



Monatlich

Nummer 29  
Mai 2010

# SENIOR

## MAGAZIN

StädteRegion  
Aachen



**Ausgezeichnet ✓**  
**Generationenfreundlich**

**MEHR KOMFORT BEIM EINKAUF**  
Ein neues Qualitätssiegel für Einzelhändler

## Termine im Mai

### Seniorenkreis Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Kronenberg 142, 52074 Ac

Beginn ist immer um 15 h

**05.05.** Das bewegte Jahr: Mai, Monat der Liebe, Brauchtum, Geschichten und Lieder. Vortrag, Gespräch - M. Dawo-Collas  
**19.05.** Ich sehe dich in tausend Bildern, Maria, freundlich zugewandt. Vortrag, Gespräch - C. Schnapp

### Erzählcafé, Schleswigstr. 10-16, Ac.

**31.05. ab 15 h** Frau Emmerich lädt ein: „Das Königreich Belgien, drei Kulturen, drei Sprachen“. Vortrag: Sektionspräsident Phillippe Hilligmann

### Historische Altstadtführung in Stolberg

**01.05. 15 h** Wissenswertes über eine der bedeutendsten Stadtkerne von NRW. Treffpunkt: Am Galminusbrunnen vor der Stolberg-Touristik, Zweifallerstr. 5. Beitrag 2,50 €. Weitere Termine unter Tel.: 0 24 02 99 90 082

### Die KAB-Brand lädt ins Marienheim, Aachen-Brand, Rollefstr. 4 ein.

**10.05. 18.30 h** „Was ist Osteopathie?“ mit Osteopath H. v. d. Stein

### Kurpark-Terrassen

Burtscheid, Dammstr. 40

### Jazzmusik

**09.05. 11 h** „Aix Dixie Connection“  
**28.05. 20 h** „Tadeusz u. seine Freunde“, traditioneller Jazz zum Mitmachen

### Seniorentanz

Jeden Do. ab 15 Uhr

### Führungen durch die EuRegionale

**29.05. 14 h** Bilderberg Kasteel Vaalsbroek: Treffpunkt: Vaals (NL), Vaalsbroek 1, Parkzugang am Weiher der Hotelanlage. Festes Schuhwerk wird empfohlen. Organisiert vom Fachbereich Umwelt der Stadt Aachen

### AWO Burtscheider Stube, Bayernallee 3/5

Alle Termine beginnen um 13 Uhr

Jeden Montag Gemütlicher Nachmittag mit verschiedenen Programmpunkten

Jeden Dienstag Handarbeit und Basteln im Hobbykeller

Jeden Mittwoch Preisskat

Jeden Donnerstag Kaffeeklatsch

Jeden Freitag Singen. Weitere Termine zu: Modenschau, Fischessen, Referate, Ausflüge usw. unter Tel.: Ac. 6 93 34

Ehemaligentreffen der Volkstanzkreise Aachen, im Kolpinghaus „Ruza“, Wilhelmstr. 50, Ac. **08.05. 15.30 h**

Verzäll-Café, Minoritenstr. 3, in den Räumen der Integrierten Psychiatrieseelsorge **Jeden letzten Montag im Monat 14.30 - 16 h** Für Menschen, die unter Demenz leiden und ihre Angehörigen. Infos unter Tel.: 40 76 93

Trost- u. Trauerspaziergang, Eifelstr. 1b **Jeden 2. Samstag im Monat 11 h**

Ab Bestattungshaus InMemoriam z.B. Aachener Wald, Wurmatal, Hohes Venn usw.

DRK-Seniorenclub, Robenstr. 49, Ac **12. u. 26.05. 14.00 - 17.00 Uhr**

Gemütliches, geselliges Beisammensein bei Kaffee und Kuchen

Trauercafé, Emmauskirche, Sittarder Straße 58, Aachen - Forst **06.05. 15 h** „In der Trauer nicht allein“ Begegnung und Gespräch, Ökumenischer Trauerarbeitskreis

Invalidenverein Pannesheide Klinkheide 1959, Haus Goertz, Schulstr. 34, Herzogenrath-Kohlscheid

**02.05. ab 16 h** Tanz in den Mai mit Live-Musik

Engagiert älter werden, Annastr. 35, Ac **06., 19., 26. u. 27.05. 14-16 h** PC-Café

**03., 10. u. 17.05. 14:30-16 h**

Alltagstraining m. Frau Herz

**05., 12. u. 26.05. 10-11.30 h** Gripsgymnastik. Weitere Termine unter Tel.: Ac. 21155

Seniorencafé, Pfarrsaal Horbacherstr. 52, Ac-Richterich **Jeden Donnerstag ab 15 h.**

Geselliges Beisammensein

**06.05.** Bingo, **13.05.** geschlossen

**20.05.** Sitztanz

**27.05.** Spielenachmittag

Begegnungsstätte St. Hubertus, Kronenberg 127, 52074 Aachen

**05., 12., 19. u. 26.05. 10-12 h**

Karten und Klönen mit Petra Souren

**20.05. 15.00 h** Heiteres Gedächtnistraining mit Sigi Steins

**27.05. 13-20 h** Geburtstagsfeier, Live-Musik mit Lenchen Lennartz und Eugen Nähle. Weitere Termine unter Tel.: Ac. 70 72 43

### Treffen Heimatkundler Arbeitskreis Kohlscheid

Jeden 3. Dienstag im Monat, **18.05. um 15 h (z.Z. Grundschule Paulusstr., Kohlscheid-Mitte)**

Termine für Wanderungen und Radtouren d. Heimatvereins Kohlscheid unter [www.heimatverein-kohlscheid.de](http://www.heimatverein-kohlscheid.de)

### Europa-Bürgerfest, Dreiländereck auf dem Vaalserberg

**02.05. 11-20 h** Europa unter Nachbarn erleben. Kultur- und Jugendprogramm. Ein Beitrag der Stadt Aachen im Rahmen der Europawoche 2010 des Landes NRW

### „Aachens Neue Mitte feiert“ Ursulinerstr./Elisengarten

**08.05. 11.30-14 h**

Eröffnung durch OB Marcel Philipp, die Band „sing-A-pur“ spielt, viele weitere Überraschungen.

### Treffen der Selbsthilfegruppe Aphasie

Jeden Do. **10.00-11.30 h** Stettinerstr. 25, Ac-Brand, im rollstuhlgerechten Aufenthaltsraum des Behindertenzentrums

### Wanderungen ab Münsterbusch

**28.05. 09:15 h**

CDU Senioren - Union Stolberg: Wilhelm Dohmen Park, Marienberg. Treffpunkt: Parkplatz „Plus“, Prämienstr., Münsterbusch, tel. Auskunft: Winfried Bartges, 024 02 / 832 77

### Seniorenclub Arche, Schurzelterstr. 540, 52074 Ac

Beginn ist immer um 15 h.

**06.05.** Ich sehe dich in tausend Bildern, Maria, freundlich zugewandt.

Vortrag, Gespräch - C. Schnapp

**20.05.** Der Baum, Teil 1. Bäume in der Natur, Mediatives, Geschichten usw.

Vortrag, Gespräch Monica Dawo-Collas

**27.05.** Der Baum, Teil 2. Sinnbild für den Menschen und seinen Lebensraum.

Vortrag, Gespräch Monica Dawo-Collas

### Seniorenkochgruppe „Zauberküche“ im ev. Gemeindehaus Arche, Schurzelterstr. 540

Beginn ist immer um 11.30 h.

**05. u. 19.05.** Anmeldung erforderlich. Auskunft erteilt Monica Dawo-Collas, dienstags von 10-12 h, Tel.: 88 69 14 39

### Begegnungszentrum in der Forster Seniorenberatung, Am Kupferofen 19

Jeden Dienstag **9 - 9.45 h**

Gymnastik für Frauen

Jeden Dienstag **10 - 10.45 h**

Gymnastik für Männer

Jeden Mittwoch **17 - 18.30 h**

Betreutes Internet

Weitere Termine zu: Kreativ Schreiben, Lesung, Frühstückstreff, Foto-Workshop usw. unter Tel.: Ac. 57 59 72

## 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

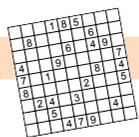
mit schriftlicher Genehmigung oder unter Angabe der Quelle gestattet.

- Der Abdruck von Veranstaltungsdaten erfolgt ohne Gewähr.
- Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist jeweils der 15. des laufenden Monats.

### Anzeigen

- Die Anzeigenpreislise 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

- ÖCHER PLATT**   4  
• Namensdag • Jrang met fönnef!
- AACHENER ANSICHTSKARTEN**  5  
• Die Hauptstraße in Burtscheid
- KARLSPREIS**   6  
• Union der 27
- NOSTALGIE**  7  
• Das zerstörte Aachen
- BERICHTE** 8  
• Kunstmeile • Fotoausstellung • Orgeltag
- BERICHTE** 9  
• Lebendige Stadt • Nullrunde • Woche der Senioren
- BILDERRÄTSEL**  11  
• Automobile
- BERICHTE** 12  
• St. Alfons zum Beispiel • Therme kehrt zurück
- BERICHTE** 13  
• Oldtimerschau • Stolberg goes France • Karlspreis
- ZEITGESCHEHEN**  14  
• Der 1. Mai - ein Tag zum Feiern?
- LESERBRIEFE**   15  
• Katholische Krise
- JUBILÄUM**  16  
• Seniorenclub einmal anders
- EINE VON UNS**  17  
• Ein schwungvolles Vergnügen
- LITERATUR**  18  
• Die älteste aktive Schriftstellerin
- BERICHTE** 19  
• Futterspende • Pflegekunst
- SENIOREN SCHREIBEN**  20  
• Zeit schenken • Schmuck verkaufen
- SENIOREN SCHREIBEN**  21  
• An den toten Hermann
- WEGBEGLEITER**  22  
• Ein letzter Kaffee
- THEMA DES MONATS**  24  
• Mehr Komfort beim Einkauf
- SENIOREN SCHREIBEN**  26  
• Babysitting • Rund um die Welt
- SENIOREN SCHREIBEN**  27  
• Frühstücken wie bei Mutttern
- GEDÄCHTNISTRAINING**  28
- GRIPSGYMNASTIK**  29
- DIE SIND FÜR SIE DA**  30  
• Wohnberatung im Pflegestützpunkt
- EHRENAMTLICHE ARBEIT**   31  
• Ausgezeichnete Bücherkunde
- SCHWEDENRÄTSEL**  32
- REISEBERICHTE**  34  
• Kuren, wandern, Biedermeier
- BITTE LÄCHELN**  36
- MUSEUMSKULTOUR**  37  
• Monschauer Senfmühle
- COMPUTER UND INTERNET**  38  
• Wahlcheck im Internet
- VORBEUGUNG**  39  
• Sekundäre Pflanzenstoffe • Frühlingssonne
- RÄTSEL**  40  
• Sudoku
- DIE APOTHEKE INFORMIERT**  41  
• Pflanzliche Arzneimittel • Aktiv gegen Darmkrebs
- SENIOREN SCHREIBEN**   42  
• Kinder müssen spielen • MP3-Player
- SENIOREN SCHREIBEN**  43  
• Eine Kindheitserinnerung
- NÜTZLICHE TIPPS**  44  
• Sicher in den Urlaub
- NÜTZLICHE TIPPS**  45  
• Frühjahrsputz leicht(er) gemacht
- GESELLSCHAFTSSPIELE**  46  
• 50 Jahre Malefiz
- AUFLÖSUNGEN** 47

## Liebe Leserinnen und Leser!

Der Mai wird gern als Monat des Aufbruchs und des Neubeginns gesehen, getreu dem alten Spruch: Alles neu macht der Mai. Und da möchte das Senio Magazin nicht zurückstehen und sucht nach neuen Auslegestellen in den Städten und Gemeinden des ehemaligen Kreises Aachen. Denn dort ist unser Magazin leider immer noch nicht überall bekannt. Kennen Sie geeignete Stellen und Geschäfte, an denen unser Magazin gern mitgenommen würde? Oder möchten Sie das Senio selbst in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis oder in Ihrer Nachbarschaft verteilen?



Dann wenden Sie sich an uns, wir freuen uns über Ihre Hilfe!

**Ihr G. Günal**

## IMPRESSUM

Herausgeber: **FACTOR:G**  
MEDIEN & IDEEN

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,  
F. Gass, S. Tucharth u. S. Schmitz  
(Praktikanten)

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:  
J. Römer, E. Bausdorf, C. Kluck,  
H. Kleis, I. Gerdom, M. J. Fleu,  
D.H.K. Starke, W. Franz, W. Kesting,  
P. J. Heuser, N. Krüsmann, F. Erb,  
M. Huppenbauer, W. Moormann,  
M. Katzenbach, N. Falter, J. Simon,  
K. Küpper, G. Hagemann, B. Heß,  
M. Kundolf, R. Wollgarten,  
W. Schönrock, B. Köhnen-Rehn

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

Der 28. Wellemn es Mäi.  
Met die au Öcher Reädensaar  
hat jedder Ocher e si Höit  
deä wechtije Namensdaag parat.

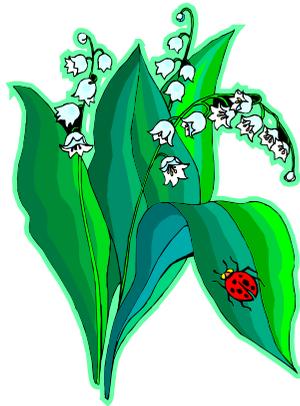
Selvs op Jupp än op Marie  
sich mänichenge net besennt;  
mär jrad op Kloes, vaweäje datt  
dem jedder Kenk va kleng op kennt.

Beij all die hömmele Namensdag,  
die mer en Oche fieret fromm,  
doe hau der Wellem en extra Platsch  
en et Kalendariom.

Lejlder fiere Namensdaag  
döcks mär noch de Aue,  
die aplatsch Jebuurtsdaag döm  
eenzig noch en lehre haue.

Bravo!, kan ich doe mär sage,  
denn Jebuurtsdaag hant ouch Diere,  
ov en Huus, of en der Stall,  
wenn se döm ouch selde fiere.

## Namensdaag



Doröm, weä als Chrestemensch  
hält op Jlouv än Tradiziuen,  
deä fiert Namensdaag än iehrt  
huech Patruenen of Patruen.

Än sue well ich hellop roffe,  
net beschamt, stell, hengeröcks-:  
Hü, op Ühre Namensdaag,  
hü, op Wellem, vööl Jelöcks!

## Namenstag



Der 28. Wilhelm ist Mai.  
Mit dieser alten Aachener Redensart  
hat jeder Aachener in seinem Kopf  
diesen wichtigen Namenstag präsent.

Selbst auf Josef und Maria  
sich mancher nicht besinnt;  
so grade auf Nikolaus, weil  
den jedes Kind von klein auf kennt.

Bei all den zahlreichen Namenstagen,  
die man in Aachen feiert fromm,  
da hatte der Wilhelm einen  
besonderen Platz im Kalender.

Leider feiern Namenstag  
oft nur noch die Alten,  
die an Stelle von Geburtstag den  
einzig noch in Ehren halten.

Bravo!, kann ich da nur sagen,  
denn Geburtstag haben auch Tiere,  
ob im Haus, oder im Stall,  
wenn sie den auch selten feiern.

Darum, wer als Christenmensch hält  
auf Glaube und Tradition,  
der feiert Namenstag und ehrt  
hoch Patronin oder Patron.

Und so will ich lauthals rufen,  
- nicht verschämt, still, hinterrücks -:  
Heut, auf Euren Namenstag,  
heut, auf Wilhelm, viel Glück!



Richard Wollgarten

## Jrang met fönnef!

Kaate speält me alljemeng,  
met d'r Kopp än met de Häng.  
E deä Kopp weäd övverlaat,  
wat me uus de Kaate maht.

Ejjen Häng hält me deä Houf,  
än wad nu op ene jaue Louf.  
Me hält de Kaate e eng Hangk faaß,  
met de angere Hangk drenkt me a si Jlaas.

Nuun weäd jereizt, sue nennt me dat,  
ich moß jet saage met mi Blatt.  
Achzeng - zwanzeg än sue wier,  
saag net ze vööl, sons weäd et düür.

Säß de nüüß, bes aan et penne,  
kan's de nie ne Priis jewenne.  
Et heäsch reize met die Kaat,  
än luure wat me dan druus maht.

Zwei Kaate ejjene Stock noch lijje,  
reiz doe drop, die kan's de krijje.  
Haste Jlöck, es alles jot, haste Pech,  
nömms de d'r Hot.

Ich hau dat Jlöck än fong zwei Buure,  
schleäht för die, die ömmer mure.  
Ich speäl ene Jrang, - Hengerhangk wor suur,  
wat haut's de fonge?

Deä fönnefde Buur!



### WIR SPIELEN SKAT:

Jeden Montag um 14 Uhr in der Grünen  
Oase in Aachen Burtscheid in der Neust-  
rasse 3-5. Gäste und Mitspieler sind immer  
herzlich willkommen.

### WIR SPIELEN DOPPELKOPF:

Jeden Montag um 19 Uhr im Hotel Busch-  
hausen in 52066 Aachen,  
Adenauerallee 215, und jeden Donnerstag  
um 14 Uhr in der Grünen Oase in der Neus-  
trasse 3-5 in Aachen Burtscheid.



Manfred Kundolf

## Grand mit fünf!

Karten spielt man im allgemeinen  
mit dem Kopf und mit den Händen.  
Im Kopf wird überlegt,  
was man aus der Karte macht.

In der Hand hält man den Haufen  
und wartet, dass es gut läuft.  
Man hält die Karten in einer Hand  
und mit der anderen Hand trinkt man an seinem Glas.

Nun wird gereizt, so nennt man das.  
Ich muss was sagen mit meinem Blatt.  
Achtzehn, zwanzig und so weiter,  
sage nicht zu viel, sonst wird es zu teuer.

Sagst du nichts, bist du am Pennen,  
kannst du nie einen Preis gewinnen.  
Es heißt reizen mit der Karte und sehen,  
was man daraus macht.

Zwei Karten liegen im Stock,  
reize darauf, die kannst du bekommen.  
Hast du Glück, ist alles gut, hast du Pech,  
nimmst du deinen Hut.

Ich hatte Glück und fand zwei Buben,  
schlecht für die anderen, die immer mauern.  
Ich spiele Grand, - Hinterhand war sauer (und fragt),  
was hast du gefunden?

(Meine Antwort:) Den fünften Bauern.

# DIE HAUPTSTRASSE IN BURTSCHIED

Wie sehr der Name der steil ansteigenden Straße gerecht wird, mögen folgende Hinweise deutlich machen: In der Hauptstraße gab es um 1897 u.a. 5 Fabrikbetriebe, 11 Bäckereien, 10 Metzger, mehr als ein Dutzend Läden u. Kleinhändler sowie 7 Wirtshäuser.



## Teil 26

Franz Erb

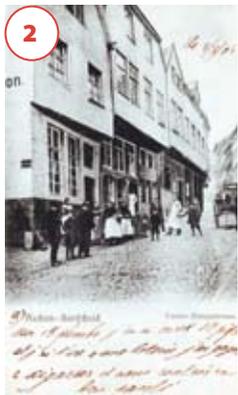


Die Karte 1 aus dem Verl. Ferd. Schweitzer zeigt die untere Hauptstraße aus Richtung Markt. Das Haus vorne rechts gehört noch zum Burtscheider Markt. Im Mittelgrund links erkennen wir die Einmündung Adlerberg, auf der gegenüber liegenden Seite zwei Metzgereien.



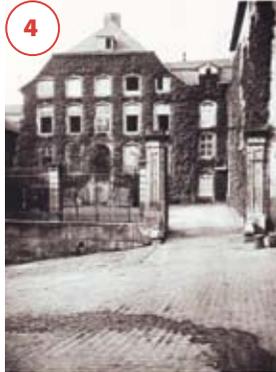
Karte 2 zeigt alte Giebelhäuser mit vorkragendem Obergeschoss; im Haus ‚Adler‘ vorne links das Restaurant von Lambert Laschet.

Karte 3 aus dem Aachener Verlag Joseph Mühlenberg verdeutlicht, wie steil es in Richtung Aachen bergauf geht.



Viele Häuser hatten einen Namen, so auch das prächtige, schlossartige Haus Nr. 35 ‚Im Bau‘ mit weitem Vorhof zur Straße. Auf dem Gelände befand sich die Nadelfabrik Schumacher. (4)

Neben der Einfahrt zum Bau das Haus ‚Krone‘ Nr. 33 mit mächtigem Dach und reich gegliederter Fassade - 1897 die Tuchfabrik Kleinschmit. (5) (F. Schweitzer)



Haus Nr. 37 (mit Toreinfahrt) hieß ‚Die Jagd‘. Schräg gegenüber, vor dem kleinen Giebelhaus, zweigt die Kupperstraße ab. Dieses Giebelhaus, genannt ‚Grindel‘, war eines der ältesten, schon 1649 erstmals erwähnten Häuser der Straße. (6) (Schaar & Dathe, Trier)



rechts. In dem Haus mit Toreingang (Nr. 49) befand sich die Evangelische Kirche, der auch das Haus daneben (Nr. 51) gehörte. Dieses Haus hieß ‚Alte Predigt‘ und war das Geburtshaus des bekannten Romanciers F. W. Hackländer (1816-77). Die beiden Giebelhäuser rechts davon (Nr. 53/55) hießen ‚Im Wolf‘ und ‚Engel‘.

Karte 8 zeigt Haus Nr. 32, ein einfaches Vierfensterhaus mit Bäckerladen. Stolz lässt sich die Bäckerfrau im Hauseingang fotografieren, im Fenster der ersten Etage vielleicht der Bäcker selbst. Er ‚liegt im Fenster‘, wie man zu sagen pflegte, damals ein beliebter Zeitvertreib.



Karte 7 (Schaar u. Dathe, Trier) zeigt einen Teil der oberen Hauptstraße. Hier fällt das Gelände besonders stark, und so haben fast alle Häuser einen Treppenaufgang. Auf der rechten Seite schauen wir auf die Häuser 43 bis 61, letzteres am Bildrand



Wenn man nichts zu tun hatte, stellte man sich ans Fenster, legte die Unterarme auf die Brüstung, möglicherweise auf ein untergeschobenes Kissen, und schaute auf das Leben und Treiben auf der Straße, sozusagen ‚Reality-TV‘ um die Jahrhundertwende.



**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](http://www.inmemoriam-web.de)

# UNION DER 27



*Mit der diesjährigen Preisverleihung will das Karlspreisdirektorium das Augenmerk auf die erweiterte Europäische Union mit 27 Mitgliedsstaaten lenken, für die der Reformvertrag von Lissabon die Chance zur Vertiefung und erfolgreichen Weiterführung der Integration ist.*



Das Karlspreisdirektorium, dem in diesem Jahr zum ersten Mal Aachens Ex-Oberbürgermeister Jürgen Linden vorsteht, vergibt den Karlspreis, einen der wichtigsten europäischen politischen Preise, an Donald Tusk, den Premierminister der Republik Polen. In seiner umfangreichen Begründung verweist das Direktorium auf die enormen Veränderungen in Europa, die nicht zuletzt der Freiheitsliebe des polnischen Volkes zu verdanken sind, und die Wandlung der EU von der Sechser-Gemeinschaft in eine Union der 27. Die im Jahr 1990 mehr hoffnungsvoll als wissend verfasste Erklärung von Stadt Aachen und Direktorium zu einem umfassenden Zusammenschluss Europas werde immer mehr zur Realität. Mit Premier Tusk ehre man „einen polnischen Patrioten und großen Europäer, der vor drei Jahrzehnten gemeinsam mit zahlreichen Mitgliedern der Solidarność-Bewegung den Grundstein für die Wiedervereinigung Europas gelegt hat und heute in besonderer Weise für ein demokratisches und weltoffenes Polen im Kreise der europäischen Völkerfamilie steht.“

Donald Tusk, 1957 in Danzig geboren, entstammt einer polnisch-kaschubischen Familie, die während der deutschen Besatzungszeit Zwangsarbeit und KZ-Haft erleiden musste. Tusk studierte Geschichte und schloss sich später der unabhängigen selbstverwalteten Gewerkschaft „Solidarność“ (deutsch: Solidarität) an. Er engagierte sich politisch und als Redakteur der

Wochenzeitschrift „Samorządność“ (Selbstverwaltung). In der Zeit des Verbotes von Solidarność und Verhängung des Kriegsrechtes wurde er Arbeiter in einer privaten Genossenschaft.



1989 gründete er zunächst mit anderen Liberalen den „Liberal-Demokratischen-Kongress“, die sich für Marktwirtschaft, Privatisierung und den Beitritt zur EU einsetzte. In 2001 wechselte er und gründete die „Bürgerplattform“ (PO) mit, für die er auch ins Parlament zog. Als deren Vorsitzender (seit 2003) unterlag er in der Präsidentschaftswahl 2005 dem unlängst tödlich verunglückten Konservativen Lech Kaczyński. Nach Auflösung des Parlamentes 2007 bewarb er sich für das Amt des Premierministers. Sein Gegner war der Bruder des Präsidenten, Jaroslaw Kaczyński. Tusks auf Kooperation gerichtete Außen- und Europapolitik und der Wille, das Land

für das 21. Jahrhundert fit zu machen, überzeugte die Wähler. Sein Credo lautete: „Wir arbeiten an einer neuen polnischen Position, die darauf hinausläuft, dass Polen ein aktiver Teil aller Veränderungen ist, die in der EU stattfinden... Wir müssen uns um Kompromisse bemühen und Lösungen suchen.“

Zur Nagelprobe seiner Politik wurde die Ratifizierung des Lissabonner Reformvertrages. Präsident Kaczyński, der diesen selbst mit ausgehandelt hatte, wollte im Frühjahr 2008, nachdem die Iren ihn abgelehnt hatten, nicht mehr unterschreiben. Tusk gelang es mit Hilfe der Führer der anderen EU-Staaten und einiger Zugeständnisse an Polen - und nach dem zweiten irischen Referendum, das positiv ausfiel -, den Präsidenten zur Unterschrift zu bewegen.

