

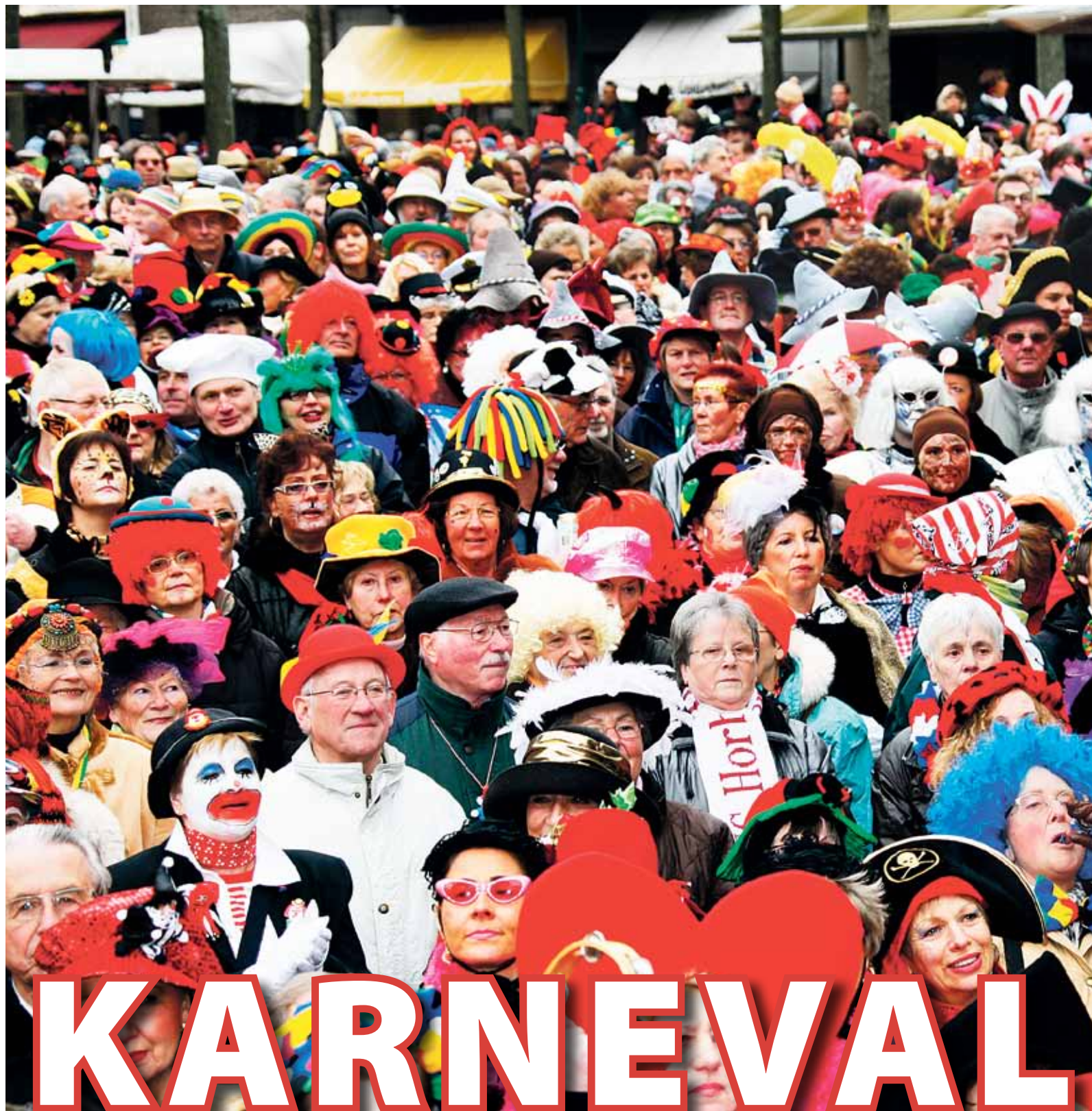
ZUM
KOSTENLOS
MITNEHMEN

Monatlich

Nummer 38
Februar 2011

SENIOR MAGAZIN

StädteRegion
Aachen



KARNEVAL

DAS FEST DER VERKEHRTE WELT

Selbsthilfegruppe Tinnitus, Gesundheitshaus Eschweiler, Steinstr. 87

10.02. 17.30 - 19 h Es werden noch Betroffene zwecks Erfahrungsaustausch gesucht. Infos im Selbsthilfebüro bei Fr. Thiel unter Tel.: 0241 51985319 oder Frau Schmitz Tel.: 02403 - 507417

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

26.02. ab 16-22 h Kaffee - und Tanznachmittag

Monatliches Treffen der VdK - Ac.-Burtscheid, Kapellenstr. 1-3 im Restaurant „Burtscheider Quelle“

01.02. 16.30 h

Psychose-Seminar, Atelier KunstWelle, Löhergraben 15/17 08.02. Jeden zweiten Dienstag im Monat von 18 bis 19.30 Uhr Ein kostenloses Seminar für Patienten, Angehörige, Ärzte und Menschen, die mit Erkrankten umgehen

KAB Aachen-Brand, Marienheim, Rollefstraße 4 14.02. 18.30 Uhr

Vortrag von Claudia Gabriel „Ernährung im Alter“ Eintritt frei

VdK-Ortverband Aachen-Burtscheid

Jeden ersten Dienstag im Monat

16.30 h Treffen im Restaurant „Burtscheider Quelle“ Kapellenstr. 1-3

Erzählcafé, Schleswigstr. 10-16, Ac

21.02. ab 15 h Frau Emmerich lädt ein. Das Elsassviertel im Osten der Stadt, so wie es einmal war..... Gezeigt werden alte Fotos aus dem Viertel.

Heimatverein Haaren-Verlautenheide Germanusstr. 32

Jeden 1. Dienstag im Monat 19.30 h

Termine für Aktuelles, Wanderungen, Vorträge, Besichtigungen usw. auch unter www.haaren-verlautenheide.de

Treffen Heimatkundler Arbeitskreis Kohlscheid

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

Termine für Wanderungen und Radtouren des Heimatvereins Kohlscheid unter www.heimatverein-kohlscheid.de

Treffen der Selbsthilfegruppe Aphasie

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

Seniorencafé, Pfarrsaal

Horbacherstr. 52, Ac-Richterich

Jeden Donnerstag ab 15 h

Kurpark-Terrassen Burtscheid, Dammstr. 40

Jazzmusik **18.02. 20 h** „Tador Swingtett“ (AC) **27.02. 11 h** ORLEANA JAZZBAND. A Truly New Orleans Experience.....

Jeden Do. ab 15 Uhr Seniorentanz

AWO Nord, Josef-von-Görres-Str. 18, Ac.

Jeden Montag Clubnachmittag mit Spielen **Jeden Dienstag** Kreatives Basteln und Werken **Jeden Mittwoch** Frühstück **Jeden Donnerstag** Warmes Essen/ Kaffee u. Kuchen/ Skatclub. Weitere Infos unter Tel.: Ac. 163604

Ausstellung Deutsch-Französisches Kulturinstitut Aachen, Theaterstr. 67

Verlängert bis 25.02.2011 Rudi Urgatz – Pariser Standpunkte. Mo-Do: 10.00-13.00 und 15.00-18.00 Uhr, Fr: 9.00-12.00 Uhr

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.: 0241- 6 93 34

Verzäll-Café, Minoritenstr. 3, in den Räumen der Integrierten Psychiatrie-seelsorge

Jeden letzten Montag im Monat 14.30 - 16 h Für Menschen, die unter Demenz leiden und ihre Angehörigen, Infos unter Tel.: 0241 - 40 76 93

Begegnungsstätte St. Hubertus, Kronenberg 127, 52074 Aachen

14.02. 15.30 - 16.30 h Heiteres

Gedächtnistraining mit Sigg Steins

02., 09., 16. u. 23.02. 10-12 h

Karten und Klönen

28.02. 13-21 h Karnevalistischer Tanznachmittag. Live Musik mit Eugen und Willi .

Weitere Termine unter Tel.: 0241 - 70 72 43

Trauercafé, Emmauskirche, Sittarder Straße 58, Aachen - Forst

03.02. 15 h „In der Trauer nicht allein“ Begegnung und Gespräch, Ökumenischer Trauerarbeitskreis

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

Beginn ist immer um 15 h

02.02. Von Redewendungen und Zitaten - wir gebrauchen sie täglich. Wo haben sie ihren Ursprung? Mit Monica Dawo-Collas

16.02. Spiel mit mir - z.B. Bingo

DRK-Seniorencub, Robensstr. 49, Ac

02. u. 16.02. 14.00 - 17.00 Uhr

Gemütliches, geselliges Beisammensein bei Kaffee und Kuchen

Engagiert älter werden, Annastr. 35, Ac

02., 03., 09., 10., 16., 17., 23. u. 24.02.

19-21 h PC-Café

07., 14., 21., u. 28.02. 14-17 h

Montagsspielrunde

Weitere Termine unter Tel.: 0241 - 211 55

Seniorencub Arche, Schurzelterstr. 540, 52074 Ac

Beginn ist immer um 14.30 h

03.02. Legenden um den Aachener Dom, vorgestellt von H. Vandebrack

10.02. Lina Braake - der Film. Die Geschichte einer alten Dame und ihren Kampf gegen eine Bank

17.02. Gedächtnis spielend trainieren-heitere Gedächtnisspiele - Thema: Brot

24.02. Pro Senior - Gesund im Alter. Vortrag/Gespräch R. Hamacher

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.: 0241 - 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 inklusive Bildmaterial in allen Factor:G-Medien und -Publikationen beliebig oft, zeitlich und räumlich unbeschränkt 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 gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Senio Magazins wieder.
- Alle Urheberrechte verbleiben beim Senio Magazin bzw. den Autoren. Der Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur

mit schriftlicher Genehmigung oder unter Angabe der Quelle gestattet.

• Der Abdruck von Veranstaltungsdaten erfolgt ohne Gewähr.

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

Anzeigen

• Die Anzeigenpreisliste wird auf Wunsch zugeschickt. Das Senio Magazin informiert Sie gerne auch persönlich.

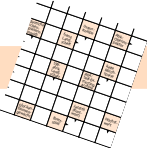
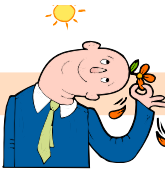
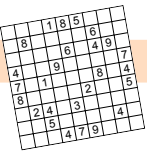
• Unmoralische oder unvertrauliche Anzeigen werden nicht angenommen.

• Das Senio Magazin darf über die Platzierung der Anzeigen entscheiden.

• Anzeigenannahmeschluss für die nächste Ausgabe ist jeweils der 18. des laufenden Monats.

Inhaltsverzeichnis

BERICHTE	4
• Tanzfestival • Bürgerbefragung • Thermografie-Aktion •	
KUNST	6
• Kunst und Leben im Dialog • 	
AACHENER ANSICHTSKARTEN	8
• Die Aachener Gastronomie um 1900 - Folge 4 • 	
BILDERRÄTSEL	9
• Bunt wie Karneval • 	
BERICHTE	10
• Studium Generale • „De drej Iis-Hellije“ • Eifelkabarett •	
EHRENAMTLICHE ARBEIT	12
• Im Einsatz für Walheim • 	
SENIOREN SCHREIBEN	14
• In einer anderen Zeit • Der „Internet-Opa“ • 	
SENIOREN SCHREIBEN	15
• Das gab es noch nie • 	
SENIORENEINRICHTUNGEN	16
• Visitatis Tagespflege • 	
SENIOREN SCHREIBEN	18
• Nächtlicher Besuch • 	
SENIOREN SCHREIBEN	19
• Flötistinnen aus Passion • 	
MUSEUMSKULTOUR	20
• Glückauf in Merkstein • 	
HOBBYS UND MENSCHEN	22
• Der singende Figaro • 	
LIEBEN, LACHEN, LEBEN	23
• Liebe kennt keine Alter • 	
THEMA DES MONATS	24
• Karneval das Fest der verkehrten Welt • 	
SENIOREN SCHREIBEN	26
• Ich wollte ja schon immer... • Schuhe... • 	
SENIOREN SCHREIBEN	27
• Kleider machen Leute • 	

SCHWEDENRÄTSEL	28
	
DIE STÄDTEREGION AACHEN INFORMIERT	30
• Fit im Winter • 	
EINE VON UNS	31
• „Heute kann ich darüber reden“ • 	
GEDÄCHTNISTRaining	32
	
GRIPSGYMNASTIK	33
	
BITTE LÄCHELN	34
	
EHRENAMTLICHE ARBEIT	35
• Ein Leben für die Senioren • 	
SENIOREN SCHREIBEN	36
• Über das Lernen im Alter •	
SENIOREN SCHREIBEN	37
• Die Ehrlichkeitsprobe • 	
COMPUTER	38
• Der virtuelle Bewegungscoach • 	
DIE APOTHEKE INFORMIERT	39
• Änderungen bei der Arzneimittelabgabe • 	
REISEBERICHTE	40
• Gestatten, mein Name ist Triops • 	
VORBEUGUNG UND GESUNDHEIT	42
• Raucher • Patientengerechtere Therapien •	
RÄTSEL	44
• Sudoku • 	
ÖCHER PLATT	45
• Nuet-Fastelovvend • 	
GESELLSCHAFTSSPIELE	46
• Für große & kleine Kinder • 	
AUFLÖSUNGEN	47

Liebe Leserinnen und Leser!

Ein Jahr geht zuende, ein neues beginnt. Die weltweite Politik war 2010 in der Hauptsache mit dem Verschieben der größten anstehenden Probleme auf die Zukunft beschäftigt und konnte fast in keinem ihrer Aufgabenbereiche nachhaltige und positive Impulse setzen. Immer wichtiger wird daher das Engagement und die Beteiligung interessierter Menschen an den politischen Aufgaben und Fragen unserer Zeit. Nur so ist sicherzustellen, dass die Mehrheit der Bevölkerung profitiert und nicht Lobbyisten allein über unsere Zukunft bestimmen. Wir wünschen Ihnen Mut und Hoffnung für ein engagiertes und interessantes Jahr 2011!



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, P. Simons

Anzeige: Tel.: 0241 990 78 68
Grafik: A. Elfantel (elfantel-design)
Druck: Grenz-Echo Eupen
Auflage: 13.000 Exemplare

In dieser Ausgabe
haben mitgewirkt:

F. Erb, N. Krüsmann, D.H.K. Starke,
S. Tucharth, D. Heß, R. Wollgarten,
C. Graff, P. J. Heuser, C. u. H. Kluck,
J. Kühnast, E. Bausdorf, I. Gerdorf,
M. J. Fleu, J. Römer, H. Kleis, S. Heat,
W. Schönrock, H. Bremm, H. Amian,
K. Peters, H. Koch, C. Sachs, V. Klee,
W. Moormann, M. Katzenbach

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

INTERNATIONALES TANZFESTIVAL

Das internationale „schritt_macher Tanzfestival“ findet vom 4. Februar bis 7. April 2011 zum 16. Mal statt. Unter dem Motto „just dance!“ präsentiert das Organisationsteam rund um Festivalleiter und Veranstaltungsmanager Rick Takvorian insgesamt 20 Veranstaltungen, die zeigen, wie vielseitig und mitreißend Tanz heute ist.

„Nachdem die 15. Auflage eine bunte Mischung aus alten und neuen Freunden präsentierte, bekommt das von Jahr zu Jahr wachsende Publikum diesmal viel Neues zu sehen“, verspricht Takvorian. Nicht nur etablierte internationale Kompanien, sondern auch junge Ensembles aus Europa, Kuba und Kanada zeigen Tanz auf höchstem Niveau. Fortgesetzt wird die Kooperation mit dem Theater Heerlen.

„Grenzüberschreitungen liegen uns in jeder Hinsicht am Herzen. So wird das Festival 2011 erstmals nicht im Ludwig Forum stattfinden. Mit der Fabrik Stahlbau Strang im Aachener Osten haben wir einen spannenden neuen Veranstaltungsort gefunden. Das industrielle Ambiente dieser Kulturfabrik möchten wir gerne ausprobieren“,



Bild: Nederlands Dans Theater

erklärt Kulturdezernent Wolfgang Rombey. Aufgrund des 20-jährigen Jubiläums des Ludwig Forums und der damit

verbundenen Ausstellung „Hyper Real“ steht die Mulde als Tanzbühne leider nicht zur Verfügung. „Der neue Raum bietet hervorragende Bedingungen und 400 Sitzplätze, so dass wir auf einen neuen Zuschauerrekord hoffen dürfen“, sagt Takvorian. Im vergangenen Jahr hatten mehr als 6.000 Zuschauer die Tanzdarbietungen verfolgt.

Die Eröffnungsvorstellung in der Fabrik Stahlbau Strang, Philipsstraße 2, 52068 Aachen-Rothe Erde, findet am Freitag, dem 4. 2., um 20.30 Uhr statt. Die „Spellbound Dance Company“ aus Italien zeigt ihre Shows „Downshifting“ & „Nafas“. Weitere Termine sind am 5. und 6. 2. Mit der „RUBBERBANDance Group“ geht es am 11., 12. u. 13. 2. weiter. „Otra Danza“ (17. u. 18. 2.), die „Fabien Prioville Dance Company“ (20. u. 23. 2.) und „DanzAbierta“ (25., 26. u. 27. 2.) sind weitere junge und dynamische Tanzkompanien.

Eintrittskarten sowie Abonnements sind an den Vorverkaufsstellen in Aachen und Heerlen erhältlich. Die Einzelticketpreise liegen zwischen 15 und 21 Euro. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.schrittmacherfestival.de.

FOTO- UND VIDEOWETTBEWERB

Mit dem neuen Programm „Alter neu denken - Altersbilder“ will das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend ein neues, realistisches Bild vom „Alter“ in der Öffentlichkeit etablieren, denn viele traditionelle Bilder und Vorstellungen vom Alter entsprechen nicht mehr der Realität. Der Foto- und Videowettbewerb „Mein Bild vom Alter - Was heißt schon alt?“, mit dem das Programm startet, soll deshalb die ganze Bandbreite und Vielfalt des Alters aufzeigen.

Die heutigen Seniorinnen und Senioren sind im Durchschnitt gesünder, besser ausgebildet und vitaler als frühere Generationen. Viele ältere Menschen sind keineswegs an einem Rückzug aus der Gesellschaft interessiert, sondern zu einer Fortsetzung ihres Engagements in Beruf, Wirtschaft und Gesellschaft bereit. In einer im September 2010 durchgeführten Emnid-Umfrage haben 91 Prozent der Befragten den Wunsch geäußert: „Im Alter möchte ich aktiv sein und Neues kennen lernen“. Selbst bei den über 70-Jährigen äußerten das noch 78 %. 95 % der über 70-Jährigen erklärten: „Auch im Alter werde ich für andere da sein“.



