



Monatlich

SENIOR

MAGAZIN

Nummer 9
September 2008

StädteRegion
Aachen

Tabuthema **ALZHEIMER**



Bild: www.demenz-ratgeber.de (Peter Ganser)

13. - 21. September 2008

ALZHEIMERTAGE IN STADT UND KREIS AACHEN

Termine im September

Flohmarkt 30.08. 10.00 – 16.00 Uhr
Stadthaus statt Haus e.V., Friedlandstraße 12, Aachen. Der Erlös geht an das Projekt für „Aachener Kinder den Tisch decken“. Für musikalische Untermalung sorgen junge MusikerInnen.

Seniorenclub Arche,
Schurzelterstr. 540, 52074 Aachen
Alle Veranstaltungen beginnen um 15 Uhr.

04.09. Die Wurm, Vortrag mit Dias, Brigitta Hollmann

11.09. Geheimnis der Schöpfung - der Baum, Wissenswertes, Gedichte und Lieder, Teil 1, Monica Dawo-Collas

18.09. Geheimnis der Schöpfung - der Baum, Wissenswertes, Gedichte und Lieder, Teil 2, Monica Dawo-Collas

25.09. Ausflug Seniorenclub, Senioren DBH und Gäste

Seniorenkreis Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Kronenberg 142, 52074 Aachen

03.09. 15.00 Uhr Parfüm - Kulturgeschichte der Düfte, Vortrag, Monica Dawo-Collas

17.09. 15.00 Uhr Dresdner Frauenkirche, Erwachsenenbildung, Vortrag, Jürgen Groneberg

25.09. 15.00 Uhr Ausflug Senioren DBH, Senioren Arche und Gäste

Seniorenkochgruppe Zauberküche"

03. und 17.09. Beginn ist immer um 11.30 Uhr. Anmeldung erforderlich. Auskunft erteilt Monica Dawo-Collas, dienstags von 10-12 Uhr, Tel.: 0241 88 69 14 39

Vitalia Seniorenresidenz 10.09.

Vitalia stellt sich vor - Kostenlose Veranstaltung ab 15.00 Uhr mit Kaffee und Kuchen. Bahnhofstr. 17-19, 52146 Würselen

Senioren-Nachmittag, Gemeinde St. Martinus Jeden Donnerstag 15.00 Uhr
Pfarrhaus Horbacher Straße 52, AC

Pflegekurse für betreuende Angehörige am Marienhospital Aachen

04., 11. und 18.09. jeweils 13.30-17.00 Uhr
In Kooperation mit der AOK und der Uni Bielefeld finden monatlich bis November 08 3-tägige Kurse statt.

Country & Bluegrass

„Dapper Dan Men“, Ettlingen

27.09. Jakob-Büchel-Haus, Prämienstr. 57 Aachen-Walheim, 20.30 Uhr.

Wir sind in den Adalbertsteinweg 26 52070 Aachen umgezogen!



Auslegestellen:

Unten sehen Sie, wo Sie unser Magazin im Kreis Aachen erhalten können. Die Liste ist noch nicht vollständig. Sollte eine Auslegestelle nicht aufgezählt sein, melden Sie sich bitte bei uns.

WÜRSELEN: Stadtverwaltung, Rathaus Würselen Morlaixplatz 1, Medizinisches Zentrum Kreis Aachen Betriebsteil Marienhöhe Mauerfeldchen 25, Medizinisches Zentrum Kreis Aachen Betriebsteil Bardenberg Dr. Hans Böckler Platz 1, Senioren- u. Pflegezentrum St. Antonius Klosterstr. 30, Seniorenhaus Serafine Broichweiden Helleter Feldchen 51, Adler - Apotheke Broichweiden Hauptstr. 61, Dr. med. U. Keysselitz Morlaixplatz 23, Dr. med. St. Hansen Elchenratherstr. 28, VR-Bank eG.

BARDENBERG: VR-Bank eG, Schreibwaren Pfenning/Lafendt, Bäckerei Josef Zentis, VR-Bank eG, Sparkasse Aachen.

ALSDORF-MARIADORF: VR-Bank eG.

BAESWEILER-SETTERICH: VR-Bank eG.

STOLBERG: VR-Bank eG, Vitalzenter, Kleis-Apotheke, Kleis-Gesundheitszentrum, Kallenberg-Praxisgemeinschaft.

Gressenich: VR-Bank eG.

MONSCHAU: Rathaus, Kunst- und Kulturzentrum, Sparkasse, Seniorenzentrum Maria Hilf Stift, Touristinfo. **Imgenbroich:** Innovationszentrum, Krankengymnastik Olma, Real, Sparkasse.

SIMMERATH: Rathaus, Sparkasse, Krankenhaus und Seniorenstift, Linden-Apotheke.

Steckenborn: Sparkasse.

Rurberg: Touristinfo.

ROETGEN: Rathaus, Sparkasse, Seniorenzentrum.

HERZOGENRATH: Apollonia-Apotheke, Oswald-von-Nell-Breuning-Haus, VR-Bank eG, ev. Gemeindezentrum, Amt „Rund ums Alter“.

Kohlscheid: Laurweg-Apotheke, ev. Gemeindezentrum Lutherstrasse, VR-Bank eG.

Strass: Pfarrheim-Seniorenstube-Tellerrand, St. Josef - Apotheke.

Merkstein: AWO-Merkstein, VR-Bank eG.

WEISWEILER: VR-Bank eG.

LANGERWEHE: VR-Bank eG.

RECHTLICHE HINWEISE

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, ist nur

mit schriftlicher Genehmigung oder unter Angabe der Quelle gestattet.

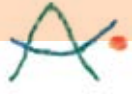
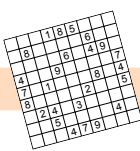
- Der Abdruck von Veranstaltungsdaten erfolgt ohne Gewähr.

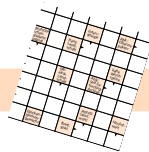
- Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist jeweils der 15. des laufenden Monats.

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.

Inhaltsverzeichnis

DER MONAT SEPTEMBER	7	4
• Altweibersommer •		
NOSTALGIE		5
• Das Nadelgewerbe und der „Öcher Klenkes“ •		
VERBRAUCHERZENTRALE		6
• Stromfressern auf der Spur •		
BILDERRÄTSEL		7
EINER VON UNS		8
• Als Huf- und Wagenschmiedlehrling auf dem Dorf •		
SENIOREN SCHREIBEN		10
• Auf den Spuren des deutschen Ordens in der Euregio •		
SENIOREN SCHREIBEN		11
• Modisches für den kleinen Geldbeutel •		
DIE SIND FÜR SIE DA		12
• „Ein Seniorenbeauftragter zum Anfassen“ •		
EHRENAMTLICHE ARBEIT		13
• Alzheimer-Gesellschaft Aachen e.V. •		
KUNST UND MUSIK		14
• Musik hält gesund • Künstlerische Kurse für Senioren •		
PARTNERSTÄDTE		16
• Halifax •		
SENIOREN SCHREIBEN		18
• Der Spickzettel • Nimm dieses Buch • Lebenszeit •		
SAMMLER		19
• Alte Bilder aus Stolberg und Münsterbusch •		
BITTE LÄCHELN		20
RÄTSEL		21
• Sudoku •		
BERICHTE		22
• Seniorengerechte Stadt?! • Kurpark Classix •		
BERICHTE		23
• 95. Geburtstag • Vital 2008 •		
THEMA DES MONATS		24
• Tabuthema Alzheimer •		

ALZHEIMER TAGE		26
• Veranstaltungen vom 13. – 21.9.2008 •		
DIE APOTHEKE INFORMIERT		28
• Natur hilft heilen •		
SENIORENFREUNDLICH		29
• Besser sehen mit Lupen •		
GEDÄCHTNISTRaining		30
GRIPSGYMNASTIK		31
AACHENER ANSICHTSKARTEN		32
• „Nach einem Gemälde von H. Killian“ •		
ÖCHER PLATT		33
• Wie de Klapperjaaaß höre Nam kreäg •		
ZUSAMMENLEBEN		34
• „Generation 50plus nicht genügend geschätzt“ •		
WOHNFORMEN		35
• Zuhause leben mit Demenz - geht das? •		
SENIOREN SCHREIBEN		36
• „Diamantenhochzeit“ in Aachen •		
SENIOREN SCHREIBEN		37
• Liebe Agnes •		
SCHWEDENRÄTSEL		38
RECHT		40
• Rente und Grundsicherung im Alter •		
GLÜCK IST TRAINIERBAR		41
• Glück - Ihre mentale Altersvorsorge •		
SELBSTHILFEGRUPPEN		42
• Angehörigengruppe von Menschen mit Demenz •		
GESELLSCHAFTSSPIELE		43
• Würfelspiele - Zocken oder Rätseln •		
REISEBERICHTE		44
• An den Küsten des Lichts •		
NÜTZLICHE TIPPS		46
• Die Demenzskala •		
AUFLÖSUNGEN		47

Liebe Leserinnen und Leser!

Wir sind umgezogen! Seit einigen Tagen finden Sie uns in größeren Büroräumen im Adalbertsteinweg 26, 52070 Aachen. Wir freuen uns, Ihnen die aktuelle Ausgabe dennoch pünktlich vorzulegen.

Mit unserem Titelthema „Alzheimer“ aus Anlass des Weltalzheimertages am 21. September möchten wir Sie auf diese weit verbreitete und dennoch recht unbekannte Krankheit sowie auf ihre Folgen aufmerksam machen. Zahlreiche informative und beratende Veranstaltungen werden im September zu diesem Thema in Stadt und Kreis Aachen stattfinden.

Wir hoffen, Ihnen gefallen auch unsere weiteren Themen und Rubriken und wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen!



Ihr G. Günal

IMPRESSUM

Herausgeber:
Senio Magazin (G. Günal)
Adalbertsteinweg 26
52070 Aachen
Tel.: 0241 990 78 70
Fax: 0241 990 787 44
E-Mail: post@senio-magazin.info
www.senio-magazin.info

Redaktion: Tel.: 0241 990 78 69
G. Günal, M. Holtorff, R. Steinborn,
N. Krüsmann, I. Elfantel, B. Küchen

Anzeige: Tel.: 0241 990 78 68
Grafik: A. Elfantel (elfantel-design)
Druck: Grenz-Echo Eupen
Auflage: 12.000 Exemplare

In dieser Ausgabe haben uns geholfen:
W. Schönrock, E. Bausdorf, C. Kluck,
I. Gerdorf, T. Fieles, J. Römer, F. Erb,
D.H.K. Starke, P. J. Heuser, H. Rüländ,
H.-T. Cloße, † G. Metz, G. Hagemann,
M. Hartges, M. Felden, S. Kohleick,
M. Eisenblätter, I. Hofrichter, H. Koch,
C. Mathes, M. Katzenbach, H. Alagün,
M. J. Fleu, M. Dawo-Collas, H. Discher,
M. u. J. Jeworrek, K. Dannert, D. Hess,
G. Mütterich, W. Paul, A. Theilig,
J. Limbrock

Bürozeiten:
Mo., Mi., Fr. von 10 bis 13 Uhr

7

Woher hat der
September
eigentlich seinen
Namen?

Der September ist der neunte Monat des Jahres im Gregorianischen Kalender und hat 30 Tage. Am 22. September ist die Tagundnachtgleiche - die Sonne steht genau über dem Äquator und geht an diesem Tag genau im Osten auf und genau im Westen unter. An diesem Tag beginnt, astronomisch gesehen, der Herbst.

Historische deutsche Namen für den September sind Scheiding, Herbstmond, Herbsting, Holzmonat und Engelmonat.

Im römischen Kalender war der September ursprünglich der siebte Monat (lat. septem = sieben). Im Jahr 153 v. Chr. wurde der Jahresbeginn allerdings um zwei Monate vorverlegt, so dass die Namens- und Zählbeziehung entfiel. In der römischen Provinz Kleinasien galt dieser Monat als erster des Jahres, weil Kaiser Augustus im September Geburtstag hatte (eine kuriöse Marginalie der Weltgeschichte). Diese lokale Tradition wurde später im Byzantinischen Kaiserreich übernommen und galt auch in Russland bis zum Jahr 1700; erst danach schloss man sich den allgemeinen Kalenderregeln an, was den Jahresbeginn betrifft. Als der Senat vorschlug, den September zu seinen Ehren ebenfalls umzubenennen (wie zuvor den Juli nach Julius Caesar und den August nach Augustus), lehnte Kaiser Tiberius diesen Vorschlag mit der Frage ab, was denn dann mit dem dreizehnten Caesar sei.

In München beginnt traditionsgemäß seit 1950 das Oktoberfest in der zweiten Septemberhälfte.

ALTWEIBERSOMMER



Altweibersommer bezeichnet einen Zeitabschnitt gleichmäßiger Witterung im September, welcher sich durch ein Hochdruckgebiet, stabiles Wetter und ein warmes Ausklingen des Sommers auszeichnet. Mit „weiben“ wurde im Altdeutschen das Knüpfen von Spinnweben bezeichnet. Der Name leitet sich von Spinnfäden her, mit denen junge Baldachinspinnen im Herbst durch die Luft segeln.

An Septembertagen mit sonnigem Wetter kühlt es sich in den klaren Nächten stark ab, so dass in den Morgenstunden durch den Tau die Spinnweben deutlich zu erkennen sind. Die seltsam glänzenden Fäden (oder „Herbstfäden“)

glitzern im Sonnenlicht wie lange, silbergraue Haare. Früher glaubten die Menschen, so erzählen es alte Sagen, dass alte Weiber (damals war das noch kein Schimpfwort für alte Damen) diese „Haare“ beim Kämmen verloren hätten und dass dies das Wirken der „Nornen“, der alten Schicksalsgöttinnen, welche die Lebensfäden der Menschen spinnen, sei. Alten Menschen, an denen solche Spinnfäden hängen bleiben, sollten sie Glück bringen. Spätere - im Christentum entstandene - Legenden wiederum wissen zu berichten, dass die Silberfäden des Altweibersommers aus dem Mantel Marias stammen, den sie bei ihrer Himmelfahrt trug. Im Volksmund heißen deshalb diese Spinnfäden auch „Marienfäden“, „Marienseide“, „Marienhaar“ oder „Unserer Lieben Frauen Gespinst“.

Ob man nun an die germanischen Göttinnen glauben mag oder eher der meteorologischen Erklärung vertraut - der Altweibersommer lässt sich auch im Garten genießen; es ist der einzige Sommer, auf den Verlass ist.

ALTE BAUERNWEISHEITEN

Warmer und trockener Septembermond mit vielen Früchten reichlich belohnt.

Bleiben die Schwalben lange, so sei vor dem Winter nicht bange.

Im September große Ameisenhügel - straft der Winter schon die Zügel.

September schön in den ersten Tagen, will den ganzen Herbst ansagen.

Septemberwetter warm und klar, verheißt ein gutes nächstes Jahr.

Nach Septemberegewittern wird man im Winter vor Kälte zittern.

Zusammenfassung: Marion Holtorff

BRIEFMARKEN und MÜNZEN
Auktionen
An- und Verkauf

Aix-Phila GmbH
Lothringerstraße 13
52062 Aachen

Telefon: 02 41 - 3 39 95
Fax: 02 41 - 3 39 97
Email: info@aixphila.de
Internet: www.aixphila.de

Aix-Phila
BRIEFMARKEN GMBH
AUKTIONSHAUS

Das Nadelgewerbe und der „Öcher Klenkes“

Seit dem 17. Jahrhundert ist das Nadelgewerbe in Aachen urkundlich nachweisbar. Als die Nadler begannen, Nähnadeln aus Stahl nach der Art der im spanischen Cordoba hergestellten Nadeln zu produzieren, verlieh ihnen der Rat der Stadt Aachen im Jahr 1615 den Zunftbrief der spanischen Nadler. Zudem bestimmte er, dass alle Nähnadeln fortan aus reinem und feinem Stahl anzufertigen seien. Damit war Aachen die erste Stadt, welche die Verwendung von Stahl anstelle des bisher verwendeten Messings oder Eisens vorschrieb.



Aussortieren der schlechten Nadeln war z.B. eine solche Tätigkeit. Sie wurden mit dem kleinen Finger ausgeklinkt. In Aachen ist die Version sehr beliebt, wonach das Wort „Klenkes“ auf diese Tätigkeit zurückzuführen ist.

1843 waren zum Beispiel unter den 18 Beschäftigten der Nadelfabrik Zimmermann in der Rosstraße nur 5 Männer. Den jungen Mädchen und Frauen, die im Nadelgewerbe tätig waren, ist das Gedicht

„Us Jokebstross en va gen Ruhs
Sönt hei die Nöldemädchere,
Sönt ömmer nett, adrett en luhs
En nühs vör Wenkkadettchere.“

gewidmet. (Gandelheid, Heinrich, Ansichtskarten-Album. Ein Rundgang durch Alt-Aachen. Aachen 1986, S. 162.) Frei übersetzt heißt es dort: Aus der Jakobstraße und von der Ros sind hier die Nadelmädchen. Sie sind immer nett, adrett und schlau und nichts für leichtsinnige Männer, also für ein Abenteuer.

Aachener Nadeln waren im Ausland für ihre Güte sehr berühmt. Nähna-delfabrikanten wie Beissel und Sohn wurden von Napoleon auf der Gewerbeausstellung in Paris im Jahre 1806 mit einer Goldmedaille ausgezeichnet. Die Qualität der Beissel'schen Nadeln war so gut, dass der Inhaber der 1851 in Amerika gegründeten Nähmaschinenfabrik Singer die Firma mit der Herstellung der Nähmaschinen-Nadeln beauftragte.

Vielen sind sicherlich noch die Nadelprodukte der Marke „Eisbär“ in Erinnerung. Sie wurden von der Fa. Zimmermann in der Rosstraße hergestellt.

Erinnert sei auch noch an die fliegenden Händler oder Hausierer, die in früheren Zeiten ihre Waren in den Straßen anpriesen. So wird von einem Händler berichtet, der sich durch den



Die Herstellung der Nadeln erfolgte in zwei Schritten, die zum einen durch die Rauwirker und zum anderen durch die Schönmeister erledigt wurden. Der Rauwirker übernahm in Lohnarbeit die gröberen Arbeiten an der Nadel wie Schneiden, Zuspitzen und Öhrschlagen. Der Schönwirker ließ die Rohlinge in Scheuermühlen schleifen und polieren. Die weiteren Arbeitsschritte wie Sortieren, Bläuen und Einbriefen wurden von Gesellen und Lehrlingen in seiner eigenen Werkstatt erledigt. Da die hier durchgeführten Arbeiten eher Fingerfertigkeit als Kraft erforderten, war es üblich, mehr Frauen und Kinder als Männer zu beschäftigen. Das



Ruf „Nööööldde kop!“ (Kauft Nadeln!) schon von weitem bemerkbar machte. Kam er näher, riefen die Kinder im Chor: „Nöldekopp! Nöldekopp!“ Ziemlich verwirrt soll er darauf geantwortet haben: „Kompes ejjen Sejj!“ (Sauerkraut im Sieb!) Daraus entstand der Reim: „Der Nöldekopp, deä Handelsmann, es övverall bekannt. Sing Firma ‚Kompes ejjen Sejj‘, die jelt e jedder Land.“



Bilder: Michael Jeworrek
Text: Josefina Jeworrek

Die Aktion „MEIN HAUS SPART“ hilft bei der Gebäudesanierung

Wer jetzt eine alte Heizungsanlage austauscht, die Dämmung des Gebäudes verbessert oder undichten Fenstern und Türen den Gar aus macht, investiert in die Zukunft seiner Immobilie. Denn damit wird nicht nur das Gebäude erhalten, sondern auch der Wohnkomfort erhöht und steigenden Energiekosten entgegengewirkt.



Vom Wirtschaftsministerium NRW wurde zusammen mit elf Partnern die „Gemeinschaftsaktion Gebäudesanierung NRW - Mein Haus spart“ begründet. Zu den Partnern gehören u. a. die Architekten- und die Ingenieurkammer-Bau NRW, der Deutsche Mieterbund NRW, der Fachverband Sanitär, Heizung, Klima NRW, der Verband der Wohnungswirtschaft und die Verbraucherzentrale NRW. Die Aktion bündelt alle wichtigen

Beratungs- und Informationsangebote, die Hausbesitzer bei der Planung und Umsetzung von energetischen Sanierungsmaßnahmen unterstützen. Mit dem Angebot soll die Sanierungsrate in NRW verdoppelt werden.

„Bei den privaten Hausbesitzern steigt die Nachfrage nach Information und Beratung zur energetischen Gebäudesanierung“, berichtet die Verbraucherzentrale NRW. „Die KfW Förderbank des

Bundes vergibt zinsgünstige Darlehen und Zuschüsse an Hausbesitzer zur energetischen Gebäudesanierung. Davon profitieren könnten in NRW etwa 6 Millionen Wohnungen. Mit einer umfangreichen Modernisierung kann eine Energieeinsparung bis zu 70 Prozent erreicht werden, hierfür gibt es auch Zuschüsse bis 8750 € pro Wohnung.

Die Verbraucherzentrale NRW führt Energiesparberatungen vor Ort und in ihren Beratungsstellen durch. Das Handwerk bietet einen „Gebäudecheck Energie“ und Ingenieure und Architekten die „Startberatung Energie“. Der „Energiepass“ wurde für den Gebäudebestand verpflichtend eingeführt und soll die energetische Qualität des Gebäudes ausweisen. Dazu hat die Verbraucherzentrale NRW den Ratgeber „Der Energiepass – Was Eigentümer und Mieter wissen müssen“ veröffentlicht. Für 4,90 Euro ist er in allen Beratungsstellen erhältlich.

Weitere Informationen

www.mein-haus-spart.de

Fragen beantwortet die Energieberatung der Verbraucherzentrale NRW unter 02472-802 57 40 (Kreis Aachen) oder 0241-40 46 00 (Stadt Aachen).

Stromfressern AUF DER SPUR

Was haben Videorekorder, Anrufbeantworter und drahtloses Telefon gemeinsam? Als sogenannte Stand-by-Geräte verbrauchen sie rund um die Uhr Strom.

Das Bundesumweltamt hat ausgerechnet, dass für die Versorgung aller Stand-by-Funktionen in Deutschland zwei Atomkraftwerke nötig sind. Wohlgemerkt nicht für den eigentlichen Betrieb, sondern nur für die Bereitschaftszeit, in der sich die Geräte gespeicherte Werte merken oder darauf warten, dass ein Anruf kommt. Ein Fernseher im Stand-by-Betrieb schlägt mit 2 - 20 Watt zu Buche, beim Videorekorder sind es 10 - 40 Watt. Die Stereoanlage verschlingt 5 - 15 Watt, der Satellitenempfänger 4 - 35 Watt. Für sich genommen sind die einzelnen Verbrauchswerte gering, übers Jahr jedoch summiert sich dieser Stromverbrauch auf 200 - 800 Kilowattstunden!



SCHALTBARE STECKDOSENLEISTE

Dabei ist das Abstellen dieses unnötigen Stromverbrauchs oft ganz leicht: Schalten sie Geräte mit Stand-by-Funktion nicht mit der Fernbedienung, sondern mit dem Aus-Knopf ab. Ausnahme sollten hier nur kurze Pausen sein. Das Ausschalten schadet den Geräten nicht. Etwas schwieriger ist der Umgang mit Stand-by-Geräten, die wegen einprogrammierter Daten am Netz bleiben müssen. Manche speichern die eingegebenen Daten mehrere Tage lang, andere vergessen sie schon nach wenigen Minuten. Hier lohnt es sich, beim Kauf genauer nachzufragen.

Steht ein Neukauf an, sollten Sie sich nach dem Stromverbrauch sowohl im Stand-by-Betrieb als auch bei abgeschaltetem Gerät erkundigen. Einen Hinweis auf geringen Stromverbrauch gibt das „Energy“-Zeichen, das an die sparsamsten Geräte der Büro- und Unterhaltungselektronik verliehen wird.

Manche Geräte verfügen nicht über einen Ein-Aus-Schalter. Besorgen Sie sich direkt beim Kauf dieses Gerätes eine schaltbare Steckdose oder einen Kabelschalter. Mit einer schaltbaren Steckerleiste können mehrere Geräte gleichzeitig vom Netz genommen werden.

Mit Hilfe eines Strommessgerätes kann der Verbrauch selbst getestet werden. Die Messgeräte werden kostenlos bei der Verbraucherzentrale NRW oder den Stromversorgern verliehen.