Premier Tusk sieht Polens Zukunft nur innerhalb der EU, „wo der Erfolg Polens nicht vom Erfolg der Europäischen Union zu trennen ist.“ Er sagt: „Die größte Gefahr sehen wir in einer bröckelnden Solidarität innerhalb der Europäischen Union, im Anwachsen des nationalen Egoismus, im Protektionismus... Es darf nur eine Strategie für alle Europäer geben.“ Donald Tusk steht sowohl für eine Verbesserung der Beziehungen sowohl zu den östlichen Nachbarn, als auch in besonderem Maße zu Deutschland. Nicht umsonst hält Kanzlerin Merkel die Laudatio, vermutlich um Tusk den Rücken im eigenen Land gegen die starke konservative Opposition zu stärken, die seinen Kurs für zu „pro-westlich“ und besonders für zu „pro-Deutschland“ hält.

Traditionsgemäß wird der Karlspreis im Krönungssaal des Aachener Rathauses an Christi Himmelfahrt, dem 13. Mai 2010, verliehen.

Wappenbild: [wikimedia.org](http://wikimedia.org)

Franz Gass



# DAS ZERSTÖRTE AACHEN



Flüchtlinge verlassen das zerstörte Aachen, 23.10.1944 / wikipedia.org

Im Juli 1941 erfolgte der erste von fünf großen Luftangriffen, die Aachen stark zerstörten. Viele Aachener wurden daraufhin evakuiert, auch Johanna Simon. Im westfälischen Versmold verfasste sie 1942/43 ein Lied, das ihrer Liebe zu Aachen Ausdruck verlieh und aussprach, was viele Aachener damals empfanden. Als „Befreiung“ erlebte sie die Eroberung Aachens durch die Alliierten am 21. Oktober 1944 nach sechswöchigem Kampf in der „Schlacht um Aachen“ sicher nicht. Aachen war damit die erste deutsche Stadt, die eingenommen wurde. Der Zweite Weltkrieg endete in Europa schließlich mit der bedingungslosen Kapitulation der Wehrmacht am 8. Mai 1945, vor 65 Jahren.



Zug deutscher Kriegsgefangener durch die Ruinen der Stadt Aachen – Oktober 1944 / wikipedia.org

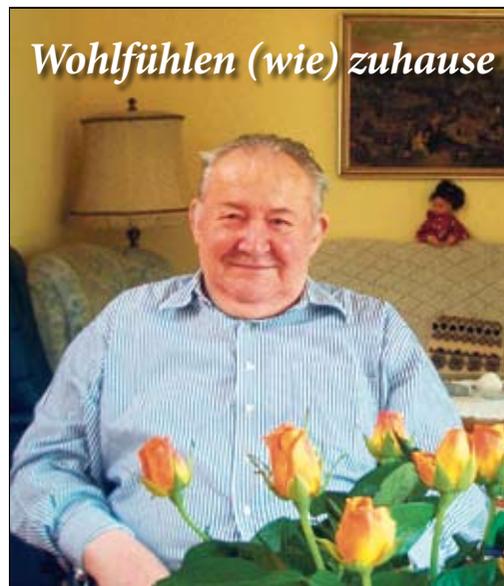
## HEIMATLIED

gesungen nach „Wo die Nordseewellen...“

1. Wo dort an der Grenze eine Stadt sich schmiegt,  
Wo der große Trümmerhaufen Aachen liegt,  
Wo Ruinen ragen in die Welt hinaus,  
Da ist meine Heimat, da bin ich zu Haus.
2. Wo die Bomber kreisen nachts am Firmament,  
Wo nach jedem Angriff stets ein Stadtteil brennt,  
Wo Ruinen stehen, auf dem weiten Raum,  
Da ist meine Heimat, Aachen jetzt ein Traum.
3. Wo die Häuser fallen nacheinander um,  
Wo die Splitter fliegen, schlagen alles um,  
Wo die Fenster klirren, und das Licht geht aus,  
Da ist meine Heimat, da bin ich zu Haus.
4. Wo der Tommy mordet grausam Frau und Kind,  
Wo die vielen Opfer zu beklagen sind,  
Wo die feuchten Augen sind so tränenschwer,  
Aachen meine Heimat, die ich lieb so sehr.
5. Wo des Nachts der Himmel rot vom Flammenschein,  
Wo in Trümmern liegt so manches Heim,  
Wo ein jeder opfert all sein Hab und Gut,  
Aachen meine Heimat, lieb ich wie mein Blut.
6. Wo nun schon seit Wochen harte Kämpfe sind,  
Wo man heute nur noch leere Häuser find,  
Wo von allen Seiten schießt die Ari\* rein,  
Aachen liebste Heimat, du bleibst trotzdem mein.
7. Dir mein liebes Aachen sei dies Lied gereicht,  
Auch für dich folgt wieder Freud nach all dem Leid,  
Denn Ihr Englisch-Männer, es ist kein leerer Traum,  
Rächen sich die Landser aus dem Aachener Raum.
8. Drum ihr lieben Aachener in der weiten Welt,  
Wenn das Schicksal noch so Schweres an Euch stellt,  
Einstens kommt Ihr wieder in die Stadt zurück,  
Zu suchen neue Heimat, zu finden neues Glück.

Text: Johanna Simon, eingereicht von Karl Küpper  
\* Abkürzung für „Artillerie“

Wohlfühlen (wie) zuhause



**ERFAHREN, EHRlich, KOMPETENT**

- Häusliche Alten- und Krankenpflege durch kleine Pflgeteams
- Ganztägige Betreuung im Tagespflegehaus
- Anerkannter häuslicher Entlastungsdienst für Familien mit demenzerkrankten Menschen (in der Regel für Sie kostenlos durch zusätzliche Leistungen der Pflegekasse!!)
- Fachberatung zum Thema Demenz - auch bei Ihnen zuhause
- Beratungsbesuche für Pflegegeldempfänger nach § 37 SGB XI
- **Unsere Pflege-Wohngemeinschaften**  
Geborgenheit wie in einer Familie: In zwei ambulant betreuten Wohngemeinschaften in der Joseph-von-Görres-Str. 82a finden jeweils acht psychisch veränderte oder demenzbetroffene Menschen Sicherheit, Geborgenheit und Zuwendung – rund um die Uhr!

Weitere Informationen und Anmeldungen unter:

- Tel.: 0241 - 51 44 95
- [www.fauna-aachen.de](http://www.fauna-aachen.de)

# KUNSTMEILE IN STOLBERG

Die Kunstateliers und -galerien in Stolberg haben sich zusammengetan und laden ein zur „Art Tour de Stolberg“. Am Sonntag, den 2. Mai 2010 zwischen 13.30 und 18.00 Uhr können sich Interessierte ein Bild von der Kunstlandschaft in Stolberg machen.



Ob Stilleben, Popart-Kunst, Skurriles aus Holz oder Bilder der „Zeitgenössischen Kunst in der EUREGIO“, das Angebot in der Atelier- und Galerie-meile in Stolberg ist vielfältig. Während im Altstadtbereich alle Ausstellungen bequem zu Fuß zu erreichen sind, fährt man den Kunsthof in Vicht und die Galerie Pitz in Breinig am besten mit dem Auto oder Fahrrad an.



Eine Lesung, Konzerte und eine Vernissage umrahmen die „Art Tour de Stolberg“. Um 11 Uhr liest Sylvie Schenk aus ihrem Roman „Parksünder“. Dabei wird sie musikalisch von Norbert Walter Peters unterstützt. Bei klassischer Musik und der Vernissage des Künstlers Hans Stuchlik werden die Kunstveranstaltungen um 18.30 Uhr ausklingen.

Die Seite [www.arttour-stolberg.de](http://www.arttour-stolberg.de) informiert über das Angebot aller teilnehmenden Ateliers und Galerien sowie über das Rahmenprogramm im Detail.

# FOTOAUSSTELLUNG IN KELMIS



Zu seiner jährlichen Fotoausstellung lädt der Fotoclub „Focal 81“ im belgischen Grenzort Kelmis/La Calamine am 15. und 16. Mai ein.

Wie jedes Jahr geben die Mitglieder des 1981 gegründeten Fotoclubs einen Überblick über ihr fotografisches Können. Ausgestellt werden 152 großformatige Bilder in Farbe und Schwarzweiß, von „naturbelassenen“, auf Film aufgenommenen Motiven, bis hin zu digital bearbeiteten

Werken. Am Samstag, den 15. Mai, von 14 bis 22 Uhr und am Sonntag, den 16. Mai, von 10 bis 20 Uhr sind Interessierte herzlich zur Besichtigung im Athenäum César Franck in Kelmis eingeladen. (Hinweis: In Kelmis einfach der Beschilderung „Foto Expo“ folgen.) Der Eintritt ist frei.

# EUREGIONALER ORGELTAG

Erstmals findet in den Städten Lüttich, Maastricht, Hasselt und Aachen ein gemeinsamer „Euregionaler Orgeltag“ statt. In Aachen können Freunde der Orgelmusik am 9. Mai 2010 vom Nachmittag bis zum Abend Orgelkonzerte in sechs Aachener Innenstadtkirchen besuchen.

Musikalischer Höhepunkt in Aachen ist das Konzert mit der US-Amerikanischen Hornistin Ilana Domb. Sie studierte an der renommierten Juilliard-School New York, an der Royal School of Music London, war u.a. Solohornistin bei der Israel Sinfonietta und ist Mitglied des Sinfonieorchesters von Haifa. Zusammen mit dem Kantor Klaus-C. van den Kerckhoff spielt Ilana Domb um 20 Uhr in der Annakirche.



Organisiert wird der Orgeltag in Aachen von der Ev. Kirchengemeinde Aachen mit Unterstützung des Vereins „Orgelkultur Aachen e.V.“. Informationen zu den Veranstaltungen des Euregionalen Orgeltages in Aachen finden Sie in den ausliegenden Flyern sowie unter [www.orgeljahr.de](http://www.orgeljahr.de). Dort lässt sich auch eine Broschüre mit der Gesamtübersicht des Programms mit den Veranstaltungen in den anderen teilnehmenden Städten herunterladen. Der Eintritt zu den Konzerten ist frei, um Spenden wird gebeten.

# NULLRUNDE FÜR RENTNER

*Wegen der rückläufigen Löhne im vergangenen Jahr müssen sich die rund 20 Millionen Rentnerinnen und Rentner 2010 mit einer Nullrunde abfinden. Würde es nach der alten Rentenformel gehen, müssten ihre Renten sogar gekürzt werden.*

Grundlage für die Berechnung des Rentenwerts ist die Entwicklung der Bruttolöhne jeweils im Vorjahr. 2009 sanken sie in Westdeutschland um 0,96 Prozent, in den fünf neuen Bundesländern stiegen sie um 0,61 Prozent. Aufgrund eines „Nachhaltigkeits“- und eines „Riesterfaktors“, die sich beide negativ auswirken, müssten die Renten bei der zum 1. Juli anstehenden Rentenanpassung im Westen um 2,1 Prozent und im Osten um 0,54 Prozent gekürzt werden.

Eine Schutzklausel, die noch von der großen Koalition aus CDU/CSU und SPD eingeführte sogenannte „Rentengarantie“, verhindert dies aber und belässt die Renten auf dem bisherigen Stand. Allerdings werden die eigentlich anstehenden Kürzungen mit zukünftigen Erhöhungen verrechnet, so dass die Rentnerinnen und Rentner am Ende die Kosten doch selbst tragen.



Auch für 2011 ist angesichts der anhaltenden Wirtschaftskrise nicht mit einer Rentenerhöhung zu rechnen.



*Unter dem Slogan „Aktivieren, integrieren und unterstützen“ sucht der Stiftungspreis „Lebendige Stadt“ im Jahr 2010 die seniorengenehmteste Stadt Europas.*

Jährlich prämiert die Stiftung „Lebendige Stadt“ stets in einer anderen Kategorie Projekte in Städten und Gemeinden, die in besonderer Weise Vorbildcharakter haben und sich somit andernorts zur Nachahmung empfehlen. Dazu ruft die Stiftung europaweit in einem Wettbewerb Städte, Gemeinden, Institutionen, Universitäten, Vereine und Private auf, sich mit ihren Projekten zu bewerben. Eine fachkundige Jury mit unabhängigen Experten bewertet die Bewerbungen und wählt den oder die Sieger aus.

Bewerben um den Preis der seniorengenehmtesten Stadt können sich dieses Jahr alle europäischen Städte, Kommunen, Stadtplaner, Institutionen, Vereine, Betreiber von Seniorenwohnanlagen und vergleichbare Einrichtungen. Preiswürdig sind Konzepte und Vorhaben, die zur dauerhaften Verbesserung der Lebensqualität von Senioren in der Stadt beitragen. In Frage kommen nur Konzepte, die bereits realisiert wurden oder in naher Zukunft umgesetzt werden sollen.

Der Stiftungspreis wird 2010 gefördert von der Deutschen Bahn AG. Insgesamt ist eine Preissumme von 15.000 € ausgesetzt. Die Bewerbungsfrist endet am 31. Mai 2010. Informationen zur Bewerbung auf [www.lebendige-stadt.de](http://www.lebendige-stadt.de).



## WOCHE DER SENIOREN

*Vom 2. bis 12. Mai 2010 findet in Eschweiler die zweite Woche der Senioren statt.*



Volkliedersingen anlässlich des 30-jährigen Geburtstags des städtischen Seniorenheims, Live-Musik beim Tanztee, eine Fahrradtour rund um den Blausteinsee für Großeltern und Enkelkinder - die Veranstaltungen richten sich in diesem Jahr an alle aktiven Mitbürgerinnen und Mitbürger.

Hervorzuheben sind die Einstiegskurse für den Umgang mit PC und Internet, unterstützt vom Bundesministerium für Wirtschaft und Tech-

nologie. Wer noch Berührungängste mit den neuen Medien hat, kann sich am 10. und 11. Mai im „Media-Bus“ vor dem Rathaus unter sachkundiger Anleitung „fit“ für den Computer machen.

Ein Flyer mit allen Angeboten liegt an der Information im Rathaus, beim städtischen Seniorenbeauftragten, bei der Volkshochschule, in der Stadtbücherei und im städtischen Seniorenzentrum Marienstraße 7 aus.

# Salzgrotte

SanaVita Simmerath



## DIE HEILENDE WIRKUNG DES SALZES ERFAHREN

**Die Salzgrotte SanaVita in Simmerath bietet Wellness zum Einatmen - und diesen Service gibt es zu jeder Jahreszeit**



René Braun, zertifizierter Natursalz-Fachberater, eröffnete Mitte November die Salzgrotte SanaVita in Simmerath, deren therapeutischer Ansatz im Vordergrund steht. Eine gelungene Ergänzung ist der integrierte „Salzladen“.

Die besondere Heilwirkung des natürlichen Salzes ist uns seit Jahrtausenden bekannt. Im Laufe der Menschheitsgeschichte wurde Salz als Heilmittel bei fast allen Erkrankungen eingesetzt. Das hat sich bis heute nicht geändert. Bronchitis auskurieren an der Nordsee, Hautprobleme beseitigen am Toten Meer oder inhalieren in den tiefen Höhlen natürlicher Steinsalzgrotten. Das sind nur einige Beispiele. Doch fast immer ist die Gesundheit von einer mehr oder weniger langen Reise

abhängig, nämlich dorthin, wo das Salz seine Wirkung entfaltet. Erst Sturm oder hoher Wellengang entwickeln am Meer ein von der Wirksamkeit her vergleichbares Umfeld. Somit ist das Mikroklima der Salzgrotte dem natürlichen Reizklima am Meer gleichzusetzen. Ein Besuch in der Salzgrotte steigert die körperliche Belastbarkeit und begünstigt den Heilungsprozess bei Atemwegserkrankungen, Bronchitis, Asthma sowie Allergien, Kopfschmerzen und Migräne. In der 45-minütigen Therapie-Einheit, die



jeweils zur vollen Stunde beginnt, wird der gesamte Organismus widerstandsfähiger. Die relative Luftfeuchtigkeit von 45 bis 60 Prozent erleichtert die schnelle Aufnahme der salzigen Luft, dringt tief in die Atemwege ein und wird zusätzlich

über die Haut noch besser aufgenommen. Anders als am Meer ist die Salzgrotte wetterunabhängig und kann täglich besucht werden. Ein weiterer Aspekt ist der deutliche Preisvorteil im Vergleich zu einem Kurztrip ans Meer. Im Vordergrund der Salzgrotte steht ganz klar der therapeutische Ansatz, doch auch der integrierte „Salzladen“ ist nicht zu vergessen. Ein reichhaltiges Angebot an verschiedenen Speise- und Gewürzsalzen, Solen und Salzbädern wird für den Kunden zur Verfügung gehalten. Salzlampen und Fachliteratur können erstanden werden. Geschenkgutscheine zu allen Anlässen und Preiskategorien gehören ebenso zum Service der Salzgrotte SanaVita, die als alternative Geschenkidee gut geeignet sind. Beste gesundheitliche Erfahrungen mit der Salzgrotte haben bereits eine Vielzahl von Besuchern machen können. Die schon fast mit einer Kureinrichtung zu vergleichende Grotte ist eine Bereicherung für die Region, auch aufgrund der zentralen Lage und ausreichenden Parkmöglichkeiten. Die Salzgrotte SanaVita lädt alle Interessierten zu einem Besuch ein.

# Salzgrotte

SanaVita Simmerath

## Wie ein Spaziergang am Meer, erholsam und wirkungsvoll!



Das  
**Original**  
nur in der Eifel

- Die Salzgrotte ist barrierefrei und für Rollstuhlfahrer geeignet
- Der Besuch der Grotte erfolgt in der üblichen Tageskleidung

**Die Sitzungen dauern 45 Minuten und beginnen jeweils zur vollen Stunde (letzter Einlass Mo. und Do. 20.45 Uhr, übrige Tage 18.45 Uhr) Terminvereinbarung empfehlenswert**

**Salzgrotte SanaVita Simmerath**  
Kammerbruchstr. 21-23, 52152 Simmerath  
Tel.: 024 73/90 90 98, Fax: 024 73/92 71 286

[www.salzgrotte-simmerath.de](http://www.salzgrotte-simmerath.de)  
[willkommen@salzgrotte-simmerath.de](mailto:willkommen@salzgrotte-simmerath.de)

**Öffnungszeiten:**

Mo. & Do. 12.00 - 22.00 Uhr  
Di., Mi., Fr., Sa. & So. 10.00 - 20.00 Uhr

# Automobile

Autos sind aus unserem täglichen Leben nicht wegzudenken und für viele Menschen außerdem ein großes Hobby. Erkennen Sie diese Automobilmodelle aus vergangenen Tagen? Die Lösungsbuchstaben ergeben einen Beruf.

- 1 =    **A** = Audi 50
- 2 =    = Chevrolet Camaro
- 3 =    = Citroen 2CV
- 4 =    = Citroen CX 2400
- 5 =    = BMW 1502
- 6 =    = Fiat 500
- 7 =    = Fiat 127
- 8 =    = Ford Fiesta
- 9 =    = Honda Civic
- 10 =    = Mitsubishi Lancer
- 11 =    = Pontiac Firebird
- 12 =    = Simca 1000 GL
- 13 =    = Toyota Corolla
- 14 =    = Trabant 601K
- 15 =    = VW Käfer
- 16 =    = VW Bus T3



**A**



**K**



**H**



**R**



**T**



**I**



**A**



**C**



**E**



**N**



**N**



**M**



**E**



**U**



**O**



**I**

Bilder: www.wikimedia.org

www.visitatis.de • visitatis.gmbh@t-online.de

VISITATIS<sup>®</sup> GmbH



**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



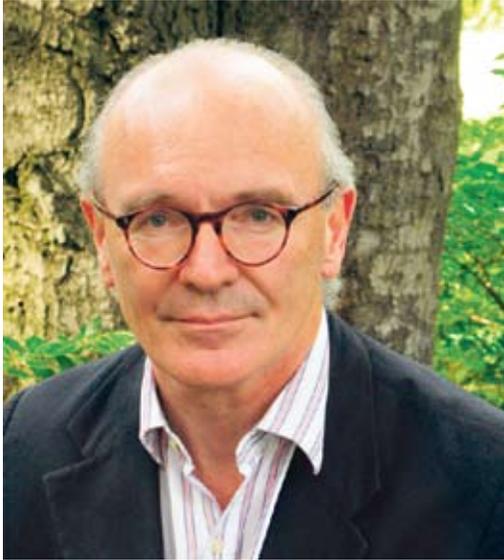
## Häusliche Alten- und Krankenpflege

Tel.: 0241 - 90 19 860 • Fax: 0241 - 90 19 862  
Astrid Siemens • Habsburgerallee 11-13 • 52064 Aachen

24 Std. Bereitschaftsdienst

# ST. ALFONS ZUM BEISPIEL

*Können historische Gebäude neuen Nutzungsformen zugeführt werden, ohne dass ihr ursprünglicher Raumcharakter verlorengeht? Wie lassen sich Tradition und Moderne dabei vereinbaren?*



Martin Mosebach

Diesen und weiteren Fragen geht eine Veranstaltung am 26. Mai 2010 nach, die vom Literaturbüro NRW e.V. in Zusammenarbeit mit der Architektenkammer Nordrhein-Westfalen und dem Bund

Deutscher Architekten angeboten wird. Unter dem Titel „die zweite haut. architektur und literatur im dialog“ diskutieren die Aachener Architekten Michael Rau und Florian Schweitzer, der Denkmalpfleger Dr. Lutz-Henning Meyer und der Autor Martin Mosebach über die Verbindungen von Politik, Wirtschaft, Kultur und Gesellschaft zur Architektur.

Zuvor liest der mit dem Georg-Büchner-Preis ausgezeichnete Schriftsteller Mosebach aus seinem aktuellen Roman „Das Beben“. Darin schildert er die Konflikte, in die ein deutscher Architekt beim Umbau eines alten Palastes in Indien gerät.

Den passenden Rahmen für die Veranstaltung bildet das denkmalgeschützte ehemalige Aachener Jesuiten-Kloster St. Alfons in der Alfonsstr. 44, in dem seit 2005 moderne Büroflächen entstanden sind.



St. Alfons

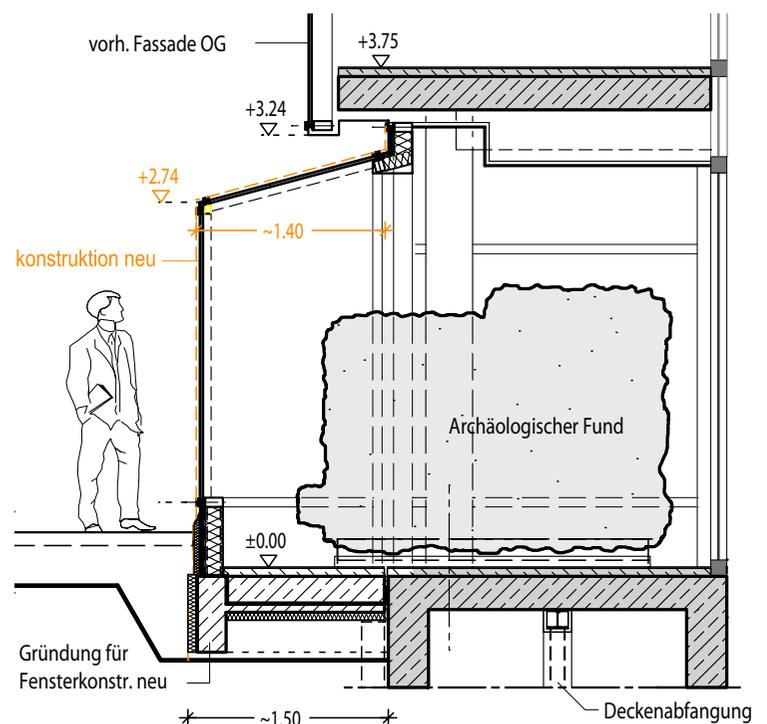
Der Besuch der Veranstaltung ist kostenlos, Beginn ist um 20 Uhr. Interessierte können sich unter: [mail@literaturbuero-nrw.de](mailto:mail@literaturbuero-nrw.de) oder Tel.: 0211-8284590 anmelden.

## THERME KEHRT ZURÜCK

*Ein Teil der römischen Thermenanlage, die beim Bau der Mayerschen Buchhandlung in der Aachener Innenstadt gefunden wurde, wird demnächst in der Nähe seines ursprünglichen Fundortes ausgestellt.*

Als man beim Neubau der Mayerschen Buchhandlung an der Buchkremerstraße vor etwa zehn Jahren Reste einer römischen Thermenanlage freilegte und diese aus finanziellen Gründen jahrelang unter einer Plane auf dem Baubetriebshof lagerte, wurde heftig Kritik geübt am Umgang mit einem solchen archäologischen Fund. Nachdem zwischenzeitlich u.a. der Elisengarten und der „Bücherplatz“ gegenüber der Buchhandlung als Rückkehrort ins Auge gefasst wurden, soll das 18 Tonnen schwere, zwei Meter hohe und 2,60 Meter breite Teil der Therme nun im Schaufenster neben dem Eingang der Buchhandlung untergebracht werden. Dazu wird das Schaufenster der Buchhandlung Richtung Bürgersteig um 1,40 Meter erweitert. Die nicht unerheblichen Kosten des Umbaus übernimmt die Mayersche Buchhandlung. Die Arbeiten sollen demnächst beginnen und voraussichtlich im Sommer abgeschlossen sein.

Aachens Baudezernentin Gisela Nacken und der Stadtarchäologe Andreas Schaub begrüßten bei der Präsentation der Pläne am 30. März in der Mayerschen Buchhandlung diese Lösung. Die übrigen Fundstücke aus der Buchkremerstraße verbleiben zunächst auf dem Baubetriebshof, für sie sucht die Stadt noch neue sinnvolle Standorte.