DER FOTO- UND VIDEOWETTBEWERB

Er richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer jeden Alters, die ihre persönlichen Vorstellungen vom Alter im Video darstellen bzw. als Foto digital oder in Papierform einreichen können. Die Beiträge sollen deutlich machen, wie vielfältig und unterschiedlich die Vorstellungen

vom Alter(n) heute sind. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt - die Teilnehmer haben die Möglichkeit, eine kurze Geschichte zu ihrem Beitrag zu erzählen und werden gebeten, selbst zwei bis fünf Schlagworte zu ihrem Beitrag einzugeben, z.B. „Familie“, „Humor“, „Gesundheit“ oder „Erinnerung“.

Der Wettbewerb läuft bis zum 30. April 2011 und ist in den Kategorien „Foto“ und „Video“ jeweils unterteilt in „Profi“ und „Amateur“. Für jede Kategorie wurden drei Gewinnstufen mit Geldpreisen von 1.000 bis 3.000 Euro ausgelobt, die von einer Jury vergeben werden. Zusätzlich gibt es einen Publikumspreis auf Basis einer Online-Abstimmung und weitere Sachpreise. Auf www.was-heisst-schon-alt.de kann sich jeder registrieren lassen und Wettbewerbsbeiträge bewerten und einstellen. Die Preisverleihung soll im Sommer 2011 mit Bundesfamilienministerin Kristina Schröder in Berlin stattfinden. Weitere Infos finden Sie unter www.programm-altersbilder.de und www.was-heisst-schon-alt.de

RUNDGANG DURCH DAS „WOHNZIMMER“

Den Aachenern gilt das Couven-Museum als das „Wohnzimmer“ ihrer Stadt. Ein neuer Führer zeigt, wie Wohnkultur des 18. und des frühen 19. Jahrhunderts dort aktuell präsentiert wird.

Die Autoren Dagmar Preising und Ulrich Schäfer führen die Leserinnen und Leser darin durch die „period rooms“ des Hauses am Hühnermarkt, die aus verschiedenen Ensembles von Möbeln, Kaminen, Gemälden, Porzellan und Silber des 18. und 19. Jahrhunderts bestehen. Das Buch ist so übersichtlich aufgebaut und mit zahlreichen Fotos illustriert,

dass es den eigenen Besuch des Museums beinahe „ersetzen“ kann.

„Das Couven-Museum in Aachen“ ist sowohl in deutsch als auch in englisch, französisch und niederländisch zum Preis von 7 € im Buchhandel sowie an der Kasse des Couven-Museums erhältlich.



IDEEN ZUR GELDBESCHAFFUNG GESUCHT

Wie viele andere Städte befindet sich Aachen in einer schwierigen Haushaltslage. Der Haushaltsplanentwurf weist bei einem Gesamtvolumen von rund 750 Millionen Euro ein Defizit von über 60 Millionen Euro auf. Eine Meinungsumfrage per Internet soll nun die Information der Bürgerinnen und Bürger über anstehende Entscheidungen erhöhen und vielleicht den einen oder anderen zusätzlichen Euro einbringen.



Die Aachener Bürgerinnen und Bürger werden in diesem Jahr erstmals nach ihrer Meinung zu einzelnen Vorschlägen befragt, die den städtischen Haushalt entlasten können. Dies hatte der Rat der Stadt Aachen im Dezember 2010 beschlossen. Der Finanzausschuss legte nun die Fragen fest. Zwölf Fragen können interessierte Bürgerinnen und Bürger mit ja oder nein beantworten, etwa ob die Hebesätze der Gewerbesteuer und der Grundsteuer erhöht werden sollen, eine Tourismusabgabe eingeführt oder weiterhin ein beitragsfreies Kindergartenjahr, aus städtischen Mitteln, gewährt werden soll. Eher allgemeiner Art ist die Zusatzfrage, ob auch im kulturellen Angebot der Stadt zukünftig Einsparungen vorgenommen werden sollen. Darüber

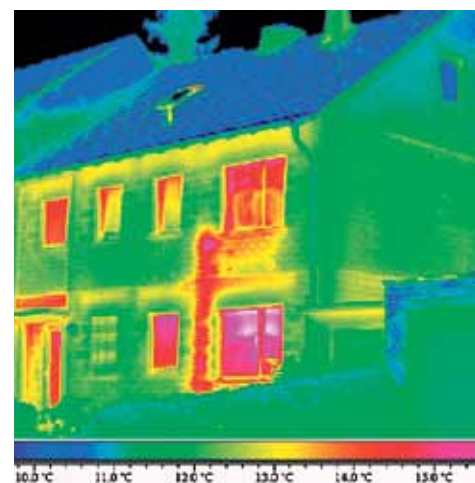
hinaus können eigene Vorschläge unterbreitet werden, wie die Stadt sparen oder ihre Einnahmen verbessern kann.

Die Befragung erfolgt ausschließlich über das Internet in der Zeit zwischen dem 20. Januar und dem 7. Februar, so dass die Ratsfraktionen die Ergebnisse der Befragung noch bei ihren Haushaltsberatungen berücksichtigen können. Zum Fragebogen gelangen Sie über www.aachen.de/haushalt. Die letztendliche Entscheidung über den städtischen Etat wird der Rat im April treffen.

Die Internetbefragung bedeutet für die Stadt den Einstieg in eine stärkere Beteiligung der Bürgerinnen und Bürger in Fragen des städtischen Haushaltes, in den kommenden Jahren soll die Bürgerbeteiligung wesentlich erweitert werden.

THERMOGRAFIE AKTION

Im Rahmen einer Sonderaktion der Verbraucherzentrale NRW können sich private Haus- und Wohnungsbesitzer, deren Gebäude sich in der Stadt Aachen und StädteRegion Aachen befindet, ab sofort für ein Komplettpaket aus Wärmebildern (Thermografie) und Energieberatung anmelden.



Mit einer Thermografie können Fachleute energetische Schwachstellen von Gebäuden aufdecken. Die Energielecks, die für das menschliche Auge nicht sichtbar sind, werden auf den Infrarotaufnahmen farblich dargestellt. Bei der Aktion bietet die Verbraucherzentrale in der StädteRegion Aachen Thermografie plus Energieberatung in einem Gesamtpaket für 190 Euro an. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung.

Interessierte Verbraucher können Anmeldeunterlagen unter 02404-93908 oder alsdorf.energie@vz-nrw oder Tel.: 0180-111 5 999 (Festnetzpreis 3,9 Cent/Min., Mobilfunkpreis max. 42 Cent/Min.) anfordern. Im Internet können die Unterlagen unter www.sparnachbar.de/thermoaktion-staedtereion-aachen zusammen mit wichtigen Hinweisen und den Allgemeinen Geschäftsbedingungen auch direkt heruntergeladen werden.

Die Aachener Gastronomie um 1900 - Folge 4



In den Aachener Gasthäusern gab es an den Karnevalstagen lustiges Treiben. Das galt auch für das Restaurant ‚Zum Franziskaner‘ am Büchel. Karte 1 (Küppers u. Demrath, Cöln 1895) zeigt unten links das Lokal im Haus Nr.45, direkt neben der damaligen Mayer’schen Buchhandlung, oben rechts den rustikalen Schankraum und links eine resolute, auf dem Fass sitzende Kellnerin, von der auf dem Spruchband gesagt wird: „D’ Loni is a net ohni!“



Jahrelang gab es vom ‚Franziskaner‘ eine Ansichtskarte aus dem Aachener Verlag Honnefelder, die rechts den thronenden Karl zeigte, darüber: ‚Urbs aquensis...‘. Links sieht man die Restaurantfassade und daneben ‚D’ Loni...‘. Auf dem Zierband steht oben der Name des Gastwirts (Karten 2-4).



Die Restauration hatte aber noch etwas Besonderes zu bieten: Hier hatten einige Gäste um die Jahrhundertwende den Carnivals-Club „Zum Franziskaner“ gegründet mit einem Präsidenten J. Assenmacher und regelmäßigen Versammlungsterminen. Vermutlich sollen die ebenfalls von Honnefelder produzierten Karten aus dieser Zeit das lustige Treiben der Karnevalisten illustrieren.

Karte 5 (1897) zeigt eine ausgelassene Herrengesellschaft, die von der festschen, von der Karte 1 bekannten Kellnerin in Stimmung gebracht wird. Wieder lesen wir: „D’ Loni is a net ohni“. Oben schlägt ein hammerschwingender Arm ein „frisch Fass“ an. Aus dem gleichen Jahr eine Lichtdruckkarte (6): ‚Im Quellinus-Keller‘ mit lustiger Bilderfolge. Links der böse Blick des Lehrers auf das ‚tierische‘ Treiben, in der Mitte der ‚verständnisvolle‘ Herr und rechts der zu Boden gesunkene Student: ‚Gaudeamus...‘



Karte 7 zeigt heiteres Treiben ‚Im Münchener Bräustübl‘, und ein Narr (?) mit Forke und Geld(?) -sack meint: ‚Behüet di Gott, Du schöne Sennerin‘.



Aus dem Jahr 1899 berichtet eine Chromolithographie (8) vom lustigen Treiben



ben „Im schwarzen Walfisch zu Askalon“. Unter der Bildreihe ist zu lesen:

Im schwarzen Walfisch zu Askalon

Da kneipt ein Mann drei Tag.

Ein lustger Musikante marschierte am Nil.

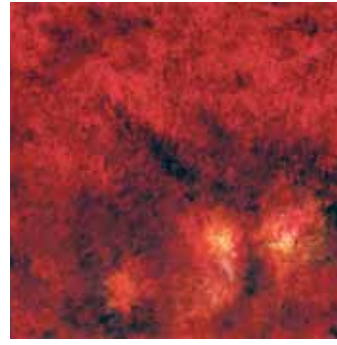
Da kroch aus dem Wasser ein grosser Krokodil.

Aber der Carnivals-Club war offenbar nicht von langer Dauer. Kurz nach der Jahrhundertwende wird er in den Aachener Adressbüchern nicht mehr genannt.

Womöglich deshalb, weil der Restaurateur so oft wechselte. 1995 heißt er J. G. Buchmeier (Karte 1), 1897 H. L. Wiedemeyer (2, 5, 6, 7), 1899 G. Terhorst (4 u. 8) und 1904 G. Zensen (3).

Von F. Schweitzer stammt die Innenansicht ‚Im Franziskaner‘ aus dem Jahr 1911 (9). Wieder hat der Wirt gewechselt: Jakob Sieb. Kein Wunder, dass es da den „Carnivals-Club Zum Franziskaner“ nicht mehr gab.





KUNST UND LEBEN IM DIALOG



Für Benno Werth gab es nie eine Alternative zur Kunst als Lebensinhalt. In Düsseldorf hat er Malerei und Bildhauerei studiert, 1949 – im Alter von 20 Jahren – zum ersten Mal Jugendliche und Erwachsene unterrichtet und ab 1950 als Maler und Bildhauer gearbeitet. Über 40 Jahre lang hat er als Professor für Bildende Kunst sein Wissen an Studierende weitergegeben, hatte in 11 Ländern über 110 Einzel- und Gruppenausstellungen. Er hat Straßen, Plätze und Gebäude gestaltet und ausgestattet und Wettbewerbe gewonnen. Auch in Aachen ist sein Werk Teil des Stadtbildes, z.B. am Elsaßplatz, in der Kuckhoff- und in der Scheibenstraße. In Eschweiler steht von dem St. Antonius-Hospital ein 3,50 m hoher Brunnen von Benno Werth.



Ich treffe Benno Werth in der Aachener „Galerie 45“, wo bis zum 20. Februar neueste Skulpturen und Bilder des Künstlers zu sehen sind. Zusammen sehen wir uns die Ausstellung an. Für den Künstler dreht sich alles um Dialoge. Er erklärt mir: „Es geht um die Umsetzung aus dem Null-Prinzip. Erstmal ist da gar

nichts, dann die weiße Leinwand und schließlich die verschiedenen Möglichkeiten, die in der Malerei stecken; in der Skulptur ist es ähnlich. Und dann geht der Dialog los.“ Die Kunst soll die Menschen erreichen, ihnen etwas geben. Die Bilder sind abstrakt, einige lassen ein Motiv erkennen, andere nicht.

Aber sie sind voll satter Farben und sehr lebendig.

Neben den Bildern gibt es viele Skulpturen zu sehen. Diese sind durch das Negativ-Form- und Gussverfahren entstanden, welches Benno Werth 1962 selbst erfunden hat. Die Entdeckung



Elsaßplatz, Aachen



Scheibenstrasse, Aachen



St Antonius-Hospital, Eschweiler



des Verfahrens geschah ganz zufällig: „Ich schweißte Metall, die Tropfen brannten dabei Löcher in die Werkbank. Dann kam ein Kollege von mir, der mich hantieren sah und sagte, er könne ein Material besorgen, das die Werkbank schützen würde. Er brachte mir Kieselgur. Jetzt brannte das herunter tropfende Metall nicht mehr ein, sondern formte sich ab. Und da habe ich gesagt: Halt!“ In Werths Kopf war ein Verfahren geboren, das Hinterschneidungen in einem Guss ohne jede Schweißnaht möglich macht. Der Künstler arbeitet dabei negativ in eine Gussform aus furanharzgebundenem Quarzsand, bohrt und fräst und erarbeitet damit das Flussbett für das Metall. Die Form zerfällt nach dem Gießen, die Skulptur bleibt als Unikat zurück. Was dieses Verfahren voraussetzt, ist die Gabe, sich die spätere Form positiv vorzustellen, sie aber negativ einzugraben, wie Galeristin Renate Hoffman

anmerkt. Resultat sind einzigartige, komplexe Skulpturen, die dem Betrachter stets einen Blick durch sie hindurch gewähren.

Benno Werth ist ein positiver Mensch, der Positives geben möchte. Bei der Frage nach seiner Inspiration kommt er darauf und die Notwendigkeit von Dialogen zurück: „Man kann sich auch in der Weltgeschichte nicht ohne dialogisches Prinzip verhalten. Ich habe nicht über das Dasein von Kriegen zu sprechen, das kann ich nicht. Aber ich kann etwas dagegen setzen. Den Dialog hinein holen, das setzt auch Aktivität voraus.“ Kunst schaffen, Kunst anschauen, etwas für sich mitnehmen. Werth möchte stets Hoffnung mitgeben. Das „Prinzip Hoffnung“ ist sein Lebensmotto.

Sascha Tucharth



WER IST ER?

Benno Werth wurde 1929 in Riesa (Sachsen) geboren, studierte Bildhauerei und Malerei in Düsseldorf; Staatsexamen als Werkerzieher, später Professor und Dekan im Fachbereich Design an der Fachhochschule Aachen; freie Tätigkeit als Bildhauer und Maler. Benno Werth lebt in Aachen. Seine Geburtsstadt Riesa hat ihn 2009 geehrt durch die Einrichtung eines „Benno-Werth-Saales“ im Stadtmuseum mit einer Dauerausstellung seiner Werke.

Die Ausstellung „offen bar“ ist bis zum 20. Februar in der „Galerie 45“, Ludwigsallee 45 in Aachen zu sehen. Öffnungszeiten sind donnerstags und samstags von 14.00 bis 19.00 Uhr und sonntags von 14.00 bis 17.00 Uhr. Am 20. Februar findet eine Finissage mit kunsthistorischer Betrachtung und Jazzmusik statt.



Volkshochschule Aachen

Das Weiterbildungszentrum im Herzen der Stadt



Egal ob Sie Sprachen lernen wollen



oder einen Ort der Entspannung suchen



aus Fischen pesce machen



oder einen guten Wein genießen



ob Computer für Sie iMac heißt



es Sie zum studium generale zieht oder Sie am liebsten eigentlich alles machen wollen:

Sie wissen, wo Sie uns finden.

VHS Aachen

zentral
kompetent
für alle



Volkshochschule Aachen
Das Weiterbildungszentrum
LebensLanges Lernen



BUNT WIE KARNEVAL

1. ___ Algerien
2. ___ Belgien
3. ___ Dänemark
4. D Deutschland
5. I Elfenbeinküste
6. ___ Finnland
7. ___ Frankreich
8. ___ Griechenland
9. ___ Indien
10. ___ Irland
11. A Island
12. ___ Italien
13. ___ Kroatien
14. ___ Kuba
15. E Liberia
16. ___ Luxemburg
17. ___ Malaysia
18. E Malta
19. ___ Monaco
20. ___ Niederlande
21. ___ Niger
22. ___ Norwegen
23. ___ Österreich
24. ___ Pakistan
25. ___ Peru
26. ___ Polen
27. ___ Russland
28. ___ Schweden
29. N Singapur
30. E Slowakei
31. ___ Slowenien
32. ___ Tunesien
33. ___ Türkei
34. ___ Ungarn
35. ___ Uruguay

NATIONALFLAGGEN Kennen Sie alle hier abgebildeten Flaggen? Sieht man sie einzeln, kommt man manchmal schnell dahinter. Sehen sich die einzelnen Reihen aber so ähnlich wie auf unserer Seite wird es schwierig. Deshalb haben wir Ihnen schon einige Lösungen vorgegeben. Wenn Sie alle richtig gelöst haben, ergibt sich von oben nach unten gelesen ein Zitat von Molière.



IHR ERSTER ANSPRECHPARTNER RUND UM DAS THEMA PFLEGE



IN AACHEN:
StädteRegion Aachen
Pflegestützpunkt
 Zollernstraße 10
 52070 Aachen
Tel.: 0241 / 51 98 - 50 74

IN AACHEN:
Pflegestützpunkt
im Haus der AOK
 Karlshof am Markt
 52062 Aachen
Tel.: 0241 / 464 - 118

IN STOLBERG:
Pflegestützpunkt
im Haus der AOK
 Frankentalstraße 16
 52222 Stolberg
Tel.: 02402 / 104 - 125

STUDIUM GENERALE

Auch im neuen Jahr wird es im studium generale an der Volkshochschule Aachen spannend. Vorträge bekannter Professoren, Ausflugsmöglichkeiten und sechs Seminare liefern eine Fülle an Einsichten über die nun im Mittelpunkt stehende Epoche: Das Mittelalter.