Text und Bilder:

Heinz Discher

Verbraucherzentrale NRW
Energieberatung Kreis Aachen



GANG DURCH OCHSE

Wer einen Gang durch Aachen macht, dem fällt vielleicht die eine oder andere Sehenswürdigkeit auf. Unser Bilderrätsel lässt sich aber für Öcher und Aachen-Kenner vielleicht auch ohne Spaziergang lösen? Weitere aktuelle Aachen-Fotos finden Sie im Internet bei: www.blickpunkt-aachen.de



4. Archäologisches Fenster



5. Durchbruch



6. Röhrenbrunnen



7. Wartekralle („Frittezang“)

Alle Fotos:
Helmut Rüland



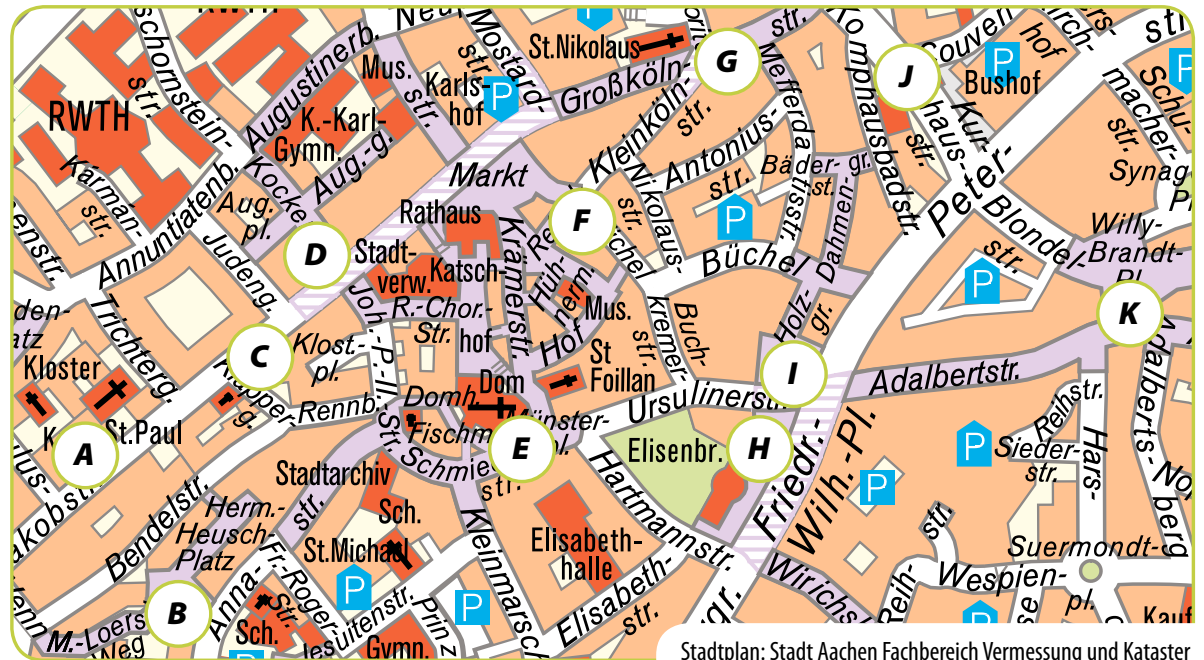
1. Aachener Wetter



2. Printenmädchen



3. Reiterkampf



Stadtplan: Stadt Aachen Fachbereich Vermessung und Kataster



8. Kugelbrunnen



9. Klenkes



10. Franziska Schervier



11. Marienbrunnen

Bei uns sind Sie in guten Händen



...und keiner ist allein!

Speziell für an Demenz erkrankte Bewohner findet täglich eine besondere Betreuung durch professionelles Personal in einer kleinen Gruppe statt.



Senioren- und
Seniorenpflegeheim GmbH

Wir laden Sie ein,



unsere Arbeit mit diesen
Menschen kennenzulernen.

ALS HUF- UND WAGENSCHMIEDLEHRLING AUF DEM DORF

In der Bearbeitung von Metall macht ihm so schnell keiner etwas vor. Seine großen und schwierigen Hände zeugen von einem langen Handwerkerleben. Seine stahlblauen Augen blitzen auf, wenn er von seinem Leben berichtet.



„Ich besuchte in Oberforstbach die Volksschule und begann mit noch nicht ganz 14 Jahren eine Lehre als Huf- und Wagenschmied in Walheim. Eigentlich wollte ich Schlosser werden, aber 1938 waren die Lehrstellen knapp. Die großen Aachener Industriebetriebe konnten unter vielen Schulabgängern auswählen und bevorzugten Bewerber aus dem Stadtgebiet. Das Arbeitsamt bot mir dann diese Lehrstelle an. Da ich groß und kräftig war und auch hier mit dem Werkstoff Metall arbeiten konnte, nahm ich das Angebot an.“

Der 84-jährige Josef Barbay erzählt voller Begeisterung, wie er dem Meister

zur Hand ging: „Zur Kundschaft gehörten Bauern aus Walheim, Oberforstbach, Kornelimünster und auch der weiteren Umgebung bis nach Brand und Roetgen hin. Es waren bis zu 300 Arbeitspferde zu beschlagen.“ Besonders gerne erinnert sich Barbay an folgende Begebenheit: „Wir hatten in Venwegen einen Kunden mit einem Reitpferd, etwas Besonderes in der damaligen Zeit. Immer, wenn das Pferd beschlagen werden sollte, fuhr ich mit dem Fahrrad nach Venwegen, um das Pferd zu holen. Nach dem Beschlagen brachte ich das Pferd zu seinem Besitzer zurück und machte mich mit dem Fahrrad

auf den Rückweg zur Schmiede. Wenn ich dort ankam, war der Arbeitstag zu Ende. Dies war jedes Mal eine willkommene Abwechslung zum Arbeitsalltag.“ Er schmunzelt und erzählt weiter: „Hin und wieder waren auch Kutschen und Karren zu beschlagen. Für die eisernen Radringe brannten dann gleich zwei Schmiedefeuer. Bei einem musste das Gebläse noch von Hand bedient werden, was dann meine Aufgabe war.“

Barbay lacht, wenn er auf die karge Entlohnung als Lehrling zu sprechen kommt: „Im ersten Lehrjahr erhielt ich zwei Reichsmark, im zweiten Jahr drei und im dritten Jahr fünf Reichsmark,

Nichts zu lachen? Dann kommen Sie zu uns!

**farma-plus bietet
DISCOUNT-PREISE
die Spaß machen!***

Sparen** Sie sich bei uns
ein Lächeln ins Gesicht!



Preiswerte Medikamente in Aachen & Düren!**

farma-plus APOTHEKE
... konsequent günstig!*

Wirteltorplatz 9 | 52349 Düren
Tel.: 02421/40 78 30 | info@farma-plus-dueren.de

Blondelstraße 18 | 52062 Aachen
Tel.: 0241/9 00 60 33 | info@farma-plus-aachen.de



**27%
gespart!**

>>> 17,90 €

Prostagutt forte 160 | 120 mg
60 Kapseln - UVP 24,80 €*

Anwendungsgebiete:
Miktionsbeschwerden bei benign. Prostatatypyperplasie Stadium I-II n. Alken.



**27%
gespart!**

>>> 8,95 €

Baldriparan Stark für die Nacht
30 Dragees - UVP 12,35 €*

Anwendungsgebiete: Nervös bedingte Einschlafstörungen.
Wirkstoff: Baldrianwurzel-trockenextrakt



**25%
gespart!**

>>> 34,90 €

Gingium intens 120
60 Tabletten - UVP 46,65 €*

Anwendungsgebiete: Symptom. Behandl. v. hirng. bed. Leistungsstör. im Rahmen eines
therapeut. Gesamtkonzeptes b. dement. Syndrom. Verlängerung d. schmerzfreien Gehstrecke
b. periph. arterieller Verschlusskrankh. (Stadium II nach Fontaine). Schwindel, Tinnitus,
vaskulärer u. involutiver Genese. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Ginkgo biloba-Blättern



**25%
gespart!**

>>> 26,75 €

Vita-Gerin Geistlich N
100 Kapseln - UVP 35,85 €*

Anwendungsgebiete:
Traditionell angewendet zur Besserung des Allgemeinbefindens.

WEITERE TOP-ANGEBOTE** IN IHRER APOTHEKE!

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

*UVP=Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. **ausgenommen rezeptpflichtige Medikamente.
Gültig bis 30.09.2008. Preise inkl. MwSt. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen und solange der Vorrat reicht. Irrtümer vorbehalten.



immerhin wöchentlich bar auf die Hand! Samstags wartete ich nach getaner Arbeit öfters eine geraume Zeit in der Schmiede, bis dass der Meister mit dem Wochenlohn aus der neben der Werkstatt liegenden Wohnung kam.“ Stolz zeigt er seinen Gesellenbrief und das Prüfungszeugnis vom 3. Mai 1938 sowie die Prüfungsstücke.

Nach beendeter Ausbildung fand er schnell eine Anstellung bei der Reichsbahn. Von 1942 – 1945 war er Soldat und befand sich von März bis August 1945 in Kriegsgefangenschaft bei Pisa/Italien. „Nach meiner Rückkehr nach Walheim begann ich wieder bei der Bahn und machte dort zunächst eine Ausbildung zum Lokomotivführer. Wegen des Schichtdienstes wechselte ich in die Werkmeister-Laufbahn. Im Rahmen von Abbaumaßnahmen der Bundesbahn habe ich mich 1978 als Hauptwerkmeister pensionieren lassen. Ich hätte noch bleiben und einen Lehrgang zum Betriebsinspektor machen können. Dann hätte ich mich aber nach Köln versetzen lassen müssen. Das wollte ich mir und meiner Familie mit 55 Jahren nun doch nicht mehr antun.“

Langeweile hat Barbay auch in diesen 30 Jahren, in denen er nun nicht mehr im Arbeitsleben steht, nicht gehabt. Mitten

in seiner kleinen Werkstatt neben dem Haus steht immer noch ein Amboss, umgeben von seinen Prüfungsstücken, einem großen Wagenrad und vielen schmiedeeisernen Gegenständen, die vom Können des gelernten Huf- und Wagenschmieds zeugen.

Barbay sieht man sein Alter nicht an. Er wirkt lebhaft mit wachen Augen in einem freundlichen, aufmerksamen Gesicht. Er ist mit seinem Leben zufrieden. Nur eines bedrückt ihn: Er blickt nachdenklich aus seinem Wohnzimmerfenster in der ehemaligen Walheimer Volksschule auf das Wegekreuz an der gegenüberliegenden Straßenseite. Viele Jahre hat er sich um dieses Kreuz gekümmert und einen Altar für die Fronleichnamspzession aufgebaut. Seine Frau Betty, die ihn dann mit Altartüchern, Kerzen und Blumen geschmückt hat, ist vor mehr als 1 ½ Jahren nach langjähriger Krankheit verstorben. Nun lebt er allein.

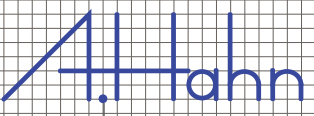
Das Haus, das sie nach ihrer Heirat 1951 bezogen, wurde 1828 – 1830 erbaut und war das erste richtige Schulgebäude des Ortes. Im Erdgeschoss war der große Klassenraum, im Obergeschoss befanden sich die Lehrerwohnung und das Gemeindegemach. Nach dem Neubau



einer größeren Schule 1934 kaufte der (zukünftige) Schwiegervater Peter Voß das Haus. Josef Barbay erwarb es dann in den Jahren 1962/63. Es steht unter Denkmalschutz und ist äußerlich unverändert. Nur die Toilettenanlage (Plumpsklos) hinter der Schule wurden abgerissen und der Schuppen durch einen Anbau ersetzt. Die Schmiede seines Lehrherrn Jacob Jansen in der Prämienstraße 86 wurde leider vor einigen Jahren abgerissen, um einer neuen Bebauung zu weichen.

Text und (Repro-)Fotos:
Josef Römer





Mein Leistungsangebot

- Beratungsgespräch
- Erstellung eines Angebotes
- Erarbeitung detaillierter Lösungsvorschläge
- Umsetzung und Bauleitung

Tel.: 0241/ 1 891 372 mobil 0178/ 7 415 862

Architektin www.barrierefrei-umgestalten.de



Vitalia 

Service-Wohnen • Würselen • Bahnhofstraße SENIORENRESIDENZ

Aktiv leben und ungestört genießen

Überzeugen Sie sich selbst

Vitalia Seniorenresidenz
52146 Würselen
Bahnhofstr. 17-19
Tel.: 02405 / 47360
Fax: 02405 / 47360-66

info@vitalia-seniorenresidenz.de



AUF DEN SPUREN DES DEUTSCHEN ORDENS IN DER EUREGIO



3. Teil

Die Landkommende Sint-Pieters-Voeren

Die Gemeinde Voeren mit den Dörfern 's-Gravenvoeren, Sint-Pieters-Voeren, Sint-Martens-Voeren, Moelingen, Remersdaal, Teuven im belgischen Teil von Limburg ist vielen Lesern in der Euregio durch Sprachdifferenzen bekannt, weil Voeren im Süden an die frankophone Provinz Lüttich, im Norden an die niederländische Provinz Limburg grenzt. Im Westen bildet die Maas einige hundert Meter die Gemeindegrenze. Die Sprachdifferenzen sind weitgehend beigelegt. Die Namen der Orte Teuven, Remersdaal, Moelingen und Voeren sind ripuarischen Ursprungs. (Die Ripuarier waren ein Germanenstamm, der im vierten bis zum fünften Jahrhundert an Rhein, Mosel und Teilen der Eifel-Ardennen siedelte.) Die Dörfer sind landschaftlich wunderschön gelegen mit vielen historischen Bauwerken. Das imposanteste Bauwerk ist die Landkommende des Deutschen Ordens Sint-Pieters-Voeren. Wir sprachen mit Herrn Roland Vanmuysen, zuständig für Entwicklung und Raumplanung bei der Gemeindeverwaltung Voeren.

Wann entstand die Kommende Sint-Pieters-Voeren?

1242 trat Daniel van Voeren in den Deutschen Orden ein und schenkte seine Besitztümer, einschließlich des Gutshofes „allodial goed St. Pieters-Voeren“, dem Deutschen Orden. Das genaue Datum, wann der erste Verwaltungsbezirk (Kommende) des Ordens gegründet wurde, ist nicht bekannt. 1320 wird als erster „Commandeur“ Herr von Bronchorst genannt.

Wer war der Bauherr?

Die dortigen alten Gebäude wurden im 17. Jahrhundert durch eine neue Schlossanlage ersetzt. Hier sind als Bauherren G. von Streithagen und W. von Metternich zu Mühlenark bekannt (1607–1626).

Wie oft hat die Kommende den Besitzer gewechselt?

1798 wurde sie im Rahmen der Säkularisierung durch die französische Besatzungsmacht enteignet und versteigert. J. J. Dresse van Verviers wurde neuer Besitzer. 1856 wurde sie an Baron O. de Loé de Mheer verkauft. 1893 kam sie in den Besitz von Baron L. de Waleffe. Die Familie de Potesta de Waleffe hat die Gebäude restauriert.

Wurde sie durch

Kriegseinwirkung zerstört?

Es ist nicht bekannt. Im 1. Weltkrieg

fanden hier in der Gegend Scharmützel statt zwischen der deutschen kaiserlich-wilhelminischen Armee, die das neutrale Belgien überfallen hatte und der belgischen Armee. Es kam zu Repressalien gegen die Bevölkerung.

In der Kommende ist eine ergiebige Quelle, wie viel Wasser liefert sie?

Die Quelle spendet in der Minute 4.000 Liter Wasser. Bei Regenwetter kann sie bis zu 11.000 Liter in der Minute spenden.

Wann entstand die Fischzucht in der Kommende?

Die Besitzer der Schlossanlage waren römisch-katholisch. Es gehörte zur Tradition, dass freitags und in der Fastenzeit kein Fleisch gegessen wurde, sondern Fisch. Da die Küste 200 Kilometer im Westen liegt, hatte jede Familie Süßwasserfisch als Vorrat. Die Quelle der Voer was bestens geeignet, weil sich hier kaskadenförmig Fischbecken anlegen ließen. Seit 1885 wird die Fischzucht professionell betrieben. Nicht nur Forellen, auch Störe gibt es hier.

Wie schätzen Sie die Bedeutung der historischen Gebäude der Gemeinde Voeren für die Naherholung der Städte in der Euregio ein?

Die historischen Gebäude sind sehr wichtig für die ganze Gegend. Es gibt nicht nur die Landkommende des



Deutschen Ordens Sint-Pieters-Voeren. Jedes Dorf hat seine Serie von kleinen und großen historischen Gebäuden, nicht nur Schlösser, auch große Bauernhöfe und kleine Kapellen. So gibt es die Schlösser Altembroek und Obsinnich, die Bauernhöfe Stroevenbos, Hagelstein, Mariahof. Im touristischen Dienst der Gemeinde Voeren spielen diese eine deutliche Trumpfkarte, doch ebenso die vielen Wander- und Radfahrwege und die gute Gastronomie von Voeren.

ANFAHRT: Von Aachen aus der B 264 (Lütticher Straße) bis zur Landesgrenze Belgien folgen, weiter über Kelmis auf der N 3 bis Henri-Chapelle. Hinter dem Ortseingang rechts Richtung Visé der N 608 folgen. Sie überqueren die N 648 und fahren weiter auf der N 608 Richtung Visé. Nach wenigen Kilometern sehen Sie auf der rechten Seite ein kleines Casteel, achten sie auf die Beschilderung auf der rechten Seite Richtung Sint-Pieters-Voeren und folgen Sie der Straße.

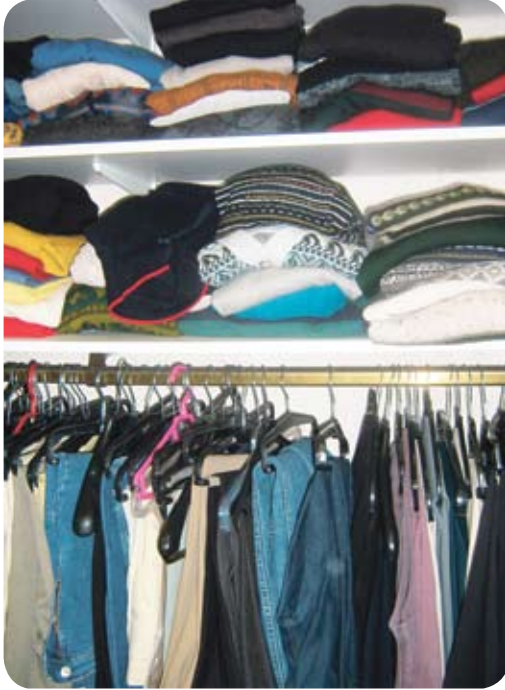


Text und Bilder von:
Mathias J. Fleu



MODISCHES FÜR DEN KLEINEN GELDBEUTEL

„Das ist meins“, sagt eine junge Frau, als sich eine andere bückt, um einen Pulli, der auf dem Boden liegt, aufzuheben. Wer hier fündig geworden ist, tut gut daran, die Ware nicht mehr aus den Augen zu lassen, weil sie sonst andere Liebhaber finden könnte. Pullover, Blusen, Röcke, Hosen ab 1,50 €, das sind wahrhaft traumhafte Preise, und das nicht nur zum Saisonende-Ausverkauf, sondern das ganze Jahr hindurch.



ZWEITE-HAND-LADEN IN AACHEN-BRAND BOOMT

So ist es kein Wunder, dass dienstags von 10 bis 12 Uhr und freitags von 15 bis 17 Uhr das Gedränge groß ist und die vier Mitarbeiterinnen alle Hände voll zu tun haben. Und Reklame brauchen sie dafür nicht zu machen, es spricht sich rund, dass man in der Josefallee im Stadtteil Brand im ehemaligen Schulgebäude Kleidungsstücke für wenig Geld erwerben kann. Maria Richardy war es, auf deren Initiative der Kleiderladen 1988 gegründet wurde: Sie hatte die Idee, dass es doch jammerschade sei, wenn viele Frauen nicht wissen, wohin mit ihren Kleidern, während andere froh wären, diese billig kaufen zu können.

Offiziell heißt die Einrichtung „Zweite - Hand - Laden der Caritas von St. Donatus, Aachen-Brand“, und zurzeit sind es 19 Mitarbeiterinnen, die sich in den Diensten abwechseln. Nach 15 Jahren gab Maria Richardy die Leitung ab, die sich heute Käthe Souvignier und Margot Gier teilen. Aber, so betont Käthe Souvignier: „Wir arbeiten im Team, da ist

jede gleichberechtigt.“ Und nur so kann der Laden perfekt laufen, denn während sich die Kundinnen „knubbeln“, wie man in Brand zu sagen pflegt, wird zwischendurch fleißig aufgeräumt, damit die Übersicht nicht verloren geht.

Hier Ordnung zu halten, ist schon schwer genug, die Kleidungsstücke nach Größen zu sortieren fast unmöglich. Wenn vor der Öffnung die Waren verkaufsbereit in Regalen liegen und an Ständern hängen, so ist diese heile Welt schnell durcheinander geraten, nachdem die ersten Kundinnen nach ihren Lieblingsstücken gesucht haben. Denn Wühlen ist hier erlaubt und Anprobieren auch, wozu sogar eine Kabine abgeteilt wurde. Und dann gibt es auch eine extra Herren-Abteilung, aber hier wird



bestätigt, was ohnehin bekannt ist: Einkaufen ist Frauensache, Männer lassen sich selten blicken. Und da die Frauen unter sich sind, werden gute Ratschläge bezüglich Passform oder Farbe gegeben. Und ein Kleid, das etwas zu weit ist, wird fachmännisch abgesteckt. Wirklich chice Teile kann finden, wer Zeit zu suchen hat. Im Eingangsbereich hängen ausgewählte Stücke als Blickfang. Die niedrigen Preise sind derart verführerisch, dass die meisten Kundinnen mehrere Teile mitnehmen. Und an der Kasse wird dann ausgerechnet, dass dafür meistens weniger als 10 € zu zahlen sind.



Kinderbekleidung geht sogar Stück für Stück für 50 Cent über die Theke. „Diese niedrigen Preise“, sagt Käthe Souvignier, „müssen wir halten, sonst gehen die Sachen nicht weg.“ Und das ist schließlich der Sinn der Sache, dass alles einen Abnehmer findet. Kleidungsstücke, die nicht mehr so gut sind, bekommt die KAB. Wer also hier Kleider spendet, kann sicher sein, dass der Erlös der Verkaufssaktion für Menschen in Not bestimmt ist. Es muss nicht extra erwähnt werden, dass die Mitarbeiterinnen ehrenamtlich tätig sind. So ist der Vorteil auf beiden Seiten: Auf der einen Seite sind die, die preiswert einkaufen können, ohne ihr Portemonnaie allzu sehr zu schröpfen, auf der anderen Seite die Organisationen, die für ihre vielfältigen caritativen Aufgaben etwas Geld in die Kasse bekommen. Schließlich sind auch die zufrieden, die ihren Kleiderschrank zugunsten des Zweite - Hand - Ladens aufgeräumt haben. Ob es ein besonders bemerkenswertes Erlebnis während ihrer Arbeit hier gegeben hat, wird Brigitte Steins gefragt, die langjährige Mitarbeiterin, die heute die Kasse betreut. Sie überlegt, dann erzählt sie von den beiden Frauen, die beide dasselbe Paar Schuhe haben wollten. Keine wollte es der anderen gönnen, und so gingen schließlich beide mit je einem Schuh nach Hause. Aber das war ein absoluter Einzelfall. Die meisten Kundinnen bedanken sich, wenn sie ihre Tüte mit der gewünschten Ware entgegennehmen. Eine junge Frau sagt sogar: „Die Sachen helfen, ich bin froh“, und verlässt glückstrahlend den Laden.

Text und Bilder von:
Inge Gerdorf



„EIN SENIORENBEOUFTRAGTER ZUM ANFASSEN“



Seit nunmehr 14 Jahren kümmert sich Helmut Franken als Seniorenbeauftragter der Stadt Baesweiler um die Belange der älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger.

Schon 1994 hatte die Stadt Baesweiler durch die damalige Einrichtung einer „Informationsstelle für Senioren“ die Notwendigkeit erkannt, die Belange der Senioren/Innen nicht zu belächeln, sondern ernst zu nehmen und nicht außer Acht zu lassen.



Da Helmut Franken neben vielen anderen Aufgaben hauptsächlich auf dem Gebiet der Rentenversicherung „zu Hause“ ist, genießt er zwangsläufig den Vorteil, über eventuelle Sorgen und Nöte unserer älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger unmittelbar in Kenntnis gesetzt zu werden. So ist er sozusagen auf dem „kleinen Dienstweg“ in der Lage, unmittelbar nach Lösungen zu suchen oder ad hoc Hilfestellung zu leisten. Dabei legt er



besonderen Wert auf möglichst rasche und unbürokratische Hilfe und Beratung. Sollten, wenn überhaupt, noch irgendwelche Reste von Hemmschwellen beim Betreten einer „Amtsstube“ aus früherer Zeit vorhanden sein, werden diese spätestens beim Besuch im Rathaus Setterich, An der Burg, Zimmer 12, abgelegt.

Woche der Senioren vom 7. - 23. September

Seit 2001 organisiert Helmut Franken mit dem Team des Sozialamtes die „Woche der Senioren“: In dieser Woche versucht die Stadt Baesweiler, möglichst viele der im Laufe des Jahres herangetragenen Wünsche, Anregungen, Verbesserungsvorschläge etc. komprimiert in Form einer bunten Mischung aus Unterhaltung, Wissenswertern, Kultur und Gesundheit in die Realität umzusetzen.

Und dass Herr Franken nicht nur aus purem Pflichtbewusstsein, sondern aus Überzeugung und richtig gerne hilft und Ansprechpartner ist, hat so mancher schon beobachten können, wenn er beim Tanztee die eine oder andere Seniorin zum Tanz auffordert. (Der Tanztee findet am Sonntag, den 7. September 2008, wie gewohnt ab 15 Uhr bis 18 Uhr im Pädagogischen Zentrum des Gymnasiums Baesweiler statt!)

Aber auch außerhalb der Dienstzeiten hat Helmut Franken stets ein



offenes Ohr für die Belange unserer Senioren/Innen. So wurde schon so mancher Termin für ein Beratungsgespräch im Rathaus beim samstäglichem Einkauf im Supermarkt oder beim Spaziergang vereinbart. Ein Seniorenbeauftragter zum Anfassen eben, wann lernen Sie ihn einmal kennen?

Helmut Franken

Rathaus Setterich, Zimmer 12

Tel.: 02401-800-512

Mo., Do., Fr.: 10 - 12 Uhr

Di.: 10 - 12 Uhr u. 14 - 17.30 Uhr



Unsere Leistungen:

- Grundpflege
- Behandlungspflege
(Ausführung aller ärztlichen Verordnungen)
- Urlaubs- und Verhinderungspflege
- Pflegeberatung und Pflegeeinsätze
nach § 37 Abs. 3 SGB XI
- Organisation von Hausnotrufsystemen,
fahrbarem Mittagstisch,
Pflegehilfsmitteln und Haushaltshilfen



Häusliche Alten- und Krankenpflege

Tel.: 0241 - 90 19 860 • Fax: 0241 - 90 19 862

Astrid Siemens • Habsburgerallee 11-13 • 52064 Aachen

24 Std. Bereitschaftsdienst



Alzheimer-Gesellschaft Aachen e.V.