## OLDTIMERSCHAU AM RURSEE



*Die Motor-Sport-Club Aachen e.V. lädt am 15. und 16. Mai ein zu „Faszination Pur – Oldtimer am Rursee“.*



Eine Oldtimerausfahrt und eine „Concours d' Elegance“ für Automobile und Motorräder bilden den Kern der Veranstaltung. Auf einer Streckenlänge von 120 km rund um den Rursee können Oldtimerbegeisterte am Samstag, den 15. Mai von 11 Uhr bis 16.45 Uhr historische Automobile zusehen. Die Veranstaltung ist ein Wertungslauf zum „EUREGIO-CLASSIC-CUP“ und wird am Sonnabend beendet mit einer Siegerehrung. Am Sonntag, den 16. Mai, können ab 11 Uhr (Start in Rurberg)

Automobile und Motorräder bis Baujahr 1980 beim Concours d' Elegance bestaunt werden. Um 16 Uhr endet die 60 km lange Rundfahrt um den Rursee mit einer Siegerehrung und Präsentation der Fahrzeuge.

Aufgrund des 100-jährigen Bestehens der Automarke Alfa wird eine Sonderwertung für Alfa Romeo Fahrzeuge ausgeschrieben. Weitere Informationen unter [www.rursee-classic.de](http://www.rursee-classic.de) und auf ausliegenden Flyern.

## POLNISCHE KULTUR KENNENLERNEN

*Der Internationale Karlspreis zu Aachen wird am 13. Mai 2010 verliehen an den Premierminister der Republik Polen, Donald Tusk. Ein umfangreiches Veranstaltungsprogramm stellt unser Nachbarland Polen mit seiner vielfältigen Kultur sowie den Preisträger selbst vor.*



*Kaschubische Festtagstracht  
Bildquelle: wikimedia.commons*

Eine literarische Reise durch die historische Stadt Danzig an der Ostsee, ein Konzert des renommierten Organisten Roman Perucki, ein kaschubisch-pommerscher Abend: Die Möglichkeiten, unser Nachbarland politisch, kulturell und historisch im Rahmen des Karlspreises näher kennenzulernen, sind vielfältig. Konzerte, Lesungen, Städteführungen, Kochkurse, Vorträge und Diskussionen laden dazu ein, die deutsch-polnische Verständigung zu vertiefen.

Am Vorabend der Verleihung, am 12. Mai gegen 19 Uhr begrüßt der Chor „Benedictus“ der Polnisch-Katholischen Mission Wuppertal Donald Tusk musikalisch mit Klassik, Jazz und Gospel bis hin zu Pop auf dem Katschhof. Danach besteht Gelegenheit, den Preisträger live bei einer Diskussion zu erleben.

Traditionell findet im Anschluss an die Preisverleihung am Donnerstag, dem 13. Mai, ein großes Abschlussfest mit zahlreichen Informationsständen und viel Musik auf dem Aachener Katschhof statt.

Weitere Informationen sind in den ausliegenden Broschüren und unter [www.karlspreis.de](http://www.karlspreis.de) zu finden.

### Französisches Flair

*„Stolberg goes France“  
heißt es vom 28. – 30.  
Mai 2010 in Stolberg.*

Mit der Veranstaltungsreihe „Stolberg goes...“ bringt das Max Krieger Kulturmanagement jährlich die kulturelle und kulinarische Vielfalt eines Landes nach Stolberg. Nach China, Brasilien und Spanien steht die Kupferstadt in diesem Jahr im Zeichen von „Vive la France“. Anlass für diese Wahl gab u.a. das 20-jährige Bestehen der Städtepartnerschaften mit Valognes und Faches-Thumesnil. Das Deutsch-Französische Kulturinstitut Aachen wurde als Organisationspartner gewonnen.

Am letzten Maiwochenende wird den Besuchern reichlich französisches

Flair geboten: Konzerte, Ausstellungen, Filme, Tanzdarbietungen und kulinarische Köstlichkeiten machen das Nachbarland in der Gastronomie rund um die Burg und in den Straßen und Gassen der historischen Stolberger Altstadt erlebbar. Höhepunkt ist die große Frankreich-Parade am Sonntag, dem 30. Mai. Zu allen Veranstaltungen ist der Eintritt frei.

Weitere Informationen zum Veranstaltungsprogramm sind z.B. zu finden unter [www.stolberg-goes.de](http://www.stolberg-goes.de).

# Der 1. Mai - ein Tag zum Feiern?

*Der Aachener DGB hat einen neuen Vorsitzenden. Ralf Woelk führt seit dem frühen Tod von Heinz Kaulen den Dachverband der Gewerkschaften im Deutschen Gewerkschaftsbund in der Region NRW Süd-West mit ca. 85 000 Mitgliedern. Wir besuchten ihn im Aachener Gewerkschaftshaus, um über den 1. Mai zu reden.*



## Wer ist er?

*Ralf Woelk wurde 1965 in Düsseldorf geboren. Der Diplom-Sozialwissenschaftler lebt seit fünf Jahren in Aachen, ist verheiratet und hat zwei Kinder.*

Ralf Woelk erinnert daran, dass schon seit 1890 weltweit Arbeitnehmer auf die Straße gingen, um für die Verbesserung ihrer Arbeitsbedingungen zu demonstrieren. Seitdem sei viel erreicht worden, z.B. der 8-Stunden-Tag, die 35-Stundenwoche, Anspruch auf Urlaub usw. Dennoch habe der Kampf- und Aktionstag für die Gewerkschaften nach wie vor eine große Bedeutung. Als Folge von Globalisierung und Finanzkrise setze sich die Erosion am Arbeitsmarkt fort. Arbeitsplätze werden vernichtet und das Lohnniveau gesenkt. In der Verarbeitung und im Dienstleistungsgewerbe wurde der Niedriglohnsektor ausgeweitet. Immer mehr Arbeitnehmer können von ihrer Arbeit nicht mehr leben. Manche Beschäftigte seien gezwungen, bis zu drei Arbeitsstellen anzunehmen. Häufig sind sie auch auf staatliche Transferleistungen angewiesen, um menschenwürdig leben zu können. Dazu komme noch die üble Praxis mancher Unternehmer, Festangestellte durch Leiharbeiter zu ersetzen. Leiharbeit sei ursprünglich dazu gedacht, saisonale Spitzen in der Produktion abzudecken, sagt Woelk. „Hier ist die Politik gefordert, der Schindluderei am Arbeitsmarkt ein Ende zu setzen.“



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

**Ich stehe Ihnen gerne zur Beantwortung Ihrer Fragen zur Verfügung. Rufen Sie mich unverbindlich an unter 0241 / 720 46.**

Mit freundlichen Grüßen  
Ihr Dieter Neundorf



Es gehe nicht an, dass besonders junge Menschen ein befristetes Arbeitsverhältnis ans andere reihen und nie eine Perspektive auf eine Festanstellung erhalten. Eine geordnete Lebensplanung mit Familiengründung und Erwerb eines Eigenheimes sei so kaum möglich. Schon die Aufnahme eines Kredites werde häufig erschwert. „Der Mindestlohn muss kommen, jeder Mensch muss von seiner Arbeit leben können“, sagt er mit Bestimmtheit.

Ein weiteres Problem sei die Verschuldung vieler Beschäftigter wie auch der Arbeitslosen. Hier werde schnelle Hilfe im Einzelfall nötig. Die überlasteten Schuldnerberatungsstellen müssten finanziell und personell so ausgestattet werden, dass sie den Ansturm Überschuldeter bewältigen könnten.

Auf die Frage „Welche Schwerpunkte hat sich der neue DGB-Chef gesetzt?“ antwortet er: „Die Zukunft der Gewerkschaft ist weiblich. Der Beschäftigung vor allem der Frauen in prekären, d.h. ungesicherten Arbeitsverhältnissen muss entgegengewirkt werden.“ Mit Freude habe er zur Kenntnis



genommen, dass es den Kolleginnen bei Schlecker in Aachen gelungen sei, einen Betriebsrat zu wählen. Es gehe darum, vermehrt weibliche Arbeitnehmer für die Mitarbeit in den Gewerkschaften zu gewinnen. Teilzeitbeschäftigung und die Doppelbelastung der Frauen durch Arbeit und Familie ständen dem leider oft im Wege.

Ein weiterer Schwerpunkt ist für Ralf Woelk die Zusammenarbeit mit den Hochschulen der Region. Insbesondere die Zusammenarbeit zwischen den Hochschulinstituten und den betrieblichen Fachleuten sei zu intensivieren, damit die Innovation in der Region bleibe. Aber auch der Kontakt zu den Studierenden solle verbessert werden.

Was macht Ralf Woelk in seiner Freizeit? Er sagt schmunzelnd: „Ich habe eine Dauerkarte für die Alemannia und spiele Schach.“

*Unter dem Motto „Wir gehen vor! Gute Arbeit - Gerechte Löhne - Starker Sozialstaat“ werden am 1. Mai 2010 DGB-Veranstaltungen in Aachen, Stolberg und Alsdorf stattfinden.*

Peter J. Heuser



## KATHOLISCHE KRISE



Die Geschehnisse um sexuellen Missbrauch, Vergewaltigungen und Misshandlungen von Kindern und Jugendlichen (= Schutzbefohlenen) in Einrichtungen der katholischen Kirche lässt in diesen Tagen wohl kaum jemanden kalt, so auch mich nicht!

Es ist nicht nur mir, sondern allgemein bekannt, dass es solche Verbrechen auch in anderen Einrichtungen gab und gibt. Diese Tatsache macht das immense Ausmaß der verabscheuungswürdigen Vorgänge in der katholischen Kirche aber keinesfalls harmloser, wie es einige Protagonisten der katholischen Kirche gerne hätten!

Wem, außer den Lehrern, sollen Eltern ihre Kinder sonst noch guten Gewissens anvertrauen, wenn nicht ihrer Kirche?

Doch leider gibt es unter deren Dienern viele schwarze Schafe, die scheinheilig und heuchlerisch ihr Amt dazu nutzen, ihre perversen Gelüste hemmungslos auszuleben. Was sich unter manchen schwarzen, roten oder lilafarbenen Gewändern abspielt, ist absolut widerwärtig und hochkriminell!



Die Dunkelziffer weltweit muss enorm hoch sein. Es hat sich ein globaler Sumpf von Gewalt gegen wehrlose Opfer aufgetan, aus dem heraus viele Betroffene sich erst nach und nach trauen, sich zu offenbaren. Manche werden auch für immer schweigen. Es sind Kinderseelen, die für's ganze Leben jegliches Vertrauen in die Menschen verloren haben!

Unfassbar ist, dass selbst hohe und höchste Vertreter der katholischen Kirche zu den Tätern gehören.

Genauso unfassbar ist, dass man aus vielen Äußerungen maßgeblicher Protagonisten der katholischen Kirche beschwichtigende und verharmlosende Töne heraushören kann. Am liebsten würde man dieses immense globale Problem als Kavaliersdelikt oder Fehltritt Einzelner unter den Teppich kehren.

### Welch eine Blasphemie!

Es ist unerträglich, wie versucht wird, die Empörung und die Abscheu vieler Menschen als Verleumdungskampagne abzutun und die Vorgänge intern regeln zu wollen. Dadurch stellt sich die katholische Kirche nur noch mehr ins selbstgewählte, mittelalterliche Abseits jenseits jeglicher Glaubwürdigkeit. Ernsthafte Bemühungen, mit den Verbrechen in den eigenen Reihen aufzuräumen, sieht man nicht.

Die immer noch andauernde Verschleierung und Vertuschung ist für mich nichts anderes als Beihilfe und Strafvereitelung!

Es ist jetzt nicht die Zeit, Tätern zu vergeben und zu vergessen, sondern die Zeit der lückenlosen Offenlegung aller hochkriminellen Taten und der schonungslosen Benennung aller Kinderschänder und -misshandler in der katholischen Kirche bis zur allerhöchsten Führungsebene! Ein möglichst großer Opferschutz ist selbstverständlich.

Es ist auch an der Zeit, die Täter dann ohne jede Einschränkung der staatlichen Justiz zu übergeben, sowie mit der vollen Härte des Gesetzes abzuurteilen. Leider wird dies in vielen Fällen durch eine unzulängliche Verjährungsregelung verhindert.

Wolfgang Franz



## Café-Restaurant VIER JAHRESZEITEN

*...einfach sorglos feiern!*



### Das Café-Restaurant Vier Jahreszeiten

Wunschgerichte, kalte Platten, warme Buffets u.v.m., aber vor allem alles mit Pfiff..., egal zu welchem Anlaß, ob zu Hause, an einem Ort Ihrer Wahl oder in unseren Räumen - genießen Sie unsere kulinarischen Köstlichkeiten und den freundlichen Service!



Unser Team erwartet gerne Ihre Anfrage und steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Wir erstellen Ihnen gerne ein speziell auf Ihre Veranstaltung zugeschnittenes Angebot.

Falls Sie es wünschen bieten wir Ihnen auch die idealen Räumlichkeiten für Ihre Abendveranstaltung.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

### Café-Restaurant Vier Jahreszeiten

Mo. von 8.00 - 14.00 Uhr und

Di.-So. von 8.00 - 18.00 Uhr

geöffnet

Kontakt: Team Vier Jahreszeiten:

Martin Schneider und

Paul Waldbauer

Tel. 0241/51541-410

Robensstraße 19 (am Stadtgarten)

52070 Aachen

e-mail: aachen@senioren-park.de

www.carpe-diem.eu

## SENIORENCLUB EINMAL ANDERS

*Vor dreißig Jahren wurde er gegründet – der Seniorenclub der Gehörlosen in Aachen. Alle zwei Wochen treffen sich hörgeschädigte Senioren im Hörgeschädigtenzentrum an der Talbotstraße. Der Kreis der Besucher stammt aus der ganzen Region. Schwerhörige und interessierte Besucher sind natürlich auch willkommen. Frau Mia Mertens leitet den Club ehrenamtlich.*



Es ist alles andere als still im Raum, obwohl man dies eigentlich erwarten würde, wenn sich gehörlose Menschen treffen. Der große Saal im Hörgeschädigtenzentrum ist sehr gut besucht, die Tische sind liebevoll gedeckt und überall wird sich rege unterhalten. Dabei fliegen die Hände, die Besucher benutzen die Gebärdensprache.

Trotzdem wird auch gerne die Stimme eingesetzt. Gehörlose sind nicht stumm. Viele ältere Gehörlose können sich sehr gut auch in der Lautsprache ausdrücken. Schließlich treffen sie im Alltag meistens auf Hörende und müssen sich dort anpassen. Umso entspannter ist die Möglichkeit, sich in der eigenen Sprache zu unterhalten, den Gesprächspartner problemlos zu verstehen und eine schöne Zeit miteinander zu verbringen.

Dass es diese Möglichkeit, sich zu treffen und zu plaudern, für die gehörlosen Menschen gibt, ist der Verdienst von drei engagierten Menschen, die den Club vor 30 Jahren gegründet haben.

Der Seniorenclub der Gehörlosen aus der StädteRegion Aachen feiert dieses Jahr sein 30-jähriges Bestehen. Das erste Treffen am 22. Mai 1980 wurde von Frau Anna Oswald, Herrn Johann Aengenheister und Frau Berta Groten organisiert. Eine große Unterstützung war damals Pfarrer Anton Hubert Jansen, der die Räumlichkeiten der Pfarre St. Peter in Aachen zur Verfügung stellte. Ein wunderbares Beispiel guter Zusammenarbeit zwischen Gehörlosen und Hörenden.

Bis zu einem Brand, der das Pfarrheim zerstörte, traf sich der Seniorenclub dort regelmäßig zu Kaffee und Kuchen. Als es dann das Hörgeschädigtenzentrum erst in der Krefelder Straße und dann in der Talbotstraße gab, konnten die Treffen in ihrem gewohnten 14-tägigen Rhythmus wieder stattfinden.

Früher wurden Gehörlose lautsprachlich erzogen. In der Schule wurde alles versucht, sie an die hörende Welt anzupassen. Aber das änderte nichts an ihrer Gehörlosigkeit. Gehörlose sind unter

Hörenden oft einsam. Etwas gemeinsam zu unternehmen ist wichtig und bietet auch Möglichkeiten, zu lernen und Neues kennenzulernen. Das Vereinsleben stärkt die Gehörlosengemeinschaft.

Im Laufe der Jahre traf man sich deshalb nicht nur im Hörgeschädigtenzentrum. Im September 1980 wurde der erste von zahlreichen Ausflügen gemacht. Auch in Zukunft sollen weiterhin Tages- oder Wochenendausflüge stattfinden. Diesen September geht es nach Rothenburg ob der Tauber. Mia Mertens erklärt: „Es ist den Mitgliedern des Seniorenclubs sehr wichtig, dass sie eine schöne Zeit miteinander verbringen und etwas Kulturelles gemeinsam sehen und erleben.“



Mia Mertens

Als langjährige Leiterin des Seniorenclub ist es ihr Ziel, „gehörlose Senioren verstärkt in das gemeindliche Leben um das Hörgeschädigtenzentrum einzubinden und den Kontakt der weit verstreuten hörgeschädigten Menschen zu fördern“. An diesem Ziel arbeitet sie schon seit dem Jahr 2000 mit Leib und Seele. Ein schönes Ziel, das auch die nächsten 30 Jahre weiter verfolgt werden sollte.

Die nächsten Termine des Seniorenclubs sind am 29.04., 13.05., 10.06. u. 24.06.2010, immer ab 13:30 Uhr bis 18:30 Uhr. Die Jubiläumsfeier findet am 27.05.10 statt, Besucher sind auch an diesem Tag ab 13:30 Uhr herzlich willkommen.

Nina Falter



Fotos:

Gehörlosen-Seniorenclub Aachen



# EIN SCHWUNGVOLLES VERGNÜGEN

*Seniorentanz ist ein schwungvolles Vergnügen, das nicht nur die körperliche Fitness fördert. Die Teilnehmer knüpfen auch neue soziale Kontakte und erleben mit Gleichgesinnten Stunden voller Gemeinschaft und Lebensfreude. Gemeinsam mit anderen aktiv sein, Freude an der Bewegung finden und aktiv Gesundheitsvorsorge betreiben – all das findet unter Senioren immer mehr Anhänger. In und um Aachen ist Übungsleiterin Brigitte Hirtz seit mehr als 15 Jahren Expertin in Sachen Seniorentanz.*



## Was macht den Reiz des Seniorentanzens aus?

Tanz ist die charmanteste Art, Gymnastik zu betreiben, denn diese Art der Bewegung wird nicht als anstrengend empfunden. Egal in welchem Alter, Tanzen macht Spaß, ist gesund, bringt neue Kontakte und Lebensfreude. Das gilt natürlich auch für den Seniorentanz als altersgemäße Tanzdisziplin. Körper, Geist und Seele kommen beim Tanzen oder beim Tanzen im Sitzen in Schwung.

## Warum ist das Tanzen so gesund?

Beim Tanzen wird der Körper gestrafft, die Beweglichkeit, Haltung und Koordination verbessert, die Ausdauer erhöht sowie Konzentration und Gedächtnis gesteigert. Dabei produziert der Körper Glückshormone und nebenbei entsteht im Kreis der Teilnehmer eine fröhliche Geselligkeit, die niemand mehr missen möchte. Kurzum, Lebensqualität und Wohlbefinden werden rundum erhöht. Die gesundheitsfördernde Wirkung ist anerkannt und darum werden aktive Tänzer von zahlreichen Krankenkassen im Rahmen ihrer Prämienprogramme auch mit Bonuspunkten belohnt.



## Wer ist sie?

*Die gebürtige Aachenerin Brigitte Hirtz ist 63 Jahre alt und lebt heute in Würselen-Broichweiden. Seit mehr als 15 Jahren leitet sie Seniorentanz-Gruppen in Aachen, Broichweiden und Stolberg. Für ihr Übungsleiterzertifikat absolvierte sie eine umfangreiche theoretische und praktische Ausbildung beim Bundesverband Seniorentanz e.V. Informationen zu ihren Seniorentanz-Angeboten in Aachen, Broichweiden und Stolberg sowie anderen Kursen gibt Brigitte Hirtz unter Tel.: 02405-73583.*

## Wer kann mitmachen?

Das Seniorentanz richtet sich generell an alle Interessierten ab 50 Jahren, die Freude daran haben, etwas für Körper, Geist und Seele zu tun und fröhliche Stunden in Gemeinschaft zu verbringen. Körperhaltung, Kondition und Konzentration zu verbessern. Jeder kann bei uns mitmachen, ohne Vorkenntnisse und ohne einen Partner oder eine Partnerin mitbringen zu müssen. Auch wer nicht mehr so beweglich ist, kann sich an einfachen und langsamen Tänzen oder an den immer beliebter werdenden Tänzen im Sitzen erfreuen. Einsteigen kann man eigentlich immer. Auf Wunsch können Interessierte gerne an einer Probe-stunde teilnehmen.



## Wo liegen die Unterschiede zu einem „normalen“ Tanzkurs?

Jede/r kann alleine kommen, da in der Gruppe ohne festen Partner getanzt wird. Seniorentanz kennt keine Führungsrolle wie der Gesellschaftstanz. Deshalb ist Partnerwechsel fester Bestandteil. Dies ist vor allem für die alleinstehenden älteren Damen wichtig. Die Ergebnisse unserer Kurse präsentieren wir hin und wieder auch der Öffentlichkeit, zum Beispiel bei



kirchlichen Festen, in Seniorenheimen oder beim Frühjahrstreffen der Seniorentanzgruppen und bei Tanzfreizeiten, also gemeinsamen Ausflugsfahrten.

## Welche Tänze bieten sie an?

Viele Leute haben falsche Vorstellungen von unseren Kursen. Die Tänze sind äußerst abwechslungsreich und vielseitig. An einem Nachmittag, also in rund zwei Stunden, ist von Gesellschaftstänzen wie klassischem Walzer über lateinamerikanische Rumba bis hin zu griechischer Folklore und meditativem Tanz für jeden Geschmack etwas dabei. Wir bewegen uns auch gerne mal zu flotten Discorhythmen. Wichtig ist zu betonen, dass auch Tanzen im Sitzen Spaß macht und ausgesprochen gut tut.



## Wo und wie können sich Interessierte anmelden?

Träger der im ein- oder zweiwöchentlichen Rhythmus tanzenden Gruppen sind Sportvereine, Kirchengemeinden, Volkshochschulen, Alten- und Pflegeheime, die Rheumaliga, Kneipp-Vereine oder die Arbeiterwohlfahrt. Die Zahl der von den Tanzleitern des Bundesverbandes Seniorentanz e.V. geführten Tanzgruppen in Deutschland ist ständig im Wachsen begriffen. Sie bewegt sich inzwischen im sechsstelligen Bereich. Entsprechende Gruppen (für Damen oder gemischt) gibt es beinahe überall wohnortsnah. Für die Teilnahme fällt eine geringe Gebühr an. Informationen gebe ich gerne telefonisch.

Nina Krüsmann



# Die älteste aktive Schriftstellerin der Welt

*Schriftstellerin Ilse Pohl feiert am 7. Mai ihren 103. Geburtstag. Ihr Lebens- und Arbeitsweg ist ein beeindruckendes Beispiel dafür, dass man sich im Leben nicht zwangsläufig nur einmal für ein Ziel entscheiden kann, sondern zu jedem Zeitpunkt die Chance hat, eine neue Richtung einzuschlagen.*

Erst sehr spät in ihrem Leben begann Ilse Pohl ihr Schaffen als professionelle Autorin. 1907 in Berlin geboren, erlernte sie erst in Mecklenburg-Vorpommern die Gutswirtschaft, verbrachte ein Jahr als Au-pair in Budapest und besuchte in Berlin die Kunstschule „Der Weg“. Schon in den 1950er Jahren schrieb Pohl, inzwischen Hausfrau und Mutter, im kleinen Rahmen für die Frankfurter Neue Presse.

Doch erst 1974, im Alter von 67 Jahren, absolvierte sie ein Fernstudium des Literarischen Schreibens an der „Famous Writers School München“ und begann 1976 direkt im Anschluss ihre Zusammenarbeit mit dem „Verlag Junge Gemeinde“, welcher Pohls erste Erzählungen veröffentlichte, so u.a. 1977 „Das Kuckucksei“ und 1978 „3x Spiekeroog hin und zurück“.

Die große Aufmerksamkeit wiederum ließ noch einmal einige Jahre auf sich warten. Zwischen 1997 und 1999 veröffentlichte die Autorin ihre dreibändige Autobiographie, welche sie auf Anregung ihres Verlegers und Vertrauten Dr. Markus von Hänsl-Hohenhausen verfasst hatte und zwischen

2005 und 2009 erschienen die sogenannten Miniaturen, kleine Psychogramme von berühmten Personen, u.a. Annette von Droste-Hülshoff und Johann Sebastian Bach. Infolge dieser Veröffentlichungen entstand eine große Aufmerksamkeit der Medien an Ilse Pohl und sie wurde zu einer begehrten Interviewpartnerin, so unter anderem 2009 in der ARD-Talkshow „Menschen bei Maischberger“.

Ilse Pohl hat neben ihrem Schreiben auch karitativ gewirkt. Sie widmete sich unter anderem einem Behinderten-Spielkreis in Dreieich-Götzenhain, leitete von 1984 bis 1996 einen Literaturkreis für Senioren und erhielt 2000 für ihr karitatives wie auch schriftstellerisches Schaffen das Bundesverdienstkreuz am Bande.

Einen weiteren neuen Lebensweg betrat Ilse Pohl, als sie 2002 Vorsitzende des Aufsichtsrates der Holding Frankfurter Verlagsgruppe wurde und damit bis heute als älteste Aufsichtsratsvorsitzende der Welt gilt.

Momentan arbeitet sie an einem neuen Buch über Zeitkritik und ist damit - im Alter von 102 Jahren - die älteste aktive Schriftstellerin der Welt. Das sind beeindruckende Zahlen und Fakten, doch für die Autorin ist etwas anderes wichtiger.

Ilse Pohl hat nach eigener Aussage nicht etwa angefangen zu schreiben, um berühmt zu werden, sondern weil sie sich mitteilen und etwas in den Menschen bewegen wollte. In ihren Büchern beschäftigt sie sich mit der Welt, mit Menschen und mit sich selbst. An einem Punkt im Leben, an dem zu viele Menschen ihr Ziel als erreicht und ihren Lebensweg als nahezu beendet erachten, hat sie eine neue Richtung eingeschlagen, sicher nicht ohne Hindernisse und Opfer, aber mit dem Ziel, das eigene Leben noch weiter mit Bedeutung zu füllen.