Seit 1946, als die VHS zum ersten Mal einen Vortrag über „Das finstere Mittelalter“ angeboten hat, ist gehörig mehr über die gar nicht immer so finstere Epoche bekannt. Von der Archäologie des Mittelalters in Aachen über die Astronomie bis zu der Entstehung des Islams in Spanien reichen die Vorträge, zu denen auch Gäste willkommen sind.

Das studium generale der VHS nutzen bundesweit Twens und über Achtzigjährige, Berufstätige und Pensionierte unabhängig vom Schulabschluss. Wer sich telefonisch oder persönlich angemeldet hat, kann sich unter Gleichgesinnten in die Epoche vertiefen und so dem immer stärker auf uns einprasselnden Medienregen entkommen. Hier darf und soll jede Frage gestellt werden. Dies bringt in der Suche nach etwas Weisheit sicher weiter und wird von den Teilnehmenden „Daseinserhellung“ genannt.

Mehr Infos gibt es im VHS-Programm oder auf www.vhs-aachen.de. Die Einführung und öffentliche Vorstellung der Dozenten im Forum am 8. Februar ab 17:30 Uhr ist kostenfrei.

„DE DREJ IIS-HELLIJE“

Mit einem herzerfrischenden Stück unterhält die Alt-Aachener Bühne das Publikum in der Spielzeit 2011. Schauplatz der Geschichte ist ein Bauernhof in der Soers, den die Brüder Pitt (Hubert Feiker), Pül (Günther Erkens) und Jupp (Ralf Büter) bewirtschaften. Ihre charakterfeste Haltung und ihr scheinbar ewiges Junggesellendasein führten dazu, dass sie im Volksmund „De drej Iis-Hellije“ genannt werden. Das geht so lange gut, bis ihre Schwester Báb erkrankt und dann auch noch ein Findelkind namens „Juppipa“ auftaucht. Die Alt-Aachener Bühne spielt „Die drei Eiseiligen“ noch bis Sonntag, 10. April. Karten für die Vorstellungen im Einhard-Gymnasium, Robert-Schuman-



Straße 4, sind donnerstags ab 19 Uhr an der Lukasstraße 7 zu beziehen.

Infos unter:

www.alt-aachener-buehne.de.

Nina Krüsmann



FARBIGE GEMÄLDE

Der Eschweiler Kunstverein präsentiert noch bis zum 06.02.2011 die Gemeinschaftsausstellung „United colors of Ramírez & Máro“, in der ausgewählte Ölgemälde aus prämierten Bilderzyklen von Rafael Ramírez Máro sowie aktuelle Ölgemälde und Glasskulpturen, ergänzt durch Contraplanos, Zeichnungen, Farbradierungen und Gouachen von Antonio Máro zu sehen sind.

Die gemeinsame Präsentation ihrer Kunstwerke lässt den Entwicklungsweg der beiden „verwandten“ Künstler wunderbar nachvollziehen. Antonio Máro, 1928 in Catacaos/Peru geboren, ist in nahezu allen künstlerischen Techniken ein Meister. Neben der Malerei beschäftigt er sich auch mit der Bildhauerei und arbeitet mit verschiedenen Materialien wie Holz, Metall, Glas und Keramik. Sein Sohn Rafael Ramírez Máro hat von ihm das Abstraktionsvermögen von der Pike auf gelernt und sich zurückbesonnen auf die Qualitäten der alten Meister und verbindet beide Stile miteinander. Seine Bilderzyklen befassen sich mit Themen

aus den Bereichen Zeitgeschichte, Kultur, Philosophie, Psychologie, Religion und Spiritualität.



Ort der Ausstellung ist die Städtische Kunstsammlung im Kulturzentrum Eschweiler Talbahnhof, Raiffeisenplatz 1-3, 52249 Eschweiler, geöffnet ist sie: Fr.: 16-18 Uhr, Sa.: 11-13 Uhr und So.: 11-13 Uhr u. 16-18 Uhr. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.eschweiler-kunstverein.de.

EIFELKABARETT

Hubert vom Venn und Jupp Hammer-schmidt verabschieden sich in diesem Jahr mit ihrem Programm „Und Tschüss...“ als Duo von den Eifeler Bühnen.



Im Rahmen ihrer Abschiedstournee gastieren die beiden am Freitag, den 04. 02. 2011, um 20.00 Uhr im „Steffelder Hof“, Streiffelder Hof 14, Herzogenrath-Merk-

stein, und am Samstag, den 05. 02. 2011, um 20.00 Uhr im „Jakob-Büchel-Haus“, Prämienstr. 57, Aachen-Walheim.

Das „Theater am Venn“ in Roetgen, das Hubert vom Venn leitet, bietet darüber hinaus regelmäßig mittwochs abends um 20 Uhr weitere Kabarettaufführungen an. So gastiert z.B. am Mittwoch, dem 09. Februar 2011, die Moderatorin und ehemalige WDR-Fernsehansagerin Sylvia Brécko mit ihrem Programm „Liebling, wir müssen reden!“ mit den kommunikativen Störungen zwischen den Geschlechtern. Und am 16. Februar 2011 nehmen die beiden Entertainerinnen Andrea Volk und Nina Knecht das Publikum bei ihrem Kabarett- und Musikprogramm „Jetzt tanzen alle Puppen“ mit auf eine fröhliche Reise zu den fernen Gestaden intellektfreier Zonen, begleiten Westerwelles zu einer Stippvisite in den frauenfreundlichen Iran, tanzen einen Abstecher zu U-100-Partys mit DJ Jopi Heesters und nehmen natürlich



ihre Männer mit auf die Reise. Aufführungsort ist das „Theater am Venn“, Pilgerbornstraße 2/Ecke Bundesstraße in Roetgen. Karten kosten im Vorverkauf 11,00 € plus VVK-Gebühr, an der Abendkasse 14,00 €. Weitere Termine und Informationen finden Sie im Internet unter www.landhaus-dickerengel.de.

NEUE GESUNDHEITSMAPPE

Mit Hilfe älterer Verbraucherinnen und Verbraucher hat die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) den Ordner „Alles im Blick – Meine Gesundheit“ auf seine Handhabbarkeit hin überprüft und verbessert.

„Alles im Blick – Meine Gesundheit“ ermöglicht es Ihnen, Ihre Unterlagen zu sortieren und abzuheften. Er beinhaltet hilfreiche Tipps und wichtige Vorlagen. So können Sie z.B. Ausweise und Pässe aufbewahren, Ihre Patientengeschichte erfassen oder aktuelle Veränderungen bei einzunehmenden Medikamenten notieren. Der DIN A4 Gesundheitsordner beinhaltet auch die Broschüre „Alles im Blick – Gesund unterwegs“, in die Sie die wichtigsten Informationen zu Ihrer Person, mögliche Vorerkrankungen, Impfungen oder Medikamente, die Sie einnehmen müssen, notieren können und kostet 14 € zzgl. Versandkosten. (Die DIN A5 Broschüre „Gesund unterwegs“ kann auch einzeln bestellt werden, auf sie wird eine



Schutzgebühr von 1,50 € zzgl. Versand erhoben.) Wer sich mit Papieren nicht mehr verzetteln möchte, hat die Möglichkeit mit der neuen CD-ROM „Alles im Blick – Meine Gesundheit“, Formulare direkt auf seinem Computer auszufüllen und zu speichern. So haben

Sie gesundheitliche Entwicklungen im Blick und können aktuelle Veränderungen unmittelbar dokumentieren. Die CD-ROM kostet 3,50 € (zzgl. Versand).

Alle hier genannten Materialien können einzeln oder als Komplettpaket zum Preis von 16 € zzgl. Versandkosten bestellt werden unter:

BAGSO Service GmbH
Bonngasse 10
53111 Bonn

Fax: 02 28 / 55 52 55 - 66
E-Mail: kontakt@bagso-service.de
www.bagso-service.de



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

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
info@itertalklinik-seniorenzentrum.de

IM EINSATZ FÜR WALHEIM

In unserem Land wäre vieles ohne ehrenamtliche Tätigkeit nicht denkbar oder könnte nicht bewerkstelligt werden. Eines von zahlreichen Beispielen ist das Engagement von Eberhard Büchel für den Aachener Stadtbezirk Kornelimünster-Walheim. Unser ebenfalls ehrenamtlich tätiger Mitarbeiter Josef Römer führte mit ihm das folgende Interview.

Herr Büchel, Sie engagieren sich seit Jahren als Bezirksbürgermeister und als Ratsherr der Stadt Aachen ehrenamtlich in der Kommunalpolitik. Was gehört zu Ihren Aufgaben und wo sehen Sie die Schwerpunkte?

Meine Aufgabe ist es einmal, die Sitzungen der Bezirksvertretung zu leiten. Des Weiteren habe ich den Bezirk zu präsentieren nach außen hin, bei Festen und sonstigen Veranstaltungen. Ich vertrete praktisch den Oberbürgermeister der Stadt Aachen im Bezirk, wie dies auch die Bürgermeister in der Innenstadt tun. Ein Schwerpunkt meiner Arbeit ist es, als Ansprechpartner für die Bürger des Bezirks da zu sein. So halte ich regelmäßig im Bezirksamt eine Bürgersprechstunde ab. In dieser kann ich mich der kleinen Sorgen und Nöte der Bürger annehmen, die „auf dem kleinen Dienstweg“ gelöst werden können und keiner Beschlüsse in der Bezirksvertretung bedürfen. Dies sehe ich auch als meine Hauptaufgabe an: Für den Bürger da zu sein. Meistens werde ich aber zwischendurch gerade da angesprochen, wo mich die Leute treffen, zum Beispiel auf den Veranstaltungen der Vereine oder auch auf der Straße.

Nehmen Sie auch noch andere ehrenamtlichen Aufgaben wahr?

Ich bin Vorsitzender der Interessengemeinschaft der Walheimer Vereine, zu der die Vereine in Walheim, Hahn und Friesenrath gehören. Dann habe ich den Vorsitz des VdK – Verband der Kriegsoffer und Sozialrentner – in Walheim, bin als Rendant der Sterbenotgemeinschaft in Walheim tätig und als Vorsitzender des Fördervereins Jakob-Büchel-Haus e.V. Außerdem bin ich Mitglied in verschiedenen Vereinen wie



Schützengesellschaften, Karnevalsvereinen usw. Durch den Besuch der zahlreichen Veranstaltungen zeige ich meine Verbundenheit und Anerkennung für die wichtige Arbeit der Vereine, die diese für die Gesellschaft erbringen.

Wie sehen Sie das Ehrenamt und dessen Zukunft?

Gemeinsam mit der Leiterin des Bezirksamtes lade ich zum Jahresbeginn alle Vertreter der im Bezirk vorhandenen Vereine ein, um uns für die dort geleistete Arbeit zu bedanken. Es ist ja so, dass es viele Aufgaben gibt, die eigentlich von der Stadt übernommen werden müssten, aber wegen fehlender Haushaltsmittel nicht oder erst zu einem späteren Zeitpunkt übernommen werden könnten. Hier kann der ehrenamtliche Einsatz vieler Bürger nicht hoch genug eingeschätzt werden. Im Zeichen knapper Kassen wird die Bedeutung des Ehrenamtes in Zukunft noch weiter zunehmen. Daneben kann die in den Sport-, Musik-, Karnevals-, Schützen- und sonstigen Vereinen, bei den Freiwilligen Feuerwehren und anderen Hilfsorganisationen geleistete Arbeit mit Kindern und Jugendlichen nicht hoch genug eingeschätzt werden. Durch deren sinnvolle Freizeitbeschäftigung und Betreuung wird erreicht, dass diese in der Zukunft nicht negativ auffällig werden.

WER IST ER?

Eberhard Büchel

wurde am 14.11.1950 im elterlichen Haus in Aachen-Walheim geboren. Sein Vater Jakob Büchel war von 1964 bis 1972 Bürgermeister der bis dahin selbständigen Gemeinde Walheim.



Nach Abitur, Jurastudium, Referendarzeit und zweijähriger Anstellung in einer Kanzlei ist er seit 1984 selbstständig als Rechtsanwalt. Seit 2010 befindet sich seine Kanzlei auch im elterlichen Haus, in dem er seit 1989 mit seiner Frau Deli lebt, die ihn bei seinen beruflichen und ehrenamtlichen Tätigkeiten unterstützt und begleitet.

Sie haben kürzlich das 60. Lebensjahr vollendet. Werden Sie alle diese Ämter und Aufgaben neben Ihrer Arbeit als Rechtsanwalt weiterhin ausüben, und wenn ja, wie lange voraussichtlich?

Mein politisches Mandat geht noch bis zum Jahr 2014. Bis dahin werde ich dieses Amt auch wahrnehmen. Die anderen Funktionen werde ich auch noch länger ausüben, wenn dies auch von den Mitgliedern der von mir vertretenen Vereine gewollt ist, es mir Spaß macht und meine Gesundheit es zulässt. Auch in dieser Beziehung möchte ich Vorbild sein, was das ehrenamtliche Engagement angeht. Andererseits will ich auch nicht „an meinem Stuhl kleben“ und abwarten, bis dass es heißt „wann geht der Alte endlich“.



Herr Büchel, gestatten Sie eine Rückblende: Wie kamen Sie zur Politik?

Durch meinen Großvater und meinen Vater bin ich vorbelastet. Mein Großvater Josef Büchel war schon Bürgermeister in Walheim seit 1949 bis zu seinem Tod. Später hat auch mein Vater Jakob dieses Amt übernommen und war bis zum Ende der Selbständigkeit Walheims als solcher tätig. So kam ich schon als Kind mit der Politik in Berührung.

1978 trat ich in die Junge Union ein, wurde sehr bald Kreisgeschäftsführer bis zum Übertritt in die CDU. Als mein Vater starb, wurde ich Vorsitzender des CDU-Ortsverbandes Walheim. Dieses Amt gab ich vor zwei Jahren ab. Durch mein Engagement kam ich dann zwangsläufig 1988 in die Bezirksvertretung und 1994 auch in den Rat der Stadt Aachen. Seit 1994 bin ich Bezirksvorsteher bzw. nach der Änderung der Amtsbezeichnung Bezirksbürgermeister.

Was würden Sie heute jungen, aber auch alten Menschen über das Engagement im Ehrenamt sagen?

In der Politik haben wir relativ wenig junge Leute. Offensichtlich können sie nur für eine gewisse Zeit mit dem Blick auf ein Ziel hin aktiviert werden. Für eine kontinuierliche Mitarbeit über einen längeren Zeitraum mit auch unangenehmen Aufgaben ist es schon schwieriger, junge Menschen zu aktivieren. Dies gilt genauso für Kirchen, Gewerkschaften und auch Vereine. Wichtig ist, dass junge Menschen durch ein Ehrenamt geformt und für ihr späteres Leben positiv beeinflusst werden. Aber auch ältere Menschen können mit ihrer Berufs- und Lebenserfahrung im Ehrenamt viel für die Gesellschaft und für sich tun. Vor allem im Rahmen einer alternden Gesellschaft ist das Engagement Älterer nach dem Ausscheiden aus dem Erwerbsleben sehr wichtig.

Herr Büchel, das Senio Magazin bedankt sich für das Interview und wünscht Ihnen weiterhin viel Erfolg im Ehrenamt und alles Gute für Sie persönlich.

Text und Fotos:

Josef Römer



Senioren gehen bei der Blutspende in die Verlängerung

Gute Nachricht für alle langjährigen Blutspender, die vom Gesetzgeber mit dem Erreichen des 65. Lebensjahres die rote Karte gezeigt bekommen: Die Altersgrenze für Blutspender ist aufgehoben worden!

Geübte Blutspender dürfen nun in der Regel bis zum Alter von 68 Jahren Blut spenden, wenn der Spendearzt dies für unbedenklich hält. Senioren, die im vitalen vorgerückten Alter mit dem Blutspenden anfangen wollen, können dies bis zum Alter von 60 Jahren tun. Auch hier kann die Grenze durch ärztliche Rücksprache aufgehoben werden.

Alle, die sich gesund und fit fühlen und die in Absprache mit dem Spendearzt auch im Alter bei den „Aachener Vampiren“ Blut spenden wollen, sind herzlich eingeladen.

Zum ersten Besuch sollte ein Termin vereinbart werden, ansonsten kann jederzeit zu den Öffnungszeiten ins Uniklinikum gekommen werden.

Die Vampire sind zu folgenden Zeiten für Sie da:



**Mo. – Mi.: 11.30 – 19.00 Uhr
Do.: 7.30 – 19.00 Uhr
Fr.: 7.30 – 13.30 Uhr**

Infotel.: 0241 / 80-80 000

Termine: 0241 / 80 89 494

**Uniklinikum Aachen
Transfusionsmedizin
Pauwelsstr.30, 52074 Aachen**



IN EINER ANDEREN ZEIT

Wir schreiben das Jahr 2021, und die Unterführung am Kaiserplatz ist seit 20 Jahren geschlossen. Wieder einmal treffe ich mich mit meiner alten Freundin Brigitte. Wir begeben uns in ein Café. Dort frischen wir Erinnerungen auf, es gibt viel zu erzählen. Hin und her fliegt der bekannte Satz: „Weißt du noch?“



Ja, Brigitte sprach wieder von jenem Abend, als wir von einem Konzertbesuch auf dem Heimweg in der Unterführung am Kaiserplatz stehen blieben. Wir waren zu dem Zeitpunkt dort ganz alleine. Erstaunt schauten wir uns an. Es ist kaum zu glauben, aber wir hörten unzählige Stimmen, Lachen, Rufen und Scherzen. Doch niemand war zu sehen. Indem wir noch rätselten, woher die Stimmen wohl kommen könnten, öffnete sich plötzlich der Boden und teilte sich in zwei Hälften. Erschrocken sprangen wir zur Seite. Unseren verwunderten Augen bot sich ein gar herrliches Bild: Es zeigte sich der Kaiserplatz zu einem anderen Zeitalter.

Elegante Menschen flanierten Arm in Arm, zu zweit, zu dritt, auch in größeren Gruppen gemächlich über den mit viel Grün bewachsenen Kaiserplatz. Hin auf bis in die mit den herrlichsten Bäumen begrenzten Alleen. Die Mode der Menschen so romantisch, so schön und erlesen anzusehen. Lange, berüschte Kleider für die Damen, Hüte für beide Geschlechter. Selbst die Kinder waren auserlesen gut gekleidet. Die Herren oftmals hoch zu Ross. Es herrschte eine lebhaft, aber stressfreie Atmosphäre auf dem damaligen Kaiserplatz. Die Luft war erfüllt von Blütenduft, und zarte Parfümwolken kitzelten unsere Nasen. An einigen hübsch gedeckten Tischen ließen

es sich die Aachener gut gehen, ebenso viele fremde Badegäste ließen sich Kaffee und Kuchen munden. Ein traumhafter Einblick in eine andere Zeit. Ob es wirklich einmal so gemütlich zugeht im alten Aachen? Wer weiß?