Das Risiko, an einer Alzheimer-Demenz zu erkranken, steigt mit zunehmendem Lebensalter. Auf Grund der steigenden Lebenserwartung ist daher mit einer ständig zunehmenden Zahl von Demenzkranke zu rechnen. Hochrechnungen gehen davon aus, dass in Aachen zwischen 1500 und 3100 ältere Menschen an einer Demenz erkrankt sind. Die meisten werden zu Hause von Angehörigen gepflegt. In den nächsten drei Jahrzehnten wird die Zahl der Erkrankten um rund 40% steigen.

Die Alzheimer-Demenz als häufigste Demenzform führt zu einem fortschreitenden Verlust intellektueller und lebenspraktischer Fähigkeiten bis hin zur völligen Hilflosigkeit. Darüber hinaus machen Unruhe und aggressive Verhaltensstörungen die Pflege und Betreuung zu einer kräfte- und nervenzehrenden Schwerstbelastung rund um die Uhr. Die Leistungen der Pflegeversicherung bieten hierbei nur die notdürftigste Unterstützung - Versorgungslücken gibt es vor allem bei der zeitaufwendigen Beaufsichtigung.



DIE ALZHEIMER-GESELLSCHAFT AACHEN E.V. MÖCHTE DARUM...

- Verständnis und Hilfsbereitschaft in der Bevölkerung für die Alzheimer-Krankheit und andere Demenzerkrankungen fördern
- gesundheits- und sozialpolitische Initiativen anregen
- Entlastungsmöglichkeiten für die Betreuenden schaffen durch Beratung, Aufklärung, Entwicklung neuer Betreuungsangebote
- die Vernetzung und Weiterentwicklung vorhandener Angebote fördern.

Durch fachkundige Menschen unter den Mitgliedern des Vereins ist es möglich, sich individuell - auch zu Hause - beraten zu lassen (Termine nach Absprache).

WEITERE AKTIVITÄTEN:

- zweimal jährlich bietet die Alzheimer-Gesellschaft eine achteitellige Seminarreihe zum Thema „Umgang mit Demenz“ an. (Kurstermine bitte unter der u.g. Telefonnummer erfragen!)
- Fachvorträge („Themenabende“) sowie Erfahrungsaustausch für pflegende Angehörige und andere Interessierte
- Unterstützung alternativer Wohnformen in ambulant betreuten Wohngemeinschaften für gerontopsychiatrisch veränderte alte Menschen: Die Alzheimer-Gesellschaft hat Räume für zwei Wohngemeinschaften gemietet. Jeweils 8 gerontopsychiatrisch erkrankte Menschen können als (Unter-)MieterInnen in diesen Wohngemeinschaften zusammenleben. Das Wohnprojekt befindet sich auf einem ehemaligen Fabrikationsgelände in Aachen, innerhalb eines Wohnblocks mit begrünten Hofanlagen. Die MieterInnen in der jeweiligen Wohngemeinschaft werden durch einen gemeinschaftlich selbst ausgewählten Pflegedienst rund um die Uhr betreut. Die Wohnform bietet einen überschaubaren, familienähnlichen Rahmen, in dem pflegebedürftige Menschen mit Demenz oder psychischen Beeinträchtigungen ein möglichst „normales“ Leben führen können.

Der Verein möchte für die bzw. gemeinsam mit den von Demenz betroffenen Menschen und deren Angehörigen eine starke Lobby bilden. Hierzu sucht der Verein MitstreiterInnen und Fördermitglieder, die ihn tatkräftig und finanziell unterstützen.

Alzheimer-Gesellschaft Aachen e.V.

Stolberger Str. 23, 52068 Aachen

Tel.: 0241-44 59 92 07

(i.d.R. Mo. - Fr. von 9 bis 15 Uhr)

www.alzheimergesellschaft-aachen.de

1.Vorsitzender: Friedhelm Nießen



KOMPETENTE HILFE BEI DEMENZ

- Häusliche Alten- und Krankenpflege durch kleine Pflegeteams
- Ganztägige Betreuung im Tagespflegehaus
- Anerkannter häuslicher Entlastungsdienst für Familien mit demenzerkrankten Menschen
- Kostenlose Demenzfachberatung - auch bei Ihnen zuhause
- Ambulant betreutes Wohnen (LVR)

ERSTMALIG IN AACHEN

Wohlfühlen wie in einer Familie, persönliche Begleitung rund um die Uhr. In zwei ambulant betreuten Wohngemeinschaften in der

Joseph-von-Görres-Str. 82a

finden jeweils acht psychisch veränderte oder demenzbetroffene Menschen ein neues Zuhause.

Weitere Informationen und Anmeldungen unter:

- Tel.: 0241 - 51 44 95
- www.fauna-aachen.de



Musik hält gesund



Menschen, die ein Musikinstrument spielen lernen, senken ihr Alzheimer-Risiko. Das belegt eine Studie von Prof. Dr. Joe Verghese, Medizinischer Direktor der Universität Burlington von 2003.

(Bild: www.cs.or.at)

99% aller Menschen sind musikalisch und könnten ein Instrument spielen, nur 1% sind unmusikalisch! Jeder Mensch ist davon überzeugt, Schreibmaschine schreiben lernen zu können. Ein Tasteninstrument ist fast nichts anderes! Es kommen nur schönere Klänge zustande... Musik selbst spielen und hören setzt Glückshormone frei, macht fit, hält Sie gesund und fördert gleichzeitig den Seh-, Gehör-, Tast- und Bewegungssinn, die Stimme, das Rhythmus- und Harmoniegefühl, das Denkvermögen, die Schnelligkeit, Motorik und Konzentration, sowie den Instinkt und den Intellekt. Es hat Gründe, warum viele Musiker und Dirigenten steinalt werden!

Das Musizieren stimuliert unser Gehirn und kann deshalb den schleichenden Zellenabbau im Gehirn verhindern. Einige der im Alter betroffenen Gehirnareale sind bei Musikausüben stärker ausgebildet, denn Musik Spielen hat einen großen Trainingseffekt für das Gedächtnis. Alle beim Hören und bei der Lautbildung beteiligten Hirnpartien werden durch Musik trainiert und stimuliert. Jede einzelne Information eines Musikstücks gibt Anweisungen für eine Muskelgruppe und hält somit das Gehirn wach, die Muskeln tätig und bildet neue Nervenschaltungen im Gehirn. Musizierende 60- bis 70-Jährige haben wesentlich bessere Gedächtnisleistungen (WDR-Fernsehen „Planet Wissen“ vom 12.8.2008, Prof. Eckart Altenmüller vom Institut für Musikphysiologie und Musikermmedizin in Hannover).

Musik hat die Kraft, den Blutdruck zu regulieren, verändert die Atmung und die Muskelspannung, beeinflusst den Hormonhaushalt, wirkt auf die Nebenniere und Hypophyse, verringert Stresshormone, erhöht die Produktion schmerzkontrollierender Betaendorphine im Körper und kann Schmerzen dämpfen. Das Musizieren beeinflusst positiv das Unterbewusstsein, die Charakterbildung, die Selbstwahrnehmung und das Wohlbefinden. Darüber hinaus löst Musik Emotionen aus, stimuliert Ihr Wohlbefinden und regt das limbische System im Gehirn an.

Besonders effektiv für das spielerische Hirntraining ist das Musizieren auf einem Instrument mit einer Klaviatur. Durch den Einsatz und die Koordination der Finger der rechten und linken Hand für die Melodie, den Rhythmus und die Begleitung in einem Musikstück werden beide Gehirnhälften gleichzeitig spielerisch trainiert. Ein Tasteninstrument (z.B. eine E-Orgel oder ein Keyboard) ist mit zunehmendem Alter zudem leichter zu erlernen als ein Saiten- oder Blasinstrument.

Bleibt noch die Wahl der richtigen Musikmethode, um ein Instrument zu erlernen. Hier drei zur Auswahl: Die klassische Notation, nach der z.B. das Klavierspiel erlernt wird, die Easy Tutor-Methode oder - für E-Orgel und Keyboard's - eine sehr einfache Selbstlernmethode. Mit dieser Methode spielen absolute Laien in jedem Alter, ohne vorher auch nur eine Note zu kennen, unabhängig vom Bildungsstand, ohne Fingerakrobatik nach 3 (!) Stunden den ersten Song. Sätze wie „...kann ich nicht“, „...lerne ich nie“, „...bin zu alt“, „... ist zu schwer“, „...habe steife Finger“ gelten nicht mehr.

Bei Bedarf führt der Autor ein Info-Seminar durch, in dem er den Teilnehmern in Theorie und praktisch am Instrument drei Musikmethoden vorstellt, darunter die oben genannte Selbstlernmethode. Sie befähigt jeden Laien, selbsttätig zu Hause Keyboard spielen zu lernen. Wer mit zunehmenden Alter beginnt, ein Instrument zu erlernen, und es mit dieser Methode versucht, wird nicht mehr die Fuge von Bach spielen lernen. Aber je nach Übungsfleiß reicht es schon für musikalische Nachmittage im Bekanntenkreis, bei Familienfeiern und sonstigen Festen.

Näheres zum Info-Seminar bei
G. Mütterich unter Tel.: 02451-686 03
oder musik-seminar@web.de



Günther Mütterich



apetito
ZUHAUS

Möchten Sie zu Hause köstlich speisen?

Wir bringen Ihnen köstliche Menüs ins Haus. Auf Wunsch jeden Tag. Einfach anrufen und bestellen!

- leckere Menüs in großer Auswahl
- auch diabetikergerechte Menüs und Schonkost
- frisch zubereitet aus besten Zutaten
- 7 Tage die Woche, auch an Sonn- und Feiertagen
- vom freundlichen Menükurier ins Haus gebracht

PROBIER-ANGEBOT

Jetzt bestellen und selbst überzeugen!



www.apetito-zuhaus.de

02 41 – 9 16 16 88

Künstlerisches Arbeiten mit älteren und demenziell erkrankten Menschen

Die Aachener Künstlerin Mechthild Seck bietet künstlerische Kurse für Senioren und ältere Menschen an, die demenziell erkrankt sind. Um die Sinne gezielt zu fördern, arbeitet die Künstlerin mit Methoden der Biographiearbeit, Musiktherapie, Kunsttherapie und vielem mehr. Eines wird dabei schnell klar: Auch alte Menschen haben Freude am kreativen Gestalten und können, selbst wenn Sie in Ihrem Leben noch nie künstlerisch tätig waren, in jedem Alter damit beginnen.



„Ich arbeite mit zum Teil sehr dementen Menschen. In einer ruhigen und entspannten Atmosphäre kann sich jeder ausprobieren, seine Sinne neu erfahren und einfach nach Herzenslust kreativ werden“, erläutert Seck. „Dabei versuche ich, alle Sinne zu erreichen. Ich arbeite zum Beispiel mit Musik, Naturmaterialien, Farbe, Berührungen und Gerüchen. Meistens mische ich in den

versinken, Linien und Figuren wachsen lassen, Gestalt finden, still werden, etwas Schönes erschaffen, gestärkt nach Hause gehen und viel über Kunst lernen“, verspricht die Künstlerin.

Viele weitere Inspirationen laden dazu ein, kreativ zu werden. Das kann ein vorgelesenes Märchen sein, das Erkosten eines wunderbaren Stoffes, ein Tango oder ein alter Schlager, ein frisch



Stunden die Methoden oder bringe zum Beispiel meinen Hund mit, den dann erstmal alle streicheln und dann später vielleicht noch malen. Oder ich pflücke einen frischen Strauß Kräuter im Garten und nach einer Geruchsprobe reden wir darüber, in welchen Gerichten man diese Kräuter verwendet hat, und malen vielleicht eine frische grüne Wiese. Oder ich sammle frische Tannenzapfen und jeder riecht erstmal ausgiebig daran und dann hören wir ein schönes Lied von Wäldern und so entwickelt sich das dann.“

Diese Arbeit gleicht einem Weg des Suchens und Findens, entwickelt sich zur Spurensuche. „Dabei kann man etwas für sich tun, eine Frage, ein Thema finden, in die Tiefe gehen, in Farbe

gebackener Kuchen, süß duftende Himbeeren oder eine kleine Massage mit einem wohlriechenden Öl. „Das alles nenne ich ‚sensomotorisches Erleben‘“, betont Seck.

Die Kurse sind nach Absprache im Atelier der Künstlerin an der Jakobstraße 220, 52064 Aachen, zu Hause in privater Umgebung, in Wohngruppen, sowie Alten- oder Pflegeheimen möglich.

Je nach Wunsch gibt es Kurse für Einzelpersonen und kleine Gruppen
Tel.: 0241-400 80 37.

Nina Krüsmann



BRIEFE AN DIE GESELLSCHAFT VON MORGEN Schreibwettbewerb für Senioren

Erfahrungen eines langen Lebens festhalten und das Erlebte an andere weitergeben – so lauten die Ziele eines Schreibwettbewerbs von Aktion Mensch und Diakonie.



Ab sofort sind Menschen ab 70 Jahren aufgerufen, sich am Wettbewerb „Mein Brief an die Gesellschaft von morgen“ zu beteiligen. „Uns interessieren die Erlebnisse, Gedanken und Visionen älterer Menschen und ihre Ideen, wie die Gesellschaft von morgen aussehen soll“, erklärte Heike Zirden, Pressesprecherin der Aktion Mensch. Die Autorinnen und Autoren der Gewinnerbeiträge reisen zu einem Kultur-Wochenende nach Berlin, inklusive Lesung ihrer Texte.

Die Beiträge sollen nicht länger als 3 Seiten DIN A4 sein und können per Post, E-Mail, Fax, Tonaufnahme oder Filmversion unter dem Stichwort „Brief an morgen“ an die Diakonie oder an die Aktion Mensch geschickt werden. Der Wettbewerb endet am 31. 12. 2008.

AKTION MENSCH

Heinemannstr. 36

53175 Bonn

Tel.: 02 28 / 20 92-363

Fax: 02 28 / 20 92-333

E-Mail:

mechthild.buchholz@aktion-mensch.de

HALIFAX - AACHEN

1949 - 1979 - 2009 Stationen einer Partnerschaft

Im Jahr 2009 wird in Aachen die seit 1949 bestehende Freundschaft und Partnerschaft mit der nordenglischen Stadt Halifax 60 Jahre alt. Es handelt sich hierbei um die älteste freundschaftliche Verbindung zwischen Aachen und einer ausländischen Stadt. Die Partnerschaft und ihr langer Bestand ist eine Geschichte über Hilfs- und Einsatzbereitschaft für das Verständnis der Völker untereinander. Mit einem Festakt im Krönungssaal des Rathauses soll dieses Ereignis im September 2009 gefeiert werden.

Begonnen haben die Kontakte zwischen Halifax und Aachen auf Initiative der britischen Militärregierung. Bereits 1948 wurden Aachener Kinder zur Erholung nach England geschickt. Von 1948 bis 1953 kamen Halifaxer Jugendliche für mehrere Wochen im Jahr nach Aachen, um beim Wiederaufbau zu helfen. Sie wohnten in der Gelben Kaserne am Elsaßplatz. Sie renovierten Häuser und betreuten Jugendliche, sogar ein Schwimmbad entstand auf dem Kasernengelände.



1948: Eine Gruppe junger Helfer aus Halifax in der Gelben Kaserne am Elsaßplatz/ Foto: M. Melech

Auch offizielle Kontakte zwischen Aachen und Halifax fanden in dieser Zeit statt. So fuhrten im Jahr 1950 sechs Aachener Stadtvertreter nach Halifax.



1950: Aachener Stadtvertreter im Rathaus von Halifax. Mitte: Mayor Fred Sharp, Foto: Archiv PK

Besuche von Aachener Schulklassen in Halifax und umgekehrt begannen in dieser Zeit. 1955 organisierte die Aachener Europa-Union den ersten Familienaustausch mit Halifax. Dieser Familienaustausch bildet seither den Grundstock der Partnerschaft. Gewohnt wird privat bei Familien. So entstanden Freundschaften zwischen Engländern und Deutschen, die schon Jahrzehnte dauern.

1979 wandelte ein Ratsbeschluss der Städte Halifax/Calderdale und Aachen die Freundschaft in eine offizielle Partnerschaft um.

DAS PARTNERSCHAFTSKOMITEE AACHEN-HALIFAX/CALDERDALE E.V.

1995 wurde der Verein „Partnerschaftskomitee Aachen-Halifax/Calderdale e.V.“ gegründet. Die Ziele des Vereins sind es, „...die Beziehungen im kulturellen, schulischen, sportlichen und gesellschaftlichen Bereich zwischen den Städten Aachen und Halifax/Calderdale zu vertiefen und im Sinne der Völkerverständigung zu wirken.“

Das Komitee informiert die Aachener bei zahlreichen Gelegenheiten über seine Arbeit. Dies geschieht auf dem Katschhof während der Karlspreisverleihung, bei dem alle drei Jahre stattfindenden Städtepartnerschaftsfest im Rathaus und auch bei der Euregio-Messe war das Komitee präsent. Mitgliederversammlungen finden monatlich statt, außerdem gibt es jedes Jahr ein Sommergrillfest und eine Jahresabschlussfeier. Das Komitee hilft bei der Kontaktaufnahme zwischen Schulen und Kulturvereinen. Eine feste Schulpartnerschaft besteht zwischen der

Viktoriaschule und der Crossley Heath School in Halifax. Weitere Schulkontakte werden aufgebaut. Folklore-Gruppen und Chöre waren in Aachen, so die Sowerby Bridge Rushbearing Group,



Baumpflanzung 1999 im People's Park Halifax mit OB Dr. J. Linden und dem Mayor of Calderdale, P.S. Coles, aus Anlaß der offiziellen 20-jährigen Partnerschaft, Foto: C. Schmidt

die Kirkburton Rapier Dancers und die Sänger der Halifax Choral Society. 2006 gab der Halifaxer Pianist John Sharp im Alten Kurhaus ein vielbeachtetes klassisches Konzert mit Werken britischer Komponisten. Aus Aachen zog es Pfadfindergruppen, den Rugby-Club oder Chöre nach Halifax. Das Komitee wird von vielen Aachenern um Vermittlungshilfe bezüglich der unterschiedlichsten Kontakte nach Halifax angesprochen.



Das Rathaus von Halifax, Foto: C.Schmidt

Der letzte Besuch der Aachener in Halifax fand im Sommer 2007 statt. Vom 19. bis 26. Juli 2008 kamen 23 Halifaxer unter Leitung ihres Chairman George Keith zu Besuch. Es wurden Fahrten zum Rursee und Kloster Mariawald, nach Maastricht und ins Braunkohlerevier Garzweiler II unternommen. Eine Führung durch eine Printenbäckerei fand viel Anklang. Im Rathaus wurden die Besucher und ihre Gastgeber von Bürgermeisterin Scheidt herzlich begrüßt.



22.07.2008: Die Halifaxer mit ihren Gastgebern auf der Rathhaustreppe, Foto: H. Stuckenburg

HALIFAX

Die englische Stadt liegt in der Grafschaft West Yorkshire und gehört zum Borough of Calderdale. Woher kommt der Name Halifax? Eine Legende besagt, dass nach der Enthauptung Johannes des Täufers sein Kopf (Holy Face) im Holy Flax (Field) begraben worden sein soll. Im Halifaxer Stadtwappen befindet sich daher die Abbildung seines Kopfes.

Halifax wurde zur Zeit der angelsächsischen Herrschaft gegründet und entwickelte sich seit dem 15. Jahrhundert zu einem Zentrum der Textilherstellung. Hier gibt es Parallelen zu Aachen. Die größte Halifaxer Textilfabrik war der gewaltige Gebäudekomplex Dean Clough, wo zeitweise 5.000 Arbeiter beschäftigt waren. 1835 gab es in Halifax und Umgebung 175 Tuchfabriken mit über 11.000 Beschäftigten. Außerdem entwickelte sich ab 1850 eine bedeutende Teppich-Industrie. Zur gleichen Zeit produzierten in Aachen und Burtscheid 84 Tuchfabriken mit über 8.300 Beschäftigten. Natürlich florierte in beiden Städten auch der Tuchhandel. Und wie in Aachen starb in Halifax diese Industrie in der Mitte des 20. Jahrhunderts. Noch ein anderes weltbekanntes Produkt kommt aus Halifax: das Mackintosh-Karamelbonbon. 1950 schloss die Firma Mackintosh mit der



Das Stadtwappen in der Glaskuppel des Halifaxer Rathauses, Foto: C. Schmidt

Firma Trumpf einen Lizenzvertrag. Seitdem wurden die Halifaxer Kamellen auch in Aachen hergestellt.



Shibden Hall in Halifax, erbaut im 15. Jahrhundert, Foto: C. Schmidt

Architektonisch ist Halifax vom 19. Jh. geprägt, einige bedeutende ältere Gebäude aus dem Mittelalter und der frühen Neuzeit haben aber überlebt. Dazu gehört der Herrensitz Shibden Hall aus dem 15. Jahrhundert.

Der Borough of Calderdale hat eine Gesamtbevölkerung von etwa 196.000 Seelen, davon wohnen in Halifax ca. 90.000.

Ein erheblicher Teil der Bevölkerung entstammt den ehemaligen englischen Kolonien auf dem indischen Subkontinent.

Heute ist Halifax ein Dienstleistungszentrum. Größter Arbeitgeber ist die Halifax Bank of Scotland (HBOS), die mächtigste Handelsbank, Bausparkasse und Versicherungsagentur Großbritanniens.

Nicht weit von Halifax liegen die Großstädte Leeds und Manchester.

Die ländliche Umgebung ist hügelig, grün und Schafherden gehören zum



Der Rochdale Canal in Halifax, Foto: C. Schmidt

Landschaftsbild. Sie ist ein herrliches Wandergebiet, in dem sich Moore, Heidelandschaft und waldreiche Täler mit Flüssen und schiffbaren Kanälen abwechseln. Nicht weit ist es auch zum Yorkshire Dales National Park und dem Peak District Park. Für Wanderfreunde wäre dieses schöne Fleckchen Erde sicher eine tolle Entdeckung.

DAS PARTNERSCHAFTSKOMITEE AACHEN-HALIFAX/CALDERDALE e.V.

Hannegret Stuckenburg (Vorsitzende)

Tel.: 0241-189 57 10

E-Mail: ac-halifax@gmx.de

Astrid Abels (stv. Vorsitzende)

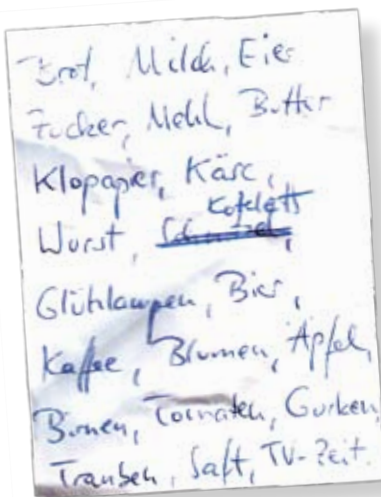
Tel.: 0241-60 77 99

Karlheinz Dannert (Pressebeauftragter
des PK Aachen-Halifax/Calderdale e.V.)



InMemoriam
bestatten begleiten begegnen

In den besonderen Tagen bis zum Begräbnis sind wir für Sie da. Im Schutz unserer Räume haben Sie Zeit und Gelegenheit zum Abschiednehmen. Auf Wunsch erledigen wir alle notwendigen Formalitäten. **Bestattungshaus** Regina Borgmann & Christa Dohmen-Lünemann, Eifelstraße 1b, 52068 Aachen, **Telefon 0241. 55 91 79 87**. Weitere Informationen sowie Veranstaltungshinweise erhalten Sie auf unserer Internetseite www.inmemoriam-web.de



DER SPICKZETTEL

Heute gehe ich Einkaufen, und mein akkurat geschriebener Spickzettel ist wie nicht selten auf Nimmerwiedersehen verschwunden! Kennen Sie dieses Buch mit sieben Siegeln auch? Einen Einkaufszettel schreiben, um die benötigten Präparate im Gedächtnis abzuspeichern, oder einen Einkaufszettel zu schreiben, um damit tatsächlich einkaufen zu gehen, sind zwei völlig unterschiedliche Prozesse.

Keiner wissenschaftlichen, sondern einer rein eigennützigen Umfrage bei einigen betroffenen Müttern und Vätern im Bekanntenkreis zufolge scheint der zweitgenannte Prozess höchstens von den männlichen Lebensgefährten gebraucht zu werden, der erstgenannte dagegen von den meisten Hausfrauen, weil sie nämlich ein fotografisches Gedächtnis haben. Und dieses scheint auch noch mit zunehmendem Alter besser zu werden!

Wann bin ich auf die Spur dieser erkenntnisbringenden Fährte gekommen?

Dafür musste ich mich erst einmal in die Lage einer Frau versetzen, weil ich es mir sonst selbst nicht hätte erklären können. Ich konnte es mir nicht länger begründen, warum es mir im zunehmenden Maße unmöglich war, einen geschriebenen Gedächtnistrainingszettel bis in den Supermarkt mit mir zu führen. Die Kurzfassung der Erlebnisse sehen so aus: Ich verfasse einen großartigen, nach Supermarkt-Fluren sortierten Einkaufszettel, will ihn im Laden aus meiner Jackentasche nehmen und halte stattdessen ein benutztes Tempotaschentuch meiner Tochter in der Hand. Der Einkaufszettel ist nicht mehr zu finden, also bleibt mir nichts anderes übrig, als nach meinem Gedächtnis einzukaufen. Vergessen habe ich nur das Salz.

Plötzlich, wie von Geisterhand geführt, schreite ich zum Telefon. Dort finde ich besagten Zettel! Gekommen war dies alles nur, weil ich vorher noch mit meiner Frau telefoniert hatte.