Ob man seine Ziele immer erreicht, ist zweitrangig. Doch sie sind es, die Menschen in Bewegung halten, die Argumente und der Antrieb für ein aktives und langes Leben. Dafür ist Ilse Pohl ein beeindruckendes Beispiel.



## Pro 8 Mehr Lebensqualität für Menschen mit Demenz



- beschützte Einrichtungen mit zwei Innenhöfen und großzügigen Außenanlagen
- hauseigene Küche
- überwiegend Einzelzimmer mit Tageslichtbädern
- lichtdurchflutete, breite Flure
- aufgrund der besonderen Bauform unendliche Bewegungsfreiheit im Haus und im Außenbereich
- gemeinschaftliche Aktivitäten in Gruppenräumen
- individuelles Betreuungskonzept für Menschen mit Demenz
- hoher Fachkraftanteil bei den Pflegemitarbeitern
- Kurzzeitpflege möglich ...

Sie möchten mehr über unser Pflege- und Betreuungskonzept wissen? Rufen Sie uns an! Wir freuen uns darauf, Sie kennen zu lernen.

### Pro 8 Würselen

Bardenberger Str. 28  
52146 Würselen  
(Ortsteil Morsbach)

Tel.: 0 24 05 / 47 95 2-0

### Pro 8 Frelenberg

Geilenkirchener Str. 33a  
52531 Übach-Palenberg  
(Ortsteil Frelenberg)

Tel. 0 24 51 / 91 10 6-0

[www.heinrichs-gruppe.de](http://www.heinrichs-gruppe.de)

Sascha Tuchardt



## FUTTERSPENDEN- AKTION AUSGEWEITET

Nach erfolgreichem Start in Aachen wird die Spendenaktion „Tischlein-Deck-Dich“ des Tierschutzvereins ausgeweitet auf Eschweiler, Würselen und Stolberg.



Der Tierschutzverein der Städte-Region Aachen bietet seit dem 23.02.2010 die „Tischlein-Deck-Dich“ Aktion für Haustiere an, um hilfsbedürftigen Herrchen und Frauchen unter die Arme zu greifen. Jeden Dienstagmittag zwischen 10 und 13 Uhr können Haustierbesitzer am Willy-Brandt-Platz in Aachen nach Vorlage des Hartz-IV-Bescheids, der Rentenbescheinigung oder des Aachen-Passes Futter für ihre Tiere erhalten. (Wir berichteten in Senio, Ausgabe April 2010.) Seit einigen Wochen läuft diese Aktion so erfolgreich, dass sie seit dem 23. April auf Eschweiler, Würselen und Stolberg ausgeweitet wurde. Alle zwei Wochen können freitags in Eschweiler (ab 12 Uhr auf dem Marktplatz), in Würselen (ab 10 Uhr auf dem Morlaixplatz) und Stolberg (ab 14 Uhr auf dem Kaiserplatz) Futterspenden entgegengenommen werden. Nächste Termine sind am 07. und 23. Mai.

## AUS UNGEWOHNTER PERSPEKTIVE

Noch bis zum 23. Mai 2010 beleuchtet die Ausstellung „PflegerKunst“ im „DASA“ in Dortmund die Situation pflegebedürftiger und pflegender Menschen aus künstlerischer Sicht.



Johannes Vogl, PAZIMO, 2004

Pflege bedeutet für viele Menschen Alltag: Über zwei Millionen Menschen sind in Deutschland bereits heute pflegebedürftig und über vier Millionen Menschen arbeiten in Berufen der Alten-, Kranken-, Behinderten- oder Kinderkrankenpflege.

In ihren Gemälden, plastischen Arbeiten, Objekten, Fotos und Videos beleuchten die an der Ausstellung teilnehmenden 55 Künstlerinnen und Künstler alltägliche Pflegesituationen. Einige zeigen den Alltag aus Sicht der Pflegebedürftigen, andere den Einsatz der Pflegenden. Viele der Künstler haben selbst einen Bezug zur Pflege und lassen ihre persönlichen Erfahrungen in ihre Werke einfließen.

Ziel der vom DRK initiierten Wanderausstellung ist es, die Öffentlichkeit für das Thema „Pflege“ zu sensibilisieren. Die Besucher erwartet eine Ausstellung, die Emotionen weckt, Ergriffenheit erzeugt, überrascht und anregt.

„PflegerKunst“ kann dienstags bis samstags von 9 - 17 Uhr und sonntags von 10 - 17 Uhr besucht werden. Die Ausstellung ist barrierefrei zugänglich, der Eintritt beträgt 3 €.

### DASA - Deutsche Arbeitsschutzausstellung

Friedrich-Henkel-Weg 1-25

44149 Dortmund

Tel.: 02 31 90 71-24 79

E-Mail: [besucherdienst-dasa@baua.bund.de](mailto:besucherdienst-dasa@baua.bund.de)

[www.dasa-dortmund.de](http://www.dasa-dortmund.de)

### Sanitätsshop



#### Öffnungszeiten:

Mo - Fr 9.00-18.00 Uhr

Sa 9.00-13.00 Uhr

Fitnessprodukte, Inkontenzprodukte  
Pflegeprodukte, Blutdruckmessgeräte  
Brustprothetik, Gehhilfen, Greifhilfen  
Kompressionsstrümpfe, Bandagen  
Blutzuckermessgeräte, Pflegehilfsmittel  
und vieles mehr.



**BB medica**

medizinische Vertriebs- und Ingenieurgesellschaft mbH

Jakobstraße / Ecke Löhergraben

D-52064 Aachen

Telefon (0241) 4018515

Telefax (0241) 4018516

## ZEIT SCHENKEN

*Immer wieder fragen die Enkel zu Großvaters Geburtstag, was er sich denn als Geschenk wünscht, denn sie haben meistens keine Idee. Der Opa hat eigentlich alles!*

Auch kann man ihm kein Verlegenheitsgeschenk machen wie Süßigkeiten, weil er Diabetiker ist, oder ein Buch, weil er nicht mehr so gut lesen kann, oder eine Theater- oder Konzertkarte, weil er nicht mehr lange laufen kann. Auch der Großvater weiß auf diese Frage oft keine Antwort.

Aber es gibt ein sehr gutes Geschenk, nämlich: Zeit. Die Enkel schenken ihm einen Nachmittag. Sie besuchen ihn, organisieren den Nachmittagskaffee, machen mit ihm Spiele, die der Opa



gern hat, und unterhalten sich mit ihm. Das Gesprächsthema sollte sein Leben sein. Wie war eigentlich seine eigene Kindheit, seine Jugend, wie hat er seine Frau kennen gelernt, was hat er in seinem Beruf erlebt usw.

Für den Großvater ist ein solches Geschenk in seiner Situation das schönste Geburtstagsgeschenk. Er ist dabei sehr glücklich, weil er an die alten Zeiten

erinnert wird und darüber seinen Enkeln berichten kann. Für den Großvater gibt ein solcher Nachmittag einen neuen Auftrieb zum Leben, er kommt seinen früheren Aktivitäten nah. Die Enkel erleben einen sehr aufgeräumten Opa, wie sie es schon lange nicht mehr erlebt haben. Dieses Geschenk hat noch Nachwirkungen für die nächste Zeit. Der Großvater ist dadurch vielleicht aus einer schon eingetretenen Lethargie herausgerissen worden und fühlt sich zu neuen Zielen angeregt.

Zeit ist in der heutigen Gesellschaft ein kostbares Geschenk. Zeit einem anderen Menschen zu schenken wirkt auch auf den Schenkenden zurück und beide fühlen sich glücklich. Besonders der Opa (oder die Oma) wird für dieses Geschenk sehr dankbar sein.

Dieter H. K. Starke



## Schmuck verkaufen

*Der Goldpreis ist zurzeit sehr hoch, und so gibt es Geschäfte, die in der Tageszeitung ankündigen, Altgold und Schmuck aufzukaufen. Zu Höchstpreisen! Auch Freundin Annegret dachte sich, nachdem sie eine solche Annonce gelesen hatte: Tolle Sache, was soll ich mit dem alten Zaster?*

Die Töchter werden ihn nicht tragen und höher steigt der Goldpreis sicher nicht mehr. Also weg damit, bevor sich Diebe seiner ermächtigen können.

Im Geschäft wird allerdings all das, was Annegret so im Laufe ihres Lebens an Schmuck angesammelt hatte, mitleidig belächelt. Das trägt heute kein Mensch mehr, wird ihr kundgetan, und außerdem, die Granatsteinchen im Ring, die Saphirsplitter in der Kette, das sei für den Goldankauf höchst überflüssig und könne nicht bewertet werden. Aber, wagt Annegret einzuwenden, sie schreiben doch, dass auch wieder verwertbarer Schmuck aufgekauft wird. Ja, aufkaufen wird man ihn, aber für die Steine wird nichts bezahlt.



Seufzend lässt Annegret, nun sie schon einmal hier ist, ihre mitgebrachten Wertsachen überprüfen. Dabei geht einiges für den Kunden höchst undurchsichtig vor. Der Schmuck wird zuerst einmal auf seine Echtheit überprüft, das ist nachzuvollziehen. Dann wird er sortiert nach seinen Stempeln: Handelt es sich um 333er, 595er oder 750er Gold? Auch das ist in Ordnung. Dann kommt das Geschmeide im wahrsten Sinne des Wortes auf die Goldwaage. Aber die steht so, dass der potentielle Verkäufer sie nicht einsehen kann. Wenn er also verkaufen will, ist er zur Gutgläubigkeit gezwungen. Zahlen werden aufgeschrieben und addiert.

Annegret würde gerne wissen, welchen Wert die einzelnen Teile haben, um evtl. in einem anderen Geschäft zu erkunden, ob sie dort die gleichen Preise erzielen kann. Aber nun wird die Fachkraft auf der anderen Seite der Theke leicht ungehalten. Nein, sie kann keine Einzelpreise nennen und für die Kundin aufschreiben schon gar nicht. Der Goldpreis könnte ja morgen wieder fallen, dann wären die Angaben hinfällig. Also will die Kundin nun verkaufen oder nicht?

Wer sich nun entscheidet, sich von dem „ganzen Krempel“ zu trennen, sollte es sich gut überlegen. Kommen Zuhause Zweifel und will man am nächsten Tag den Kauf rückgängig machen, so ist im Geschäft ein ungläubiges Lächeln die Antwort. Zurückkaufen geht nicht! Einmal verkauft bleibt verkauft. Die Pretiosen sind gestern schon per Schnellpaket zur „Schmelze“ geschickt worden. Wie jeden Tag, das ist in dem Gewerbe Usus. Wie gesagt, der Goldpreis steigt manchmal, mal fällt er, da muss rasch gehandelt werden.

Und was ist mit den Steinen und Perlen? Die sind längst vom Hammer zerdeppert worden. Die waren eh nichts mehr wert.

Inge Gerdorn



## An den toten Hermann



Es ist schon ein ganzes Jahr her, dass wir uns von Dir verabschieden mussten. Die Erinnerung ist noch sehr lebendig.

Es gab nichts mehr von Dir, nur etwas Asche in einer Urne. Ein Bild von Dir stand auf einer Staffelei. Du trugst noch Haar und Bart und den roten Pullover, den wir bei unserem jährlichen Treffen im Oktober öfter gesehen haben. Freundlich sahst Du aus. Ein schwarzes Band war an Deinem Bild befestigt.

Deine Frau, Deine Tochter, Deine Nachbarn, Deine Gartenfreunde, der Fritz und ich gehörten zu den Trauergästen.

Deine Frau hatte einen Redner bestellt. Es ist sein Beruf, traurige Reden zu halten.

Du warst ja kein Kind von Schermut und vielleicht war der Mann froh, ein paar nette Ereignisse aus Deinem Leben zu erfahren.

Als er sich über die Urne beugte, um mit Dir ein Gespräch zu führen, fand ich das wenig geschickt. Von seinen Worten an die Anwesenden fühlte ich mich nicht angesprochen.

Ich meine, dieser Mensch hat nicht begriffen, warum Du darauf bestanden hast, anonym beerdigt zu werden. Dein Credo war doch, dass Du wieder in das Nichts zurückkehren wolltest, aus dem Du gekommen bist. Du warst konsequent in Deinen Ansichten.

Mit der Diagnose Krebs in Lunge und Leber wusstest Du, wie wir alle, dass es keine Rettung mehr geben konnte. Und doch hast Du nie gemurmelt, wenn wir miteinander telefonierten. Es hörte sich eher so an, als wolltest Du mich trösten, und ich sollte mir nicht so viele Gedanken machen.

Als Deine Frau mir gesagt hatte, Du wärest im Hospiz, habe ich damals mit allen telefoniert, mit dem Fritz, dem Heini und dem Uli. Wir alle hofften, dass Dein Leben bald zu Ende sei und Du vor zuviel Schmerzen bewahrt bliebest. Du hast es geschafft.

Deine Familie wird das, was man den Geist eines Menschen nennt, bewahren und so bleibst Du ein Teil ihres Lebens, nicht in körperlicher Anwesenheit, wieso auch. Es wird Fragen geben, wo man Dich zu Rate zieht mit „was würde der Hermann dazu sagen?“

Mit Deinem Tod ist auch der Rest unserer ehemaligen Jugendgruppe auseinander gefallen. Die von dir organisierten Fahrten wird



## GEDICHT DES MONATS

*Rosen in dem Maien  
Und der Liebe Fest!  
Schwalben und die Lieben  
Bauen sich ihr Nest.*

*Maienrosen, Lieder,  
Schwalben, Liebe gar!  
Und ich werde wieder  
Jung im grauen Haar.*

Adelbert von Chamisso (1781-1838)

es nicht mehr geben. Es gibt welche von uns, die können nicht mehr und welche, die wollen nicht mehr. Eigentlich schade, aber alles hat nun mal ein Ende, wie wir sehen mussten.

Das wollte ich Dir, auch nach einem Jahr, noch schreiben und je mehr ich schreibe, je betrübter werde ich, dass es Dich nicht mehr gibt. Ich muss Schluss machen.

*Tschüss dann, Erwin*

Erwin Bausdorf



### Des Bäckers Ende...



Der Frisörsalon, eine verlässliche Quelle aller Neuigkeiten, ist seit drei Monaten geschlossen. Nicht nur die Frauen leiden sichtlich unter dem Mangel an Informationen.

### Entschuldigung zu meinem Artikel „Des Bäckers Ende...“ in Senio, Ausgabe 28, Seite 31

Es kann überhaupt keine Rede davon sein, dass die Bäckerei in Hanbruch geschlossen werden soll. Der Artikel sollte diesem im Ortsteil herumgeisternden Gerücht gerade entgegentreten.

Alle Menschen, die hier wohnen, sind froh und dankbar, dass die junge Frau, die das Geschäft führt, hoffentlich noch lange hier bleibt. Es wäre vielen Leuten recht, wenn das Angebot ausgeweitet würde, denn wir wissen nur zu gut, wie umständlich es ist, besonders für ältere Menschen, sich mit den erforderlichen Lebensmitteln zu versorgen.

Sollte es Irritationen gegeben haben, so waren diese nicht beabsichtigt. Meine Frau und ich werden jedenfalls die Dienste „unserer“ Bäckerei weiterhin in Anspruch nehmen.

Mai 2010, Erwin Bausdorf

### 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

# Ein letzter Kaffee



Das Zimmer irritiert mich. Wenn ich durch die großen Fenster, die man nicht öffnen kann, hinauschaue, gibt es irgendwo einen Innenhof, aber hier vom 9. Stock sieht man viel mehr von den Gebäuden gegenüber, zur Linken und zur Rechten. Alles gleicht sich. Außenfassade, Flure, Zimmer. Man hat groß gebaut, Effektivität und optimale Ausnutzung sind das Wichtigste. Der einzige Unterschied sind die verschiedenen Farben, die man sieht. Damit soll das Auffinden der einzelnen Stationen und Zimmer erleichtert werden. Trotzdem verlaufe ich mich jedes Mal und beim Verlassen brauche ich mehrere Anläufe und Aufzüge, um den Ausgang zu finden.

BEERDIGUNGSINSTITUT  
August TONOLO oHG

1877



BÜCHEL 12 (am Markt) · 52062 AACHEN  
Tel. (0241) 3 06 55 · Telefax (0241) 40 21 44  
E-Mail: [bestattungen.tonolo@t-online.de](mailto:bestattungen.tonolo@t-online.de)  
Internet: [www.tonolo-bestattungen.de](http://www.tonolo-bestattungen.de)

Hier tritt also ein Mensch, wenn es die Umstände so wollen, seinen letzten Weg an.

Man kann es sich nicht immer aussuchen. Aber, wenn ich den Schwestern zuschauen mit welcher herzlichen, ehrlichen Zuwendung sie versuchen, dich in eine andere Lage zu bringen, das Kopfkissen und die Decke neu zurechtlegen, damit es etwas bequemer für dich wird, bin ich sicher, dass ein würdiges Sterben auch hier möglich ist.

Über deinem Bett hängt ein kleines Glasgefäß mit einer klaren Flüssigkeit an der Wand, von dem ein metallener Anschluss in die Mauer geht. Es brodeln und blubbert. Sauerstoff. Ein durchsichtiger, dünner Schlauch führt um deinen Kopf herum und wird zu beiden Seiten an die Nase geleitet und zwei kleine Öffnungen geben diesen Sauerstoff ab, damit das Atmen leichter fällt.

In der Nacht hing noch eine Flasche an einem Ständer und man versuchte, über eine Vene Flüssigkeit zuzuführen, aber die produzierte nur eine dicke Blase an deinem Arm. Da geht nichts mehr durch, sie sind einfach verbraucht, alt und spröde. Die Infusion ist weg. Gut, dass man eine Patientenverfügung verfassen kann. Irgendwann wird auch der bestgemeinte technische und medizinische Aufwand zur Tortur. Dann geht die Würde vor. Die Ärzte haben dies erkannt und handeln danach. Es ist ruhig und man hört nur das Blubbern. In der Nacht warst du noch unruhig, aber jetzt, vielleicht auch wegen der schmerzlindernden Medikamente, bist du ruhig. Die Augen sind zu. Wenn wir mit dir sprechen, dich streicheln, wissen wir nicht, ob du es noch wahrnimmst. Vor ein paar Stunden war es klar, da hast du noch reagiert. Zwar blieben die Augen geschlossen und du konntest nicht sprechen. Aber, je nachdem was wir sagten, reagierst du. Hast auch gemerkt, wer da war oder von wem gesprochen wurde. Ab und zu rutschte der Sauerstoffschlauch aus der Nase. Wenn die Schwestern ihn wieder anlegen wollten, wurdest du unwirsch, doch wenn wir es machten, ließest du es geschehen.

Die letzten Wochen hatten es uns gezeigt, du wolltest nicht mehr. Nicht trinken, nicht essen. Klar, jeder, der dich besuchte, sagte als erstes: „Du musst trinken!“ Dann hast du am Glas genippt, das war's. 90 Jahre – eine lange Zeit. Was hast du alles erlebt, persönlich, aber auch an Entwicklung in der Welt! Vor allem der 2. Weltkrieg hat bei eurer Generation unauslöschliche Spuren hinterlassen. Eine verlorene Jugend und dann der Anfang mit null. Deshalb können die Älteren auch nichts wegwerfen, es kann ja noch zu was nützlich sein. Bei dir in der Küche wurde auch nichts, was übrig blieb, entsorgt. Nein, man konnte es irgendwie weiterverwenden. Das was heute in Mülleimern landet, davon haben sich zu eurer Zeit



ganze Familien ernährt. Dein Zimmer im Seniorenheim zeugt von dieser Mentalität. Du hast alles verwahrt. Aus Stoffresten und übrig gebliebenen Garnen hast du mal eben eine farbenfrohe, mit Blumen oder anderen Motiven bestickte, kleine Platzdecke in unnachahmlicher Handarbeitsqualität gezaubert. Nicht umsonst steht in deinem Zeugnisheft ab 1929 durchgängig unter der Rubrik Handarbeit: „sehr gut“.

Es ist ruhig im Zimmer, von außen dringen fast keine Geräusche herein. Die anderen sind gegangen und nun sind wir bei dir, sitzen an dem kleinen Besuchertisch. Einige Zeitschriften liegen darauf. Wir richten uns auf einige Stunden ein. Am Abend kommt sozusagen die Ablösung. Du hast drei Kinder, Schwiegerkinder, Enkel, Ur- und Urenkel, eine große Familie. Bei allen bist du zu Hause und jetzt machen sie sich Sorgen.

Vor zwei Tagen wurdest du eingeliefert und schon nach kurzer Zeit sah der Arzt, dass der Lebensweg zu Ende geht. Zwei bis drei Tage, meinte er. Man rechnete immer damit, aber wenn es kommt, dann ist es doch vollkommen überraschend und man will es noch nicht akzeptieren.

2500 km waren wir von dir weg und sind froh und glücklich, es noch geschafft zu haben, dich in diesen Stunden begleiten zu dürfen. Die Schwester hat uns eine Kanne Kaffee gebracht. Der Duft zieht durch das Zimmer. Auf einem Teller liegen zwei Plätzchen. Eigentlich wie immer. Du hast gerne gebacken und nachmittags zum Kaffee hattest du die Küche immer voll. Viele Jahre war der Freitag der Tag, an dem wir uns alle bei dir in der Küche trafen. Neben deinen vielen sonstigen Aktivitäten hattest du immer gerne Gäste. Du hattest nie ein Problem, mit wildfremden Menschen Kontakt aufzunehmen und angeregte Gespräche zu führen. So manche Verbindung fürs Leben ist dadurch entstanden. Immer in Aktion. Ruhen und Nichtstun, das gab es nicht für dich. Dein Körper hat in den letzten Monaten gezeigt, dass er nicht mehr kann und will. Vielleicht wolltest du es anfänglich nicht akzeptieren. Du hast nicht darüber gesprochen. Aber als du aufhörtest zu trinken und zu essen, war es klar. Du wolltest gehen. Nun kannst du es hier in diesem Zimmer, ohne Schmerzen und ohne langwierige, unwürdige Quälereien überstehen zu müssen. Plötzlich sehen wir es, die Haut wird gelblich und dann wendest du deinen Kopf ein wenig zu uns - oder zum Fenster? Deine Hände greifen ineinander, die Knöchel treten hervor und dein Gesicht verzieht sich ein wenig, als ob man eine kraftvolle Anstrengung zu machen hat. Es ist ja auch ein großer Schritt vom Leben in die Erinnerung.

Das Zimmer irritiert mich nicht mehr. Wir waren bei dir - und trinken in Ruhe den letzten Kaffee.

*Der Autor möchte ungenannt bleiben.*



## VERLUST UND TRAUER IN DER HÄUSLICHEN PFLEGE

Wer die Worte „Verlust“ und „Trauer“ hört, denkt meist an Sterben und Tod. Dabei wird übersehen, dass es gerade im Bereich der Pflege von Angehörigen viele weitere Verluste gibt.

Krankheiten und Alterungsprozesse führen zu einer Reihe von Abschieden: dem Pflegebedürftigen gehen neben der Selbständigkeit konkrete Fähigkeiten verloren; ein Partner hat sich aufgrund seiner Erkrankung verändert und ist nicht mehr „er selbst“; wir müssen Abschied nehmen von Plänen, die wir gemeinsam für den Lebensabend geschmiedet hatten; vielleicht muss ich Hobbys aufgeben, weil neben der Betreuung und den „normalen“ Verpflichtungen keine Zeit bleibt; Freunde und Bekannte ziehen sich zurück, weil sie mit der Situation nicht umgehen können; ich muss meine Berufstätigkeit einschränken, weil ich mich um meinen Angehörigen kümmern will; dies wiederum zieht finanzielle Einschränkungen nach sich, etc.

Betroffen von solch vielfältigen Abschieden und Verlusten sind der pflegebedürftige Mensch, sowie Angehörige und enge Freunde.

Jeder Verlust geht mit Trauer einher, selbst wenn wir diese Trauer nicht bewusst wahrnehmen. Trauer ist die natürliche Reaktion des Menschen auf

Abschied und Verlust. Jedes Gefühl, das zur Trauer gehört (Schmerz, Tränen, Verzweiflung, Einsamkeit, aber auch Wut und Zorn), ist wesentlicher Bestandteil eines Anpassungsprozesses. Diese Gefühle wollen uns dabei helfen, uns an die neuen Bedingungen nach einem Verlust anzupassen. Wird Trauer unterdrückt, kann sie auf Dauer krank machen.

Zur vermeintlichen Schonung des Anderen wird oft über eigene Empfindungen geschwiegen. Auf lange Sicht ist das nicht hilfreich. Für alle Beteiligten wäre es von Vorteil, „schwierige“ Gefühle wahrzunehmen und in geeigneter Form zuzulassen. Hier gibt es viele Wege. Es gilt, für sich selber herauszufinden, was gut tut: ein Gespräch kann helfen, sei dies mit Freunden, Angehörigen oder mit professionellen Helfenden, aber Gefühle können auch Ausdruck finden beim (Tagebuch-) Schreiben, beim Malen, Tanzen, Sport treiben und vielem mehr.

Suchen Sie das für Sie Geeignete und holen Sie sich gegebenenfalls Unterstützung, damit Sie das Wesentliche so lange wie möglich tun können: für Ihren pflegebedürftigen Angehörigen mit Liebe und Respekt da zu sein.

**Marianne Huppenbauer**  
Krankenschwester / Trauerbegleiterin





### WAS HEISST GENERATIONENFREUNDLICH?

Trägt ein Geschäft das Qualitätszeichen, dann kann der Kunde sich darauf verlassen, dass...

- er dort sicher und bequem einkaufen kann
- der Zugang zum Geschäft barrierearm ist
- das Geschäft gut ausgeleuchtet ist
- er rutschfeste Böden vorfindet
- mögliche Gefahrenstellen ausreichend markiert sind
- die Gänge breit und nicht verstellt sind
- er dort eine Sitzgelegenheit zum Ausruhen vorfindet
- Beratung und Ausschilderung von hinreichender Qualität sind
- die Preise und alle Auszeichnungen gut lesbar sind

Ziel der Auszeichnung ist es, eine Orientierungshilfe für Verbraucherinnen und Verbraucher zu schaffen, die durch das Zertifikat und Aufkleber an Ladenscheiben und Eingangstüren für jeden sichtbar wird. Darüber hinaus gibt es auf der Internetseite „[www.generationenfreundliches-einkaufen.de](http://www.generationenfreundliches-einkaufen.de)“ eine öffentlich zugängliche Datenbank, in der alle bereits ausgezeichneten Einzelhändler aufgelistet sind.