Keine Autos, keine Busse, keine Abgase, kein Schmutz und keine Armut. Schwer zu glauben, vielleicht eine Sinnestäuschung? Oder war das die viel zitierte „gute alte Zeit“? Noch weniger zu glauben. Brigitte schaute ungläubig zu mir herüber. Noch ehe wir recht begriffen, was geschehen war, schloss sich der Boden wieder und weg war der zauberhafte Anblick des Kaiserplatzes zu einer anderen Zeit. Beide konnten wir das Geschehene nicht glauben und doch war es so.

Brigitte und ich hielten es für besser, mit niemanden hierüber zu reden. Vielleicht hätte man uns beide in die Psychiatrie eingewiesen.

Doch immer, wenn wir uns begegneten, erzählten wir von diesem Geschehnis. Manchmal träumten wir davon, tief unter dem Kaiserplatz und seiner Unterführung zu leben, in einer anderen Zeit.

Karin Peters



DER „INTERNET-OPA“

Hallo Opa, wie gehtes Dir? Diese Botschaft fand ich als E-Mail in meinem Computer. Meine Enkelkinder Janina und Rebecca hatten die Meldung an mich gesandt. Freudig teilten sie mir mit, dass sie eine eigene „homepage“, also Hausseite im Internet hätten. Sehen Sie nach: www.pipilotta.de lautet die Adresse.

Ihre Mutter war den beiden jungen Damen behilflich. Warum der Name „pipilotta“? Die Mutter hat in ihrer Jugend „Pippi Langstrumpf“ gelesen und so den Namen abgeleitet.

Wie geht es anderen Omas und Opas ohne Internetzugang? Wie können sie mit ihren Enkelkindern kommunizieren, wenn diese Lust verspüren, die Großeltern zu erreichen? Sicher, es gibt Telefon. Aber wie die Jugend ist, arbeiten sie lieber mit den neuen Medien, wollen prüfen, ob die „Alten“ es auch können.



Also nur Mut, liebe Omas und Opas. Zeigt euren Enkelkindern, dass ihr mithalten könnt! Es gibt Internetkneipen und Internetcafés, wo man auch ohne eigenen Computer und Zugang ins „World Wide Web“ einsteigen kann.

Am Samstag surfte ich wieder im Internet, weil ein Bekannter von mir einen günstigen Flug in die Karibik suchte. Ich fand einen Reisediscounter, konnte aber ad hoc nicht feststellen,

wo dieser sich befand. Zuerst musste ich noch einen „Cookie“ einrichten. Mutig sagte ich ja, ohne zu wissen, was dahinter steckte. Ein Cookie, auf Deutsch „Keks“ oder „Plätzchen“, ist ein kurzer Eintrag in einer Datenbank und dient dem Austausch von Informationen zwischen Computerprogrammen oder der zeitlich beschränkten Archivierung von Informationen. Die Anbieter wollen so wissen, wer in ihren Angeboten nachschaut.

Nach einer Stunde kam dann aus Deggendorf in Niederbayern ein Fax mit einem „tollen Angebot“ bei mir an: Flug ab Amsterdam 620 €. In Aachen kostet der gleiche Flug 550 € als IATA-Linienflug. Es ist also nicht alles „Discount“, was man im Internet findet. Freude kam auf, als ich feststellte, dass es noch Lastminuteflüge ab Düsseldorf für 330 € gab.

Mathias J. Fleu



DAS GAB ES NOCH NIE

In jedem Jahr lädt der Brander Arbeitskreis „Kunst und Musik“ zu einem Konzert ein, aber diesmal stehen nicht nur Stücke von Mozart, Beethoven und Schubert auf dem Programm. Mit der „Suite grotesque“ wird ein modernes Stück aufgeführt, und die Komponistin ist extra aus Mailand angereist, um dieser Aufführung beizuwohnen.



Elisabetta Brusa, 1954 in Mailand geboren schrieb schon als Fünfjährige 32 Klavierstücke, studierte am Mailänder Konservatorium bei Bruno Bettinelli und ist nach Preisen und Stipendien in den USA seit 1985 Dozentin am Mailänder Konservatorium.

Als ich die Ankündigung „Sinfoniekonzert mit dem Aachener Kammerorchester“ und die berühmten Namen Mozart, Beethoven und Schubert las, freute ich mich auf einen Musikgenuss und war gespannt auf das moderne Stück von Brusa. Hätte ich gewusst, dass das Schicksal mir den Platz neben der Künstlerin zugedacht hätte, ich wäre mit Stift, Papier und Kamera bewaffnet angetreten. Aber, wie immer beim Konzert, habe ich nur ein Mini-Handtäschchen dabei, und so muss ich mir einen Stift leihen, denn soll ich mir die Gelegenheit entgehen lassen, um ein Autogramm zu bitten? Leider wird der Ouvertüre zu Mozarts „Figaro“ dadurch nicht meine volle Aufmerksamkeit zuteil, weil ich im Geiste eine englische Konversation führe, um meiner Bitte Ausdruck zu verleihen. Zuerst versuche ich jedoch, das herrisch-kraftvolle Scherzo, das unheimlich-dunkle Adagio, das einschmeichelnd-sanfte Andante und das lebhaft karikaturistische Finale der Suite grotesque richtig zu verstehen. Nach diesem Stück wird Elisabetta Brusa nach vorne gebeten, wo sie zusammen mit dem Orchester den Applaus des begeisterten Publikums entgegen nimmt. Und ehe dann Beethovens „Romanze F-Dur“ erklingt, fasse ich mir ein Herz, um meiner Bewunderung Ausdruck zu verleihen, dass es einer Frau gelungen ist, in eine typische Männerdomäne einzudringen.

Ganz bescheiden antwortet Elisabetta Brusa, dass das heute gar nicht mehr so selten sei. Und gibt mir auf dem Programmheft das gewünschte Autogramm „with best wishes“. Dadurch kühn geworden, muss ich einfach fragen, ob das Orchester unter Leitung von Reinmar Neuner die „Suite grotesque“ zu ihrer Zufriedenheit gespielt hätte. Meine Frage wird bejaht, und ich sehe ein glückliches Lächeln auf dem Gesicht der Künstlerin. Glücklicherweise bin auch ich, so dass ich bei Franz Schuberts Sinfonie Nr. 1 D-Dur in Hochstimmung bin und dem Adagio, dem Andante, dem Menuetto und dem Allegro vivace noch nie so intensiv gelauscht habe.



Schade, dass die Künstlerin nach dem Konzert sofort von einem Begleiter abgeholt wurde. Ich hätte ihr noch gerne einige Fragen gestellt. Aber ein Glück, dass es Konzertbesucher gibt, die eine Kamera dabei haben, so komme ich auch noch zu einem Foto von Elisabetta Brusa.



Inge Gerdorf
Fotos: Herbert Bremm



« 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

ALLES UNTER EINEM DACH AMBULANTER PFLEGEDIENST - PFLEGEBERATUNG - TAGESPFLEGE

VISITATIS® GmbH



Liebe Leserinnen und Leser, an dieser Stelle möchten wir die Möglichkeit nutzen, unsere Tagespflege und unseren ambulanten Pflegedienst VISITATIS vorzustellen.

Es war schon lange mein Anliegen unser Angebot für Senioren zu erweitern. Außerhalb des ambulanten Pflegedienstes VISITATIS bieten wir in den Räumlichkeiten des „Rosenparks“ in Aachen-Laurensberg seit dem 01.12.2010 eine **Tagespflege** an.

Mit der Tagespflegeeinrichtung verfolgen wir das Ziel, dass pflegebedürftige Menschen möglichst lange in ihrer vertrauten Umgebung verweilen können. Wir wollen Ihnen und Ihren Angehörigen Entlastung und Hilfe anbieten. Die VISITATIS-Tagespflege dient zur Sicherstellung und Ergänzung häuslicher Pflege. Sie können hier an 5 Tagen in der Woche (Montag bis Freitag) in der Zeit von 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr in netter Gesellschaft Ihren Tag verbringen. In einer freundlichen und wohnlichen Atmosphäre finden die Tagespflegegäste Anregung, Therapie, Betreuung, Geborgenheit und Wärme.

Eine gute Betreuung bei Pflegebedürftigkeit wünscht sich jeder für sich und seine Angehörigen. Oftmals haben berufstätige Angehörige Sorge, ihre Mutter oder ihren Vater in der Zeit der Berufsausübung alleine zu lassen oder einfach eine Zeit der Entspannung für sich in Anspruch zu nehmen. Eine Möglichkeit, tagsüber gut versorgt zu werden, bietet da die Tagespflegeeinrichtung.

Dem Tag einen Sinn geben

Unser Hauptanliegen ist es, für unsere Besucher einen Ort zu schaffen, an dem sie sich wohl und zuhause fühlen. Ein abwechslungsreicher Tag erwartet unsere Besucher. Dabei gehen wir auf die individuellen Bedürfnisse und Ressourcen des Einzelnen ein. Durch eine optimale Anpassung unsere Angebote an die Interessen der Besucher, möchten wir Ihre Lebensqualität, Ihre Selbständigkeit und ihr Wohlbefinden bestmöglich unterstützen. Ein Team aus qualifizierten Mitarbeiterinnen aus der Altenpflege und Sozialpädagogik steht ihnen hierbei mit langjährigen Berufserfahrungen zur Verfügung.

Während eines kostenlosen Schnuppertages haben Sie die Möglichkeit sich über den Ablauf in der Tagespflegeeinrichtung zu informieren und unser multi-professionelles Team kennen zu lernen. Ein Fahrdienst erleichtert Ihnen die An- und Abreise.

Der Tag in unserer Einrichtung beginnt mit einem gemeinsamen Frühstück bei dem unsere Tagespflegegäste in gemüthlicher Runde miteinander ins Gespräch kommen und sich austauschen können.

Danach bieten wir eine Vielzahl an Aktivitäten an, wie z.B. Sitzgymnastik



oder das Gedächtnistraining, denn wir möchten, dass Sie geistig und körperlich fit bleiben. Aber auch Gesellschaftsspiele, gemeinsames Basteln oder die Möglichkeit zu kochen und zu backen stehen zur Auswahl.

Nach dem reichhaltigen Mittagessen ist eine Phase der Ruhe möglich. Danach gestaltet sich der Nachmittag mit gemeinsamen Singen, Bingospielen oder einem Literaturnachmittag.

Gerne unternehmen wir auch Ausflüge in die landschaftlich schöne Umgebung des Rosenparks oder besuchen Museen und Cafés.

Speziell für Gäste mit eingeschränkter Alltagskompetenz bieten wir bestimmte Maßnahmen, wie die 10-Minuten Aktivierung oder die Basale Stimulation an. Dabei werden Körper und Geist aktiviert und sensorische Fähigkeiten gefördert.

Das Angebot einer besonderen Entspannungstechnik, das Snoezelen, hilft Menschen mit außergewöhnlichen Bedürfnissen durch leise Klänge/ Melodien und Lichtspielen ihre innere Ruhe zu finden.



EINWEIHUNG TAGESPFLEGE



Ein auf dieses Konzept ausgestatteter Raum steht den Gästen zur Verfügung.

Dem allgemeinen Ruhebedürfnis älterer Menschen wird durch seniorengerechte Ruheräume entsprochen. Bequeme Liegesessel als auch Tagespflegebetten stehen den Gästen hierzu zur Verfügung.



Dies soll ein kleiner Einblick in das Leistungsspektrum des Pflegedienstes VISITATIS sein.

Integriert in das Wohnkonzept im „Rosenpark“ ist ein Gesundheitszentrum mit Schwimmbad, Physiotherapie und Sauna sowie ein Restaurant für viele Gelegenheiten, ein Kiosk, Friseur und ein Waschcenter.

Wenn Sie nähere Informationen benötigen, schauen Sie doch einfach beim VISITATIS Pflegedienst, Kamperstr. 24 in Aachen vorbei. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Alles unter einem Dach

Ambulanter Pflegedienst – Pflegeberatung – Tagespflege

Der ambulante Pflegedienst VISITATIS wurde von mir vor ca. 15 Jahren gegründet. Unsere Geschäftsstelle befindet sich in Aachen, Kamper Straße 24. Unsere Leistungen im Bereich Kranken- und Altenpflege sind sehr vielseitig. Sie reichen von einfachen Betreuungsleistungen, über die Körperpflege, Behandlungspflege (z.B. Spritzen, Medikamentengabe, Wundversorgung) bis hin zur Intensivpflege. Die Beratung von Patienten und Angehörigen nimmt bei uns einen sehr hohen Stellenwert ein.

Schon jetzt werden im Rosenpark Senioren von unserem ambulanten Pflegedienst betreut und beraten. Die besonders geschulte Mitarbeiterin Fr. Angela Wassenberg hat ab dem 01.12.2010 die Funktion der **Pflegeberaterin** im Rosen-

park übernommen. Sie haben die Möglichkeit alle pflegerelevanten Bereiche mit Frau Wassenberg zu analysieren um mit Ihnen gemeinsam eine tragfähige Lösung zu finden.

Gerne beraten wir Sie umfassend über die verschiedenen Aspekte der Pflege, informieren Sie über die Finanzierungsmöglichkeiten und stellen auf Wunsch passende Hilfsmittel zusammen.

Die Sorge um Ihren Pflegebedürftigen können wir Ihnen nicht nehmen, aber wir können Ihnen bei der Sicherheit und Fürsorge helfen.

VISITATIS® GmbH

Geschäftsführerin: Astrid Siemens

Visitatis Alten- und Krankenpflege

Kamper Str. 24 52062 Aachen

Tel.: 0241/90 19 860, Fax: 0241 / 90 19 862

Visitatis Tagespflege Rosenpark Laurensberg

Adele-Weidtman-Str. 87-93, 52072 Aachen

Tel.: 0241 / 17 401 548

www.visitatis.de



NÄCHTLICHER BESUCH

„Miiiiie, dein Korb ist weg.“

„Was ist los, was ist weg?“, kommt es dumpf aus dem Schlafzimmer.

Kurz danach, Anna steht im Nachthemd am Treppengeländer. „Was ist weg?“, fragt sie noch einmal.

„Dein Korb mit deinen Utensilien.“

„Dann ist ja auch mein Notizbuch weg mit all meinen Adressen“ – als wenn das nun das Wichtigste wäre – „mein Portemonnaie mit dem Geld, das ich gestern geholt habe, meine Scheckkarte, der Schlüssel von uns und vom Laden.“

Gestern Abend waren wir spät nach Hause gekommen. Ich musste mir unbedingt noch eine tote Maus ansehen, die auf dem Weg lag. Wir schlossen die Tür und gingen ganz schnell ins Bett, denn bis zum Morgen war es nicht mehr lange.

Es war nicht kalt am Abend, sondern die Luft eher lau und angenehm. Geregnet hatte es vorgestern, aber davon war nichts mehr zu spüren gewesen.

Was muss man tun nach einem Einbruch? Ich überlegte laut: Im Büro anrufen und sagen, dass ich später komme, zur Sparkasse gehen, um die Scheckkarte sperren zu lassen und die Polizei verständigen, allein schon wegen der Versicherung. Und zu Anna sagte ich: „Überleg dir genau, was alles in dem Korb war.“

Die Polizei kam nach einer halben Stunde. Die Männer untersuchten die Haustür. Keine Kratzspuren, nichts



festzustellen. Sie fertigten ein Protokoll an, das wir unterschrieben.

Wie war der Kerl ins Haus gekommen? Dass es sich um einen Mann handelte, setzten wir voraus. Eine Frau als Diebin passte nicht in unsere Vorstellung.

Irgendetwas stimmte nicht.

Die Scheckkarte bei der Sparkasse zu sperren war kein Problem. Die Schlösser unserer Haustür und der Lادتür auszutauschen war schon aufwendiger, auch wegen der Kosten.

Der Korb mit den Papieren, den Schlüsseln und dem Portemonnaie wurde nach drei Tagen zurückgebracht. Zwei Jungen hatten ihn im Park gefunden. Es fehlte das Geld, die Scheckkarte und der Personalausweis.

Nach einer Woche rief eine Angestellte der Post an. Der Personalausweis sei in einem Briefkasten gefunden worden und könne bei der Hauptpost, Schalter 12, abgeholt werden.

Die Nachfrage bei der Sparkasse ergab, dass der Dieb dreimal versucht hatte, Geld abzuheben, dann hatte der Automat die Karte eingezogen.

Die Versicherung zahlte, ohne Anerkennung einer Rechtspflicht, aus Kulanz 300 €. Die Polizei stellte das Verfahren nach kurzer Zeit ein.

Das Rätsel, wie der Mann ins Haus gekommen war, musste noch gelöst werden.

Wir stellten bald fest, dass unsere Haustür sich neuerdings verzog, wenn es längere Zeit feucht war. Um die Tür zu schließen, mussten wir kräftig ziehen, damit die Falle ins Schloss rutschte.

Ein paar Wochen später: Es hatte in der Nacht geregnet und die Luft war noch gesättigt von der Nässe. Ich musste zur Nachbarin, um etwas abzuholen und zog die Tür hinter mir zu.

Als ich nach fünf Minuten zurückkam, stand sie weit offen. Sofort kam mir unser „Einbruch“ in den Sinn. Wir waren damals spät nach Hause gekommen und hatten die Tür nur ins Schloss gedrückt und nicht abgeschlossen, weil wir das nicht für nötig hielten. Es hatte tags zuvor geregnet.

Die Tür hatte sich in der Nacht von selbst geöffnet. So muss es gewesen sein.

Das war die Lösung.



Erwin Bausdorf



**HAUS AURELIUS
SZB AACHEN**

Mitten in Aachen zuhause!

Wir sind eine Betreuungseinrichtung mit 77 Pflegeplätzen in 71 Einzel- und 3 Doppelzimmern, deren Grundmobiliar Sie mit eigenen Möbeln ergänzen können. Jedes Zimmer verfügt über ein großzügiges, barrierefreies Duschbad. Unseren Bewohnern bieten wir u. a. den Service, dass eigene Tisch-/Bettwäsche mitgebracht und im Alltag verwendet werden kann. Gerne nutzen sie z. B. unser Licht durchflutetes Restaurant, das Gartenzimmer oder den einzigartigen Park mit altem Baumbestand für gesellschaftliche Aktivitäten. Das Haus ist fußläufig zum Elisenbrunnen gelegen. Ein Wohnbereich, der u. a. über eine beschützte Terrasse mit Bachlauf verfügt, ist speziell auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz ausgerichtet.

