



Über Geld sprechen lohnt sich!
Wilfried S. hat gut vorgesorgt.



Genossenschaftliche Beratung für Aachen

Ihre Ziele und Wünsche sind unser Antrieb. In unserer transparenten und fairen Genossenschaftlichen Beratung stehen Sie mit Ihrer persönlichen Situation im Mittelpunkt.

Vereinbaren Sie jetzt Ihren Beratungstermin unter 0241 4620.

Aachener Bank

Mein Leben lang.

Verehrte Seniorinnen und Senioren,

ich engagiere mich seit nunmehr 14 Jahren für Menschen, die das Eine oder das Andere nicht mehr selbst tun wollen oder können. In 35 Haushalten war ich nicht nur willkommen, sondern oft auch dringend notwendige Hilfe.

Ab 2005 habe ich mich in einem Projekt der Stadt Aachen eingebunden, um eine Einzelhandelsidee zu konzipieren „Markt 50plus“.

Hier habe ich auch den Herausgeber vom Senio Magazin Herrn Günel kennengelernt und ich unterstütze ihn bis heute bei seinen Publikationen.

Anfangs habe ich alle diese Tätigkeiten ehrenamtlich ausgeführt. Nach meinem Ruhestand auch gewerblich. Ich bin für den Ruhestand einfach zu unruhig!

Für den Seniorenrat in Aachen Mitte kandidiere ich, weil ich in der Funktion eine Chance sehe - in Zusammenarbeit mit der Stadt Aachen - die eine oder andere Barriere im Leben der Senioren zu beseitigen.

Bitte unterstützen Sie meine Kandidatur bei der Seniorenratswahl am 23.11.2017.



Gerhard Roszak
Wahlbezirk 1 - Zentrum und Soers

ITERTALKlinik
SENIORENZENTRUM

Unsere neuen Häuser in Stolberg-Breinig, Stolberg Rathaus-Carré und Simmerath bieten komfortable und schicke Wohnungen für Betreutes Wohnen.

Ansprechpartnerin:
Doris Radermacher
Telefon: 02408 9650-101 Mobil: 0170 2310502
E-Mail: d.radermacher@itertalklinik-seniorenzentrum.de

Wir suchen:
Pflegefach- und Pflegehilfskräfte
(m/w) in Voll- und Teilzeit zu besten Konditionen (leistungsgerechte Bezahlung zzgl. Sonn- und Feiertagszuschlägen), flexible Arbeitszeitgestaltung, Pkw und E-Bike auf Wunsch sowie vieles mehr

Bewerbungen an:
Zeljko Turkalj
Telefon: 02408 9650-158 Mobil: 0171 4561135
E-Mail: z.turkalj@itertalklinik-seniorenzentrum.de

www.itertalklinik-seniorenzentrum.de

LANDHAUS KÜCHE
von appetito

Jetzt 3 x Gold probieren!
LECKERES AUS DER LANDHAUSKÜCHE

Probieren Sie unsere 3 DLG-preisgekrönten Mittagsgerichte zum Sonderpreis für je **6,39 €** inkl. Dessert. Mit besten regionalen Zutaten gekocht und von freundlichen Kurieren heiß ins Haus gebracht.

Täglich für Sie heiß gebracht!

Rufen Sie uns an:
02 41 - 9 16 16 88
www.landhaus-kueche.de

apetito AG, Bonifatiusstr. 305, 48432 Rheine

TITELTHEMA

- 22 Zehn Jahre Senio Magazin**
Günal Günal

BEI UNS

- 5** • Seniorenratswahl 2017
• AKV-Sammlung Crous lädt ein
• Weihnachtssingen
- 6** • Psychosoziale Prozessbegleitung
• Das Westparkviertel soll altengerechter werden
• Jubiläum

ANSICHTEN

- 7 Brauereien in unserer Region** (Folge 1)

NOSTALGIE

- 8 Muff, der Handwärmer** Alfred Kall

EHRENAMTLICHE ARBEIT

- 9 Engagement für die europäische Idee**
Christine Kluck

KUNST & KULTUR

- 10** • „Der Bergmann und das weiße Gold“
• Adventskonzert
• Fotografische Porträts
• Weihnachtskonzert
- 11** • Musik- & Lichtshow am Dom
• Alemannia von 1933 bis 1945
• Jazzkonzerte im November
- 12** • Reformation in Aachen
• Hinein in die Natur
• Bier & Wir
• Viel Musik in Vaals

STERNSTUNDEN

- 13 Anruf aus der Vergangenheit**
Inge Gerdorn

SCHATZKISTE

- 15 Aus meinem Puppenleben**
Steffi Diefenthal

KRIMINOLOGEN UNTER UNS

- 16 Kunst und Crime**
Ingeborg Lenné

SENIOREN SCHREIBEN

- 18 Lehrjahre sind keine Herrenjahre**
(Teil 4) Abschluss Rudolf Lalka
- 19 Das Haus verliert nichts - Eine wahre Geschichte**
Josefine Kühnast
Ein Alptraum? Roswitha Petersen
- 27 Wochenmarkt in Aachen**
Erwin Bausdorf
- 30 Hilfe - rote Haare!** René H. Bremen
- 35 Pippes, der Zaunkönig: Laubbläser**
Josef Stiel

ERLEBTE GESCHICHTEN

- 20 Erinnerungen an das Leben auf dem Rhein** Ingeborg Hubatsch

ZURÜCKGEBLÄTERT

- 29 Als in Aachen die Fernseh-Ära begann: Weihnachten 1952, die „Zauberspiegel“-Premiere**
Atze Schmidt

ZUSAMMENLEBEN

- 31 Szenen einer Ehe** Erwin Bausdorf

BEGEGNUNGEN

- 32 Rückführung des Jesuskindes**
Ingeborg Lenné

HOBBYS & MENSCHEN

- 33 Teneriffa, eine Insel mit vielen Facetten** Nina Krüsmann

WEGBEGLEITER

- 36 Nachricht von Mama** Anne Naumann

ÖCHER PLATT

- 38 Der Kallemoll** Jupp Ortmanns
Schnüffje Heinz Goergen
Übersetzungen Richard Wollgarten

LIEBEN, LACHEN, LEBEN

- 39 Schönheitsschlaf** Helga Licher

LEICHT ERKLÄRT

- 41 Feuer und Flamme**
Christine M. Hendriks

REISEBERICHT

- 42 Stippvisite im Ostzipfel** Nina Krüsmann

BITTE LÄCHELN

- 44 Erst eins, dann zwei, dann drei, dann vier ...**

VORBEUGUNG & GESUNDHEIT

- 45 Das tut gut: Wellness!** Hartmut Kleis
Vollwertig essen & trinken

GESELLSCHAFTSSPIELE

- 46 Kein Alter** Berthold Heß

UNTERHALTUNG

- 14 Kopf & Zahl**
Marion Holtorff und Dieter H. K. Starke
- 21, 34 Sudoku**
- 28, 40 Schwedenrätsel**
- 47 Auflösungen**

IMPRESSUM

Herausgeber:

FACTOR: G
MEDIEN & IDEEN

Anschrift:

Senio Magazin
Goerdelerstr. 9, 52066 Aachen

Tel.: 0241 / 990 78 70

Fax: 0241 / 990 787 44

E-Mail: post@senio-magazin.de

www.senio-magazin.de

Redaktion: G. Günal, R. Steinborn, M. Holtorff, F. Gass, H. Koch, J. Römer, N. Krüsmann.

Druck: Grenzecho/Belgien

Auflage: 13.000 Exemplare

An dieser Ausgabe haben mitgewirkt:

Inge Gerdorn (†), C. u. H. Kluck, E. Bausdorf, H. Kleis, R. Wollgarten, A. Kall, R. H. Bremen, R. Lalka, I. Lenné, I. Hubatsch, C. M. Hendriks, J. Kühnast, H. Licher, B. Heß, Steffi Diefenthal, B. J. Frantzen, R. Petersen, A. Schmidt, J. Stiel, A. Neumann, D. H. K. Starke (†).

Öffnungszeiten: Mo., Mi. und Fr. von 10 bis 14 Uhr

Es ist soweit - das Senio Magazin wird zehn. Wir sind stolz, allen Widrigkeiten zum Trotz diese runde Zahl erreicht zu haben. Ich bedanke mich herzlich bei allen Autorinnen und Autoren sowie bei allen, die uns bei der Verteilung geholfen oder in anderer Weise auf diesem langen Weg unterstützt haben: Sie sind unsere stillen Helden! Auch allen Anzeigengebern möchte ich Dank für Ihre Zusammenarbeit mit dem Senio Magazin aussprechen.

Anfang September erreichte uns eine schreckliche Nachricht: Unsere „Stammautorin“ und langjähriges Redaktionsmitglied Inge Gerdorn ist gestorben. Inge war immer so dynamisch, elanvoll und sprudelte über von Ideen. In nahezu jeder Ausgabe kämpfte sie um mehr Platz für ihre Artikel. Im Scherz haben wir oft gesagt: „Wir bringen mal ein Senio Magazin heraus, in dem ausschließlich Beiträge von Inge stehen.“ Das ist nun leider nicht mehr notwendig. Wir vermissen sie und werden sie nicht vergessen.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Advents- und Weihnachtszeit. Vor Silvester erscheint unsere nächste Ausgabe - voraussichtlich mit einigen Neuerungen ...

Ihr G. Günal



**Seniorenrats-
wahl 2017**

Leitstelle
Älter werden
in Aachen



Seniorenratswahl 19. November 2017

Der Seniorenrat ist Ihre Interessenvertretung.

**Wählen Sie die Kandidatin oder den Kandidaten
Ihres Stadtbezirks!**

www.aachen.de/aelterwerden



Seniorenratswahl 2017

Wählen Sie Ihr Vertretungsorgan!



Am 19. November findet in Aachen die aktuelle Wahl zum Seniorenrat statt. Insgesamt stellen sich in 14 Wahlbezirken 105 Kandidatinnen und Kandidaten zur Wahl. Informationen zu den einzelnen Bewerberinnen und

Bewerbern in den Wahlbezirken findet man im Internet unter www.aachen.de, Stichwort: Seniorenratswahl 2017.

Die Wahl zum Seniorenrat ist eine reine Briefwahl. Die Stadt Aachen verschickt die entsprechenden Unterlagen bis zum 21. Oktober an alle Wahlberechtigten in der Stadt. Bis zum 19. November können Sie Ihre Stimme an das Wahlamt der Stadt Aachen zurücksenden.

Der Seniorenrat entsendet sachkundige Einwohner in zehn Ratsausschüsse und verleiht damit den Interessen Ihrer Generation Gewicht in den politischen Entscheidungsgremien.

Als Ansprechpartner in Ihrem Viertel

greifen die Seniorenratsmitglieder die Belange der Menschen vor Ort auf und setzen sich für ihre Angelegenheiten ein.

Die Seniorenratsvertreter und -vertreterinnen sind ehrenamtlich und parteipolitisch neutral tätig und setzen sich für die Belange der älteren Generation ein.

Weitere Infos erhalten Sie bei der Leitstelle „Älter werden in Aachen“ unter der Rufnummer 0241-432 56110 und/oder der E-Mail-Adresse: aelterwerden@mail.aachen.de.

Wichtig!

Bitte beachten Sie unbedingt die Hinweise zur Rücksendung Ihres Stimmzettels, die Sie gemeinsam mit der Wahlbenachrichtigung erhalten.

AKV Sammlung Crous lädt ein

Die AKV Sammlung Crous möchte Geschichts-Interessierte zu zwei interessanten Veranstaltungen einladen:

Am 16. November um 19 Uhr findet im Mercure Hotel am Europaplatz die Verleihung des „Helmut A. Crous Geschichtspreis der Region Aachen“ statt.

Am 4. Dezember um 19 Uhr wird im

S-Forum der Sparkasse Aachen das neue Buchprojekt „Die Geschichte Aachens in 55 Objekten“ vorgestellt. Zu diesen Veranstaltungen wird um Anmeldung gebeten an info@sammlung-crous.de.

Weihnachtssingen

Am Sonntag, dem 17. Dezember 2017, findet von 18 Uhr bis 19.30 Uhr zum fünften Mal das Weihnachtssingen auf dem Tivoli statt. Da der vierte Adventssonntag als traditioneller Veranstaltungstag in diesem Jahr auf Heiligabend fällt, versammeln sich die Fans festlicher Weihnachtslieder bereits am dritten Advent. Das Vorprogramm beginnt um 17 Uhr.

Zu den Mitwirkenden gehören der Gospelchor der „International Christian Fellowship“, der „Instrumentalverein Richterich“, die Trommler der „Öcher Legion“ und die Sänger-Legende Jupp Ebert. Erstmals wird ein Kinderchor dabei sein.

Nach dem großen Zuspruch im letzten Jahr rechnen die Veranstalter, die „Arbeits-

gemeinschaft Christlicher Kirchen“ und die „Alemannia Fan-IG“, mit mehr als 20.000 Besuchern. Daher werden erstmals alle Ränge im Stadion geöffnet. Die Bühne für die Mitwirkenden wird in den Mittelkreis versetzt und allen Besuchern eine gute Sicht bieten.

Um den erwarteten Besucherstrom zügig und sicher lenken zu können, benötigt jeder Besucher ein Ticket. Für Sitzplätze fallen 5 € an, für Kinder bis 14 Jahre 3 €. Kinder, die keinen eigenen Sitzplatz in Anspruch nehmen, haben freien Eintritt. Die Gebühr für einen Stehplatz beträgt 3 €. Plätze für Rollstuhlfahrer können für 5 € reserviert werden, eine Begleitperson ist frei. Auch wenn der freie Eintritt entfällt, soll das Weihnachtssingen auf dem Tivoli eine Veranstaltung bleiben, die für alle Menschen erschwinglich ist. Reservierungen sind ab



sofort möglich bei den bekannten Vorverkaufsstellen (ggf. zzgl. weiterer Gebühren), z.B. im KlenkesShop im Kapuzinerkarree. Für Unternehmen, Vereine oder Familien stehen darüber hinaus Logen für jeweils 12 Personen zur Verfügung. Die Einnahmen aus den Reservierungsgebühren und die Spenden, die wieder unter den Besuchern des Weihnachtssingens gesammelt werden, sind zur Finanzierung der Veranstaltung notwendig. Weitere Infos finden Sie im Internet unter www.weihnachtssingen-ac.de.



BESTATTUNGEN
BECKMANN
ABSCHIED IN WÜRDE

Bestattungen aller Art · Partner der Bestattungsvorsorge Treuhand AG
www.bestattungen-beckmann.de

Vaalser Straße 270 · 52074 Aachen · Telefon 0241 463 700 22 oder 69 332

Psychosoziale Prozessbegleitung

Seit dem 1. Januar 2017 haben besonders schutzbedürftige Opfer einer schweren Straftat Anspruch auf professionelle Begleitung und Betreuung während des gesamten Strafverfahrens - die sogenannte psychosoziale Prozessbegleitung.



Psychosoziale Prozessbegleitung umfasst die qualifizierte Betreuung, Informationsvermittlung und Unterstützung im Strafverfahren. Psychosoziale Prozessbegleitung soll verletzten Zeuginnen und Zeugen Sicherheit und Orientierung vermitteln und ihnen ein Verständnis der Prozesse des Strafverfahrens erleichtern. Damit soll vor allem die individuelle Belastung der Zeugen reduziert

werden. Psychosoziale Prozessbegleitung stellt dabei eine Ergänzung zu den bestehenden Angeboten der Opfer- und Zeugenbetreuung und -beratung dar. Sie übernimmt nicht die Aufgaben anderer Professionen wie der juristischen Beistandschaft und Verfahrensvertretung sowie der Rechtsberatung, der Ermittlungsbehörden und der Opferberatung durch Polizei und private Träger oder der (Psycho-)Therapie.

Wer ist anspruchsberechtigt?

Insbesondere Kinder und Jugendliche, die Opfer von Gewalt- und Sexualdelikten geworden sind, haben einen Anspruch auf psychosoziale Prozessbegleitung. Dafür muss ein Antrag bei Gericht gestellt werden, das bei Vorliegen der Voraussetzungen die Prozessbegleitung beordert.

Auch erwachsene Opfer können bei Ge-

walt- oder Sexualverbrechen einen Anspruch auf psychosoziale Prozessbegleitung haben ebenso wie Kinder, Eltern, Geschwister, Ehegatten oder Lebenspartner, die ihren Angehörigen durch eine Straftat verloren haben. Hier entscheidet das Gericht auf Antrag.

Wer trägt die Kosten?

Im Falle einer Beordnung durch das Gericht ist die Prozessbegleitung für das Opfer kostenfrei. In den Fällen, in denen die Voraussetzungen für eine Beordnung nicht vorliegen, kann sich jeder Verletzte auch auf eigene Kosten eine psychosoziale Prozessbegleitung nehmen.

Wie finde ich psychosoziale Prozessbegleiter?

Anerkannte psychosoziale Begleiterinnen und Begleiter im Landgerichtsbezirk Aachen finden Sie u.a. im Internet unter www.prozessbegleitung.nrw.de. Die Broschüre „Die psychosoziale Prozessbegleitung im Strafverfahren“ ist im Internet unter bro-schueren.justiz.nrw herunterladbar.

Das Westparkviertel soll altengerechter werden

Die Stadt Aachen nimmt in den kommenden drei Jahren am Landesförderprojekt „Entwicklung altengerechter Quartiere in NRW“ teil.

Ziel des Projekts „Altengerechtes Quartier im Westparkviertel“ ist, die Wohnqualität der Bewohner dieses Viertels, die zur Alterskategorie 55 plus gehören, zu verbessern.

Deshalb hat die Quartiersentwicklerin Marion Bergk ihre Arbeit aufgenommen. Ihr Büro befindet sich im Altenheim St. Elisabeth, Partner des Projekts, und soll für die Menschen im Viertel als Anlaufstelle dienen, konkrete Hilfe und Beratung bieten. „Wohnzufriedenheit, Selbstversorgung beim täglichen Bedarf, Gemeinschaft und Partizipation am kulturellen und sozialen Geschehen, also alles, was die Lebensqualität beeinflusst“, erklärt Erika Bley, Sozialdienstleiterin in St. Elisabeth, stehen im

Mittelpunkt des Projekts. Die gewonnenen Erkenntnisse sollen dazu beitragen, auch andere städtische Bereiche gezielter zu entwickeln.

Quartiersentwicklerin Marion Bergk freut sich über das Pilotprojekt „Altengerechtes Quartier im Westpark-Viertel“
© Stadt Aachen/
Björn Gürtler.



Jubiläum

Grund zum Feiern eines nicht alltäglichen Betreuungskonzeptes hatten die MitarbeiterInnen der „fauna e.V.“ sowie die Bewohner der Pflegewohn-gemeinschaften Joseph-von-Görres-Str. in Aachen und deren Angehörige. Die „fauna“, „Freie Alten- und Nachbarschaftshilfe Aachen“, ist eine gemeinnützige und soziale Institution, die seit zehn Jahren die ambulante Betreuung rund um die Uhr in zwei Wohngemeinschaften für pflegebedürftige demenzbetroffene oder psychisch veränderte Menschen anbietet.

In den beiden Wohngemeinschaften leben jeweils acht Menschen in einer familienähnlichen Atmosphäre zusammen. Jeder von ihnen bewohnt ein vollständig mit eigenen Möbeln und persönlichen Bildern, Gardinen, Kronleuchter oder anderen Erin-



nerungsstücken liebevoll selbst gestaltetes Zimmer mit eigener Dusche und WC. Das Herzstück der WG und allgemeiner Treffpunkt ist eine große, gemütliche Wohnküche, in der zusammen gekocht und gegessen, gesungen und gefeiert wird. Auf der Loggia trinkt man bei schönem Wetter gemütlich eine Tasse Kaffee oder genießt entspannt die warme Sonne.

Für das Wohl eines jeden Bewohners sorgt ein festes Arbeiterteam, zu dem examinierte Pflegefachkräfte sowie im Umgang mit Demenz geschulte Präsenzkkräfte zählen, die für alle hauswirtschaftlichen Ar-

beiten zuständig sind. Auf diese Weise entsteht ein alltäglicher Tagesablauf, an dem sich die Bewohner beteiligen, wie sie können und mögen.

Engagierte Angehörige treffen zusammen mit den gesetzlichen Betreuerinnen, den Mitarbeiterinnen und der Leitung der Einrichtung wichtige Entscheidungen in den WGs bis hin zur Auswahl neuer Mitbewohner(innen). Hauptziel ist es, ein gutes Vertrauensverhältnis zu schaffen und ein harmonisches Zusammenleben zu ermöglichen. Die zehn Jahre seit Eröffnung haben gezeigt, dass das Zusammenwirken von professionellen Pflegekräften und Angehörigen auch Menschen mit hohem Pflegebedarf und fortgeschrittenen demenziellen Veränderungen ein fröhliches und lebenswertes Leben in einer kleinen Gemeinschaft ermöglicht.



Teil 26: Brauereien in unserer Region (Folge 1)

Erst Mitte letzten Monats wurden hunderte Öcher und auswärtige Besucher anlässlich der im Centre Charlemagne neu eröffneten Ausstellung „Bier & Wir“ in die Brauerei- und Kneipengeschichte unserer Heimatstadt entführt. Etliche Braustätten, Kneipen und Biersorten öffneten einen Blick in die Vergangenheit, die vielen Zeitgenossen noch sehr vertraut ist. Begleitend zur aktuellen Ausstellung möchte die Sammlung Crous in den nächsten Folgen Belege zum Thema präsentieren, die überwiegend dem neu hinzugekommenen Sammelbereich Wirtschaftsgeschichte entstammen.

Die Geschichte des Bieres reicht weit in die Geschichte der Menschheit zurück. Bier ist eines der ältesten alkoholischen Getränke. In Mitteleuropa sind bierähnliche Getränke bereits im 3. Jahrtausend v. Chr. nachgewiesen. Bier war in vielen Gegenden Europas das wichtigste Volksgetränk. Zum Brauen des Bieres wurden alle vorhandenen Getreidearten verwendet. Hopfen wurde möglicherweise bereits im 6. Jahrhundert n. Chr. dem Bier beigegeben, wodurch die Biere haltbarer und transportfähiger wurden. Endgültig setzte sich Hopfenbier aber erst im 16. Jahrhundert durch. In Hamburg produzierten 1376 nicht weniger als 457 Brauereien. Nicht selten standen Frauen den Brauereien vor. In Straßburg wurde 1358 von sieben Brauereien eine von Frauen betrieben und in Oxford überwogen 1439 die im Braugewerbe arbeitenden Frauen die Anzahl der Männer. Mengenangaben zum Bierkonsum sind problematisch, da sie regional und periodisch stark schwankten. In Köln, einer der wohlhabendsten Städte des Spätmittelalters, lag der Konsum in dieser Zeit etwa bei 175 bis 295 Liter pro Jahr und Kopf.

Angesichts des hohen Bierkonsums im Mittelalter und in der frühen Neuzeit war Bier für den städtischen Fiskus und die seit etwa 1500 entstehenden Landessteuerbehörden von großem Interesse. Bereits im Spätmittelalter wurden fast überall Produktions- und Verkaufssteuern auf Bier erhoben. Das Brauen und der Verkauf des Bieres war an bestimmte Privilegien

gebunden. Mit der strengen Regulierung wollten die Obrigkeiten einerseits den Brauberechtigten das Einkommen sichern und andererseits dafür sorgen, dass kein fremdes Bier getrunken wurde, für das man keine Steuern bezahlen musste. Im 16. Jahrhundert wurde in vielen Teilen des Deutschen Reiches das Biergeld zu einer der wichtigsten Steuerquellen.



Eine Biermarke der Gaststätte Ditzin in Haaren zeigt auf der Rückseite Gambrinus, den legendären König der Bierbrauer.

Spätestens in der Mitte des 18. Jahrhunderts wurden regionale Besonderheiten von Biersorten innerhalb der Biernation überregional wahrgenommen. Das erste Frachtgut auf einer deutschen Eisenbahn waren Bierfässer. Am 11. Juli 1836 erhielt die Ludwigseisenbahn zwischen Nürnberg und Fürth von der Firma Lederer Bräu den Auftrag, zwei Fässer Bier gegen eine Vergütung von 6 Kreuzern an den Wirt „Zur Eisenbahn“ in Fürth zu senden.

Als wichtiger Punkt in der Geschichte des Bierbrauens wird die Erfindung der Pilsner Brauart angesehen. Sie ging aus der schon damals berühmten Bayerischen Brauart hervor, die vor allem auf nur mit niedriger Temperatur abgedarrtem Malz und auf der langsamen Gärung durch Lagerung in kalten Höhlen und tiefen Kellern beruhte. Aus dem Handwerk des Bierbrauens entwickelte sich die Getränkeindustrie. Carl von Linde entwickelte und baute die Kältemaschine anfangs hauptsächlich für Brauereien.

In unserer Region hatte jedes Dorf seine eigene Brauerei, meist sogar mehrere. Nur wenige konnten davon einen längeren Zeitraum überdauern bzw. größere Bedeutung erlangen. Einige werden beispielhaft vorgestellt:

DEGRAA, Aachen

Die Brauerei und Brennerei Jos. Degraa Erben KG wurde 1821 durch Peter Josef Degraa in Aachen gegründet. 1888 kaufte Joseph Degraa die 1850 gegründete Brauerei und Brennerei Bärenhof von dem Brauer

Christian Körfer hinzu. Degraa braute ab 1932 hauptsächlich unter dem Namen Degraa Obergärig ein helles obergäriges Lagerbier nach kölscher Brauart. 1941 wurde der Bärenhof bei einem Bombenangriff durch eine Fliegerbombe zerstört und erst 1949 mitsamt Bierkeller wieder aufgebaut.



Jeder Öcher kennt den legendären Spruch auf Bierdeckeln und Gläsern:

Opa wurde 100-jährig, stets trank er Degraa obergärig

- später häufig um folgenden Nachsatz ergänzt:

Oma wurde 110, hatte Degraa nie geseh'n



Ab dem 1. Juli 2011 gab es wieder ein Bier namens Degraa, welches zunächst im Lohnbrauverfahren in Krefeld gebraut wurde, inzwischen aber wieder vom Markt verschwunden ist.

Geschichte und Geschichten, Bilder und sonstige Belege von Brauereien, Kneipen und Restaurants der Region stehen dem Besucher in der Sammlung Crous zur Einsicht zur Verfügung. In der nächsten Folge berichten wir über Brauereien aus Beggen-dorf, Eupen, Kornelimünster und Malmedy.

Weitere Informationen unter www.sammlung-crous.de oder bei einem persönlichen Besuch in der Sammlung.

Muff, der Handwärmer

Kürzlich unterhielten wir uns in einem größeren Kreis über Mode, dabei fiel auch das Wort „Muff“. Alle älteren Teilnehmer wussten sofort etwas damit anzufangen, die jüngeren nicht wirklich. Lassen wir den Muff selbst über sein Leben sprechen, geben wir ihm eine Stimme.

Darf ich mich vorstellen: Ich bin Muff, der Handwärmer: ein röhrenförmiges Bekleidungsaccessoire für Mädchen und Frauen. Ich bestehe aus Fell oder wärmendem Stoff, habe einen zweiseitigen Zugang für die Hände und werde vor dem Bauch getragen. Wer mich rufen will, kann vornehm lateinisch „muffula“, also Pelzhandschuh, zu mir sagen oder mich als Aachener „Pelzmuffje“ nennen.

Muff ist nicht gleich Muff

Man darf mich nicht verwechseln. Mein Name ist in der Tat mehrdeutig, oft auch negativ besetzt. Zu nennen sind Wörter und Redewendungen wie „Modemuffel“, „Muffensausen“, „Hans Muff“, riecht „muffig“ hier, was so viel bedeutet wie unangenehm, abgestanden oder modrig. Oder es kommt einem gar ein Spruch der Studentenbewegung aus den späten 1960er Jahren in den Sinn „Unter den Talaren der Muff von 1.000 Jahren“. Aachener denken vielleicht an das Wort „Moffen“, womit manche Niederländer Deutsche kurz nach dem Krieg in unfreundlicher Absicht bezeichneten, die ungeliebten Deutschen halt - nichts von allem, ich bin vornehmlich zuständig für „Hände, die aus der Kälte kommen“.