Nicht immer lässt sich das Problem so leicht lösen wie diesmal. Jedoch finde ich ihn sehr häufig am Telefon. Oft finde ich ihn auch in der Hosentasche oder auf dem Beifahrersitz. Schlimm war allerdings der Tag, an dem ich meinen Zettel überhaupt nicht mehr gefunden habe. Zwei Tage später komme ich in das Einkaufs-Center zur Schreibwarenabteilung, um für meine jüngste Tochter einen Buntstift zu erwerben, und was sehe ich dort: Mein Einkaufszettel von jenem Tag liegt noch immer unberührt im Regal!

Sie können mir glauben, seit diesem Zeitpunkt beginne ich ernsthaft an meinem Spatzenhirn und gleichzeitig an der Unschuld der Einkaufszettel zu zweifeln. Was, wenn Gedächtnistrainingszettel in Wirklichkeit ein Eigenleben führen? Was, wenn sich alle gegen mich verschworen haben? Um meinem Sinnieren die Tendenz zur Idiotie zu nehmen, beschließe ich also kurzerhand, ein paar alte Bekannte zu befragen, wie sie es denn so mit ihren Einkaufszettel handhaben.

Was glauben Sie, was dabei herauskommt? Na eben jenes! Kein Mann oder Hausmann nimmt seinen Einkaufszettel tatsächlich mit in die Stadt. Warum nicht? Nicht etwa, weil Sie zerstreut sind und es nicht mehr auf die Reihe kriegen, sondern weil sie es nicht nötig haben. Sie betreiben so ganz einfach Gehirn-Jogging!



Hans-Theo Cloße

Nimm dieses Buch

in himmelblau
ich las darin
Sandkörner rieseln durch die Seiten
die wir einander aufzogen
salzig schmeckt nach Meer
herbstsüß der Sanddorn
in den Dünen
aus denen wir die Möwen vertrieben
schauen wir ins Blaue
entblättern Seiten
die wir noch nicht kannten
spielen mit Worten
feiern den Tag
wie ein Gedicht



Peter J. Heuser



Lerne lieben jede Stunde,
achte auch auf die Sekunde,
sie entschwinden leicht,
werden niemals
mehr erreicht.



Willi Paul

Ein Stück Heimat - alte Bilder aus Stolberg und Münsterbusch



Hans Kreitz ist ein begeisterter Sammler von Postkarten mit dem Motiv „Stolberg“ samt seinen Stadtteilen. Daneben ist er auf der ständigen Suche nach Fotografien aus Münsterbusch. Während die Postkarten Originale sind, fotografiert er die Münsterbuscher Bilder ab. Die stolze Sammlung umfasst mittlerweile 34 Aktenordner mit etwa 1700 Stücken.

Herr Kreitz, zu welchen Themen sammeln Sie?

Ich sammle Postkarten von Stolberg und Fotos aus Münsterbusch von allen Vereinen, Straßenzügen, einzelnen Häusern usw. In meiner Sammlung befinden sich u. a. Motive, die viele für unwichtig halten, was sie aber nicht sind. So gab es z.B. früher an jedem Haus ein Regenfass. Fast alle können sich daran erinnern, die meisten haben es allerdings auch schon wieder vergessen. Wenn man die Bilder betrachtet, werden die Erinnerungen wieder wach.

Was fasziniert Sie an diesen Bildern?

In diesen unscheinbaren Motiven habe ich ein Stück Heimat gefunden. Jedes Stückchen belebt die Dorfgeschichte und den Wandel in Münsterbusch.

Von wann sind Ihre ältesten Postkarten bzw. Bilder?

Das älteste Foto stammt aus dem Jahr 1895 und die älteste Postkarte trägt einen Stempel von 1897. Man kann das Alter einer Postkarte aber auch anhand des Schriftbildes erkennen.

Herr Kreitz, was nutzen Sie als Bezugsquelle?

Ich beziehe die Postkarten von Flohmärkten, Vereinen, Börsen in Köln und

Aachen und von Bekannten. Wenn ich fremde Motive erwerben kann, nutze ich auch das - schließlich kann man sie als Tauschobjekte für gesuchte Karten verwenden. Auch bei Haushaltsauflösungen kann man fündig werden. Was Fotos aus Münsterbusch angeht, frage ich bei Bekannten nach, ob ich die Bilder zum Abfotografieren ausleihen darf, die Originale gebe ich selbstverständlich sofort wieder zurück.



Bei Ihrer Sammlertätigkeit kommen Sie bestimmt mit vielen Menschen in Kontakt?

Ich lerne sehr viele Menschen kennen und komme mit ihnen ins Gespräch. Einmal wurde ich gefragt, wofür der „Lange Hein“, damals der



viertgrößte Industrieschornstein der Welt, erbaut worden ist. Daraufhin habe ich geantwortet, dass es wegen des Umweltschutzes war: Wenn es in Stolberg qualmte, war ringsum alles düster und grau, da wurde der „Lange Hein“ gebaut, um den Staub gleichmäßiger zu verteilen.

Hatten Sie schon einmal eine Ausstellung? Oder ist Ihre Sammlung bereits veröffentlicht worden?

In Münsterbusch hatte ich schon mehrere Ausstellungen in den Räumen des Jugendheims und des ehemaligen Waisenhauses, sowie zwei Ausstellungen in der Stolberger Burg. Außerdem ist ein Buch veröffentlicht worden, an dem fünf andere mitgeschrieben haben.

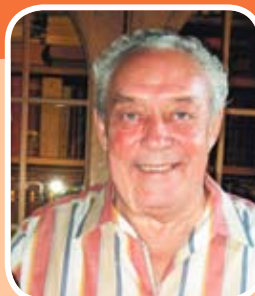
Haben Sie ein Ziel oder einen Wunsch für die Zukunft?

Ja, ich möchte gerne ein Buch mit allen meinen Stücken herausgeben.

Dann hoffen wir, dass sich dieses Ziel bald erfüllt, und bedanken uns für das Interview!

Wer ist er?

Hans Kreitz lebt bereits seit seiner Geburt in Stolberg-Münsterbusch. Der 77-jährige ist seit 51 Jahren mit seiner Frau Karola verheiratet. Einen Teil seiner Freizeit widmet der gelernte Schneider einem weiteren Hobby, der Ahnenforschung.



Birgit Küchen



Die Milch machts



Eine junge Frau schreibt ihrem auf Montage befindlichen Mann einen Brief:

„Mein lieber Mann, möchte dich informieren, dass Du Vater eines gesunden Knaben geworden bist. Da ich nicht genügend Milch hatte, um den Jungen zu nähren, musste ich mir eine Amme nehmen. Diese Amme ist eine Schwarze. Durch die Milch hat der Junge die schwarze Farbe angenommen. Du wirst verstehen, dass ich nicht dafür verantwortlich bin. Es grüßt und küsst Dich Deine glückliche Anita“

Daraufhin schreibt der Mann seiner Mutter:

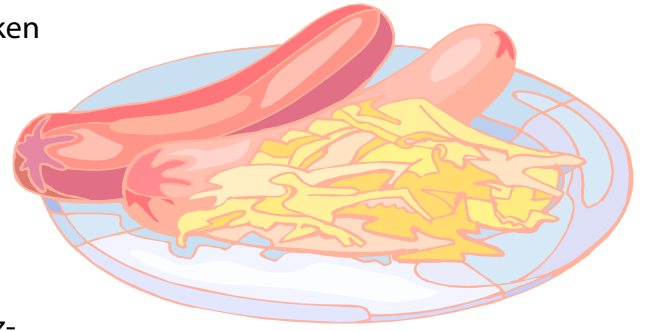
„Liebe Mutter, möchte dir mitteilen, dass Du Oma geworden bist. Anita teilte mir mit, dass sie den Jungen nicht nähren konnte und sich infolgedessen eine Amme nehmen musste. Die Amme ist eine Schwarze und dadurch hat der Knabe die schwarze Farbe angenommen. Dafür kann man Anita nicht verantwortlich machen. Es grüßt Dich der glückliche Vater“

Der Mutter antwortet dem Sohn:

„Lieber Günter, mir ist es bei Deiner Geburt genauso ergangen wie Deiner Anita. Da wir zu arm waren, um uns eine Amme zu nehmen, mussten wir Dich mit Kuhmilch ernähren. Nun mache mich bitte nicht dafür verantwortlich, dass Du ein Rindvieh geworden bist! Deine Dich liebende Mutter“

Grüße aus dem Schwarzwald

Ein Arzt hat hinter dem Rücken seiner Frau ein Verhältnis mit seiner Sprechstundenhilfe. Als diese ihm eines Tages beichtet, sie sei schwanger, gibt er ihr Geld und schickt sie für einen langen Urlaub in eine Klinik in den Schwarzwald. Dort soll sie unbemerkt und in aller Ruhe ihr Baby bekommen. „Wie soll ich dich denn wissen lassen, wenn das Baby geboren ist?“ „Ganz einfach“, sagt der Doktor, „schick mir eine Karte von der Klinik und schreib drauf, du hättest eine Portion Sauerkraut gegessen... Ich werde dann auch finanziell für das Baby sorgen.“



Gesagt, getan. Als die Zeit der Entbindung gekommen ist, bekommt der Arzt einen Anruf seiner Frau, bei dem sie ihm mitteilt, da sei eine seltsame Karte aus dem Schwarzwald gekommen, mit der sie nichts anfangen könne...

Der Arzt eilt sofort nach Hause, nimmt die Karte an sich, liest sie durch und fällt vor Schreck in Ohnmacht. Als seine Frau den ersten Schock überwunden hat, sieht sie sich die Karte an und liest den überaus netten Urlaubsgruß aus dem Schwarzwald:

„Hallo Dr. Feger! Hier ist es wunderschön. Herrliches Wetter, nette Leute und gutes Essen. Heute gab es Sauerkraut – zweimal mit Würstchen und einmal ohne!“

TONYs Schmunzelecke



Der Kellner beugt sich diskret über den Gast und flüstert noch diskreter: „Mein Herr, man beobachtet Sie von den Nebentischen. Man isst Fisch nicht mit dem Messer!“ „So etwas Blödes“, knurrt der Gast ärgerlich. „Wenn Sie das wussten, hätten Sie mir doch gleich einen Löffel mitbringen können.“

Flüstert ein Mann im Kino seinem Freund zu: „Du, die Kleine neben mir will was von mir. Sie fummelt dauernd an sich rum.“ „Das will nichts heißen.“ „Aber sie macht es mit meiner Hand!“

Ein Geschäftsmann sagt zu einem anderen: „Ich sitze völlig auf dem Trockenen.“ „Sie Glücklicher. Mir steht das Wasser bis zum Hals.“

„Alemannia will 2 Schwarze aus Kamerun verpflichten.“ „Warum das?“ „Damit mehr Farbe ins Spiel kommt.“

Polizist: „Haben Sie denn nicht gesehen, dass hier eine Einbahnstraße ist? Hier darf man nur in einer Richtung fahren!“ „Na und? Bin ich denn vielleicht in zwei Richtungen gefahren?“

SUDOKU

Das Zahlenrätsel kommt aus Japan.
Es wird bei uns immer beliebter. Deshalb
stellen wir Ihnen das Rätsel hier vor.
Eigentlich ist es ganz einfach. Jede Zahl
von 1 bis 9 darf nur einmal in jeder
Spalte, jeder Zeile und in jedem 3 x 3
Feld vorkommen. Viel Glück!

MINISUDOKU

				4
				6
		5	1	
		1	2	
4				
3				

2			1		6
				3	4
4	6				
3		5			2

2			1		
		1			3
4			6		
		3			1
1			3		
		4			2

EINFACH

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

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

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

MITTEL

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

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

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

SCHWER

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

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

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

SENIORENGERECHTE STADT?!

Es hat sich was getan

Ortsbesichtigung: Aachen, Kreuzung Habsburgerallee - Maria-Theresia-Allee - Kamperstr. - Arndtstr.



In der April-Ausgabe unseres Magazins wies unser Leser und Mitarbeiter Tony Fieles auf die sehr breite Kreuzung hin, an der Autos aus fünf (!) Richtungen kommen können. Nicht nur für ältere Fußgänger/innen strahlte diese unübersichtliche Kreuzung daher eine hohe Gefahr aus. In den letzten Wochen wurde reagiert und zwei Fußgängerinseln geschaffen, die das Überqueren der Kreuzung erleichtern.

Ein Leserbrief

Sehr geehrter Herr Steinborn,

Ihr Senio Magazin gefällt mir sehr gut. Anlässlich eines Info-Tages in der Spar-da-Bank bin ich eher zufällig drauf gestossen. Inzwischen hole ich es mir in der Altenstube Burtscheid. Da ich noch nicht so lange in Aachen wohne, gibt es mir eine Fülle von Tipps und Infos, die u.U. auch für wesentlich Jüngere sehr nützlich sind, und die ich mir sonst immer mühsam zusammengesucht habe.

Auch Ihr Artikel über die seniorengerechte Stadt war klasse und das Fragezeichen hinter dem Titel berechtigt.

Haben Sie z.B. mal versucht, mit für ältere oder behinderte Menschen normalem Tempo die Fußgängerüberwege Siegelallee bzw. Adenauerallee zu überqueren? Da muss man ganz schön flott sein. Sonst heißt es auf dem Inselchen warten und erneut den Knopf drücken. Und dann kann man nur hoffen, dass einen die schneidigen Linksabbieger aus der Monschauer Straße nicht über den Haufen fahren. Eine Bekannte, die nicht mehr so spurtstark ist, geht nun nicht mehr im Aachener Wald spazieren, weil sie auf diesem Inselchen vor Angst fast vergeht. Oder sie müsste die Adenauerallee überqueren. Da sind weniger Linksabbieger und die sind erfahrungsgemäß nicht ganz so schneidig. Warum so ein Umstand? Könnte diese Ampel nicht wenigstens eine halbe Minute für die Fußgänger länger gestellt werden? Die wartenden Autos haben doch diese Zeit in null Komma nix wieder aufgeholt.

Ich hoffe, dass es das Senio-Magazin in dieser Qualität noch lange gibt! Mit freundlichen Grüßen



Zeigt Fußgängern nur knapp zehn Sekunden lang Grün: die Ampelanlage an der Siegelallee.

Ilona Hofrichter

EIN VERGNÜGEN FÜR JUNG UND ALT: DIE „KURPARK CLASSIX“



Die zweite Auflage der „Kurpark Classix“ Mitte August war erneut ein Gesamtkunstwerk aus Musik, Gesang und Licht und sicher eines der Sommer-Highlights in Aachen. Im einzigartigen Ambiente des Parks an der Monheimsallee begeisterten die Aachener Sinfoniker, einige gefeierte Solisten und Weltstar Chris de Burgh an drei Tagen über 11000 Musikfreunde.

Egal, ob große Oper, klassische Melodien oder rockige Klänge, das Kinderstück oder Händels Feuerwerksmusik zum Abschluss: die „Classix“ waren ein Vergnügen für alle Altersstufen. Ganze Familien machten es sich auf der Wiese links und rechts vor der Bühne bequem. Mit Wein, Baguette und Käsehäppchen genoss man das Konzerterlebnis umso mehr. Viele ältere Zuschauer hatten sich Klappstühle mitgebracht und auch auf der Sitzplatztribüne herrschte beste Stimmung. Highlight für viele war der Auftritt von Chris de Burgh, seit über 34 Jahren im Geschäft und weltberühmt geworden mit seinem Lied „Lady in Red“. Im Zusammenspiel mit seiner Band und dem Aachener Orchester präsentierte er einen sommerlichen Abend voller Hits - ein Genuss für Auge und Ohr. Bei Anbruch der Dämmerung entfaltete die Lichtinszenierung auf der Rundbogenbühne ihre volle Pracht.

Wer Freude an klassischer Musik gefunden hat, kann bereits Ende September erneut in den Genuss eines Konzerts mit dem Sinfonieorchester Aachen kommen. Nach der Sommerpause spielt das Orchester am Mittwoch, den 24., und Donnerstag, den 25. September um 20 Uhr im Eurogress das erste Sinfoniekonzert „Schwanengesang“. Die rund 70 Musiker unter Leitung von Generalmusikdirektor Marcus R. Bosch spielen Werke von Leonard Bernstein (Sinfonie Nr. 2 „The Age of Anxiety“) und Gustav Mahler (Sinfonie Nr. 10, Konzertfassung des Fragments von Deryck Cooke). Am Klavier wird dieser Abend begleitet von Markus Becker.

Informationen gibt es unter Tel.: 0241/4784-244 und im Internet unter www.theater-aachen.de

Nina Krüsmann

Älteste Mitarbeiterin feiert 95. Geburtstag

Für Marga Siebigtheroth ist „Rente mit 67“ kein Thema, darüber kann sie nur lächeln. Sie feierte am 7. August ihren 95. Geburtstag und ist immer noch im Dienst.



Sie ist die älteste städtische Mitarbeiterin Aachens und offeriert bei den offiziellen Rathausempfängen immer noch Getränke und Häppchen.

Angetreten hat die elegante und weltoffene Dame ihren Dienst in einem Alter, in dem manch anderer bereits an den Vorruhestand denkt: Erst mit über

60 Jahren, im Jahr 1979, begann sie auf Wunsch des damaligen Oberbürgermeisters mit dem Servieren.

In diesem Jahr feiert die ehemalige Schauspielerin und Inhaberin einer Künstleragentur auch ihr 90. Bühnenjubiläum. Bereits mit fünf Jahren stand sie auf den Brettern, die die Welt bedeuten, und trug in der Spielzeit 1918/19 den Prolog des Kinderstücks im Theater Aachen vor.

Zu ihrem Geburtstag bekam Marga Siebigtheroth ihren eigenen Empfang im Aachener Rathaus. Oberbürgermeister Dr. Jürgen Linden dankte der Jubilarin und der Aachener Männerchor 1978 brachte ein Ständchen.

Helmut Koch

www.aachenimnetz.de



„Frühstück mit Literatur“

Neues Angebot in der Arche

Ab Mittwoch, dem 10. September, gibt es im evangelischen Gemeindehaus Arche, Schurzelterstraße 540 in Aachen von 10 bis 12 Uhr ein neues Angebot, das „Frühstück mit Literatur“. Eingeladen und angesprochen sind alle Frauen und Männer, die Spaß an Lebensgeschichten haben und neugierig sind auf das Leben bekannter und weniger bekannter Frauen und Männer. Die „Frühstücke mit Literatur“ werden zweimal im Monat im 14-täglichen Rhythmus stattfinden, das nächste ist am Mittwoch, dem 24. September.

Für Rückfragen erreichen Sie mich dienstags von 10 bis 12 Uhr unter der Tel.: 0241-88 69 14 39.

Monica Dawo-Collas



Seniorenkreis im Dietrich-Bonhoeffer-Haus

Zweimal im Monat, jeweils am 1. und 3. Mittwoch, trifft sich im D.-Bonhoeffer-Haus, Kronenberg 142 in Aachen der Seniorenkreis. Monica Dawo-Collas, die den Kreis leitet, stellt jedes Jahr ein interessantes Programm zusammen. Meist referiert sie selber, für manche Themen gewinnt sie aber auch Gastreferenten.

Der Nachmittag beginnt immer mit dem gemeinsamen Kaffeetrinken. Dabei ist Gelegenheit, sich miteinander zu unterhalten, was für die Besucher, die allein leben, ganz besonders wichtig ist. Als ich vor 14 Jahren nach Aachen zog, war mir der Seniorenkreis eine Hilfe, um hier heimisch zu werden. Damals war der Kreis allerdings viel größer. Inzwischen sind manche ehemaligen Teilnehmer nicht mehr in der Lage, zu den Treffen zu kommen. Wir würden uns freuen, wenn jüngere Senioren zu uns stießen, denn unser Kreis ist ein offener Kreis. Unsere nächsten Termine sind am 3. und 17. September. Die Themen finden Sie in diesem Heft unter der Rubrik „Termine im September“.

Sabine Kohleick



VITAL 2008 die Messe für die ganze Familie

Vom 19. – 21. September gibt es im EUROGRESS während der Vital 2008 viele Informationen und Aktionen



Talks, Infos und Prominenz sind bei der Vital auch in diesem Jahr vertreten Foto: Wassong

Bereits zum neunten Mal findet die Vital Messe statt, die sich damit als Familienmesse längst etabliert hat. Zu sehen sind über 100 Aussteller aus den Bereichen Gesunde Familie, Gesunde Freizeit, Gesund Älter werden, Gesunde Ernährung, Gesunder Geist und Gesunder Körper. Sie alle werden an den Messeständen den Gästen der Vital Rede und Antwort stehen und darüber hinaus für interessante Aktionen sorgen.

Neben der Ausstellung, zu der mehrere tausend Besucher erwartet werden, findet ein umfangreiches Rahmenprogramm auf der Bühne des Brüssel-Saals statt. Wer sich lieber informieren möchte, der findet in den Konferenzräumen im Obergeschoss an allen drei Tagen der Vital interessante medizinische Fachvorträge. Dort kann man auch direkt mit den Ärzten ins Gespräch kommen und spezifische Fragen stellen. Und auch die kreativen Senioren zeigen, was sie können, und verkaufen ihre Produkte im K1, dem Aachen-Saal.

Die Vital findet vom 19. bis 21. September im EUROGRESS Aachen statt. Sie ist täglich von 10:00 bis 18:00 Uhr geöffnet. Der Eintritt beträgt 3,- Euro. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vital-messe.de oder unter der Tel.: 0241-44 50 40.

TABUTHEMA ALZHEIMER

Obwohl fast jede/r die Bezeichnung „Alzheimer“ kennt und damit v. a. „Vergesslichkeit“ und „geistige Verwirrung“ verbindet, sind der Öffentlichkeit weder die genauen Auswirkungen der Krankheit noch der richtige Umgang mit den Betroffenen bekannt. Wir haben die wichtigsten Fragen rund um dieses Tabuthema ausgewiesenen Experten gestellt und aufschlussreiche Antworten erhalten.



Dr. med. Andreas Theilig
Oberarzt GPZ-Alexianer Krankenhaus



Jörg Limbrock
Alzheimergesellschaft Aachen



Hasan Alagün
Demenz-Servicezentrum Aachen/Eifel

1. Was bedeutet „Alzheimer“ und was bedeutet „Demenz“, und worin besteht der Unterschied zwischen den beiden Krankheiten?

Das Wort „Demenz“ kommt aus dem Lateinischen „dementia“ und bedeutet wörtlich übersetzt „ohne Verstand“ oder „ohne Geist“. Unter dem Oberbegriff „Demenz“ werden verschiedene Erkrankungen zusammengefasst, die zu einem Verlust von Geistes- und Verstandesfähigkeiten führen.

Die Alzheimer-Krankheit ist die häufigste Form von Demenz (50 – 60 %) und bezeichnet eine chronische, langsam fortschreitende Erkrankung des Gehirns.

2. Woran ist eine Alzheimer-Erkrankung zu erkennen?

Eine letzte Sicherheit über die Diagnose kann nur ein/e Arzt/Ärztin geben. Anzeichen für eine Demenzerkrankung sind:

- das Vergessen auch kurz zurückliegender Ereignisse
- Schwierigkeiten, gewohnte Tätigkeiten auszuführen
- Sprachstörungen
- nachlassendes Interesse an Arbeit und Hobbies; Rückzug aus dem Freundes- und Bekanntenkreis
- Schwierigkeiten, sich in fremder Umgebung zurechtzufinden
- bisher nicht aufgetretene Stimmungsschwankungen,

dauernde Ängstlichkeit, Reizbarkeit oder Misstrauen

- hartnäckiges Abstreiten von Fehlern, Irrtümern und Verwechslungen
- Wenn diese Anzeichen über einen Zeitraum von mehreren Monaten zu beobachten und keine Erklärung durch Stresssituationen o. Ähnliches vorhanden sind, sollte ein Arzt konsultiert werden.

3. Ist Alzheimer vererbbar?

Es gibt sogenannte dominant vererbare Formen der Alzheimer-Erkrankung. Mit unter zwei Prozent sind sie aber sehr selten. Ein besonderes Merkmal dieser vererbaren Formen ist, dass sie meist schon vor dem 60. Lebensjahr auftreten. Ansonsten ist die Alzheimer-Erkrankung eine „Krankheit des Alters“. Mit höherem Alter steigt auch die Wahrscheinlichkeit, an Alzheimer zu erkranken. Die genauen Auslöser der Alzheimer-Erkrankung sind noch weitgehend unbekannt.

4. Wie reagieren Betroffene, wenn sie von ihrer Erkrankung erfahren?

Der Verdacht, an Alzheimer erkrankt zu sein, löst bei Betroffenen häufig Angst vor der Krankheit oder auch Scham vor der Umwelt aus. Möglicherweise verdrängen sie die Symptome. Oder sie versuchen nach außen hin sehr lange - z. T. über viele Jahre - die „Fassade“ aufrecht zu erhalten, z.B. indem sie Situationen

vermeiden, die ihre Schwierigkeiten offenlegen. So reduzieren sich ihre Aktivitäten im täglichen Leben und die Betroffenen verlieren an Vitalität.

Es hängt sehr stark von der Persönlichkeit der Betroffenen und ihrem sozialen Umfeld ab, ob sie der Erkrankung mit Resignation und Verzweiflung begegnen oder offensiv versuchen, mit den Auswirkungen der Erkrankung zurechtzukommen, indem sie z.B. Unterstützungsangebote wahrnehmen und Regelungen für ihre Zukunft treffen.

Solange die Betroffenen noch in der Lage sind, die Störungen ihrer kognitiven Fähigkeiten bewusst wahrzunehmen, stehen sie unter einem hohen Leidensdruck.

5. Wie reagieren Angehörige, wenn sie von der Erkrankung erfahren?

Die Reaktionen von Angehörigen können sehr unterschiedlich sein. Die Diagnose „Demenz“ ist in jedem Fall ein großer Schreck. Aber oft haben Angehörige schon eine ganze Weile unter den veränderten Verhaltensweisen der Erkrankten gelitten und empfinden Erleichterung darüber, dass sie sich nun gezielt informieren und die zur Verfügung stehenden Hilfsangebote in Anspruch nehmen können. Unbestritten ist die Erkrankung eines Angehörigen an Demenz eine erhebliche Belastung für die ganze Familie.

