in diesem Gebäude, das den Zweiten Weltkrieg unversehrt überstanden hat. **Nachdem mehrfach jedoch Hochwasser die Depots des Museums überschwemmten, soll das Völkerkundemuseum gemeinsam mit der Kunsthalle und dem Museum Schnütgen am Haubrich-Hof eine neue Heimstätte finden.**

Jugendstilgebäude Ubierring 44

Wiederaufbau eines teilzerstörten Jugendstil-

gebäudes.

Das Jugendstilgebäude aus dem Jahre 1908 ist Teil der gründerzeitlichen Erstbebauung des Ubierrings. Im Zweiten Weltkrieg durch einen Bombentreffer stark beschädigt, wurde die stadtbekannte Kriegsruine 2002/03 saniert.

Bottmühle

Die Bottmühle steht in Köln an der mittelalterlichen Stadtmauer in der Mitte zwischen dem Bayenturm und der Severinstorburg. Der viergeschossige, teils mit Efeu bewachsene, runde Turm befindet sich auf einer erhöhten Fläche und ist umgeben von einer zum Strassenniveau steil abfallenden Grünfläche, die von einer alten Steinmauer umgeben ist.

Auf einer im 16. Jahrhundert auf der stadteinwärts gelegenen Seite der Stadtmauer als Wehrplateau angelegten Wallplattform wird 1587 eine hölzerne Windmühle (Bockwindmühle) errichtet und 1677 bis 1678 durch ein steinernes Mühlengebäude ersetzt. Die anfängliche kegelförmige Dachkonstruktion wird später um ein weiteres Geschoss erhöht und mit einer Plattform abgeschlossen. Im Zuge diverser Umbauten entfällt offensichtlich auch die wirtschaftliche Nutzung als Windmühle.

Ab 1911 beherbergte die Bottmühle die Traditions-Korporationen der „ATV Markomannia-Westmark“ bzw. verschiedene durch Auflösungen und Eingliederungen sich ergebende

studentische Verbindungen bis 1945. Nach Kriegsende übergab die Britische Verwaltung der „Deutschen Jungenschaft“ die Bottmühle zur Jugendarbeit.

● Severinstorburg

Geschichte der Stadtmauer

1180 wurde die mittelalterliche Stadtmauer errichtet und war die größte mittelalterliche Stadtbefestigung des damaligen Römischen Reiches Deutscher Nation. Die Befestigungsanlage mit Wall, Graben und Mauer hatte eine Gesamtlänge von 7,5 Kilometern. Die Kölner bestanden darauf, dass diese Landmauer, ebenso wie das „himmlische Jerusalem“, 12 gewaltige Torburgen bekommt und zusätzlich noch 52 Wehrtürme sowie weitere 12 Tore zum Rheinufer hin gewandt.

Die Severinstorburg, auf Kölsch auch Vringspooz oder einfach Severinstor genannt, ist eine von vier erhalten gebliebenen Stadttorburgen der mittelalterlichen Stadtmauer von Köln. Neben dem Severinstor gibt es heute noch die Eigelsteintorburg und die Hahnentorburg. Im Gegensatz zu diesen sind am Severinstor noch mehrere Meter der anschließenden Stadtmauer erhalten. Ein viertes erhaltenes Tor ist die Ulrepforte, auch Karthäuser Mühle genannt.

Die Severinstorburg, ein Teil der ehemaligen mittelalterlichen Stadtmauer, ist neben St. Severin das Wahrzeichen des Severinsviertels in

Köln und ein exzellentes Beispiel mittelalterlicher Befestigungsbaukunst. Etwa in der ersten Hälfte des 13. Jahrhunderts wurde das Severinstor als schwere Turmtorburg mit sechseckigem Turmaufbau, vierstöckig über der Grundmauer (Tordurchgang), mit zinnenbewehrter Dachplattform aus Tuffsteinen errichtet. Auf der Feldseite erhielt es zwei kleine, zweistöckige Flankentürme (Eckwarten), ursprünglich mit Zinnen, seit dem 17. Jahrhundert mit aufgesetzten Kegelhelmen versehen. Sie dienten der direkten Verteidigung des Toreingangs. Das Severinstor sicherte die wichtige Straße in den Süden des Reiches nach Bonn und galt als bedeutender strategischer Standpunkt, denn es schützte zudem mehrere Klöster. Um das 15. Jahrhundert herum wurden zusätzlich noch Geschützkammern zugefügt. Zeitweise war die Torpassage verkleinert worden.