Sie möchten mehr über unser Pflege- und Betreuungskonzept wissen?

Aureliusstr. 35 • 52064 Aachen • Tel.: 0 241 / 47 03 59-0 • www.heinrichs-gruppe.de • Mail: pgoerg@breberen.de

FLÖTISTINNEN AUS PASSION

Immer, immer dienstags geben acht Damen in Brand ein Flötenkonzert, oder nennen wir es präziser: die acht begeisterten Flötistinnen üben jeden Dienstagmorgen zusammen. Und zwar wird „reihum“ geflötet, jede Woche bei einer anderen.

Seit fast zwanzig Jahren besteht die Flötengruppe. Margret Stoffels ist seit Anfang an dabei. So hat es sich von selbst ergeben, dass sie die Leitung innehat, wobei sie durch Traudel Gier tatkräftig unterstützt wird. Das Wort „Leitung“ hört Margret Stoffels allerdings gar nicht gerne. Sie betont, dass jedes Gruppenmitglied gleichberechtigt ist und sie nur ein wenig die Organisation übernommen hat. Schließlich muss einer die „Verträge“



abschließen, denn gespielt wird ja nicht immer nur zum eigenen Plaisir, sondern auch, um anderen eine Freude zu bereiten. Die Damen spielen zu Taufen, zu Advent- und Weihnachtsfeiern, bei Frühlings- und Herbstfesten, die in der evangelischen Kirche gefeiert werden, bei der KAB, in Altenheimen, und sonst überall, wohin sie eingeladen werden. Und zwar rein ehrenamtlich, aus Spaß am klangvollen Zusammenspiel. Natürlich sagen die Damen auch nicht „nein, danke“, wenn mal ein kleiner Obolus gezahlt wird. Von diesem Geld werden dann neue Noten gekauft, vielleicht auch mal etwas für einen guten Zweck zurückgelegt. Mit dem Notenkauf haben die Musikerinnen ihre liebe Not. Selbst im guten Fachgeschäft gibt es keine Beratung, sondern nach entsprechender Frage werden die Noten packenweise auf die Theke gehievt. Suchen muss der Kunde selber. Das ist gar nicht so einfach, müssen die Noten doch ein harmonisches Zusammenspiel von C-Flöten (Resi Bücken, Gisela Horrichs, Inge Kreutzer und Karin Malms), Tenorflöten (Traudel Gier und Irmgard

Reinermann), Altflöten (Helga André und Margret Stoffels) und Bassflöte (Margret Stoffels) möglich machen.

Mit der Ausbildung haben einige schon als Kind begonnen. Bei Helga Andre war allerdings der Auslöser, dass ihre Tochter in einen Flötenkurs ging. Da hat die Mutter gleich mitgelernt und soviel Spaß daran gehabt, dass sie bis heute begeisterte Flötistin geblieben ist. Traudel Gier hat erst mit 47 Jahren angefangen, zu flöten. Vorher spielte sie Geige, so war sie bereits mit guten musikalischen Kenntnissen ausgestattet. Margret Stoffels hatte einige Grundkenntnisse in der Schule erworben, aber richtig begonnen mit dem Musizieren hat sie, als sie schon über 30 Jahre alt war. Dann hat sie aber auch gleich derart durchgestartet, dass sie sogar Unterricht in der Marktschule Brand gegeben hat, eine Zeitlang auch bei Ausiedlerkindern. Irmgard Reinermann hat noch eine so genannte klassische Lehrerausbildung absolviert, da gehörte ein Musikinstrument dazu. Aber egal, wann die einzelnen mit dem Flötenspiel begonnen haben, sie sind echte Autodidakten.

Einige Jahre gab es eine ausgebildete Musiklehrerin, die die Gruppe trainierte. Nachdem diese in den Ruhestand ging, versucht jede der flötenbegeisterten Damen, sich ständig zu verbessern. Da heißt es üben, üben, üben. Und wie gesagt, einmal in der Woche wird konzertiert, um das individuelle, aber auch das gemeinsame Spiel zu verbessern.

Wie sieht das Repertoire aus? Weihnachtslieder, Volks- und Wanderlieder, südamerikanische Volksweisen, aber auch klassische Stücke stehen auf dem Programm, Etüden von Mozart, Händel, Haydn und Telemann.

Es muss nicht extra betont werden, dass die Mitglieder dieser Flötengruppe kein zusätzliches Gehirntaining benötigen, denn die Musik hält sie jung



und fit. Apropos jung: eine Dame fragt man nicht nach dem Alter. Nur soviel sei verraten: die Sechzig haben sie bereits überschritten.

Wer das Glück hat, bei den Übungsstunden und Darbietungen zuhören zu dürfen, wird begeistert sein von der ausdrucksstarken Spielweise. Belohnt werden die Musikerinnen nach einem Auftritt durch lang anhaltenden Applaus.

Text und Bilder:
Inge Gerdorf



In Würde älter werden.

Mobile Seniorenbetreuung
mit Herz und Verstand

**Mobile
Senioren
Begleitung**
Thomas Graf

Individuelle
Betreuung
und aktive
Unterstützung
sind der Weg.

Ältere Menschen
sollen die Chance
bekommen,
so lange wie möglich in
ihrer vertrauten
Umgebung zu leben.

Leistungsangebot

- Betreuung für Senioren
- Betreuung demenzkranker Menschen
- Versorgungsservice
- Gedächtnistraining
- Organisation von Feiern zu Geburtstagen oder zu anderen Anlässen
- Unterstützung bei Behördengängen
- Musiktherapie
- Validation
- Biographiearbeit

Thomas Graf
Mobil: 0151-21677999
www.Seniorenbegleitung-Graf.de



GLÜCKAUF IN MERKSTEIN

Jahrhunderte Bergbaugeschichte haben die Region und damit auch die Stadt Herzogenrath geprägt. Die

markante Haldenlandschaft ist zum weithin sichtbaren Wahrzeichen geworden. Mit der Bergehalde und dem ehemaligen Zechengelände Adolf in Merkstein wurde eines der größten und markantesten Areale der Bergbauepoche für die Bevölkerung zurückgewonnen.

Der Verein „Bergbaudenkmal Adolf“, 1993 aus der Arbeitsgruppe „Grube Adolf“ im Bergbaumuseum Wurmrevier in Alsdorf hervorgegangen, erinnert mit seinem Namen und seiner Arbeit an die Steinkohlegrube Adolf des Eschweiler Bergwerk-Vereins (EBV), auf der von 1913 bis 1972 beste Fettkohle für die Koksproduktion gefördert wurde. Namensgeber der Grube ist Freiherr Adolf von Steffens, Vorsitzender des EBV-Aufsichtsrates von 1871 bis 1898. Wir sprachen mit dem Vereinsvorsitzenden Dr. Hans-Joachim Helbig.



Warum ist der Erhalt des Bergbaudenkmals so wichtig?

Die Grube Adolf ist ein wichtiges Zeugnis der jüngsten Stadtgeschichte, das beinahe für immer verkümmert wäre. Nach Jahren des Verfalls wurde das Gebäude 1999 bis 2001 instand gesetzt. In einem zweiten Abschnitt wurde mit einer Förderung aus dem Landesprogramm „Initiative ergreifen“ in den Jahren 2002 bis 2004 das Besucherzentrum im Grube-Adolf-Park gestaltet. Dabei kam es zu Verzögerungen, sodass letzte Arbeiten erst 2006/2007 angegangen und abgeschlossen werden konnten. Am 15. September 2007 wurde das Gesamtprojekt in einem Festakt feierlich übergeben.

Einmal im Jahr vergeben Sie den Adolfpreis. Wofür wird die Auszeichnung verliehen?

Mit der Schaffung des Adolfpreises und der Initiierung einer Mettenschicht sowie den Aktivitäten im und am Fördermaschinenhaus innerhalb des Grube-Adolf-



Parks hat der Verein eine große Zahl von Mitgliedern gewinnen und die Bergbautradition beleben können. Zur Förderung und Bewahrung der Bergbautradition in der Region vergibt der Verein jährlich den „Adolfpreis“. Seit dem Jahre 1994 findet eine öffentliche Preisübergabe statt; zuerst im Rahmen der Jahreshauptversammlung des Vereins und seit 1995 im Rahmen der Weihnachtsfeier bzw. der Mettenschicht. Wurde den ersten Preisträgern zusammen mit der Urkunde eine Erinnerungsgabe überreicht, wurde seit 1998 die von dem Merksteiner Bildhau-



er Robert Simon geschaffene Adolfplastik vergeben. Sechsmal war dies eine ca. 25 Zentimeter große Holzschnitzarbeit. Seit 2006 wird der „Adolf“ als Laserfigur in einen Glaskubus vergeben. Die Preisträger der vergangenen Jahre sind z.B. die Interessengemeinschaft zum Erhalt der Bergbaukolonie Streiffeld und der Heimatverein Kohlscheid. Seit 2002 wird der Adolf-Preis am dritten Advent im Rahmen der Mettenschicht an den jeweiligen Preisträger überreicht.



Herr Dr. Helbig, warum liegt Ihnen das Engagement für den Verein am Herzen?

Der Erhalt der Bergbaugeschichte in unserer Region ist wichtig, damit auch die folgenden Generationen sich über diesen lebendigen Teil unserer Historie informieren können. Satzungsgemäß bemüht sich der Verein um den Erhalt des Fördermaschinenhauses. Er sorgt sich um Bergbaurelikte in der Stadt Herzogenrath und im Tal der Wurm. Vereinslogo ist unser Adolf, ein arbeitender Bergmann.



Bergbaudenkmal Adolf



Erzählen Sie uns mehr über das Fördermaschinenhaus?

Das letzte verbliebene Gebäude der Zeche Adolf, das Lüfter- und Fördermaschinenhaus des Wetterschachtes, entstand 1922. Sie wurde 1940 hier aufgestellt. Die Dampf Fördermaschine aus dem Jahre 1913 ist eine doppelt wirkende Zwillings-Kolbendampfmaschine aus der Blütezeit dieser Kraftmaschinen-



Fahrt am 20. August 1990 wurden am Wetterschacht die Seile abgeschlagen. Die Fördermaschine wurde von Mitgliedern des Vereins restauriert und nach einer Stillstandszeit von etwa 14 Jahren Anfang März 2001 wieder in Funktion genommen. Die auf dem Vorplatz aufgestellten Seilscheiben erinnern an die beiden früheren Fördertürme der Zeche. Zu Tagen der offenen Tür und nach Absprache werden Seilfahrten simuliert.



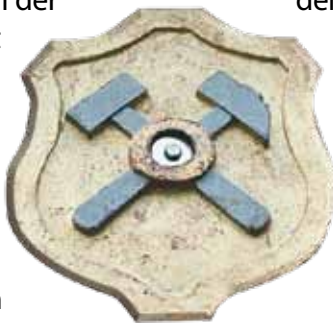
Insgesamt ist das Fördermaschinenhaus das Besucherzentrum im Grube-Adolf-Park geworden. Erholung und Freizeit, Spiel und Sport, Natur und Kommunikation – wir haben hier neue Nutzungsmöglichkeiten für eine dynamische Entwicklung Merksteins geschaffen.

Nina Krüsmann



Warum lohnt sich ein Besuch auf dem Gelände des Bergbaudenkmals?

In der Maschinenhalle werden neben der historischen Dampf-Fördermaschine Ausstellungsstücke aus der Lebens- und Arbeitswelt der Kumpels gezeigt. Außerdem werden Angaben über den Einsatz und die Veredlung von Steinkohle gemacht. Die angrenzende Lüftermotoren-Halle wurde von Mitgliedern des Vereins zu einem Versammlungs- und Schulungsraum sowie zu einem Festsaal gestaltet. Zahlreiche Einrichtungsgegenstände und Ausstellungsstücke erinnern an den Bergbau.



technik. Nachdem die Grube Adolf 1972 durch einen Querschlag auf der 860-Meter-Sohle erneut mit der Grube Anna in Alsdorf verbunden worden war, stellte man in Streifeld die Kohleförderung ein. Haupt- und Wetterschacht dienten noch bis 1990 der unregelmäßigen Befahrung, der Wetterführung und der Sicherung. Nach der letzten



Jeden Sonntag findet von 10 bis 13 Uhr ein Frühschoppen sowie von 14 bis 18 Uhr ein Kaffeenachmittag im Fördermaschinenhaus statt. Jeden 1. Sonntag im Monat findet von 10 bis 13 Uhr ein Frühschoppen mit Frühstücksbuffet statt. Hierfür ist eine Anmeldung erforderlich. Weitere Informationen zum Verein „Bergbaudenkmal Grube Adolf“ gibt es im Internet unter www.bergbaudenkmal-adolf.de.



DER SINGENDE FIGARO

Er ist eine der unverzichtbaren Stützen des Aachener Karnevals: Sein blonder Schnurrbart und sein meist rotes Sakko sind seine Markenzeichen. Seit mehr als einem Vierteljahrhundert steht der „singende Figaro“, wie der hauptberuflich als mobiler Friseur tätige Hans Montag oft genannt wird, auf den Aachener Bühnen. Nach der kommenden Session nimmt er seinen Abschied als Präsident der „Lustigen Oecher Figaros“.



Herr Montag, welche Projekte verfolgen Sie in der neuen Session? Welche neuen Lieder haben Sie?

In der laufenden Session steht zunächst die Ehrentoupet-Verleihung an den Städtereionsrat Helmut Etschenberg an. Für die Galasitzung am 30. Januar 2011 um 17 Uhr im Eurogress sind noch Restkarten vorhanden. Für mich als Präsident gibt es dafür viel zu tun. Programmablauf, Bühnenauf- und -abbau wollen geplant sein. Bei den Auftritten als Stimmungssänger werden meine Sessions-Schlager aus dem vergangenen Jahr „Jubel Trubel Heiterkeit“ und mein diesjähriger Sessions-Hit „Met Liif än Siel“ (Mit Leib und Seele) immer mit den bekannten Liedern



wie „Stadt meiner Träume“ oder anderen Lieder zusammen gesungen.

Wie kam es zu Ihrer Begeisterung für das Singen und den Karneval?

Meine Begeisterung für den Karneval begann schon im Alter von 17 Jahren bei der Stadtgarde Oecher Penn. Danach gab es einen Wechsel zur Aachener Narrenzunft, wo dann auch vor 27 Jahren das Singen begann. Zunächst habe ich nur für die Narrenzunft gesungen, danach als Stimmungssänger mit vielen eigenen Liedern auf Aachens Showbühnen.

Wie entstand der Verein der „Lustigen Oecher Figaros“?

Vor ebenfalls 27 Jahren entstand die Idee, prominenten Aachenern oder auch Nicht-Aachenern mit wenig Haar ein Toupet auf einer Karnevalsveranstaltung zu überreichen. Die Initiatoren waren der heutige Ehrenpräsident Friseurmeister Helmut Busenbender, Friseurmeister Herbert Topa, der Kaufmann Gerd Ramlow und der damalige

Obermeister der Frisöre Hans Rommee. Unterstützt wurden sie durch das Saaltheater Hubert Geulen.



Wie lange und in welchen Ämtern waren Sie bei den Figaros aktiv?

Seit 15 Jahren bin ich Mitglied der „Lustigen Öcher Figaros“. Einige Jahre war ich Zeremonienmeister. Vor vier Jahren wurde ich zum ersten Vorsitzenden und Präsidenten gewählt. Nach der Galasitzung im nächsten Jahr werden wir einen neuen geschäftsführenden Vorstand wählen. Wir, der alte Vorstand, treten in den vereinsinternen Ruhestand.



Was können die Vereine tun, um junge Menschen für den Karneval und die Mitarbeit in den Vereinen zu begeistern? Woran mangelt es?

Man versucht der Jugend den modernen Karneval aufzudrängen, aber es gibt keinen modernen Fastelovvend. Karneval ist Brauchtum, das man biegen kann. Man sollte es nicht verbiegen, weil es sonst bricht. Die Jugend will auch den traditionellen Karneval mit Stimmung, schunkeln und singen. Die Vereine müssen sehr viel Jugendarbeit leisten, um die Zukunft in Karneval zu sichern. Die Idee, Karneval moderner zu gestalten, dürfte nicht der richtige Weg sein. Man kann ein Brauchtum nicht modernisieren. Karneval ist ein Brauchtum. Junge Menschen lachen gerne, junge Menschen singen gerne. Wir „Alten“ müssen nur mit ihnen zusammen Karneval feiern. Gemeinsamkeit ist gefragt.

WER IST ER?

Hans Montag wurde am 5. Oktober 1946 im Aachener Mariannen-Institut geboren. Neben seiner Tätigkeit als Friseur hat ihn der Aachener Karneval nie losgelassen. Angefangen bei der Stadtgarde Oecher Penn, wo er heute Reserve-Leutnant ist, über seine Ämter als Geschäftsführer und Programmgestalter der „Aachener Narrenzunft“ und Moderator verschiedener Gala-Veranstaltungen bis hin zum Präsidenten der „Oecher Figaros“, hat Montag alle Facetten des Oecher Karnevals erlebt. Seit 47 Jahren ist er im Fastelovvend aktiv und seit 27 Jahren begeistert er als „singender Frisör“ mit seinem Liedgut. Anlässlich seines närrischen Silberjubiläums präsentierte er vor zwei Jahren mit „Hans Montag – 25 Jahre Fastelovvendszitt“ eine Best-of-CD. Darüber hinaus setzt Montag, der seit 2006 Präsident der „Lustigen Oecher Figaros“ ist, seinem Verein mit dem „Figaro-Lied“ ein musikalisches Denkmal.



Nina Krüsmann



LIEBE KENNT KEINE ALTER

Amors Pfeil trifft und die Liebe ist da. Was gibt es Schöneres, als zu lieben und geliebt zu werden? Manchen erscheint es wie ein Wunder. Gibt es dafür den Valentinstag? Wie holen Sie Liebe in Ihr Leben?

Es fällt uns nicht immer leicht, an die Liebe zu glauben. Daran, dass jeder Mensch Liebe verdient. Gehört nicht das Recht auf Liebe ins Grundgesetz? Liebe deinen Nächsten, sagt die Bibel. Doch zunächst einmal lieben wir uns selbst. Das befähigt uns zu lieben.