6. Was ist wichtig beim Umgang mit Erkrankten?

Im Kontakt und in der Kommunikation mit an Demenz erkrankten Menschen müssen wir uns darauf einstellen, dass sie – zumindest zeitweise – in einer anderen Wirklichkeit leben und nicht mehr zur realistischen Einschätzung von Situationen in der Lage sind. Wir sollten deshalb die Wirklichkeit der Erkrankten anerkennen und sie nicht zwingen, unsere Realität zu übernehmen.

Es ist alles unterstützend, was die Stärken der Betroffenen anstatt ihrer Defizite betont und ihnen Wertschätzung entgegenbringt. Ihre Selbstständigkeit sollte so lange wie möglich erhalten bleiben. Im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung kann es hilfreich sein, wahrgenommene Gefühle der Betroffenen zu formulieren und zu bestätigen, da sie im Gegenzug zu ihrer abnehmenden Fähigkeit zur kognitiven Kommunikation auf emotionaler Ebene sehr feinfühlig werden. D.h. anstatt auf den Inhalt einer Botschaft reagieren sie zunehmend auf deren Tonfall. Wenn wir die Erkrankten aggressiv wahrnehmen, dann ist es wichtig, den Auslöser für die Aggression zu erkennen und zu vermeiden. Bei Spannungen kann Ablenkung eine hilfreiche Strategie sein.

Was Demenzkranken gut tut, sie ängstigt oder verunsichert, kann sich einerseits z.B. aus ihrer Biographie erklären, andererseits aber auch völlig unerklärlich erscheinen. Welches Verhalten gegenüber dem oder der jeweiligen Demenzkranken „richtig“ ist, finden wir nur über Versuch und Irrtum heraus: Es gibt es kein Patentrezept! Wichtig ist zu beachten, dass „schwierige Verhaltensweisen“ krankheitsbedingt sind und Erkrankte ihre Angehörigen nicht persönlich kränken möchten. Eine unendliche



Geduld ist erforderlich, um mit den krankheitsbedingten Verhaltensweisen klarzukommen und zu akzeptieren, dass Erkrankte im Laufe der Zeit selbst die einfachsten Dinge des Alltags nicht mehr bewältigen können.

7. Wer ist Ansprechpartner für die Erkrankten bzw. für ihre Angehörigen?

Neben dem Hausarzt und dem Facharzt gibt es zahlreiche Beratungsmöglichkeiten bei Wohlfahrtsverbänden oder der Leitstelle Älterwerden in Aachen bzw. dem Amt für Altenarbeit des Kreises Aachen in Würselen, um sich über die Erkrankung und Hilfsangebote vor Ort zu informieren. Die Alzheimergesellschaft Aachen bietet z.B. kostenlose Beratungen an, die telefonisch unter 0241-44 599 207 vereinbart werden können. In der Region Aachen ist das Demenz-Servicezentrum Aachen/Eifel eine Anlaufstelle für Betroffene und Angehörige. Hier erhalten Sie Informationen unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Situation und Unterstützung bei der Suche nach passenden Hilfsangeboten.

8. Wie steht es um die medizinische Versorgung der Alzheimer-Patienten in Kreis und Stadt Aachen?

In Stadt und Kreis Aachen gibt es mit dem Alexianer Krankenhaus Aachen, dem Universitätsklinikum Aachen und dem Medizinischen Zentrum des Kreises Aachen in Würselen drei Kliniken mit Angeboten der ambulanten und stationären medizinischen Versorgung von demenziell Erkrankten. Ein wesentlicher Pluspunkt ist die Vernetzung der medizinischen Einrichtungen mit sonstigen Unterstützungsangeboten.

9. Welche Einrichtungen bieten Möglichkeiten zur Betreuung und Beschäftigung speziell für Alzheimer-Patienten an?

Eine Vielzahl von Einrichtungen halten ein Angebot zur Betreuung und Beschäftigung speziell für Menschen mit Demenz vor. Die Angebotspalette reicht von der Betreuung im eigenen Haushalt (durch sog. „Begleitdienste“ oder „Entlastungsdienste“) oder in Betreuungsgruppen über die Möglichkeit der Tagespflege bis zu vollstationären



Alten- und Pflegeheimen. Aktuell ist ein Zuwachs an ambulant betreuten Wohngemeinschaften festzustellen, welche die angemessene Versorgung von Demenzkranken in einem gemeinschaftlichen Haushalt gewährleisten.

10. Warum wird über Alzheimer in der Öffentlichkeit nicht gern geredet?

In einer Gesellschaft, die sich stark über Leistung definiert, ist der Verlust kognitiver Fähigkeiten äußerst beängstigend. Der Kontrollverlust und die Tatsache, dass die Symptome der Erkrankung nicht heilbar sind, verstärkt unsere Neigung zur Tabuisierung. Die Wesensveränderungen durch die Erkrankung sind insbesondere für Ausenstehende nicht leicht erklärbar. Demenzbetroffene verhalten sich nicht mehr so, wie es von der Gesellschaft erwartet wird, sondern erkennen vielleicht ihre besten Freunde nicht mehr oder beschweren sich im Café, dass sie keinen Kaffee bekommen haben, obwohl sie ihre Tasse schon längst getrunken haben. Es ist für Angehörige also u.U. peinlich, mit den Erkrankten in die Öffentlichkeit zu gehen. Die Folge ist, dass sich die betroffenen Familien mehr und mehr zurückziehen und – wenn auch der Bekanntenkreis mit der Erkrankung nicht klarkommt – wichtige soziale Kontakte abreißen.

Wenn wir aber unsere Scheu überwinden und dem Thema in der Öffentlichkeit Raum geben, kann eine bessere Versorgung im Krankheitsfall gewährleistet werden. Die Enttabuisierung würde Angehörige **und** Betroffene entlasten. Für beide wäre es wichtig, dass wir an Demenz erkrankte Menschen innerhalb ihrer Möglichkeiten am gesellschaftlichen Leben teilhaben lassen.

Bilder: www.demenz-ratgeber.de (Peter Ganser)

ALZHEIMER TAGE IN STADT UND KREIS AACHEN - NUR NICHT VERGESSEN

13. - 21.9.2008



HABEN SIE SCHON EINMAL ETWAS VERGESSEN?

Ganz bestimmt. Aber für immer mehr Menschen wird das Vergessen zur Krankheit. Es fehlen nicht nur Augenblicke, sondern im Verlauf der Jahre verblassen die Erinnerungen an vergangene Stunden, Tage, Wochen und Jahre. Auch engste Familienangehörige werden zu Unbekannten und im schlimmsten Fall erkennen sich die Kranken nicht einmal mehr selbst. Das Nachlassen der Erinnerungsfähigkeit ist vielleicht die auffälligste, aber nicht die einzige Herausforderung im Umgang mit demenzkranken Menschen.

Zum Glück gibt es mittlerweile eine große Bandbreite von Unterstützungsmöglichkeiten. Das Demenz-Servicezentrum für die Region Aachen/Eifel will gemeinsam mit der Alzheimergesellschaft Aachen e.V. sowie mit der Stadt und dem Kreis Aachen auf die Situation von Menschen mit Demenz und die Belastung ihrer Angehörigen hinweisen und Unterstützung anbieten. Wir laden Angehörige, Betroffene, Pflegekräfte, Ärzte und alle Interessierten herzlich zu unserem Veranstaltungsprogramm ein.

Die Alzheimerstage finden unter der Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt statt. Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist überwiegend kostenlos. Aus organisatorischen Gründen bitten wir bei den entsprechend gekennzeichneten Veranstaltungen um eine Anmeldung beim Demenz-Servicezentrum.

Hasan Alagün

Demenz-Servicezentrum
für die Region Aachen/Eifel



SAMSTAG, 13.9.2008

Öffentliche Auftaktveranstaltung
Infostände zum Thema „Alzheimer/ Demenz“

10:00 – 15:00 Uhr

Aachen, Willy-Brandt-Platz

„An ihrer Seite“ - Filmvorstellung zum Thema Alzheimer

17:00 Uhr (Eintritt: 3,90 €)

Aachen Cinekarree, Borngasse 30
Veranstalterin: Leitstelle

„Älter werden
in Aachen“.

*Im Anschluss an
die Filmvorführung
besteht die
Möglichkeit zu
einem Gespräch
mit Experten aus
Medizin, Bera-
tung und Pflege.*



MONTAG, 15.9.2008

„Aggressiv, bösartig,
hinterlistig und gemein?“

18:00 – 19:30 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Aachen, Verbraucherzentrale NRW,
Beratungsstelle Aachen, Boxgraben 38
Veranstalterin: Demenz-Servicezen-
trum für die Region Aachen/Eifel

Musiktherapie und Demenz

19:00 – 21:00 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Aachen, Café-Restaurant „Vier Jahres-
zeiten“, Robensstr. 19-21, Veransta-
lerin: Seniorenpark Carpe Diem

Flötenkonzert – Hör es klagt

die Flöte wieder

Musik und Texte zwischen der Welt der
Lebenden und dem Reich der Toten

19:30 Uhr

Aachen, Evangelisches Gemeinde-
zentrum ARCHE, Schurzelter Str. 540
Veranstalterin: Servicestelle Hospizar-
beit für Stadt und Kreis Aachen und Amt
für Altenarbeit des Kreises Aachen

DIENSTAG, 16.9.08

**Pflegereform 2008 – verbesserte
Leistungen für Betroffene**

10:00 – 11:30 Uhr

Aachen, Pflegeberatungszentrum der

AOK, Karlshof am Markt, Veranstalterin:
AOK Rheinland/Hamburg, Aachen

**Grundlagen zum Krankheitsbild
Demenz** – Informationsveranstaltung

16:00 – 18:00 Uhr

Aachen, Altenheim St. Elisabeth,
Welkenrather Str. 69-71, Veransta-
lerin: Aachener Caritas Dienste gGmbH

Pflegewohnungsgemeinschaften – eine
neue Wohnform für pflegebedürftige
Menschen mit Demenz

18:00 Uhr

Aachen, Stolberger Str. 23
Veranstalterin: fauna e.V., Aachen

**Demenzielle Erkrankungen mit palli-
ativmedizinischen Aspekten** – Vortrag

19:00 – 20:30 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Aachen, Seniorenzentrum Franzis-
kuskloster Lindenplatz, Paulusstr. 10
Veranstalterin: Seniorenzentrum Fran-
ziskuskloster Lindenplatz, Aachen

Brückenbauen – Konzeptvorstellung
zur Betreuung demenzerkrankter
Menschen in Alten und Pflegeheimen

19:00 – 21:00 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Aachen, Café - Restaurant „Vier Jah-
reszeiten“, Robensstr. 19-21
Veranstalter: Seniorenpark Carpe Diem
Aachen in Kooperation mit dem Geron-
topsychiatrischen Zentrum (GPZ) des
Alexianerkrankenhauses Aachen

MITTWOCH, 17.9.2008

Tag der Offenen Tür – Einblicke in
die Gerontopsychiatrische Arbeit

10:00 – 16:00 Uhr

Aachen, Mörgensstr. 15, Veranstalterin:
Beratungsstelle / Gerontopsychiatrische
Ambulanz, Gerontopsychiatrisches Zen-
trum des Alexianerkrankenhauses

**Du bist nicht allein! Yalnız değilsiniz!
Ты не одинок!**

Demenzerkrankte Menschen mit Zu-
wanderungsgeschichte - eine bisher
vernachlässigte Gruppe

16:00 – 18:00 Uhr

Aachen, Bürgerzentrum Aachen –
Ost, Schleswigstr. 15, Veranstalterin:
Internationales Migrantenzentrum,

AWO Gelsenkirchen-Bottrop und Demenz-Servicezentrum für die Region Aachen/Eifel

Im Garten der Sinne – Führung und sinnliches Erleben

16:00 – 18:00 Uhr

Aachen, Klosterstift Rademecher, Hasselholzer Weg 51, Veranstalterin: Aachener Caritas Dienste gGmbH

Öffentliche Sitzung des Ausschusses für Soziale Angelegenheiten der Stadt Stolberg

17:00 Uhr

Stolberg, Rathaus, Rathausstr. 11–13
Veranstalterin: Stadt Stolberg

Gemeinsam Zeit verbringen – Erfahrungsaustausch und Kennenlernen von Beschäftigungsmöglichkeiten für demenzerkrankte Menschen

17:00 – 18:30 Uhr

Aachen, Tagespflegehaus des Diakonischen Werkes, Malmedyer Str. 29a, Veranstalterin: Tagespflegehaus des Diakonischen Werkes im Kirchenkreis AC e.V.

Das neue Pflegegesetz – neue Möglichkeiten bei Demenz

18:00 Uhr

Aachen, Stolberger Str. 23, Veranstalterin: Alzheimergesellschaft Aachen e.V.

Ruheinseln – Entspannung für Angehörige demenziell erkrankter Menschen

19:00 – 21:00 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Aachen, Restaurant „Vier Jahreszeiten“, Robensstr. 19-21, Veranstalterin: Seniorenpark Carpe diem, Aachen

„Neuropsychologische Demenzdiagnostik“ und „Ernährung bei Demenz – von der Prophylaxe bis zur Sondenernährung“

17:00 – 18:30 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Würselen, Medizinisches Zentrum Kreis Aachen, Mauerfeldchen 25, Veranstalterin: Geriatriische Tagesklinik im MZ Kreis Aachen, Würselen

DONNERSTAG, 18.9.2008

QUALITÄT UND DEMENZ – Fachtagung

10:00 – 15:30 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Aachen, Mediensaal des Kreishauses Aachen, Zollernstr. 16

Veranstalterin: Amt für Altenarbeit des Kreises Aachen und Demenz-Servicezentrum für die Region Aachen/Eifel

Biographie – Demenz – Pflege – ein Gesprächsangebot

16:00 – 18:00 Uhr

Aachen, Papst Johannes Stift, Trautnerstr. 4, Veranstalterin: Aachener Caritas Dienste gGmbH

Pflegereform 2008 – verbesserte Leistungen für Betroffene

18:00 – 19:30 Uhr

Aachen, AOK Rheinland/Hamburg, Karlshof am Markt, Veranstalterin: AOK Rheinland/Hamburg – Die Gesundheitskasse, Aachen

Der Entlastungsdienst der fauna e.V. stellt sich vor

18:00 Uhr

Aachen, Stolberger Str. 23
Veranstalterin: fauna e.V., Aachen

In Bewegung bleiben – Bewegung und Demenz

19:00 – 21:00 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Aachen, Café-Restaurant „Vier Jahreszeiten“, Robensstr. 19-21, Veranstalterin: Seniorenpark Carpe Diem, Aachen

FREITAG, 19.9.2008

Frühstück für und mit demenziell erkrankten Menschen

ab 09:00 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Eschweiler, Pro Seniore Residenz, Odilienstr. 46-70, Veranstalterin: Pro Seniore Residenz Eschweiler

Demenzcafé und Informationen zur Entlastung von pflegenden Angehörigen im häuslichen Bereich

16:00 – 18:00 Uhr

Alsdorf-Hoengen, Seniorenzentrum St. Anna, Bettendorfer Str. 30, Veranstalterin: Aachener Caritas Dienste gGmbH

Umgang mit demenzerkrankten Menschen

17:00 Uhr

Baesweiler-Setterich, Wohn- und Pflegeheim Maria Hilf, Burg Setterich, An der Burg 1, Veranstalterin: Wohn- und Pflegeheim Maria Hilf

Migration und Demenz

19:00 – 21:00 Uhr

Aachen, Restaurant „Vier Jahreszeiten“, Robensstr. 19-21, Veranstalterin: Seniorenpark Carpe Diem, Aachen

„Aggressiv, bösartig, hinterlistig und gemein?“

18:00 – 19:30 Uhr

(Anmeldung erforderlich!)

Alsdorf, Verbraucherzentrale NRW, Beratungsstelle Alsdorf, Bahnhofstr. 36-38
Veranstalterin: Demenz-Servicezentrum für die Region Aachen/Eifel

SAMSTAG, 20.9.2008

Diagnose Demenz? Hilfe zur Selbsthilfe – niedrigschwellige Entlastungsangebote für pflegende Angehörige

10:30 Uhr

Eschweiler, Stand vor dem Seniorenzentrum, Marienstr. 7, Veranstalterin: AWO Sozialstation, Herzogenrath

SONNTAG, 21.9.2008

Abschlussabend der Alzheimertage

17:30 Uhr Einlass

Eschweiler, Talbahnhof, Bismarckstr. 27
Lesung, Theaterstück (Freies Theater bühnenreif e.V.: „Das Licht von Troost“) und Gesprächsrunde

Bei einigen Veranstaltungen der Alzheimertage ist aus organisatorischen Gründen eine Anmeldung erforderlich. Sie können sich per Post, Fax, E-Mail oder Telefon beim Demenz-Servicezentrum anmelden.

Bitte melden Sie sich spätestens drei Werktage vor der jeweiligen Veranstaltung an!

DEMENTZ-SERVICEZENTRUM

für die Region Aachen/Eifel
Verbraucherzentrale NRW
Beratungsstelle Alsdorf
Bahnhofstr. 36-38, 52477 Alsdorf
Tel.: 024 04 - 94 83 47
Fax: 024 04 - 20 23 3
E-Mail: dsz@vz-nrw.de

Natur hilft heilen – bei sachkundiger Anwendung

Wechselwirkungen kann es auch bei pflanzlichen Mitteln geben



Foto: K. Müller-Bringmann

Die Natur als Arzneimittellieferant: Johanniskraut, Malve, Melisse, Salbei, Kamille und Majoran sind die Basis für viele Naturheilmittel. Diese erfreuen sich bei vielen Patienten großer Beliebtheit. Sie gelten als sanfte Helfer, die man sich bei leichten Erkrankungen gerne auch mal „selbst verordnet“. Doch auch diese Präparate können Neben- oder Wechselwirkungen haben, darauf machen jetzt die Apotheker im Kreis Aachen aufmerksam.

Kopfschmerzen, Magenverstimmung oder Erkältung: Solche alltäglichen Gesundheitsbeschwerden werden inzwischen häufig in Eigenregie behandelt. Viele Patienten greifen bei der Selbstmedikation unkritisch zu pflanzlichen Präparaten, in dem falschen Glauben, diese hätten im Gegensatz zu chemisch hergestellten Arzneimitteln keine Nebenwirkungen. Die Folge: Pflanzliche Arzneimittel werden nicht nur in der Apotheke gekauft, sondern auch in Supermärkten. Doch das ist nicht ohne Risiko, wie die Apotheker im Kreis Aachen berichten.

Pressesprecher der Apotheker im Kreis Aachen. Oft sei es so, dass die Kranken unterdosierte pflanzliche Arzneimittel aus Drogerien oder Supermärkten kaufen. „Bei diesen Wirkstoffen ist anders als bei den Arzneimitteln in den Apotheken die Wirksamkeit aber nicht gesichert“, unterstreicht Katzenbach. Dazu kommt: Auch Medikamente auf pflanzlicher Basis können unerwünschte Wirkungen hervorrufen. So vertragen sich beispielsweise Johanniskrautpräparate nicht mit einem intensiven Sonnenbad oder Solariumbesuch. Die Wirkstoffe im Johanniskraut können die Haut sonnenempfindlicher machen, so dass unangenehme Rötungen entstehen. „Im Gegensatz zum Supermarkt werden sie in den Apotheken darüber entsprechend aufgeklärt“, so der Pressesprecher.

„Arzneimittel auf pflanzlicher Basis sind auf jeden Fall eine wichtige Alternative und sinnvolle Ergänzung“,

„Auch bei pflanzlichen Arzneimitteln handelt es sich um Waren besonderer Art, die nicht mit Lebensmitteln gleichzusetzen sind“, sagt **Martin Katzenbach**,

bestätigen die Apotheker im Kreis Aachen. Das gilt aber nur, wenn sich die Patienten auch beraten lassen. So können die Apotheker im Kreis Aachen z.B. auf die Vorteile der pflanzlichen Arzneimittel aufmerksam machen. Gerade bei der Einnahme von Beruhigungsmitteln wie Baldrian oder Melisse zur Verbesserung der Schlafqualität wird das deutlich. „Am nächsten Tag ist das Reaktionsvermögen der Patienten nicht beeinträchtigt, im Gegensatz zu vielen chemischen Beruhigungsmitteln“, so Katzenbach.

Dass die Wirkung von pflanzlichen Arzneimitteln nicht mit chemischen gleichzusetzen ist, sollten die Patienten ebenfalls wissen. „Die Wirkung der meisten Pflanzenpräparate hängt von der Dosierung ab. Ein Patient muss manchmal mehr Geduld als bei chemischen Medikamenten aufbringen, damit sich sein Leiden bessert.“



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



Besser sehen mit Lupen

Lupen sind eine äußerst nützliche Erfindung für Jung und Alt. Bereits um 1000 nach Chr. hat der arabische Mathematiker, Optiker und Astronom Abu Ali al-Hasan die wesentlichen Grundlagen für die erste Lupe entwickelt. Bis heute ist auf diesem Gebiet viel Neues erfunden worden. Die Notwendigkeit einer Lupe ist nicht unbedingt alters- oder krankheitsabhängig, sondern auch in den verschiedensten Berufen gegeben. Wir haben 4 unterschiedliche Lupen für Sie exemplarisch ausgewählt.

1. TASCHENLEUCHTLUPE

Diese handliche Lupe mit Schutzhülle bietet Ihnen eine 3,5-fache Vergrößerung, egal ob Sie sie Zuhause oder unterwegs nutzen wollen. Die rechteckige Linsengröße von 75 x 50 mm ermöglicht ein gutes Sichtfeld. Aus der Erfahrung mit unseren Kunden wissen wir, dass selbst Menschen mit Makulatrübung längere Zeit gut mit dieser Lupe lesen können. Der Vorteil liegt in der Kombination aus Form, Vergrößerung und einer integrierten hellen LED-Beleuchtung, welche für einen stärkeren Kontrast der Buchstaben zum Hintergrund sorgen und damit die Lesbarkeit schon erheblich erleichtern. Die Lupe liegt gut in der Hand und verfügt über einen großen Lichtschalter.



2. UMHÄNGELUPE

Die Freihandlupe ist ideal zum Handarbeiten, Basteln, Zeitung lesen, Rätseln oder Ähnlichem. Hängen Sie die Lupe einfach um Ihren Hals und stellen Sie die Lupenfüße auf Ihren Bauch oder Brustkorb. Auf diese Weise haben Sie eine 2-fache Vergrößerung, einen guten Abstand zum Objekt und können bequem mit beiden Händen arbeiten. Diese Lupen sind auch mit einer zusätzlichen LED-Beleuchtung erhältlich.



3. ARBEITSPLATZLUPENLEUCHTEN

Sie bestehen aus eckigen oder runden Echtglaslinsen, einem Schwenkarm bis zu 1 m, einer Fixierschraube zur Befestigung an Schreibtischen, Tischen oder Arbeitsplatten, und hellen Neonröhren oder Kaltlichtröhren.

Diese Lupenleuchten eignen sich sowohl für Hobbybastler, für Senioren, für Menschen mit eingeschränkter Sehkraft, als auch für Profis wie z.B. Uhrmacher, Feinmechaniker oder Laborangestellte.



4. BILDSCHIRMLUPEN

Menschen mit eingeschränkter Sehkraft brauchen sich nicht mehr ganz nah an den Bildschirm zu setzen oder auf das Fernsehen zu verzichten. Diese besondere Lupe wurde eigens für Fernsehgeräte entwickelt. Sie ist in unterschiedlichen Größen

- entsprechend Ihres Fernsehers - und in verschiedener Ausführung erhältlich. Sie können wählen, ob Sie die Lupe einfach vor Ihren Fernseher stellen oder auf einem Rollgestell vor Ihren Fernseher fahren wollen. Mit diesem einfachen Hilfsmittel können sie Ihren Bildschirm fast 2-fach vergrößern und wieder unbeschwert Fernsehen.

Wir wünschen Ihnen mit diesen Hilfen wieder Spaß am Sehen und einen guten Durchblick. Weitere Informationen erhalten Sie in Ihrem Fachgeschäft oder unter der Telefonnummer: 0241-901 02 76.

Gabriele Hagemann
Senioren Vitalcenter





Die Aktivmesse

für die ganze Familie

19. bis 21. September 2008

jeweils 10:00 bis 18:00 Uhr

EUROGRESS Aachen

www.vital-messe.de



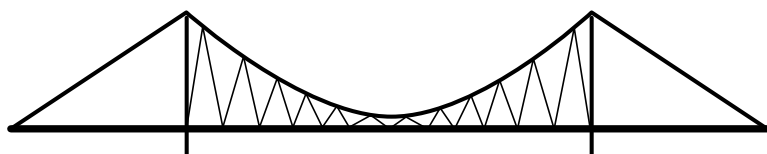
- Gesunde Familie
- Gesunde Freizeit
- Gesund Älter werden
- Gesundes Wohnen
- Gesund Ernähren
- Gesunder Geist
- Gesunder Körper

Veranstalter:




BRÜCKENRÄTSEL

Sie sehen unten drei Spalten. In der mittleren Spalte stehen Platzhalter für die einzelnen Buchstaben, aus denen sich die Wörter zusammensetzen. In jeder Zeile ist die Lücke mit einem Wort zu füllen. Dieses mittlere Wort soll sowohl mit dem Wort davor als auch mit dem Wort dahinter ein neues sinnvolles Wort ergeben. Die ersten Buchstaben der mittleren Spalte, von oben nach unten gelesen, ergeben ein neues Wort.