# Ausgezeichnet ✓ Generationenfreundlich

## Mehr Komfort beim Einkauf

*Ganz gleich, ob für Eltern mit Kinderwagen, Menschen im Rollstuhl oder Seniorinnen und Senioren: Der alltägliche Einkauf sollte für alle Kundinnen und Kunden unbeschwerlich und barrierearm möglich sein. Deshalb rückt der Handelsverband Deutschland (HDE) gemeinsam mit Partnern wie der Initiative „Wirtschaftsfaktor Alter“ das Thema Generationenfreundlichkeit in den Fokus.*

Am 25. März gaben Bundesfamilienministerin Kristina Schröder und Handelspräsident Josef Sanktjohanser in Berlin den Startschuss für das neue bundesweite Qualitätszeichen „Generationenfreundliches Einkaufen“. Als erstes Geschäft Deutschlands erhielt die Galeria Kaufhof am Berliner Alexanderplatz das Qualitätszeichen nach einer umfangreichen Prüfung. Mit diesem neuen Qualitätszeichen „Generationenfreundliches Einkaufen“ können Einzelhändler in ganz Deutschland ausgezeichnet werden. Anhand von eigens für dieses Verfahren entwickelten Kriterien prüfen Testerinnen und Tester vor allem Leistungsangebote, Zugangsmöglichkeiten, Ausstattung der Geschäftsräume sowie das Serviceverhalten von Einzelhändlern. Wird der Test mit ausreichender Punktzahl bestanden, wird das Qualitätszeichen für drei Jahre verliehen. Danach ist eine erneute Prüfung notwendig. Die erfolgreich geprüften Einzelhändler erhalten ein Zertifikat. Diese Auszeichnung dürfen sie zudem mit einem Aufkleber an der Eingangstür gegenüber den Kundinnen und Kunden sichtbar machen. Der HDE will mit diesem Zeichen bewusst auf Veränderungen der gesellschaftlichen Trends und auf die Ansprüche reagieren, die die Kunden an den Handel stellen.



**Dr. Kristina Schröder**,  
Bundesministerin für  
Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend und  
Schirmherrin des Qualitätszeichens: „Die Gesellschaft in Deutschland

verändert sich und mit ihr die Wünsche und Bedürfnisse der Menschen. Mit dem Handel ist jeder und jede von uns fast täglich konfrontiert. Daher schätzen wir – ganz gleich ob jung oder alt – Kundenfreundlichkeit und Serviceangebote, die den Einkauf erleichtern. Für Einzelhändler ist das Qualitätszeichen ein wichtiges Instrument, um nicht nur auf Generationen-, sondern vor allem auch auf Kundenfreundlichkeit hinzuweisen und sich so von Mitbewerbern abzusetzen.“



**Josef Sanktjohanser**,  
Präsident des Handelsverbands  
Deutschland (HDE) - Der Einzelhandel: „Als Interessenvertretung wollen wir mit dem Qualitätszeichen

„Generationenfreundliches Einkaufen“ ein deutliches Zeichen setzen. Wir wollen sowohl bei den Geschäftsleuten als auch bei den Kundinnen und Kunden die Aufmerksamkeit auf die Veränderungen unserer Gesellschaft lenken. Wir setzen darauf, dass möglichst viele Einzelhändler in unserem Land mitmachen. Denn wir sind überzeugt, dass sie davon profitieren.“



### Informationen für Einzelhändler

Die Menschen werden immer älter. Damit wächst zwangsläufig auch die Zahl derer, die auf Geh- und Sehhilfen angewiesen sind und die Sitzgelegenheiten und Ruhezonen schätzen. Aber auch wer nur vorübergehend auf Krücken oder andere Hilfsmittel angewiesen ist, wer mit Kinderwagen unterwegs ist, schätzt Geräumigkeit und Bequemlichkeit. Das klingt selbstverständlich, doch noch all zu oft entsprechen viele Geschäfte diesen Anforderungen nicht. Guter Service ist aber für alle Generationen ein Plus! Nutzen Sie deshalb den Wettbewerbsvorteil als generationenfreundliches Geschäft. Tun Sie Gutes für Ihre Kunden und erschließen Sie neue Umsatzpotenziale.

### In fünf Schritten zum Qualitätszeichen

1. Machen Sie im Internet den Schnelltest zur Generationenfreundlichkeit Ihres Geschäfts.
2. Informieren Sie sich über das Verfahren und die Kosten bei Ihrem Einzelhandelsverband.
3. Melden Sie sich zur Zertifizierung an.
4. Lassen Sie sich zertifizieren.
5. Bei erfolgreicher Zertifizierung erhalten Sie das Qualitätszeichen in Form eines Zertifikats und Aufklebers – ab jetzt sind Sie offiziell generationenfreundlich!

### Überprüft werden die Kategorien:

- Erreichbarkeit des Geschäfts
- Mitarbeiter / Servicequalität
- Eingang zum Geschäft
- Ladengestaltung
- Sortimentsgestaltung
- Service
- Kasse

### Was kostet es Unternehmen, wenn sie das Qualitätszeichen erwerben wollen?

Der HDE hat seinen Mitgliedsverbänden eine Empfehlung an die Hand gegeben, wie viel die Zertifizierung eines Geschäfts kosten soll. Nach der Größe des Ladenlokals ergibt sich eine Staffelung der Preise. Schließlich soll das Verfahren für die Verbände kostendeckend sein. Für die Testerinnen und Tester sind eine Aufwandsentschädigung sowie die Erstattung von Reisekosten vorgesehen. Weil die Verbände das Verfahren vor Ort steuern und die jeweiligen Gegebenheiten am besten kennen, sind sie jedoch frei, von der HDE-Empfehlung ggf. abzuweichen. Teurer darf es für die Unternehmen aber nicht werden.



## SCHNELLTEST

### Wie generationenfreundlich ist Ihr Geschäft?

- Ist der Eingangsbereich Ihres Geschäfts leicht zugänglich? - d.h. Eingangstüren sind mindestens 210 cm hoch und mind. 90 cm breit, bei Treppen ist eine (mobile) Rampe vorhanden o. persönliche Hilfe gegeben
- Bieten die Hauptgänge zwischen den Regalen genug Platz für beispielsweise Rollatoren oder Kinderwagen? - d.h. Breite der Hauptgänge mind. 90 cm, Wendebereich mind. 120 cm zu Regalen und Warenaufstellern
- Können Ihre Kunden einzelne Warenbereiche leicht finden? - durch eindeutige und gut lesbare Beschilderung/kontrastreiche Beschilderung bzw. Piktogramme
- Ist die Preisauszeichnung Ihrer Artikel gut lesbar? - d.h. mind. Schriftgröße 11pt, kontrastreich
- Haben Kunden bei Fragen und Anmerkungen eine Anlaufstelle in Ihrem Geschäft? - d.h. persönliches Gespräch, Meinungsbögen, Meckerkasten, Beschwerdestelle, Internet
- Sind für Ihre Kunden Ablageflächen an den Kassen vorhanden? - z.B. für Taschen, zum Einpacken der Ware
- Haben Sie für Ihre Kunden Sitz- oder Ruhemöglichkeiten? - optimal mit höherer Sitzposition und zusätzlichen Armlehnen
- Bieten Sie einen Hol-, Bring-, Bestell- oder Lieferservice an? - d.h. mind. eines davon ist vorhanden
- Stehen Ihren Kunden Toiletten zur Verfügung?
- Können Ihre Kunden bei Ihnen etwas trinken? - z.B. Kaffee oder es gibt einen Getränkespender

# BABYSITTING



Der Kleine, der eben noch satt und zufrieden in seinem Bettchen schlief, verzieht das Gesichtchen, bekommt einen knallroten Kopf, legt die Stirn in Falten, öffnet den Mund und es geht los. Es ist fast so, als habe er vorher noch einmal tief Luft geholt, um genug Kraft zu haben, ein ausdauerndes Geschrei von sich zu geben.

Das Geschrei ist herzerweichend. Alles Elend dieser Welt liegt in diesem Kindergeschrei.

Ich kann es nicht ertragen, nehme das schreiende Baby aus seinem Bettchen und wiege es hin und her. Das gefällt ihm. Das Geschrei verstummt so plötzlich, wie es begonnen hatte. Das rechte Händchen findet durch Zufall den Weg zum Mund, und der Zeigefinger wird begierig abgelutscht. Intensive Sauggeräusche sind zu hören. Der Kleine schließt genießerisch die Augen. Er ist wieder eingeschlafen.

Ich überlege, was nun besser ist für ihn. Soll ich ihn weiter auf dem Arm tragen oder ihn ins Bettchen legen? Ich entschieße mich für die letztere

Variante, von wegen der gesünderen Lage. Vorsichtig, wie eine hochexplosive Granate lege ich ihn hin.

Als ich gerade aufatmend zu meinem Buch zurückkehren will, geht das Geschrei erneut los. Also wird nichts daraus, relaxt im Sessel zu sitzen. Die Pflicht ruft!

Ich habe versprochen, auf das einen Monat alte Baby aufzupassen, solange die Mutter wichtige Telefonate zu erledigen hat. Und sie soll doch nicht denken, ich könnte ihren Sohn nicht beruhigen. Also nehme ich das Baby wieder auf den Arm. Das Gebrüll hält diesmal an. Ich wiege den Kleinen hin und her. Er hört nicht auf zu weinen.

Ich gehe mit ihm auf und ab, singe alles, was mir spontan einfällt, vom Fuchs, der die Gans gestohlen hat, vom Männlein, das im Walde steht, vom Mond, der aufgegangen ist – obschon wir noch nicht Mittag haben – und sonst noch allerlei. Aber diesmal lässt sich der Kleine nicht beruhigen.

Ich fange an, singend durch das Zimmer zu tanzen. Damit scheine ich den richtigen Nerv getroffen zu haben. Das Geschrei verstummt. Das Gesichtchen entspannt sich. Erst blicken mich wache Augen groß an, dann allmählich, ganz allmählich fallen sie zu. Das Baby ist wieder eingeschlafen.

Jetzt riskiere ich es nicht mehr, den Schlafenden ins Bettchen zu legen, sondern trage ihn weiter durch's Zimmer, leise singend und langsam tanzend. Dabei gehen mir die Lieder aus.

Wenn ich aber innehalte, öffnet der Schatz seine Augen. Doch bevor sich sein Mund zum Weinen verzieht, singe und tanze ich weiter. Ich bin inzwischen bei alten Schlagern angekommen: „Wer wird denn weinen, wenn wir auseinander gehen?“ Beim letzten Satz „Man sagt auf Wiedersehen, und denkt sich heimlich bloß,

na endlich bist du wieder ein Verhältnis los“, kommt die junge Mutter ins Zimmer und lacht vorwurfsvoll: „Was bringst du meinem Sohn für Lieder bei?“ Der Zweck heiligt die Mittel, finde ich, und so antworte ich schlicht: „Du siehst, dein Sohn ist wieder zufrieden eingeschlafen.“



## SENIO AUF TENERIFFA

Ursel und Friedhelm gehören zum Senio-Fanclub. Sie freuten sich, als ich mit der Februar- und Märzangabe bei ihnen erschien. Die Märzangabe war sozusagen noch druckfrisch, als sie die Koffer für den Urlaub packten. So kamen die Hefte kurzerhand ins Fluggepäck.

Auf Teneriffa ergab sich manche Mußestunde, um genüsslich in den Magazinen zu blättern. Kaum eine Seite wurde ausgelassen und alle Rätsel gelöst. Natürlich fanden die Frühlingsgeschichten viel Beachtung.

Am letzten Urlaubstag, als die Hefte ordentlich durchgeackert waren, gab es keinen Grund mehr, sie wieder mit in die Heimat zu nehmen. Sie blieben in der Eingangshalle des Hotels liegen. Vielleicht, so dachten Ursel und Friedhelm, werden andere Urlauber kommen und darin lesen und vielleicht hat das Senio Magazin dann seinen Fanclub erweitert...

Inge Gerdom



## FALTENBÜGLER

**GARANTIERT SOFORT  
SICHTBARER ERFOLG**

**ANTIFALTEN- UND ANTIAGING-SYSTEM**

**SCHNELL – SICHER –  
FÜR JEDEN HAUTTYP GEEIGNET**

**BUSINESS  
COACHING  
GÜLSEN BARI**



Tel.: 02131 10 27 99  
Mobil: 0172 715 20 49

[www.glattehaut.biz](http://www.glattehaut.biz)  
[www.bari.gpnworld.com](http://www.bari.gpnworld.com)

# FRÜHSTÜCKEN WIE BEI MUTTERN



*In der Neupforte 24 zwischen Pontstraße und Seilgraben in Aachen liegt etwas versteckt in einer Toreinfahrt ein kleines Frühstückscafé, das selbst vielen Aachenern noch nicht bekannt ist. Es lohnt sich aber, entdeckt zu werden.*

Hinter den alten Mauern haben Helga und Walter Braun ihr kleines Café eingerichtet und bewirten montags bis freitags von 6.30 bis 16.00 Uhr und samstags von 7.30 bis 14.00 Uhr in gemütlicher Atmosphäre ihre Gäste. Hier finden sich alle ein, die hungrig sind oder auch nur auf einen Kaffee im Stehen vorbeischaun. Bei dem Ehepaar Braun sind alle gleich gern gesehen und werden auf liebevolle Art begrüßt und bedient.

Helga Braun (65) suchte nach Beendigung ihres Berufslebens eine geeignete Beschäftigung und berichtet: „Ich hatte schon immer gern mit Menschen zu tun. Im erlernten Beruf und anderen Tätigkeiten war dies immer der Fall. Mein Traum war eine Hotel-Pension an der Mosel. Daraus wurde jedoch wegen des Einspruchs meines Mannes nichts. Als ich vor sechs Jahren das freistehende Lokal in der Neupforte sah, war für mich klar, dass dies mein ‚Kaffeekännchen‘ werden würde. Wegen meiner Sammlung von Kaffeekannen und anderem Porzellan stand der Name für mich fest. Kurz entschlossen habe ich das Lokal gemietet und mit altem Mobiliar eingerichtet. Ich wollte mich von der modernen, oft kahlen Einrichtung anderer Cafés unterscheiden und eine Wohnzimmeratmosphäre schaffen, in der sich die Gäste wie zu Hause und wohlfühlen können.“

In dieser „guten Stube“ treffen sich alle Gesellschaftsschichten. Helga Braun berichtet: „Neben den Müllwerkern, die ihren Pausenkaffee schnell im Stehen trinken, finden sich Angestellte der nahen Krankenkasse oder der Hoch-



schulintitute, Bänker, Ratsmitglieder, Hausfrauen, Rentner und Inhaber der umliegenden Geschäfte. Es wird viel Oecher Platt gesprochen und oft gelacht. Auch melden sich gerne Gruppen aus Karnevals- und Mundartvereinen oder alte Schulfreunde zum Klassentreffen an.“



Die Wirtin und ihr Mann Manfred (60) haben für jeden ein freundliches Wort, sei er nun ein Stammgast oder ein zufällig hereingekommener Passant oder Tourist, jeder ist gleich willkommen. Mit frischen Backwaren aus einer befreundeten Bäckerei und leckeren Belägen wird jeder Gast zufriedengestellt. Und für frisches Speck und Ei stellt sich Helga Braun selbst an den Herd der kleinen Küche. Mittags gibt es je nach Jahreszeit auch eine hausgemachte Suppe oder einen deftigen Eintopf. Tatkräftig

unterstützt wird sie hierbei von ihrem Mann. „Gerne kommen auch Schüler der umliegenden Schulen vorbei, die sich mit Süßigkeiten oder Getränken versorgen“, sagt Helga Braun, und schon kommt ein kleiner Pennäler herein und verlangt nach „sauren Schuhriemen“. Zwei Radsportler bestellen Kaffee und



nehmen in der Toreinfahrt Platz. Der Inhaber des Weinladens gegenüber kommt sich einen Kaffee holen.

„Das Hauptgeschäft ist am frühen Morgen, gegen Mittag wird es etwas ruhiger. Es macht mir nichts aus, schon um 6.30 Uhr zu öffnen, denn ich bin eine



Frühaufsteherin. Ohne mein ‚Kaffeekännchen‘ würde mir etwas fehlen. Ich brauche auch keinen Urlaub, dies hier ist mein Urlaub. Und ich hoffe, dass ich gesund bleibe und das kleine Café, das mir sehr ans Herz gewachsen ist, noch viele Jahre betreiben kann.“

Text und Bilder:  
Josef Römer



## Wer ist sie?

*Helga Braun wurde am 17. Mai 1945 als Helga Blanché in Aachen geboren, erlernte nach dem Besuch der Volksschule Beginenstraße den Beruf der Friseurin und war als Verkäuferin usw. immer in Berufen tätig, in denen sie mit Menschen zu tun hatte. Mit ihrem Mann Manfred, mit dem sie seit 37 Jahren verheiratet ist, betreibt sie seit dem 3. Mai 2004 das Café Kaffeekännchen, Neupforte 24, 52066 Aachen.*



**ABONA24**  
ServiceAgentur

**“24-h Betreuung”  
in Ihrem Zuhause  
schon ab 45€/Tag**

Tel.: 0241-5908912 [www.abona24.de](http://www.abona24.de)

### BRÜCKENRÄTSEL

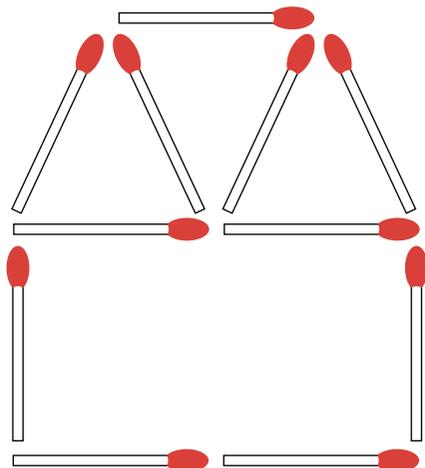
Sie sehen unten drei Spalten. In der mittleren Spalte stehen Platzhalter für die einzelnen Buchstaben, aus denen sich die Wörter zusammensetzen. In jeder Zeile ist die Lücke mit einem Wort zu füllen. Dieses mittlere Wort soll sowohl mit dem Wort davor als auch mit dem Wort dahinter ein neues sinnvolles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



SCHLUSS	WORT	BRÜCKE
POLIZEI	_____	SESSEL
BLÜTEN	_____	MELONE
KOFFER	_____	ZUBEHÖR
BLITZ	_____	REICH
HOCH	_____	BAHN
FENCHEL	_____	KANNE
HALB	_____	STAAT
NACKEN	_____	BAND
STACHEL	_____	FISCH
GROSS	_____	TAG
WELT	_____	KATZE
MITTEL	_____	POKAL
AFFEN	_____	VOLL
SCHADEN	_____	SINN
OBER	_____	PRAXIS
GEIZ	_____	KRAUSE
PLATZ	_____	SCHAUER
GLOCKEN	_____	UHR

### STREICHHOLZ-RÄTSEL

Ein einziges Streichholz soll so umgelegt werden, dass ein Dreieck und drei Vierecke entstehen.



### DER DURCHGESCHÜTTELTE WITZ

Sie müssen erst ein bisschen rätseln, bevor sie lachen können. Tragen Sie die Wörter auf den vorgegebenen Linien ein. Die schon eingesetzten Buchstaben helfen Ihnen dabei.

E\_\_\_\_\_ p\_r\_t\_r\_i\_e\_s\_\_\_\_. „c\_r\_d\_u“, b\_\_\_\_\_,  
 „d\_e\_b\_i\_z\_i\_h\_r\_n\_z\_n\_\_\_\_  
 \_ie\_\_\_\_ au.“ „K\_\_\_\_ u\_\_\_\_“, f\_\_\_\_ i\_\_\_\_, „\_\_\_\_ s\_j\_\_\_\_  
 \_u\_n\_\_\_\_ a\_\_\_\_\_, e\_u\_\_\_\_ k\_\_\_\_!“

Wunder“ – mir - dazwischen, - Ohr – aufhalten – Ehepaar - „Schrei – ja  
 - „das – wieder - kann!“ - sie, - und – es – Ein – faucht – nichts – einen –  
 streitet - „Kein – brummt – zum – was - raus.“ – geht – rein – sich – du –  
 er – bei – nur“ – zum – anderen – es – auch – ist

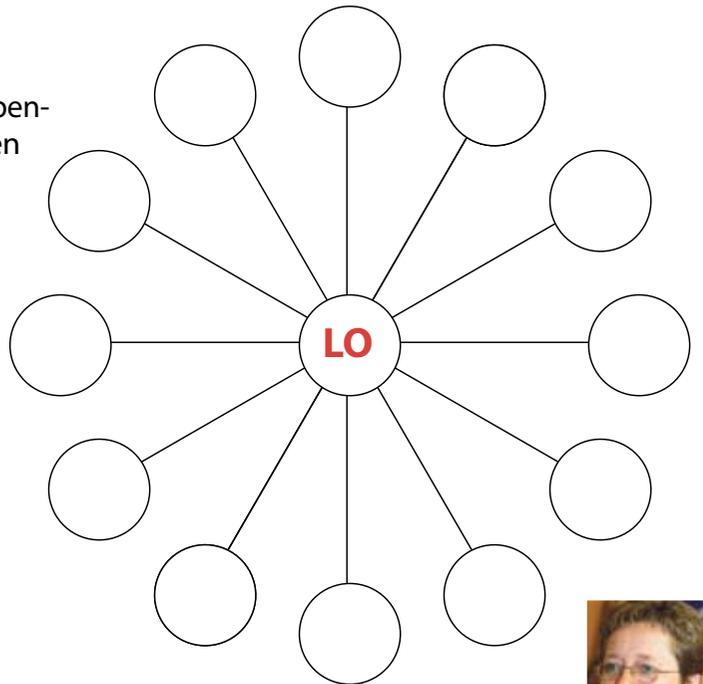
### ZAHLENREIHE

Ersetzen Sie das Fragezeichen durch die richtige Zahl.

- |   |       |       |       |       |    |   |
|---|-------|-------|-------|-------|----|---|
| 4 | 5     | 7     | 10    | 11    | 13 | ? |
|   | a) 14 | b) 15 | c) 16 | d) 17 |    |   |
- |   |       |      |      |       |   |   |
|---|-------|------|------|-------|---|---|
| 8 | 11    | 4    | 6    | 9     | 2 | ? |
|   | a) -3 | b) 4 | c) 8 | d) 11 |   |   |
- |   |       |      |       |       |    |   |
|---|-------|------|-------|-------|----|---|
| 3 | 9     | 4    | 12    | 7     | 21 | ? |
|   | a) 12 | b) 7 | c) 28 | d) 16 |    |   |
- |   |      |       |       |       |    |   |
|---|------|-------|-------|-------|----|---|
| 4 | 8    | 5     | 10    | 7     | 14 | ? |
|   | a) 9 | b) 11 | c) 17 | d) 12 |    |   |

### WÖRTER SUCHEN

Die aufgelisteten Buchstabenpaare sind in die äußeren Kreise einzusetzen. Wenn Sie alles richtig eingesetzt haben, ergeben die Buchstabenpaare über den Mittelkreis gelesen ein sinnvolles Wort. Das Buchstabenpaar in der Mitte bleibt immer gleich.



- |    |    |    |
|----|----|----|
| SS | SA | PP |
| PF | NE | ME |
| KO | GA | ES |
| ER | CK | ME |

Marion Holtorff



**RECHENSPIEL**

Setzen Sie folgende Zahlen so in die leeren Kästchen ein, dass die Gleichungen stimmen: 1, 4, 5, 8, 9, 19, 20, 23 u. 27. Hilfe: Drei Zahlen (Ziffern) sind schon eingefügt (kursiv).

4	x		x	=	180
x	■	x	■	x	■
	x		x	20	= 3680
x	■	x	■	x	■
	x	1	x	=	513
=	■	=	■	=	■
2484	■	40	■	3420	■

**GLASKUGEL**

Frank hat eine durchsichtige Glaskugel mit Maserung gefunden. Er verkauft sie der Murmelkönigin Tina für 50 Cent. An der Begeisterung der Murmelkönigin erfährt er den Wert der Kugel und kauft sie der Tina für 1 Euro wieder ab. Anschließend verkauft er diese Kugel für 1, 50 Euro an seinen Bruder. Später kauft er diese Kugel wieder zurück von seinem Bruder für 2 Euro. Hat er insgesamt Geld gewonnen oder verloren und wie viel?

**MAGISCHES QUADRAT**

Setzen Sie die fünf Zahlen 0, 2, 4, 6, 8 so in die waagerechten, senkrechten Reihen und in die dick umrandeten Gebiete ein, dass jede Zahl nur einmal vorkommt. Einige Zahlen sind schon eingefügt.

		0		
				2
4				
	6		8	

**ZAHLENSPIELEREI**

Welche Zahl passt nicht zu den anderen? Hilfe: Betrachten Sie die einzelnen Zahlen nicht als Zahl, sondern bestehend aus Zahl und Ziffern.

1553	1892	2137	2464	3649
4085	4276	4558	4868	6397

**SANDUHREN**

Im Praktikum zur organischen Chemie soll eine chemische Reaktion 15 min lang kochen. Leider gibt es an dem Arbeitsplatz nur zwei Sanduhren, eine geht bis 7 min und die andere bis 11 min. Wie können Sie mit diesen beiden Uhren 15 min abmessen?