Meine Erlebnisse

Kurz nach dem Zweiten Weltkrieg trugen mich Mädchen und Jungen auch hier in Aachen vor dem Bauch, mit einer Kette um den Hals. So konnte ich nicht so schnell



Titelbild der Zeitschrift „Die Dame“ aus dem Ullstein-Verlag 1912

verloren gehen wie z.B. Handschuhe. Geschmückt war ich mit Tierbildern wie Hund oder Katze; mit einem Bären Gesicht war ich zum Liebhaben. Oft wärmte ich Hände mit einem Kaninchenfell, verbarg auch ein wenig Geld und ein Taschentuch. Was ich sonst noch versteckte, bleibt mein Geheimnis.

Auch manche Damen trugen mich in den 1950er Jahren. Kürschner gaben mir ein sehenswertes Äußeres. Sie begannen z.B. mit einem Daunenfellbeutel, umgaben mich mit Kaninchenfell, Rotfuchs oder Persianer. Kürschner erhielten mein Persianerfell z.B. in einem Rauchzentrum. Eins lag unweit des Frankfurter Hauptbahnhofs; hier lagerten gegerbte Persianerfelle zu Tausenden, vornehmlich aus Namibia („Swakara“) importiert. Jetzt war ich für manch einen ein Hingucker. Beim Schlendern vor Schaufenstern fühlte ich mich wohl, ich war ganz und gar nichts für Jogging. Entschleunigung war angesagt, hier konnte ich erzieherisch wirken.

Getragen wurde ich natürlich vornehmlich im Winter. Kurz nach dem Krieg war es in Aachen lange Zeit bitter kalt. Arktische Temperaturen von bis zu -20 °C im Winter 1946/1947 brachten Menschen gehörig zum Frieren. Um die Hände warm zu halten, reichte längst nicht mehr ein Reiben aneinander aus, auch Handschuhe

versprochen zu viel. Ich musste her - wenn man mich denn besaß.

Als Modeartikel für die Damenwelt

In früherer Zeit diente ich nicht mehr nur zum Wärmen der Hände, ich war auch ein begehrter Modeartikel für Damen und gelegentlich auch Herren. Insbesondere Frauen aus dem Bürgertum hatten mich entdeckt, besonders im 17. Jahrhundert wurde ich ein viel beachtetes Accessoire, ein modisches Zubehör. Je größer und schmuckvoller ich gestaltet war, umso mehr bewundernde Blicke zog ich auf mich, besonders auf meine Trägerin. Neidvolle Blicke waren nicht unangenehm, sie konnten der Beginn einer neuen Bekanntschaft sein. Die Herren durften sich angesprochen fühlen. Menschen in der Zeit des Barock liebten es eben, in üppiger Kleidung zu glänzen, es war ihr Lebensgefühl. Hierzu passt die 1874 erschienene Novelle des schweizerischen Schriftstellers Gottfried Keller mit dem Titel „Kleider machen Leute“: zeitlos gültig. Was das gepflegte Äußere alles bewirken kann, Schein und Sein.

Bin ich heutzutage unmodern?

Bei mancher Aachenerin liege ich halb vergessen im Schrank, werde nicht einmal mehr zum Abstauben ans Tageslicht geholt. Meine Besitzer halten mich heute für „muffig“ und meinen damit, ich sei nicht mehr zeitgemäß. Ich werde nicht mehr gebraucht.

Zahlreiche Gründe sprechen hierfür: Wintertags ist es nicht mehr muff-kalt, aus Tierenschutzgründen ist es verpönt, sich mit einem Pelz-Muff zu zeigen. Auch bin ich meiner Konkurrenz, dem gefütterten Handschuh, meilenweit unterlegen. Ich kann nicht mehr damit punkten, dass ich kuschelig bin und mein Träger seinem Gegenüber zur Begrüßung sogleich eine angewärmte Hand reichen kann. Nur noch gelegentlich genieße ich als Handmuff Beachtung, bin auf schönen Bildern oder auf Porzellan dargestellt. Gewiss kann ich Bewunderer finden, wenn eine „modebewusste“ Trägerin mich auf dem Weihnachtsmarkt zeigt - oder? Mich würde es jedenfalls freuen ...



Alfred Kall



Physio Aachen
Daniel Sundarp

52066 Aachen - Am Branderhof 101

Telefon: 0241 / 46 33 76 26

Fax: 0241 / 46 33 76 20

www.physio-aachen.com

email: info@physio-aachen.com

Engagement für die europäische Idee

Wenn der Pulsschlag Europas, der „Pulse of Europe“ (PoE), jeden ersten Sonntag im Monat um 14 Uhr laut über Katschhof oder Markt erschallt, dann stehen zeitweise bis an die zweitausend friedliche Europa-Demonstranten vor der Bühne. Sie schwenken Europafahnen, halten Wimpel und blaue Luftballons in den Händen und tragen vielfach blaue Kleidung.

„Pulse of Europe“ ist eine Bürgerbewegung, überparteilich und überkonfessionell. Ihr Ziel ist es, angesichts des EU-Austritts des Vereinigten Königreichs und dem vermehrten Auftreten rechtspopulistischer und nationalistischer Parteien, den europäischen Gedanken öffentlich wieder sichtbar und hörbar zu machen. Viele prominente Politiker äußern sich lobend über dieses Engagement. So schrieb Sabine Verheyen, Europaabgeordnete der CDU, u.a. in einer Gastkolumne: „Wenn wir Europa retten wollen, dann müssen wir uns laut und deutlich zu dieser Gemeinschaft bekennen und Flagge zeigen für Europa ... Es ist höchste Zeit, für ein vereintes und demokratisches Europa auf die Straße zu gehen und den destruktiven Kräften den Nährboden zu entziehen.“

PoE hat zehn Grundthesen formuliert, die ihr Handeln leiten. Die Überschriften der zehn Thesen lauten:

1. Europa darf nicht scheitern
2. Der Friede steht auf dem Spiel
3. Wir sind verantwortlich
4. Aufstehen und wählen gehen
5. Grundrechte und Rechtsstaatlichkeit sind unantastbar
6. Die europäischen Grundfreiheiten sind nicht verhandelbar
7. Reformen sind notwendig
8. Misstrauen ernst nehmen
9. Vielfalt und Gemeinsames
10. Alle können mitmachen - & sollen es auch

Dass bei PoE durchaus auch EU-Kritik ihren Platz hat, belegt die siebte These: „Die Europäische Union muss erhalten werden, damit sie verbessert werden kann. Umgekehrt gilt aber auch: Wenn sich die EU nicht

weiter entwickelt, wird sie nicht erhalten bleiben. Nationale Interessen sollen hinter europäischen zurückstehen. Wer austritt, wird jedenfalls nicht mitgestalten. Die europäische Idee muss wieder verständlicher und bürgernäher werden. Sie sollte von unten nach oben getragen werden. Einer Spaltung innerhalb der Bevölkerung ist entgegenzuwirken, das gilt auch für den Unterschied zwischen Arm und Reich.“

Die Aachener Gruppierung von PoE um Beate Roderburg (34), Steuerberaterin, formierte sich Anfang Februar 2017. Roderburg hatte im Januar in Köln eine PoE-Demonstration miterlebt und war beeindruckt von der positiven Stimmung. So eine Veranstaltung sollte es auch in Aachen geben. Im Dreiländereck funktioniert



Europa zumeist. Doch lohnt es sich überall, für ein geeintes Europa und gegen Nationalismus einzustehen und zu kämpfen.

Ursprünglich ins Leben gerufen wurde Pulse of Europe 2016 von dem Frankfurter Anwaltshepaar Sabine und Daniel Röder. Mit großem Erfolg! Denn wie sonst lässt es sich erklären, dass die Demo mittlerweile schon in 132 Städten von 20 Ländern stattfindet?!

Die einstündige Kundgebung für ein vereintes, demokratisches Europa, an der sich jeder Bürger mit einer dreiminütigen Rede beteiligen kann und die mit dem gemeinsamen Gesang der Europahymne endet, sollte eigentlich nach der Bundestagswahl im September enden. Aber die Aachener Organisatoren Beate Roderburg, Joachim Sina, Friedrich Jeschke, Matthias Caspar-Bours, Dr. Iris Hilker, Manfred Kutsch, Tobias Ruot und andere, die durch das Projekt zusammengefunden haben, machen

weiter: Am Sonntag, 5. November, auf dem Katschhof und Sonntag, 3. Dezember, auf der Bühne vom Weihnachtsmarkt werden wieder prominente Aachener und redewillige Europäer zu hören sein. Jeder Redner erhält ein T-Shirt mit dem Logo: „Ich spreche bei PULSE of EUROPE“.

Im Besitz eines solchen Shirts ist auch der 80-jährige Heinrich Kluck, der von seinen Kriegserlebnissen in seiner Kindheit erzählte. Er sprach der Gruppe vor ca. 2.000 Zuschauern Anerkennung aus: „Ich bin stolz auf Euch. Europa war immer mein Lebenswunsch, und Ihr steht dafür ein. Wir alle sind Europäer und Ihr jungen Leute müsst kämpfen.“

Das 10- bis 15-köpfige Kern- und Helferteam im Alter von 18 bis 70 Jahren aus verschiedenen Berufsbereichen lässt sich für jede Veranstaltung neue Programmpunkte und Fragespiele zu den einzelnen europäischen Ländern einfallen. Mitsamt dem Publikum wurde auch schon über den Grabenring gezogen.

Die Ehrenamtler von PoE opfern Stunden ihrer Freizeit für ihr Projekt, finanzieren sich selbst, sind dankbar für Spenden und Fördermitgliedschaften.

Pulse of Europe hat schon mehrere Auszeichnungen bekommen, u.a. den Bürgerpreis der deutschen Zeitungen, vergeben für herausragendes bürgerschaftliches Engagement, und ist nominiert für den Deutschen Engagementspreis des Bündnisses für Gemeinnützigkeit sowie für den Europäischen Bürgerpreis 2017. Nominiert wurde Pulse of Europe durch zwei Mitglieder des Europäischen Parlaments, unabhängig voneinander. Einer kommt aus Aachen.

Die Aachener Gruppe Pulse of Europe freut sich, wenn am Sonntag, 05.11., und Sonntag, 03.12., jeweils von 14 bis 15 Uhr zahlreiche Europafreunde aller Generationen an ihren Kundgebungen teilnehmen.

Weitere Infos finden Sie im Internet unter www.pulseofeurope.eu.

Christine Kluck

Foto: Heinrich Kluck





Teedose, Meissen, Bonaventura Häuer, um 1750, © Christoph Fein

„Der Bergmann und das weiße Gold“

Die Porzellanmanufaktur Meissen entdeckte den Bergwerksbetrieb als dekoratives Sujet bereits in der Mitte des 18. Jahrhunderts. Es entstanden exquisite Service und Kleinskulpturen, welche die Festtafeln der Adelshöfe mit einem ungewöhnlichen Schmuck versahen. Kontrastieren die tiefdunklen Trachten und Szenarien doch überaus effektiv mit dem delikaten Weiß des feinen Porzellans.

Die Gründung der Porzellanmanufaktur im Jahr 1710 verdankt sich dem ehrgeizigen Plan des sächsischen Kurfürsten August dem Starken, das Geheimnis der Porzellanrezeptur erstmals in Europa zu lüften. Meissen wurde mit seinen Formschöpfungen und Dekors zum Wegweiser für die nachfolgenden Manufakturen, die wie Berlin, Wien, Würzburg und allen voran Fürstenberg auch das Bergbauthema übernahmen und erweiterten. Mit der Sammlung der „Achim und Beate Middelschulte-Stiftung Bochum“ präsentiert das Couven Museum eine hochkarätige Privatsammlung, die sich dem Bergbau als einem kaum bekannten Thema der Meissner Porzellanproduktion widmet. An die 100 Exponate führen den großen Reiz und die erzählerische Vielfalt dieser luxuriösen Tafelzier vor Augen. Das Couven Museum, Hühnermarkt 17 in Aachen, nimmt mit dieser Ausstellung Bezug auf die jahrhundertealte Bergbautradition im Aachener Revier. Eröffnet wird die Ausstellung „Der Bergmann und das weiße Gold“ am Freitag, dem 10. November, um 19 Uhr und ist anschließend bis zum 25. März 2018 zu sehen.

Adventskonzert

„Musik unter Freunden“ ist auch in diesem Jahr das Motto des Aachener Adventskonzerts der Polizei Aachen im Krönungssaal des Aachener Rathauses. Die siebte Auflage des Benefizkonzertes am 1. Advent unterstützt die Aktion „Menschen helfen Menschen“ des Aachener Zeitungsverlages. Schirmherr des Konzertes ist Aachens Polizeipräsident Dirk Weinspach.

Freuen Sie sich auf eine ansprechende



Mischung aus klassischen und modernen Weihnachtsmelodien. Das Konzert mit u.a. Der „Bigband Nütheim Schleckheim“ und dem Kammerchor „Ars Cantata“ findet am Sonntag, dem 03.12.2017, von 15:30 bis 18:30 Uhr statt und kostet 12 Euro für Erwachsene und 6 Euro für Kinder. Einlass ist ab 14:30 Uhr. Eintrittskarten sind bei folgenden Vorverkaufsstellen erhältlich: Polizeiprä-

sidium Aachen, Hubert-Wienen-Str. 25, Wache West, Im Mariental 14, Aachener Medienhaus am Elisenbrunnen, Zeitungsverlag AZ/AN, Dresdener Str. 3.



Wilhelm Schürmann (*1946): Plaza, Aachen 1973, © Wilhelm Schürmann



Robert Lebeck (1929 – 2014): Romy Schneider, Berlin 1976, © Cordula Lebeck

Fotografische Porträts

Seit den Anfängen der Fotografie ist das Porträt eines ihrer großen Themen. Mit rund 100 Porträts von den 1920er Jahren bis 2017 bietet die Ausstellung „Blicke, die bleiben – Fotografische Porträts aus der Sammlung

Fricke“ bis zum 14.01.2018 im Suermondt-Ludwig-Museum, Wilhelmstr. 18 in Aachen eine spannende Auseinandersetzung mit berühmten Gesichtern und unbekannten Individuen. Die ausgestellten Arbeiten sind eine Dauerleihgabe der Sammlung Fricke im Suermondt-Ludwig-Museum.



Weihnachtskonzert

Zu einem gemeinsamen Weihnachtskonzert laden für den 3. Advent, Sonntag, dem 17.12.2017, das „Blasorchester Aachen-Haaren 1982 e.V.“ unter der Leitung von Renate Dirix, der „Paul-Gerhardt-Chor“ aus Laurensberg-Richterich, geleitet von Sabine Busse, der „Kirchenchor St. Cäcilia“ aus Horbach und die „Chorgemeinschaft St. Sebastian“ von der Hörn, beide unter der Leitung von Angelo

Scholly, in die Citykirche St. Nikolaus an der Großkölnstraße in Aachen herzlich ein. Beginn ist um 16 Uhr, Einlass ab 15:30 Uhr. Ein abwechslungsreiches Programm mit Orchester- und Chormusik erwartet die Zuhörer in dem Konzert mit etwa 150 teilnehmenden Sängern und Musikern. Auch für sangesfreudige Gäste sind Titel im Programm enthalten. Der Eintritt ist frei, Spenden für die musikalische Kinder- und Jugendarbeit in den einzelnen Gruppen sind gerne gesehen.



Musik- & Lichtshow am Dom

Bei der Premiere von „Dom im Licht“ 2015 verfolgten etwa 6.000 Zuschauer das Musik- und Lichtspektakel live auf dem Aachener Katschhof. Am Freitag, dem 03. November 2017, erstrahlt der Aachener Dom erneut in besonderem Licht. Alle Zuschauer können sich auf dem Katschhof von der atemberaubenden Symbiose von Kunst für das Auge und für die Ohren berauschen lassen. Im Mittelpunkt stehen dabei sowohl das Spektakel auf dem Katschhof wie gleichermaßen die begnadeten Aachener Musiker im Innern des Doms: der Saxophonist Heribert Leuchter, der Organist Dr. Lutz Felbick, der gemischte Chor „Carmina Mundi“ und der Sänger Jupp Ebert. Einlass ist ab 19 Uhr, Beginn um 20.30 Uhr, der Eintritt ist frei.



Erste Mannschaft der Alemannia, aufgenommen vor dem Waldstadion, 1931; vorne der erste von rechts M. Salomon, stehend der erste von rechts R. Münzenberg (Sammlung Münzenberg)

Alemannia von 1933 bis 1945

Was war Alemannia Aachen in dieser Zeit für ein Verein? Wie wirkte sich die nationalsozialistische Politik auf die Alemannia und das Vereinsleben aus? Was geschah mit den jüdischen Vereinsmitgliedern?

Bis 1933 spielten Reinhold Münzenberg, „der Eiserne“, und Max Salomon, der trickreiche Stürmer, gemeinsam sehr erfolgreich für Alemannia Aachen, einen der damals bedeutendsten Vereine im Westen des Deutschen Reiches. Ab 1933 trennte die nationalsozialistische Politik ihre Lebenswege, alle Lebensbereiche wurden neu ausgerichtet, auch der Sport. Entlang der Lebenswege dieser beiden Spieler entfaltet die Ausstellung die Atmosphäre, die Ereignisse und Entwicklungen bei Alemannia Aachen von 1933 bis 1945 und stützt sich dabei vor allem auf die Vereinszeitung, zahlreiche historische Quellen und Fotos. Im Internationalen Zeitungsmuseum, Pontstr. 13 in Aachen, läuft die „Ausstellung Alemannia 1933 bis 1945 – Fußball zwischen Sport und Politik“ bis zum 04.03.2018.



Jazzkonzerte im November

Der Jazzverein Aachen lädt im November zu zwei außergewöhnlichen Jazzkonzerten ein.

Am Sonntag, dem 12. November 2017, spielt im Rahmen der Jazz-Matinee um 11 Uhr das „Joscho Stephan Trio“ mit Matthias Strucken „Gypsy Swing und Jazz Perlen“. Als „legitimer Thronfolger des legendären Django Reinhardt“ wurde Joscho Stephan einmal bezeichnet. Gemeinsam mit seinem Trio und Matthias Strucken, einem der angesagtesten und vielseitigsten Jazz-Vibraphonisten, orientiert er sich bei seinem Aachener Konzert am Großmeister des „Gypsy Swing“, dem Gitarristen Django Reinhardt, sowie dem legendären Jazz-Vibraphonisten Milt Jackson.

Im Rahmen des „Freitags-Jazz“ spielt die neunköpfige „OL' Stars Jazzband“ aus den Niederlanden am Freitag, dem 24. November 2017, um 20 Uhr traditionellen Jazz, New Orleans Jazz, Mainstream, Swing und Latin - aber auch Popsongs der siebziger und achtziger Jahre. Der Spaß und das Vergnügen an emotionaler Jazzmusik steht dabei im Vordergrund. Beide Konzerte finden in den Kurpark-Terrassen, Dammstr. 40 in Aachen-Burtscheid, statt. Der Eintritt ist frei, ein Kostenbeitrag aber erwünscht.



**Wir wünschen allen
Leserinnen & Lesern
frohe Weihnachten!**

Das Team vom Senio Magazin

Gesundheitszentrum Kleis

- ▲ Apotheke Kleis
- ▲ Apotheke auf der Heide
- ▲ INDA Apotheke
- ▲ Sanitätshaus Kleis
- ▲ Orthopädie-Technik Kleis
- ▲ TRI-O-med GmbH

Gesundheitszentrum Kleis · Gabriele & Hartmut Kleis
Rathausstraße 86 · 52222 Stolberg · (02402) 2 38 21 u. 47 07

Dr. Frank Kleis

Auf der Heide 37 · 52223 Stolberg · (02402) 34 08

TRI-O-med GmbH

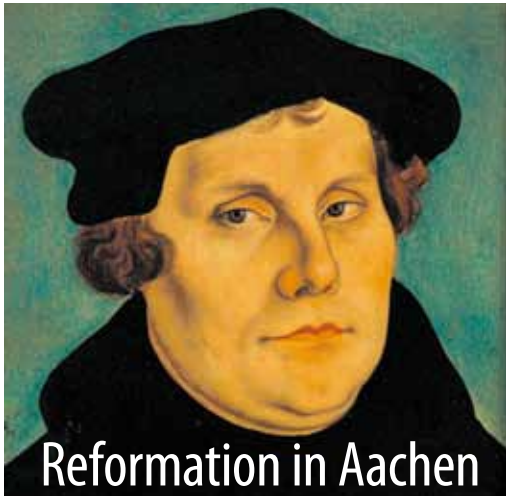
Aachener Str. 30 · 52249 Eschweiler · (02403) 78 84-0

Mehr als 20.000 verschiedene Artikel
für Gesunderhaltung und Krankenpflege

Auch bei uns im Haus:

KOSMETIKSTUDIO

Fußpflege



Reformation in Aachen

Martin Luther, 1529, Atelier/Werkstatt von Lucas Cranach der Ältere (1472–1553)

Anlässlich des 500. Gedenkjahres zum Thesenanschlag von Martin Luther in Wittenberg hält Pfarrer Armin Drack am Freitag, dem 3. November 2017, um 20 Uhr bei Montanus, Kurbrunnenstr. 18 in Aachen, einen Vortrag zum Thema „Luther, Reformation, Aachen - Die religiösen und politischen Umwälzungen in der freien Reichsstadt“.

Der Protestantismus erreichte nach und nach auch Aachen. Eine anfängliche Toleranz schlug im Lauf der Jahre in gewaltsame Auseinandersetzungen zwischen Katholiken und Protestanten um. Die Auswirkungen auf die Menschen, die Wirtschaft in der Region und die historischen Folgen beschreibt Herr Drack informativ und kurzweilig. Der Eintritt ist frei. Da die Zahl der Plätze begrenzt ist, wird um vorherige Anmeldung unter Tel.: 0241/65087 gebeten in der Zeit von Montag bis Freitag von 10 - 17 Uhr. Weitere Infos finden Sie im Internet unter www.monta-online.de.

Viel Musik in Vaals

Der slawisch-byzantinische Chor „Sobornost“ verbindet ernste liturgische Gesänge mit der spielerischen Art osteuropäischer Volkslieder. Bei seinem Konzert am Samstag, dem 18.11.2017, um 20 Uhr tritt zudem Lilit Sati als Solistin auf: Sie wird von Wiel Bonten, dem Dirigenten von Sobornost, am Klavier begleitet. Der Eintritt kostet 10 €.

Am Sonntag, dem 10.12.2017, um 17 Uhr präsentieren der gemischte Chor St. Jozef aus Vaals zusammen mit dem Gulpener Chor ein Weihnachtsprogramm.

Weihnachtliche Klänge gibt es auch beim Konzert mit Studenten der Hochschule für Musik und Tanz Köln/Aa-



Hinein in die Natur

Jean-Baptiste Camille Corot, ein Hauptvertreter der Schule von Barbizon, zählt zu den bedeutendsten französischen Landschaftsmalern. Anlässlich der Feier „50 Jahre Städtepartnerschaft Aachen – Reims“ sind nun 13 Gemälde Corots aus dem Reimser „Musée des Beaux-Arts“ im Aachener Suermondt-Ludwig-Museum zu Gast.

Camille Corot verspürte schon früh den Drang zu malen; mit 26 Jahren gab er seine ungeliebte Tätigkeit als Tuchhändler auf. Im Laufe seiner Karriere bereiste er mehrmals Italien, wo er viele Impressionen für seine Landschaftsmalerei einfing. Dabei arbeitete er nach der Devise: „hinein in die Natur mit offenen Augen, wachem Herzen und möglichst wenig Gepäck“.

Das südliche Licht übte eine besondere Faszination auf ihn aus. Sein subtiles Spiel mit Morgen- oder Abenddämmerungen ist eine Antwort darauf. Corot wählte seine



Camille Corot: Allee im Wald von Wagnonville, Öl auf Leinwand, 1871, © Reims, Musée des Beaux-arts, Foto: C. Devleeschauwer

Orte unter freiem Himmel mit Bedacht und nach persönlicher Empfindung aus. Diese malte er mit einem lockeren, flüssig-zarten Pinselstrich mit matt schimmerndem, aber dicken Farbauftrag. Die einzelnen Blätter der Bäume scheinen zu einem großen Ganzen zu verschwimmen, der starke Farbauftrag bewirkt eine neue Plastizität der Dinge. Bis heute gelten die Künstler von Barbizon als Wegbereiter der impressionistischen Freilichtmalerei. Die Ausstellung ist bis 30. Dezember 2017 im Kaminraum zu sehen.

Bier & Wir

„Bier & Wir – Brauen, Trinken, Feiern in Aachen“ heißt die neue Wechselausstellung im Centre Charlemagne am Aachener Katschhof, die bis zum 25.02.2018 zu sehen ist: Im Mittelpunkt stehen die ehemaligen Aachener Brauereien und die vielgerühmte Aachener Kneipenszene. Daneben wird viel Wissenswertes über Ursprung, Geschichte und Herstellung des Biers präsentiert.



Gaststätte Degraa am Theater (M. Chauvisré)

chen am Freitag, dem 15.12.2017, um 20 Uhr. Hierzu beträgt der Eintritt 10 €.

Die Ausstellung „Perspektiven“ von Irena Paskali zeigt Fotografien zu den Themen „Unterwasserwelt“, „Treppenhaus“ und „Meridiane“. Außerdem werden elegante Zeichnungen von Landschaften in Holzkohletechnik gezeigt. Die Ausstellung wird mit einer Vernissage am 17.12.2017 um 15 Uhr eröffnet und ist bis zum 04.02.2018 dienstags bis sonntags von 11 Uhr bis 17 Uhr zu sehen. Der Eintritt ist frei.

Eintrittskarten können jeweils unter Tel.: +31 4330 64668 reserviert werden. Informationen zu weiteren Veranstaltungen der Kopermolen, von Clermontplein 11 in Vaals, finden Sie im Internet unter www.dekopermolenvaals.nl.

Anruf aus der Vergangenheit

„Und weißt du noch, dass ich eurer Katze eine Seite der Schnurrbarthaare abgeschnitten habe?“ - „Das hatte ich ganz vergessen. Jetzt erinnere ich mich. Wir waren ziemlich wütend auf dich. Ohne Schnurrbarthaare ist eine Katze doch orientierungslos. Sie ist eines Tages nicht mehr von ihrem Nachtflug zurückgekommen.“ - „Sag bloß, das war meine Schuld?“, fragt Irmgard ungläubig. „Nein, nein, das will ich dir nicht in die Schuhe schieben. Meine Güte, wie lange ist das alles her? Jetzt wäre es sowieso verjährt.“

Wir müssen beide lachen und es ist so, als hätten wir uns nie aus den Augen verloren. Meine Freundin aus Kindertagen hat sich völlig überraschend per Telefon gemeldet mit der Frage: „Willst du wissen, warum ich dich anrufe?“ Klar will ich das wissen. Sie sagt es mir. Sagt mir, dass sie seit Jahren unsere Senio-Zeitung liest und sie mir einfach mal Rückmeldung geben muss, wie gut ihr die Artikel gefallen. Über so viel Lob und Anerkennung freut sich natürlich das Schreiber-Herz.

Wir merken beide, die Wellenlänge stimmt noch. Unsere Kinderspiele werden wieder lebendig: Unserem Mischlingshund hatten wir kleine Tricks beigebracht. Wenn wir einen Apfel in die Astgabel unseres alten Apfelbaumes legten, kletterte er einen Meter hoch, wir mussten nur wenig nachhelfen. Dann die ersten Versuche auf einem alten verrosteten Fahrrad in einer



Nebenstraße, wo keine Autos fahren. „Du brauchst keine Angst zu haben, ich halte dich am Sattel fest.“ Diese Freude, wenn es auch ohne Festhalten klappte.

Und im Jahr, als ich auf die erste Kommunion vorbereitet wurde, spielten wir die Sonntagsmesse nach. Da ich die Ältere von uns beiden war, fiel mir die Priesterrolle zu. Irmgard begnügte sich damit, Messdiener zu sein. Dafür durfte sie mit einem Glöckchen klingeln und ein dickes Buch von einer Seite des Tisches auf die andere Seite tragen. Ein silberner Eierbecher diente uns als Kelch. Auch beim Spiel „Prinzessin – Dienerin“ war es ein ungeschriebenes Gesetz, dass die zwei Jahre Ältere als Prinzessin auftrat, mit Mutters Spitzennachthemd angetan. Irmgard als Dienerin musste die

Schleppe tragen. Was sie mit Umsicht tat.

An Ballspielen kann ich mich auch noch erinnern. Unsere knallbunten Lackbälle titschten wir solange gegen die Hauswand, bis der Lack brüchig wurde. Weil unser Garten ziemlich verwildert war, spielten wir mit dem leuchtend gelben Löwenzahn Blumengeschäft.