Nach der Schleifung der Stadtmauern 1881 beherbergte das Tor ein Naturkundemuseum, später ein Hygienemuseum. In der Zeit des Nationalsozialismus zog in den Turm die Kölner Hitler-Jugend. 1979 wurde es zu einem Bürgerzentrum umgebaut, in dem man Räume anmieten kann.

Haus Balchem

Das prächtige barocke, ehemalige Brauhaus prägt die Severinstraße in ihrem südlichen Abschnitt noch heute. 1676 ließ der Bierbrauer und Ratsherr Heinrich Deutz dieses Haus

errichten, das seinen Namen den letzten Besitzern verdankt, die hier eine kölsche Wirtschaft betrieben. Es ist eines der wenigen Gebäude aus dem 17. Jahrhundert in Köln, das Krieg und spätere Zerstörungen überlebt hat. Im Inneren ist eine einst für Köln typische Balkendecke wiederhergestellt worden.

St. Severin

St. Severin ist eine der romanischen Kirchen Kölns. Die Pfeilerbasilika St. Severin ist eine ehemalige Stiftskirche. Sie ist eine der zwölf großen romanischen Basiliken in der Altstadt Kölns, deren Erhalt vom Förderverein Romanische Kirchen Köln unterstützt wird. Den Titel Basilika erhielt St. Severin 1953 durch die Erhebung zur Basilica minor durch Papst Pius XII.

Sie wurde in ihrem heutigen Erscheinungsbild nach dem 2. Weltkrieg wieder errichtet. Grundlage waren die vom 9. bis zum 15. Jahrhundert während verschiedener Bauphasen erbauten romanischen Kirchen.

Die Innenausstattung der Basilika ist trotz herber Verluste in der Vergangenheit und während des Krieges noch sehenswert. Neben dem Severinsschrein aus dem frühen 19. Jahrhundert (das Original aus dem 11. Jahrhundert wurde 1798 zur Begleichung der Kriegslasten zu Gunsten der napoleonischen Besatzung eingeschmolzen) beherbergt sie ein Chorgestühl aus dem späten 13. Jahrhundert, einen

Wandtabernakel des frühen 17. Jahrhunderts und einen in das 14. Jahrhundert datierten Reliquienschrank.

Die Severinslegende, gemalt vom Meister von St. Severin, ebenso wie zwei ihm zugeschriebene Altarflügel mit Heiligendarstellungen, findet sich in der Kirche wieder. Nahe dem Westturm ist im südlichen Seitenschiff außerdem ein romantisches Glasfenster erhalten. Das Pestkreuz im südlichen Querschiff stammt aus dem 14. Jahrhundert. Und schließlich befindet sich in der Marienkapelle eine Pieta des 15. Jahrhunderts.

Augustiner Kloster Severinstraße 71-73

Mit der Klosteranlage der Augustinerinnen ist ein geistlicher Orden im Viertel vertreten. Die Ordensschwwestern betreuen seit 1874 ein Krankenhaus, welches neben der offiziellen Bezeichnung Krankenhaus der Augustinerinnen auch den liebevollen Beinamen Severinsklösterchen trägt.

Im Innenhof des Mutterhauses erinnert ein Denkmal an fünf Ordensschwwestern, die im Ersten Weltkrieg in einem Lazarettzug verwundete Kölner und schwerverletzte ausländische Soldaten abholten. 1917 wurden sie bei einem Zusammenstoß mit einem Militärzug getötet. 1931 wurde auf dem Gelände zwischen Severinstraße, Jakobstraße, Kartäusergasse und

Kartäuserhof ein ganz neues Krankenhaus mit terrassenförmig angelegten Stockwerken fertig gestellt; 1951 das im zweiten Weltkrieg zerstörte Mutterhaus und die Kapelle wieder errichtet; 1956 dem Altbau zwei weitere Trakte und ein Schwesternhaus hinzugefügt; 1959 am Kartäuserhof ein neues Ordenschwesternhaus gebaut; 1969 ein Wohnheim für Schwestern und Angestellte eröffnet (das heutige Verwaltungsgebäude). 1972 entstand im Garten zwischen Mutterhaus und Altbau ein modernes Fortbildungszentrum mit einem Festsaal und einem Schwimmbad.

Stollwerck-Viertel

Bis zum Jahre 1975 war die Schokoladenfabrik Stollwerck im Severinsviertel angesiedelt. Nachdem Hans Imhoff 1971 das Unternehmen übernommen hatte, verlagerte er die Produktion 1975 in das rechtsrheinische Westhoven, wo moderne Fertigungshallen errichtet worden waren.