**ENDSPIEL**

Holger hat sich für das Endspiel der Fußball-Europameisterschaft für 80 Euro eine Karte gekauft. Aus Enttäuschung darüber, dass Deutschland nicht im Endspiel ist, verkauft er diese Karte an seinen Freund für 120 Euro. Kurz vor dem Endspiel wird dieser krank und verkauft die Karte wieder an Holger zurück, der sich nun doch entschlossen hatte zum Endspiel zu fahren, für 150 Euro. Vor dem Eingang zum Stadion traf er seinen ehemaligen Fußballtrainer, der noch keine Karte hatte. Aus alter Freundschaft und Mitleid, weil dieser bisher keine Karte bekommen hatte, verkauft er ihm seine Karte für 110 Euro. Hat Holger insgesamt Geld verloren, gewonnen oder ± Null?

**EIN GLEIS AUF DEM BAHNHOF**

Auf der Polizeiwache klingelt das Telefon. Eine Männerstimme sagt: „Auf dem Bahndamm liegt ein Gleis.“ Der Polizist meint: „Da gehört ein Gleis ja auch hin“ und schüttelt den Kopf über diesen Unsinn. Eine Stunde später klingelt wieder das Telefon. Dieselbe Männerstimme von vorher sagt: „Mann ist tot.“ Wie kann man diese Situation erklären?

**FUSSGÄNGERTUNNEL**

Von der Hohenstaufenallee aus gibt es einen Fußgängertunnel zur Reumontschule. Ein Lastwagen muss, um zur Baustelle direkt hinter der Unterführung zu gelangen, diesen Fußgängertunnel benutzen, da es keinen anderen Weg gibt. Die Sperrstäbe für Autos hat er schon herausgezogen, doch nun stellt er leider fest, dass sein LKW 3 cm höher ist als die Tunnelhöhe. Was kann er tun, um durchzukommen?

Dieter H. K. Starke

**PROBANDEN GESUCHT!**

Für eine wissenschaftliche Studie suchen wir Probanden **ab 50 Jahren**

In ca. **2-2½** Stunden sollen Sie:

- einfache Reaktionszeit-Aufgaben ausführen und
- einige Fragebögen ausfüllen

**KEINE PC-Kenntnisse erforderlich!**

Eine Aufwandsentschädigung von **20,- Euro** wird gezahlt.

Bei Interesse bitte melden bei:  
Herrn Dipl.-Psych. Benjamin Schörner

☎ 02407 - 918 980  
✉ schoerner@psytest.net

**PSYTEST** Psychologische Testsysteme

# „LEBEN MIT DEMENZ“ - ALLTAGSHILFEN FÜR ANGEHÖRIGE

Haben Sie schon einmal etwas vergessen? - Ganz bestimmt. Aber für immer mehr Menschen wird das Vergessen zur Krankheit – einer Demenz. Es fehlen nicht nur Augenblicke, sondern im Verlauf der Jahre verblassen die Erinnerungen an vergangene Wochen und Jahre. Auch engste Familienangehörige werden zu Unbekannten und schließlich erkennen sich die Kranken nicht einmal mehr selbst.

Gerade die Betreuung desorientierter alter Menschen stellt eine besonders große Herausforderung für die Pflegenden dar. Immer wieder gilt es schwierige Situationen zu bewältigen, die eigenen Kräfte werden aufgebraucht. Häufig muss das gesamte Umfeld umorganisiert werden. Als pflegender Angehöriger ist man starken Belastungen ausgesetzt und hat viele Fragen.

Diese Fragen laufen auch im Pflegestützpunkt NRW im Haus der StädteRegion Aachen auf. Hier wird gemeinsam mit den Ratsuchenden nach Lösungsmöglichkeiten gesucht und Hinweise für Entlastungsmöglichkeiten gegeben.



*Pflegeberaterin Fr. Anne Urban in einem Beratungsgespräch*

Um über dieses Thema aufzuklären, bietet der Pflegestützpunkt in Kooperation mit dem Seniorenbeirat, den RostaSenioren, dem Koordinationsbüro „Rund ums Alter“ der Stadt Herzogenrath und dem Unterstützungsnetzwerk „Vergissmeinnicht“ der Pfarre St. Josef, Herzogenrath eine Vortragsreihe zum Thema Demenz an.

Ab dem 18. Mai findet an fünf Abenden immer dienstags ab 17 Uhr eine kostenfreie Informationsveranstaltung in den Räumen der Pfarre St. Josef, Josefstr. 6, Herzogenrath-Straß statt.

Den Auftakt macht der Chefarzt der Geriatrie Dr. med. Rudolf Harlacher, der aktuelle Erkenntnisse zur Erkrankung, deren Verlauf und zu Therapiemöglichkeiten vorstellen wird.

Am 25. Mai geht es um Veränderungen der Persönlichkeit, die sich zum Beispiel in der Gesprächsführung zeigen. Hasan Alagün, Mitarbeiter des Demenz-Servicezentrums Region Aachen / Eifel wird Lösungsmöglichkeiten aufzeigen.

Im darauf folgenden Vortrag, am 1. Juni, informiert Yvonne Berg von der Wohnberatung der Verbraucherzentrale NRW, wie man eine Wohnung für Menschen mit Demenz optimal gestaltet. Darüber

hinaus geht sie auf den Umgang mit Gefahrenquellen wie z.B. dem Herd ein. Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige wie stundenweise Betreuung, Gesprächskreise, Tages- und Kurzzeitpflege stellt Anne Urban von der Pflegeberatung der Verbraucherzentrale NRW am 8. Juni vor.

Den Abschluss macht der Fachanwalt Raimund Haack am 15. Juni über das Thema Patientenverfügung und Vollmachten bei Demenz.

Für weitere Informationen, Fragen und eine individuelle kostenfreie Beratung steht das Team der Pflegeberatung im Pflegestützpunkt NRW im Haus der StädteRegion Aachen zur Verfügung.

Sie finden die Pflegeberatung im Haus der StädteRegion, Zollernstr. 10, 4. Etage, Raum 405-407 in 52070 Aachen.

## **Ihre Ansprechpartner sind:**

**Anne Urban** - Pflegeberaterin  
(0241 / 5198 – 5067)

**Stephan Löhmann** - Pflegeberater  
(0241 / 5198 – 5065)

**Horst Wolff** - Pflegeberater  
(0241 / 5198 – 5059)

Ein ausführliches Programm finden Sie im Internet unter:  
[www.pflege-regio-aachen.de](http://www.pflege-regio-aachen.de)

Montag, 10. Mai um 18 Uhr

## **Vortrag »Angehörige pflegen – selber leben«**

Schulungsraum BBmedica  
Neuköllner Straße 2  
Aachen-Hüls

Eintritt frei!

*Marianne Huppenbauer*  
Exam. Krankenschwester · Trauerbegleiterin

Information und Anmeldung

Tel. +49 (0)241 9129032

eMail: [info@marianne-huppenbauer.de](mailto:info@marianne-huppenbauer.de)

# AUSGEZEICHNETE BÜCHERKUNDE

Am 16. November letzten Jahres bekam Ursel Schmidt-Cohnen für ihre ehrenamtliche Arbeit in der Aachener Stadtbibliothek das Bundesverdienstkreuz zugesprochen, am 20. März ist es ihr verliehen worden. Dass die Auszeichnung zum ersten Mal für eine rein kulturelle Tätigkeit vergeben wurde, ist für die Dipl.-Bibliothekarin Ursel Schmidt-Cohnen besonders wichtig, da das kulturelle Ehrenamt in der Öffentlichkeit immer noch zu wenig Aufmerksamkeit erhält. Die Verleihung des Verdienstkreuzes nutzte sie dementsprechend, um auf diesen Bereich der ehrenamtlichen Arbeit aufmerksam zu machen.



Seit Jahren ist es die Aufgabe von Ursel Schmidt-Cohnens „Verein der Benutzer, Freunde und Förderer der Stadtbibliothek Aachen e. V.“, die mitunter umfangreichen Bücherspenden durchzusehen, aufzuarbeiten und zu klassifizieren. Zum einen geht es darum, Material für Bücherbasare zu finden, die regelmäßig zum Stöbern einladen und die Stadtbibliothek finanziell unterstützen. Neben diesem sehr wirtschaftlichen Aspekt sind aber auch Schmidt-Cohnens Liebe zur Literatur und Respekt vor – mitunter sehr persönlichen – Zeitzeugnissen von Bedeutung.



So könne man Poesiealben zum Beispiel aus verschiedenen Gründen nicht verkaufen, wegwerfen aber genauso wenig. Denn auch diese sind historische Dokumente und Ursel Schmidt-Cohnen verweist auf die Wichtigkeit des Aufarbeitens eben solcher, da man aus den kleinsten Dingen, sei es auch nur die Papierqualität einer Postkarte, Rückschlüsse auf die politische und gesellschaftliche Zeit ziehen könne.

Bei ihrer Arbeit stieß sie eines Tages auf drei Poesiealben der Deutschen Karin Weinschenk, die mit ihrer Familie kurz vor, allerdings nicht direkt wegen des Zweiten Weltkrieges nach Buenos Aires auswanderte. Inspiriert von diesen Aufzeichnungen und dem Gedanken, dass gerade diese persönlichen Aufzeichnungen einen interessanten Ausdruck von bzw. eine Verbindung zu den politischen Verhältnissen darstellen, wandte sich Ursel Schmidt-Cohnen an die Aachener Künstlerin Christiane Denés. Es entstand die Ausstellung „Blattwerk – Poesie verfremdet“, die im März in der Aachener Stadtbibliothek zu sehen war.

Hierin wird deutlich, was die ehrenamtliche Arbeit von Schmidt-Cohnen



ebenso antreibt wie das Bestreben, die Bibliothek finanziell zu unterstützen: das Auswerten von Materialien, die auf den ersten Blick für die Allgemeinheit uninteressant zu sein scheinen, z.B. eben Poesiealben, die aber Aufschluss geben über größere Zusammenhänge, wenn man sich nur mit ihnen beschäftigt. Ursel Schmidt-Cohnen zitiert in diesem Zusammenhang den dänischen Philosophen Søren Aabye Kierkegaard: „Verstehen kann man das Leben nur rückwärts, leben muss man es vorwärts.“

Ihre Arbeit für die Stadtbibliothek sieht Schmidt-Cohnen als einen Dienst für das Allgemeinwohl, die Erfüllung einer Verantwortung. Es sei wichtig, mit dem zu helfen, von dem man etwas versteht, sagt sie und von Literatur versteht Ursel Schmidt-Cohnen eine ganze Menge. Bibliotheksleiter Manfred Sawallich nennt sie „universal literarisch gebildet“ und verweist darauf, dass die Vereinsvorsitzende weitere Projekte plane.

Da ist es nicht verwunderlich, dass sich die Ehrenamtlerin über jede Hilfe von Freiwilligen freut. „Aber es muss ernst gemeint sein“, sagt sie. Denn auch, wenn die Arbeit mit der Literatur Spaß mache, brauche es eine Regelmäßigkeit und Ernsthaftigkeit, damit auch etwas bewirkt wird.

**Verein der Benutzer, Freunde und Förderer der Stadtbibliothek Aachen e.V.**

Kontakt: Ursel Schmidt-Cohnen,  
Tel.: 0241 365 26 oder bei  
der Stadtbibliothek unter  
Tel.: 0241 4791-110

Sascha Tucharth



Hinterhalt	Zeichen für Barium	Abk.: Sportverein	schlechte Laune verursachen	ugs.: Polizei	Kose-name der Mutter	Abk.: Allgemeiner Turnverein	längere Fahrt	flink, beweglich	alle zwei	ital. Ton-silbe	Schluss
Sohn Davids (A. T.)						Helden-dar-steller					
				Tier-jugend-form				ein Büber in d. grie-chischen Unterwelt			
tropische Frucht (birnen-förmig)	Gelände, Gebiet	dän. Nord-seeinsel				Währungs-code für Euro	zwei Rhein-Zuflüsse		Arbeits-stelle	dicht dabei	
				männl. Vorname				mantel-artige Beklei-dung	nicht diese		
wohl-erzogen	Auswurf-taste (engl.)				Sperling		Gemein-schafts-währung			spa-nisch: Freund	Körper-organ
unbe-deutend, klein	Zitter-pappel		Abk.: Infor-mationstechnologie	Buch der Bibel			Gefahr-signal	Schie-nenver-kehrsmittel			
				nagen-der Kummer		Erdart, Bau-material			griech.: groß	Sohn Jakobs (A.T.)	
Abk.: Satellit			Zeichen für Brom	Ausruf des Schmer-zes			Schutz, Obhut				
griech. Buch-stabe		Pflanzen-faser				Theater-platz			fertig gekocht		
maßlos, unge-heuer				kurz: zu dem			Borte, Tresse (ital.)				

Einge-borene Amerikas	Nadel-baum	engl.: fünf	Dienst im Internet	Abk.: nörd-liche Breite	früherer türki-scher Titel	Fisch-fang-gerät	aus diesem Grund	Künst-ler-entgelt	Abk.: Stück	Datei-endung für Bild-dateien	amerik. Schau-spielerin: ... Moore
Schräg-stellung					große Sorgen						Sprung beim Eis-kunstlauf
Abk.: Diverses		städt. Verkehrs-mittel (Kurzw.)					portug. Wall-fahrts-ort				
Urein-wohner Spaniens				Sing-vogel	heißes Rum-getränk				ugs.: schnell		
		Schreib-stift-einlage	Linse von optischen Geräten	Kolonist						Ausflug zu Pferd	engl.: Öl
Abk.: Rechts-anwälte	Verbin-dungs-mittel für Bausteine						Fluss aus dem Kaukasus	Wunsch-bild, idealisierte Person			
amtl. Erlass				Trink-gefäß für Saft	Staat der USA	Wort-laut				Samm-lung von Unter-lagen	veredelte Stein-kohle
erstes Schul-lese-buch	Abk.: be-ziehungs-weise		Bergwerk				franzö-sisch: Insel	begeis-terter Anhänger			
			Abk.: Kilo-meter	Gebühren-liste					engl.: Gespräch		Abk.: in Ordnung
		Golf am Roten Meer				dehn-bares Gewebe					
Abk.: Anzeige	Stadt am Rhein				gebogene Metall-stift				griech. Göttin		

Ermattung	Nandu, südamerik. Straußenvogel	Zwergenland b. J. Swift	ugs.: eingeschaltet	Glücksspieler	▼	Gebäudeveränderung	schott. Seeungeheuer (ugs.)	▼	Ackergerät	Wagenbespannung	veraltet: Mitglied des Senats	▼	Musikzeichen	ausgestorb. Feuerländer	Rennstrecke in Frankreich (2 Wörter)	ein Körperteil
▶	▼	▼	▼	▼					automatisches Klavier	▶			▼	▼	▼	▼
nach unten	▶					Saugwurm	▶				Farbe für Drucker/Kopierer	▶				
span. Artikel	▶		Hasenlager	▶					südostasiat. Staatenbund (Abk.)	▼	Teil des Baumes	▶				
▶						Inhaltslosigkeit		italienisch: auch	▶					oberhalb von		Grafenschaft in England
Insel im Bodensee	elektr. Kleinauto		Teil des Hühner-eis	▼	Teil des Auges	▶					männliche Hanfpflanze	▼	ein Binde-wort	▶		
Teil des Pazifiks	▶							Hals-schmuck		West-germane	▶					
▶					Kindes-kind	▼	männliche Katze	▶					Luft holen		Weich-käse-sorte	▼
Wert-papier		reiz-voller machen	▶							Luft-trübung	▶		griechische Vorsilbe: Luft...	▶		
▶							ugs.: groß-artig		Ele-mentar-teilchen	▶						
Natura-lismus		sich täuschen		Ver-geltung		Werk-zeug-griff	▶					Baustoff		ehem. Papst-palast in Rom		ein Partei-freund, Kamerad
Schlitt-schuh-show	▶			▼					latein-amerik. Musik-stil	▼	Deck-schicht	▶				
▶						Wieder-gabe (Kurzw.)	▼	Abend-ständ-chen	▶							
poet.: Unklar-heit	durch Kälte betäuben		Sauber-keit; Un-berührt-heit	▼	Bücher-, Waren-gestell	▶					Süd-staat der USA		handeln	▶		
polizei-liche Verneh-mung	▶							Wasser-vogel-produnkt	▼	Stier-kämpfer	▶					
▶					Sport-fischerei	▼	Mahl-zeit	▶					zwei zu-sammen-gehörende Dinge		Glanz, Schimmer	▼
österr. Komponis-t 1895		schwed. Verwal-tungs-einheit		Sport-platz	▶					weib-liche Brust		Ausweis	▶			
Name eines Klima-phänomens (2 W./span.)	▶						Teil eines Gedichts		Gleich-gewicht	▶						
Laut eines Esels	▶			ugs. für Gefängnis		der Abend-sterne	▶					Kopfbe-deckung im Orient	▼	Roman-figur bei Gotthelf		Abk.: ...hän-dig
maritime Natur-katas-trophe	▶			▼					Abk.: Seine Exzellenz	▼	am Tages-anfang, zeitig	▶				
▶						Garten-zier-pflanze	▶						Haut-falte am Auge	▶		
in höch-stem Maße begabt		Staat in Nord-afrika	▶								Jazzstil	▶				

# KUREN, WANDERN, BIEDERMEIER



Der Löwe von Bad Steben

*Im Mai 2009 folgen wir einer Einladung unserer Krankenkasse zu einer einwöchigen Kurkur nach Bad Steben in Franken. Eine Woche ist zu kurz für eine richtige Kur; das soll lediglich Anregungen geben zu eigenem Tun, wenn man wieder zu Hause im gewohnheitsmäßigen Alltag steckt. Also überdenken, was man für seine Gesundheit tut und nicht tut, jedoch tun sollte. Damit sich die weite Anfahrt von Aachen nach Franken lohnt, verlängern wir auf zwei Wochen.*



Wandelhalle

**B**ad Steben ist bayerisches Staatsbad mit 175 Jahren Geschichte als Mineral- und Moorheilbad. Alexander von Humboldt lebte hier zwei Jahre und gründete eine Bergbauschule, denn vor 300 Jahren wurden Eisenerz und Marmor abgebaut. Das ist jedoch seit langem Geschichte. Heute lebt der Ort von seinen drei Quellen nach dem alten Motto „In aqua salus“ - Im Wasser liegt Heil. Das heißt, man legt sich hinein und man trinkt es. Was wir ausgiebig tun. Die Therme mit ihrer Wasserlandschaft ist fantastisch! Die Aachener Therme ist daneben eine schlichte Badeanstalt. Licht- und Farbeffekte, Filmprojektionen über und unter Wasser entführen uns – im warmen Sand am Meeresufer liegend – in die Südsee, in

die Polarregionen mit ihrer Tierwelt, in Wüsten- und Berglandschaften. „Klangmassagen“ vervollkommen die Illusion eines absolut entspannten Urlaubs. Da gibt es den „Pavillon des Hörens“, die Duftgrotte, ein Licht- und Klangbecken, einen „Pavillon des Fühlens“, einen Wasserfall neben einer Schieferdampfgrotte, verschiedene Arten von Sauna.

**D**er 48 ha große Kurpark, vielleicht nenne ich ihn besser „Kurwald“, ist angeblich Deutschlands größter und geht kaum merklich in die umgebende Landschaft über.



Thermalbrunnen

**A**uf einer Führung lernen wir die „Unterwelt“ Bad Stebens kennen; denn woher kommt das viele Wasser, das oberirdisch verbraucht wird? Die technischen Anlagen sind gigantisch! Pro Tag werden 1.000 l Heizöl und 2.000 cbm Gas verbraucht, um das Wasser aufzuheizen, in dem wir oberirdisch herumplantzen. Mechanische und chemische Filter sorgen für Hygiene. Viele Kilometer Rohrleitungen holen das Wasser aus der Tiefe und transportieren es zu den Ver-



In der Unterwelt der Therme

brauchsstellen. Da die eigenen Moorkvorräte erschöpft sind, wird das für die Anwendungen benötigte Material per LKW aus Bad Aibling herangekarrt.

**Z**u den Wohlfühltagen in Wasser, Duft, Licht und Klang schaffen wir uns einen reizvollen Gegensatz durch Wanderungen im Naturpark Frankenwald. Auf einer Abendwanderung lassen wir uns

auch einmal führen durch den Obmann des Frankenwald-Vereins, der gerade die Neukennzeichnung des 3.000 km langen Wanderwegenetzes abgeschlossen hat.

**A**m Dorf mit dem schönen Namen Hölle beginnt ein wunderschöner Wanderweg durch die 170 m tiefe Höhlenschlucht, durch die das Flüsschen Selbitz fließt. Die Wände der Schlucht bestehen aus Diabas, einem vulkanischen Ergussgestein, das vor 350 Millionen Jahren in wilden Formen unterseisch erstarrt ist.

**D**en Rückweg nach Bad Steben nehmen wir über Blankenstein an der Saale, wo Deutschlands ältester Höhenwanderweg, der Rennsteig (siehe Senio Nr. 13), beginnt bzw. endet. Wir sind ihn vor einigen Jahren gelaufen. Ein zweites Mal kamen wir hier mit Fahrrädern auf dem Saale-Radweg von der Quelle bis zur Mündung durch. Heute endet hier eine Langstreckenwanderung, deren über 100 Teilnehmer die 50 km an einem einzigen Tag gelaufen sind. Ein Schalmeyen-Orchester begrüßt die tollen Wanderer. Dieses Blasinstrument sehe und höre ich zum ersten Male.

**A**uf weiteren Wanderungen laufen wir durch eine harmonische, fotogene Landschaft. Die Wiesen blühen millionenfach. An Weg- und Dorfrändern leuchten Kastanien, Weißdorn, Ebereschen und Rhododendron. Von einem auf 700 m Höhe gelegenen Aussichtsturm auf der Wasserscheide zwischen Elbe und Rhein schauen wir weit über Thüringen und Bayern.

**W**as uns auffällt: Auf den vielen weiten Wiesen sehen wir keine Kühe, nur gelegentlich einige Pferde. In einem Dorfgasthaus fragen wir Einhei-



Wandern im Frankenwald



Biedermeier



Schieferbearbeitung



Alte Klänge



Am Anfang stand das Laufrad

mische. Ihre lakonische Antwort: EU. Für die kleinen Bauernhöfe lohnte sich die Milchviehhaltung nicht mehr: Quotenregelung und weite Wege zu den Molkereien, und für Massentierhaltung sei das Land ungeeignet.

In den schmucken Dörfern diente einheimischer Schiefer als Bekleidung für Wände und zur Dacheindeckung. Alle paar Kilometer stoßen wir auf Abraumhalden früherer Schieferbrüche. In der ganzen Gegend arbeitet noch ein einziger, mit gerade einmal sieben Leuten. Was ist geschehen? Denn auch heute noch – oder wieder – wird gerne mit dem schmucken Baumaterial gearbeitet, doch die einheimische Industrie war zu teuer geworden. Der überwiegende Teil des heute eingesetzten Schiefers kommt per Schiff aus China! Sogar der bis vor einigen Jahren verbaute portugiesische Schiefer war zu teuer geworden.

Diese beiden geschilderten Entwicklungen aus Landwirtschaft und Bergbau zeigen uns, dass hinter der Idylle aus besonnener und schöner Landschaft und schmucken, malerischen Dörfern eine dunkle Seite liegt, die sich erst auf den zweiten Blick erschließt. Die Menschen, mit denen wir sprechen, meist ältere Jahrgänge (verrentet und pensioniert wie wir), haben diesen Struk-

turwandel mitgemacht und durchlitten. Ein großer Teil der arbeitsfähigen Jahrgänge ist dorthin abgewandert, wo es noch Arbeit gibt.

Im Tal der Wilden Rodach treffen wir auf einen ausgestorbenen Berufszweig: Holzflößer. Auch heute noch ist dieses Land sehr walddreich. Das Holz jedoch wird auf LKWs transportiert und in elektrisch betriebenen Sägewerken verarbeitet. Der Besitzer eines Gatters, das ist ein durch Wasserkraft angetriebenes Sägewerk, zeigt uns seine uralten Maschinen, die noch funktionieren, jedoch nur zur Demonstration vor Besuchern angeworfen werden. Ein Mal im Jahr wird der Fluss gestaut, und dann zeigen die alten Flößer, wie sie ihren Beruf ausgeübt haben.

Der Strukturwandel in den Berufen der Menschen wird romantisch verbrämt auf den Biedermeiertagen von Bad Steben. All das Leid und die Armut, die mit diesem Wandel verbunden waren, werden dabei ausgeblendet. Nostalgie und Freude an alten Dingen bestimmen diese Tage.

Wissen Sie, wann das sog. Biedermeier stattfand? Nein? Ich verrate es Ihnen: Es umfasste die erste Hälfte des 19. Jahrhunderts.



Tönernes Handwerk



Kupfernes Handwerk



Spinnerin



Holzbildhauer



Pompös



Elegant

Wir nennen es heutzutage noch manches Mal „Die gute alte Zeit“. Wie gut war sie denn wirklich? An ihrem Ende stand die Revolution von 1848!

Wolfgang Schönrock





# VOM STAATE

Doch in der Praxis (Siehe oben!) kann man diejenigen nicht loben, die, statt erfolgreich zu regieren, so gut sie können, sich blamieren. Sie reden viel zu ernsten Fragen, ohne jedoch etwas zu sagen. Sie reisen durch die ganze Welt, sind immer „sehr gut aufgestellt“, wie unaufhörlich sie betonen und dabei, ohne sich zu schonen, „Pakete schnüren“, „deutlich machen“ und andere ganz dumme Sachen. -

Was ward in Ausübung der Macht schon alles „auf den Weg gebracht“?!? Ein Wort (Die Feder sträubt sich hier!), es endet mit der Ziffer „Vier“. -

So liebe sich noch viel berichten, doch wollen wir darauf verzichten. Der Bürger leidet schlimme Qualen, muss dafür hohe Steuern zahlen, lässt weiter sich' politisch quälen und darf als Gegenleistung wählen, heißt's doch: Im Staat geht alle Macht vom Volke aus. (Dass keiner lacht!). -

Zusammenfassend - wie fatal - ist nichts im Staate ideal.