Liebe dich selbst – purer Egoismus?

Wie kann Liebe Egoismus sein? Das ist doch nur, was wir als Mensch daraus machen. Erinnern wir uns doch lieber an ein Zitat von Albert Schweitzer: „Liebe ist das Einzige, das nicht weniger wird, wenn wir es verschwenden.“ Also können wir ruhig großzügig sein. Trauen wir uns zu lieben. Verlieren wir unsere Angst. Gewinnen können wir viel. Trägt Liebe uns doch auf rosa Wolken und macht uns glücklich.

Macht Liebe glücklich?

Wenn wir loslassen können. Sprich, die Vergangenheit hinter uns lassen. Nicht an Enttäuschungen festhalten. Oder uns aus Angst vor neuen Verletzungen abgrenzen. Dann macht Liebe glücklich. Wer sich liebt, ist mit sich im Reinen. Schafft so die Balance von Seele und Körper. Solche Menschen sind glücklich. Wer glücklich ist, zieht Liebe an. Liebe hat viele Facetten und bedeutet nicht nur Partnerschaft. Aber Liebe zu zweit erleben, kann der Himmel auf Erden sein.

Wie ziehen wir Liebe an?

Es gibt das Gesetz der Anziehung. Auch wenn es für manchen ungläubig oder



Stephanie-Hofschlaeger/pixelio.de

bitter klingt. Wir ziehen die Liebe und den Partner oder die Partnerin an, die wir brauchen. Das kann manchmal sehr schwierig sein. Natürlich sagt unser Verstand: „Nein, das brauche ich nicht.“ Doch was sagt unser Unterbewusstsein? Das sendet ständig Signale. Wenn wir also Liebe möchten, sollten wir unsere Gedanken ändern und das Unterbewusstsein neu programmieren. Hört sich einfach an. Ist es auch. Wichtig ist, sich das zunächst einmal bewusst zu machen.

Kann man Selbstliebe üben?

Lieben Sie sich selbst? Oder haben Sie sich diese Frage noch nie gestellt? Besonders Frauen neigen dazu, die Selbstliebe zu vernachlässigen. Aber auch Männer können auf dem Gebiet einiges tun. Stellen Sie sich vor einen Spiegel. Umarmen Sie sich. Schenken Sie Ihrem Spiegelbild nun Ihr strahlendstes Lächeln und sagen: „Ich liebe dich.“ Gern dürfen Sie sich dabei

beim Namen nennen. Anfangs mag das ein wenig merkwürdig für Sie sein. Aber glauben Sie mir, es funktioniert. Sie können es auch gern in meinem Buch „Die Liebesdiät“ nachlesen.

Unser Unterbewusstsein ist auch für die Liebe verantwortlich.

Das Unterbewusstsein funktioniert ähnlich wie ein Computer. Es unterscheidet nur Ja oder Nein. Das bedeutet: Wenn Sie die vorgenannte Übung machen, erhält Ihr Unterbewusstsein ein positives Signal und somit ein Ja. Es verstärkt Ihr positives Gefühl zu sich selbst. Sie werden spüren, wie angenehm dieses Gefühl durch Ihren Körper fließt. Sie fühlen sich gut. Sie strahlen vor Glück. Sie haben sich selbst Liebe geschenkt.

Liebe bedeutet, einen Menschen zu umarmen.

Können Sie sich vorstellen, einen fremden Menschen zu umarmen? Ihm einfach eine herzliche, liebevolle Umarmung zu schenken? Es gibt eine Bewegung, die genau das tut. „Free hug“ – freie oder kostenlose Umarmung wird sie genannt. Sie hat auch in Deutschland viele Anhänger. Ist es nicht so, dass eine Umarmung mehr ausdrückt als tausend Worte? Es ist Liebe weitergeben. Einfach so. Ohne Forderung. Ein Stück menschliche Wärme und Nächstenliebe. Davon fehlt doch vielen inzwischen jede Menge. Dabei haben wir alle Sehnsucht nach Liebe. Sie ist der Sinn unseres Lebens. Fangen wir mit der Liebe doch gleich an. Viel Erfolg dabei!

Herzlichst, Ihre

Susan Heat

Love- & Life-Beraterin
www.susan-heat.de



Familie Heinig



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



KARNEVAL DAS FEST DER VERKEHRTEN WELT



Karneval, ein Phänomen, das alljährlich große Teile der Bevölkerung in einen Ausnahmezustand versetzt, ist Teil unseres Kulturgutes. Fragt man nach dem Ursprung dieses Festes, stößt man sehr schnell auf den Zusammenhang zwischen Karneval und Kirche. Volkskundler sind sich einig darüber, dass der Karneval oder, wie man auch sagt, die Fastnacht, Wurzeln im christlichen Mittelalter hat. Karneval feiert man zu einer bestimmten Zeit. Der Zeitpunkt steht in Bezug zum christlichen Jahresablauf. Der Bund Deutscher Karneval legt in seiner Ethikcharta die Festzeit fest. Brauchtumskarneval findet demnach zwischen dem 11. 11. und dem Tag vor dem 1. Advent und vom 1. 1. bis Aschermittwoch statt. „Am Aschermittwoch ist alles vorbei...“, singen die Karnevalisten und gehen wieder zum

geordneten Alltagsgeschehen über.

Nun fragt man sich mit Recht, wieso geraten Menschen beim Karneval in einen emotionalen Ausnahmezustand? Was treibt den Bankangestellten beim Karneval dazu, seinen grauen Anzug abzulegen und in das Kostüm des Clowns zu schlüpfen? Warum kleidet sich die Kassiererin vom Supermarkt wie „Maria Theresia“ und schreitet vornehm in den Ballsaal?

„Einmal Prinz zu sein...“, singt der Karnevalist und träumt davon, berühmt zu sein und bewundert zu werden. Karneval ist ein Fest der Sehnsüchte wie Wolfgang Oelsner, Psychologe und Karnevalsexperte, sagt. Karneval gibt uns die Möglichkeit, noch einmal so zu sein wie die Kinder.

Karneval setzt die Regeln des Alltags teilweise außer Kraft. Erwachsene können so spielen wie Kinder, wenn sie so tun, als seien sie ein anderer. „Du bist jetzt der Polizist und ich bin der Räuber“, sagen Kinder und gehen im Rollenspiel auf. In eine andere Rolle zu schlüpfen als man sie im Alltag zu spielen hat, ist wohltuend für die Seele. Im wohl verstandenen Sinne „aus der Rolle zu fallen“ und gemeinsam mit anderen zu feiern, hat befreiende Wirkung. Karneval ist ein Wendefest, sagt Wolfgang Oelsner. Kein Spiel ohne Regeln, das gilt auch für den Karneval. Wer in einer Garde seinen Karneval feiert, erkennt sehr schnell, dass es Regeln gibt, dass eine Ordnung gilt, deren Übertretung Konsequenzen hat. „Strafflaschen“ sind fällig, wenn die Uniform nicht korrekt angelegt wurde, man zum Auftritt





verspätet eintrifft oder in der Öffentlichkeit unangenehm auffällt.

Karneval ebnet Unterschiede befristet ein. Im Sitzungskarneval oder am Rande des Zugweges treten Menschen unterschiedlicher sozialer Herkunft in Kontakt. Gemeinsam wird geschunkelt und miteinander im „vertrauten du“ geredet. „Drenk doch ene met, stell Dich net esue aan!“ fordert zur Gemeinsamkeit auf und wenn es dann im Lied an andere Stelle heißt, „häste och ken Jeld, dat es doch

Senioren werden zu Kaffee und Kuchen eingeladen. „Das geschieht nur zu PR-Zwecken!“, sagen die Kritiker. Mag sein, aber wer Gutes tut, der darf damit auch auffallen und an seiner Aktion dürfen sich andere gerne ein Beispiel nehmen.

Karneval ist aber auch eine ernste Angelegenheit. Karneval ist hierarchisch organisiert. Es gibt Präsidenten und Kommandanten, Offiziere und Mannschaften, also, wie im richtigen Leben „Häuptlinge“ und „Indianer“. „Ja, und

ein Wendefest, ein „so tun als ob“. Der Kommandant im Karneval ist im täglichen Leben ohne „Befehlsgewalt“, er erhält Anweisungen. Im Verein, in der Garde, steht sein Chef vor ihm stramm und salutiert. Karneval ist eine verkehrte Welt auf Zeit. Welch ein Glück, dass am Aschermittwoch wieder die bekannten Regeln des Alltags einkehren. Das Wendefest Karneval gibt uns wieder frei vom Dauerspaß. Wir sind wieder angekommen in der realen Welt, haben erlebt, dass es auch schön ist, einmal verkehrte Welt zu spielen. Wir haben Freude und vielleicht auch Melancholie erlebt und wurden daran erinnert, dass alles seine Zeit hat. Dienst ist Dienst und Schnaps ist Schnaps! Holt man sich dann am 9. März im Dom zu Aachen, im Rahmen einer „Oecher-Platt-Messe“, noch das Aschenkreuz, wird man daran erinnert, dass der Mensch „aus Staub ist und zum Staub zurückkehren wird“. Die Wende ist gelungen, Alaaf bis zur nächsten Session!



ejal!“, glaubt man integrative und solidarische Elemente des menschlichen Zusammenlebens zu erkennen. Karneval ist eben ein Fest der Sehnsüchte!

Karnevalisten denken auch an andere Menschen, an jene, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen. Ob es in Aachen die „Jonge vajjen Beverau“ sind, die zu Gunsten von Kindern in Not auftreten, oder die oft geschmähten „Lackschuh-Karnevalisten“ des AKV, die in aller Stille über ihre Königsteinstiftung jährlich mehrere Tausend Euro an bedürftige Senioren verteilen, sie tun dies unter dem Motto „anderen eine Freude machen!“. Sozial engagiert sind auch alljährlich die Narrenherrscher. Da gibt es CDs und Sonderorden, da wird für den guten Zweck gepokert und

was ist mit der Gleichheit aller Karnevalisten und dem Einebnen sozialer Unterschiede?“, mag sich der geneigte Leser fragen. Die Antwort liegt auf der Hand. Karneval ist eben ein Spiel,

Text und Bilder:

Helmut Koch

www.karnevalinaachen.de



www.senio-magazin.info
StädteRegion Aachen

www.senio-magazin.be
Deutschsprachige Gemeinschaft Belgiens

ICH WOLLTE JA SCHON IMMER, HABE MICH ABER NIE GETRAUT!

In ein Brautmodengeschäft gehen und mir ein Brautkleid kaufen, nur so. Und wenn ihr euch alle sehr wundert, da muss ich etwas erzählen.

Ich habe nie ein Brautkleid getragen. Als ich 1950 geheiratet habe, konnten wir uns diesen Luxus nicht leisten. Meine Mutter, sie war Schneiderin, hätte mir bestimmt ein wunderschönes genäht. Sie hat meine Hochzeit leider nicht mit feiern können. 1944 ist sie ums Leben gekommen. Ich trug, als ich vor dem Traualtar stand, einen Mantel mit passendem Hut und hatte ein Biedermeiersträußchen in der Hand. Es war November und es war schon sehr kalt. So ist das weiße Brautkleid immer ein Wunschtraum geblieben. Und, verflucht nochmal, wer hindert mich daran, mir eins zu kaufen? Die Verkäuferinnen würden zwar sehr erstaunt gucken, wen stört's?? Bin ich eine Erklärung schuldig? Muss ich da die Wahrheit sagen? Ich könnte mir ja eine Geschichte ausdenken, zum Beispiel:



Bild: S.-Hofschlaeger/pixello.de

„An einem Heiligen Abend, unterm Tannenbaum, haben wir uns verlobt, vor 50 Jahren. Es ist nie zur Hochzeit gekommen, immer kam etwas dazwischen, und nun ist es endlich soweit!“

Oder:

„Meine Enkelin heiratet nächsten Monat, sie will partout kein Brautkleid haben. Ich bitte Sie, das geht doch nicht. Ich, die Großmutter, suche jetzt eins aus. Ich dachte da an etwas Edeles, Schlichtes. Im Schaufenster steht genau das Richtige. Champagnerfarbige Duchesseide, Prinzesslinie, mit Hut, Handschuhe und Schirm. Bezaubernd,

einfach bezaubernd! Meine Enkeltochter wird bestimmt begeistert sein!“

Oder:

Ich stürme ins Geschäft, freudestrahlend, aufgeregt. „Ich heirate in 14 Tagen meine Jugendliebe. Wir waren noch Kinder, da wussten wir schon, wir bleiben zusammen. Der Krieg hat uns getrennt. Wir haben nie mehr voneinander gehört! Und stellen sie sich vor, vorige Woche, mitten auf der Adalbertstraße, stehen wir voreinander!! Und nun kann es nicht schnell genug gehen. Sie wissen ja, wenn alte Scheunen brennen, dann brennen sie lichterloh!“

Ja, ja, ich wollte schon immer, aber, ich würde mich nie trauen, mir ein Brautkleid zu kaufen, ohne Grund, nur so.

Vom Alter ganz zu schweigen. Der Zug ist abgefahren und wird nicht mehr bei mir halten, nie mehr!

Josefine Kühnast



SIND SCHUHE UNBEDEUTENDE BEKLEIDUNGSSTÜCKE?

Werden sie doch ganz unten getragen, wenig beachtet, sind ständig schmutzig, weil sie dem Dreck der Straße am nächsten sind. Oder sind sie nicht vielmehr unser Kontakt zum Boden, unsere Erdung und Hilfsmittel um die Balance zu halten oder wieder zu finden? Wie kommt es, dass manche Menschen ihre Schuhe vernachlässigen, während andere sie hegen und pflegen?



„Schuhe“, so mein Schuhmachermeister, „verraten uns einiges über die Menschen, die sie tragen.“ Ihr Zustand, gepflegt oder ungepflegt und abgetragen, lassen für ihn auf die Lebenseinstellung des Trägers schließen.

sich in einem Tempo durch die Stadt bewegen, das man in der Regel mit trödeln oder schleichen bezeichnet? Mein Schuhmachermeister würde sagen, dass er ihnen die Schuhe beim Laufen besohlen könnte.

Schauen wir einmal den Menschen auf die Schuhe: Junge Leute bewegen sich überwiegend in Joggingchuhen durch die Welt. Lässt sich daraus schließen, dass sie fit und dynamisch sind, obwohl sie

Frauen in gepflegten Lackschühchen, schreiten graziös durch die Straßen und schlendern neugierig an den Schaufensterscheiben entlang. Strahlen sie nicht Eleganz und Exklusivität aus?

Oder die gewienerten, noblen Lederschuhe, in denen Männer in edlem Zwirn beschäftigt mit dem Handy am Ohr durch die City laufen. Symbolisieren sie uns Cleverness und Weltgeist?

Wir sehen eine ältere Dame, die sich mit gepflegten Schnürstiefelchen rüstig ihren Weg durch die Stadt bahnt. Will sie uns sagen: „Ich bin noch da, mit mir kann man rechnen!“

Oder die abgewetzten, staubigen Schuhe des Bettlers, die er uns, auf dem Pflaster sitzend, entgegenstreckt, dass wir fast darüber stolpern. Möchte er uns sagen: „Nimm Anstoss an mir und meiner Lage!“

Schuhe können einiges über ihre Besitzer aussagen, man muss nur genau hinschauen.

Peter J. Heuser



KLEIDER MACHEN LEUTE

Auch ich war einmal (inaktives) Mitglied in einem Karnevalsverein. Gerne erinnere ich mich an die Zeit auf Sitzungen der Öcher Posteljonge bei Geulen in Eilendorf, die ich des Öfteren mit meiner Frau besuchte. Ganz besonders ist mir in Erinnerung, dass zum Auftakt jeder Sitzung, die im Stil alter Postreiter uniformierten Aktiven ihre Tanzformation mit hölzernen Steckenpferdchen hinlegten.

Eines Tages, etwa vierzehn Tage vor den tollen Tagen, erhielten alle Mitglieder mit Anschreiben eine Einladung zu einer Karnevalsfete in einem Aachener Herrenbekleidungsgeschäft in der Hartmannstraße. Wahrscheinlich ein Dankeschön des Inhabers, da die Öcher Posteljonge ihre schmucken Uniformen über dieses bewusste Geschäft bezogen. In der Einladung zu dieser Fete bat der Präsident der Posteljonge, dass die inaktiven Mitglieder doch bitte kostümiert erscheinen mögen.



Ich fühlte mich natürlich angesprochen. Doch was für ein Kostüm sollte ich anziehen? Meine Überlegungen sind über Herrenbekleidung und Männer-Outfit schließlich bei „Clochard“ gelandet. Auf einem Flohmarkt erstand ich also ein abgewetztes Sakko, eine viel zu weite Hose, ein altes Hemd musste auch daran glauben, ein paar alte Schuhe standen noch im Keller. Einen alten Homburger-Hut lieh ich mir vom Vetter Hans-Peter meiner Frau. Am Pressestand im Aachener Hauptbahnhof kaufte ich eine französische Tageszeitung, französischer Rotwein war noch im Hause. Schon eine

Woche vor der Veranstaltung hörte ich auf, mich zu rasieren.

So zog ich nun mit einer halbvollen Rotweinflasche in der linken und der französischen Tageszeitung in der offenen rechten Sakkotasche ab in die Aachener Innenstadt. Vorher musste ich jedoch die viel zu weite Hose mit einer Kordel umgürten. Als Krönung biss ich noch ein paar Mal kräftig auf eine Knoblauchzehe!

Vor dem Herrenbekleidungsgeschäft angekommen, verwehrten mir zwei kostümierte Posteljonge-Türwächter den Zutritt. Nach einem kurzen Wortgefecht mit den beiden tauchte der Präsident des Vereins höchstpersönlich in seinem

vollen Ornat am Eingang auf, um sich zu erkundigen, was wohl da vorging. Auch er, mit dem ich zusammen in der Alt-Herrenmannschaft des Postsportvereins Fußball spielte, erkannte mich nicht und verwehrte mir ebenfalls den Zutritt. Nur kurz kämpfte ich mit mir, mich zu erkennen zu geben, lies dies aber sein, als der Präsident sich anbot, mir ein Bier nach draußen zu bringen. Ich fühlte mich als Clochard in meiner Ehre gekränkt und wies ihn auf diesen Stilbruch und auf meine Rotweinflasche in meiner offenen linken Sakkotasche hin. Es gab je-

doch für mich kein Erbarmen und so zog ich notgedrungen Richtung Elisenbrunnen ab, wo sowohl Männlein wie Weiblein einen großen Bogen um mich machten. So einsam hatte ich mir diesen Tag nun auch wieder nicht vorgestellt!