Die Stadt Köln benötigte wenige Jahre später für die Sanierung des Severinsviertels zusätzliche Baufläche. Die Stadt erklärte das Gelände zum Sanierungsgebiet und schrieb einen Wettbewerb zur Neugestaltung aus. Nach den Plänen sollten 60 Prozent des Werksgeländes abgerissen und durch Neubauten ersetzt werden, den restlichen Teil wollte man umbauen. Diese Pläne bewirkten im Sommer 1980 massive Bürgerproteste. Unter dem Slogan „Macht

Stollwerck zum Bollwerk“ besetzten bis zu 600 Personen die ehemaligen Fabrikgebäude. Dieses war die größte Hausbesetzung in der Geschichte Kölns. Die Besetzer wollten das gesamte Werk in Eigeninitiative zu günstigem Wohnraum umbauen. Dennoch wurden alle für den Abbruch vorgesehenen Werksgebäude trotz der Proteste, bis auf den Annosaal und die Maschinenhalle abgerissen.

Der sogenannte Anno-Riegel wurde zu günstigem Wohnraum umgebaut. Die beiden großen Räume dienten bis zu ihrem späteren Abriss im Jahre 1987 als Schauplatz für Musik- und Theaterveranstaltungen. In einem benachbarten Gebäude, dem ehemaligen preußischen Proviandamt, wurde das Bürger- und Kulturzentrum Bürgerhaus Stollwerk eingerichtet.

Bayenturm

Der Bayenturm in der Innenstadt von Köln entstand als Teil der acht Kilometer langen mittelalterlichen Stadtbefestigung am Anfang des 13. Jahrhunderts.

Bei seiner Erstürmung im Jahre 1262 soll erstmals aus Kölner Kehlen der Schlachtruf erklingen sein: Kölle alaaf! Wer den Turm hatte, hatte die Macht.

Der trutzige, wie eine Burg ausgebaute Bayenturm ist heute eines der wenigen Zeugnisse der mittelalterlichen Befestigung, die Köln 700 Jahre lang umschloss. Im Kölner Kampf um frühe bürgerliche Freiheiten gegen Erzbischof

Engelbert II spielte der Bayenturm eine Rolle, weshalb er mit dem Wappen der Stadt geschmückt wurde.

Der Bayenturm war der südliche Eckturm der Stadtmauer am Rhein. Von hier aus besaß die Rheinmauer Richtung Norden weitere 22 Tore. Da der Turm den Expansionsdrang der Stadt im 19. Jahrhundert nicht störte, wurde er, anders als der größte Teil der Mauer und die Mehrzahl der Tore, 1881 nicht geschleift.

Während des Zweiten Weltkriegs wurde der Bayenturm erheblich beschädigt und überdauerte Jahrzehnte als Ruine.

Mit erheblichen Mitteln wieder hergestellt, dient er heute als FrauenMediaTurm, Leitung Alice Schwarzer. Er beherbergt ein Archiv und Dokumentationszentrum zu aktuellen und historischen Frauenfragen.

Damit Sie diesen Rundgang genießen können, noch ein paar Informationen.

Pausen- und Sitzmöglichkeiten

- **Ubierring**
zwischen den Haltestellen, auf der Wiese befinden sich Bänke
- **An der Eiche**
gibt es keine Bänke, aber kleine „Mäuerchen“, auf die Sie sich setzen können
- **Dreikönigenstraße**
auf der freien Fläche vor dem Bürgerhaus Stollwerck gibt es Bänke
- **im Stollwerck-Viertel**
Bänke an den Spielplätzen
- ansonsten besteht die Möglichkeit in den zahlreichen Cafes, Gaststätten und Restaurants eine Pause einzulegen.

Toiletten

- **Bürgerhaus Stollwerck**
Dreikönigenstraße 23
den Schlüssel beim Pförtner holen
- öffentliche Toiletten gibt es auf diesem Rundgang leider nicht, Sie können nur auf die oben genannten Cafes, etc. zurückgreifen.

Sicherheit / Barrierefreiheit

- größere Straßenüberquerungen sind der Ubierring und die Rheinuferstraße, die Überquerung der Straßen ist durch Ampelanlagen geregelt,
- ansonsten sind es kleinere Straßen mit Bürgersteigen oder verkehrsberuhigte Straßen,
- bis auf evtl. auftretende Straßenbaumaßnahmen ist der Rundgang barrierefrei und mit Rollstuhl möglich.





Stadt Köln



Der Oberbürgermeister

Gesundheitsamt
Neumarkt 15-21
50667 Köln

Amt für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Fotos: Ikhlas Abbis

www.stadt-koeln.de

Textauszüge aus:
Wikipedia + Südstadt Magazin

13/53/35.000/11.2007