SCHLUSS

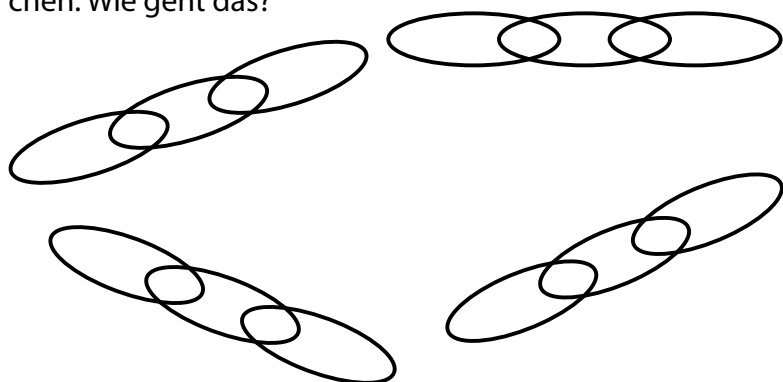
WORT

BRÜCKE

TRAUER	-----	FLÄCHE
SPEISE	---	KAFFEE
NAGEL	----	FARBE
BENZIN	----	WART
HAB	----	ZEHN
NIEDER	----	RIST
GEWINN	----	KARTE
BINDE	----	ARZT
OSTER	--	GELB
STACHEL	----	FISCH
WELT	----	KATZE
FÜNF	---	STEIN
EIS	-----	GIRL
TISCH	-----	BALL
OBER	---	REIF
RAUSCH	----	SCHLANGE

DIE KETTE IN VIER TEILEN

Petra findet beim Aufräumen diese vier Kettenstücke, die Überreste einer Halskette. Sie geht damit zum Juwelier, um daraus wieder eine vollständige geschlossene Kette machen zu lassen. Für jedes Kettenglied, das geöffnet und wieder zusammengelötet werden muss, verlangt der Juwelier 1,50 Euro. Petra hat leider nur 5 Euro dabei und möchte deshalb wieder gehen, aber der Juwelier erklärt ihr, dass 5 Euro reichen. Wie geht das?



DAS KÜCHENFENSTER DER NACHBARIN

Der Blick auf das Küchenfenster der Nachbarin zeigt Folgendes: Links am Fenster ist ein Vorhang. Rechts auf der Fensterbank sitzt eine Katze. Über der Katze ist ein Regal zu sehen (mit einer schrägen Stütze). Auf dem Regal steht eine Flasche, ein Becher und ein Blumentopf. In der Mitte des Raumes steht ein Weinglas auf dem Tisch. Direkt unter dem Fenster ist eine Leine, an der ein paar Wäschestücke hängen. Das ist alles. Eine Person ist nicht zu sehen. Die helle Fläche in der Bildmitte ist nur die Wand.



www.onlinewahn.de

GÜN-GÜN-RÄTSEL!

Gün-Gün-Rätsel sind kurze Texte, bei denen die letzten beiden Worte jeweils durch das Wort „Gün-Gün“ ersetzt wurden. Gesucht sind dabei immer zwei identische Worte mit unterschiedlicher Bedeutung.

Ein Beispiel: Wir wollen im Bus nicht stehen, sondern auf den Gün-Gün Gün-Gün.

Hier wäre die Lösung: Wir wollen im Bus nicht stehen, sondern auf den Sitzen sitzen.

1. Der Hausmeister schimpfte mit den Kindern: „Ihr sollt doch nicht über den grünen Gün-Gün Gün-Gün!“
2. Ein Tourist wurde von einer Lawine verschüttet. Die Rettungskräfte konnten ihn leider nur noch tot von den Gün-Gün Gün-Gün.
3. Ein Friedhofsgärtner arbeitet in mehreren Städten. An heißen Tagen muss er Gräber in Wiesbaden, Frankfurt und Gün-Gün Gün-Gün.
4. Ein Angler freute sich, als dunkle Wolken am Himmel aufzogen, denn bald - so dachte er - werden sich die Würmer im Gün-Gün Gün-Gün.
5. Krawatten-Zwang gibt's nur in feinen Lokalen, aber nicht in Flugzeugen. Das weiß ich, weil ich immer nur mit Gün-Gün Gün-Gün.
6. Der Mieter hatte wiederholt seine Miete nicht bezahlt. Deshalb forderte ihn der Hausbesitzer auf, dass er seine Gün-Gün Gün-Gün.
7. Schumi wollte mich mit dem Ferrari mitnehmen, aber ich wollte mich nicht in seinen Gün-Gün Gün-Gün.

PIZZAESSEN

Wenn eineinhalb Teenager eineinhalb Pizzas in eineinhalb Tagen essen können, wie viele Pizzas kann ein Dutzend Teenager in drei Tagen essen?

RÜCKGELD

Bei einem Einkauf erhalten Sie 30 Cent in zwei Münzen zurück. Eine davon ist jedoch kein Zehner. Welche Münzen haben Sie?

ZAHLN ADDIEREN

In dem Kasten sehen Sie sieben Zahlen. Überlegen Sie, aus welchem logischen Prinzip heraus Sie eine achte Zahl – anstelle des Fragezeichens – finden können. Hilfe: Hier spielt die Addition eine Rolle.

96	87	59
41	?	4
22		13

FRISEURE

In einer fremden Stadt gibt es nur zwei Friseure. Sie sehen sich die Läden an. Einer ist schmutzig und durcheinander, der Friseur selbst hat einen fürchterlichen Haarschnitt. Im anderen Laden ist alles sauber und ordentlich, der Haarschnitt des Friseurs ist makellos. Bei wem werden Sie sich die Haare schneiden lassen und warum?

VIEL GELD

Sechstausendsechshundertsechs Euro wird in Ziffern so geschrieben: 6606 Euro. Jetzt schreiben Sie bitte Zwölftausendzwölfhundertzwölf Euro auf.

BRIEFMARKEN

Wenn zwölf 10-Cent-Briefmarken auf ein Dutzend gehen, wie viele 20-Cent-Briefmarken sind dann im Dutzend?

BUCHSTABEN DES ALPHABETS

Welcher Buchstabe steht anstelle des Fragezeichens?
Hilfe: Denken Sie an das Alphabet.

B		N		K		N		C		?
	D				A				F	
F		J		L		M		I		O

ERDKUNDE

Als an Rätseln aller Art interessiert lösen Sie vielleicht auch Kreuzworträtsel? Ein Schwerpunkt dabei bilden die geographischen Fragen. Wissen Sie vielleicht, wo die Langerhansschen Inseln liegen?

BLEISTIFTE

Sie haben zwei Bleistifte, einen guten und einen billigen. Der gute kostet 1 Euro mehr als der billige. Für beide haben Sie 1,10 Euro ausgegeben. Wie viel kostet der billige?

FLUGZEUGABSTURZ

Ein Flugzeug stürzt genau in der Mitte der Mosel, also dem Grenzfluss von Deutschland und Luxemburg, ab. Wo werden nach den Bestimmungen der Europäischen Union die Überlebenden begraben, in Deutschland oder in Luxemburg?

ZAHLNVERGLEICH

Welche Zahl steht anstelle des Fragezeichens?

22		72		8		15		18		84
6		30		96		10		96		28
40		15		12		95		12		?



Dieter H. K. Starke

Prof. em. Dipl. - Phys. Wissenschaftlich - Technische Beratung



Teil 6

Franz Erb



„Nach einem Gemälde von Hermann Killian“

Der Ansichtskartensammler begegnet gelegentlich Karten mit dem obigen Vermerk. Alle diese Killian-Karten sind im Wesentlichen nach dem gleichen Schema gestaltet: Lichtdrucke in unterschiedlichen Brauntönen mit schmalem, hellem Rand, z.T. mit Schreibleiste. Nur die erste Ausgabe 1902 erfolgte im üblichen Schwarz-weiß-Lichtdruck.

Wer war Hermann Killian?

Aus der Zeit kurz vor und nach der Jahrhundertwende gibt es Ansichtskarten aus dem Raum Neuss, Mönchengladbach, Rheydt - meist Lichtdrucke nach Fotomotiven, aber auch einige dekorative Lithographien mit dem Zudruck „Hermann Killian, Rheydt“, gelegentlich auch „Verlag H. Killian, Rheydt“. Ab 1902 tauchen dann auch Aachener Motive mit der gleichen Verlagsangabe auf.



4. Adalbertskirche 1905



5. Gut Diepenbenden 1907



6. Motiv in Burtscheid 1907 (Original bekannt)



1. Schloss Myllendonk bei Neuss - verlegt bei Eugen Dienz 1902



2. Burgruine Heiden bei Kohlscheid 1902



3. Motiv am Hof 1905 (Original bekannt)

Nach den Rheydter Adressbüchern war Killian von Beruf Maler (Anstreicher u. Tapezierer). Aber nebenbei hat er sich, wie wir feststellen, als Verleger betätigt. Und: Er *malte*! Zunächst Objekte aus seinem Umfeld: Ruinen, Schlösser, Mühlen, romantische Stadtansichten. Ab 1902 lässt er dann etliche seiner Gemälde reproduzieren und als Ansichtskarte vertreiben, allerdings nicht im eigenen Verlag, sondern bei Eugen Dienz in Aachen, dem wir unzählige hervorragende Ansichtskarten aus Aachen und Umgebung verdanken.

Möglicherweise hat der Kontakt zu dem jungen Dienz den Rheydter Maler veranlasst, nach Aachen umzusiedeln. Knapp zehn Jahre wird er nun von 1902 bis etwa 1912 in Aachen tätig sein, nicht mehr als Handwerker, auch nicht als Verleger, sondern als „Kunstmaler“. In den zehn Aachener Jahren entstehen zahlreiche Ölgemälde, zum Teil als Auftragsarbeit für wohlhabende Bürgerfamilien. Bei einer Ausstellung 1991 in der Frankenburg konnten 25 Originale des Malers präsentiert werden. Und was Killian schon in Rheydt begonnen hatte, wurde jetzt in Aachen weitergeführt: über 50 seiner Gemälde wurden, wie oben beschrieben,

als Postkarte reproduziert. Als Verleger zeichnen: „Kunstanstalt Stellae floresque - Aachen“, ab 1907 „Planet“ und ab 1908 die Chiffre „PBB“ in drei Kreisen. In Aachener Adressbüchern tauchen diese Namen nicht auf.

Ab 1907 scheint Killian eine außergewöhnliche Produktivität entwickelt zu haben, denn in den nächsten Jahren erscheinen dutzende und aber dutzende Gemäldekarten mit Stadtansichten von Köln bis Königsberg, von Koblenz bis Hamburg, von Bonn bis Breslau, um nur einige Orte zu nennen. Das geht so bis 1911/12, dann verliert sich die Spur des Malers und neue Reproduktionen gibt es auch nicht mehr.



7. Motiv am Klosterplatz 1907



8. Kirche in Laurensberg 1908 (Original bekannt)

WIE DE KLAPPERJAASS HÖRE NAM KREÄG

Der Sachsekrege wor jlöcklich uus,
än Kejser Kaal koem fraeh noh Huus,
noh Oche, woe een enge Zau,
me jüst et Mönster feädig hau.

Dat koem der Kejser jot zereäht.
Deäjennije, deä de Sachse schleät,
wel ouch zeheäm e alle lehre,
at wörrem ens e Feßje fiere.

Heä ladet Jrave än Beschöff ee,
än ouch der Poeps wor met derbeij.
Suevöl Lü wie Dag em Johr sallen et siie.
Zweij feählete noch, et recket net mieh.

Zweij wore noch doe, die woren at duet,
die holpe der Kejser uus jrueße Nuot.
Em Jewöllev van Zent Servas, e Maastrech, witt av,
loege Monulf än Gondulf at lang ejje Jraav.

Dörch ene Engel kroege se Kennes derva,
än jonge nu knappweig op Oche aa.
Hön Jeräms wor pooetzfaaß, met der Steck jong et jot,
op der Kopp soeß hön stiifstaats der Beschoffshot.

Ömdatt jrueße Heäre net jeär lang wade,
muuete se sülle, oehne ze schwade.
Dörch Könnekspooetz dörch, Jockebstroeeß erav -
nu hant se werklich de Piife bau av.

Zeleiß langs de Kerch va de Wisse Fraue -
et feil hön net lueht, de Balangs ze haue.
Doe es at der Pärvesch, de Mönsterkerich.
Hön Knauchejerämser rappele ärig.

Die zweij bleäve baschtig klapperens stooeh. -
Der Kejser hat Freud nu, datt allemoel doe.
Nu kann ouch der Poeps dat Joddeshuus seäne;
die Klocke luwwe, se dönt sich all seäne.

Ouch der Braaß es verbeij bau, Jottsjesjedank,
die zweij jöhnt wier öm nu, noh de Maaskank.
Doe hant se ze lijje, doe mösse se hen,
noh dat Jewöllev van Zent Servas steäht hön der Sen.

Vööl Zitt es jeleä, bau zwellefhonndert Johr,
ee Trecht lijje Monulf än Gondulf noch doe.
Die Jaaß ajjen Pau, dörch die leif hönne Weig,
vazeäraa en Oche de Klapperjaaß heäsch.



WIE DIE KLAPPERGASSE IHREN NAMEN BEKAM

Der Sachsenkrieg war glücklich aus,
und Kaiser Karl kam froh nach Haus,
nach Aachen, wo man in einer Eile,
gerade das Münster fertig hatte.

Das kam dem Kaiser gut zurecht.
Derjenige, der die Sachsen schlägt,
will auch daheim in allen Ehren,
mal wieder ein Fest feiern.

Er lädt Grafen und Bischöfe ein,
und auch der Papst war mit dabei.
So viele Leute wie Tage im Jahr sollen es sein.
Zwei fehlten noch, es reichte nicht mehr.

Zwei waren noch da, die waren schon tot,
die halfen dem Kaiser aus großer Not.
Im Gewölbe von St. Servatius, in Maastricht, weit ab,
lagen Monulf und Gondulf schon lange im Grab.

Durch einen Engel kriegten sie Kenntnis davon,
und gingen nun schnurstracks auf Aachen zu.
Ihr Gerippe war kernig, mit dem Stock ging es gut,
auf dem Kopf saß ihnen stolz der Bischofshut.

Weil große Herren nicht gern lange warten,
mussten sie eilen, ohne zu schwätzen.
Durch das Königstor, die Jakobstraße hinunter -
Nun waren sie wirklich bald außer Atem.

Zuletzt an der Kirche der Weißen Frauen vorbei -
es fiel ihnen nicht leicht, das Gleichgewicht zu halten.
Da ist schon der Parvisch (Vorhof), die Münsterkerche.
Ihre Knochengerippe rappelten erheblich.

Die Zwei blieben stark klappernd stehen. -
Der Kaiser hatte nun Freude, dass alle da waren.
Nun kann auch der Papst das Gotteshaus segnen;
die Glocken läuten, sie tuen sich alle segnen.*

Auch das Festmahl ist bald vorbei, Gott sei gedankt,
die Zwei gehen wieder zurück nun, zum Maasufer.
Dort haben sie zu liegen, dort müssen sie hin,
zum Gewölbe von St. Servatius steht ihnen der Sinn.

Viel Zeit ist vergangen, bald zwölfhundert Jahre,
in Maastricht liegen Monulf und Gondulf noch immer.
Die Gasse an der Pau, durch die lief ihr Weg,
seitdem in Aachen die Klappergasse heiß.



Günter Metz

*Segnen ist in Aachen rückbezüglich: Man tut sich segnen.

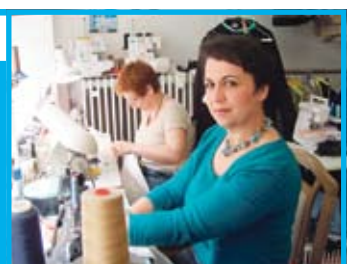


Moderne Expres-Reinigung / Änderungsschneiderei

- Reinigen von Textilkleidung
- Gardinen Service
- Änderungen aller Art
- Wäscheannahme

Bahnhofstr.12, 52064 Aachen
Mo.- Fr.9 - 18 + Sa. 9:30 - 13 Uhr

ABHOLSERVICE
Tel.: 0241 / 32 683



GENERATION 50PLUS

fühlt sich von Wirtschaft und Politik nicht genügend geschätzt

Die GfK-Nürnberg e.V. hat in Zusammenarbeit mit der A.GE Agentur für Generationen-Marketing erstmals die Frage untersucht, wie groß die gefühlte Wertschätzung der Generation 50plus ist. Den Ergebnissen zufolge besteht seitens der Wirtschaft und Politik großer Handlungsbedarf, um die Menschen jenseits der 50 mit ihren Bedürfnissen und Wünschen besser zu erreichen.



Seit einiger Zeit befassen sich Wirtschaft und Politik zunehmend mit dem demographischen Wandel sowie der Alterung unserer Gesellschaft – die Politik, weil die Gruppe der Älteren die wichtigste Wählergruppe geworden ist, die Wirtschaft, weil die Konsumausgaben der Über-50-Jährigen mittlerweile die Hälfte aller Konsumausgaben ausmachen. Beide Gruppen versuchen mit unterschiedlichen Maßnahmen, reife Menschen stärker in den Fokus zu stellen. Doch der Weg zum Erfolg ist offenbar noch weit. Die Betroffenen haben einen überwiegend negativen Eindruck von der Wertschätzung, die ihnen seitens der Politik, aber auch seitens der Wirtschaft entgegengebracht wird. Auch der jüngere Teil der Bevölkerung sieht das nicht gravierend anders. Lediglich 23 Prozent der Befragten registrieren eine eher hohe Wertschätzung der älteren Generation durch die Politik. In der Wirtschaft sieht es noch düsterer aus: Nicht einmal ein Fünftel hat das Gefühl, dass Mitarbeitern jenseits der 50 von Unternehmensseite Anerkennung gezollt wird.

Kunden sind nicht wirklich zufrieden

Kunden über 50 Jahren fühlen sich von der Wirtschaft etwas besser verstanden. Immerhin 42 Prozent der Befragten registrieren eine eher hohe Wertschätzung, die Kunden in der zweiten Lebenshälfte von Seiten der Wirtschaft erfahren. Hier zeigen die Marketingaktivitäten der letzten Jahre offensichtlich Wirkung. Dennoch sind 55 Prozent der Meinung, auf die Bedürfnisse und Wünsche der reiferen Generation würde zu wenig eingegangen.

Auch die Werbung ist noch nicht am Ziel ihrer Bemühungen. Man merke der Werbung an, dass sie von Jüngeren gemacht würde, die keine Ahnung haben, worum es reiferen Menschen tatsächlich geht. So die Meinung von 61 Prozent der befragten Über-50-Jährigen. Insgesamt 86 Prozent sind der Ansicht, dass die Werbung genauer und sachlicher auf Nutzen und Funktion der Produkte eingehen sollte, als sie dies tut. Vor sechs Jahren waren erst 74 Prozent dieser Meinung. Die Vereinfachungsstrategien der Produktentwickler erreichen offenbar ihr Ziel nicht.

In der Werbung kommen reife Menschen gut an

Es sind aber auch Erfolge zu verzeichnen: 57 Prozent der Befragten über 50 Jahren haben den Eindruck, dass das Angebot an Produkten für Menschen ihres Alters in den letzten Jahren umfangreicher geworden ist. Und sogar neun von zehn finden es gut, wenn vermehrt auch ältere Menschen in der Werbung gezeigt werden. Selbst in der Altersgruppe der 20- bis 29-Jährigen stimmen mehr als zwei Drittel dieser Aussage zu. Ältere in der Werbung kommen also bei allen Generationen gut an. Soll die Werbung wirken, ist es jedoch besonders wichtig, die älteren Protagonisten positiv und authentisch darzustellen. Sie sollen selbstbewusst, lebenslustig und fröhlich, dabei aber natürlich und nicht übertrieben wirken.

Als Fazit lässt sich feststellen: Kunden im Alter 50plus fühlen sich noch am ehesten in ihren Bedürfnissen verstanden und ernst genommen. Der Bürger als Mitarbeiter und Wähler hingegen stellt Wirtschaft und Politik im Umgang mit der Bevölkerung über 50 Jahren kein gutes Zeugnis aus. Erste Schritte in die richtige Richtung sind zwar gemacht, es bleibt aber ganz offensichtlich noch jede Menge zu tun – sowohl Produkt- als auch kommunikations-, vor allem aber arbeitsmarktpolitisch.

Zur Studie

Im April 2008 hat der GfK-Nürnberg e.V. gemeinsam mit der A.GE Agentur für Generationen-Marketing etwa 2.000 repräsentativ ausgewählte Personen über 14 Jahren (900 Personen über 50 Jahren) zum Thema Wertschätzung der Generation 50plus befragt. Die A.GE gilt als Pionier im Bereich Marketing 50plus und verfügt über umfangreiche Kenntnisse sowohl über diese Zielgruppe, als auch über generationenübergreifende Zusammenhänge und Strukturen. Der GfK-Nürnberg e.V. ist eine Non-Profit-Organisation der GfK-Gruppe zur Förderung der Marketingforschung. Die GfK-Gruppe wiederum ist ein weltweit tätiges Marktforschungsunternehmen.



Neben medizinischen Maßnahmen gibt es noch eine Reihe anderer Dinge, die im Alltag nützlich sind. Deshalb gibt der behandelnde Arzt Frau Müller den Prospekt der städtischen Wohnberatungsstelle. „Hier können Sie sich beraten lassen, welche Veränderungen in Ihrer Wohnung sinnvoll sind“, sagt er.

Einen Termin mit Doris Dirksen von der Wohnberatungsstelle der Stadt Aachen vereinbart Frau Müller gleich in der kommenden Woche. Doris Dirksen besucht das Ehepaar in der Wohnung und schaut sich alles in Ruhe an. Da der Ehemann nicht pflegebedürftig ist, sind keine großen Umbauten notwendig. Nach einem ausführlichen Gespräch macht sie folgende Vorschläge:

- Die Badezimmertür sollte in Zukunft am besten nach außen aufgehen und auch im Notfall immer von außen geöffnet werden können. An der Tür kann außen ein Bild oder Symbol angebracht werden, woran das Badezimmer deutlich zu erkennen ist.



ZUHAUSE LEBEN MIT DEMENZ - GEHT DAS?

Die Diagnose ist ein Schock. Der Neurologe stellt nach eingehender Untersuchung fest, dass sich beim Vater erste Anzeichen von Demenz zeigen. Den Kindern ist schon länger aufgefallen, dass ihr Vater in letzter Zeit immer vergesslicher geworden ist. An lange zurückliegende Ereignisse konnte er sich gut erinnern, aber Geschehnisse in der jüngsten Vergangenheit vergaß er öfter, z.B. den Geburtstag seiner Enkeltochter oder einen Termin beim Zahnarzt. Sprach man ihn darauf an, reagierte er böse. Mutter fühlte sich immer öfter überfordert. Was soll jetzt geschehen?



- In Sachen Bodenbelag rät Doris Dirksen zu rutschfestem Material. Zudem sollte der Vorleger entfernt werden, weil er die Rutschgefahr erhöht.

- Medikamente sollte Frau Müller nicht offen im Bad herumstehen lassen, sondern einschließen oder besser noch in einem anderen Raum lagern. Gleiches gilt für Putzmittel.

- Im Flur kann man die Beleuchtung so verstärken, dass abends und nachts eine ausreichende Beleuchtung vorhanden ist. Sinnvoll sei auch die Montage eines Bewegungsmelders, dann braucht Herr Müller nicht mehr nach dem Lichtschalter zu suchen.

- Im Wohnzimmer rät Doris Dirksen zur Einrichtung einer Sitzgelegenheit mit Blick aus dem Fenster, damit Herr Müller am Leben außerhalb der Wohnung teilnehmen kann, ohne sie verlassen zu müssen.

- Am Küchenherd sei es sinnvoll, eine Abschaltautomatik anzubringen. Gegenstände, die man täglich braucht, sollten gut erreichbar sein. Schubladen und Schränke dagegen, die gefährliche Geräte oder Substanzen enthalten, sollten abschließbar oder mit einer Kindersicherung versehen sein.

- Bei Bedarf können, so Doris Dirksen, auch im Schlafzimmer Kontrollsysteme,

wie z.B. Babyphonanlagen, Kontaktmatten, Türsicherungen oder eine hausinterne Telefonanlage installiert werden. Bei Rauchern empfiehlt sich die Verwendung von schwer entflammbarer Bettwäsche.

Dies sind nur einige Beispiele der Wohnraumanpassung, je nach Situation können auch andere Maßnahmen in Betracht kommen. Zusammenfassend kann man feststellen, dass eine individuelle Wohnberatung für die häusliche Betreuung demenziell erkrankter Menschen viele Chancen eröffnet und neue Potenziale erschließt. Die einfache Anpassung der Umweltfaktoren an die persönlichen Ressourcen trägt dazu bei, dass diesen Menschen die vertraute Lebensumgebung lange erhalten werden kann.

Weitere Informationen:

Frau Doris Dirksen (Stadt Aachen)
(Leitstelle „Älter werden in Aachen“)

Tel.: 0241-432-56 22.

Herr Paul Schäfermeier (Kreis Aachen)
(Verbraucherberatung in Alsdorf)

Tel.: 02404-94 86 22

Michael Hartges



Als Statistin beim Film: DIAMANTENHOCHZEIT in Aachen

Alles dreht sich um Diamanten und eine Hochzeit: In der rabenschwarzen Kriminalkomödie „Diamantenhochzeit“, die in Aachen spielt, passiert soviel Merkwürdiges, dass sich der spätere Zuschauer fragen muss, ob die angesetzte Trauungszeremonie in der Kirche „Sankt Jakob“ wirklich stattfinden wird. Obwohl doch extra dafür ein 6-stimmiges „Hosianna“ komponiert wurde, das etwa 75 Leute, die sich zusammengefunden haben, zu Gehör bringen möchten.



Aachen hat nicht nur musische Menschen, sondern auch herrliche Film motive. Aachen ist Heimatstadt für einen der Autoren: Georg Piller. Der zweite Autor Tilman Warnke stammt aus Bremen. Ebenfalls Aachener ist der Produzent der makaber anmutenden Geschichte: Peter Kreutz gründete 1994 sein Unternehmen „aquafilm“. Und was das Schönste ist: Ich bin Aachenerin (65) und durfte an zwei Drehtagen dabei sein - als Komparsin! Was mir großen Spaß bereitete. Bewundernswert war die Geduld und Freundlichkeit der Schauspieler, des Regisseurs und des 40- bis 50-köpfigen Teams.