Beim nächsten Fußballtraining erzählte ich die ganze Geschichte dem Präsidenten des Karnevalclubs und wir beide - er mehr als ich - haben herzlich darüber gelacht.

Christian Graff



Wohlfühlen (wie) zuhause



ERFAHREN, EHRlich, KOMPETENT

- Häusliche Alten- und Krankenpflege durch kleine Pflegeteams
- 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

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

Ausdehnungsbegriff	▼	Wendung um 360 Grad	Briefversand per Computer	Jahrmarktkünstler	▼	▼	Rennbahn
franz.: Straße	▶	▼	▼	Halbton über a	▶		
bibl. Ort	▶						Zitrusfrucht
Gebirge auf Kreta	▶			Abk.: Konto	▶		▼
musik. Verzierung	▶						
▶				Kehre im Kunstfliegen		spanisch: Freund	
engl.: fühlen	Skelett		Fischfett chem. Reaktionsstoff	▶	▼		
indischer geistlicher Lehrer	▶	▼	▼		Zeichen für Magnesium	▶	
Tatkraft	▶						
▶					vorderasiat. Staat		Vorgebirge, Landspitze
innerer Körperteil		elektr. Schalteinrichtung		Abk.: Internat. Olymp. Komitee	▶	▼	
Sportsprache: eng. nah	▶	▼				Passionspielort in Tirol	
internat. Schriftstellervereinigung	▶			Republik (Abk.) griech. Meenympha	▶	▼	
▶							Flachs
amerik. Satellit	Schwanzwurzel von Vögeln		nicht dunkel	▶			▼
die Heilige Schrift	▶					Strom in Südamerika	
▶			Hauptstadt in Nordafrika		griech. Buchstabe	▶	
Verkehrsmittel (Kurzsw.)		chemisches Element, Metall	▶				
▶					mobiles Einsatzkommando (Abk.)		Abk.: pharmaz. techn. Assistent
zerknittert		Abk.: Montag		engl.: Landkarte, Stadtplan	▶		▼
außerordentlich	▶	▼					
Lotterieschein	▶			Schlange im Roman „Das Dschungelbuch“	▶		

russ. Windhund	▼	eingezäunte Fläche	▼	franz. Maler (1869-1954)	▼	Buschmesser	▼
vorgeschnittlich. Abschnitt		Backsteinfabrik		Abk.: Amateur Football Association	▶		
▶		▼				Kfz-Z. Niederlande	
engl. Anrede und Titel	▶			Abk.: Inhaber	▶	▼	
Maß für d. spezif. Mostgewicht	▶						
▶				Fahstuhl		Elbe-Zufluss	
ugs.: in Hochstimmung (engl.)	Patronin der Bergleute		Trauben-ernte	▶	▼		
Schwermetall	▶				Walliser Käse-speise		Wortteil für extrem
Umlaut	▶		weibl. Mensch Getreidehalme	▶	▼		▼
▶			▼				
geschliffenes Glas		franz. Männername (Peter)		engl.: mittteleurop. Zeit (Abk.)	▶		
Frühlingsmonat	▶	▼				ältester Sohn Noahs (A. T.)	
brasil. Hafenstadt (Kurzsw.)	▶			Weltraumorganisation Wurzelstock der Pflanzen	▶	▼	
▶				▼			Gasgemisch der Erde
Spur	Brache		Dokumentenformat (EDV)	▶			▼
zügelloses Gelage	▶	▼				Ursprung eines Flusses	
▶			Unrat, Schmutz		Abk.: Qualitätsfaktor	▶	
Wind-schatten-seite		amerikanischer Krapfen	▶				
▶					Hirnstrombild (Abk.)		Abk.: Anmeldung
Gefahrensignal		Auer-ochse		israelitischer König (A. T.)	▶		▼
ver-sonnenes Saugen	▶	▼					
Abk.: Deutsches Rotes Kreuz	▶			Abk.: Gemeinde	▶		

FIT IM WINTER STÜRZE VERMEIDEN, SICHER ANKOMMEN



Der Winter hat Einzug gehalten. Und mit ihm nicht nur die Kälte, sondern auch verschneite Winterlandschaften, Frost und Glatteis.

Sicher hat jeder solch ein Bild in der letzten Zeit beobachten können. Über Nacht hat es 20 cm Neuschnee gegeben. Die Räumfahrzeuge fahren durch die Straßen und machen Platz für die Autos. Derweil türmt sich der Schnee in Bergen auf dem Gehsteig. Ein schmaler Gang wird auf dem Gehsteig freigeschaufelt und etwas Kies oder Sand gestreut. Zwei Menschen passen kaum aneinander vorbei, ein Rollstuhlfahrer bleibt fast stecken.

Gerade ältere und gehbehinderte Menschen haben während dieser Zeit

große Probleme sich auf den Straßen fortzubewegen. Stürze sind häufig der Fall.

Es gibt verschiedene Gründe für Stürze. Neben Balance- und Gangstörungen aufgrund von Erkrankungen oder des Alters kann auch die Einnahme von Medikamenten oder ein vermindertes Sehvermögen dazu führen, dass Menschen sich unsicher bewegen. Sind die Straßen zudem noch schlecht

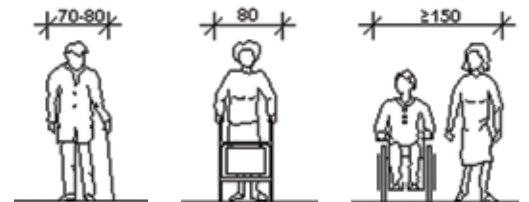
einem möglichen Sturz möglichen Oberschenkelhalsbrüchen vorbeugen.

SORGEN SIE FÜR AUSREICHENDE BELEUCHTUNG

Gerade an Gehwegen und Hauseingängen ist eine gute schattenfreie Ausleuchtung der Bewegungsfläche notwendig. Hilfreich sind dabei Leuchten mit Bewegungsmeldern. Ergänzt werden können diese durch Zeitschaltuhren mit einer möglichst großzügigen Zeittaktung bei Dunkelheit.

SCHAFFEN SIE PLATZ

Bedenken Sie beim Schneeräumen den Platzbedarf von beeinträchtigten Personen. Ein älterer Mensch mit einem Gehstock braucht mindestens eine Bewegungsbreite von 80 cm, um sich barrierefrei geradeaus bewegen zu können. Ein Rollstuhlfahrer mit Begleitperson sogar 150 cm.



ERREICHBARKEIT SICHER STELLEN

Sind die Wege glatt und unsicher und Sie sind allein unterwegs, wäre die Mitnahme eines Handys von Vorteil. Mit diesen können Sie im Falle eines Sturzes schnell Hilfe holen.

ACHTSAMKEIT

Oftmals hilft es auch schon, aufeinander zu achten. Treten Sie beispielsweise als mobiler Fußgänger auf dem schmal geräumten Weg zur Seite und lassen Sie den Mensch mit Gehhilfe oder Rollstuhl zuerst den Weg passieren, auch wenn Sie dadurch womöglich etwas später an Ihr Ziel gelangen. In diesem Sinne kommen Sie gut sturzfrei durch den Winter.

WOHNBERATUNG IN DER STÄDTEREGION AACHEN

Zollernstraße 10, 52070 Aachen
Tel.: 0241/5198-5075



geräumt, unzureichend beleuchtet oder eng, trauen sich besonders ältere Leute nicht mehr vor die Tür. Um auch in der Winterzeit sicher und bequem unterwegs sein zu können, gibt die Wohnberatung an dieser Stelle ein paar **hilfreiche Tipps**:

BENUTZEN SIE FESTES SCHUHWERK

Die Schuhe sollten fest sein, eine Profilsohle haben und einen guten Halt in der Ferse bieten. Sollten Sie Schwierigkeiten haben die Schnürsenkel zu binden, könnten Schuhe mit Klettverschluss eine gute Alternative bieten.

VERWENDEN SIE MOBILITÄTSHILFEN

Das sind z.B. Gehstockkapseln. Diese werden an Gehstöcken oder Unterarm-Gehstützen befestigt und sind für den Winter auch mit integrierten kleinen Nägeln (Spikes) erhältlich.

Alternativ kann auch eine Eiskralle an den Gehstock angebracht werden. Auch „Schneeketten“ für die Füße sind im Handel erhältlich. Diese Schuh-Spikes sind ein mit kleinen Metallzacken versehener Gummiüberzug, der über den Schuh gezogen wird und so die Rutschgefahr auf glatten Straßen mindert.

Wer sich dann noch nicht sicher fühlt, für den sind Hüftschutzhosen zu empfehlen. Diese besonderen Hosen sind im Hüftbereich mit Protektoren ausgestattet, die bei

ETL
Steuerberatung für Senioren

SFS
Steuerberatung für Senioren

Muss ich jetzt Steuern zahlen?

Wir klären das!

SFS Steuerberatung für Senioren

Steuerberatungsgesellschaft
Niederlassung Aachen
Wilhelmstraße 38
52070 Aachen
Tel.: (0241) 946 14 60
Fax: (0241) 946 14 70
E-Mail: sfs-aachen@etl.de
www.etl-sfs.de

„HEUTE KANN ICH DARÜBER REDEN“

2007 erschien Andrea Bernhards Buch „Annelena“, pünktlich zum 70. Geburtstag der Autorin. Wie die gebürtige Aachenerin sagt, hat sie sich die Veröffentlichung zum ganz persönlichen Geschenk machen wollen. Dieses Geschenk – das gebundene Erstlingswerk in den Händen zu halten – steht symbolisch für eine Entwicklung, die Andrea Bernhards an einen neuen, ungeahnten Punkt im Leben geführt hat.

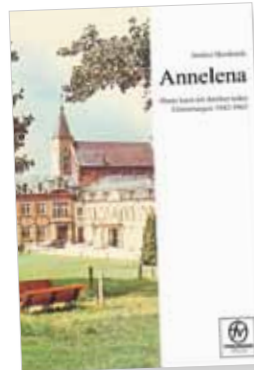


Das Buch erzählt in der Ich-Perspektive die Geschichte von Annelena, die als junges Mädchen den Zweiten Weltkrieg erlebt. Der Vater wird vermisst, die Mutter muss sowohl ums materielle Überleben kämpfen, als sich auch im erzkonservativen katholischen Umfeld behaupten. Das Buch erzählt nicht in erster Linie vom Krieg, sondern von den Gefühlen des Mädchens und seinem Lebensweg über den Krieg hinaus. Annelena verbringt Zeit in einem klösterlichen Pensionat, kehrt nach einem Aufenthalt in England nach Deutschland zurück und verliebt sich.

Andrea Bernhards erzählt mir in der dritten Person, distanziert sich bewusst vom Charakter ihrer Protagonistin, doch es sind ihre Erinnerungen und Gefühle, die sie in dem Buch verarbeitet hat. Annelena wächst in der Kriegs- und Nachkriegszeit auf, doch die Autorin betont, dass der Krieg nicht das bestimmende Thema des Buches sei. Die Autoren der Kriegsliteratur seien in der Regel älter als Annelena und sähen die Ereignisse schon aus einer anderen Perspektive als ein gerade sechsjähriges Kind, erklärt mir Frau Bernhards. „Die Geschichte ist vor allem bewegend“, sagt sie und dass sie trotz einiger Dramatik von einer positiven Heiterkeit getragen ist.

Positiv und heiter ist auch Andrea Bernhards. Sie erzählt mit einer solchen Leidenschaft von ihrem Schreiben und ihrem intensiven Erinnern, dass man sich vorstellen kann, was es für eine aufregende Zeit gewesen ist, als sie vor einigen Jahren anfang, ihre Geschichte aufzuschreiben. Sie erzählt, wie „sogar während der Alltagstätigkeiten Erinnerungen wie Blitze auftauchten“ und dass sie regelrecht in die Vergangenheit versank. Die eigenen Erfahrungen niederzuschreiben, statt sie zu verdrängen, war für Bernhards eine großartige und hilfreiche Erfahrung und sie empfiehlt anderen älteren Menschen, es ihr gleich zu tun.

Nach der Veröffentlichung ist Andrea Bernhards zu verschiedenen Lesungen eingeladen worden, unter anderem ins Berliner „Haus der Begegnung“ und zum Internationalen Frauentag in Saarlouis. Menschen verschiedener Generationen mit ihrem Buch zu erreichen und bei Lesungen zu berühren, war für die Autorin etwas ganz Besonderes und Teil einer großen Selbstbestätigung, wie sie sagt. Sie hat sich nicht nur ihre lange verborgenen Erinnerungen von der Seele geschrieben, sondern auch eine große



WER IST SIE?

Andrea Bernhards, in Aachen geboren, verbrachte mehrere Jahre zur Sprachausbildung in Belgien, Frankreich und England und arbeitete als Auslandskorrespondentin in der Industrie. Nach einer Kinderpause setzte sie diese Tätigkeit bei einem Internationalen Hilfswerk fort. Sie lebt mit ihrem Mann in Aachen und liebt neben dem Schreiben das Schwimmen, Radfahren, Kochen und die Musik.

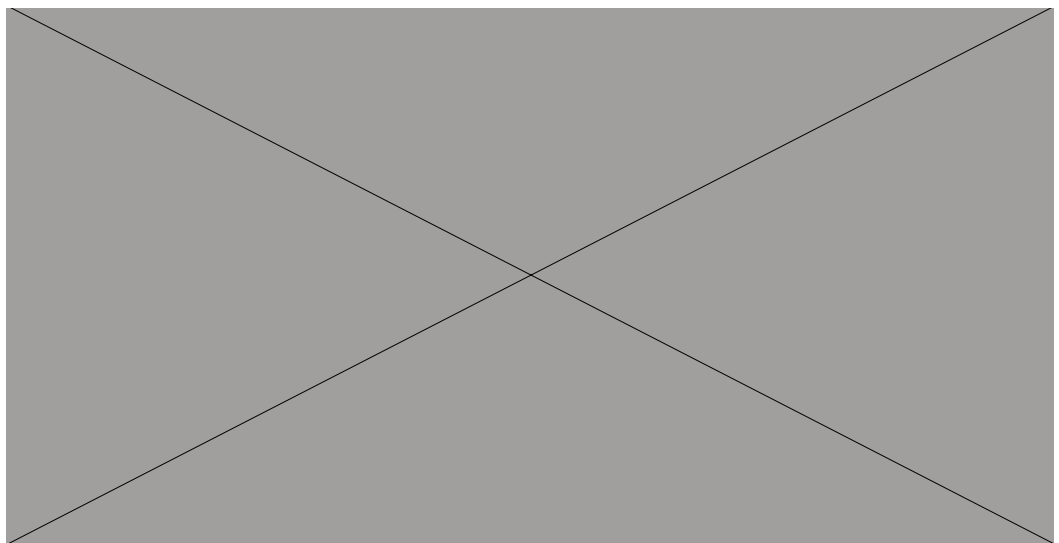


Leidenschaft – das Schreiben – endlich verwirklicht und schreibt inzwischen auch Kurzgeschichten.

Das Buch „Annelena – Heute kann ich darüber reden, Erinnerungen 1942 – 1962“ ist nach der Auflösung des Erwin-Friedmann-Verlages nicht mehr im Buchhandel erhältlich, kann aber direkt bei Andrea Bernhards bestellt werden. Auch würde sich die Autorin freuen, ab März weitere Lesungen halten zu können, zum Beispiel in Einrichtungen für Senioren oder auch anderen Begegnungsstätten.

Anfragen bitte per E-Mail an andrea.bernhards@t-online.de, weitere Infos über die Autorin auf www.an-bernhards.de.

Sascha Tucharth



BRÜCKENRÄTSEL

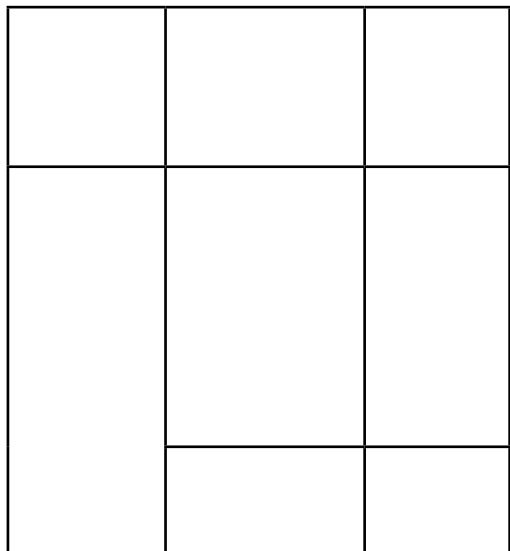
Sie sehen unten drei Spalten. In der mittleren Spalte stehen Platzhalter für die einzelnen Buchstaben, aus denen sich die Wörter zusammensetzen. In jeder Zeile ist die Lücke mit einem Wort zu füllen. Dieses mittlere Wort soll sowohl mit dem Wort davor als auch mit dem Wort dahinter ein neues sinnvolles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



KREUZ	----	RÄTSEL
WASSER	----	STADION
SONNEN	-----	HUPE
KÜCHEN	-----	TUCH
MELONEN	-----	SEIFE
PFINGST	-----	GARTEN
STOCK	-----	TEICH
APFEL	-----	KRONE
FLUSS	-----	BODEN
FABEL	-----	SPRACHE
RAUB	-----	HORST
BLATT	-----	MINE

VIERECK-SUCHE

Wie viele Vierecke sind in dieser Zeichnung? Schätzen Sie zuerst mal wie viele es denn ungefähr sein könnten. Und dann stellen Sie die genaue Anzahl fest.



VERRÜCKTE CHINESISCHE WEISHEITEN

Auf der Suche nach Glück, Erfolg und Gesundheit blicken die Menschen zunehmend auch nach dem fernen China. Hier sind alle roten Worte durcheinander geraten. Rücken Sie die vertauschten Buchstaben wieder zurecht und schreiben Sie die Wörter jeweils richtig daneben.

- SAHU** Du kannst ein _____ kaufen,
IMHE aber kein _____!
- TEBT** Du kannst ein _____ kaufen,
FALSCH aber nicht _____!
- RUH** Du kannst dir eine _____ kaufen,
ETIZ aber nicht die _____!
- CHUB** Du kannst ein _____ kaufen,
SEISNW aber nicht das _____!
- TESLEL** Du kannst dir eine gute _____ kaufen,
KRESPET aber nicht _____!
- ZRAT** Du kannst einen guten _____ bezahlen,
DEINUSTHEG aber keine _____ kaufen!
- REZH** Du kannst ein _____ kaufen,
EIBEL aber nicht die _____!