Viel haben wir uns zu erzählen. Das Telefonat wird zur Reise in die Kindheit. Alle möglichen Szenen fallen uns ein, Schlaglichter, die sich eingebrannt haben.

„Und an einem heißen Sommertag hatten wir eine Zinkwanne auf den Hof geschleppt und mit kaltem Wasser gefüllt. Darin viel zu lange herumgeplanscht. Ich hatte mir eine schwere Grippe geholt. Vierzig Grad Fieber“, erinnere ich mich. „Und du?“ - „Keine Ahnung, das weiß ich nicht mehr.“

Schade, so vieles geht mit den Jahren verloren. Das Gedächtnis ist ein unzuverlässiger Kamerad. Aber dass wir nie Langeweile hatten, das wissen wir beide noch. Und wir brauchten auch kein Telefon, um uns zu verabreden. Eine von uns stand unten auf dem Hof und rief zum Fenster hoch: „Kommst du runter?“

„Kommst du mich mal besuchen?“, fragen wir heute am Ende des Telefonats und wir versprechen uns, dass wir in Verbindung bleiben. Dem Anruf aus der Vergangenheit soll unbedingt ein Wiedersehen folgen.

Inge Gerdom



Gedenken an Inge

Leben muss man das Leben vorwärts, verstehen kann man es nur rückwärts.

Inge Gerdom war zwölf Jahre lang in der Volkshochschul-Schreibgruppe „Senioren schreiben für die ‚Aachener Nachrichten‘“. Sie kam als Pensionärin in unsere Runde. Gerade aus dem Schuldienst ausgeschieden, wollte sie selbst lernen - lernen, wie Berichte für die Zeitung geschrieben werden. Verlässlich kam Inge, die Mutter zweier Söhne und die Großmutter von drei Enkelkindern, alle zwei Wochen in die VHS. Dabei schrieb sie über ihr Leben, über ihre Erfahrungen und ihre Beobachtungen. Sie schrieb Kurzgeschichten für ihre Enkel, sie schrieb Artikel für das Senio Magazin. Sie schrieb über ihre ehrenamtliche Arbeit im Marienhospital, wenn



Inge (2. von rechts) 2016 im Kreis einiger Teilnehmer, (v.l.): E. Bausdorf, R. Bremen, H. Willems (ausgeschieden), A. Crott und J. Römer mit Kursleiterin C. Stenzel-Zenner, Foto: Jana Zenner.

sie mit der fahrenden Bücherei zu den Patienten kam, um Bücher zu verleihen. Sie schrieb über Kindheitserfahrungen in der Städtereise Aachen, über das Brander Vereinsleben und über Künstler und Ausstellungen. Dazu hatte sie eine besondere Beziehung, denn sie malte selbst. Sonnenblumen, Katzen, Landschaften: In Aquarellen konnte sie sich verlieren. Danach verlor sich der Betrachter in ihren hellen, lebensfrohen Darstellungen.

Inge, die 77-jährige Dame, die zum Kurs der VHS immer zu spät kam, weil mal das Auto streikte, mal der Bus vor ihrer Nase davonfuhr, mal Stau auf der Trierer Straße ein Durchkommen erschwerte, war durchaus streitbar. Sie kritisierte die Texte ihrer Mitschreiber konstruktiv, war auf der Suche nach überflüssigen Füllwörtern und ging auch selbstkritisch mit ihren eigenen Texten um. Sie veröffentlichte keinen Text, der nicht lektoriert war.

Inge sprach nie über Krankheiten. Ihre positive Art zog ihre Mitmenschen mit. Jetzt ist ihr Platz im Raum 251 der VHS leer. Jede zweite Woche vermissen wir sie, denn Freundin war sie immer. Ihre wunderbaren Geschichten werden uns fehlen. Und tatsächlich begreifen auch wir, die Schreibgruppe, erst jetzt in Gänze, wieviel Inge uns bedeutet hat.

Die Schreibgruppe

Durchgeschüttelte Wörter

Die siebenjährige Eva hat beim Schreiben einige Fehler gemacht. Richtig sind immer nur der erste und der letzte Buchstabe. Die anderen Buchstaben sind in der Reihenfolge etwas durcheinander geraten. Wie müssen die Wörter richtig heißen?

1. Smemichl S _ _ _ _ _ l
2. Ozerbart O _ _ _ _ _ t
3. Kalejabu K _ _ _ _ _ u
4. Akospire A _ _ _ _ _ e
5. Kumugami K _ _ _ _ _ i
6. Atidodin A _ _ _ _ _ n
7. Rezupanl R _ _ _ _ _ l
8. Zenydilr Z _ _ _ _ _ r

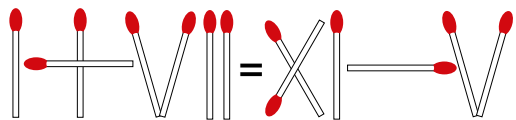
Rechenoperationen

Führen Sie mit der linken Zahl zwei verschiedene Rechenoperationen hintereinander durch (+, -, x, :) und Sie erhalten die rechte Zahl. Diese beiden Rechenoperationen gelten auch für alle anderen linken Zahlen und ergeben dann die jeweils rechte Zahl. Welche Zahl steht anstelle des Fragezeichens?

25				=	3
18				=	2
39	+	-	+	-	5
11	x	:	x	:	1
46				=	?

Streichholz-Rätsel

Damit die Gleichung aufgeht, setzen Sie bitte zwei Streichhölzer um.



Wortsalat

Versuchen Sie, aus den vorgegebenen Buchstaben sinnvolle Wörter zu bilden.



Gleichungen

Unten sehen Sie eine Gleichung ohne Zahlen, aber mit den entsprechenden Operationsymbolen (Plus, Minus, Multiplikation und Division): +; -; x; :. Setzen Sie in die Zwischenräume folgende Zahlen ein, und Sie erhalten als Ergebnis dann 10: 2, 2, 4, 4, 4, 4, 6, 7.

6	+		-		+		:		+		-		x		:		=	10
---	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	----

Magisches Quadrat

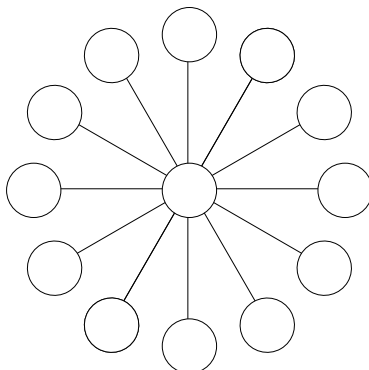
Füllen Sie das magische Quadrat so mit den Zahlen von 1 bis 16 aus, dass die horizontalen und vertikalen Summen der Zahlen immer gleich sind. Die Zahlen von 1 bis 7 müssen in Form von Rösselsprüngen (wie beim Schachspiel) auf die Felder gebracht werden. Das Feld mit der 2 ist so entstanden, dass von 1 aus per Rösselsprung das Feld mit der 2 belegt wurde. Das Feld, welches mit der 3 belegt werden soll, ergibt sich durch Rösselsprung von dem Feld mit der 2 aus und ist das erste Feld der dritten waagerechten Zeile. Das Verfahren geht so weiter bis zu dem Feld mit der 7. Die restlichen Zahlen bis 16 müssen dann so verlegt werden, dass die Summen der waagerechten und senkrechten Reihen immer gleich sind.

1	8		
16		2	
	9		7

Wörter suchen - I

Die aufgelisteten Buchstabenpaare sind in die äußeren Kreise einzusetzen. Wenn Sie alles richtig eingesetzt haben, ergeben die Buchstabenpaare über den Mittelkreis gelesen ein sinnvolles Wort. Das Buchstabenpaar in der Mitte muss dafür aber erst gesucht werden.

AB - ER - ER - EX - IK - IT - KR
- LE - QU - RE - TE - US - UR



Wörter suchen - II

Suchen Sie Wörter und Silben, die hinter das vorgegebene Wort passen:

Ehren, Ehren, Ehren,
Ehren, Ehren, Ehren,
Eis, Eis, Eis,
Eis, Eis, Eis,
Weihnachts, Weihnachts,
Weihnachts, Weihnachts,
Weihnachts, Weihnachts,

Suchen Sie Wörter und Silben, die vor das vorgegebene Wort passen:

...flasche, ...flasche, ...flasche,
...flasche, ...flasche, ...flasche,
...burg, ...burg, ...burg,
...burg, ...burg, ...burg,
...apfel, ...apfel, ...apfel,
...apfel, ...apfel, ...apfel,

Rösselsprung

Stellen Sie fest, welche logischen lückenlosen Folgen sich per Rösselsprung in dem unteren Zahlenquadrat befinden. Hilfe: Fangen Sie in der fünften Zeile der ersten Spalte an, also bei 1.

56	30	36	14	42	10	18	2
45	12	49	20	27	90	35	20
40	63	8	63	16	9	4	81
10	54	50	70	6	72	18	28
1	35	18	5	9	21	6	15
21	30	8	30	12	10	7	14
40	2	24	10	50	4	20	6
27	9	45	3	25	3	7	5



Dieter H. K. Starke



Marion Holtorff

Aus meinem Puppenleben

Darf ich mich vorstellen?
Mein Name ist „Rosemarie“.

Meine erste Mutter, sie war etwa neun Jahre alt, drückte sich am Schaufenster des Spielwarengeschäftes „Förster“ in Aachen die kleine Nase platt. Es war wohl Liebe auf den ersten Blick!

Ich bin eine Puppe! Mitte der 50er Jahre war ich mit meinen blonden Echthaaren absolut etwas Besonderes und außerdem recht teuer. Nicht aus Plastik, sondern aus hochwertigem Zelluloid hergestellt, besaß ich Kulleraugen mit langen Wimpern und konnte sogar „Mama“ sagen. Wenige Tage nach dem ersten Blickkontakt zu meiner späteren Puppenmutter verließ ich das Schaufenster und landete in einem Karton. Der Lichterglanz zahlreicher Kerzen war das nächste, was ich erblickte. Es war Heiligabend. Freudestrahlend nahm mich die neue Puppenmama in den Arm und sorgte liebevoll für mich in den nächsten Jahren.

Dieses herrliche Puppenleben endete jedoch, als meine Mama in die Pubertät kam. Die Menschen machen dann eine Wesensveränderung durch, die eine Puppe zum Glück nie kennenlernen muss. Jedenfalls wurde ich plötzlich uninteressant und zur Sofadekoration degradiert. Mir war zum Heulen zu Mute, denn es gab nun keine Zeit mehr zum Haarebürsten oder für Garderobepflege. Der Puppenwagen blieb in der Ecke zurück und unsere schönen Ausfahrten nahmen ein abruptes Ende. Puppenmama zeigte nur noch Interesse an ihrem Tagebuch und führte mir die neuesten Tänze aus ihrer Tanzschule und moderne Klamotten vor.

Später wurde aus dem Teenager eine junge Frau, die ihr Elternhaus verließ und mich mitnahm in ihr neues Zuhause.

Ab und zu hielt sie mich wieder im Arm und lächelte geheimnisvoll. Ich interpretierte es richtig: Ein Baby war unterwegs. Meine Wiedergeburt begann Jahre später mit einer netten neuen Puppenmutter. Allerdings war mir der Verlauf der Geschichte inzwischen bekannt.

Nach mehreren glücklichen Jahren verschwand ich in den Tiefen eines Kleiderschranks. Ab und zu schob man mich etwas gefühllos hin und her. Meine Haare verfilzten, meine Kleidchen gerieten aus der Mode und fast hätte ich mich geschämt, als ich nach einer endlos erscheinenden Zeit plötzlich den Schrank verlassen konnte. Meine Augen mussten mühsam den Mechanismus des Auf- und Zuklappens üben. Eine neue Generation nahm mich jedoch freudestrahlend in den Arm und schenkte mir neue Aufmerksamkeit. Was war geschehen?

Puppenmutter Nr. 1 war inzwischen eine Oma geworden und hatte die Idee, mich zum Pupp doktor zu bringen, wo viele meiner Artgenossen in alten Puppenwagen oder Bettchen auf Verschönerung ihres z.T. jämmerlichen Zustandes warteten. Endlich war ich an der Reihe und meine Haare erfuhren neuen Glanz durch eine neue Echthaarperücke, die Arme und Beine wurden



Bild: Fritz Zühlke/pixelia.de

endlich von ihrem Schaukelsyndrom befreit und gestrafft, sowie die Garderobe teilweise erneuert. „Warum der ganze Aufwand?“, werden Sie fragen. Der fünfte Geburtstag der Enkelin meiner ersten Mutti stand bevor und ich sollte die große Überraschung werden.

Nie vergesse ich den Tag mit den bewundernden Blicken, als sie mich vom Pupp doktor abholte. Die Erinnerung an unsere erste Begegnung am Schaufenster des Spielwarengeschäftes wurde wieder wach. Erneut landete ich in einem Karton und kuschelte mich in zartes Seidenpapier und Schleifenband.

Der Tag des Festes kam und das kleine Mädchen schloss mich strahlend in die Arme.

Sie pflegte mich fürsorglich und kümmerte sich um Haare und Kleidchen. Ein eigenes Bettchen, das neben dem ihren stehen durfte, war für mich das schönste Geschenk.

Seit diesem Tage genieße ich mein Puppenleben wieder von ganzem Herzen und versuche nicht an das zu denken, was unweigerlich wieder geschehen wird. Doch all das steht vorerst noch im Puppenhimmel.

Steffi Diefenthal



DER BERGMANN UND DAS WEISSE GOLD

Erlesenes Porzellan
aus der Sammlung Middelschulte

11.11.2017
bis 25.03.2018

COUVEN MUSEUM

Hühnermarkt 17
52062 Aachen
Di-So 10-17 Uhr,
Eintritt: 6 € / erm. 3 €

Wir danken

Ein Museum der

www.couven-museum.de

DBM

ROUTE CHARLEMAGNE AACHEN

stadt aachen

Kunst und Crime

„Nein, meine liebe Alice, das geht zu weit. Das kann ich von George niemals verlangen!“ Susan setzt so unwirsch die Teetasse auf den Teller zurück, dass der Inhalt überschwappt. So impulsiv hatten die Künstlerinnen des House of Art die alte Dame noch nie gesehen.

„Sorry“, erwidert Alice, „ich habe lediglich darüber nachgedacht, wie wir schnellstmöglich Geld verdienen und diese Räume vielleicht nicht aufgeben müssen.“ Mrs. Smith, die Finanzverwalterin, meldet sich zu Wort. „Meine Lieben, es sieht derzeit tatsächlich schlecht aus. Wenn wir nicht eine zusätzliche Einnahmequelle erschließen, werden wir in absehbarer Zeit unser Atelier und die Ausstellungsräume verlassen müssen.“

„Auch wenn Aurelia sich meisterlich auf Alte Meister versteht, ihre Kunstwerke würde George niemals in seinem Laden anbieten. Allein der Gedanke ist ein indisputables Unterfangen, künstlich gealterte Kunstwerke in einem Antiquitätengeschäft anbieten!“ Sie schüttelt ihre weißen Locken; die tropfenförmigen Ohranhänger aus glänzend schwarzem Onyx schaukeln an ihren Ohren. „Never! Never!“

„Lasst uns überlegen, wie wir unsere Situation verbessern können!“ Das war die Aufforderung von Marga Taler. Letztere malt in Öl, hat sich aber modernen Akten verschrieben. Jede der Frauen hat ihre



eigene Vorliebe und Stärke zu malen, Martha malt Blumen, Olivia Katzen, Alice bevorzugt die Landschaftsmalerei. Aurelia malt Stillleben in dunklen Farben wie die Alten Meister. Trauben leuchten zum Hineinbeißen auf ihren Werken. Naive Malerei wird von Alice, Nadja und Elisabeth betrieben. Außer ihnen sind heute noch eine Reihe von freiwilligen Helferinnen anwesend, welche die Ausstellung bewachen oder den Verkauf – leider meist nur von gedruckten Karten der ausgestellten Bilder – abwickeln. Die Frauen von Folkestone finden es chic, zum Künstlerkreis zu gehören. Heute ist Krisensitzung. Das alt-ehrwürdige Kaufhaus ist ein idealer Standort für Kunst, es ist groß, hat riesige altmodische Schaufenster und es befindet sich in bester Lage für Kunst.

In der Harbour Street gibt es noch zwei Kunsthandlungen, ein Papiergeschäft, ein junger Maler betreibt seine Malwerkstatt hier. Leider kann niemand die ausgestellten Werke so richtig verstehen, doch es gehen immer Menschen aus und ein bei ihm.

KOMPETENZ UND PERSÖNLICHER SERVICE!

Ihre Provinzial-Geschäftsstelle vor Ort.



Geschäftsstelle **André Lütz**

Severinstr. 115 · 52080 Aachen · Tel. 0241 9519057
andre.luetz@gs.provinzial.com

PROVINZIAL

Immer da. Immer nah.

Eine junge Kunstschmiedin hat sich gleich nebenan niedergelassen und Mrs. Stockfish hat ihren exklusiven Secondhand-Shop hier – alles beste Labels. George ist seit mehr als zwanzig Jahren mit seinem Antiquitätenladen in dieser Straße ansässig. Seltenes, Kurioses, Exquisites! Natürlich geht das Geschäft schlecht. Doch George will sich einfach nicht zur Ruhe setzen. Zu sehr liebt er schöne seltene, alte Dinge. Und er liebt es, durch sein Schaufenster nach draußen auf die Straße zu gucken. Touristen schlendern gern durch diese Straße und Menschen, die vom Strand kommen – und ab und zu jemand, der hier tatsächlich etwas sucht.

George hat in den vielen Jahren die Gesichter der Menschen studiert. Gern spricht er diejenigen an, die sich für irgendetwas in seinem Schaufenster interessieren. Und auch mit denen, die draußen müßiggehen, spricht er gern. Gegen einen Plausch hat er niemals etwas; manchmal lässt sich so ein Kunde gewinnen. Wenn es sich ergibt, erzählt George auch gern von seiner Vergangenheit. Damit kann der schlanke Mann mit den weißen Haaren und den wachen Augen immer Eindruck machen.

Mr. Taler hat für heute seine Arbeit beendet; er ist Aufzugführer. Mit einem sicheren Blick überzeugt er sich davon, dass die Türen der Waggons fest verschlossen, die Zugangstore verriegelt sind und das Kasenhäuschen abgeschlossen ist. Seit vielen Jahren betreibt er den historischen Strandaufzug in Folkestone. Sein Heimweg führt ihn am House of Art vorbei; durchs Fenster sieht er die Damen in der Runde. Keine 200 m weiter sieht Mr. Taler einen Mann, den er in dieser Gegend noch nie gesehen hat. Merkwürdige Gestalt – sieht nicht wie ein Tourist aus, der vom Strand kommt. Der Fremde strebt zum Eingang von Mr. Baksters Antiquitätenladen. Na, vielleicht macht George heute noch ein gutes Geschäft, denkt Mr. Taler und geht weiter.

George Bakster liebt es, die Szene in der Straße zu beobachten und so steht er auch jetzt am Fenster. Er sieht sofort, was jemanden interessiert. Wer in sein Schaufenster guckt, braucht eigentlich, wenn er in den Laden kommt, nicht mehr zu sagen, was ihn interessiert. Georges Kennermiene trägt ihn nur selten. Die Begehrlichkeit steht



manch einem in den Augen. Im Schaufenster befindet sich zurzeit eine silberne Toiletentisch-Garnitur, gar nicht gebraucht und wunderschön. Auf die russische Ikone ist George richtig stolz. Mehrere Taschenuhren liegen ganz vorn, ihnen folgen einige Meerschampfeifen und danach Varia aus Bleikristall. Natürlich sind im Laden auch einige Bilder ausgestellt, das Bildnis der kleinen Ballerina hat einen Wert von Beachtung.

Dem da draußen würde ich nicht gern bei Dunkelheit begegnen, denkt George. Na warte, komm! Unehrenhafte Absichten mag ich gar nicht. Die kleine Ballerina gibt's nur gegen Pfund. Rasch wendet Georg Bakster den gerahmten Zeitungsausschnitt, der gleich rechts in seinem Ladenlokal einen Ehrenplatz hat. Nun sieht man hier ein Bild vom Strand, nichts Spektakuläres, nur ein Druck.

Als Alan Taler bei seinem Haus ankommt, hört er Polizeisirenen. Da muss etwas passiert sein, denkt er und begibt sich in den wohlverdienten Feierabend.

Die Damen aus dem House of Art haben sich nach langer Diskussion darauf geeinigt, Malkurse anzubieten und zusätzlich einen Mitmieter für die Ausstellungsräume im Erdgeschoss zu suchen, als sie durch laute Polizeisirenen aufgeschreckt werden. Ganz in der Nähe verstummen die Sirenen. Die stehen vor Georges Laden!

Susan rennt sofort los. Was ist mit ihrem Mann? George ist schließlich nicht mehr der Jüngste. Gleich zwei Polizeiautos stehen vor dem Eingang des Antiquitätenladens. Susan stürmt die wenigen Treppen hoch und reißt die Tür zum Laden auf. „Bitte bleiben sie draußen, Madam“, befiehlt einer der Polizisten. „Komm rein, Susan“, ertönt Georges Stimme. „Das ist meine Frau.“

„Und Sie haben den Täter ganz allein gestellt?“, fragt ungläubig einer der Polizisten. „Ja, sehen Sie sonst noch jemanden hier?“

George ist nicht wenig stolz auf sich, aber trotzdem ein wenig außer Puste. „Da wollte mich doch jemand mit einem flinken Zugriff betrügen“, raunt er.

„So, junger Mann, Sie bekommen jetzt ausreichend Gelegenheit, sich auf dem Revier über ihre Absichten zu erklären. Und Sie, Mister, kommen bitte morgen auch zwecks Erstellung eines ausführlichen Protokolls zu uns. Kaum zu glauben, Ihre Geschichte.“

George Bakster gibt seiner Susan einen Kuss. „Hat sich doch gelohnt, dass ich mich fit halte.“ Er wendet noch schnell den Druck, der in dem Wechselrahmen steckt. „Ja, alter Junge, wer hätte das gedacht?“ Die beiden gehen heraus, George schließt den Laden und schiebt das eiserne Gitter vor. Jetzt dreht er den rostigen Schlüssel dreimal um. Nachtsicherung! „Am Tage hilft ein scharfes Auge und ein schneller Wurf, wenn's sein muss“, scherzt er. „War aber nicht mehr ganz so wie früher.“

Am nächsten Morgen schlägt Alan Taler bei seinem Frühstückstee sitzend die Zeitung auf.

„Senior bringt Einbrecher zu Fall“, titelt der Daily Mirror. „Mit einem sensationellen Wurf machte gestern in den frühen Abendstunden der Antiquitätenhändler George Bakster einen Räuber dingfest. Der Täter, der es auf ein wertvolles Gemälde abgesehen hatte, konnte nicht damit rechnen, dass es sich bei dem Inhaber des Ladens um einen vielfach ausgezeichneten Ringer handelt.“

Und dabei hat George doch den alten Zeitungsbericht über seinen größten sportlichen Erfolg 1972 in seinem Laden aushängen. Da sieh mal einer an, immer noch fit, der alte Knabe. Taler macht sich auf zu seinem Job am Strandaufzug von Folkestone.

Die Geschichte ist erfunden. Den antiken Aufzug zum Strand gibt es in Folkestone tatsächlich, leider musste der Betrieb in 2017 vorläufig eingestellt werden. Das Atelier und der Kunstraum, der von einigen Malerinnen betrieben wird, ist Realität. Die Person des George Bakster ist verfremdet. Ein Teilnehmer der Olympischen Spiele in München 1972 betreibt in Folkestone einen Antiquitätenladen. Der Zeitungsausschnitt, der ihn mit Goldmedaille zeigt, hat tatsächlich einen Ehrenplatz.

Ingeborg Lenné



Radelnde Musiktherapeuten in der Euregio



Ambulante Musiktherapie für an Demenz erkrankte Menschen. Musik eröffnet einen besonders guten Zugang zu Menschen mit Demenz. Durch das gemeinsame Singen und Hören von bekannten Liedern und Melodien aus der Jugendzeit werden Erinnerungen wach. Die Menschen werden aus ihrer Apathie gerissen, erinnern sich an Liedtexte und an Ereignisse aus ihrem Leben, die sie mit diesem Lied verbinden. Musik spricht die Gefühle an, kann aktivieren oder beruhigen, freudige oder traurige Stimmungen ausdrücken. So vermindern sich Angst, Unruhe und Unsicherheit.

Musik: Die Berührung zwischen Gott und der Seele.

Musik ist ein Fenster zum Himmel. (Anselm Grün)

Wir bieten an: niederschwellige Betreuung nach § 45 b SGB XI. Betreuen Sie zu Hause einen an Demenz erkrankten Angehörigen? Wir möchten durch unser Angebot zur Entlastung beitragen und Sie dabei unterstützen, dass Ihr Angehöriger ganz oder so lange wie möglich in der häuslichen Umgebung bleiben kann.

Unsere Leistung wird von der Krankenkasse anerkannt und kann abgerechnet werden.



Bärbel Ehlert
+31/641155626



Susanne Förster
+49/241/607546

www.Radelnde-Musiktherapeuten-Euregio.com

Lehrjahre sind keine Herrenjahre (Teil 4) Abschluss

Es ist Herbst 1959. Die Obst- und Gemüseernte sowie das Einbringen der Feldfrüchte waren in vollem Gang. Wir waren alle täglich, auch samstags, bis in die späten Abendstunden damit beschäftigt, das Obst von den Bäumen zu pflücken. Es wurde in Kisten verpackt und versandt. Wohin das Obst gebracht wurde, wusste und weiß ich nicht. Nur ein geringer Anteil blieb im Hausverkauf.

Für die Ernte von Rot- und Weißkohl wurden tiefe Ackerfurchen gezogen. Dann wurden die Köpfe nach unten in die Furchen gesteckt. Anschließend wurden sie zugepflügt.

Ich hatte das Pech, bei der Ernte von Grassamen mitarbeiten zu müssen. Die Grassamenernte war für DDR-Verhältnisse recht selten. Am Abend sahen wir alle aus wie „Neger“, wie wir damals gesagt haben.

Zwei Altlehrlinge waren Gesellen geworden. Einer davon hieß Armin. Er war der stärkste junge Mann im Dorf. So konnte er den Schmiedeamboss öfter stemmen als die stärksten Schmiedegesellen. Ein Raufbold war Armin auch.

Der Sportplatz war eine Wiese. Rasen- oder Aschenplätze gab es nicht. Es gab auch keine Umkleidekabinen oder Duschen. Vor dem jeweiligen Fußballspiel wurden manchmal noch schnell die Maulwurfhaufen geglättet. Für Auswärtsspiele hatte der Volkseigene Betrieb auf einen 7,5 Tonner-Lkw ein Häuschen aufgesattelt. Damit fuhren wir über die Dörfer. In welcher Fußball-Klasse wir damals spielten, weiß ich nicht mehr. Als Mittelstürmer wurde ich oft sehr hart attackiert. Doch wir hatten einen stabilen Verteidiger in der Mannschaft, der mir half. Wir haben die Position gewechselt. Nach gut 10 bis 15 Minuten tauschten wir wieder. Nun meinte mein Verteidiger, dass ich in Ruhe gelassen würde. Er hatte dem Gegenspieler prophezeit, dass er wiederkommen würde, falls dieser mich noch mal faulen würde.

Im Lehrlingsheim war ein schwarzer Gast aus Somali eingezogen. Er studierte Agrarwissenschaft und machte bei uns sein Praktikum. Er schlief bei mir im Dreibettzimmer. Nachts konnte man nur seine schwarzen krausen Haare unter der Bettdecke sehen. Im Winter hatte er einen

Filzanzug und -stiefel an. Er fror unablässig. Bei einem Gespräch erklärte er mir, dass er besser Deutsch könne als ich. Das wollte ich absolut nicht glauben, denn ich war doch acht Jahre in einer deutschen Schule gewesen. Dazu fragte er mich, ob ich konjugieren oder deklinieren könnte. Das musste ich allerdings verneinen. Damit war die Sache geklärt.

Der Heimälteste war bei einem Fluchtversuch in den Westen geschnappt worden. Wir sollten darüber abstimmen, ob er im Heim bleiben durfte. Da er mich zuvor mehrfach geohrfeigt hatte, habe ich gegen ihn gestimmt.