„Alles auf Anfang!“, „Ton läuft!“, „Klappe (die soundsovielte)!“ und „Bitte!“ Das war das Kommando für uns Statisten, so zu agieren, wie vorhin von der Regieassistentin Regina Tiefenthaller angewiesen. Das Aachener Spielcasino war zum Grandhotel umfunktio- niert worden. Rote Teppichläufer veredelten Treppenstufen und Entree. Ein Page (Statist) stand bereit, nur nicht bei meinem Auftritt. Als Hotelgast trat ich (hellblauer Hosenanzug, langer Schal, passende Handtasche, blauer Regenmantel über dem Arm) aus der Tür

heraus, schaute nach rechts und links, bugsiierte meinen Rollkoffer auf den Gepäckwagen, machte einen Schritt nach vorn, schaute auf die Armbanduhr, drehte mich um und ging durch die Drehtür zurück ins Hotel. Derweil verließ eine junge Dame das Haus und ein Paar mittleren Alters betrat es. Unterdessen lief vor der Treppe die Szene der Hauptdarsteller ab. Das waren die Braut Julia (Marleen Lohse, 22, bekannte Fernsehdarstellerin in Kinder- und Jugendserien), die Brautmutter (Uta-Maria Schütze, die ich schon 1989 als beliebte Theaterschauspielerin am Stadttheater Aachen kennenlernte und die auch in Fernsehproduktionen mitgewirkt hat) und der Brautvater (Dietrich Hollinderbäumer, gefragter Fernseh- und Bühnendarsteller).

Die Familie wartet ungeduldig und immer aufgeregter auf den Bräutigam Alexander. (Jörg Pohl wurde Anfang 2008 als „Bester Nachwuchsdarsteller“ beim Max Ophüls Festival ausgezeichnet.) Keiner ahnte, dass Alex' Vater (Martin Brambach) aus Versehen einen Diamantenkurier getötet und die Leiche im Kofferraum hatte. Eine wilde Verfolgungsjagd mit zwei Gangstern war die Folge.



Regisseur Michael Kupczyk und seine Crew standen durch den Knopf im Ohr in Kontakt. X-mal wurden kurze Szenen wiederholt. Am Montag regnete es viel und es war kalt. Lichtverhältnisse, Regen, Sonne, Wolken, Wind, Verkehrslärm verlangten nach immer neuen Einstellungen



von Kameras, Ton, Licht. Pavillons, Sonnensegel, Regenschirme, Umhänge, Jacken, Decken und Wärmflaschen waren im Einsatz, um die Darsteller zu schützen. Erst in der letzten Sekunde, wenn es hieß „Alles auf Anfang!“, wurden sie entfernt. Besonders das bodenlange Brautkleid der Julia musste immer hochgerafft werden, sobald das „Aus“ aus der Regie kam. Zum Glück gab es das Kleid in zweifacher Ausführung, der Saum war schnell verschmutzt. Da die Handlung des Films an einem einzigen Tag abläuft, erschienen wir zwölf Komparsen auch am nächsten Tag im selben Outfit. Die Stöckelschuhe zweier Komparsinnen klackten zu laut beim Gehen. Kurzerhand wurden Sohlen und Absätze mit Dämmstreifen beklebt. Mein Rollkoffer spielte übrigens eine etwas größere Rolle als ich, man ließ ihn sich für eine weitere Szene aus. Als ich selbst wieder mit ihm in Erscheinung treten sollte, war er furchtbar schwer. Damit der Page glaubhaft ein schweres Gepäckstück stemmte, hatte die Requisite einen Sandsack reingepackt. Ich wollte mir keinen Rückenschaden zuziehen, also entfernten sie das Teil.

Insgesamt 29 Drehtage waren für den Film angesetzt. Acht Haupt-, zehn Nebendarsteller und ungefähr 250 Komparsen sorgen in dem Ein-Millionen-Projekt, das von der Filmstiftung NRW und vom Deutschen Filmförderfonds (DFFF) gefördert wird, für den hoffentlich großen Erfolg der rasanten Komödie. 2009 kommt der Film ins Kino, dann auf DVD heraus und später ins ZDF nach Aussage des Redakteurs Christian Cloos von der Redaktion „Das kleine Fernsehspiel“.

Christine Kluck

Bilder: Heinrich Kluck



Liebe Agnes,

heute habe ich Dich wieder gesehen.
Du wohnst jetzt in einem Altenheim
an Rande der Stadt.



Es ist noch nicht so lange her, als ich Dich in deiner Wohnung besuchte. Damals konntest Du Deinen Kuchen noch alleine essen, durch die Wohnung gehen, obwohl Du schon erblindet warst, und Du wusstest noch, wann Du geboren bist. Nur das Geburtsjahr hattest Du vergessen. Als es Abend wurde, kam eine Unruhe in Dir auf. Du standest vom Sofa auf, sahst irritiert umher und sagtest: „Ich muss nach Hause.“

Vielleicht wolltest Du schon damals dahin, wo Du jetzt bist, wer kann das wissen?

Ich sah Dich heute in Deinem Bett liegen. Es hat eine intelligente Matratze. Sie pumpt sich von selbst auf, wenn irgendwo ein Hohlraum entsteht. Das soll ein Wundliegen verhindern. Deine Augen waren geschlossen und Deine Lippen in den Mund gezogen, wie bei einem verschrumpelten Apfel. Deine künstlichen Zähne fehlen dir nicht.

Sie sind für Dich vollkommen überflüssig. Du siehst gepflegt aus. In Deinem linken Arm lag der Fridolin, ein schwarz-weißer Wollhund, den Deine Schwiegertochter Dir geschenkt hat. Als ich Dir sagte, wer ich bin, öffnetest Du Deine Augen und bewegtest den Kopf leicht in meine Richtung. Auch öffnetest Du den Mund und es sah aus, als formte er meinen Namen, aber sicher bin ich nicht.

Du liegst unter einer leichten Decke, die einiges verbirgt. In Deinem Magen steckt ein Zugang, durch den Du ernährt wirst. Täglich sickern durch einen Schlauch 1 ½ Liter Tee und zwei Portionen flüssiger Nahrung. In Deinem Rücken ist oberhalb des Steißbeines eine Öffnung, die sich langsam wieder schließt, seitdem der Arzt alles entfernt hat, was nicht mehr durchblutet wurde. Du trägst Pampers, ein Katheder leitet das Wasser ab. All diese Molestun muss

Du ertragen und alle hoffen, dass Du keine Schmerzen hast.

Auf dem Weg zur Toilette sah ich eine gut gekleidete Frau in einem Sessel sitzen. Sie hatte die Beine hochgelegt; ihr Kopf ruhte mit geschlossenen Augen und offenem Mund auf der Sessellehne. Daneben saß eine andere Frau, die mich anstarrte, als habe sie Angst vor mir. Dagegen winkte mir die Frau im Rollstuhl fröhlich zu, als sie mich sah.

Gegenüber Deinem Zimmer befindet sich ein kleiner Essraum. Hier versammeln sich schon einzelne Heimbewohner um 11 Uhr, obwohl doch erst um 12 Uhr gegessen wird.

Ach Agnes, von allem um Dich herum merkst Du nichts mehr. Auch die Frau, die Dein Zimmer säuberte, als ich bei Dir war, wirst Du nicht wahrgenommen haben.

Du lebst in einem Schattenreich, wohin Dir von uns niemand folgen kann. Die Menschen um Dich herum versuchen öfter, Dich in unsere Welt zurück zu führen, aber Du scheinst für nichts mehr erreichbar zu sein. Deine Augen sind klar, aber leer.

Als ich beim Abschied Deine Wange und Deine Hand berührte, sahst Du entspannt und zufrieden aus.

Erwin Bausdorf



meditaxi24

FAHRDIENST FÜR MENSCHEN IM ROLLSTUHL



KRANKENFAHRTEN
DIALYSEFAHRTEN
BESTRAHLUNGSFAHRTEN
CHEMOTHERAPIEFAHRTEN

Kleikstrasse 39, 52134 Herzogenrath
info@meditaxi24.de www.meditaxi24.de

☎ 02451 - 48 22 22

VERTRAGSPARTNER
ALLER GESETZLICHEN
KRANKENKASSEN



Romanfigur bei Th. Mann	▼	span. Artikel	Abk.: Langspielplatte	hautschädigend	Sehnenüberdehnung	▼	Spielkarte	Abk.: Beispiel	▼	Gesichtshautfarbe	Bein-gelenk	▼	ein Osteuropäer	▼	Abk.: Neupreis	mit Vorliebe, bereitwillig
ausgeruht (engl.)	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Aufschub	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	Schmetterlingslarve	▶	▼	▼	▼	▼	lat.: zukünftig (2 Wörter)	▶	▼	▼	▼	▼
Frühjahrs-gartenblume	▼	Straßenleuchte	Schachfigur	▶	▼	▼	▼	Kassenzettel	Insel-europäer	▶	▼	▼	weibliches Rind	▼	ugs. für heran	▼
▶	▼	▼	▼	▼	trainieren	▶	▼	▼	▼	▼	grob, unhöflich	▼	Wesentliches einer Sache	▶	▼	▼
französisch: vorwärts!	einer Sache Würde verleihen	▶	▼	▼	▼	▼	Geruch, Geschmack	▼	anhänglich	▶	▼	▼	▼	Abwandlung, Variante	▼	Qualität
Schenkung, Gabe	schmalere Weg	▼	Zeichen für Natrium	▼	Wasser-vogel	▶	▼	▼	▼	Verhältniswort	▼	Schräglage, Neigung	▶	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	unser Planet	▼	Blumenpflanzgefäß	▶	▼	▼	▼	Blütenpracht	▼	Abk.: Satellit	▼
ital. Klosterbruder/ Kurzw.	▶	▼	▼	Abk.: in Ordnung	Großvater	▶	▼	▼	▼	engl.: bitte	▶	▼	▼	▼	▼	▼
ugs.: eingeschaltet	▶	▼	lat.: der-, dasselbe	▶	▼	▼	▼	Stück für drei Instrumente	▶	▼	▼	▼	Vorschlag zur Abhilfe	▶	▼	▼
Autor von „Robinson Crusoe“ † 1731	▶	▼	▼	▼	▼	betagt	▶	▼	▼	▼	Felsenhöhle	▶	▼	▼	▼	▼

Eifer, sich zu beschäftigen	▼	Gürtelrand der Hose	▼	Baustoff	Wortswall	Normen-institution (Abk.)	▼	Abk.: vergleiche	Verkehrssignalanlage	Süßigkeiten Liebender	▼	Comic-Cowboy (Lucky ...)	Abk.: Sommersemester	alter Name Tokios	▼	Sportmannschaft
abnorm, wider-natürlich	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Gewässer in Mittel-asien	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Farbton
machen	▶	▼	▼	eine Weltreligion	▶	▼	▼	▼	▼	russ. Stadt mit mittelalterlichen Klöstern	▶	▼	▼	▼	▼	▼
geländegängiges Motorrad	▶	▼	▼	▼	▼	Behälter aus Stoff	Spielgerät beim Eishockey	▶	▼	▼	▼	▼	Kose-name der Großmutter	▶	▼	▼
▶	▼	Figur in „Polenblut“	Gesuch	▼	Entscheidung bei gleichviel. Punkten	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	ungar. Politiker † 1958	Wassertiefenmesser	▼
ein Binde-wort	▼	österr. Kurort (2 W.)	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Trinkgefäß	▼	Schul-festsaal	▶	▼	▼	▼
schweizerisch-franz. Strom	▶	▼	▼	▼	überlieferte Erzählung	▼	umgangssprachl.: Greisin	Futterbehälter	▶	▼	▼	▼	▼	Zitterpappel	▼	Schneehütte der Inuit
belg. Maler † 1949	▼	Abk.: Schweizer Franken	▼	▼	Maßeinteilung an Messgeräten	▶	▼	▼	▼	lat.: usw.	eine Grundfarbe	▶	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	Zeichen für Nickel	Jägerspr.: Ohren des Schalenwildes	▶	▼	▼	▼	▼	▼	angebl. Schneemensch i. Himalaja	▼	Zeichen für Emanation	▼
▶	▼	▼	Furcht	▶	▼	▼	▼	▼	Halmrest im Boden	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Abk.: gegebenenfalls	Spiel-leitung	▶	▼	▼	▼	▼	Auswurf-taste (engl.)	▶	▼	▼	▼	▼	australischer Lauf-vogel	▶	▼	▼

fränkisch: Hausflur	Abgasrei- niger bei Diesel- motoren	Nord- nord- west (Abk.)	auf- wärts	▼	Abk.: Sankt	Krüm- mung, Kurve	▼	ugs.: etwas beginnen	▼	▼	Fuß- glied	Frucht- äther	Kf.: Kauf- vertrag	Lern- pensum	▼	Stadt an der Aare (Schweiz)
▶	▼	▼	Ehren- staffel b. Staats- besuchen	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Auf- sehen, Skandal	▶	▼	▼	▼	▼
schlechte An- gewohn- heit	▶	▼	▼	▼	▼	kaum hörbar	▼	ruhelos umher- irrender Mensch	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Zeitungs- anzeige
Abk.: Südwest	▶	▼	Schutz- heiliger Englands	▶	Inhalts- losigkeit	▶	▼	▼	▼	früherer äthiop. Herrscher- titel	▼	gemau- ertes Ufer	▶	▼	▼	▼
unver- schlos- sen	▼	sieden, kochen	▶	▼	▼	▼	▼	Hand- werker; Anstrei- cher	▼	Planeten- name	▶	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	Be- wohner eines Ernteils	Längen- maß	▶	▼	▼	▼	▼	schwar- ze Vögel	▼	▼	seine Lage ver- ändern (sich ...)	▼
Alpen- pflanze	▼	eine Käse- sorte	▼	südost- asiat. Staaten- bund (Abk.)	▶	▼	▼	▼	▼	Grund- schlepp- netz der Fischer	▼	Amts- tracht	▶	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	Bücher-, Waren- gestell	▼	Bewohner der Zuckerrohr- insel	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Einheit für 24 Stunden	▶	▼	▼	Beklei- dung der Mönche	▼	Bilder- rätsel	▶	▼	▼	▼	▼	Norm, Richt- schnur	▼	Abk.: Wetter- amt	▶	▼
Tier- produkt	▶	▼	männ- liche Katze	▶	▼	▼	▼	be- jahrter Mann	▼	▼	Zurück- setzen eines PCs	▶	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	tschech. Name d. Stadt Pilsen	▼	Farbe	▶	▼	▼	▼	▼	▼	griech. Spora- den- insel	▼	Olympia- stadt 2004
wieder- holt	Gespenst	▼	Steno- grafie- kürzel	▼	ital. Pries- ter- titel	▶	▼	▼	▼	▼	Störung, Schaden	▼	Abk.: Self-Ex- tracting Archive	▶	▼	▼
Stativ, Stellage	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Teil des Bogens	▼	klein- licher Mensch	▶	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	seitlich (er steht ... mir)	Pflan- zen- faser	▶	▼	▼	▼	▼	▼	Hack- werk- zeug	▼	Teil der Scheune	▼
Fortset- zungs- folge	▼	Rasse- hund	▼	Unge- brauchtes	▶	▼	▼	▼	▼	Ausrüs- tungsteil techn. Geräte	▼	Lauf- junge, Über- bringer	▶	▼	▼	▼
auf einem Fleck verharren	▶	▼	▼	▼	▼	nord- amerik. India- ner	▼	größeres Grund- stück	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Abk.: Telefon	▶	▼	▼	Woge	▼	franz. männl. Vorname	▶	▼	▼	▼	▼	Stock- werk	▼	Abtei in Ober- bayern	▼	Fakul- täts- leiter
Schul- fach	Be- hälter, Hülle	▼	Stech- insekt	▶	▼	▼	▼	Spende, Ge- schenk	▼	▼	Not, Misere	▶	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	Ausruf	▼	Be- sucher	▶	▼	▼	▼	Aufguss- getränk	▶	▼	▼
Zeichen für Titan	▶	▼	Abk.: Betriebs- rat	▼	Halb- edel- stein	▶	▼	▼	▼	▼	Spalt- werk- zeug	▶	▼	▼	Zeichen für Helium	▼
normal, regulär	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Festung im Mittel- alter	▶	▼	▼	▼	Ausruf	▶	▼	▼
falscher Weg	▶	▼	▼	▼	Wild- pflieger	▶	▼	▼	▼	▼	hasten	▶	▼	▼	▼	▼

RENTE UND GRUNDSICHERUNG IM ALTER

Für viele ältere Menschen stellt sich bei Eintritt ins Rentenalter heraus, dass die Höhe der ausbezahlten Rente nicht ausreicht, um sowohl den Lebensunterhalt als auch alle anderen anfallenden Kosten, sei es Miete, Strom oder Heizung, zu finanzieren.



**Deutsche
Rentenversicherung**
Sicherheit
für Generationen

Bis vor einigen Jahren blieb den Betroffenen in solchen Fällen nur die Beantragung von Sozialhilfe. Im Jahr 2003 hat der Gesetzgeber allerdings die sog. Grundsicherung im Alter (und bei Erwerbsminderung) eingeführt.

Die Leistung erhält man nicht automatisch, wenn nur eine geringe Rente ausbezahlt wird. Voraussetzung ist in jedem Fall ein Antrag bei der zuständigen Behörde. Der Antrag auf Grundsicherung im Alter wird grundsätzlich beim örtlichen Sozialamt gestellt, kann aber auch beim zuständigen Rentenversicherungsträger eingereicht werden.

Die Höhe des Regelsatzes richtet sich danach, ob der Antragssteller verheiratet ist oder alleine lebt. Bei Alleinstehenden beträgt er zurzeit € 347, bei Verheirateten € 312 pro Person. Weiterhin werden die Kosten für Unterkunft und Heizung sowie die Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung übernommen.

Da die Grundsicherung keine Leistung der gesetzlichen Rentenversicherung in Form einer Grundrente, sondern eine am persönlichen Bedarf orientierte Leistung ist, kann sie daher nur bezogen werden, wenn das eigene Einkommen und Vermögen des Berechtigten oder seines Ehegatten nicht ausreichen, um



den Lebensunterhalt zu bestreiten. Dabei ist jegliches Einkommen zu berücksichtigen: Zuerst die Rente, aber auch jedes andere Erwerbseinkommen sowie eventuell bezogenes Wohngeld, Unterhalt von getrennt lebenden Ehegatten, Einkünfte aus Vermietung oder solche aus Kapitalvermögen.

Grundsätzlich muss vor Inanspruchnahme von Grundsicherungsleistungen eigenes Vermögen verbraucht werden. Haus- und Grundvermögen, Bargeld, Kapitalvermögen sowie Lebensversicherungen müssen erst verwertet werden, bevor Leistungen zur Grundsicherung im Alter in Anspruch genommen werden können. Dies heißt aber nicht, dass Besitzer einer Eigentumswohnung diese



in jedem Fall verkaufen müssen. Solange die Eigentumswohnung als angemessen angesehen werden kann, ist diese nicht als Vermögen zu berücksichtigen.

Auch ist der Bezieher von Grundsicherungsleistungen berechtigt, ein sogenanntes Schonvermögen aufzubauen. Dies liegt im Moment bei € 2.600 bei Alleinstehenden und € 3.214 bei Verheirateten.

Nichtsdestotrotz sollte der Inanspruchnahme von Grundsicherung im Alter nach Möglichkeit mit einer rechtzeitigen privaten Altersvorsorge begegnet werden, da die Inanspruchnahme von Grundsicherung für den Betroffenen und dessen Angehörige mit Einschränkungen und Unannehmlichkeiten wie häufigen Behördengängen und der nicht immer erwünschten Offenlegung der Einkommens- und Vermögenssituation einhergeht. Allein auf die zu erwartenden Leistungen der gesetzlichen Rentenversicherung sollte in Zukunft nicht mehr gebaut werden.



Marc Felden

Rechtsanwalt

Kanzlei am Dom

Hörgerätebatterien? 6 Markenbatterien nur 1,49 €



Löhgraben 34
52064 Aachen
0241 / 921 48 40

Burtscheider Markt 1
52066 Aachen
0241 / 160 72 01

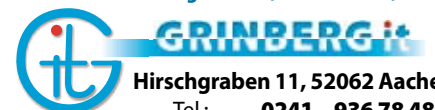


**Herren Friseur Salon
Hans Corban** Inh.: Irina Zaleska

Adalbertsteinweg 197
52066 Aachen
Tel.: 0241/508228

Öffnungszeiten:
Di.-Fr. 8.30 - 18.00 Uhr
Sa. 8.00 - 13.00 Uhr

- Computerreparatur und -nachrüstung
- PC-Zusammenbau nach Kundenvorstellung
- Einrichtung von ISDN/DSL, VoIP Anschlüssen
- An- und Verkauf von Hard- und Software
- Abhol- und Bringdienst (auf Wunsch)



Hirschgraben 11, 52062 Aachen

Tel.: 0241 - 936 78 481

Mobil: 0179 - 59 87 300

E-Mail: info@grinberg.de, Web: www.grinberg.de

GLÜCK

Ihre mentale Altersvorsorge



Was wir derzeit erleben, ist kein „Oh wie schrecklich“: Die genetische Ausstattung des Menschen taugt theoretisch für 120 Jahre! Wenn die Menschen früher mit Mitte 40 an Erschöpfung oder an Seuchen starben, dann war das unnormal, denn für den menschlichen Körper ist es normal, rüstig 80 Jahre alt zu werden. Was da gerade bei uns passiert, ist angesichts unserer historischen wirtschaftlich-technischen Entwicklung schlicht eine Normalisierung. Nicht das Altern ist das Problem, sondern der Lebensstil, der zu einem großen Teil Krankheit und Pflegebedürftigkeit verursacht.

Wahr ist, dass wir mit zunehmendem Alter Kraft und manche Fähigkeiten verlieren. Wahr ist aber auch, dass wir manche Eigenschaften eben erst mit den Jahren herausbilden: Die Fähigkeit, drohende Fehler schon vorher zu erkennen; das Überblickswissen über Markt und Kunden; eine Breite an kommunikativem Repertoire. Ältere sichern Entscheidungen besser ab, schätzen Probleme realistischer ein – alles auch aus dem gesammelten Schatz eigener Niederlagen. Wer dann ohne zuviel Stress in Abläufe eingebunden bleibt, der bleibt auch länger lebensstüchtig.

Und darauf wird unser Alltag reagieren: Die Marktwirtschaft wird jene Firmen belohnen, die nachhaltig mit ihren Mitarbeitern umgehen. Die Wirklichkeit wird ein Gesundheitssystem erzwingen, in dem nicht wie heute alle

Akteure nur ein Interesse an Kranken haben, sondern in dem sie das Geld der Krankenkassen mit Gesunderhaltung verdienen: individuell passende Bewegung für den Stoffwechsel, Gedankenhygiene, Lebensberatung.

Wenn Beschäftigte im Betrieb fehlen, liegt das immer häufiger an einer psychischen Störung oder Erkrankung. Nach Angaben des Fehlzeiten-Reports 2003 (Springer Verlag) sind psychische Erkrankungen mittlerweile die vierthäufigste Ursache für Fehlzeiten in deutschen Unternehmen. Die Zahl der auf psychische Erkrankungen zurückgehenden Krankmeldungen ist (bei den der Berechnung zugrunde liegenden Krankmeldungen von knapp elf Millionen AOK-Mitgliedern) seit 1994 um 74,4 Prozent gestiegen. Nach Einschätzung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist mit einem weiteren Anstieg zu rechnen.

Alarmierende Zahlen finden auch die Gesundheits- und Wohlbefindensforscher und wechseln ihre Perspektive. Wurde bisher vor allem erforscht, warum manche Menschen erkranken, krank bleiben oder wie sie wieder genesen können, so wird heute auch der Fokus darauf gelegt, warum manche Menschen selten oder nie erkranken, und welche Faktoren es sind, die sie gesund halten.

So weiß z.B. der Volksmund: Lachen ist gesund. Aber sogar schon das angenehme Gefühl der Vorfreude auf ein lustiges Erlebnis sorgt für die Ausschüttung von körpereigenen Opioiden, so genannter Endorphine (Glückshormone), ergab nun eine US-Studie. Die Tatsache, dass schon die Vorwegnahme von positivem Stress solche Veränderungen bewirke, habe wichtige Auswirkungen auf das Wohlbefühl und die Prävention von Krankheiten, so der Untersuchungsleiter Lee Berk. Lachen und das Erleben von guten Gefühlen verringere nicht nur die Ausschüttung der Stresshormone Kortisol und Epinephrin, sondern stärke auch das Immunsystem, u. a. durch die erhöhte Ausschüttung des menschlichen Wachstumshormons HGH. „Wir Gesundheitsforscher müssen Glücksgefühle und die dazu beitragenden Lebensführung im Hinblick auf Körper und Geist wirklich ernst nehmen“, so betonte Berk.

Zugegeben: Wir werden auch in Zukunft sterben. Aber auf dem Weg bis dahin werden sich die Alten von übermorgen noch einiges einfallen lassen.



Carina Mathes

Logopädin

Glückskompetenz Trainerin



Die grüne Oase mitten in Aachen



Hermann-Löns-Allee 3, 52074 Aachen
Tel.: 0241 / 78 732 • Fax: 0241 / 97 90 845
Öffnungszeiten: täglich 10:00 bis 22:00 Uhr



ANGEHÖRIGENGROUPE VON MENSCHEN MIT DEMENZ

Die Pflege und Betreuung eines demenzerkrankten Angehörigen kann in hohem Maße kräftezehrend, körperlich, geistig und seelisch belastend sein. Gerade als Pfleger fühlt man sich in dieser schwierigen Situation häufig allein und unverstanden.