Fazit: Staat ist - gesagt lakonisch - nur in der Theorie platonisch! -

Werner Kesting



Der Staat wär' eine leichte Bürde, wenn er sich selbst verwalten würde. Dann zeigten viele sich erkenntlich dem Staate, falls er gegenständlich. -

Staat ist Begriff und unsichtbar. Zu sehen ist nur eine Schar politisierender Gestalten, die sich für auserkoren halten, zu wirken für des Bürgers Heil. Doch schaffen sie das Gegenteil mit negativer Energie. -

Manch philosophisches Genie bekleckerte im Altertum sich mit unendlich großem Ruhm, weil es - von seinem Geist getrieben - vom Staate Bücher hat geschrieben. So schrieb zum Beispiel deren zehn - was heute kaum noch zu verstehn - Plato und wies mit manchem Rat den Weg zum idealen Staat. -

## SCHULE DER SELBSTERKENNTNIS

Haben Sie auch schon mal gleichaltrige Leute angeschaut und dabei gedacht: „Es kann doch nicht sein, dass ich auch so alt aussehe.“ Wenn ja, dann ist die folgende Geschichte etwas für Sie!



Ich saß im Wartezimmer vor meinem ersten Termin mit dem neuen Zahnarzt. An der Wand hing sein Diplom, welches seinen vollen Namen trug. Plötzlich erinnerte ich mich an einen großen, gut aussehenden, dunkelhaarigen Jungen aus meiner Oberstufenklasse von vor über 30 Jahren. Könnte es sich um denselben Jungen handeln, den ich damals so „scharf“ fand?

Allerdings, als ich ihn sah, habe ich diesen Gedanken sofort begraben. Da stand ein alternder Mann, dessen graue Haare ausgingen, mit tiefen Falten im Gesicht. Der war doch viel zu alt, um mein ehemaliger Klassenkamerad zu sein!

Jedoch, nachdem er meine Zähne durchgeschaut hatte, fragte ich ihn, ob er auf die „Albert-Einstein-Schule“ gegangen sei. Völlig überrascht antwortete er: „Ja,...ja, ich war dort.“ „Wann haben Sie Abi gemacht?“, fragte ich. „1975. Warum fragen Sie?“, war seine Antwort. „Sie waren in meiner Klasse“, sagte ich. Er schaute mich etwas verwirrt an...

Und dann hat mich dieser alte, hässliche, fast glatzköpfige, grauhaarige, zerknitterte alte Greis gefragt: „Und was haben Sie damals unterrichtet?“



Bild: www.nevopticalillusions.com



Bild: www.lustich.de

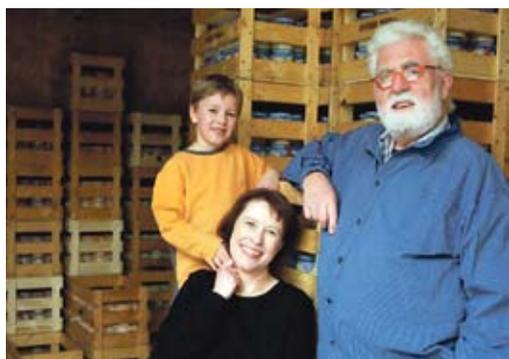
# MONSCHAUER SENFMÜHLE

*Wer gute, regionale Küche mag, dem ist Monschauer Senf ein Begriff. Doch neben der Qualität sind es auch die Geschmacksrichtungsvielfalt und traditionelle Herstellung, die von Kennern geschätzt werden.*



Schon vor 3000 Jahren wurde Senf in China verwendet und geschätzt, im 1. Jahrhundert n. Chr. schrieb der Römer Columella das erste Rezept zur Senfherstellung auf und in einer Schrift Karls des Großen fand das Gewürz im 8. Jahrhundert erstmals in Mitteleuropa Erwähnung. Lange vor der breiten Verfügbarkeit von Chili und Pfeffer war Senf neben Meerrettich das einzige scharfe Gewürz in der europäischen Küche.

Zwar noch nicht ganz so alt wie der Senf an sich, aber dennoch traditionsreich und hochinteressant präsentiert sich die 1882 erbaute Monschauer Senfmühle.



In der inzwischen 4. und 5. Generation stellt das Familienunternehmen Senf in verschiedensten Geschmacksrichtungen her und hat sich zu einem beliebten



Touristenziel entwickelt. Neben dem Angebot der mitunter ungewöhnlichen Produkte – z.B. Orangen- oder Riesling-senf aber auch Senfpralinen und Liköre – lockt die Mühle auch mit einer Besichtigung der traditionellen Produktionsanlage, die ursprünglich über ein Wasserrad angetrieben wurde und heute noch mit einer alten Transmission arbeitet.

Abgerundet wird das Angebot vom „Schnabuleum“, einem an der Senfmühle gelegenen Restaurant, Weinproben im umfangreichen, über 400 Sorten umfassenden Weinkeller und Leckereien wie Konfitüren, Gelees und Spirituosen. Die Monschauer Senfmühle bietet – gelegen in der schönen Eifeler Naturkulisse – also einiges zu sehen, zu essen und zu trinken.

Einzelführungen finden mittwochs und freitags jeweils um 11 und 14 Uhr statt und Gruppenführungen (12-50 Personen) sind dienstags bis samstags stündlich zwischen 10 und 16 Uhr



möglich. Erwachsene zahlen für die Führung 2,50 Euro, Schulkinder (Führungen nur vormittags) 1,50 Euro. Kleinere Gruppen, sowie Führungen am Sonntag sind möglich. In der Regel ist eine Anmeldung erforderlich.

Weitere Informationen zu Führungen und Preisen, einen Online-Shop sowie den Kontakt für Reservierungen finden Sie im Internet unter [www.senfmuehle.de](http://www.senfmuehle.de). Telefonischer Kontakt ist unter 02472/2245 möglich.

Sascha Tucharth



SENIORENZENTRUM

**WIR BIETEN AN:** Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege, Urlaubspflege, Langzeitpflege und Betreutes Wohnen



Itertalklinik Seniorenzentrum Walheim



Itertalklinik Seniorenzentrum Roetgen



Itertalklinik Seniorenzentrum Kornelimünster

## Eine Leistung, die nichts kostet.

Für unsere Bewohner im Pflegeheim gilt: Ab 5km Entfernung vom letzten Wohnort erstatten wir einem Angehörigen eine Monatskarte der ASEAG.

Außerdem können die Angehörigen ein stark ermäßigtes Mittagessen erhalten.

## „fit für 100“ im Itertalklinik-Seniorenzentrum Walheim

Bei „fit für 100“ werden speziell für die Zielgruppe der Hochaltrigen funktionelle Kräftigungsübungen mit koordinativen Anforderungen gekoppelt. Eine Altenpflegerin und eine Gymnastiklehrerin wurden eigens dafür an der Sporthochschule Köln ausgebildet.

### Zentrale Vermittlung:

Tel.: 02408 - 9650 - 0

Fax: 02408 - 9650 - 19

[www.itertalklinik-seniorenzentrum.de](http://www.itertalklinik-seniorenzentrum.de)  
[info@itertalklinik-seniorenzentrum.de](mailto:info@itertalklinik-seniorenzentrum.de)

# WAHLCHECK IM INTERNET

Am Sonntag, dem 9. Mai, findet in Nordrhein-Westfalen die Landtagswahl statt. Wer bei der politischen Berichterstattung in Fernsehen, Radio und in den Zeitungen nicht mehr „durchblickt“, welche Partei und welcher Kandidat eigentlich für welche Grundsätze steht, dem seien der sogenannte „Wahl-O-Mat“ und die Internet-Plattform „abgeordnetenwatch.de“ empfohlen.

Der von der Bundeszentrale für politische Bildung betriebene „Wahl-O-Mat“ ist inzwischen als Wahl-Informationsangebot recht bekannt. Seit der Bundestagswahl 2002 wurde er vor allen Bundestagswahlen, den Europawahlen und bei vielen Landtagswahlen eingesetzt.

## Wie benutzt man den Wahl-O-Mat?

Der „Wahl-O-Mat“ (zu finden unter „www5.wahl-o-mat.de/nrw2010/main\_app.php“) ist ein Frage-und-Antwort-Tool (dt. „Werkzeug“), das Ihnen zeigen kann, welche zu einer Wahl zugelassene Partei Ihrer eigenen politischen Position am nächsten steht. Dazu müssen Sie 38 Aussagen bewerten (mit „stimme zu“, „stimme nicht zu“, „neutral“ oder „These überspringen“). Haben Sie auf alle Aussagen reagiert, besteht anschließend die Möglichkeit, einzelne Antworten doppelt zu gewichten. Der Grad der Übereinstimmung Ihrer Antworten mit den Antworten der von Ihnen ausgewählten



Parteien wird anschließend errechnet und als Diagramm dargestellt. Detaillierte Informationen zur jeweiligen Parteiposition sind zusätzlich abrufbar.



## Kandidaten-Check bei abgeordnetenwatch.de

Im Unterschied zu früheren Landtagswahlen haben Wahlberechtigte diesmal zwei Stimmen. Ähnlich wie bei der Bundestagswahl ist die erste Stimme für die Wahl eines Wahlkreisabgeordneten, eines sogenannten Direktkandidaten, die Zweitstimme für die Landesliste einer Partei. Um zu erfahren, wofür die Direktkandidaten Ihres Wahlkreises eintreten, empfiehlt es sich, auf „www.abgeordnetenwatch.de“ den „Kandidaten-Check“ zu machen: Denn hier können Sie Ihre Standpunkte direkt mit denen Ihrer Kandidaten vergleichen!

Zunächst geben Sie dazu Ihre Postleitzahl ein, um zu den Kandidierenden Ihres Wahlkreises zu gelangen. Falls Ihre Postleitzahlensuche mehrere Treffer ergibt, müssen Sie danach Ihren Wahlkreis aussuchen. Dann können Sie ähnlich wie beim „Wahl-O-Mat“ 31 Aussagen aus 9 Themenbereichen zustimmen oder ablehnen. Nach jedem Beantwortungs-„Klick“ erscheint eine Übersicht mit detaillierten Aussagen Ihrer Kandidaten. Zum Abschluss erhalten Sie eine Übersicht aller Kandidaten aus Ihrem Wahlkreis, die am Kandidaten-Check teilgenommen haben, angeordnet nach dem Grad der Übereinstimmung mit Ihren Antworten.

Robert Steinborn



## 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 diabetikergeeignete Menüs und Schönkost
- 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-zuhause.de

02 41 - 9 16 16 88

# EIN SCHLÜSSEL ZUR GESUNDHEIT - SEKUNDÄRE PFLANZENSTOFFE

*Ideal wäre es, wenn wir genau wüssten, was unser Körper braucht, um ein körperliches, geistiges und seelisches Wohlbefinden zu erreichen.*

Da die Ernährung ein mit entscheidender Faktor für unsere Gesundheit ist, sollten sich die **Grundnährstoffe** Kohlenhydrate (55%), Fette (30%) und Eiweiß (15%) im ausgewogenen Verhältnis auf dem Speiseteller befinden, damit die vielfältigen Körperfunktionen erfüllt werden können. Neben diesen drei Energieträgern sind die **Mikronährstoffe** lebensnotwendige Nahrungsbestandteile. Dazu zählen **Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Fermente oder Enzyme, ungesättigte Fettsäuren, Aromastoffe und die sekundären Pflanzenstoffe.**

Enthält unser Körper alle Nährstoffe in der richtigen Menge, können wir dem „Rundum-Wohlbefinden“ ein Stück näher sein.

Dass unser Hauptaugenmerk in der Vergangenheit auf der genügenden Zufuhr von Vitaminen lag, hat zu einer Vernachlässigung der anderen **Vitalstoffe**, bes. der Gruppe der sek. Pflanzenstoffe

geführt. Denn nur im Verbund aller Vitalstoffe ist eine verstärkte biologische Wirksamkeit zu erreichen.

Sekundäre Pflanzenstoffe werden von den Pflanzen gebildet, um Schädlinge und Krankheiten und auch zellschädigende Strahlung abzuwehren. Bei vielen Stoffwechselreaktionen unseres Organismus entstehen aggressive Sauerstoffradikale, die eine Oxidation in den Zellen verursachen. Dadurch können Erkrankungen wie Arteriosklerose, Krebs und allgemein Alterungsprozesse gefördert werden.



Die Deutsche Krebsgesellschaft empfiehlt, täglich rund 600 g Obst, Gemüse und Salat, verteilt auf **mindestens fünf Portionen** zu verzehren. Essen Sie also Obst und Gemüse so oft es geht als Rohkost, Salat, Saft oder Gemüsecocktail.

Da auch die meisten **Pflanzenfarbstoffe** zu den sekundären Pflanzenstoffen gehören, sollten Ihre **Salate und Obstteller möglichst „bunt“** sein. Das ist wichtig, da sich die sekundären Pflanzenstoffe in ihrer Wirkung gegenseitig unterstützen. Die Gruppe der Carotinoide, Polyphenole, Anthocyanidine, Bioflavonoide, Saponine, Chlorophylle u.v.a. strahlt Sie dann in den verschiedensten Farben vom Teller aus an und weist Ihnen den Schlüssel zur Gesundheit!

**Hartmut Kleis**

Apotheker



## SCHUTZ VOR DER FRÜHLINGS-SONNE



*Nach dem langen Winter hat sich unsere Haut noch nicht wieder an UV-Strahlung gewöhnt, deshalb sind gerade die ersten Sonnenstrahlen im Jahr besonders gefährlich. Die Haut muss ihren Eigenschutz erst wieder aufbauen.*

Sonnenlicht wird unterschieden in sichtbares Licht, infrarotes Licht und ultraviolettes Licht. Das ultraviolette Licht (Abk. „UV“) ist für die Bräunung maßgeblich. Die energiereichen kurzwelligigen UVB-Strahlen können Sonnenbrand verursachen und gelten als hauptsächlicher Verursacher von Hautkrebs. Die langwelligeren UVA-Strahlen bewirken eine rasche Bräunung von geringer Dauer. Sie dringen bis tief ins elastische Bindegewebe der Haut ein und lassen die Haut dadurch vorzeitig „alt aussehen“.

Davor schützen können Sie sich mit geeigneter Bekleidung und einem Sonnenschutzmittel mit ausreichendem Lichtschutzfaktor (LSF). Dieser ist auf jeder Flasche oder Tube Sonnenschutzmittel angegeben und bestimmt den Zeitraum, wieviel mal länger der Aufenthalt in der Sonne möglich ist als mit ungeschützter Haut.

Die Wahl des Lichtschutzfaktors sollte sich nach Ihrem Aufenthaltsort, der Aufenthaltsdauer in der Sonne, der Sonnenintensität und der Eigenschutzzeit Ihrer Haut richten. Letztere hängt von Ihrem Hauttyp ab, also ob Sie z.B. schnell braun werden oder eher rasch einen Sonnenbrand bekommen, sowie davon, ob Ihre Haut sich schon wieder an die Sonnenstrahlen gewöhnt hat.

Beachten Sie bitte: Der Schutz durch ein Sonnenschutzmittel bleibt nur erhalten, wenn Sie häufiger nachcremen, verlängert wird die Schutzwirkung dadurch aber nicht!

**Robert Steinborn**



«Ein Platz zum Wohlfühlen im Alter»

Servicewohnungen • Seniorenbetreutes Wohnen  
Seniorenwohngemeinschaft • Vollstationäre Versorgung



SENOTEL Eschweiler • Englerthstr. 30 - 34 • 52249 Eschweiler  
Fon 024 03 - 87 2 70 • Fax 024 03 - 234 25  
info@senotel.de • www.senotel.de

# 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
			1
6	4	3	
	3	2	6
2			
5			

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

	6			
4		2		
	1		5	
		3		4
			3	1
				2

## EINFACH

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

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

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

## MITTEL

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

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

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

## SCHWER

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

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

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

# AKTIV GEGEN DARMKREBS

**Darmkrebs ist in Deutschland die zweithäufigste Krebstodesursache. Jährlich erkranken über 73.000 Menschen an Darmkrebs, rund 26.000 sterben. Dabei kann die Krankheit durch gezielte Früherkennung oft verhindert werden.**

Das haben der Apothekerverband Nordrhein e.V., die Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein und die Stiftung Lebensblicke - Früherkennung Darmkrebs zum Anlass für eine gemeinsame Aufklärungs- und Informationskampagne zur Darmkrebsfrüherkennung genommen. Plakate und Flyer in Arztpraxen und Apotheken machen auf die Aktion aufmerksam.

„Mit über 400.000 Kundenkontakten täglich in Nordrhein eignet sich die Apotheke sehr gut für diese Aufklärungsarbeit“, sagte Martin Katzenbach, Pressesprecher der Apotheker im Kreis Aachen. „Unser Ziel ist es, möglichst viele Menschen von der Notwendigkeit der Darmkrebsfrüherkennung zu überzeugen, denn die aktuellen Zahlen zur Teilnahme

an Früherkennungsuntersuchungen in Nordrhein sind noch stark ausbaufähig.“

In Nordrhein nutzten nach einer Auswertung des Zentralinstitutes für die kassenärztliche Versorgung das Okkultblut-Screening (Stuhltest) im Jahr 2008 nur rund 32,3 % der Männer in der Altersgruppe der 55- bis 74-Jährigen. Bei den Frauen in dieser Altersgruppe waren es mit 38,6 % etwas mehr. Am häufigsten nahmen die Frauen zwischen 55 und 59 Jahren mit fast 45 % die Gelegenheit zum Stuhltest wahr. Schlechter sieht es bei der noch genaueren Früherkennungs-Koloskopie (Darmspiegelung) aus. Zwischen 2003 und 2008 nutzten bei den 55- bis 74-Jährigen nur 15,4 % der Männer und 16,9 % der Frauen diese Untersuchung.



Die Aufklärungskampagne hebt hervor, dass die Darmkrebsvorsorge ab dem Alter von 50 Jahren kostenlos ist, d.h. von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen wird. „Ab 50 Jahren steht jedem ein Stuhltest zu und ab 55 Jahren kann die Darmspiegelung kostenlos in Anspruch genommen werden“, sagt Katzenbach.

Auf den Internetseiten der Aktionspartner steht der aktuelle Informationsflyer zum Download zur Verfügung: [www.av-nr.de](http://www.av-nr.de), [www.kvno.de](http://www.kvno.de), [www.lebensblicke.de](http://www.lebensblicke.de)

# PFLANZLICHE ARZNEIMITTEL

**Pflanzliche Arzneimittel erfreuen sich bei Patienten großer Beliebtheit: Vor allem bei Erkältungskrankheiten, aber auch bei Magen-Darbeschwerden, Schlafstörungen oder depressiven Verstimmungen vertrauen die Menschen gerne auf die Heilkräfte der Natur. Doch genau wie bei synthetisch hergestellten Medikamenten können auch pflanzliche Arzneimittel Risiken und Wechselwirkungen haben.**



entsprechend aufgeklärt. Auf Wunsch werden die Patienten auch ganz individuell beraten, ob ein bestimmter natürlicher Wirkstoff sich gegebenenfalls nicht mit Medikamenten verträgt, die man bereits einnimmt“, so die Pressesprecherin.

So können die Apotheker 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, bei denen es sogar zu Abhängigkeiten kommen kann“, so Moormann. Auch bei Erkältungsbeschwerden haben sich pflanzliche Wirkstoffe wie z.B. Thymian und Efeu gegen Husten bewährt.

„Risiken und Nebenwirkungen von pflanzlichen Arzneimitteln werden gerne unterschätzt“, weiß Wiebke Moormann, Pressesprecherin der Apotheker in Aachen. Dabei können gerade auch Medikamente auf pflanzlicher Basis 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 Verfärbungen entstehen. „Im Gegensatz zu anderen Bezugsquellen von Naturmedizin, wie z.B. Internet, Drogerien und Supermärkten, werden die Patienten in den Apotheken darüber nicht nur

Fotos: Alois Müller



**LAURENTIUS**  
**APOTHEKE**  
APOTHEKER DR. RER. NAT. HERBERT PICHLER E.K.

*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](mailto:laurentius-apotheke-aachen@t-online.de)  
Internet: [www.laurentius-apotheke-aachen.de](http://www.laurentius-apotheke-aachen.de)

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

## Ein kleines Gerät, das Musik macht



„Omi, schenkst du mir einen MP3-Player?“, fragt Celina mit bittendem erwartungsvollen Augenaufschlag. Omi ist platt. Celina ist sieben Jahre alt und geht in die erste Klasse. „Was möchtest du, was ist das?“, fragt Omi verständnislos. Celina klärt ihre Omi auf: „Das ist ein Gerät, so groß wie ein Feuerzeug. Aber bitte den MP3-Player mit 8 Gigabyte Speicherkapazität und USB-Anschluss für meinen Computer. Dann kann ich alle meine Musik speichern.“

Omi muss das alles verdauen. Sie fährt in die Innenstadt in einen großen Elektromarkt. Dort findet sie einen jungen Verkäufer, der berät sie. Sie spricht von „einem kleinen Gerät, womit Musik gemacht werden kann“. Der Verkäufer lächelt verständnisvoll. Er nimmt einen tragbaren CD-Player in die Hand und erklärt die Funktionen. Damit kann überall Musik gehört werden. Omi hat die Feuerzeuggröße vergessen und kauft den tragbaren CD-Player, ohne ihren Fehler zu bemerken. Zuhause ist Celina zuerst traurig: „Aber Omi, das ist kein MP3-Player, das ist ein CD-Player. Aber trotzdem vielen Dank, damit kann ich Musik hören, die Papi mit dem Computer aufnimmt.“

Omi verspricht, sich um einen MP3-Player zu bemühen. Sie schreibt das Wort „MP3-Player“ auf einen Zettel und steckt ihn in ihre Geldbörse.

Mathias J. Fleu

Bild: Stephanie Hofschlaeger  
pixelio.de



## KINDER MÜSSEN SPIELEN

„Ihr nervt!“, schimpft Maike (7) ihre Geschwister aus. Sie möchte den Tierfilm im Fernsehen in Ruhe ansehen. Die Begleitgeräusche von Peters (11) Gameboy-Spiel und dem Handy von Jasmin (14), die SMS schreibt und empfängt, stören. „Geht doch ins Nebenzimmer!“ Dort surft Vetter Lars (15) im Internet. Er duldet nur seine kleine Schwester (8), die ihm ruhig Pokémon-Karten sortiert.

Während Opa (67) seine Enkelkinder beobachtet, fällt ihm auf, wie sehr sich Freizeitgestaltung und Spielverhalten im Laufe von Jahrzehnten verändert haben. Früher waren die meisten Menschen ärmer. Kreativität und Phantasie waren gefragt. An Einfallsreichtum fehlte es den Kindern nie, wenn es ums Spielen ging. In den Nachkriegsjahren mussten leider Trümmergrundstücke als Abenteuerspielplätze erhalten. In den Ruinen versteckten, suchten und fingen sich vor allem die Jungen bei „Räuber und Gendarm“- und „Cowboy und Indianer“-Spielen.

Kleine Mädchen spielten „Mutter und Kind“ mit Püppchen, die aus alten Socken und Lumpen gefertigt waren. Mit primitiven Puppenkarren fuhren die Muttis ihre Lieblinge spazieren. Geschmückt hatten sie sich oft mit selbst geflochtenen Blumenkränzchen.

Puppenküche, Verkaufsladen oder Kasperletheater bastelten geschickte Familienmitglieder aus einfachen Materialien. Kleine kreative Künstler erstellten Kulissen und Handpuppen. Einfallsreiche Aufführungen erfreuten die Zuschauer im Garten - bei einem Groschen Eintrittsgeld.

Ballspiele, Seilchenspringen, Hüpfkästchen, Kreisel oder Diabolo sorgten genauso für Bewegung wie Drachen steigen lassen und Wipp- oder Tretroller fahren. Eine tolle Kondition erlangten die Bewegungsfreudigen durch Rollschuh- oder Schlittschuhlauf. Geschicklichkeit und Reaktion wurden durch das Federballspiel trainiert. Einen hartnäckig schmutzigen Zeigefinger hinterließen „Knickerspiele“ mit Murmeln.

Der Aufenthalt an der frischen Luft bescherte den Kindern ein frisches,



gesundes Aussehen. Die Sonne zauberte glänzende Strähnen ins Haar. Bei schlechtem Wetter gehörten Lesen und Handarbeiten zu beliebten Beschäftigungen. Musische Werte wie Gesang oder das Erlernen eines Musikinstrumentes kamen nicht zu kurz. In vielen Familien nahm Hausmusik einen hohen Stellenwert ein. Gesellschaftsspiele wie „Mensch, ärgere Dich nicht“, „Mühle“, „Halma“ oder „Dame“ ließen den Tag harmonisch ausklingen.

Der Kontrast zur heutigen Zeit fällt besonders auf. Abends sitzt die Familie vor dem Fernseher. Der CD-Player musiziert. Geschicklichkeitsspiele absolvieren Mädchen und Jungen mittels PC oder Gameboy. Mit Freunden kommunizieren sie per Handy und SMS. Kleine Mädchen spielen mit „Baby born“- oder „Barbie“-Puppen. Diese werden mit raffiniertem Zubehör ausgestattet, das es für teures Geld zu kaufen gibt. Bewegung verschafft die Jugend sich in Discos. Ob das ausreicht?

An den heutigen Essgewohnheiten allein kann es nicht liegen, dass viele Kinder und Jugendliche zu dick sind. Rückenschmerzen, über die schon junge Menschen klagen, waren früher kein Thema. Muss die heutige Generation das gesunde Spielen neu erlernen?

Christine Kluck



# Eine Kindheitserinnerung

*Manchmal braucht es Anlässe von außen, um sich wichtige Ereignisse der eigenen Lebensgeschichte wieder ins Gedächtnis zu rufen. Auch Barbara Köhnen-Rehn erinnerte sich erst wieder an ein Erlebnis auf der Flucht, als sie beim Ü-55-Klub des Aachener Stadttheaters mitwirkte. Denn Grundlage des Stückes, das der Ü-55-Klub am 10. Juni 2010 um 20 Uhr im „Morgens“ uraufführt, sind selbst erlebte Geschichten der Mitwirkenden.*



Ende Januar 1944 flüchteten wir aus Bad Freienwalde an der Oder, weil die Russen schon 60 km vor der Stadt standen. Wir, meine Mutter, mein Vater, der aus dem Lazarett entlassen die ersten Gehversuche nach einer Oberschenkelamputation machte, mein sieben Jahre alter Bruder und ich, achtjährig. Wir machten uns mit neun Gepäckstücken, jeder trug einen Rucksack und zwei Aktentaschen, auf den Weg nach Berlin. Dort angekommen mussten wir zur U-Bahn. Als die Bahn kam, drängte die Mutter zur Eile. Als mein Bruder und ich mit unseren sechs Gepäckstücken drinnen waren, wollte sie den Vati in den Zug bringen, aber, o Gott!, die Bahn fuhr ab und mit ihr schreiende Kinder, mein Bruder und ich. Man stelle sich dieses Geschrei von zwei verängstigten Kindern vor, die Eltern sind weg! Die Angst, sie nie mehr wieder zu sehen, trieb uns fast bis zum Wahnsinn.