Walter Ulbricht beim III. Deutschen Turn- und Sportfest in Leipzig am 15. 08. 1959. Quelle: Bundesarchiv, Bild 183-66400-0142 / CC-BY-SA 3.0

Weil ich gut mit dem Heimleiter stand, durfte ich oft bei Sportveranstaltungen im Fernsehen lange aufbleiben. Er hat mich auch zu einem Turn- und Sportfest nach Leipzig geschickt mit der Maßgabe, dass ich dort in die „Freie Deutsche Jugend“ (FDJ) eintreten sollte. In einem umgebauten Viehwaggon wurden wir nach Leipzig gefahren. Dort sprach am Völkerschlagdenkmal der Präsident der DDR, Walter Ulbricht. Ich bin trotzdem nicht in die FDJ eingetreten.

Beim Fußballspielen hatte ich mir oft die Bänder überdehnt. Hatte ich montags keine Lust zur Arbeit zu gehen, habe ich die Knöchel überdehnt. Der Arzt hat mich dann sofort krankgeschrieben. Kam dies wiederholt vor, fiel es dem Heimleiter auf und er hat mich zu Garten- und anderen kleinen Arbeiten am Heim verdonnert.

In unser ca. 100 Hektar großen Obstplantage gab es auch eine Imkerei. Wir

durften die Trommel bei der Ernte ausschlecken. Hin und wieder haben wir Eier aus der große Hühnerfarm gestohlen, die auch zur Anlage gehörte. Mit einer Hippe hackten wir oben ein kleines Loch hinein und saugten dann den Inhalt aus. Das durften wir allerdings nicht zu oft machen, damit wir nicht auffielen.

Im Winter 1959/60 haben wir beim Beschneiden der Obstbäume zufällig einen jungen Rehbock in der Plantage gesichtet. Wir haben ihn mit Steinwürfen gejagt. Ein Stein traf ihn so, dass er blöckend zu Boden fiel. Armin schnitt dem Rehbock mit einer Hippe den Hals durch. Die Decke (Fell) und die Eingeweide haben wir tief vergraben, damit kein Wildtier daran konnte. Bei einer

Familie, die das Fleisch erhielt, bekamen wir dafür ein Festessen mit Wild, Rotkohl und Klößen, das war sehr lecker. Wir waren uns gar nicht bewusst, was passiert wäre, wenn wir erwischt worden wären.

Gefeiert wurde natürlich auch. Zur Maifeier wurde der Kornboden fast leer gefegt. Dann wurden Raps- und Leinsamen gestreut, damit man tanzen konnte. Wir sind vom Heim aus mit mehreren Jungen über die Dörfer gezogen, Armin war auch dabei. Bei einem Fest forderte er mich auf, mit einem Mädchen zu tanzen, wo der Freund praktisch daneben stand. Kaum hatte ich dies getan, begann der Freund eine Schlägerei mit Armin. Ich konnte mich mit Mühe aus dem Staub machen.

Im Spätsommer 1960 war schließlich die Gehilfenprüfung. Dank meiner guten Mathematikkenntnisse habe ich die mündliche Prüfung mit „gut“ bestanden. Die praktische Prüfung fand in einer staatlichen Gärtnerei in Teterow in Mecklenburg-Vorpommern statt. Gefragt war u.a. das Topfen von Pflanzen. Da ich das vorher nie richtig gelernt hatte, bat ich einen Mitprüfling, mir zu helfen. Er hat für mich einige Blumen getopft, die ich dann unter einer Ablage versteckt habe. Bäume schneiden hatte ich ja gelernt. Somit konnte ich die praktische Prüfung insgesamt auch mit „gut“ bestehen.

Ende August musste ich aus dem Heim ausziehen, zwei Monate später wechselte ich nach Erfurt.



Rudolf Lalka

Das Haus verliert nichts - Eine wahre Geschichte

Das Haus verliert nichts, sagt man. Stimmt das? Vielleicht nicht immer. Manchmal verschwindet etwas auf Nimmerwiedersehen. Und die Freude ist riesengroß, wenn das Verlorene doch noch gefunden wird. Das habe ich erlebt.

Eine goldene Halskette war weg. Ich habe intensiv nach ihr gesucht. Ich bin auf allen Vieren in der Wohnung herumgekrochen. Hab in allen Ecken und Eckchen geguckt. Ich habe Staubwölkchen gefunden, aber keine Halskette. Sie war verschwunden, nur wohin? Das Haus verliert doch nichts? Das ist schon lange her, sehr lange.

Ein Ohrring fällt mir aus der Hand. Ich krabbele mit der Taschenlampe, sie hilft beim



Suchen und Finden, durch das Zimmer. Staub sehe ich nicht. Es ist kurz vor Weihnachten. Da ist alles frisch geputzt, das gehört sich so, wenn das Christkind kommt. Ja, da glitzert doch etwas, was ist das? Es ist meine Halskette, die ich schon so lange vermisste und von der ich überzeugt bin, sie ist und bleibt verschwunden. Und da liegt sie!

Wie kann das sein, wie ist das möglich? Ich überlege und finde des Rätsels Lösung, eine andere Erklärung gibt es nicht. Mein Wohnzimmerschrank hat ein Fach mit einer Klapptür. Da ist die Kette reingefallen, genau in die Scharnierrille, die auch goldfarben ist. Und da lag sie, war nicht zu sehen und nicht zu finden.

Sie ist jetzt aus der Rille herausgerutscht. Ich sehe sie beim Ohrring Suchen, den ich auch finde!

Das Haus verliert nichts, wie wahr! Das kommt mir, ein paar Tage vor Heiligabend, wie eine wunderschöne, überraschende Bescherung vor. Danke, wem auch immer, vielen, vielen Dank!

Josefine Kühnast



Ein Alptraum?

Total erschöpft und ausgelaugt legte sie sich ins Bett, ihr Tag war sehr anstrengend gewesen.

Kaum dass sie lag, fielen ihr die Augen zu und sie sagte später, dass ein merkwürdiger, ihr unbekannter Zustand ihr bewusst wurde.

Sie wusste, dass sie nicht schlief, gleichzeitig wusste sie, dass sie nicht wach war. Eine Hand berührte ihre Schulter und eine Stimme, die sie nicht mit den Ohren hörte, sagte: „Der Tod ist im Zimmer.“

Sie erschrak und öffnete die Augen und sah vor ihrem Bett stehend einen Mann, der eine lange schwarze Soutane trug. Irgendetwas verhinderte, dass sie sich aufrichten konnte, um dem Fremden ins Gesicht zu sehen.



Ein leichter Luftzug löste ihre Starre und sie sah, wie der Mann in der langen schwarzen Soutane und mit breitkrempigen Hut (wie die Jesuiten ihn tragen) durch die nur einen Spalt geöffnete Tür ging, ohne anzustoßen. Sie hörte noch das Rascheln der Soutane in der Diele, aber keine Schritte.

Nach einigem Nachdenken beschloss sie, diesen Alptraum als Folge ihrer totalen Erschöpfung zu werten und nicht weiter darüber nachzudenken. Am nächsten Tag

geisterte ihr dieser Traum immer noch durch den Kopf und immer wieder sagte sie sich, dass ein Alptraum wie dieser immer mal vorkommen könne.

Als sie sich abends ins Bett legte, dachte sie, hoffentlich habe ich nicht wieder so einen Alptraum. Alle waren gesund und wohlauf - warum Angst haben vor einem Alptraum?

Als sie am nächsten Morgen aufstand, lag ihr Baby blass und tot in seinem Bett. Hatte es vergessen zu atmen? War sein Herz einfach stehengeblieben?

Der Mann in der Soutane hat es nicht geholt, aber er hatte gesagt, der Tod ist im Zimmer.

Ihn, den Tod hatte sie nicht gesehen.

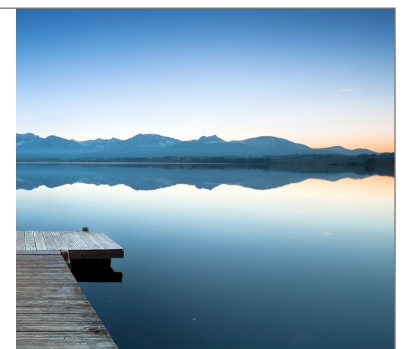
Roswitha Petersen



Bestattungen, Bestattungsvorsorge,
Begleitung in der Trauer über die Beisetzung hinaus, Auflösung des digitalen Erbes

Beerdigungsinstitut Krüttgen GmbH, Steinstraße 57a, 52080 Aachen
0241 - 55 11 35

www.bestattungen-kruttgen.de, info@bestattungen-kruttgen.de



Erinnerungen an das Leben auf dem Rhein



Unser Schiff wird in den Ruhrorter Hafen gezogen.

Am 18. Dezember 1946 erreichten wir endlich Duisburg. Wir waren „Vertriebene“, unsere Heimat zählte zum Mittelgebirge, vor unserem Haus floss ruhig und behäbig die Glatzer Neiße. Nun landeten wir auf dem Rhein.

Das heißt, wir landeten natürlich nicht, wir kletterten vorsichtig die Sprossenwand runter, um auf unser Schiff zu kommen. „Unser Schiff“ war natürlich nicht unser Eigentum. Es war ein recht kleines Schiff, ca. 500 BRT. Mein Vater war Matrose, also hatten wir die Wohnung im vorderen Teil des Schiffes. Es war ein kleiner Raum. Wir waren vier Personen: meine Eltern, mein dreijähriger Bruder, ich war neun Jahre alt. Ich werde die ersten Nächte nie vergessen.

Die Wellen schlugen unentwegt an die Schiffswand, das ewige leichte Schaukeln des Schiffes war gewöhnungsbedürftig, ich fürchtete mich schon ein wenig. Tagsüber wurde man abgelenkt. Es gab ja so viel zu schauen.

Am Weihnachtsfest fieberte mein Bruder stark. Ich erkrankte gleich nach Neujahr, eine Reaktion auf die Aufregungen der letzten Wochen. Trotzdem bleiben diese Feiertage in meinem Gedächtnis. Obwohl so gänzlich anders als gewohnt, herrschte eine feierliche Ruhe auf den Schiffen, die im Hafen lagen. Es war kalt, es schneite. Die Silvesternacht war aufregend. Es lagen ziemlich viele Schiffe im Hafen. Die Atmosphäre war heiter, der Krieg war vorbei, das konnte man spüren. Bei uns spielte sicherlich die

Tatsache eine Rolle, dass wir wieder eine geeinte Familie waren. Endlich zu Mitternacht zum Jahresbeginn läuteten außer den Kirchenglocken auch alle Schiffsglocken, und auf den Booten wurde Dampf abgelassen und tüchtig gehupt. So entstand eine Atmosphäre, in die jeder einbezogen wurde.

Von da an begann es, intensiv zu frieren. Noch im Januar war der Rhein zugefroren. Unser Schiff lag mit vier anderen Schiffen geborgen in einem kleinen Baggerloch unterhalb von Xanten, linksrheinisch.

Ein wenig flussabwärts verkehrte normalerweise eine Fähre. Jetzt benutzten die Menschen diese Strecke, um zu Fuß ans andere Ufer zu kommen. Und es waren recht viele Leute, die den Rhein überquerten. Da lag nämlich die Stadt Rees.

Viele der Fußgänger erhofften sich nämlich, eventuell Dinge zu finden, die sie für Haus und Hof oder Garten benötigten, die ihnen fehlten, die es wegen der Kriegswirren nirgends zu kaufen gab. Wolle war damals ein begehrter Artikel.

Auch meine Eltern machten sich auf den Weg, um nach Rees zu laufen. Unser Schiff lag ziemlich abseits und so stapften wir durch den Schnee bis zur Anlegestelle der Fähre. Ich erinnere mich noch gut an das Bild, das der Rhein darbot. Hatte mich der Rhein beim ersten Anblick schon fasziniert, beeindruckte er mich aufs Neue. Ein Fluss mit so viel Kraft und Macht lag plötzlich machtlos in seinem Bett. Eisschollen hatten

sich übereinander geschoben, Schnee hatte teilweise alles ein wenig egalisiert.

Ich sah die Menschen, die sich auf dem Eis bewegten, aber ich gebe zu, dass ich mit ängstlichen Gefühlen vorsichtig hinter meinen Eltern herging. Es war mir unverständlich, wie es möglich war, unbeschwert und trockenen Fußes den Fluss zu überqueren. Ehrlich gesagt, ich zweifelte. Aber wir kamen gut in Rees an.

Was meine Mutter damals kaufte, weiß ich nicht mehr. Mein Vater jedoch war glücklich. Er hatte seinen Pfeifentabak gefunden. Den gab es sonst nur auf dem Schwarzmarkt.

In unserem kleinen Baggerloch ging es recht gemütlich zu. Das Eis knackte manchmal. Das war aber nicht beunruhigend. Eines Tages jedoch setzte Tauwetter ein. Die Planken, die wir benutzten, um an Land zu kommen, wurden eingezogen. Der Winterzauber war vorbei. Das Eis taute. Es krachte förmlich. Um den ganzen Vorgang zu beschleunigen und den Fluss wieder eisfrei zu bekommen, wurden Eisbrecher eingesetzt. Das sind besonders ausgerüstete Boote, die das Eis lockern. Es bildeten sich dadurch Schollen, die dann langsam abfließen und die Fahrrinne befahrbar machen.

Auch unser Schiff verließ das Baggerloch. Für mich war damit ein Abschied verbunden. Ich wohnte von da an bei einer Familie, die mich aufgenommen hatte, damit ich zur Schule gehen konnte. In den Sommer- und Weihnachtsferien war ich natürlich an Bord. Sechs Jahre lebte unsere Familie auf dem Schiff. Wir lernten dadurch den Niederrhein kennen. Die Strecke, die unser Schiff befuhr, war der Rhein-Herne-Kanal, der Lippe-Seitenkanal, ausgehend vom Standort Duisburg-Ruhrort, rheinabwärts bis Rees.

Manchmal organisierte mein Vater einen Eimer Fische von einem Rheinfischer. Meine Mutter briet sie dann. Ich habe sie aber nicht gerne gegessen - sie waren mir zu grätig. Seit 40 Jahren lebe ich an einem anderen Fluss. Es ist die kleine Nette. Geblieben ist aber eine innere Verbundenheit mit der Stadt Duisburg, insbesondere mit Ruhrort.

Ingeborg Hubatsch



EINFACH

	1					7	
5				4			9
		4	1		6	8	
		1	5		8	7	
	7						8
		8	3		7	2	
		6	7		1	3	
7				6			1
	3						4

	9					4	
7		4		6		1	9
			4		8		
		1	7		9	8	
	3			4			6
		8	6		3	7	
			2		7		
8		2		3		6	1
	4						5

	1						3
6			2	4	3		1
		3	9			7	
	3					9	6
	6		1		8		2
	4	9					5
		8			7	3	
7			5	3	4		2
	2						7

MITTEL

1		9	5				6
				3			2
7					9		
4			6			7	
	7						5
		8			7		1
			8				7
3				6			
	2				5	8	4

		7	9		8	5	
			1	4	3		
3							1
7	3					4	9
	5					2	
9	1					5	6
5							7
			7	3	2		
		8	6		9	3	

	8		7		1		9
		6			2	8	
		1				7	
5	4			9			2
			2		7		
2				4			6
		5				2	
		9	8			4	
	7		9		3		1

SCHWER

		8			9		
				3		4	
1			7				8
		3		6			2
	6		1		4		3
2				7		8	
	9				1		3
		6		5			
			4			1	

	1			8			6
5			3		7		4
		1	9		8	3	
	8						9
		6	4		1	2	
4			5		2		1
	3			6			2

			2	4	6		
				3			
		8				7	
4				2			3
3	7		8	9	1		5
6				5			1
		5				9	
				7			
			3	6	5		



UNSERE LEISTUNGEN

- Grundpflege
- Behandlungspflege
(Ausführung aller ärztlichen Verordnungen)
- Urlaubs- und Verhinderungspflege
- Pflegeberatung und Pflegeeinsätze
nach § 37 Abs.3 SGB XI
- 24 Stunden-Pflege
im Rosenpark Laurensberg
- TAGESPFLEGE
- Betreute Seniorenwohngemeinschaft

Die Würde des Menschen
ist unantastbar!



VISITATIS[®]
GmbH

- Häusliche Alten- und Krankenpflege
- Tagespflege

Geschäftsführerin: Astrid Siemens
Kamper Straße 24 • 52064 Aachen
Tel. 0241.90 19 860 • www.visitatis.de

Zehn Jahre Senio Magazin



Von der Idee zur Praxis

Vor mehr als zehn Jahren arbeitete ich als Sozialdienstleiter in einem Aachener Seniorenheim. Ich saß mit der Pflegedienstleiterin Marion Holtorff zusammen in unserem Arbeitszimmer, als per Post eine Seniorenzeitschrift bei uns eintraf. Wir schauten sie uns gemeinsam an und ich sagte: „Ich kann eine bessere Zeitschrift für ältere Menschen machen.“ Marion stimmte mir zu - das war der Start des Senio Magazins.

Im Jahr 2007 haben wir einen kleinen Büroraum in der Nähe unseres Arbeitsplatzes gesucht, Möbel, Computer und Programme gekauft und zu viel Geld ausgegeben. Nach unserer Tätigkeit tagsüber im Seniorenheim sind wir in dieses Büro gegangen, um unser Zeitschriftprojekt voranzubringen. Aber das war auch ein Problem: Denn wenn man erst um 17 Uhr ins Büro kommt, haben die meisten Ansprechpartner schon Feierabend und sind nicht mehr zu erreichen. Auch die Suche nach Redakteuren und

einem Grafiker nahm viel Zeit in Anspruch. Zum Ende des Jahres hatten wir endlich „alles zusammen“, was wir benötigten, und Anfang 2008 konnten wir die erste Ausgabe unseres „Senio Magazins“ verteilen.

Zehn Jahre

Nach den ersten drei Ausgaben, in denen wir vor allem alle Informationen für Menschen 50plus in Aachen untergebracht hatten, die wir wichtig fanden, setzten die Diskussionen im Team ein, wie es weitergeht und welche Themen wir behandeln wollen. Ich habe meine Anstellung im Seniorenheim gekündigt, um mich ganz der Verlagsarbeit widmen zu können. Von außen wurden immer wieder Zweifel über diesen Schritt geäußert und prophezeit, uns würden die Themen, die Artikel und auch das Geld bald ausgehen. Wir hatten aber schon seit der ersten Ausgabe mit Anzeigen nach Helfern für die Verteilung und nach Autorinnen und Autoren gesucht. Nach und nach wandten sich Einzelne und Gruppen an uns, die Texte verfassten (Sehen Sie sich bitte die



Autorenbilder auf den kommenden Seiten an.) und/oder bei der Verteilung geholfen haben. Alles rein ehrenamtlich - ich danke allen sehr dafür, die uns in den vergangenen zehn Jahren unterstützt haben. Manche von ihnen leben sogar nicht in Aachen und sind erst durch Verwandte oder Bekannte auf unser Senio Magazin aufmerksam geworden.

Erweitertes Erscheinungsgebiet

Zu Beginn sollte das Senio Magazin eine Zeitschrift für Aachener/innen sein. Aber es erreichten uns immer wieder Anfragen aus dem Kreis Aachen, ob wir Ihnen auch Exemplare des Senio Magazins zukommen lassen könnten. Das fiel ziemlich genau in die Zeit, als Kreis und Stadt Aachen sich zur StädteRegion Aachen zusammenschlossen. Daraufhin haben wir unser Logo geändert und das Erscheinungsgebiet ausgeweitet und bis jetzt beibehalten.

Seit 2011 haben wir mit dem Grenz Echo Verlag in Eupen, in dessen Druckerei das Senio Magazin bis 2016 gedruckt wurde, ein eigenständiges Senio Magazin für die Deutschsprachige Gemeinschaft in Belgien entwickelt, das nun seit sieben Jahren als Beilage zur Tageszeitung „Grenz Echo“ verteilt wird. Die bis dahin monatliche Erscheinungsweise des Senio Magazins für Aachen und Umgebung mussten wir daraufhin auf einen zweimonatlichen Rhythmus umstellen.



Foto: Land NRW/L. Chaperon

Dem „Senio Magazin“ gratuliere ich ganz herzlich zu seinem 10-jährigen Jubiläum!

Seit einem Jahrzehnt berichtet das Magazin aus Aachen und der Region. Es ist lokal verankert und richtet sich vor allem an die ältere Generation. Dabei zeichnet sich das „Senio Magazin“ dadurch aus, dass es Grenzen überschreitet: zwischen den Generationen, den Regionen und sogar Ländern – und gerade so neue Verbindungen schafft. Ich bin den engagierten Macherinnen und Machern sehr dankbar für ihre Arbeit, die ich als Aachener sowie aus meiner Zeit als Generationenminister kenne und schätze, und wünsche dem Magazin und seinem ganzen Team weiter alles Gute und allen Erfolg!

Armin Laschet | NRW Ministerpräsident

„Grau ist bunt“ - auf diesen Buchtitel brachte der frühere Bremer Bürgermeister und Aachener Ordensritter wider den tierischen Ernst, Henning Scherf, eine Kurzformel, mit der er die vielfältigen Potenziale des Alters deutlich werden lassen wollte. In der Tat sind in den letzten Jahrzehnten gerade für die Lebensphase des Seniorentums gravierende Veränderungen eingetreten. Bildeten früher mehrere Generationen eine Gemeinschaft unter einem Dach, wird heute häufig eine getrennte Haushaltsführung angestrebt. Damit geht aber keineswegs ein Zerfall der Familie einher. Es bieten sich vielmehr neue Chancen für alle Beteiligten.

Alter ist nicht mehr das, was es früher war. Es gibt neue Formen des Zusammenlebens, die älteren Menschen eine längere Selbstbestimmung eröffnen. Senioren steuern ihre Lebensgestaltung ohne Abhängigkeit. Das zeigt: Es gibt nicht mehr die homogene Gruppe älterer Menschen, sondern Seniorinnen und Senioren, die sich selbst in einem Prozess ständiger Erneuerung befinden. Alter ist dynamisch, nicht statisch.

Die Vielfalt der Altersgruppe spiegelt sich auch im Senio Magazin. Informativ und unterhaltsam klärt es über alle Aspekte der Lebensführung im Alter auf. Interessante Artikel, Angebote zur aktiven Lebensgestaltung und Informationen rund um alle Aspekte, die das Leben von Menschen der „Generation 50plus“ betreffen, sind Inhalte, die regelmäßig die Beachtung der Zielgruppe finden.

Seit zehn Jahren zeigt sich das Senio Magazin als ein wertvolles Kommunikationsmedium für die älteren Menschen unserer Stadt und darüber hinaus. Herzlich gratuliere ich der Redaktion und der Mitarbeiterschaft dieser erfolgreichen Publikation zum Jubiläum und wünsche allen, die mit dem Senio Magazin verbunden sind, weiterhin höchste Sensibilität zum Aufgreifen aktueller Themen für Seniorinnen und Senioren und stets eine breite Leserschaft, die sich immer wieder aufs Neue über die aktuellen Ausgaben des Senio Magazins freut.

Marcel Philipp | OB Stadt Aachen



„Rund um die Pflege“ hieß unser nächstes Projekt: eine für die Leser/innen kostenlose Broschüre, die seit 2012 einmal jährlich alle wichtigen Informationen rund um die Pflege in der StädteRegion zusammenfasst. 2016 konnten wir die „Gesundheitskasse AOK“ als Partner gewinnen und das Erscheinungsgebiet auf den Kreis Düren ausweiten. Anfang 2018 wird die siebte Ausgabe von „Rund um die Pflege“ erscheinen.

Rück- und Ausblick

Bei der Arbeit rund um das Senio Magazin habe ich viele Menschen kennengelernt aus ganz unterschiedlichen Bereichen - den höchsten Bekanntheitsgrad haben



wohl die Aachener Politiker Ulla Schmidt und Armin Laschet inne. Mit einigen dieser Menschen bin ich seither befreundet und habe mit Ihnen eigene Zeitschriftprojekte durchgeführt. Ich kämpfe immer noch dafür, Magazine für Menschen der Generationen 50plus in anderen Regionen herauszubringen.

Gemeinsam mit dem Senio Team habe ich in den vergangenen zehn Jahren versucht, ausschließlich finanziert über Anzeigen, eine vielfältige und für die Leserschaft kostenloses Senio Magazin herauszubringen, das gleichermaßen unterhält wie informiert. Das von unseren Autor/innen behandelte Themenspektrum überrascht mich inzwischen selbst manchmal und lässt mich die Aachener Region mit anderen Augen sehen. Wir danken auch Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, für Ihr beständiges Interesse an unserem/Ihrem Senio Magazin.

Günal Günal



**Elisabeth Borauke****Berni Schmitz****Netty Engels-Geurts****Günter Martinus****Irene Mennicken****Francis Offermann****Resi Hellemann****Elmar Burger****Christine Kluck****Berthold Ruge****Concepción Talavera-Naranjo****Peter J. Heuser****Elisabeth Kohler****Heinrich Kluck****Bernhard Siepen****Patricia Vauzelle****Michael Hartges****Frau Plum****Beata Latowska****Alois Eicher****Armgard Unger****Jakob Langohr****Karin Peters****Hasan Alagün****Hildegard van der Braak****E. Kerbusk-Westerbarkey****Elke Penner****Dieter Schmidt****Maria Hänsch****Robert Jansen****Barbara Köhnen-Rehn****Wolfgang Franz****Nina Falter****Heinz Kundolf****Elvira Frank****Helga Klepp****Leo Hermanns****Ingeborg Lenné****Stephanie Hahn****Ekkehard Künzell****Bernd Schümmer****Barbara Eckardt****Peter Behrens****Finni Kühnast****Manfred H. Freude****Sarah Klinke****Wolfgang Wals****Liane Schirra-Weirich****Wilfried Möller****Marianne Huppenbauer****Manfred Kundolf****Gisela Unger****Erna Matthäus****Paul Schöfermeier****Ursula Lehr****Wilhelm Godland****Margret Kricheldorf****Stephan Schmitz****Gisela von Aken****Alwin Reiche****Anne Naumann****Emil Gennen (†)****Christa Nalepa****Dieter Thielen-Krütgen****Maria Köttgen****Anna Beckert****Hajo Mais****Anne Fink****Dieter Detiège****Hildegard Giese****Christian Graff****Doro May****Noel Dietrich****Gisela Lenze****Erich Pradel (†)****Claudia Lamsfuß****Gerhard A. Schwartz****Maritta Hoffmann****Barbara Stambolis****Andreas Kruse****Renate Osenberg****Manfred Langehennig****Renate Wuropulos****Christopher Rieder****Heide Witt****Kurt Andres****Thea Fortkemper****Leines Gaworski****Brigitte Buchem****Claus-Peter Marzodko****Roswitha Petermann****Oliver Bendel****Bärbel Herrmann****Paul Schmarling****Christine M. Hendriks****Andreas Muschik****Brigitta Boothe****François Höpflinger****Edgar Hungs****Sarah Bongartz****Karl Tervooren****Irmgard Albrecht****Ekkehard Künzell****Martina Bücken****Ingeborg Hubatsch****Ewald Wolters****Janina Burandt****Gerhard E.H. Meier****Marlies Keil****Peter Sardoč****Astrid Stephan****Heiner Grysar****Maja Petzold****Hubert Wickerath****Elisabeth Fürtjes****Holmer A. Milar****Hein Engelhardt****Helmut Bücken****Maria Mallmann****Franz Foerster****Birgit Küchen****Heinz Braun****Irmgard Albrecht****Klaus Schulte****Kerstin Nelke****August Mauel****Angela Kerstges****Johanna Gallo****Hannes B. Stähelin****Alexa Theissen-Pauls**

Josef
StielAnne
PriemKlaus J. Ham-
erschmidtHannelore
HerpertzHelmut
BachmaierBirgit J.
FrantzenThis
Kluck (†)Renate
RosenthalRichard
WollgartenSabine
RosenbrockDoris
LintzenJörg
LimbrockIwan
JungbluthFranz
KauerRaquel
Barros FialhoKurt
LüscherChristine
TervoorenIngolf
SchulzRené H.
BremenRoswitha
PetersenUrsula
AdrianBerthold
HeßBrunhilde
MederDieter H. K.
Starke (†)Heidi
SchönrockGisela
BrosselHelga
EbelRudolf
LalkaAnja
SchüllerAlois
HendgesRudolf D.
HirschAtze
SchmidtLuisa
PleschErwin
BausdorfWiebke
MoormanHartmut
KleisHorst
WolffAngelika
SchneebergerGiorgio
BavajRobert André
GagnonResel
GraweRené
ThomasMarlie
van EijkRolf
SchumacherUte
WeberMartin
WahlersHelmut
KochJutta
SchlockermannWerner
MeiserDorothee
BreidenbachManfred
SawallichChrista
NalepaEdda
JuneschBrigitte
KreitzKarl
SchoenenSteffi
DiefenthalWolfgang
JöhlingerMargot
Leitz-JaroschMartin
LückStefanie
WagnerJosef Konrad
NiestersBarbara
Krüger-CreutzHelga
LicherHans
MaronLoni
LiebermannGisela
CloutFranz
KauerGrete
Saffre-BergHerman
WillemsAnne
PriemAnton
RipplerCarolin
ScheligaLeo
KeverHorst
SochartSusan
HeatHelmut
SchroeterAndrea
BernhardsHerbert
PrömperIne
HellwigFrançois
HöpfingerElvire
WintgensHartmut
NeumannVeronika
MüttingGerrit
KösterRosa Hennes-
DeraideuxFranz
ErbWilma
EmmerichGerd
HahnSusanne
HartmannMark
FeldenMarlis
HamacherR. Kischner-
HermannsWilhelm H.
PfeifferHeike
BohnesRena
LessnerWolfgang
SchönrockMagdalena
LattenRose Jansen-
NoufalWerner
EmontsGabriele
HagemannPeter
ArzMonica
Dawo-CollasGerd
HavenithMargret
FringsRadosveta
ChristovaHelmut
FrankenJosefine
JeworrekHans-Theo
CloßeVera
KleeHorst
BoddenCarina
MathesHeinz-Peter
BenetreuMeike
ThüllenAxel
HagemannDieter
LobodaGerti
StielHeinz Günter
MinorPaul Fuchs-
FrohnhofenJohanna Sonja
WöhrleHeinz
AmianMaria
VankannWinfried
BrömmelIna
NoldenWilli
PaulWaltraud
SchumacherEdda
BlesgenTony
Fieles (†)Brigitte
StemmerSiegfried
TheissenUrsula
Rosskamp



Verehrte Redaktion, es ist schon beachtlich, wenn ein Senio-Magazin seinen 10. Geburtstag begeht. Dann bleibt nur noch zu hoffen, dass der Kinderfunk bald den 80sten feiert ... Glückwunsch zum Geburtstag & beste Grüße!