- Sie erhalten emotionale Entlastung und Unterstützung.
- Wir helfen Ihnen bei der Klärung von Entlastungsmöglichkeiten.
- In der Gruppe können Sie neue Kontakte knüpfen und Kraft und Freude für sich selber schöpfen.

„Hier in der Gruppe konnte ich zum ersten Mal offen über meine Sorgen und Probleme sprechen. Wir sitzen alle im selben Boot. Die Unterstützung und der Austausch bestärken mich. Ich komme hierher, um aufzutanken. Ich sehe meinem Alltag dann gelassener entgegen“, berichtet eine Teilnehmerin von ihren Erfahrungen in der Angehörigengruppe.

Aus dieser Erfahrung heraus entstand vor ca. neun Jahren die Alzheimer - Angehörigengruppe - Aachen für Angehörige von demenzerkrankten Patienten (Typ Alzheimer und andere).

Nach einigen Ortsveränderungen trifft sich die Gruppe seit einigen Jahren in der Tagesklinik des Alexianerkrankenhauses Mörgensstraße 17 immer am letzten Dienstag im Monat in der Zeit von 18.00 – 19.30 Uhr. Begleitet wird die Gruppe durch Frau Christa Pitz-Döhler.

WAS BIETET IHNEN DIE ANGEHÖRIGEN-GRUPPE?

- Sie gibt Ihnen die Möglichkeit zur Aussprache mit Gleichbetroffenen.
- Sie erfahren Verständnis für die Probleme eines pflegenden Angehörigen.
- Die Gruppe hilft Ihnen dabei, Informationen und Wissen über die Krankheit zu bekommen.

WEITERE INFORMATIONEN Beratungsstelle GPZ



Hr. E. Weimer
Mörgensstr. 15
52062 Aachen

Montag - Freitag 8.00 - 15.00 Uhr
Tel.: 0241- 47701-153 55
E-Mail: gpz@alexianer-aachen.de



WAS WIR ERWARTEN:

- Sie werden unsere Hände, Augen und Ohren vor Ort!
- Machen Sie uns auf wichtige Themen in Ihrer Region aufmerksam oder berichten Sie für uns darüber.
- Sie helfen uns, Auslagestellen zu finden und die Zeitschrift zu verteilen.

**Wir suchen ehrenamtliche
Ansprechpartner/innen vor Ort!**

**In Aachen, Alsdorf, Baesweiler, Eschweiler,
Herzogenrath, Monschau, Roetgen, Simmerath,
Stolberg und Würselen**

*für Senioren
und mit Senioren!*



WÜRFELSPIELE ZOCKEN ODER RÄTSELN



Würfel mit origineller Form oder Symbolen

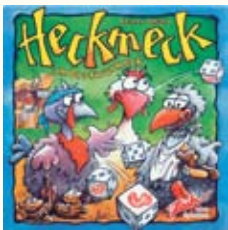
Würfel waren im Altertum noch wichtige Werkzeuge für Priester und Zauberer. Sie symbolisierten die Macht des Schicksals und aus ihrem Wurf versuchte man den Willen der Götter zu lesen. Heute gelten Würfelspiele als typische Kneipenspiele. Ein paar Würfel, ein Stift, ein Bierdeckel, mehr braucht man nicht. Die Regeln dieser Spiele werden meist mündlich weitergegeben. Kneipentaugliche Würfelspiele enthält das Buch „Würfelspiele“ (ISBN 978-3-89717-449-8, 12,90 €, Fleurus

Verlag) von Tom Werneck zwar auch. Die Hauptsache sind Rätsel und Denkspiele rund um den Würfel. Viele Knobeleyen lassen sich alleine oder auch in der Gruppe lösen. Wer also Zockerspiele erwartet, findet davon nur wenige, dafür mehr Rätselhaftes. Ein kurzes Kapitel beschäftigt sich mit gezinkten Würfeln für Falschspieler. Und sind wir heute wirklich so weit entfernt von den magischen Ursprüngen der Würfel? Wer sieht, wie die modernen Zocker mit den Würfeln sprechen,

sie streicheln, ohne ihren glücksbringenden Würfelbecher keinen Wurf riskieren, der fühlt sich an die magischen Riten der Vorzeit erinnert. Sein Glück zu beschwören, kann auch bei den drei spannenden Würfelspielen nicht schaden, die ich Ihnen heute vorstelle.



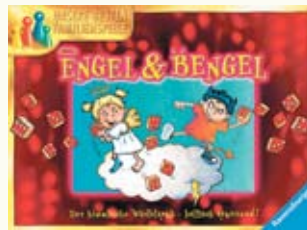
Dorothee Heß



HECKMECK AM BRATWURMECK

16 Portionen Bratwürmer brutzeln auf dem Grill. Jeder will die größten davon haben. Dazu wirft er acht Würfel. Würfel mit gleicher Augenzahl legt er heraus und wirft die restlichen erneut. Das geht so lange, bis die Summe ausreicht, um sich eine Bratwurmportion zu nehmen. Wer zu gierig ist, kann alles verlieren. Und nicht nur der Grill liefert Nahrung: Auch den Mitspielern kann man was stibitzen. Schadenfreude ist dann angesagt. Wer sich keine Portion erwürfeln kann, muss zur Strafe eine eigene auf den Grill zurücklegen. Sind alle Bratwürmer verteilt, endet die Partie. „Heckmeck“ ist ein herrlicher Würfelspaß. Gutes Material und eine gefällige Grafik runden das Spielvergnügen perfekt ab.

Heckmeck am Bratwurmeck von Reiner Knizia für 2 – 7 Personen ab 8 Jahren, ca. 30 Min., Zoch Spiele, ca. 10 €



ENGEL & BENDEL

„Höre ich auf oder mache ich weiter? Einmal geht noch!“ Eine Tafel zeigt Würfelaufgaben: z.B. „1 – 1 – 1“ oder „1 – 2 – 3 – 4 – 5“ sind zu würfeln. Wer eine Aufgabe vollendet, bekommt deren Punkte, positive oder auch negative! Fünf Würfel wirft man. Mindestens ein passender Wert muss auf der Tafel platziert werden. Soll man jetzt weitermachen? Mit viel Pech erfüllt der nächste Wurf eine Aufgabe, die Minuspunkte bringt. Aber vielleicht lässt sich ja eine Aufgabe lösen, die viele Pluspunkte bringt? Ist eine Aufgabentafel komplett erfüllt, kommt eine neue auf den Tisch. Es siegt, wer 500 Punkte hat. „Engel & Bengel“ ist ein höchst amüsanter Würfelspaß und bietet der Schadenfreude viel Raum.

Engel & Bengel von Breslow, Morrison und Terzlow, für 2 – 6 Personen ab 8 Jahren, ca. 45 Min., Ravensburger, ca. 20 €



SHANGHAIEN

Zwei Kapitäne wetteifern darum, eine gute Besatzung für ihr Schiff zusammen zu bekommen. Immer sechs Kneipenkarten liegen offen und wollen „erwürfelt“ werden. Die meisten Karten zeigen Matrosen verschiedener Qualität, einige aber auch „Schmutzige Tricks“. Man wirft die Würfel und legt sie an die Karten. Wer meint, der Moment ist günstig, darf auch die Runde sofort beenden. Eine Karte bekommt, wer den höchsten Würfelwert an die Karte und deren Nachbarn (!) angelegt hat. Das ermöglicht einige nette Taktiken. Wer „Schmutzige Tricks“ gewonnen hat, darf die Regel noch zu seinen Gunsten ändern. „Shanghaien“ ist ein nettes, flottes Spiel, mit dem sich zwei Kapitäne die Zeit vertreiben können.

Shanghaien von Roman Pelek und Michael Schacht, 2 Personen ab 8 Jahren, ca. 30 Min., Abacus Verlag, ca. 16 €



Die Segelyacht MERIDIAN

AN DEN KÜSTEN DES LICHTS

Für 2 Wochen wird die 14-m-Segelyacht MERIDIAN unser Zuhause. Das Schiff trägt 110 qm Segelfläche und einen Blister von 100 qm, hat einen 110-PS-Dieselmotor. Wir sind 6 Personen an Bord: Werner aus Aachen (72 J.), zwei junge Schweizer, das Eigner-Ehepaar Ute und Ingo und ich.

Mit dem Flugzeug sind wir nach Dalaman in der südlichen Türkei geflogen und in Marmaris an Bord gegangen. Im geräumigen Cockpit wird nicht nur gesteuert, es ist auch unser Wohn- und Speisezimmer. Gegen die ständig



Das Cockpit

vom blauen Himmel strahlende Sonne schützt uns ein Sonnensegel. Rollfock und Rollgenua erübrigen ein Segelsetzen der Vorsegel vom Vorschiff aus. Gewicht und Länge des Bootes machen das Einsetzen in die Welle weich und geschmeidig. Das Segeln mit diesem Schiff ist reines Vergnügen.



Zweites Frühstück

immer genügend Zeit für Landausflüge bleibt, denn wir durchqueren eine geschichtsträchtige Gegend. Egal, wo wir an Land gehen, treffen wir auf die Spuren menschlichen Seins aus mehreren Jahrtausenden. Es sind manches Mal zyklische Mauern aus sorgfältig behauenen Steinen, die mörtellos



Phrygisches Grabmal, versteckt in den Bergen



Ankerbucht bei Bozborun

zusammengefügt wurden. Dann können wir sie der klassischen Zeit der Griechen zuordnen. Dann wieder finden wir griechische Schriftzeichen in eindeutig byzantinischen Bauresten. Hier wurden die Steine nach Jahrhunderten wieder verwendet. Ein gut erhaltenes phrygisches Grabmal hat in einem entlegenen Seitental die Zeiten überdauert. Es ist in keinem Fremdenführer erwähnt. Auf dem kleinen Bauernhof auf einer Insel saufen die Kühe aus einem byzantinischen Taufbecken, und ionische Säulenreste tragen ein Schilfmattendach, unter dem eine Bäuerin Bohnen auspflügt.



Begegnung auf einer Insel

Kalksteinstufen, in Jahrtausenden zu Marmor blankpoliert, führen zu Ackerbauterrassen hoch über der Küste. Hier rasten Schafe im Schatten schütterer Steineichen. Wo eine Quelle ein schmales Rinnsal speist, ziehen sich Oleanderbüsche blühend über die Hänge.

Der archäologisch-geschichtliche Höhepunkt dieser Reise ist das antike Knidos, in dem seit vielen Jahren gegraben wird. Ein wunderbar erhaltenes Amphitheater öffnet sich zum Handelshafen hin. Griechen haben es gebaut, Römer weiter genutzt. Einige Stunden lang streifen wir durch die steinernen Zeugen vieler Völ-

ker und Zeiten. Wir finden Tempel- und Kirchenruinen, Badeanlagen, Wasserleitungen, unterirdische Abflusskanäle. Immer wieder zerstörten Erdbeben die blühende Stadt, in der berühmte Ärzte, Künstler, Philosophen, Mathematiker und Dichter lebten. Wir stehen am Fun-



Knidos, Aphrodite-Tempel

dament eines der berühmtesten Tempel der Antike, in dem auf einem Podest die vollendete Marmorstatue der Aphrodite des Bildhauers Praxiteles stand. Jedermann kannte vor 2350 Jahren seine Statuen von Apollon, Hermes und Zeus. Hier wirkte Pythagoras, dessen Geometrie-Lehrsatz noch heute die Schüler lernen. Der Philosoph und Mathematiker Endoxos lebte hier um 370 v. Chr., und wir finden die von ihm entworfene Sonnenuhr, in der nur der ursprünglich aus Kupfer bestehende Zeiger fehlt. Asklepios (Äskulap), der Gott der Heilkunde, wurde hier verehrt. Sein schlangenumwundener Stab ist noch heute das Sinnbild des ärztlichen Standes.



Imker bei der Arbeit

Wir besuchen Bauern und Handwerker auf den Inseln. Überall werden wir freundlich aufgenommen. Ein Imker kontrolliert seine Bienenkästen ganz ohne Schutzkleidung und Handschuhe. Wir riechen Salbei, Thymian, Rosmarin und weitere wild wachsende Kräuter, aus denen heilende Öle extrahiert werden. Als wir nicht wagen, in einem Dorfe eine Moschee zu betreten, öffnen Einheimische die Tür und führen uns hinein.



Dorf auf der griechischen Insel Simi

Wir segeln einen Abstecher zur griechischen Insel Nysiros, die ihre Existenz dem Vulkan Polyvotis verdankt, benannt nach einem Titanen des klassischen Altertums. Auf geliehenen Motorrollern knattern wir auf halsbreche-

rischer Straße in die Berge hinauf und dann in den schwefelgelb leuchtenden Vulkankrater hinein, aus dessen Seitenwänden Dampffumarolen zischen. Es ist unglaublich heiß hier unten, und wir erholen uns im einzigen Cafe des auf dem Kraterrand liegenden Dörfchens Nikia. Hier umfängt uns eine blumenreiche Idylle, die einen zum Maler oder Dichter werden lassen könnte.

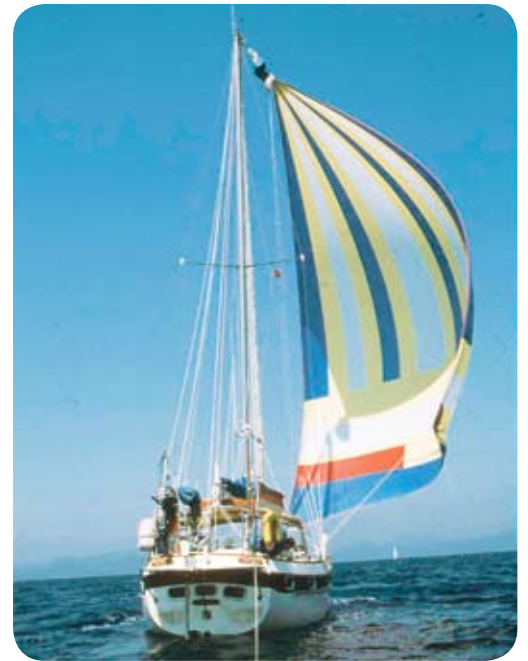


Nysiros

Vor Sonnenuntergang fahren wir von Mandraki, dem Hauptort der Insel, auf einen Berg, um von den zyklischen Mauern einer 2500 Jahre alten Festung die Sonne ins Meer sinken zu sehen. Eine leichte Brise raschelt im wel-



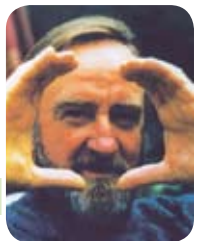
„Kurs 270 Grad liegt an“



MERIDIAN unter Blister

ken Gras, Zikaden zirpen und machen die Stille hörbar; korinthische Kapitelle zwischen wildem Hafer und wilden Malven. Man hört die Meeresbrandung bis hier herauf. - Wer hat diese gewaltigen Mauern errichtet? Kein Schild, kein Reiseführer geben uns Auskunft.

FAZIT: Zum letzten Male lassen wir den Anker fallen. Eine wundervolle Reise liegt hinter uns, getrieben vom Wind an den Küsten des Lichts und unserer Neugier auf Geschichte. Und überall empfangen von heiteren und freundlichen Menschen.



Wolfgang Schönrock



**Mobiler
Senioren-
Betreuungsservice**
bietet

- stundenweise Lebensbegleitung
- die häusliche 24-Stundenbetreuung

Tel./Fax 02408/ 921177

www.help-aachen.de

Email: info@help-aachen.de

Die
sichere Alternative
zum Altersheim



DIE DEMENZSKALA

In verschiedenen Ausgaben des Senio Magazins haben wir bereits einige Demenz-Tests vorgestellt. Unten sehen Sie nun eine einfache Skala, an der sich die unterschiedlichen Verhaltensweisen von Demenzkranken in den einzelnen Stadien der Erkrankung erkennen lassen.

Bilderquelle: www.demenz-ratgeber.de (Peter Ganser) und www.cs.or.at



	STADIUM 1 mangelhafte oder unglückliche Orientierung	STADIUM 2 Zeitverwirrtheit	STADIUM 3 sich wiederholende Bewegungen	STADIUM 4 Vegetieren / Dämmerzustand
Grundlegende helfende Ratschläge/Hinweise	• verwende folgende Fragen: wer, was, wo und wann • setze Berührungen so wenig wie möglich ein • bewahre Abstand	• verwende Wörter des Fühlens wie „ich sehe“, „ich fühle“ • verwende Berührung und Augenkontakt	• verwende Berührung und Augenkontakt • gehe mit den Bewegungen der Person mit	• spiegle Bewegungen von Körper und Gemüt • verwende emotionelle Anregungen
Orientierung	• hat einen Begriff von der Zeit • hat einen Begriff von der jetzigen Realität • erkennt mit Schrecken seine unglückliche Orientierung	• kann mit der Uhrzeit nichts mehr anfangen • vergisst Namen und Orte • Schwierigkeiten mit Begriffen nehmen zu	• schließt die meisten Anregungen der Außenwelt aus • hat eigenes Zeitgefühl	• erkennt weder Familie, Besucher, alte Freunde noch Pflegepersonal • kein Zeitgefühl
Körpermerkmale Muskeln	• gespannte, feste Muskeln • meistens kontinent / Blasenmuskel funktioniert meistens • schnelle, direkte Bewegungen • zweckgerichtetes Geben	• sitzt aufrecht, aber entspannt • weiß, dass die Blasenkontrolle nicht mehr richtig funktioniert • langsame, sanfte Bewegungen	• vornübergebeugt • nimmt nicht mehr wahr, dass seine Blasenkontrolle nicht mehr funktioniert • rastlos; Auf- und Abgehen	• weich • wenig Bewegung • strengt sich nicht mehr an • häufige Fingerbewegungen
Ton der Stimme	• rau, anklagend und oft weinerlich	• leise, selten rau	• langsam, gleichmäßig	
Augen	• klar und hell konzentriert, auf etwas gerichtet	• klar, nicht konzentriert, sieht nach unten, Augenkontakt löst Wiedererkennen aus	• Augen geschlossen (Gesicht verschlossen, kein Ausdruck) • Selbstanregung ist ganz gering	• meistens geschlossen
Gefühle	• leugnet Gefühle	• ersetzt Empfindungen und Gefühle der Jetzt-Zeit mit solchen aus der Vergangenheit	• zeigt sexuelle Gefühle ganz offen	• schwer einzuschätzen
Körperpflege	• kann einfache Dinge selber tun • braucht jemanden, der ihn daran erinnert	• verlegt oft persönliche Gegenstände • schafft sich eigene Verhaltensregeln		
Kommunikation/Gespräch	• positive Reaktion auf erkannte Rollen/Personen • negative Reaktion auf die, die weniger orientiert sind	• antwortet auf hinweisenden Ton und Berührung • lächelt, wenn er begrüßt wird	• eigene Wortschöpfungen und wenige allgemein benutzte Wörter • hört nicht zu und spricht nicht mit anderen	• reagiert auf Ton und Berührung
Erinnerung und Denkvermögen	• kann lesen und schreiben, außer wenn blind • hält sich an Regeln und Übereinkünfte	• kann lesen, aber nicht mehr leserlich schreiben • schafft sich eigene Regeln	• sieht keinen Anlass / hat keine Motivation zu lesen oder zu schreiben	• nicht offensichtlich / leicht zu erkennen • schwer einzuschätzen
Humor	• Reste von Humor • Humor nicht mehr zu erkennen	• will keine Spiele spielen	• lacht leicht, oft ohne Anlass	• schwer einzuschätzen

SEITE 38 SCHWEDENRÄTSEL

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

■ T ■ S ■ ■ ■ V ■ ■ ■ N ■ ■ ■ T ■ ■
 ■ A B A R T I G ■ A R A L S E E ■
 ■ T U N ■ I S L A M ■ S U S D A L ■
 ■ E N D U R O ■ ■ P U C K ■ O M I ■
 U N D ■ ■ A ■ S T E C H E N ■ ■ L ■
 ■ D ■ B A D H A L L ■ E ■ A U L A ■
 ■ R H O N E ■ C ■ T R O G ■ O ■
 ■ A ■ L T ■ S K A L A ■ Y E T I ■
 E N S O R ■ A ■ L O S E R ■ S ■ G ■
 G G F ■ A N G S T ■ S T O P P E L ■
 ■ R E G I E ■ E J E C T ■ E M U ■

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

SEITE 21 SUDOKU

Mini

1	6	3	5	2	4
5	2	4	3	1	6
2	4	5	1	6	3
6	3	1	2	4	5
4	5	2	6	3	1
3	1	6	4	5	2

2	3	6	1	5	4
5	4	1	2	6	3
4	1	2	6	3	5
6	5	3	4	2	1
1	2	5	3	4	6
3	6	4	5	1	2

2	3	4	1	5	6
1	5	6	2	4	3
5	2	1	6	3	4
4	6	3	5	2	1
6	4	2	3	1	5
3	1	5	4	6	2

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

Einfach

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

Mittel

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

Schwer

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

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

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

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

SEITE 7 BILDERRÄTSEL

1. Aachener Wetter **G**
2. Printenmädchen **F**
3. Reiterkampf **D**
4. Archäologisches Fenster **C**
5. Durchbruch **B**
6. Röhrenbrunnen **J**
7. Wartekralle „Frittezang“ **H**
8. Kugelbrunnen **K**
9. Klenkes **I**
10. Franziska Schervier **A**
11. Marienbrunnen **E**

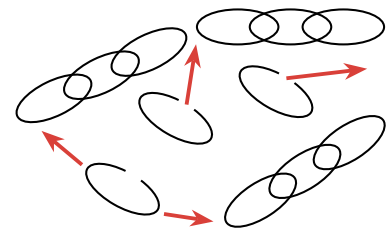
SEITE 30 GEDÄCHTNISTRaining

BRÜCKENRÄTSEL

Trauer	Weide	Fläche
Speise	Eis	Kaffee
Nagel	Lack	Farbe
Benzin	Tank	Wart
Hab	Acht	Zehn
Nieder	Lage	Rist
Gewinn	Zahl	Karte
Binde	Haut	Arzt
Oster	Ei	Gelb
Stachel	Igel	Fisch
Welt	Meer	Katze
Fünf	Eck	Stein
Eis	Revue	Girl
Tisch	Tennis	Ball
Ober	Arm	Reif
Rausch	Gift	Schlange

Gesuchtes Wort: **WELT-ALZHEIMERTAG**

DIE KETTE IN VIER TEILEN
 Es müssen nur 3 Kettenglieder
 geöffnet werden:



GÜN-GÜN-RÄTSEL!

1. Rasen rasen
2. Bergen bergen
3. Gießen gießen
4. Regen regen
5. Fliege fliege
6. Räume Räume
7. Wagen wagen

SEITE 31 GRIPSGYMNASTIK

PIZZAESSEN

Wenn 1,5 Teenager in 1,5 Tagen 1,5 Pizzas essen,
 dann isst 1 Teenager in 1,5 Tagen 1 Pizza,
 dann isst 1 Teenager in 3 Tagen 2 Pizzas,
 dann essen 12 Teenager in 3 Tagen 24 Pizzas.

RÜCKGELD

Aber die andere Münze.

ERDKUNDE

In der Bauspeicheldrüse.
 Sie produzieren das Insulin.

BRIEFMARKEN

Auch nur 12, denn ein Dut-
 zend sind immer 12 Stück.

ZAHLN ADDIEREN

Jeweils zwei dieser Zahlen in
 dem Kasten ergeben addiert
 immer 100. Zu der Zahl 22 ad-
 diert 78 ergibt ebenfalls 100.
 Also ist die gesuchte Zahl 78.

VIEL GELD

Die Zahl sieht so aus: 13 212.

BLEISTIFTE

Der billige Bleistift kostet 5 Ct.

FRISEURE

Lassen Sie sich das Haar bei dem
 schlampigen Friseur schneiden.
 Er ist es nämlich, der dem ord-
 entlichen Friseur den tadel-
 losen Haarschnitt verpasst hat.

ZAHLN VERGLEICH

Die erste Zahlenreihe hat Zah-
 len, die ein Vielfaches von
 der Zahl 2 sind, die zweite
 ein Vielfaches der Zahl 3, die
 dritte der Zahl 4, die vierte der
 Zahl 5, die fünfte der Zahl 6
 und die letzte der Zahl 7. Also
 muss dort ein Vielfaches von
 7 stehen, z.B. die 35.

BUCHSTABEN

DES ALPHABETS

Beginnen Sie oben links in
 der Reihe des Alphabets im
 entgegengesetzten Uhrzei-
 gersinn und Sie finden zwi-
 schen den vier Buchstaben
 einer Runde immer den glei-
 chen Abstand, der durch die
 Stellung des Buchstabens in
 der Mitte im Alphabet ange-
 geben ist. Die Lösung ist der
 Buchstabe U.

FLUGZEUGABSTURZ

Die Überlebenden werden
 überhaupt nicht begraben.

Alzheimertage in Stadt und Kreis Aachen - nur nicht vergessen -

Schirmherrin:

Bundesministerin für Gesundheit Ulla Schmidt

Die **Auftaktveranstaltung** findet am Samstag, 13.9.2008 am Willy-Brandt-Platz in Aachen statt. Die Bundesministerin für Gesundheit Ulla Schmidt wird um 11.00 Uhr als Schirmherrin die Veranstaltung eröffnen.

13. - 21.9.2008

Kontakt, Information und Anmeldung:

Demenz-Servicezentrum

☎ 02404 / 948347

☎ 02404 / 20233

✉ dsz@vz-nrw.de

🌐 www.aachen.alzheimertage.de

Programm sowie Anmeldeformular als PDF auch über Internet möglich

Kooperationspartner:



Alzheimergesellschaft Aachen e. V.

☎ 0241/44599207



Kreis Aachen - Amt für Altenarbeit

☎ 0241/51985422



Stadt Aachen - Leitstelle „Älter werden in Aachen“

☎ 0241/4325028

Landesinitiative Demenz-Service



Demenz-Servicezentrum für die Region
Aachen/Eifel