Einige Landser, die uns kannten und wussten, wo wir hin mussten, kümmerten sich um uns. Im Abteil halfen sie uns, das Gepäck zu verstauen, die Mäntel

legten sie auf unsere Rucksäcke und Taschen. Dabei muss eine Tasche umgefallen sein. In dieser Tasche war ein Glas Rübenkraut und das war umgekippt. Von niemandem bemerkt, machte sich der Sirup selbstständig und tropfte langsam aber stetig auf mich herab: auf die Haare, die Schultern und den Oberkörper. Meine Haare waren eine einzige klebrige Masse und ich in Tränen aufgelöst. Ich bot ein Bild allen Elends der Welt.

An der Station, wo wir raus mussten, stiegen die Landser mit uns aus. Einer nahm meinen Bruder an die Hand und gemeinsam gingen sie den Bahnsteig rauf und runter in der Hoffnung, dass die Eltern bald kommen. Ich musste mich auf eine Bank setzen und warten, warten!

Meine verzweifelte Mutter indes stieg mit meinem Vater in die nächste Bahn und sagte zu ihm, er solle bis zur Endstation fahren und dort auf uns warten bis sie mit oder ohne Kinder käme. Meine Mutter stieg an der nächsten Station aus und suchte nach uns. Mit der nächsten Bahn fuhr sie weiter. Dieses „Spiel“ wiederholte sich fünf, sechs Mal. Bis sie beinahe aufgeben und zum Suchdienst gehen wollte.



Endlich sah sie meinen Bruder bei einem Soldaten an der Hand den Bahnsteig entlanggehen. Sie stieg aus und nahm ihn weinend in den Arm. Sie kamen zu mir, ich saß noch immer ganz brav - wie „angeklebt“ - auf der Bank, und triefend vor Rübenkraut. Dies hielt meine Mutter nicht davon ab, auch mich weinend in den Arm zu nehmen. Sie musste uns erst einmal trösten. Wir gingen zu dritt zum Roten Kreuz, wo ich dann zuerst einmal so richtig von Kopf bis Fuß gesäubert wurde.

Danach ging es in einen großen Wartesaal, in dem die Wochenschau alles filmte, auch uns. Leider haben wir diesen Film oder Ausschnitt niemals gesehen.

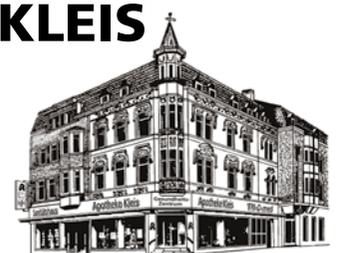
Anschließend fuhren wir drei mit unseren neun Gepäckstücken bis zur Endstation, an der unser Vati mit Spannung auf uns wartete. Die Freude war riesengroß, endlich waren wir wieder alle zusammen. Wer weiß, was aus mir und meinem Bruder geworden wäre, hätten wir unsere Eltern nicht mehr gefunden?

Barbara Köhnen-Rehn



## GESUNDHEITZENTRUM KLEIS

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



Rathausstraße 86 · 52222 Stolberg · Fon (02402) 2 38 21 u. 47 07 · Fax 57 05  
 Auf der Heide 37 · 52223 Stolberg-Breinig · Fon (02402) 34 08 · Fax 3 09 48 · www.apoheide.de  
 TRI-O-med GmbH · Aachener Straße 30 · 52249 Eschweiler · Fon (02403) 78 84-0 · Fax 78 84-19

Besuchen Sie unseren Sanivita-Shop unter [www.gesundheitszentrum-kleis.de](http://www.gesundheitszentrum-kleis.de)  
 Mehr als 20000 verschiedene Artikel für Gesunderhaltung und Krankenpflege

Jetzt neu in unserem Haus:

**KOSMETIKSTUDIO & FUßPFLEGE**

im **GESUNDHEITSFORUM**  
 „unterm Dach“



Nimmt man den Hund mit in den Urlaub, wird rechtzeitig geprüft, ob der Vierbeiner vorher noch mal geimpft werden muss. Der eigene Impfschutz wird im Vorfeld einer Reise dagegen oft vernachlässigt. Dabei gehört eine gewissenhafte Überprüfung zu jeder Urlaubsvorbereitung dazu, dies ist umso wichtiger, je weiter eine Reise von der Heimat wegführt. In den Tropen kommt man beispielsweise mit ganz anderen Krankheitserregern als Zuhause in Kontakt. Aber auch im europäischen Ausland drohen Gefahren: Hepatitis A und B gehören immer noch zu den häufigsten Reisekrankheiten, obwohl sie durch eine Impfprävention einfach zu verhindern sind. Auch Zecken sind in vielen Ländern ein wachsendes Problem, die FSME-Erkrankung kann äußerst gefährlich sein.



### Reiseapotheke nicht vergessen

Es gibt kaum etwas Ärgerlicheres, als ausgerechnet in der schönsten Zeit des Jahres krank zu werden. Doch die Erfahrung lehrt, dass es trotzdem passieren kann, genauso wie kleine Unfälle oder Verletzungen bei Sport, Spiel und Badespaß. Eine kleine, aber gut abgestimmte Reiseapotheke kann im Notfall kostbare Urlaubszeit sparen und die Nerven schonen.

# SICHER IN DEN URLAUB

*Die schönsten Wochen des Jahres liegen vor uns. Mit möglichen Unfällen, Krankheiten oder sonstigen unliebsamen Überraschungen setzt sich bei aller Vorfreude niemand gerne auseinander. Und dennoch ist eine gute Vorbereitung wichtig – nur dann kann man ganz entspannt in die hoffentlich schönsten Wochen des Jahres starten.*

### Welche Versicherungen brauche ich im Ausland?

Im Ausland zahlen deutsche gesetzliche Krankenkassen oft nur einen geringen Teil der Behandlungskosten beim Arzt oder im Krankenhaus, ein Krankenrücktransport wird generell nicht übernommen. Die Kosten können sich schnell auf mehrere tausend Euro belaufen. Die wichtigste Versicherung für den Urlaub ist daher die Auslandsreise-Krankenversicherung. Auch eine Reiserücktrittskostenversicherung kann unter Umständen nützlich sein, um im Ernstfall erhebliche Stornokosten zu sparen. Haftpflicht- und Unfallversicherungen gelten dagegen in der Regel rund um den Globus und müssen nicht extra abgeschlossen werden.



### Schützen Sie Ihr Zuhause

Hauptsächlich nutzen Einbrecher offene stehende Terrassentüren und gekippte Fenster, um in Immobilien einzudringen. Mit einigen Verhaltensregeln kann man es den Ganoven aber schwerer machen. Am besten ist es, Nachbarn oder Freunde damit zu beauftragen, das Haus oder die Wohnung für die Urlaubszeit zu betreuen. Diese können dafür sorgen, dass der Briefkasten nicht überquillt, der Rasen nicht auf einen halben Meter wächst und die Rollläden bewegt werden. Zusätzlich sollten aber auch gezielte Sicherungsmaßnahmen an Türen und Fenstern Standard sein. Für den Fall der Fälle schützt eine Hausratversicherung das Hab und Gut.

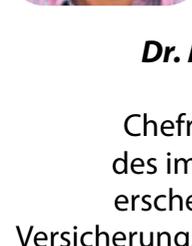
### Fragen Sie die Experten

- Welche Impfungen sind bei einer Reise unbedingt notwendig?
- Welche Versicherungen benötige ich im Urlaub?
- Was gehört in eine Reiseapotheke?
- In welchen Ländern lauern gefährliche Krankheiten?
- Welche Medikamente gehören ins Handgepäck?
- Wie schütze ich meine vier Wände während meiner Abwesenheit vor ungebetenem Besuch?
- Worauf muss ich beim Abschluss einer Hausratversicherung achten?

Diese und andere Fragen können Sie am 20. Mai von 10 bis 16 Uhr unter der **kostenfreien Rufnummer 0800 – 000 55 32** an vier erfahrene Experten stellen:



**Dr. med. Falko Panzer,**  
Facharzt für Kinder-  
und Jugendheilkunde.



**Dr. Matthias  
Beenken,**  
Chefredakteur  
des im Internet  
erscheinenden  
Versicherungsjournals.



**Prof. Dr. Christian  
G. Meyer,** Facharzt für  
Innere Medizin.



**Matthias Walther,**  
Experte für  
Sachversicherungen.



# FRÜHJAHRSPUTZ LEICHT(ER) GEMACHT

*Endlich ist er da, der Wonnemonat Mai. In diesem Jahr erwacht der Frühling nur sehr zaghaft, die Temperaturen steigen nicht so schnell wie erhofft und die Gartenarbeit kann erst jetzt so richtig beginnen. Die vielen bedeckten Tage der ersten vier Monate ließen bisher auch wenig Lust auf Frühjahrsputz aufkommen. Damit all diese Arbeiten sicherer und angenehmer erledigt werden können, stellen wir Ihnen vier pfiffige Hilfen vor.*



## Sicherheitsleiter

Diese Leiter können Sie sowohl im Garten zum Heckeschneiden, Baumkürzen, Ernten usw. benutzen, als auch im Haushalt. Hier passieren bekanntlich die meisten Unfälle. Sei es beim

Gardinenabhängen, Fensterputzen, Lampenputzen etc. Die Sicherheitsleiter besteht aus einem breiten, stabilen, standsicheren Aluminium-Gestell mit einem Geländer an drei Seiten, zwei kräftigen Griffen und einer breiten Plattform für ein bequemes und sicheres Stehen. Sie lässt sich auf 10 cm Breite zusammenfallen, wiegt nur 6 kg, verfügt insgesamt über drei Stufen und ist bis zu 150 kg belastbar.

## Gartenrollsitz

Langes Stehen, Hocken und Knien bei der Haus- oder Gartenarbeit, z.B. beim Unkrautjäten, Einfahrtreinigen, Gartenzaunstreichen oder Autopolieren,



erschwert die Arbeit unnötig und belastet die Gelenke. Auf dem Gartenrollsitz, mit stabilem Stahlrohrrahmen und leichtgängigen Kunststoffrollern, sitzen Sie sicher und bequem. Ihre Arbeitsutensilien können Sie in der unter Ihrem Sitz angebrachten Ablage praktisch verstauen. Gewicht: 3 kg, max. Belastbarkeit: 90 kg

## Gardinen-Schnellaufreier für Innenlaufschiene



Endlich brauchen Sie nicht mehr mühsam Röllchen für Röllchen, über Kopf

und auf einer wackeligen Leiter stehend, in die Gardinenschiene zu fädeln. Setzen Sie sich bequem hin und reihen sie Ihre Gardine in Ruhe auf den Gardinenaufreier. Danach wird der Aufreier in die Innenlaufschiene eingesetzt und mit wenigen Handgriffen wird die Gardine wieder auf die Schiene gezogen – fertig. Klingt einfach und ist einfach!

## Rückenstützgürtel

Viele Rückenprobleme entstehen durch schweres Tragen und falsche Haltung. Dieser Gürtel unterstützt die körpergerechte Haltung und leistet eine wichtige Unterstützung bei schwerer körperlicher Arbeit, sei es beim Umzug, bei schwerer Gartenarbeit, bei Umbauten etc.

Das luftdurchlässige Gewebe besitzt angenehm und fest. Verschiedene Stützstäbe, ein einstellbarer breiter Hüftgurt und extrabreite Träger sorgen für optimale Passform und lange Haltbarkeit.



*Gute Hilfsmittel sorgen dafür, dass die Arbeit leicht und mit mehr Freude von der Hand geht. Wir wünschen Ihnen viel Spaß dabei.*

Gabriele Hagemann



Die grüne Oase mitten in Aachen



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

[www.hangeweier.de](http://www.hangeweier.de)



# 50 JAHRE MALEFIZ®



50 Jahre, das ist eigentlich noch recht jung. Aber wenn ein Spiel ein halbes Jahrhundert lang konstant Erfolg hat, dann ist es wirklich ein Klassiker geworden. Die Geschichte des Malefiz® ist so spannend wie das Spiel selber. Erdacht hat es Werner Schöppner, damals Angestellter in einer Essener Großbäckerei. Seine Idee trug den wenig spannenden Titel „Räume oder Warte!“. Er bot sie den Verlagen mit diesem Schreiben an: „Ich habe ein Unterhaltungsspiel entwickelt, selbst gefertigt, und mit vielen Leuten gespielt. Das Spiel ist für alle Bevölkerungsschichten und Altersstufen in gleicher Weise nervenaufreibend spannend.“ Nur Ravensburger zeigte Interesse. Karl Maier, der damalige Firmenleiter und Sohn des Unternehmensgründers Otto Maier, probierte es im Familienkreis und war begeistert. Und dabei bekam das Spiel auch seinen Namen. Als Maier seiner Frau eine Blockade in den Weg legte, schimpfte sie: „Ja, du bist doch ein Malefiz!“

## Niedere Instikte

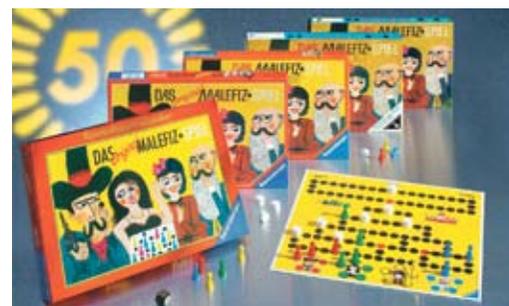
Es scheint heute unglaublich, dass Malefiz® 1960 mit seinem Erscheinen einen kleinen Skandal in der biedereren Spieleszene auslöste. Das Titelbild schickte sich nicht, es war nicht familientauglich. Und erst das Spiel selber! Da wurde rücksichtslos gedrängt und geblockt! Das war unerhört, sprach die schlechten Seiten im Menschen an und ein voller Erfolg, denn die erste Auflage war sofort vergriffen. Der Verlag erklärt das

so: „Die Zeit war reif für ein Spiel, das den braven Rahmen sprengte. Es hielt, was die ungewöhnliche Aufmachung versprach: Die starre Einförmigkeit, wie man sie aus anderen Laufspielen kannte, war überwunden. Die Werte eines hoch dynamischen Wirtschaftswunderlandes wurden überspitzt: Jetzt hieß es: Nicht mehr nur nach vorne schauen und möglichst schnell ans Ziel kommen. Jetzt zog man seine Steine auch seitwärts und rückwärts und schlug Konkurrenten in jeder Richtung. Hindernisse räumte man nicht einfach aus dem Weg, man nutzte sie, anderen den Weg zu versperren.“



## Fachhandel entscheidend

Wie sich das Geschäft in den letzten 50 Jahren geändert hat, zeigt ein Blick auf die damals fast revolutionären Verkaufsmethoden. Damit ein Spiel zum Erfolg wurde, mussten die seinerzeit noch marktbestimmenden Fachhändler gewonnen werden. Firmenchef Karl Maier warb persönlich für das Spiel. Er besuchte die großen Spielwarengeschäfte. Als erster Spieleverleger in Deutschland schickte Maier seine Mitarbeiter zu Verkaufsschulungen in die Läden. Der Verlag versandte hunderttausende Prospekte und gelangte so in die wichtigen Spielwaren-Kataloge.



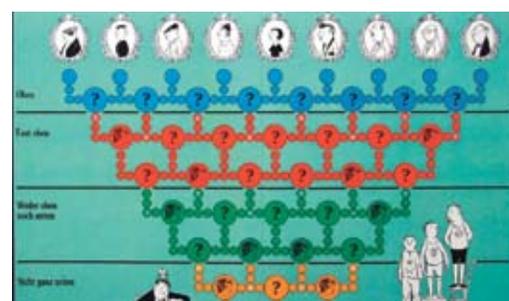
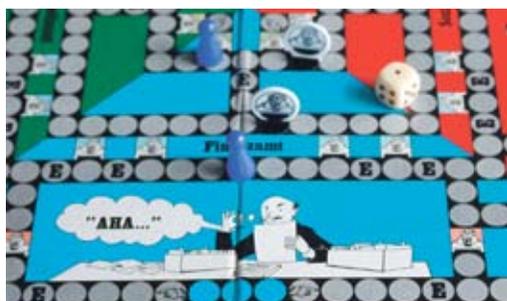
## Zeitloses Design

Beim Malefiz® bilden Spielprinzip und Gestaltung eine äußerst gelungene und zeitlose Einheit. Verantwortlich dafür zeichnete Erwin Glonnegger, seinerzeit Programmchef des Verlages. Er ließ den niederländischen Grafiker Jan van Heusden ein Bild entwerfen, das „viele Betrachter heftig schockierte“, wie Glonnegger heute sagt: „Ein Räuber mit Pistole, schwarzem Hut, grimmigem Blick und einem gezwirbelten Schnauzbart; an seiner Seite jene Dame mit dem - für damalige Verhältnisse - tiefen Dekolleté; ein rauschebärtiger Professor mit Brille und seine brave Enkelin - das ging vielen zu weit.“ Aber dieses Titelbild hob sich ab von dem biedereren Einerlei, machte neugierig und fesselt uns noch heute. „Es verbindet auf ideale Weise spannende Dramatik, künstlerische Qualität und signalisiert die wichtigsten Produktinformationen: spannend, interessant, geeignet für vier Personen jeden Alters und Geschlechts“ – so die Einschätzung Glonneggers.

Malefiz® ist heute ein Welterfolg mit gut fünf Millionen verkauften Exemplaren. Neben der klassischen Gestaltung gibt es Malefiz® in vielen Abwandlungen. Und wo Erfolg ist, da sind auch mehr oder minder freche Plagiate. Aber nur das Original-Malefiz® hat sich halten können und wird es sicher noch weitere 50 Jahre.

Berthold Heß

Bilder: Ravensburger Spieleverlag



SEITE 28

GEDÄCHTNISTRAINING

BRÜCKENRÄTSEL

Polizei	<b>C</b> hef	Sessel
Blüten	<b>H</b> onig	Melone
Koffer	<b>R</b> adio	Zubehör
Blitz	<b>I</b> deen	Reich
Hoch	<b>S</b> eil	Bahn
Fenchel	<b>T</b> ee	Kanne
Halb	<b>I</b> nsel	Staat
Nacken	<b>H</b> aar	Band
Stachel	<b>I</b> gel	Fisch
Gross	<b>M</b> utter	Tag
Welt	<b>M</b> eer	Katze
Mittel	<b>E</b> uropa	Pokal
Affen	<b>L</b> iebe	Voll
Schaden	<b>F</b> roh	Sinn
Ober	<b>A</b> rzt	Praxis
Geiz	<b>H</b> als	Krause
Platz	<b>R</b> egen	Schauer
Glocken	<b>T</b> urm	Uhr

Auflösung: **Christi Himmelfahrt**

WÖRTER SUCHEN

Melone, Erloes, Pflock, Galopp, Koloss, Salome

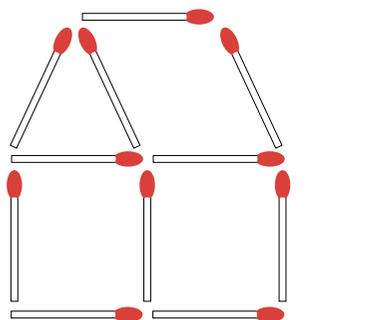
DER DURCHGESCHÜTTELTE WITZ

Ein Ehepaar streitet sich. „Schrei du nur“, brummt er, „das geht bei mir zum einen Ohr rein und zum anderen wieder raus.“ „Kein Wunder“, faucht sie, „es ist ja auch nichts dazwischen, was es aufhalten kann!“

ZAHLENREIHE

- 16 Immer im Rhythmus plus 1, plus 2, plus 3
- 4 Immer im Rhythmus plus 3, minus 7, plus 2
- 16 Immer abwechselnd mal 3 und minus 5
- 11 Immer abwechselnd mal 2 und minus 3.

STREICHHOLZ-RÄTSEL



SEITE 40 SUDOKU

Mini	Einfach	Mittel	Schwer

SEITE 29 GRIPSGYMNASTIK

RECHENSPIEL

Lösung:  $4 \times 5 \times 9 = 180$ ;  
 $23 \times 8 \times 20 = 3680$ ;  
 $27 \times 1 \times 19 = 513$ .

MAGISCHES QUADRAT

6	2	0	4	8
0	4	8	6	2
4	8	2	0	6
8	0	6	2	4
2	6	4	8	0

GLASKUGEL

Frank hat zwei Euro eingenommen und drei Euro verloren. Insgesamt hat er einen Euro verloren.

ZAHLENSPIELEREI

Die beiden letzten Ziffern miteinander multipliziert ergeben die erste zweistellige Zahl. Falsch ist 4558, denn  $5 \times 8$  ist nicht gleich 45.

EIN

GLEIS AUF DEM BAHNHOF

Es war ein Chinese, der das >r< nicht aussprechen kann, deshalb sagte er >Gleis< er meinte jedoch das Wort >Greis<.

FUSSGÄNGERTUNNEL

Der Lastwagenfahrer lässt soviel Luft aus den Reifen, dass er durch den Tunnel fahren kann.

ENDSPIEL

Holger hat 120 + 110 Euro eingenommen und 80 + 150 Euro ausgegeben, also  $\pm$  Null, weder Gewinn noch Verlust.

SANDUHREN

Sie lassen beide Uhren anlaufen und schalten nach 7 min die chemische Reaktion ein. Die Uhr mit dem 11-min-Ablauf läuft dann noch 4 min. Sofort nach Ablauf der 11 min drehen Sie die 11-min-Uhr um, die dann noch 11 min läuft. Insgesamt erreichen Sie damit 4 min + 11 min = 15 min Laufzeit.

SEITE 11 BILDERRÄTSEL

- |                          |                            |                           |
|--------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1 = A = Audi 50          | 6 = E = Fiat 500           | 11 = I = Pontiac Firebird |
| 2 = U = Chevrolet Camaro | 7 = C = Fiat 127           | 12 = K = Simca 1000 GL    |
| 3 = T = Citroen 2 CV     | 8 = H = Ford Fiesta        | 13 = E = Toyota Corolla   |
| 4 = O = Citroen CX 2400  | 9 = A = Honda Civic        | 14 = R = Trabant 601 K    |
| 5 = M = BMW 1502         | 10 = N = Mitsubishi Lancer | 15 = I = VW Käfer         |
|                          |                            | 16 = N = VW Bus T3        |

SEITE 32-33 SCHWEDENRÄTSEL

■■■■■U■■■E■■■R■■■  
 ERLAHMUNGPIANOLA  
 ■HINAB■EGEL■TONER  
 ■EL■SASSE■A■STAMM  
 MAINAU■S■ANCHE■A■  
 ■P■R■L■INSE■E■UND  
 ■SUEDESE■E■FRIESE  
 AKTIE■E■KATER■B■V  
 ■O■WUERZEN■M■AERO  
 MODERNE■T■NEUTRON  
 ■T■I■K■STIEL■M■M■  
 ■EISREVUE■B■BELAG  
 IRRSALP■SERENADE  
 ■R■C■REGAL■T■TUN  
 ■VERHOER■L■TORERO  
 GENE■P■ESSEN■R■S  
 ■R■I■ARENA■X■PASS  
 ■ELNINO■T■BALANCE  
 ■IAH■G■VENUS■A■H■  
 ■SEEBEBEN■S■FRUEH  
 GENIAL■RESEDE■L■ID  
 ■N■TUNESIEN■SWING

■■■■■P■■■A■■■A■B■■■  
 ■ABSALOM■TRAGOEDE  
 GUAVE■LARVE■IXION  
 ■E■■ROEM■■■ILL■D■D  
 ARTIG■NIELS■JENE  
 ■■EJECT■U■EURO■A■  
 ■R■R■ESRA■M■BAHN  
 GERING■P■LEHM■M■I  
 ■SAT■R■AUA■AEGIDE  
 ■PI■BAST■RANG■GAR  
 ■ENORM■ZUM■GALONE

■■■I■F■■■A■■■I■■■D■■■  
 ■NEIGUNG■AENGSTE  
 ■DIVERSBAHN■FATIMA  
 ■IBERER■GROG■FIX  
 RAE■N■SIEDLER■E  
 ■N■MOERTEL■G■IDOL  
 ■EDIKT■A■TEXT■I■  
 ■R■N■GRUBE■T■ALK  
 FIBEL■L■TARIF■K■O  
 ANZ■AKABA■ELASTIK  
 ■■WORMS■HAKEN■EOS

# WIR SIND IN DIE JAHRE GEKOMMEN, ABER NOCH LANGE NICHT ALT!



**Liebe Senio Magazin Leserinnen und Leser,**

der Aachener Pflegeservice von 1995 bis heute:

Wir sind stolz auf 15 Jahre ambulante Pflege in Aachen für Aachen.

Wir danken allen, die dies möglich gemacht haben:

unseren Patienten und ihren Angehörigen, unseren Mitarbeitern  
und Partnern! Das über viele Jahre hinweg erworbene Wissen und  
die Erfahrung werden wir auch künftig in den Dienst der Pflege stellen.

**Alles Gute und viel Freude wünscht Ihnen das  
gesamte Team des Aachener Pflegeservice**

**Kostenlose Beratung unter:**

Sittarder Str. 31, 52078 Aachen  
Telefon 0241 - 189 08 11

[info@aachener-pflegeservice.de](mailto:info@aachener-pflegeservice.de)  
[www.aachener-pflegeservice.de](http://www.aachener-pflegeservice.de)



seit 1995