Wendelin Haverkamp | Künstler



Wochenmarkt in Aachen

Dienstags und donnerstags findet der Wochenmarkt auf dem Marktplatz vor dem Rathaus statt. Es gibt Obst und Gemüse, Käse und Milch, Fleisch- und Wurstwaren, Brot und Fisch, Blumen und Reibekuchen, Honig und Kaffee. Ein Biomarkt ist samstags auf dem Münsterplatz. Angeboten werden überwiegend eigene Produkte.

Auf dem Wochenmarkt am Dienstag in Vaals wird neben den Lebensmitteln auch Bekleidung angeboten. Socken, Unterwäsche für Mann und Frau, Blusen, Röcke oder Lederbekleidung.

Märkte gibt es in vielen Städten, Stadtteilen und Dörfern. Schon im Mittelalter verkauften die Bauern ihre Waren auf den Märkten in den Städten. Die Spreewälder beluden ihre Kähne mit Gurken und verkauften sie in Berlin.

Früher gehörten zu den Märkten auch die Marktschreier. Sie waren als Scharlatane und Quacksalber verrufen. Sie boten den Besuchern zusammen gerührte Mittelchen gegen allerlei Beschwerden an. Auch heute noch wird jemand, der viel Wirbel um sich macht, als „Marktschreier“ oder „Schrei-hals“ bezeichnet: eine unseriöse Person, der nicht zu trauen ist.

Richtige Marktschreier gibt es auch heute noch. Sie haben sich zur „Gilde der Marktschreier“ zusammengeschlossen. Bekannte Persönlichkeiten sind „Wurst-Achim“, „Käse-Alex“, „Aal-Ole“, „Nudel-Dieter“ und „Milka-Micha“. Wurst-Achim ist der größte Schrei-hals. Er hat in einer Fernsehsendung lauter gebrüllt als ein Brüllaffe. Die Gilde der Marktschreier kann gemietet werden. Sie sind die Attraktion jeder Veranstaltung. Die Teilnehmer bieten die Waren heute nicht nur mit der eigenen Stimme an, sondern verfügen über Beschallungsanlagen und Mikrofone.



In Aachen gibt es keine Marktschreier. Die Verkäuferin an einem Stand mit Blumen ruft manchmal zaghaft: „10 Rosen für drei Euro“. Es geht gesittet zu. Niemand drängt, jeder wartet bis er von einer Marktfrau oder einem Marktmann nach seinen Wünschen gefragt wird.

Warum ist Einkaufen auf dem Markt so beliebt?

Jede Kundin und jeder Kunde wird persönlich angesprochen und bedient. Es werden Auskünfte über Mengen und Art der Zubereitung erteilt. Sogar ein Schwätzchen ist möglich. Alle Marktleute sind sehr höflich und zuvorkommend. Einkaufen an der frischen Luft ist angenehmer als in einem schlecht gelüfteten, riesigen Supermarkt. Die Wege zu den einzelnen Verkaufsständen sind kurz und übersichtlich.



Johannes kramt in seiner Tasche nach dem Laufzettel, den ihm seine Frau geschrieben hat. Brot, verschiedene Käse, Fleisch und Aufschnitt, Kartoffeln, einen Salat, Erdbeeren und Bananen und einen Karton mit zehn Eiern.

Johannes geht zwischen den Verkaufsständen herum. Die Sonne scheint, es ist viel Betrieb. Der Mann in der Reibekuchenbude sortiert die gebackenen Reibekuchen auf einem Rost zum Abtropfen. Ein leichtes Lüftchen weht den Bratenduft herüber. Ein Stück weiter hat die Verkäuferin auf dem Fischwagen einige Filets ins heiße Fett gleiten lassen und mehrere Personen warten auf die Happen mit Remouladensoße.

Gemüsestände gibt es mehrere. Johannes beginnt seinen Einkauf da, wo die wenigsten Leute stehen. So arbeitet er seine Liste ab und wartet an der Käsetheke, bis er an der Reihe ist. Der Verkäufer hat die Übersicht



verloren und fragt: „Wer ist der Nächste?“ Eine Dame mittleren Alters, die sich gerade neben Johannes gestellt hat, fängt sofort an, ihre Wünsche vorzutragen. „Der Nächste bin ich“, sagt Johannes zum Käsemann. „Die Dame scheint es sehr eilig zu haben. Ich warte so lange, bis sie mit ihren Einkäufen fertig ist.“ - „Nicht nötig“, schnarrt die Frau, dreht sich um und verschwindet.

Es ist ein Jammer. Sogar auf dem Markt wird neuerdings gedrängelt.

Text & Bilder:

Erwin Bausdorf



Rundum gut versorgt!

Nahrungsergänzung

Medizinische Kosmetik

Hochdosierte Vitamine & Mineralien

Cholesterin- & Blutzuckeruntersuchung

Lieferservice

Roermonder Straße 319
52072 Aachen-Laurensberg
Telefon: 0241/1 28 09

E-Mail: laurentius-apotheke-aachen@t-online.de
Internet: www.laurentius-apotheke-aachen.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Sa. 08.30 – 13.00 Uhr &
Mo. – Fr. 15.00 – 18.30 Uhr

Teil des Güterbahnhofs	tschech. Stadt im Erzgeb. (dt.Name)	flexibel, elastisch	persönliches Fürwort	einfaches Wasserfahrzeug	▼	Keimgut	Seitenansicht	▼	von genannter Zeit an	Fenstervorhang	Wissenschaftler	▼	Opernlied	Abk.: Beamter auf Lebenszeit	Eichmaß	Freund von Harry Potter (Vorname)
▶	▼	▼	▼	▼			▼		Kratzwerkzeug	▶			▼	▼	▼	▼
Impf- flüssig- keit	▶					Hand-, Fuß- rücken	▶				Muse der Liebes- poesie	▶				
Kfz.-Z. Schweiz	▶		Sammel- stelle, Lager	▶					Einbrin- gen der Feld- früchte		Greif- vogel, Habicht- artiger	▶				
▶						drogen- unab- hängig (engl.)		Sesam- straßen- figur	▶					See- räuber		Arbeits- unter- brechung
strafen, rächen	Ersatz- anspruch		der dritte Teil		franzö- sischer Apfel- wein	▶					Mittel- loser		Kurzwort für Pop-Art	▶		▼
Mann- schafts- sport- art	▶		▼					Speise- fisch		griech. Insel	▶					
▶					Hals- schmuck		steif; unbeug- sam	▶					Zauber			Wunsch- bilder
e. d. Kana- rischen Inseln (ehem. Name)		Mutter u. Gattin des Ödipus	▶			▼				kaufm.: Schuld- posten		kleines Nagetier	▶		▼	
▶							Süd- staat der USA	▶	Dis- kussion, Aus- sprache	▶						
engl. Komponist † 1976 (Benjamin)		roter Farb- stoff		Ton- halle, Konzert- haus		kost- spielig	▶					starker Wind		Erzeugnis		Med.: von innen kommend
Marder- art, Fisch- marder	▶	▼		▼					Teil des Stuhls		Groß- familie	▶		▼		▼
▶						EU- Beitritts- staat 2004		weibl. Vorge- setzte	▶							
Heldin der Tristan- sage	länd- lich, bäuer- lich		andau- erndes Flüstern		Post- sendung	▶					franz. Schau- spieler (Jean) † 1976		wüst, leer, einsam	▶		
uner- bittlich, hart	▶		▼					weibl. Vorname		Stadt in Weiß- russland	▶					
▶					Säck- chen		Teil von Vietnam	▶					See- manns- ruf		Beschei- nigung, Zeugnis	
german. Schrift- zeichen (Mz.)		Riese im Alten Testa- ment		Glied- maßen	▶					er- blicken		Schrift- stück, Schrift- bündel	▶		▼	
zerlegen	▶	▼					Farbe des Neides	▶	flüchtig über- prüfen	▶						
kurz für: in das	▶			japan. Poli- tiker †		Ost- germa- nenvolk	▶					Abk.: be- ziehungs- weise		öster. Bundes- land (Abk.)		bevor
Schiffs- kom- mandant	▶			▼					Abk.: zu Händen		geäu- ßerter Wunsch	▶				▼
▶						behörd- liche Geneh- migung	▶						Laut eines Esels	▶		
Feuer- werks- körper		Flug- hafen- anlage, Piste	▶								Ausdruck, Äußerung (Mz.)	▶				

Als in Aachen die Fernseh-Ära begann: Weihnachten 1952, die „Zauberspiegel“-Premiere

„Wer einmal in den Zauberspiegel geschaut hat, ist nahezu verzaubert.“ So urteilten die Aachener Nachrichten (AN) über das Fernsehen, nachdem am ersten Weihnachtsfeiertag des Jahres 1952 der Nordwestdeutsche Rundfunk (NWDR) die Geburt der deutschen Television vollzogen hatte. Heute ist es kaum mehr vorstellbar, dass wir einmal ganz ohne Fernsehen ausgekommen sind. Die älteren unserer Leser werden sich noch daran erinnern, wie man sich vor den Schaufenstern der Radiogeschäfte drängelte, wenn drinnen ein Fernseher lief, denn die allerwenigsten hatten eines der neuartigen Geräte zu Hause.

Die „Zauberspiegel“, wie man die Fernsehapparate damals nannte, „umweht ein Hauch von Mysterium“, schrieb ein Kommentator der Aachener Zeitung. Noch am 24. Dezember 1952 war man sich nicht ganz sicher, ob denn alles klappen würde. So war einen Tag von der Fernseh-Premiere in den AN zu lesen: „Wenn nicht durch außergewöhnliche Wetterstörungen in letzter Minute noch ein Strich durch die Rechnung der NWDR-Techniker gemacht wird, so wird auch Aachen morgen den offiziellen Beginn eines neuen Zeitalters, den Geburtstag des Fernsehens, miterleben können.“

Alles funktionierte „reibungslos und ohne Zwischenfälle“, wie die Presse hinterher registrierte. Zitat aus den AN: „Auch in Aachen erlebten etwa 150 Zuschauer, zum Teil an eigenen Geräten, größtenteils aber im Gemeinschaftsempfang, den Beginn einer neuen Epoche. Von der Bildwirkung wurde die kleine Sehergemeinde nicht enttäuscht. Und wenn man auch einige technische Mängel feststellen konnte, die etwa in der Beleuchtung oder Kameraführung zu finden waren, weil aller Anfang eben doch schwer ist, so kann dem Mitarbeiterstab des noch behelfsmäßig arbeitenden Fernsehsenders Köln doch ein Kompliment gemacht werden.“

Weiter heißt es in dem Bericht, der vor 65 Jahren das denkwürdige Ereignis kommentierte: „Die magische Anziehungskraft, die von dem Zauberspiegel unserer Zeit ausgeht, wurde in Aachen besonders in der



Die ehemalige Schauspielerin Gabriela Hellweg während der Ansage im Fernsehstudio Köln, November 1953; Quelle: Bundesarchiv, B 145 Bild-F001105-0004 / Brodde / CC-BY-SA 3.0 via Wikimedia Commons

Fernsehtube der Firma Kebeck & Salomon spürbar, die nach etwa zwei Stunden Sendezeit etwa 110 begeisterte Gäste, getragen von dem wirklich erhebenden Gefühl, dem Start des deutschen Fernsehens beigewohnt zu haben, entließ.“ Gesendet wurde an jenem Abend ein Fernsehspiel über die Entstehung des Liedes „Stille Nacht“ und ein Opernballett.

„Und nun wird sich das deutsche Fenster immer weiter öffnen“, prophezeite der Chronist. „Behaglich in einer Ecke des Sofas sitzend werden die glücklichen Besitzer von TV (wie man international das Fernsehgerät bezeichnet) das Geschehen in aller Welt in Bild und Ton verfolgen können. Man hofft, durch spürbare Preissenkungen bei Massenproduktion und durch steigendes Reklameinteresse der Industrie auch in Deutschland das TV populär zu machen.“

Bis zuletzt hatte man getüftelt, um die erste Sendung einer von nun an regelmäßigen Programmausstrahlung möglich zu machen. An die überschaubare Zahl von rund 4.500 Haushalten, die den Sender empfangen konnten, richtete NWDR-Intendant Werner Pleister Weihnachten 1952 diese Worte: „Wir versprechen Ihnen, uns zu bemühen, das neue geheimnisvolle Fenster zu Ihrer Wohnung, das Fenster in die Welt, mit dem zu erfüllen, was Sie interessiert, Sie erfreut und Ihr Leben schöner macht.“

Das Interesse an dem neuen Medium nahm rasch zu, und die Übertragungen von der Krönung von Queen Elizabeth 1953 und von der Fußball-WM 1954 trugen das ihre dazu bei. 15 Jahre lang gab es dann nur Schwarzweiß-Sendungen. Das Farbfernsehen begann im August 1967 mit einem Knopfdruck von Willy Brandt auf der IFA in Berlin, und weitere zehn Jahre später brachte schon die Hälfte der Bildschirme Farbe ins Haus. Fernsehen war nun die liebste Freizeitbeschäftigung. Helmut Schmidt sah das kritisch, er sprach von einem „Freizeittöter“ und schlug einen fernsehfreen Tag pro Woche vor. Die Deutschen aber wollten davon nichts wissen. 2015 kamen sie auf durchschnittlich 223 Minuten Fernsehkonsum am Tag.

Zuverlässige Begleiter der inzwischen zahlreichen TV-Programme wurde eine Vielzahl von Programmzeitschriften, deren bekannteste im vergangenen Jahr ihr siebzigjähriges Bestehen feierte. „HÖRZU wird 70 und feiert 70 Jahre TV-Geschichte“ verkündete die Jubiläumsausgabe, was zwar gut klingt, aber nicht stimmt. Denn die ersten Jahre musste sich das Blatt mit dem Hörfunk begnügen, bis es dann Weihnachten 1952 mit dem Fernsehen soweit war.

Atze Schmidt



InMemoriam
bestatten begleiten begegnen

VORSORGE-CAFÉ: Am 6.12.2017 laden wir Sie von 15-16.30 Uhr zum Informationsgespräch ein. Eine gute Gelegenheit sich den Themen Tod und Bestattung behutsam zu nähern.

Bestattungshaus Regina Borgmann & Lisa Höfflin, Eifelstraße 1b 52068 Aachen, **Telefon. 0241. 55 91 79 87.** Weitere Informationen und Veranstaltungshinweise: www.inmemoriam-web.de

Hilfe - rote Haare!

„Ins Feuer mit der rothaarigen Hexe, brennen soll sie auf dem Scheiterhaufen!“, „Trau keinem Rotschopf, das sind schlechte und jähzornige Menschen!“ Sprüche wie diese illustrieren die Vorurteile, die das Schicksal vieler Rothaariger im Lauf der Jahrhunderte beeinflusst hat.

Noch heute gilt rotes Haar bei Frauen als Zeichen der „modernen Hexe“. In mittelalterlichen Darstellungen lassen sich hingegen keine Indizien für eine Rothaarigkeit der Frauen, die als Hexe angeklagt wurden, finden.

Erst im 19. Jh. wurde die Hexe mit Rothaarigkeit in Verbindung gebracht, und zwar als Ableitung der zeitgenössischen „Femme fatale“. Die magische Kraft der einen und die sexuelle Ausstrahlung der anderen vereinigten sich zum Bild der „rothaarigen Hexe“. Weil Rothaarigkeit zu allen Zeiten verschieden ausgelegt wurde, sind Rothaarige bis heute von einem besonderen Mythos umgeben, positiv wie negativ. Während für Hexen die Scheiterhaufen brannten, malten berühmte Künstler dieser Epoche wie Lukas Cranach, Albrecht Dürer, Alessandro Botticelli und Tizian die Madonnen ihrer Bilder mit roten oder rotblonden Haaren. Das „Tizianrot“ ging nicht nur in die Kunst-, sondern auch in die Sprachgeschichte ein und ist weltweit fester Bestand auf den Farbpaletten der Friseurin. An den Renaissance-Höfen Europas galten rote Haare als modisch. In den englischen Königshäusern gab es von jeher zahlreiche Natur-Rothaarige. Die meisten rothaarigen Menschen werden in Schottland geboren, 14 % der Bevölkerung. Danach folgt Irland mit 10 %. In den USA stammen 65 % der Rothaarigen von Einwanderern aus Irland ab, denn dort waren Rothaarige Verfolgung und Diskriminierung ausgesetzt.

Wenn in früheren Zeiten, lange bevor es Blutuntersuchungen oder DNA-Nachweise gab, in einer Familie unerwartet ein rothaariges Kind zur Welt kam, wurde es als „Kuckuckskind“ bezeichnet und die Mutter des Ehebruchs bezichtigt. Heute weiß man, dass Rothaarigkeit über Generationen hinweg vererbt werden kann. So wird auch der englische Prinz Harry einen rothaarigen Vorfahren im königlichen Stammbaum und dem seiner Mutter Diana haben. In der Presse

wurde längere Zeit kolportiert, er sei das Resultat eines Seitensprungs seiner Mutter mit ihrem rothaarigen Reitlehrer, zumal eine Ähnlichkeit mit diesem Herrn nicht zu leugnen ist: „Die Rache der geschmähten Prinzessin!“ Inzwischen ist das kein Thema mehr, obwohl das Gerücht nie ausgeräumt wurde - nur ein Vaterschaftstest bzw. eine DNA-Untersuchung könnte Klarheit schaffen. Jedoch kann eine solche nur im Einverständnis aller Beteiligten angeordnet werden ... im Britischen Königshaus niemals! Fakt ist: Ursache der Bildung roter Haare ist eine Variation des „Chromosoms 16“, die zur Veränderung des „Proteins MC1R“ führt. Statt dunklen Melanins befindet sich dann Phäomelanin in Haut, Haar und Augen. Damit ein rothaariges Kind zur Welt kommen kann, müssen beide Elternteile das entsprechende Gen im Erbgut haben.



Bild: D. Braun/pixeldio.de

Gerade durch Klischees, die negative Eigenschaften wie Trotz, Aufsässigkeit, Ungehorsam und boshafte Verhalten bei Rothaarigen schon im Kleinkindalter voraussetzen, entwickeln sich diese Kinder den Vorgaben entsprechend. Sie werden gehänselt und gemobbt und erfüllen mit ihren Reaktionen die Erwartungen ihrer Umwelt. Auch ich habe in meiner Schulzeit die Erfahrung gemacht, dass der Rothaarige in der Klasse, meist war es nur einer, der Bösewicht war. „Pippi Langstrumpf“ begeisterte zwar ganze Generationen mit ihren Streichen, unkonventionellem Verhalten und wildem Leben. Aber als eigenes Kind möchte sie keiner haben.

So herrschte in Deutschland bis in die 70er Jahre eine Abneigung und sogar Verachtung gegenüber rothaarigen Menschen. In meiner eigenen „friseurischen“ Praxis bekam ich die Vorurteile zu hören: „Das ist die Farbe der Bardamen“ oder „Rot ist

Nuttenhaarfarbe“. Wies ein Blond-Ton nur eine Nuance Gold auf, rasteten manche Damen schon aus. Auf unseren deutschen Haar-Farbskalen existierten bis in die 70er Jahre fast keine Rottöne, worüber sich die ausländischen Kollegen lustig machten, denn in den umliegenden europäischen Ländern war das ganz anders. In meinem Alltag konnte ich den Begriff „aschblond“ nicht mehr hören und war heilfroh, als ich meine Tätigkeit im Ausland aufnehmen konnte, wo Rottöne teilweise sehr populär waren. Mit den kleinen Revolutionen der 70er änderte sich dann auch in Deutschland die Mode und junge Leute zeigten endlich Mut zu roten Haartönen.

Rothaarige werden im Alter nicht grau. Im Vergleich zu anderen Haarfarben behalten rote Haare ihre natürlichen Pigmente deutlich länger, obwohl sich auch die rote Haarfarbe im Alter verändert. Sie kann von einem blassen Kupfer zu einem goldigen Blond bis Weißblond variieren. Rotes Haar ist schlecht zu färben, da die Rotpigmente stärker haften und sich leicht wieder durchsetzen.

Rothaarige haben meist braune oder grüne Augen. Rothaarige mit blauen Augen sind die kleinste Minderheit der Welt. Blaue Augen vererben sich ebenfalls nur über die identische DNA beider Elternteile. Nur ein Prozent der Weltbevölkerung darf sich über blaue Augen und rotes Haar freuen.

Wer rote Haare hat, sollte sich besser nicht für eine kriminelle Karriere entscheiden! Aufgrund ihres MC1R-Gens sind Rothaarige für Forensiker besonders leicht zu identifizieren. Gleichfalls sind sie resistenter gegen Narkosemittel, weshalb sie bei Operationen eine höhere Dosierung benötigen.

In der heutigen Zeit sind rote Haare modern, auch in Deutschland. Sie werden in allen Varianten und Farbabstufungen getragen. Dabei können Haar-Farbtöne kreiert werden, die es von der Natur her nicht gibt, höchstens in der Tierwelt. Die Möglichkeiten sind schier unerschöpflich. Ich bin ein Fan von roten Haaren und es gefällt mir, dass meine Tochter rote Haare trägt - leider nicht von Natur.

René H. Bremen



Szenen einer Ehe

Ein Kreuzworträtsel ist ein Rätsel, bei dem die gesuchten Wörter in waagerechte und senkrechte Richtung buchstaben- oder silbenweise in viereckige Kästchen eingetragen werden. Das erste Kreuzworträtsel erschien am 21.12.1913 in der Weihnachtsbeilage der „New York World“ von dem aus Liverpool stammenden Journalisten Arthur Wynne. In Deutschland erschien das erste Kreuzworträtsel 1925 in der „Berliner Illustrierten Zeitung“. Sogar ein Mord wurde 1981 in der DDR mit Hilfe eines Kreuzworträtsels aufgeklärt.



Eine Frau und ein Mann sitzen in ihrem Wohnzimmer.

Die Frau versucht, ein Kreuzworträtsel zu lösen.

Der Mann liest in einem Wochenmagazin.

Er liest einen Artikel über den neuen amerikanischen Präsidenten. „Wer eine Ahnung davon bekommen will ...“

Sie: „Kennst du einen Industriestandort ugs.“

Er: „Einen was?“

Sie: „Einen Industriestandort ugs.“

Er: „Was ist ein ugs?“

Sie: „Umgangssprachlich, du weißt aber auch gar nichts.“

Er: „Ist ja nichts Neues. Darum fragst du ja. Wie viele Buchstaben?“

Sie: „Acht, mittendrin ein p.“

Er: „Kohlenpott.“

Sie: „Ist zu lang, acht Buchstaben.“

Er: „Ruhrpott.“

Sie: „Danke, das passt.“

Er fängt noch einmal an, seinen Artikel zu lesen: „Wer eine Ahnung davon bekommen will, was der Welt ...“

Sie: „Was ist eine Farbe, die den Untergrund durchscheinen lässt?“

Er: „Klarlack.“

Sie: „Ist das eine Farbe?“

Er: „Nee, aber wenn man sie über etwas streicht, sieht man, was drunter ist.“

Sie: „Hier steht Farbe.“

Er: „Kenn ich nicht.“

Er fängt wieder an, seinen Artikel zu lesen: „Wer eine Ahnung davon bekommen will, was der Welt bevorstehen kann ...“

Sie: „Kannst du mir sagen, wie man ein Preisschild nennt?“

Er: „Sag mal, wer macht hier Kreuzworträtsel, du oder ich?“

Sie: „Warum bist du so unfreundlich, ich werde doch noch einmal fragen dürfen, oder?“

Er: „Aber nicht ständig, wenn ich lesen will.“

Sie: „Du übertreibst wieder, wie immer. Ich habe nicht ständig gefragt. Und im Übrigen brauch ich deine Antworten gar nicht. Du hast keine Ahnung. Die durchscheinende Farbe ist Lasur und das Preisschild ist ein Etikett.“

Erwin Bausdorf



Service4you

Service aus einer Hand

Handwerkerdienste



Reparieren,
Modernisieren
und Umbauen

Ihr Ansprechpartner:

Albert Titsch

Telefon 0176 47111576

E-Mail albert@service4you.de

Haushaltsservice



Putzen,
Kochen und
Einkaufen

Ihre Ansprechpartnerin:

Angelika Vogt

Telefon 0177 4677803

E-Mail angelika@service4you.de

Lebensberatung

Alternative
Wohnkonzepte,
Vorsorge und
Absicherung



Keine Rechtsberatung!

Ihr Ansprechpartner:

Sammy Khatib

Telefon 0241 41222478

E-Mail service@service4you.de

www.service4you.de

Rückführung des Jesuskindes

Jeder hat irgendwann die traurige Aufgabe, die Wohnung der verstorbenen Eltern aufzulösen. In bedrückter Stimmung hatte ich mich vor Jahren an diese Arbeit gemacht. Ganz hinten im Wohnzimmerschrank stand die kleine Schuhschachtel, die ich sofort erkannte. Bei diesem Fund schlug mein Herz ein wenig schneller. Ich nahm den Karton, hob den Deckel ab und ... Da lag es unter einem zarten Berg aus längst vergilbtem Seidenpapier – das wächserne Jesuskind!

Es war vor mehr als einem halben Jahrhundert mein schönstes Weihnachtsgeschenk gewesen. Wie lebendig wirkt die kleine Wachsfigur, kleiner als ein richtiges Baby, aber viel zu groß für die im Wohnzimmer aufgestellte Krippenlandschaft. Einige Jahre wurde das Jesuskind in der Weihnachtszeit auf dem Sideboard dekorativ unter einem Christstern ausgestellt. Später war es offensichtlich leider in Vergessenheit geraten.

Ich nahm Schachtel nebst Inhalt mit zu uns. In der folgenden Weihnachtszeit stellte sich die Frage, Jesuskind aus Wachs oder selbstgemachte und unempfindliche Krippenfiguren aus Seil und Stoff aufstellen? Unsere Kinder bauten die Krippe gern einmal um. Ungestümen Kinderhänden wollte ich die zarte Figur aus Wachs aber nicht aussetzen. Und schließlich verbrachte sie leider wieder viele Jahre in einer Schrankecke. Auch für heutige Kinder ist die alte Krippenfigur nicht geeignet. Sie an die Enkelkinder zu verschenken, das wäre keine gute Idee. „Geschichte“ würde sich nur wiederholen.

Was aber tun? Die Kostbarkeit meiner längst vergangenen Kinderzeit weiter unbeachtet stehen lassen? – So ein Jesuskind kann man doch nicht einfach bei „E-Bay“ zur Versteigerung ausschreiben oder auf dem Flohmarkt anbieten! Krippenbau im Wohnzimmer ist auch nicht mehr modern. Kirchen werden geschlossen und Pfarrgemeinden zusammengelegt. Da bleibt höchstens eine Krippe „übrig“, aber dass man nach Ersatz für die wichtigste Krippenfigur sucht, das erschien mir unwahrscheinlich.



Dann kam die Erinnerung. Meine Großtanten hatten mir ungefähr 1958 das Jesuskind aus Wachs geschenkt. Damals ging die Rede, es sei in einem Kloster von einer blinden Schwester gefertigt worden.

Ich musste mich per Telefon ein wenig in den Aachener Klöstern durchfragen, doch dann verband mich eine freundliche, an der Pforte Dienst habende „Schwester vom armen Kinde Jesus“ mit Schwester Ingrid. Diese lud mich herzlich ein, sie im Kloster in Burtscheid zu besuchen. Und so begann die Rückführung eines Jesuskindes an den Ort seines Entstehens mit einem herzlichen Empfang. Bei Kaffee und Gebäck habe ich einiges über das Kloster erfahren.

Die Gründerin des Ordens ist Clara Fey. Als junge Frau, die behütet als Fabrikantentochter aufgewachsen war, hatte Clara Fey die erschreckende Armut der Kinder in den Zeiten der beginnenden Industrialisierung gesehen. Und das Leid der Kinder hatte sie tief berührt. Sie und ihre engen Freundinnen sahen aber nicht nur hin, sie handelten! Schon um 1830 sorgten sie sich um Menschen in Not. „Aus Wertschätzung des Kindes als großes göttliches Geschenk“ entsteht schließlich der Orden.

Aber auch das Klosterleben unterliegt wirtschaftlichen Herausforderungen, das ist heute so, das war früher nicht anders. Die aufgenommenen Kinder mussten Erziehung, Bildung und Nahrung sowie Kleidung erhalten. So war dereinst ein großer Klostergarten für die Selbstversorgung von großem Nutzen. Aber die Schwestern hatten noch ganz andere Fähigkeiten! Es waren wahre Künstlerinnen unter ihnen. Handelte es sich zu Anfang um Stickarbeiten, bei welchen es galt, das Messgewand

und die Textilien, welche bei der Feier der Liturgie eingesetzt wurden, zu verzieren, so perfektionierten die Schwestern ihre Fertigkeiten mit der Sticknadel so gut, dass bereits 1855 eine richtige Werkstatt entstand. „Unter finanzieller Not und zur Deckung von Kosten entwickelten sich die Paramenten-Werkstätten, in denen von Frauenhänden meisterlich verarbeitete Fäden zu Kostbarkeiten wurden.“ Einige davon sind noch erhalten und werden im Kloster aufbewahrt.

In späteren Jahren war eine der Ordensfrauen auf anderer Ebene künstlerisch tätig und ganz bestimmt hatte sie auch Helferinnen. In der Wachs-Werkstatt wurden Krippenfiguren produziert. Jesuskinder waren eine Art Spezialität.

Seit langem schon wird im Sticksaal nicht mehr gearbeitet und die Wachsworkstatt ist geschlossen. Kinder werden im Burtscheider Kloster nicht mehr betreut. Hier dürfen heute die altgewordenen Schwestern von ihrer schweren Arbeit ausruhen. Der Orden ist heute überwiegend in Indonesien und Kolumbien in Schulen und Kinderheimen und beruflichen Einrichtungen für junge Menschen tätig. Und auch in Kasachstan kümmern sich Schwestern vom armen Kinde Jesus um Kinder und Heranwachsende.

Mein Besuch im Kloster an der Michaelsbergstraße fand im Advent statt. Und so zeigte mir Schwester Ingrid die aufgestellte Weihnachtskrippe. Die daran stehenden Figuren sind sozusagen hausgemacht, einmalig schön, aber nicht ganz einmalig. Ein Engel kam mir „bekannt“ vor, ich glaubte, ihn schon einmal gesehen zu haben. Schwester Ingrid bestätigte, man habe in früheren Jahren gern Auftragsarbeiten erledigt. „Mein“ Jesuskind war ja auch nur für mich einmalig. Jetzt fand es heim und wird vielleicht einmal im klostereigenen kleinen Museum einen Platz finden.

Quelle: Christoph Stender / Deutsche Region der Schwestern vom armen Kinde Jesus e.V.:
Clara Fey – Kinder sind Zukunft

Text und Foto:
Ingeborg Lenné





Teide



Blumen



Gipfel



Lava und Kiefern

Teneriffa, eine Insel mit vielen Facetten

Heinz-Peter Gräf hat den Blick für das besondere, das außergewöhnliche Motiv. Die abwechslungsreiche Landschaft von Teneriffa mit ihrer speziellen Flora und Fauna hat ihn bei bislang 15 Besuchen inspiriert.

Die schönsten Impressionen zeigte er in den vergangenen Monaten bei seiner ersten großen Fotoschau im Herzogenrather Rathausfoyer. „Das Auge macht das Bild, nicht die Kamera“, das sagte einmal die deutsch-französische Fotografin Gisèle Freund. Und recht hat sie. Auf den Auslöser der Kamera zu drücken, das kann eigentlich jeder. Entscheidend ist aber vielmehr, den richtigen Blick für das besondere, das außergewöhnliche Motiv zu haben. „Gräf fotografiert nicht nur, er komponiert Bilder“, erklärte der 1. stellvertretende Bürgermeister, Dr. Manfred Fleckenstein, in seiner Einführungsan-

sprache. Die Besucher der Ausstellungseröffnung waren begeistert.

Herr Gräf, welche Motive haben Sie für Ihre erste Ausstellung ausgewählt?

Der vulkanische Ursprung der Insel bietet viele fotografische Anreize. Eine Reihe von Fotos sind bei Wanderungen auf den Teide in bis zu 3.718 Meter Höhe entstanden. Unter anderem ist mir auf dem Gipfel die Aufnahme eines spektakulären Sonnenaufgangs gelungen. Auch die Gegensätze zwischen



Steinmännchen

der schwarzen Lava und den gelben Teideraukenpflanzen bieten reizvolle Motive. Mein Lieblingsort ist der Hafen von Puerto de La Cruz. Ein besonderes Motiv ist auch die wunderschöne blumengeschmückte Calle San Francisco mit dem Casa de los Balcones, dem Balkonhaus. Bei aller Liebe zur faszinierenden Kanareninsel Teneriffa – auch meine Heimatstadt Herzogenrath und die nahe Brunssumer Heide lasse ich in meiner ersten großen Fotoschau nicht aus.

Wie kam es zu Ihrer Leidenschaft für die Fotografie?

Nach der Schule absolvierte ich eine Ausbildung zum Putzer und Stuckateur und übte diesen Beruf bis zu meinem Ruhestand aus.

Schon als junger Mann wurde ich durch ein Geschenk meiner Eltern an die Fotografie herangeführt. Aber erst im Jahre 1977 entdeckte ich durch den Kauf meiner ersten Spiegelreflexkamera meine Begeisterung für die Fotografie, die schnell zu einer neuen Leidenschaft wurde. Begonnen habe ich mit Allerweltsfotos, aber schnell ein sehr geschultes Auge entwickelt.



Ihre erste Ausstellung war ein großer Erfolg. Was hat Ihnen am besten gefallen?

Ich möchte gerne Urlaubsstimmung verbreiten. Meine 15 Besuche auf Teneriffa zwischen 2005 und 2017 haben mich zu der Ausstellung inspiriert. Die Tatsache, dass Fotografie „Malen mit Licht“ ist, kann man angesichts der Motive gut nachvollziehen. Wie Gemälde wirken viele der Arbeiten. Die Tatsache, dass die Fotografien auf Keilrahmen mit Leinwand oder auf MDF-Platte aufgezogen sind, verstärkt diesen Eindruck zusätzlich.

Nina Krüsmann



Wer ist er?

Heinz-Peter Gräf wurde 1948 in Bardenberg/Würselen geboren, ist seit 1976 mit seiner Frau Ingrid verheiratet. Beide haben eine Tochter und leben nunmehr seit fast 30 Jahren in Herzogenrath.



Brücke



Sonne 1



Wilde Küste



Sonne 2

EINFACH

	6	9						4
8			9			5		
2				4	7		8	
	1			9		6		
		3				2		
		4		5			9	
	7		2	3				8
		2			6			3
9						7	1	

	1		2		5		7	
6		8		4		9		5
	5						4	
1			5		4			8
	7						1	
5			6		7			3
	9						8	
7		3		8		1		2
	6		1		2		9	

	6		1		2			8
		7	9	4	8	3		
6		5				2		3
		3		7		9		
9		8				5		1
		4	3	5	6	8		
	9		8		7			5

MITTEL

			1			9		
		2	4			3		
4	3			8			1	
			5		4		6	9
		1				2		
5	9		8		3			
	2			6			7	3
		9			1	6		
		8			5			

		3	2			5		
	2	6	4	3		9	1	
			9		7	3	5	
		1				8		
	6	7	5		4			
	8	9		4	5	1	6	
		4			3	7		

		9		3		8		
	6						5	
	4		2		8		9	
				6				
		3	9		2	7		
				5				
	2		4		5		1	
	5						4	
		8		1		9		

SCHWER

7		3				6		2
	4						5	
2				9				1
			5		2			
		8				3		
			7		6			
3				5				4
	1						9	
5		6				7		3

		4	1		2	8		
2				7				6
	9		7		5		3	
		3				7		
	5		9		4		6	
7				9				1
		5	6		3	2		

				8				
7								5
	2		1	4	6		8	
		6				8		
1		5		3		2		9
		8				5		
	6		9	5	3		4	
9								7
				2				

Immer für Sie da! Ihre Johanniter in Aachen.

Leben im Alter – umsorgt und selbstständig:
Mit Service und Pflege stehen wir Ihnen im Alltag zur Seite.

Menüservice, Hausnotruf und Ambulante Pflege
erleichtern das Leben zu Hause.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf:

Servicetelefon 0800 8811220 (gebührenfrei für Sie)

oder 0241 91838-0

info.aachen@johanniter.de

www.johanniter.de/aachen

Unverbindliche
Beratung!

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



Pippes, der Zaunkönig: Laubbläser

Der Herbst beginnt für manche Menschen nicht am 20. September oder dann, wenn Morgennebel wabern, sondern an dem Tag, an dem die ersten Blätter von den Bäumen fallen. Die Zeit des Rasenmähens ist dann vorbei – es beginnt die Zeit der Laubbläser.



möglichst große Rasenfläche an. Das sieht gut aus und ist pflegeleicht“.

„Mal ehrlich“, sagte ich nach einer Pause, während Pippes mich herausfordernd ansah, „im Grunde genommen bist du doch nur verärgert darüber, dass dein Nahrungsangebot verringert wird, wenn die Blätter verschwinden, weil ihr Vögel darunter immer reiche Beute findet, selbst im Winter!“ „Nahrung, gutes Stichwort“, rief Pippes, „habe Hunger, muss was fressen“, und verschwand für eine Weile im Efeu.

Natürlich hatte Pippes recht bei dem, was er sagte, dachte ich bei mir. Eigentlich hat die Natur es gut eingerichtet, dass das Laub im Herbst zu Boden fällt, dort vermodert und die Erde mit Nährstoffen anreichert. Da die Menschen aber in ihren Gärten kein Interesse mehr an einem gesunden Boden haben, entsorgen sie das Laub einfach. Kein Wunder, dass sie deshalb auch kein Interesse mehr an großen Bäumen in den Gärten haben. Denn: je größer der Baum – desto mehr Blätter – desto mehr Arbeit! Was für ein Glück, dass die Bäume in den Gärten ringsum so hoch und alt sind, dass sie wegen der Baumschutzsatzung nicht gefällt werden dürfen. So können die Vögel sich dorthin zurückziehen und ich kann mich an ihrem Anblick erfreuen, wenn ich hier im Garten sitze und sie betrachte.

„Ihr Menschen und euer Rasen“, meinte Pippes, als er wenig später noch einmal bei mir vorbeischaute, „es ist doch wirklich verrückt, was ihr da anstellt. Ist der Rasen fertig, dann sprüht ihr Chemikalien drauf und bei Trockenheit Unmengen von Wasser, damit er ja schön grün bleibt. Und weil ihr zu faul seid, den Rasen selber zu mähen, schafft ihr euch einen Robotermäher an, der diese Arbeit für euch verrichtet, während ihr faul auf der Terrasse in der Sonne liegt, wie dein komischer Nachbar drei Häuser weiter in seinem Kunstgarten zum Beispiel. Was seid ihr Menschen doch für sonderbare Wesen!“

Endlich wieder etwas, über das sich mein Freund Pippes, der Zaunkönig, so richtig aufregen konnte. Von dem Grundstück, das sich drei Häuser weiter befindet, ertönte schon seit einer halben Stunde das infernalische Geräusch eines Laubsaugers. Pippes schwirrte herbei und ließ sich direkt neben mir auf der Lehne der Gartenbank nieder. Nur so hatte er die Gewissheit, dass ich ihn trotz des Lärms hören konnte.

„Unglaublich“, schrie er, „was dieser Mensch dort veranstaltet! Das ist in höchstem Maße Umweltverschmutzung durch Lärm!“ – „Da hast du zu 100% recht“, pflichtete ich ihm bei.“ – „Und was der da macht, ist außerdem eine schlimme Form von Umweltzerstörung“, fuhr Pippes fort, „egal, ob er das Laub aufsaugt oder zusammenbläst. In jedem Fall nimmt er es aus der Natur und verhindert, dass es auf dem Boden bleibt.“ „Das ist aber Sinn der Übung“, meinte ich gelassen, „wenn das Laub nämlich dort liegen bleibt, vermodert es und beschädigt den schönen Rasen.“ – „Den schönen Rasen, den schönen Rasen“, echote Pippes, „weißt du eigentlich, dass Rasen anzulegen nichts anderes ist als eine schlimme Form von Bodenmissbrauch?“ – „Ja, ich weiß“, erwiderte ich, „Bodennutzung in Form von Gemüsebeeten, Blumenrabatten und Beerensträuchern ist dir lieber. Aber die meisten Menschen haben heutzutage keine Lust mehr auf Gartenarbeit. Sie legen einfach eine



Schon war er weg und ließ mich einmal mehr nachdenklich zurück. Ich hatte neu-lich im Baumarkt solche Geräte gesehen. Ihr Preis? Rund 1.000 Euro. Was muss es den Menschen bei uns doch gut gehen, dachte ich bei mir, dass sie sich einen solchen Luxus leisten können.

Text, Fotos & Zeichnung:
Josef Stiel



Haben Sie Fragen zur Bestattung, Grabwahl, Grabgestaltung oder Grabpflege?



**blumen-
nicolaye**
Überprüfter Fachbetrieb Friedhofsgärtnerei

Ich stehe Ihnen gerne zur Beantwortung Ihrer Fragen zur Verfügung.

**Rufen Sie mich unverbindlich an unter:
0241 / 720 46**

**Mit freundlichen Grüßen
Ihr Dieter Neundorf**



Nachricht von Mama

Die Nacht vom 21. auf den 22.12., nachdem abends meine Mama ihre Augen für immer geschlossen hatte, war dementsprechend schlimm. Ein wenig Ruhe bekam ich durch die starken Beruhigungstropfen, die mein Arzt mir verschrieben hatte.

Geweckt wurde ich durch das Klingeln des Telefons im Nebenzimmer. Ich sah, dass Gideon schon aufgestanden war und nahm den Duft vom Kaffee wahr, der schon für uns durchlief. Sofort spürte ich wieder den Schmerz in meiner Brust und dann wusste ich wieder, was geschehen war.

Mir wurde klar, dass der Anruf von meinem Bruder kam, der, wie vereinbart, heute Morgen mit mir alles Nötige in die Wege leiten wollte. Ich wusste auch, dass Gideon abgehoben hatte und ich später zurückrufen konnte. Ich rutschte also widerwillig Richtung Fußende, um aus dem Bett zu steigen. Und als ich meine Füße auf den Teppich setzte, lag da etwas auf dem Boden, direkt vor meinem Bett, das ich ohne Brille nicht identifizieren konnte. Ein großer gelb-brauner Stein oder irgendeine Hinterlassenschaft von Lucy, ich griff danach und ließ es sofort wieder los. Ich holte meine Brille und erkannte dann, dass es eine Kartoffel war. Aber keine normale Kartoffel, deshalb legte ich sie auch, so schnell es ging, wieder aus der Hand und auf's Regal.



Sie war fast faustgroß und hatte eine herzähnliche Form. Sie war mittig senkrecht gespalten und die beiden Hälften waren mit mehreren Zahnstochern gespickt und dadurch zusammengehalten. Zusätzlich war sie mit einer Sisalkordel mehrmals umwickelt und verknotet.

Alle möglichen Gedanken gingen blitzschnell durch meinen Kopf, angefangen bei einem kleinen wertvollen Geschenk für

mich in origineller Verpackung über einen Giftanschlag auf Lucy, unseren Hund, bis hin zu einer hinterlassenen Nachricht von einem Einbrecher. Ich ging runter in die Küche und fragte Gideon, was er sich denn ausgerechnet heute für einen Scherz erlaubt habe. Er wusste nicht, wovon ich sprach.

Dann bat ich ihn, mit mir ins Schlafzimmer hochzugehen und sich die Kartoffel anzusehen. Er war ein wenig genervt und glaubte erst einmal, meine Beschreibung hätte mit den Nachwirkungen der Beruhigungstropfen zu tun.

Aber er setzte sich mit mir auf das Bettende und nahm die Kartoffel in die Hände. Vorsichtig schob er die Kordel von der Mitte weg und nahm die beiden Hälften, die noch lose durch die Zahnstocherspitzen verbunden waren, ein wenig auseinander. Sie war noch absolut frisch und in der Form eines leichten Blitzes durchschnitten, was mit einem Messer nicht so leicht möglich ist. Sie war kalt und glatt und ohne jeglichen Dreck oder Nässe aus dem Garten, obwohl es draußen nass war.

„Bestimmt eine Nachricht deiner Mutter“, sagte er mit einem Augenzwinkern. Ausgerechnet er, der an solche Sachen überhaupt nicht glaubt, der schon den Kopf schüttelt, wenn ich von der Wirkung meiner Bachblüten schwärme.

Mir stand wirklich nicht der Sinn nach seinen Scherzen und so haben wir alles getan, um eine Lösung zu finden, was uns aber nicht gelang.

Vormittags im Beerdigungsinstitut erzählte ich meinem Bruder und meiner Schwägerin von dem seltsamen Fund, erntete jedoch nur ein mitleidiges Grinsen. Trotz all der Entscheidungen, die getroffen werden mussten, die Frage nach der Herkunft der Kartoffel ging mir nicht aus dem Kopf.

Allmählich fragte ich in der Zwiesprache mit meiner Mama immer öfter, ob sie mir denn nicht sagen könne, was es mit der Kartoffel auf sich hat, wie die ins Haus gekommen sei oder ob sie vielleicht sogar von ihr wäre und sie mir damit etwas sagen wolle. Und dann habe ich mich immer wieder gefragt, warum ich denn so dumm bin,

und es nicht verstehe. Mittlerweile nahm ich es als Tatsache hin, dass es eine Nachricht von ihr war. Hilf mir doch bitte auf die Sprünge, bat ich sie. Und so dauerte es von Donnerstagmorgen bis zum Heiligen Abend, bis meine Bitte erhört wurde.

Ich stand morgens vor dem Waschbecken beim Zähneputzen und meine Gedanken wanderten, ich weiß nicht, wodurch ausgelöst, in die Zeit des Landjahres meiner Mutter nach Pommern. Ich sah alte Fotos vor meinen Augen, sah sie auf dem Ackergaul sitzend in ihren kurzen Shorts mit der ärmellosen Hemdbluse und dem geknoteten roten Tuch in den Locken. Sie lachte herrlich und neben dem Pferd stand Walter und hielt die Zügel.

Und da durchfuhr mich ein Blitz vom Kopf bis in die Zehenspitzen, ich bekam am ganzen Körper Gänsehaut und es war klar!

So eindeutig, so sicher, ich wusste, dass ich es jetzt wusste, sie hat es mir so klar mitgeteilt, was ich wissen wollte, und ich lief sofort die Treppe hinunter zu Gideon, um ihm lauthals und freudestrahlend die Lösung zu präsentieren.

Was heißt Kartoffel auf französisch, fragte ich ihn, wie nennt man Fritten ... Pomme de Terre, Pommes ... Pommern!

Das war es! Es stand und steht für mich felsenfest fest, dass meine Mama mir damit sagen wollte, dass sie wieder in ihrem geliebten Pommern und mit ihrem geliebten Walter vereint ist. Wie anders hätte sie mir das mitteilen können, ohne zu sprechen oder zu schreiben?

Ihre Idee war einfach genial, nur ich brauchte noch einen Anschub von ihr, um es zu verstehen. Das alte Zeichen für die vereinten Liebenden, das gebrochene und wieder zusammengefügte Herz, zusammengespickt und auf ewig noch verbunden mit einer Kordel und fest verknotet. Ich war und bin fest überzeugt, dass es ihr gutgeht.

Selbst mein Gideon konnte keine Einwände vorbringen und ich merkte, dass selbst er von dieser Art der Nachricht ergriffen war.

Allein mein Bruder, den ich kurz darauf anrief, um ihm meine „Eingebung“ mitzuteilen, rang sich nur ein „Aha“ ab. Aber ich weiß, dass er solche Gedanken einfach nicht zulassen kann.

* * *

Am Dienstag dann stand um 10 Uhr die Trauerfeier an. Es war die kleine Trauerhalle am Friedhof Hüls. Die Rede des Pastors war so schön, obwohl er Mutter gar nicht kannte und er nur telefonisch einen kurzen Lebenslauf durch meinem Bruder bekam.



Nachdem nun auch das Kaffeetrinken vorbei war, hatten wir vier noch vereinbart, die Blumen im Institut wieder abzuholen, abgesehen von unserem Gesteck auf dem Sarg und einem Gesteck aus Pommern, waren es noch 35 weiße Rosen, von denen jeder, der von Mama Abschied nahm, eine auf den Sarg legte.

Wir fuhren in die Niederlande zu der Abtei Rolduc, dort steht auf einer Wiese vor den Feldern ein kleines Häuschen mit einer Madonna, und dort werden oft Blumen niedergelegt.

So gingen wir also zu Fuß mit allen Blumen wie eine kleine Prozession den Trampelpfad lang bis zu der Madonna von Rolduc, bei der wir alle Blumen niederlegten.

Auf einmal sagte mein Bruder: „Da vorne sitzen die beiden Gänse von eben wieder“,

und Gideon bestätigte das kräftig. Meine Schwägerin und ich schauten uns an und fragten die beiden, was sie jetzt wohl für einen Scherz machen. Darauf bestätigten beide, dass sie ein Nilgänsepaar gesehen hätten, das direkt vor der Trauerhalle auf einem schmalen Stück Wiese saß, als wir in die Halle gingen. Wir Frauen hatten die Vögel dort nicht bemerkt, es waren mehr liebe Freunde als erwartet gekommen, um sich von Mutter zu verabschieden und wir haben natürlich jeden begrüßt.

Aber nun sahen wir sie, etwa 15 bis 20 Meter von uns entfernt im Acker, fressend und uns beobachtend.



Das Gesicht meines Bruders zu sehen, plötzlich kreideweiß und mit Tränen in den Augen, der sich jetzt laut fragte, ob das wohl dieselben seien, wie vorhin - und ich konnte nicht anders, als ihm zu sagen, dass Mama und Walter sich wohl nichts entgehen lassen würden.

Denn unsere Mutter hat immer über alles die Kontrolle behalten wollen.

Wenn sie bei uns im Auto saß, sagte sie, wo wir langfahren müssen, und wenn wir in Urlaub fuhren, hatte sie schon vorab in einem uralten ADAC-Straßenatlas die Strecke ausgekundschaftet – so war unsere Mama nun mal, heute schmunzeln wir darüber, und ich bin mir sicher, dass es auch mit ihrem Durchsetzungsvermögen zu tun hat, dass sie uns ihre Mitteilungen zukommen lassen kann.

* * *

Es war in Reil an der Mosel und wir wollten uns über Silvester eine Woche lang eine

Auszeit nehmen. Das Wetter war grauenvoll, zugezogen, regnerisch und eiskalt, und wir kamen aus Zell vom Mittagessen und fuhren nur eben auf den Camperparkplatz, damit Lucy mal ein paar Meter laufen konnte.

Keine Menschen waren auf den Straßen zu sehen und auch kein einziger Vogel, und da standen sie – ein Nilgänsepaar. Eine Wolke hatte sich zur Seite geschoben und ließ die Sonne durch. Es gab auf der Wiese eine scharfe Abgrenzung zwischen Sonne und Schatten, eine der beiden Nilgänse stand im gleißenden Sonnenlicht und der Partner direkt daneben dunkel im Schatten.

Sie sahen uns, machten aber, als wir näher kamen, keinerlei Anstalten wegzufiegen.

Ich rief meinen Bruder an und fragte ihn: „Was glaubst du wohl, wer hier ist? Mama und Walter sind auch an der Mosel.“ Er konnte sich ein Lachen nicht verkneifen und sagte dann nur: „Ist ja irre.“

Nach Nilgänsepaaren halte ich noch immer Ausschau.

Bis wir uns wiedersehen in ewiger Liebe an meine Mama.

Text und Fotos:

Anne Naumann



laos-IT Lambert Ostendorf

PC - Hilfe und Schulung

Probleme mit dem Computer, unklare Fehlermeldungen?

Fragen zu Programmen, Computer und Internet?



Sie möchten

- konkrete, kompetente Hilfe zu Hause.
- an Ihrem eigenen PC lernen.
- in Ihrem eigenen Tempo üben.

Ich komme zu Ihnen

Nur eine einfache Frage oder ein zweifelhafter Updatehinweis?
Ich komme auch für Kleinigkeiten.

Kurzeinweisung oder komplette Schulung.
Sie lernen nur, was Sie wirklich interessiert.

Rufen Sie mich an:

0241 / 56 52 03 16 oder 0157 / 76 83 38 52

www.laos-it.de

Der Wenkterdag es kooet än kot.
Mer maacht Jedecks us Jres än Leäm.
Der Offend brennt än wärmt ouch jot.
Mer stoucht, än blivt et leivste heäm.

Jemütlich es de Kamer iesch
Wenn Stormwenk brust,
der Daachstouhl kraacht.
Än wenn et Kengche ejjen Fiesch
Zwei Füüßjere maacht än moollig laacht.

De Lamp steät open Dösch än brennt.
Wat rüücht sue söß noe fresche Deäg?
Weä deä Jeroch va Kenk a kennt,
Dömm weät et Hatz ganz wärm än weäch.

Ich weiß, wenn heäm des ovvends noch
Jebacke wooet 'ne Kallemoll,
Da woer bej os van deä Jeroch
De Kamer wie e Backes voll.

'ne jrueße Appel, rif än ronk,
Met Deäg drömm än met Zocker dren,
Doe oeße für os dran jesonk,
Dat woer noe osse Kengersen.

Än hüi noch, sönd de Äppel rif,
Söck ich der deckste mich eruus,
Än back, bes dat der Deäg es stif,
'ne schöne Kallemoll doruus.

Der Kallemoll (Apfel in Teigmantel gebacken) Jupp Ortmanns



Der Werktag ist kalt und kurz.
Man macht Heizschlamm aus
Kohlengries und Lehm.
Der Ofen brennt und wärmt auch gut.
Man heizt, und bleibt am liebsten zu Hause.

Gemütlich ist das Zimmer erst
Wenn Sturmwind braust, der Dachstuhl kracht.
Und wenn das Kindchen in der Windel
Zwei Fäustchen macht und wohlig lacht.

Die Lampe steht auf dem Tisch und brennt.
Was riecht so süß nach frischem Teig?
Wer den Geruch von Kind an kennt,
Dem wird das Herz ganz warm und weich.

Ich weiß, wenn zu Haus abends noch
Gebacken wurde ein Apfel im Teig,
Dann war bei uns von dem Geruch
Das Zimmer wie eine Backstube voll.

Ein großer Apfel, reif und rund,
Mit Teig darum und mit Zucker drin,
Dann aßen wir uns daran gesund,
Das war nach unserm Kindersinn.

Und heut noch, sind die Äpfel reif,
Such ich den dicksten mir heraus,
Und backe, bis der Teig ist steif,
'nen schönen Apfel im Teigmantel daraus.

De Welt, dat es en Schnüffjensdues,
Met Schnüffje för di Leäve,
Ov nun dat Naslauch kleng of jrueß,
Du kriß jät dren jereäve.

Me hört: Dä, Fröndschaft, schnuff dich dat!
Än jet dich jät ze rüüche,
Weä dat en singe Jevvel hat,
Döm es et för ze krische.

Ding Nas es voll van all deä Roß,
Du mengs, du müüets verstecke,
Da könt wier enge: „Sag, du moß
Ens hei die Zooet versöcke.“

Du säß: et steäht mich at bes hei!
Dat weit dich jenge jlöive,
Me stoppt dich noch en Zooet derbei,
Die soutsde ouch noch pröive.

Dat hält de stärkste Nas net uus,
Der Duet, deä könt jeschleiche,
Heä lockt dich nohjen Pooetz eruus,
Deät ejjen Eäd dich steiche.

Än haß du ouch et Schnüffje satt,
Du kriß noch för et Leiste
E Schöpche Dreck: Dä, schnuff dich dat!
Nun kanns de dich ens reiste.

Schnüffje (Schnupftabak) Heinz Goergen



Bild: Michael Bührke/pixelio.de

Die Welt ist eine Schnupftabakdose,
Mit Schnupftabak für dein Leben,
Ob nun das Nasenloch klein oder groß
Du bekommst etwas hinein gerieben.

Man hört: Da, Freundschaft, schnupf dir das!
Und gibt dir was zu riechen,
Wer das in seinem „Giebel“ hat,
Dem ist es zum Weinen.

Deine Nase ist voll von all dem Ruß,
Du meinst, du müsstest ersticken,
Dann kommt wieder einer: „Sag, du musst
Mal hier die Sorte versuchen.“

Du sagst: es steht mir schon bis hier!
Das will dir niemand glauben,
Man stopft dir noch eine Sorte dazu,
Die sollst du auch noch prüfen.

Das hält die stärkste Nase nicht aus,
Der Tod, der kommt geschlichen,
Er lockt dich zum Tor heraus,
Tut in die Erde dich stecken.

Und hast du auch das Schnupfen satt,
Du bekommst doch noch zuletzt
Ein Schäufelchen Dreck: Da, schnupf dir das!
Nun kannst du dich mal ausruhn.

Übersetzungen von:
Richard Wollgarten
Öcher Platt e.V.



Schönheitsschlaf

„Gebt den Menschen mehr Schlaf – und sie werden wacher sein, wenn sie wach sind.“ Dieser weise Ausspruch stammt nicht etwa von meinem Mann, nein, das hat einmal Kurt Tucholsky gesagt.

djd/Biolectra Magnesium/imagesource



Der Mann hat Ahnung, denke ich und bringe energisch meinen Radiowecker zum Schweigen. Erst gestern habe ich gelesen, dass zu wenig Schlaf uns vorzeitig altern lässt, und da ich das auf jeden Fall vermeiden möchte, ziehe ich mir noch einmal die Bettdecke über die Ohren. Neben mir schläft mein Mann noch tief und fest. Einen Moment lausche ich seinen gleichmäßigen Atemzügen.

Der Mensch durchlebt in der Nacht drei Schlafphasen. Das habe ich auch gelesen. Die erste Phase ist die Einschlafphase, dann kommt die Tiefschlafphase und schließlich die Aufwachphase, in der ich mich gerade befinde.

Ich muss allerdings zugeben, dass ich mir die Einschlafphase meistens spare, ich beginne gleich mit der Tiefschlafphase, kurz gesagt: Ich falle gleich ins Schlaf-Koma ...

„Wir müssen aufstehen ...“ Mein Mann sitzt müde auf der Bettkante und reibt sich verschlafen die Augen.

„Zu wenig Schlaf lässt die Haut vorzeitig altern, und man bekommt Pickel“, sage ich, während Gabi im Radio zum Frühsport aufruft. Dynamisch fordert sie ihre Hörer auf, die Arme in die Luft zu strecken und die Hüften im Takt der Musik kreisen zu lassen. Meine Hüften weigern sich konsequent zu kreisen, und als ich vorsichtig den rechten Arm in die Luft reckte, bekomme ich prompt einen Krampf in der Schulter.

Fluchend schlurfe ich in die Küche, während Gabi munter weiterplappert. „Jetzt

spreizen wir die Beine und rollen den Ball von der rechten in die linke Hand.“ Vorsichtig hebe ich ein Bein und halte mich, um nicht das Gleichgewicht zu verlieren, an der Kühltür fest.

Lächelnd kommt mein Gatte in die Küche und macht sich an der Kaffeemaschine zu schaffen.

Ich stelle genervt das Radio ab. Gabi verstummt augenblicklich, während ich mich zu meinem Mann an den Tisch setze. „Wir sollten früher zu Bett gehen. Amerikanische Wissenschaftler haben herausgefunden, dass Menschen, die nicht ausreichend schlafen, ein Doppelkinn und Speckrollen bekommen. Gerade Männer sind sehr gefährdet.“

Mein Gatte sieht mich ungläubig an und streicht Honig auf sein Brötchen.

„Und was bekommen Frauen, wenn sie nicht genug schlafen?“, fragt er kauend. Ich zucke mit der schmerzenden Schulter und überlege einen Augenblick. „Das wurde vermutlich nicht untersucht. Aber bei uns Frauen verzögert sich die Hautalterung, wenn wir lange genug schlafen.“

Ich habe noch keine Lust aufs Frühstück, gehe ins Bad und sehe kritisch in den Spiegel.

Tiefe Schlafältchen ziehen sich von meinem rechten Ohr quer über das Gesicht. Richtige Runzeln hat mein Kopfkissen in meine Haut gegraben. Hoffentlich ist meine Hautalterung nicht schon so weit fortgeschritten, dass sie bleibende Schäden hinterlassen hat, denke ich, während ich mir die Zähne putze.

Die kleinen Fältchen an meinen Augen, die mein Gatte immer liebevoll als Lachfältchen bezeichnet, sind in Wirklichkeit ein ernstzunehmendes Warnsignal.

Aufmerksam betrachte ich mein Spiegelbild. Noch hat meine Haut nicht viel von ihrer Spannkraft verloren. Aber ich bin sicher, das kann sich schnell ändern.

Gähmend sehe ich auf die Uhr. Eigentlich noch zu früh, um den Tag zu beginnen.

Leise schleiche ich zurück ins Schlafzimmer. Ich muss dringend etwas gegen die fortschreitende Hautalterung tun ...



Helga Licher



*Freuen Sie sich
unser Gast zu sein*



Viele gute Gründe für Ihren Besuch in der Tagespflege:

- Nicht mehr alleine zu Hause sein
- Aufbau und Pflege von sozialen Kontakten
- Sich geborgen und gebraucht fühlen
- Keine Langeweile
- Gemeinsame Aktivitäten wie Backen, Ausflüge, kreatives Gestalten u.v.m.
- Täglich wechselndes Mittagessen in netter Gesellschaft
- Förderung vorhandener Fähigkeiten

*Am Tag in geborgener Gesellschaft
abends wieder zu Hause*

Gute Gründe für Ihre Angehörigen:

- Professionelle Tagesbetreuung
- Angehörige können erwerbstätig bleiben
- Schaffung eigener Freiräume z. B. zur Erledigung von Einkäufen, Arztterminen oder um Kraft zu sammeln während der eigenen Freizeitgestaltung

Öffnungszeiten

Mo - Fr 8:30 Uhr - 16:30 Uhr

Beratungs- und Besichtigungstermine nach Vereinbarung

TAGESPFLEGE EILENDORF AM MARKT
Von-Coels-Str. 256 · 52080 Aachen
Tel. 0241 / 92 888 888
www.eilendorf-am-markt.de
info@eilendorf-am-markt.de

Ausdehnungs- begriff	▼	Wendung um 360 Grad	Briefver- sand per Computer	Jahr- markts- künstler	▼	▼	Renn- bahn
franz.: Straße	▶	▼	▼	Halbton über a	▶		
bibl. Ort	▶						Zitrus- frucht
Gebirge auf Kreta	▶			Abk.: Konto	▶		▼
musik. Verzie- rung	▶						
▶				Kehre im Kunst- fliegen		spa- nisch: Freund	
engl.: fühlen	Skelett		Fisch- fett chem. Reak- tionsstoff	▶	▼		
indischer geist- licher Lehrer	▶	▼	▼		Zeichen für Magne- sium	▶	
Tat- kraft	▶						
▶					vorder- asiat. Staat		Vor- gebirge, Land- spitze
innerer Körper- teil		elektr. Schalt- ein- richtung		Abk.: Internat. Olymp. Komitee	▶		▼
Sport- sprache: eng. nah	▶	▼				Pas- sions- spielort in Tirol	
internat. Schrift- stellerver- einigung	▶			Republik (Abk.) griech. Meernympha	▶	▼	
▶							Flachs
amerik. Satellit	Schwanz- wurzel von Vögeln		nicht dunkel	▶			▼
die Heilige Schrift	▶	▼				Strom in Süd- amerika	
▶			Haupt- stadt in Nord- afrika		griech. Buch- stabe	▶	
Ver- kehrs- mittel (Kurzsw.)		chemi- sches Element, Metall	▶				
▶					mobiles Einsatz- komman- do (Abk.)		Abk.: pharmaz- techn. Assistent
zer- knittert		Abk.: Montag		engl.: Land- karte, Stadtplan	▶		▼
außer- ordent- lich	▶	▼					
Lotterie- schein	▶			Schlange im Roman „Das Dschun- gelbuch“	▶		

russ. Wind- hund	▼	einge- zäunte Fläche	▼	franz. Maler (1869- 1954)	▼	Busch- messer	▼
vorge- schicht- lich. Ab- schnitt		Back- stein- fabrik		Abk.: Ama- teur Foot- ball Asso- ciation	▶		
▶		▼				Kfz.-Z. Nieder- lande	
engl. Anrede und Titel	▶			Abk.: Inhaber	▶	▼	
Maß für d. spezif. Most- gewicht	▶						
▶				Fahr- stuhl		Elbe- Zufluss	
ugs.: in Hoch- stimmung (engl.)	Patro- nin der Berg- leute		Trauben- ernte	▶	▼		
Schwer- metall	▶				Walliser Käse- speise		Wortteil für extrem
Umlaut	▶		weibl. Mensch	▶	▼		▼
▶			Getreide- halme	▼			
▶							
geschlif- fenes Glas		franz. Männer- name (Peter)		engl.: mittel- europ. Zei (Abk.)	▶		
Früh- lings- monat	▶	▼				ältester Sohn Noahs (A. T.)	
brasil. Hafen- stadt (Kurzsw.)	▶			Weltraum- organisation Wurzelstock der Pflanzen	▶	▼	
▶							Gas- gemisch der Erde
Spur	Brache		Doku- menten- format (EDV)	▶			▼
zügel- loses Gelage	▶	▼				Ur- sprung eines Flusses	
▶			Unrat, Schmutz		Abk.: Qualitäts- faktor	▶	
Wind- schatten- seite		ameri- kanischer Krapfen	▶				
▶					Hirn- strom- bild (Abk.)		Abk.: Anmel- dung
Gefahr- ren- signal		Auer- ochse		israeli- tischer König (A. T.)	▶		▼
ver- sonnenes Saugen	▶	▼					
Abk.: Deutsches Rotes Kreuz	▶			Abk.: Ge- meinde	▶		

Feuer und Flamme

Ein Blitz schlägt krachend in einen Baum ein, der augenblicklich anfängt zu brennen. Eine Gruppe neugieriger Urzeitmenschen kommt heran, holt einen brennenden Ast und passt auf, dass die Flammen nicht verlöschen. So oder ähnlich stellen wir es uns vor, wie die frühen Menschen in den Besitz des Feuers kamen. Wie auch immer sich das damals zugetragen hat, Feuer war für die Entwicklung des Menschen von größter Bedeutung und spielt für uns heute immer noch eine wichtige Rolle.

Der praktische Nutzen als Lichtquelle, zum Kochen, zur Abschreckung wilder Tiere, als Waffe, zum Brennen von Keramik, zur Metallgewinnung oder zur Energieerzeugung ist dabei genauso wichtig wie die Rolle des Feuers in Mythen und Religionen. Geschichten am Lagerfeuer sind ein kultureller Grundstein früherer Generationen und auch in der Zeit der elektronischen Kaminfeuer und künstlichen LED-Teelichter schätzen viele die Wärme und das Knistern einer echten Flamme, zum Beispiel einer brennenden Kerze.

Etwas Chemie: Was passiert beim Anzünden einer Kerze?

Um die erste Kerze am Adventskranz anzumachen, brauchen wir zunächst ein Streichholz. Damit es sich entzünden kann, ist ein wenig Chemie notwendig: In der Chemikalienmischung im Kopf eines Sicherheitsstreichholzes ist das starke Oxidationsmittel Kaliumchlorat enthalten. Die Reibfläche auf der Streichholzpackung besteht aus einer Mischung von rotem Phosphor und Glaspulver. Streicht man nun mit dem Streichholzkopf über die Reibfläche, bleiben Spuren des Phosphors daran hängen. Da Kaliumchlorat und Phosphor zusammen hochexplosiv sind, geht der Streichholzkopf in Flammen auf.

Wenn man das Streichholz an den Docht der Kerze hält, erwärmt sich das Wachs. Es wird flüssig und verdampft. Was anfängt zu brennen, ist nicht der Docht (der würde schnell verlöschen ohne Wachs), sondern der Wachsdampf. Der Baumwollfaden saugt das durch die Wärme der Flamme



verflüssigte Kerzenwachs auf und transportiert es nach oben. Das erkennt man an der Bewegung von kleinen Rußpartikeln im flüssigen Wachs. An der Dochtspitze verdampft es dann durch die Hitze und verbrennt mit dem Luftsauerstoff.

Eine Kerzenflamme ist nicht überall gleich heiß. Ganz unten in der blauen Zone verdampft das Wachs bei ca. 800 °C und verbrennt nur teilweise. In dem großen, hell leuchtenden Bereich darüber ist es ca. 1.200 °C heiß. Bei der Verbrennung entstehen glühende Rußteilchen, die leuchten und dadurch Helligkeit erzeugen. Der heißeste Teil einer Kerze mit 1.400 °C ist die Oberfläche des Flammenkegels. Hier ist der Kontakt mit dem Luftsauerstoff am größten und alle Bestandteile des Wachses verbrennen.

Etwas Psychologie: Warum starren wir gerne ins Feuer?

Für die Wissenschaft ist nicht nur die chemische Seite des Feuers interessant, sondern auch die Wirkung auf Psyche und Organismus. Genau damit haben sich verschiedene amerikanische Forschungsinstitute beschäftigt. Daniel Fessler, Anthropologe der Universität Kalifornien, kam zu dem Ergebnis, dass die Faszination am Feuer damit zusammenhängt, wie gut man es beherrscht. In Kulturen, wo Kinder schon früh den ständigen Umgang mit Feuer lernen, seien sie als Erwachsene nur wenig fasziniert davon. In unserer westlichen Welt, wo Kinder meist nur wenig in Kontakt mit Feuer kommen, überwiege die Faszination, da das Feuer auch im Erwachsenenalter nicht vollständig beherrscht wird.

Der Anthropologe Christopher Lynn von der Universität Alabama machte eine Studie mit

Leuten, die ein Feuer auf dem Bildschirm beobachteten. Hörten sie dazu auch das Knistern des Feuers, erniedrigte sich ihr Blutdruck. Die Forscher vermuten deshalb, dass Feuer Entspannung stimuliert als Teil einer multisensorischen, vereinnahmenden sozialen Erfahrung: Multisensorisch, da ein echtes Feuer alle Sinne vom Sehen bis zum Fühlen anspricht. Soziale Erfahrung, da schon die frühen Menschen den Gemeinschaftsaspekt, die Sicherheit und Wärme eines Lagerfeuers schätzten. Das könnte unseren Körper bis heute beeinflussen.

Prasselndes Kaminfeuer, ein Vollbad im Kerzenschein oder eine heiße Tasse Tee am Adventskranz – das gibt uns in dieser nasskalten Jahreszeit ein Gefühl von Ruhe und Geborgenheit. Nutzen wir das warme Licht des Feuers, um in der Zeit vor Weihnachten intensiver zu entspannen und Gemeinschaft zu erleben.

Dr. Christine M. Hendriks

Chemikerin



Wohlfühlen (wie) zuhause



KOMPETENTE HILFE BEI PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT & DEMENZ:

- Häusliche Alten- und Krankenpflege durch kleine Pflegeteams
- Ganztägige Betreuung im Tagespflegehaus
- Anerkannter häuslicher Betreuungs- und Entlastungsdienst für Familien mit demenzerkrankten Angehörigen
- Beratungsbesuche für Pflegegeldempfänger nach § 37 SGB XI
- 24-Std.-Betreuung in Pflege-Wohngemeinschaften

weitere Informationen:

Tel.: 0241 – 510 530-0

www.fauna-aachen.de



Blick von der polnischen Seite

Stippvisite im Ostzipfel

Görlitz ist Europastadt im Dreiländereck von Deutschland, Polen und Tschechien – und eine von vier Zülfelstädten.

Aachen ist mit etwa 250.000 Einwohnern die westlichste Großstadt in Deutschland und wird nicht nur von Kabarettist Wendelin Haverkamp gerne liebevoll als „Westzipfel“ bezeichnet. Der eigentliche geographische westlichste Zipfel von Deutschland aber ist selbstverständlich im Selfkant. Und er findet einmal quer durch die Republik sein östliches Pendant in Görlitz.

Für begeisterte Städtereisende gibt es den „Zipfelpass“: Wer an einem der vier deutschen Städte des sogenannten Zipfelbundes im Seldkant, in Görlitz, in List auf der Nordseeinsel Sylt und in Oberstdorf übernachtet hat, bekommt einen Stempel. In der Görlitz-Information am Marktplatz ist die offizielle Stempelstelle, zu der immer mehr Zipfelbesucher pilgern.



Hallenhäuser

Nicht zuletzt solch witzige Aktionen machen die sehenswerte Stadt bekannt. Die Regel lautet, wer mindestens eine Nacht in dem Zipfelort übernachtet, erhält den entsprechenden Stempel in den Zipfelpass. Wer von den Stampelsammlern innerhalb von vier Jahren den südlichsten, östlichsten, westlichsten und nördlichsten Punkt Deutschlands besucht hat, bekommt von



Neptunbrunnen

den jeweiligen Orten ein kleines Zipfelpräsent. In alle Himmelsrichtungen von Deutschlands so weit wie möglich zu reisen – das ist einfach eine schöne Idee.



Turm

Postplatz

Wer zum ersten Mal nach Görlitz kommt, ist überrascht und beeindruckt von der architektonischen Vielfalt. 4.000 größtenteils aufwendig sanierte Einzeldenkmale aus Gotik, Renaissance, Barock, Jugendstil und Gründerzeit, prächtige Zeugnisse aus mehr als 500 Jahren europäischer Baugeschichte prägen die Stadt. Ein anonymen Gönner der Stadt hat von 1995 bis 2016 jährlich eine Million DM beziehungsweise eine halbe Million Euro gespendet. Mit diesem wahr gewordenen Märchen von der Altstadtmillion hat er die Instandsetzung und den Wiederaufbau vieler unserer Kulturschätze möglich gemacht.

Mit den als UNESCO-Weltkulturerbe vorgeschlagenen, einzigartigen Hallenhäusern, der mediterranen Stimmung und der reizvollen Lage im deutsch-tschechisch-polnischen Dreiländereck ist die Stadt unverwechselbar. Und sie bietet so viel mehr, als man an einem oder zwei Tagen erleben kann. Nicht zuletzt schätzen das auch die amerikanischen Filmemacher, weshalb die Stadt auch als „Görliwood“ bekannt ist und immer wieder

Die neue Ausgabe in der StädteRegion Aachen und im Kreis Düren erscheint Anfang 2018!



Stellen Sie
Ihre Einrichtung oder
Firma zu günstigen
Konditionen
darin vor!

Bitte kontaktieren
Sie uns unter:
0241 / 990 78 70
oder

info@pflege-ac.de
info@pflege-dn.de



**www.pflege-ac.de und
www.pflege-dn.de sind online!**



Obermarkt

als Drehort für Hollywood-Produktionen genutzt wird.

Seit der Erweiterung der Europäischen Union im Jahre 2004 ist die Stadt in die Mitte des Kontinents gerückt. Gemeinsam mit Zgorzelec, dem auf der östlichen Seite der Neiße gelegenen polnischen Stadtteil, hat sich Görlitz 1998 zur Europastadt erklärt. Die beiden Schwesternstädte sind das beste Beispiel dafür, wie die Menschen zweier Nationen Grenzen überwinden können. Das deutsch-polnische Lebensgefühl spürt man heute in allen Bereichen des alltäglichen Zusammenlebens. Und immer mehr Touristen genießen die Atmosphäre und das internationale Miteinander, spazieren über die Altstadtbrücke innerhalb weniger Minuten über die Lausitzer Neiße von Deutschland nach Polen.

Auf polnischer Seite fallen die frisch renovierten Gebäude auf, die genauso aussehen wie in Görlitz. Diese Wohnhäuser gehörten einst zu Görlitz, bildeten die Ostvorstadt auf der anderen Seite des Flussufers der Neiße. Verbunden waren sie mit



Untermarkt

der übrigen Stadt über die damalige Altstadtbrücke, die im Mai 1945 ebenso wie andere Neißebrücken von Soldaten der Wehrmacht gesprengt worden ist. Später wurde die Grenze neu gezogen und mit der Neiße als Grenzfluss gehört die Ost-



Stempelstelle

vorstadt seitdem offiziell zu Polen. Dieser Bereich wurde zu Zgorzelec, wuchs ab den 1950er Jahren weiter an und entwickelte sich zu einer eigenständigen polnischen Stadt. Heute sind beide Seiten der Lausitzer Neiße wieder miteinander verbunden. Die neue Altstadtbrücke wurde 2004 fertiggestellt und lässt Görlitz immer mehr mit der polnischen Schwesterstadt Zgorzelec zusammenwachsen. Görlitz-Besu-



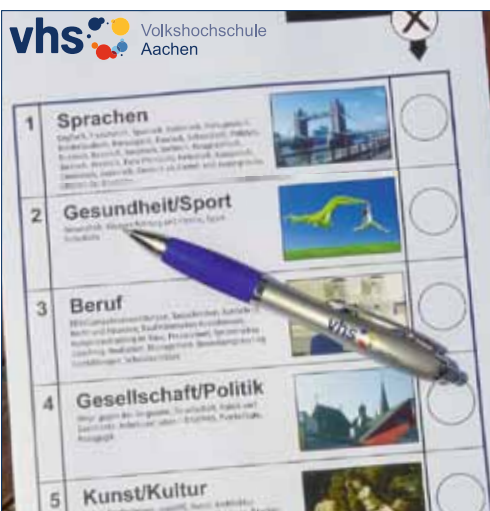
Nikolaiviertel

cher bummeln über die Brücke, schauen und fotografieren, laufen neugierig hinüber, um auch die polnische Seite zu erkunden. Viele Lokale laden hier direkt an der Uferstraße dazu ein, die polnische Küche kennenzulernen. Auch Einheimische genießen das Flair der „Zwillingsstadt“, machen einen Abendspaziergang am Fluss oder passieren die Brücke auf dem Weg von der Arbeit oder vom Einkaufen nach Hause oder zu einer Verabredung in der jeweils anderen Stadt.

Viele weitere Anekdoten und Besonderheiten machen einen Besuch so reizvoll: Der Görlitzer Georg Emmerich ließ nach seiner Rückkehr von einer Pilgerreise im Jahr 1504 das Heilige Grab aus Jerusalem originalgetreu nachbauen. Die Zeitangabe in Görlitz entspricht exakt der mitteleuropäischen Zeit, denn die Stadt liegt auf dem 15. Meridian. Und weil Görlitz die östlichste Stadt ist, geht hier in Deutschland zuerst die Sonne auf.



Nina Krüsmann



VHS – immer eine gute Wahl

www.vhs-aachen.de

Ausstellung, Vorträge, Filme im November und Dezember 2017

- Archäologie in Aachen**
Vortrag, 7. 11., 19 Uhr
- Die Geschichte Israels**
Ausstellungseröffnung, 7. 11., 19 Uhr
- Geschichte des Staates Israel**
Vortrag, 7. 11., 19.30 Uhr
- Gedenken an die Pogromnacht**
9. 11., 17 Uhr
- Stadtgeschichtliche Plaudereien**
Vortrag, 9. 11., 19 Uhr
- Erstaunliche Experimente**
Experimentalkvortrag, 10. 11., 19 Uhr
- Das Finanzsystem ist parasitär/Einwand**
Vortrag, 11. 11., 14 Uhr
- Exodus**
Film-Reihe Israel, 13. 11., 20.15 Uhr
- Die zionistische Bewegung im Kontext**
Vortrag, 14. 11., 19 Uhr
- Kindertransport – In eine fremde Welt**
Vortrag, 15. 11., 19 Uhr
- Salafismus**
Vortrag, 16. 11., 19 Uhr
- Die Verpackungen des Lebens**
Vortrag, 17. 11., 18 Uhr
- Bilder finden**
Film-Reihe Israel, 19. 11., 14 Uhr
- München**
Film-Reihe Israel, 20. 11., 20.15 Uhr
- Minderheiten in einer offenen Gesellschaft**
Vortrag, 22. 11., 19 Uhr
- Der Nathankomplex**
Vortrag, 23. 11., 19 Uhr
- Der blinde Fleck**
Vortrag, 23. 11., 19 Uhr
- Null Motivation**
Film-Reihe Israel, 27. 11., 20.15 Uhr
- Literarische Ladies' Night**
Lesung, 28. 11., 19 Uhr
- Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen**
Vortrag, 28. 11., 19 Uhr
- Erinnern und Gedenken**
Vortrag, 30.11., 19 Uhr
- Gestalt und Schutz des Lebendigen**
Vortrag 1. 12., 18 Uhr
- Ocher Ovvend – rund ums gute alte Dampfradio**
Vortrag 4. 12., 19 Uhr
- 90 Minuten – Bei Abpfiff Frieden**
Film-Reihe Israel, 4. 12., 20.15 Uhr
- Adenauer+Entstehung der Römischen Verträge**
Vortrag 6. 12., 19 Uhr
- Die unheimliche Popularität der Israelkritik**
Vortrag 7. 12., 19 Uhr
- Stadtgeschichtliche Plaudereien: 1947**
Vortrag 7. 12., 19 Uhr
- Ochse und Esel an der Krippe**
Lichtbildvortrag 12. 12., 19 Uhr
- Edouard Manet – Ausstellungseinführung**
Vortrag 13. 12., 19 Uhr



Bild: Juergen Latzo/pixelio.de

Erst eins, dann zwei, dann drei, dann vier ...

„Dir geht es gut“, sagt der eine Gedankenleser zum anderen, „und wie geht es mir?“

Waldarbeiter Xaver aus Grafenau hat im Preisausschreiben eine Reise nach Paris gewonnen. Er setzt sich in den Omnibus, fährt nach Zwiesel, von dort nach Deggen-dorf, steigt um nach Plattling, fährt weiter nach München, von dort nach Stuttgart und schließlich über Karlsruhe nach Paris. Als er wieder zurückkommt, warten alle gespannt auf seinen Bericht. „Ja, schön ist des Paris - aber halt arg abgelegen.“



Bernhard erklärt seiner Frau: „Wir müssen sparen. Deshalb werde ich dieses Jahr unseren Christbaumschmuck selbst basteln. Das Material hab' ich schon im Kopf.“ –

„Ach“, meint die, „weißt du denn überhaupt, wie man Strohsterne macht?“

„Der Gerichtsvollzieher hat sich gestern bei uns so richtig kindisch benommen.“ – „Tatsächlich?“ – „Absolut: Alles, was er sah, wollte er haben!“



Birgit Johanna Frantzen

Der Weihnachts- markt



Nun beginnt die Weihnachtszeit, man sieht's an Ihrem Lichterkleid, Es erklingen immer wieder stimmungsvolle Weihnachtslieder.

Wenn ein Fenster bunt geschmückt, ist so manches Kind entzückt. Gebacken wird in allen Stuben, für die Mädchen und die Buben.

Manchmal läuten Weihnachtsglocken, die uns auf die Straße locken. Ja, es ist 'ne schöne Zeit, die für uns sich hält bereit.

Den Weihnachtsmarkt, den jeder kennt, gibt's in den Wochen des Advent. Er ist ein festes Ritual mit viel' Besuchern an der Zahl.

Vielfält'ge Buden voller Zierde in uns wecken die Begierde, auch hat der Markt stets eine Lobby, so stellt er aus des Künstlers Hobby.

Christbaumkugeln, Handarbeiten, dem Besucher Freud' bereiten. Schmuck aus Stein und für die Wand, ja, zu seh'n ist allerhand.

Geschenkartikel, Bilder, Karten, die auf einen Käufer warten. Modeschmuck, Keramik, Kerzen erhellen förmlich unsre Herzen.

Dosen, Krippen, Batiktücher und für Kinder schöne Bücher, auch Verlosungen wird es geben, die den Weihnachtsmarkt beleben.

Mit heiß' Getränken immer wieder erwärmen schnell sich unsre Glieder, auch gehört es hier zur Sitte, Wurstessen mit 'ner heißen Fritte.

Das Karussell, es fährt geschwind, Bonbons gibt's für jedes Kind, und auch andere Süßigkeiten, die zum Einkauf hier verleiten.

Den Besuchern sehr gefällt, die Kunst, die ihnen dargestellt. Manchem erst die Augen blinken, nach Likör und Glühwein trinken.

Den Weihnachtsmarkt mitzugestalten heißt tagelang fest' durchzuhalten. Deshalb sei hier einmal betont, dass dieser Fleiß wird gern belohnt.



Ein Vater wünscht sich von seiner Tochter endlich bessere Zensuren in der Schule. Daraufhin meint die Tochter: „Das geht leider erst im nächsten Jahr wieder, weil diesmal hab' ich schon was anderes für dich.“



Oma Frieda schenkt ihrer Enkelin Julia einen 20-Euroschein zu Nikolaus und fügt hinzu: „Dass du mir aber ja keine Süßigkeiten dafür kaufst!“ Julia antwortet erstaunt: „Och, Oma, wie käme ich denn dazu, dir Süßigkeiten zu kaufen?“



Bild: Jochen K./pixelio.de



Bild: Gisela Schlenzky/pixelio.de



Bild: Rosel Eckstein/pixelio.de

Das tut gut: Wellness!

Viele reden darüber, doch was ist Wellness eigentlich?

Der Begriff ist gebildet aus „Well-being“, also Wohlbefinden, und „Fitness“. Wellness bedeutet, eine Balance zwischen Körper, Geist und Seele zu finden oder - einfacher gesagt - eine „Balance“ zwischen Familie und Beruf, Freizeit und Verpflichtungen. Wer häufig unter Stress steht, sollte abschalten oder sich eine Auszeit nehmen können. Er muss sich gegen den Zeitdruck oder das Burn-out-Syndrom (das „Ausgebranntsein“) zur Wehr setzen.

Wer „well“ ist, hat gelernt, in sich hineinzuhören, seine Ansprüche und Bedürfnisse geltend zu machen, den Alltag zu genießen und gesundheitsbewußt zu leben. Auch die asiatische Medizin trennt den Körper nicht vom Geist. Gesundheit stellt ein Gleichgewicht zwischen Körper, Geist und Seele dar, Krankheit dagegen eine Störung dieser Wechselbeziehung.



djd/Jentschura International/shutterstock

Die Möglichkeiten, „well“ zu werden, sind vielfältig:

- Wert auf eine ausgewogene ballast- und vitalstoffreiche Ernährung legen (Obst, Gemüse, Salat)

- Erholung und Entspannung suchen durch einen Spaziergang oder Stadtbummel, Schwimmen, Besuch einer Therme, Tanzen etc.
- Sport nicht als Ansporn zur Höchstleistung, sondern als Ausgleich sehen, z.B. Joggen, Walken, Fahrradfahren
- ein schmackhaftes Abendessen, ein Konzertbesuch, ein spannender Krimi
- ein Wohlfühlbad mit ätherischen Ölen, eine entspannende Dusche oder ein Saunagang
- Entspannung durch autogenes Training, Yoga, Tai Chi oder Muskelrelaxation nach Jacobson.

Nur was zu meinem persönlichen Wohl beiträgt, was ich voll genießen kann, macht mich „well“. Wenn ich mich gut fühle, strahle ich dies auch aus.



Hartmut Kleis
Apotheker

Vollwertig essen & trinken

Vollwertig essen und trinken hält gesund, fördert Leistung und Wohlbefinden. Wie sich das umsetzen lässt, hat die Deutsche Gesellschaft für Ernährung auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse in 10 Regeln formuliert.

1. Lebensmittelvielfalt genießen

Nutzen Sie die Lebensmittelvielfalt und essen Sie abwechslungsreich. Wählen Sie überwiegend pflanzliche Lebensmittel.

2. Gemüse und Obst – nimm „5 am Tag“

Genießen Sie mindestens 3 Portionen Gemüse und 2 Portionen Obst am Tag. Zur bunten Auswahl gehören auch Hülsenfrüchte wie Linsen, Kichererbsen und Bohnen sowie (ungesalzene) Nüsse.

3. Vollkorn wählen

Bei Getreideprodukten wie Brot, Nudeln, Reis und Mehl ist die Vollkornvariante die beste Wahl für Ihre Gesundheit.

4. Mit tierischen Lebensmitteln die Auswahl ergänzen

Essen Sie Milch und Milchprodukte wie Jo-



djd/Verband der Kali- und Salzindustrie e.V./thx

ghurt und Käse täglich, Fisch ein- bis zweimal pro Woche. Wenn Sie Fleisch essen, dann nicht mehr als 300 bis 600 g pro Woche.

5. Gesundheitsfördernde Fette nutzen

Bevorzugen Sie pflanzliche Öle wie beispielsweise Rapsöl und daraus hergestellte Streichfette. Vermeiden Sie versteckte Fette. Fett steckt oft „unsichtbar“ in verarbeiteten Lebensmitteln wie Wurst, Gebäck, Süßwaren, Fast-Food und Fertigprodukten.

6. Zucker und Salz einsparen

Mit Zucker gesüßte Lebensmittel und Getränke sind nicht empfehlenswert. Vermeiden Sie diese möglichst und setzen Sie Zucker sparsam ein. Sparen Sie Salz und reduzieren Sie den Anteil salzreicher

Lebensmittel. Würzen Sie kreativ mit Kräutern und Gewürzen.

7. Am besten Wasser trinken

Trinken Sie rund 1,5 Liter jeden Tag. Am besten Wasser oder andere kalorienfreie Getränke wie ungesüßten Tee. Zuckergesüßte und alkoholische Getränke sind nicht empfehlenswert.

8. Schonend zubereiten

Garen Sie Lebensmittel so lange wie nötig und so kurz wie möglich, mit wenig Wasser und wenig Fett. Vermeiden Sie beim Braten, Grillen, Backen und Frittieren das Verbrennen von Lebensmitteln.

9. Achtsam essen und genießen

Gönnen Sie sich eine Pause für Ihre Mahlzeiten und lassen Sie sich Zeit beim Essen.

10. Auf das Gewicht achten und in Bewegung bleiben

Vollwertige Ernährung und körperliche Aktivität gehören zusammen. Dabei ist nicht nur regelmäßiger Sport hilfreich, sondern auch ein aktiver Alltag, in dem Sie z.B. öfter zu Fuß gehen oder Fahrrad fahren.

Quelle und weitere Infos:

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Bonn

Kein Alter

Zum Jahresende besinnt man sich wieder auf die Familie. So lange haben wir einander nicht besucht, jetzt wird es mal wieder Zeit. Also bekommen Eltern und Großeltern einen der viel zu seltenen Besuche vom vielbe-

schäftigten Nachwuchs. Läuft es gut, haben sich alle ganz viel zu erzählen und das Treffen war für alle Beteiligten interessant und anregend. Aber nur zu oft redet man aneinander vorbei, das Gespräch plätschert vor sich hin. Es wird immer mühsamer, bis wirklich niemandem mehr etwas einfällt. Was tun? Spie-

len! Greifen Sie zu einem einfachen, aber anregenden Spiel. Alle sind beschäftigt, es gibt Gesprächsstoff und schnell verfliet die Zeit. Diese Spiele kennen weder Alter noch Langeweile.

Berthold Heß



Face Cards

142 Karten zeigen Bilder von Personen, Tieren oder Gegenständen. Jeder Spieler nimmt 7 Karten verdeckt auf die Hand. Dann wählt er 2 davon aus, die am besten zueinander passen. Eine Karte des Pärchens kommt verdeckt in die Mitte, das andere liegt offen vor dem Spieler. Die Karten in der Mitte werden gemischt und aufgedeckt. Nun muss man tippen, welche Bilder wohl zusammen gehören. Beispiel: In der Mitte liegen u.a. Bilder von Karl dem Großen und der Freiheitsstatue. Spontan tippt der Spieler, dass zur Freiheitsstatue Abraham Lincoln (US-Präsident 1861) gehört, dessen Bild vor einem Mitspieler liegt. Leider falsch. Lincoln gehört zu Karl dem Großen, weil beide Herrscher waren. Die Freiheitsstatue hatte ein anderer Spieler Christoph Columbus zugeordnet, weil beide Bilder etwas mit Amerika zu tun haben. Bald erkennt man, wie die Mitspieler denken und es fasziniert, auf welche Assoziationen man kommen kann. Das führt schnell zu angeregten Gesprächen.

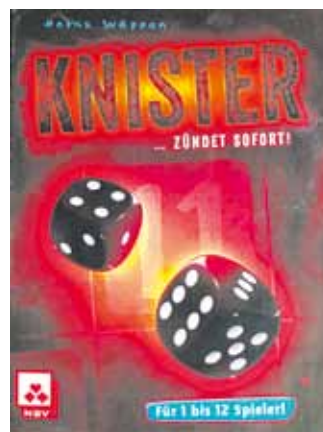


Face Cards von Leo Colovini, 3-7 Pers. ab 10 J., ca. 20 Min., Ravensburger, ca. **13 €**



Knister

Dieses wunderbare Spiel zieht selbst notorische Spieleverweigerer in seinen Bann. Ähnlich „Kniffel“ gibt es Punkte für wertvolle Zahlenkombinationen. Jeder hat ein Blatt mit 25 Feldern. Einer wirft zwei Würfel und addiert die Zahlen. Das Ergebnis trägt jeder auf seinem Blatt in einem Feld seiner Wahl ein. Nach 25 Würfeln ist das Blatt voll. Zeilen, Spalten und die Hauptdiagonalen werden bewertet. Zwei gleiche Zahlen in einer Reihe bringen einen Punkt, zwei Paare sind schon drei wert und eine Straße zählt gar 12 Punkte. Das Spiel ist ganz einfach, aber vermag exzellent zu unterhalten. Spannend ist die Entscheidung bei jeder Zahl, in welches Feld man sie wohl eintragen soll. Wer einmal zugeschaut hat, will sofort mitspielen. Dabei gibt es keine Auszeiten, denn alle tragen ja gleichzeitig die Zahlen ein. Man sollte die Blätter rechtzeitig kopieren, denn der Verbrauch ist enorm. „Knister“ ist eine Neuauflage des Spiels „Würfel Bingo“, 2007 bei Ravensburger und 2014 bei Schmidt Spiele erschienen.



Knister von Heinz Wüppen, 1-12 Pers. ab 8 J., ca. 30 Min., NSV Spiele, ca. **9 €**



Schöne Sch#!?e

Ein Packen verdeckter Karten in der Mitte, eine Karte wird aufgedeckt. Der Startspieler darf sie nehmen. Doch warum will er sie nicht haben? Ganz einfach – die Karten geben Minuspunkte. Die Skala reicht von 3 bis 35. Wer die Karte nicht will, kauft sich mit einem Chip frei und gibt sie weiter. So wandert die ungeliebte Karte von Spieler zu Spieler und die Menge der Chips darauf wächst. Kann oder will sich jemand nicht freikaufen, nimmt er die Karte zusammen mit den Chips. Die Chips zählen am Ende positiv. Manchmal möchte man sogar eine bestimmte Karte haben, denn wenn man eine Serie von aufeinander folgenden Werten hat, zählt dort nur der niedrigste Minuswert. 23 und 25 zählen am Ende 48 Miese. Kommt die 24 dazu, sind es nur noch 23. Doch bekommt man die Serie zusammen? Einige Karten sind nämlich nicht im Spiel. Oder die bösen Konkurrenten verhindern eine Serie, indem sie die wichtige Karte nehmen. Das ergibt ein wunderbares Ärgerspiel mit einfachsten Regeln.



Schöne Sch#!?e von Thorsten Gimmler, 3-7 Pers. ab 8 J., ca. 20 Min., Amigo Spiele, ca. **8 Euro**

SEITE 14 KOPF & ZAHL

Durchgeschüttelte Wörter

- Schimmel
- Oberarzt
- Kabeljau
- Aprikose
- Kaugummi
- Addition
- Rapunzel
- Zylinder

Magisches Quadrat

1	8	13	12
16	11	2	5
3	6	15	10
14	9	4	7

Gleichungen

6	+	4	-	2	+	6	:	2	+	7	-	4	x	4	:	4	=	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

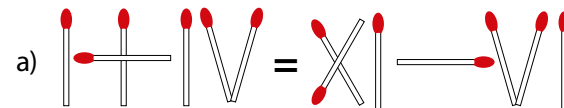
Wortsalat

Frohe Weihnachten

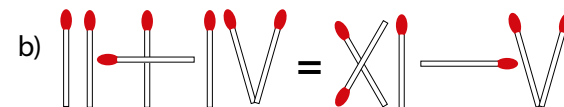
Rechenoperationen

Die Rechenoperationen sind - 4 und : 7. Die gesuchte Zahl ist dann 6.

Streichholz-Rätsel



a) 1+4=11-6 oder b) 2+4=11-5



Wörter suchen - I
Wörter suchen - II

Reiter, Kritik, Quitte, Exitus, Abitur,
Leiter
Ehren:bürger,doktor,amt,geleit,legion,mann,mal.
Eis:becher,revue,schicht,kaffee,schrank,tanz,würfel.
Weihnachts:baum,feier,tag,plätzchen,ferien,gebäck,engel.
...flasche: Wein..., Bier..., Glas..., Gas..., Ton..., Milch..., Plastik...
...burg: Wasser..., Ritter..., Gipfel..., Ring..., Trotz..., Insel..., Königs...
...apfel: Granat..., Adams..., Kultur..., Zank..., Herbst..., Winter..., Brat...

Rösselsprung

Es sind die Zahlenfolgen Einmaleins mit der 1, 2, 3, 5, 7, 9, und vier Elemente der 10 (10, 20, 30, 40).

SEITE 21, 34 SUDOKU

Einfach	Mittel	Schwer
8 1 2 9 3 5 4 7 6	1 3 9 5 7 2 4 6 8	4 3 8 5 1 9 6 2 7
5 6 7 8 4 2 1 3 9	8 4 5 1 3 6 9 7 2	6 7 5 2 3 8 4 9 1
3 9 4 1 7 6 8 5 2	7 6 2 4 8 9 5 1 3	1 2 9 7 4 6 3 8 5
9 4 1 5 2 8 7 6 3	4 5 3 6 2 1 7 8 9	9 4 3 8 6 5 7 1 2
2 7 3 6 1 4 9 8 5	2 7 1 9 4 8 3 5 6	8 6 7 1 2 4 5 3 9
6 5 8 3 9 7 2 1 4	6 9 8 3 5 7 2 4 1	2 5 1 9 7 3 8 6 4
4 2 6 7 5 1 3 9 8	5 1 4 8 9 3 6 2 7	5 9 4 6 8 1 2 7 3
7 8 9 4 6 3 5 2 1	3 8 7 2 6 4 1 9 5	7 1 6 3 5 2 9 4 8
1 3 5 2 8 9 6 4 7	9 2 6 7 1 5 8 3 4	3 8 2 4 9 7 1 5 6
3 9 6 1 7 2 5 4 8	1 4 7 9 6 8 5 3 2	8 4 3 6 9 5 7 1 2
7 8 4 3 6 5 1 2 9	6 2 5 1 4 3 9 7 8	7 1 9 2 8 4 5 6 3
2 1 5 4 9 8 3 7 6	3 8 9 2 7 5 4 6 1	5 6 2 3 1 7 9 8 4
4 6 1 7 2 9 8 3 5	7 3 2 5 8 6 1 4 9	2 7 1 9 5 8 3 4 6
5 3 7 8 4 1 9 6 2	8 5 6 4 9 1 7 2 3	3 8 4 7 2 6 1 9 5
9 2 8 6 5 3 7 1 4	9 1 4 3 2 7 8 5 6	9 5 6 4 3 1 2 7 8
6 5 9 2 1 7 4 8 3	5 6 3 8 1 4 2 9 7	4 9 8 5 7 2 6 3 1
8 7 2 5 3 4 6 9 1	4 9 1 7 3 2 6 8 5	1 3 5 8 6 9 4 2 7
1 4 3 9 8 6 2 5 7	2 7 8 6 5 9 3 1 4	6 2 7 1 4 3 8 5 9
9 1 4 7 8 6 2 3 5	4 8 2 7 5 1 3 9 6	5 9 7 2 4 6 3 1 8
6 7 5 2 4 3 8 9 1	7 9 6 4 3 2 8 5 1	1 4 6 7 3 8 5 2 9
2 8 3 9 5 1 7 4 6	3 5 1 6 8 9 7 2 4	2 3 8 5 1 9 7 6 4
1 3 2 4 7 5 9 6 8	5 4 8 3 9 6 1 7 2	4 5 1 6 2 7 8 9 3
5 6 7 1 9 8 4 2 3	9 6 3 2 1 7 5 4 8	3 7 2 8 9 1 4 5 6
8 4 9 3 6 2 1 5 7	2 1 7 5 4 8 9 6 3	6 8 9 4 5 3 2 7 1
4 5 8 6 2 7 3 1 9	6 3 5 1 7 4 2 8 9	7 6 5 1 8 4 9 3 2
7 9 1 5 3 4 6 8 2	1 2 9 8 6 5 4 3 7	8 1 3 9 7 2 6 4 5
3 2 6 8 1 9 5 7 4	8 7 4 9 2 3 6 1 5	9 2 4 3 6 5 1 8 7
3 6 9 8 2 5 1 7 4	6 8 7 1 3 2 9 5 4	7 9 3 8 1 5 6 4 2
8 4 7 9 1 3 5 2 6	9 1 2 4 5 7 3 8 6	8 4 1 2 6 3 9 5 7
2 5 1 6 4 7 3 8 9	4 3 5 6 8 9 7 1 2	2 6 5 4 9 7 8 3 1
7 1 8 4 9 2 6 3 5	2 7 3 5 1 4 8 6 9	1 3 7 5 8 2 4 6 9
5 9 3 7 6 8 2 4 1	8 4 1 7 9 6 2 3 5	6 2 8 1 4 9 3 7 5
6 2 4 3 5 1 8 9 7	5 9 6 8 2 3 1 4 7	9 5 4 7 3 6 1 2 8
1 7 5 2 3 9 4 6 8	1 2 4 9 6 8 5 7 3	3 7 9 6 5 1 2 8 4
4 8 2 1 7 6 9 5 3	7 5 9 3 4 1 6 2 8	4 1 2 3 7 8 5 9 6
9 3 6 5 8 4 7 1 2	3 6 8 2 7 5 4 9 1	5 8 6 9 2 4 7 1 3
9 1 4 2 3 5 8 7 6	4 7 8 1 5 9 6 3 2	5 7 1 3 8 6 9 2 4
6 2 8 7 4 1 9 3 5	1 9 3 2 7 6 5 4 8	9 6 4 1 5 2 8 7 3
3 5 7 8 6 9 2 4 1	5 2 6 4 3 8 9 1 7	2 3 8 4 7 9 5 1 6
1 3 2 5 9 4 7 6 8	8 4 2 9 1 7 3 5 6	1 9 2 7 6 5 4 3 8
4 7 6 3 2 8 5 1 9	9 5 1 3 6 2 8 7 4	6 4 3 8 2 1 7 5 9
5 8 9 6 1 7 4 2 3	3 6 7 5 8 4 2 9 1	8 5 7 9 3 4 1 6 2
2 9 1 4 5 3 6 8 7	2 8 9 7 4 5 1 6 3	7 2 6 5 9 8 3 4 1
7 4 3 9 8 6 1 5 2	6 1 4 8 9 3 7 2 5	4 8 5 6 1 3 2 9 7
8 6 5 1 7 2 3 9 4	7 3 5 6 2 1 4 8 9	3 1 9 2 4 7 6 8 5
4 6 9 1 3 2 7 8 5	2 1 9 5 3 6 8 7 4	6 3 4 5 8 7 9 2 1
8 3 2 7 6 5 1 9 4	8 6 7 1 9 4 2 5 3	7 8 1 3 9 2 4 6 5
1 5 7 9 4 8 3 2 6	3 4 5 2 7 8 1 9 6	5 2 9 1 4 6 7 8 3
6 1 5 4 8 9 2 7 3	1 9 4 7 6 3 5 8 2	3 9 6 2 7 5 8 1 4
2 4 3 5 7 1 9 6 8	5 8 3 9 4 2 7 6 1	1 4 5 6 3 8 2 7 9
9 7 8 6 2 3 5 4 1	6 7 2 8 5 1 4 3 9	2 7 8 4 1 9 5 3 6
7 2 4 3 5 6 8 1 9	9 2 6 4 8 5 3 1 7	8 6 7 9 5 3 1 4 2
5 8 1 2 9 4 6 3 7	7 5 1 3 2 9 6 4 8	9 1 2 8 6 4 3 5 7
3 9 6 8 1 7 4 5 2	4 3 8 6 1 7 9 2 5	4 5 3 7 2 1 6 9 8

SEITE 28, 40 SCHWEDENRÄTSEL

S S C L A D E R A M P E S C H A B E R S E R U M R I S T E R A T O C H D E P O T O M I L A N A H N D E N F E R N I E L B R C I D R E K P O P R A D B A L L N A E G I N A F E R R O E S T A R R U G I O K A S T E M M A U S B R I T T E N O D E B A T T E E T T E T E U E R G O S E E O T T E R B S I P P E I S O L D E X L E I T E R I N S E P A K E T U O E D R I G O R O S H G R O D N O R U N E L A N N A M U G S W B E I N E B A K T E T E I L E N T S I C H T E N I N S U G O T E N O S K A P I T A E N H B I T T E R A K E T E L I Z E N Z I A H L R O L L B A H N W O R T E	B G P R U E A I S E M M A U S I D A K T O T R I L L E R F E E L E A H H T R A N G U R U M G E N E R G I E O R G A N G I G I O K P R E S S A P E N R E P T E L S T A R A H E L L B I B E L B U S T P I E T I T A N K R A U S R Z N M A P E M I N E N T L O S K A	B P M M A F A F A U R Z E I T C S I R I N H O E C H S L E H I G H S T E E L E S E B L E I A A E F R A U K R I S T A L L B A T C E T A P R I L R R I O E S A F A E H R T E R H T M L O R G I E U L E E Z Q F D D O N U T A L A R M E A E M E L A N U C K E L N D R K G E M
--	---	--

Das **senio**magazin kommt zu Ihnen!

Jahresabonnement (6 Ausgaben) deutschlandweit **15 €**, im EU-Ausland **30 €**

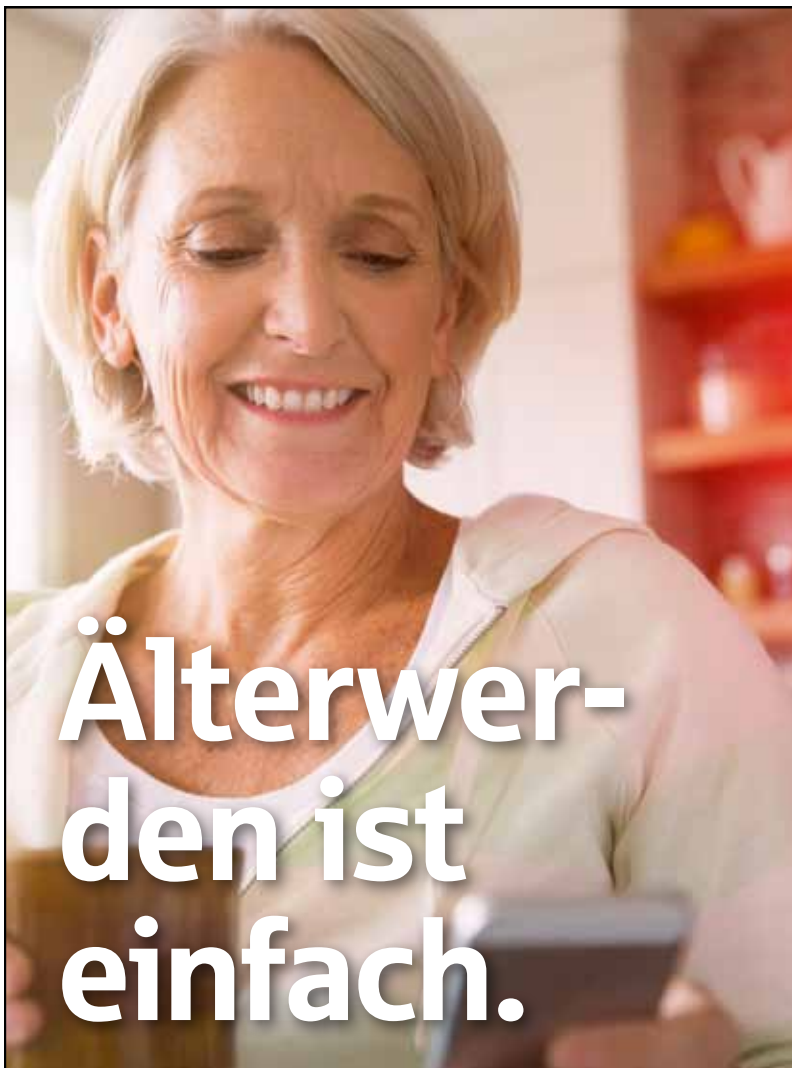
Wenn Sie das Senio Magazin im Jahresabonnement zugeschickt bekommen möchten, überweisen Sie den entsprechenden Betrag auf das Konto bei der Sparkasse Aachen, IBAN: **DE77390500001071589723** BIC: **AACSDE33** unter Angabe der Empfängeradresse.

Zugesandtes Material

- Das Senio Magazin freut sich über eingesandte Leserbriefe, Veranstaltungshinweise, Manuskripte, Fotos etc., übernimmt für sie jedoch keine Haftung.
- Alle Einsender stimmen der Nutzung ihrer Beiträge im Senio Magazin und in der Internetausgabe zu.
- Die Einholung der Abdruckrechte für eingesandte Beiträge, Fotos etc. obliegt dem Einsender.
- Die Redaktion behält sich die Auswahl und redaktionelle Bearbeitung der Beiträge und Veranstaltungshinweise vor.
- Mit Namen oder Namenskürzel gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Senio Magazins wieder.
- Alle Urheberrechte verbleiben beim Senio Magazin bzw. den Autoren. Der Nachdruck, auch auszugsweise,

Rechtliche Hinweise

- ist nur mit schriftlicher Genehmigung oder unter Angabe der Quelle gestattet.
- Der Abdruck von Veranstaltungsdaten erfolgt ohne Gewähr.
- Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist jeweils der 15. des laufenden Monats.
- Anzeigen**
- Die Anzeigenpreisliste wird auf Wunsch zugeschickt. Das Senio Magazin informiert Sie gerne auch persönlich.
- Unmoralische oder unvertrauliche Anzeigen werden nicht angenommen.
- Das Senio Magazin darf über die Platzierung der Anzeigen entscheiden.
- Anzeigenannahmeschluss für die nächste Ausgabe ist jeweils der 18. des laufenden Monats.



sparkasse-aachen.de

Älterwerden ist einfach.

Wenn man seine Finanzen immer verfügbar hat. Wir konzentrieren uns auf die passenden Lösungen für Ihre Wünsche und Ziele, Sie genießen Ihre freie Zeit.

Sprechen Sie mit uns.

 Sparkasse
Aachen



Neue
Kurse
in 2018

PFLEGE IN BESTEN HÄNDEN

Die AOK Rheinland/Hamburg bietet Ihnen – in Zusammenarbeit mit dem Amt für Altenarbeit der Städteregion Aachen – regelmäßig Pflegekurse an.

Wir informieren über:

Pflegetechniken in Theorie & Praxis, Einsatz von Hilfsmitteln, Umgang mit dementiell veränderten Menschen, Entlastungsangebote, Leistungen der Pflegeversicherung und weitere Themen.

Informationen erhalten Sie:

Beim Amt für Altenarbeit der Städteregion Aachen unter (0241) 51 98 - 54 54, Ihren Ansprechpartnern der AOK in Aachen unter (0241) 464 - 262 oder im Internet:

www.pflege-regio-aachen.de
www.aok.de/rh