DOPPELTE BUCHSTABEN

In diesem Rechteck tauchen mehrere Buchstaben doppelt auf. Welche sind es?

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

OPTISCHE TÄUSCHUNG

Bitte 30 Sekunden eine bestimmte Stelle in der Grafik fixieren, dann einmal blinzeln..



WORTVERWANDLUNGEN

Aus dem oberen Wort soll schrittweise das untere Wort entstehen. Man darf dafür aber in jeder Zeile nur einen Buchstaben verändern und zwar so, dass bei jedem Schritt immer ein neues sinnvolles Wort entsteht.

G	A	N	S
R	I	N	D

T	I	N	T	E
K	A	R	T	E

SPRICHWORTSALAT

Hier wurden die Wörter von zwei bzw. drei Sprichwörtern durcheinander geworfen.

Wie heißen die Sprichwörter?

1. Mit zwei Sprichwörtern

man - sucht - laufen - Leidenschaft
- Die - macht - Eifer - Großen - mit - Eifersucht - fängt - die - die - lässt
- Kleinen - Leiden - man - ist - was - eine

2. Mit drei Sprichwörtern

hat - will - man - halb - wer - Frisch
- auch - Meister - eingebrockt - übt - gewagt - man - sich - sich - Was - ist
- muss - werden - ein - gewonnen - auslöffeln - Früh



ADDITION

Tragen Sie die Zahlen so in die leeren Felder ein, daß die Rechnung in beiden Richtungen, waagrecht und senkrecht, richtig ist.

	7	1	+	4	8		=	7		2
--	---	---	---	---	---	--	---	---	--	---

-

-

-

0	0		+		0	9	=		1	8
---	---	--	---	--	---	---	---	--	---	---

2	6		+	0		2	=	3	3	
---	---	--	---	---	--	---	---	---	---	--

DREIER QUADRAT

Welche Zahl steht in dem leeren Kästchen?

2	7	17
3		19
5	13	23

FEHLENDE BUCHSTABEN

Füllen Sie die noch fehlenden der 26 Buchstaben des Alphabets in das Raster so ein, dass alle Buchstaben nur einmal vorkommen.

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

HINTELEGRAMM

Welche Ziffer müssen Sie statt eines Buchstabens einsetzen, damit die Gleichung stimmt? Hilfe: **E = 7** und **N = 8**.

	S	E	N	D	E
+					
M	I	R	N	E	N

S	C	H	E	C	K
---	---	---	---	---	---

RECHENSPIEL

Welche Zahl steht anstelle des Fragezeichens?

12	13	14	13
29		36	
16	17	23	22
16	19	16	16
?		40	
22	25	24	24

MATHEMATISCHE GLEICHUNGEN

Betrachten Sie folgende Gleichung: **2 + 8 + 3 + 1 + 7 = 21** und die weitere Gleichung: **6 + 4 + 5 + 9 = 24**. Verändern Sie eine einzige Zahl und beide Ergebnisse sind gleich. Wie geht das?

GRUNDRECHENARTEN

Welche Ziffer müssen Sie statt eines Buchstabens einsetzen, damit die Gleichungen stimmen?

AB	x	BC	=	ADC
+		-		:
BE	-	F	=	G

FB	+	BB	=	CA
----	---	----	---	----

DENKAUFGABE

Der Arbeitgeber sprach zu seinen Arbeitern: „Die Rendite muss um 2% steigen, weil wir sonst nicht alle Stellen aufrechterhalten können. Also verdoppelte Anstrengung!“ Richtig oder falsch?

HÜHNER BRÜTEN EIER AUS

Bauer Schmitz hat viele Hühner. Er weiß, daß 25 Hühner in 18 Tagen in 3 Ställen 30 Eier ausbrüten. Wie lange dauert es, bis 30 Hühner die gleiche Menge Eier in 4 Ställen ausbrüten?

3 X 6 RECHTECK

Welche Zahlen stehen in den leeren Kästchen?

5	6	2	8	
5	6	11	17	
33	31	30	18	

ANGESÄGTES SCHACHBRETT

Von den 64 Feldern eines Schachbretts sind zwei sich diagonal gegenüberliegende Eckfelder herausgesägt worden. Wie muß man 31 Domino-Steine, die jeweils die Größe von zwei Schachfeldern haben, auf dem Brett anordnen, so daß es vollständig bedeckt ist?

Dieter H. K. Starke

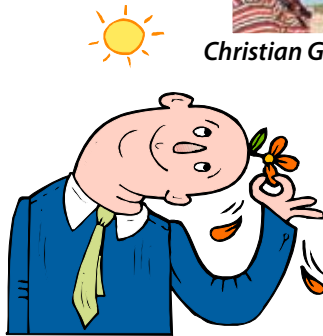


Ich war noch klitzeklein und jung an Jahren,
da hieß es, der Jung' hat ja kaum was an Haaren,
manche meinten, die kommen noch gewiss,
wartet mal ab bis er achtzehn ist.
Viele Mütter verwahr'n von Kindern die ersten Söckchen,
bei mir waren es die ersten Löckchen.
Ich war fünf oder sechs Jahre,
da bekam ich ein Klämmerchen in die Haare.
So hatte ich peu à peu auf diese Tour,
mit siebzehn eine Elvis-Presley-Frisur.
Doch kaum war ich ein paar Jahre getraut,
wurde mein Ego durch meine Frau versaut.
Vertraulich hat sie der Verwandtschaft berichtet,
bei meinem Mann hat sich das Haar gelichtet.
Auch mein Enkel sagte schon im vorigen Jahre,
der Opa hat aber wenige Haare,

Eine haarige Angelegenheit



Christian Graff

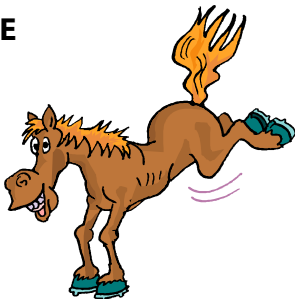


sein Taschengeld hat sich aber nur gelohnt,
weil sein Opa den Friseur geschont.
Doch dann und wann musste ich zum Haare schneiden
und beim Friseur noch zusätzlich leiden,
bezahlte ich noch willig den vollen Preis,
jedoch die Rechnung „Haarkranz schneiden“ als Beweis.
Kann auch nicht mehr darüber mir die Haare raufen,
nur noch weniger zum Haarschneiden laufen.
Dabei versuche ich es auf eine andere Art,
jetzt zierte mich auch ein schmucker Bart,
das lenkt ab vom kahlen Kopfe, wie man mir sagte,
von einem, der sich auch so plagte.
Auch will ich kein noch so schönes Toupet,
weil ich mittlerweile zu meiner Glatze steh'.
Und treffe ich jemand mit Haaren wie dichte Matten,
tröste ich mich und denke: Auch ein Haar wirft einen Schatten!

TIERISCH MENSCHLICH

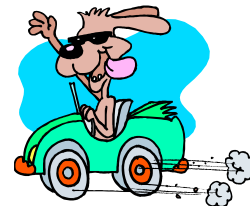
PFERDESTÄRKE

Mitten in der Prärie bleibt einem Mann das Auto stehen. Plötzlich kommt ein Schimmel angetrabet, tritt gegen den Wagen, und der Motor springt wieder an.



KLIMAWANDELN

Zwei Pinguine latschen durch die Wüste: „Holla, das muss ja verdammt glatt sein hier!“ „Wie-so?“ „Na schau mal, wie die hier gestreut haben.“

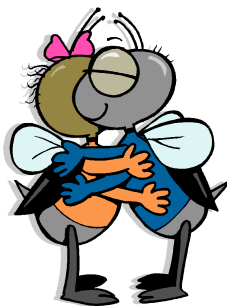


ACHTUNG KONTROLLE!

Ein Polizist stoppt ein Auto, an dessen Steuer ein Hund sitzt. „Sind sie wahn-sinnig?“, brüllt er den Mann auf dem Beifahrersitz an. „Sie können doch ihren Hund nicht ihr Auto lenken lassen!“

„Nun machen sie aber mal einen Punkt!“, meint der Beifahrer. „Das ist nicht mein Hund und auch nicht mein Auto. Ich bin nur ein Anhalter!“

Später erzählt der Mann an einer Tankstelle sein Erlebnis. Darauf meint der Tankwart: „Da haben Sie aber Glück gehabt. Hier in der Gegend läuft auch ein Brauner rum, und der hat von Motoren keine Ahnung.“



GLOBAL BETRACHTET

Zwei Fliegen krabbeln über einen Globus. Als sie sich zum dritten Mal begegnen, meint die eine zur anderen: „Wie klein die Welt doch ist...“

LUST AUF KUNST?

Zwei Mücken treffen sich an einem See. „Interessierst du dich für Kunst?“ „Ja. Warum?“ „Dann fliegen wir mal rüber zu dem Typen dort am Ufer und ich zeige dir ein paar alte Stiche...“



PINGUINEN AUF DEN SCHNABEL GESCHAUT TEXT UND FOTOS: CHRISTA SACHS



EIN LEBEN FÜR DIE SENIOREN

„Wenn ich für die Senioren da sein kann und ich sehe, dass ich ihnen durch meine Aktivitäten Freude bereite, fühle ich mich belohnt!“, sagt Maria Förster, die eigentlich ihren Lebensabend in Ruhe genießen könnte. Aber dazu ist die fast 82-Jährige viel zu rastlos.

Die älteren Mitmenschen in Eilendorf liegen ihr schon seit über 35 Jahren am Herzen. Die Hausfrau und Mutter war im Bereich der Pfarre St. Severin immer tätig. Für die Pfarr-Caritas ist sie nach wie vor aktiv, genauso wie in der Begegnungsstätte St. Severin.



Die gebürtige Eilendorferin wuchs als „Nermer Kengche“ mit sechs Geschwistern auf. Sie hat immer in ihrem Heimatort gelebt. Mit ihrem Mann, der vor 20 Jahren verstarb, war sie fest mit der St. Sebastianus-Schützenbruderschaft verbunden. Zweimal repräsentierten die beiden die Gesellschaft als Schützenkönigspaar. Die Schützenfamilie betitelte die sich immer kümmernde Maria Förster liebevoll als „Mutter der Kompanie“. Hilfsbereitschaft, Temperament, Ausdauer und Durchsetzungsvermögen zeichnen die lebhaft Seniorin aus. Sie mag es nicht, hervorgehoben zu werden, denn für sie ist es selbstverständlich, für andere da zu sein.

WER IST SIE?

Maria Förster wurde 1929 als Maria Schmitz geboren. Sie wuchs in Eilendorf mit sechs Geschwistern auf. Sie hat mit ihrem Mann zwei Söhne und eine Tochter großgezogen. Vier Enkelkinder und drei Urenkel bereichern ihr Leben.



Maria Förster, die Gott und die Welt kennt, plant, organisiert, gestaltet, moderiert und begleitet Seniorenveranstaltungen, Wallfahrten, u.a. nach Lourdes oder Banneux, 14-tägige Urlaubsfahrten oder regelmäßige Seniorenmessen, bei denen sie als Lektorin mitwirkt.



Die selbstgestellten Aufgaben mobilisieren ihre Schaffenskraft. Selbst, wenn es ihr mal nicht gut geht, bleibt sie dran, nach dem Motto: Ich will, ich kann, ich muss!

„Natürlich könnte ich das alles nicht ohne die Unterstützung vieler fleißiger Hände schaffen. Allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern möchte ich danken“, betont die Unermüdliche.

Es macht sie glücklich, wenn die Dreikönigsfeier, die seit 25 Jahren am 6. Januar mit einem Gottesdienst beginnt und mit einem gemütlichen Beisammensein bei Kaffee und Kuchen im Pfarrheim und mit einem besinnlichen Programm – Sternsinger, Volksmusikanten unter der bewährten Leitung von Toni Plumanns – ausklingt, von den älteren Mitmenschen so gut angenommen wird, wie auch zuletzt wieder.

Kaum ist eine Veranstaltung vorbei, beginnen für Maria Förster die Vorbereitungen für das nächste Fest. Am 28. Februar 2011 steigt ab 14.00 Uhr im Pfarrheim Marienstraße die Karnevalsfeier für Senioren. Seit 25 Jahren organisiert die Menschenfreundin das fröhliche Jeckentreffen, beweist ihren



Einfallsreichtum mit einer eigenen Bütenrede, moderiert sowieso. Ihre Programmgestaltung kann sich hören und sehen lassen. Da treten nicht nur Eilendorfer, Verlautenheidener und Aachener Karnevalsgrößen auf; auch der Aachener Karnevalsprinz hat sein Kommen zugesagt.



Christine Kluck

Fotos:

Heinrich Kluck



DER EINZIGE ECHTE SENIOREN-PC!



**Auch verfügbar: Laptop 15"/17"
Computer mit 19"/22" Flachbildschirm**

DER EINFACHSTE COMPUTER

Ihr Kundenberater:
Jos Strolenberg

Tel.: 0176 514 99 537

Josef-Nacken-Weg 5
52249 Eschweiler

j.strolenberg@pcbasic.de

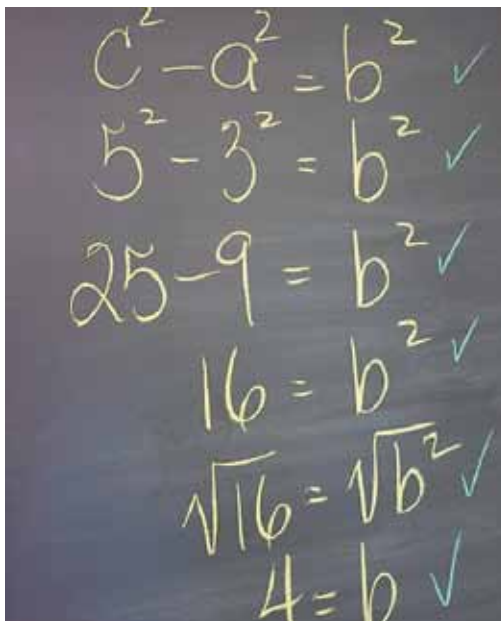


www.pcbasic.de

ÜBER DAS LERNEN IM ALTER

Üblicherweise ist das Lernen verbunden mit dem Wollen, mit Aufmerksamkeit, mit Ausdauer und auch mit Mühe. Man denke nur an seine eigene Schulzeit und an die Zeit des Studiums. Es war nicht immer nur Freude und Kurzweil, denn oft musste man richtig pauken, auswendig lernen mit sogenannten Eselsbrücken, die teilweise schon lange bekannt waren, wie z.B. im Studium der Medizin, oder die man sich selbst machte. Anschließend Klausuren wurden mit „Schmuhzetteln“ vorbereitet, wobei man auf kleinen Papierzetteln mit Minischrift die wesentlichen Dinge notierte und diesen Zettel dann in seinem Stiftemäppchen versteckte. Oder - wenn alle Stricke rissen -, versuchte man am Wissen des Nachbarn zu partizipieren.

Schon bei dieser Methode des Schmuhzettels hat man einen wesentlichen Aspekt der Lernpsychologie angewandt, weil man durch das Zusammenfassen die entscheidenden Teile des zu könnenden Wissensstoffs in seinem Langzeitgedächtnis speicherte. Häufig brauchte man dann in der Klausur diesen Zettel gar nicht, man hätte ihn auch zu Hause liegen lassen können, aber durch diesen Zettel bekam man ein Gefühl der zusätzlichen Sicherheit:



„Wenn alle Stricke reißen, dann habe ich ja diesen Zettel bei mir.“

Lernen hat aber noch einen anderen Aspekt, denn Lernen ist Verhaltensänderung durch Erfahrung. Wenn ich mein neues Handy benutzen will, muss ich seine Eigenschaften, die für mich in der Anwendung wichtig sind, kennenlernen, oder wenn ich eine Flugreise machen will, muss ich lernen, was man dabei alles beachten muss und wie ich mich zu verhalten habe.

Das erste Lernen war für mein Wissen und Können in beruflicher und kultureller Hinsicht und ganz allgemein zur Bewältigung meines Lebens wichtig. Es kann sehr interessant, aber auch mit viel Mühen verbunden sein, da man im Augenblick des Lernens nicht weiß, ob und wann man das Gelernte einmal benötigt. Bei dem zweiten Lernen geht es um die Bewältigung eines Problems, das für mich wichtig ist, weil ich sonst nicht das Handy benutzen und die Flugreise nicht durchführen kann. Hier ist die Anwendung des Gelernten sofort sichtbar. Bei diesem Lernen geht es in erster Linie nicht darum, irgendeinen Wissensstoff zu speichern, sondern die Voraussetzungen für eine direkt anstehende Anwendung zu schaffen.

Lernen ist Training des Gehirns. Dabei werden zwischen den Gehirnzellen,

den Neuronen, neue Dendriten-Verbindungen hergestellt und auch neue Gehirnzellen gebildet. Das Gehirn wird aktiviert für neue Herausforderungen. Ähnlich dem Muskel, wenn man ihn trainiert. Der junge und der Mensch im mittleren Alter trainiert sein Gehirn durch Lernen, wenn er die Herausforderungen des Lebens bewältigen will. Er lernt im Bewusstsein, gelernt zu haben. Im Alter ändert sich das. Der alte Mensch ist den täglichen Herausforderungen des Lebens entwachsen und erledigt viele Probleme durch seine langjährige Erfahrung. Seine Orientierung ist häufig vergangenheitsbezogen und selten der Zukunft zugewandt. Dadurch trainiert er sein Gehirn nicht mehr so wie in früheren Zeiten. Sein Gehirn verkümmert, und Gehirnzellen verschwinden oder werden für andere Zwecke umgewandelt. Für den alten Menschen ist daher sowohl ein Training des Körpers als auch ein Training des Gehirns nötig. Hinzu kommt, dass die Natur den alten Menschen nicht repariert, oder wenn, dann bei der Reparatur Fehler macht. Man erlebt dann den alten Menschen, dem von anderen geholfen werden muss. Daher ist das lebenslange Lernen so wichtig. Das Lernen muss nicht nur z.B. das Erlernen einer neuen Sprache sein, es kann auch durch ein Gedächtnistraining oder Gripsgymnastik erfolgen. Dabei löst man Probleme durch Spielereien mit Zahlen oder durch Denkaufgaben, die manchmal sogar ein Querdenken sein können. Hat man das Problem gelöst oder wurde es einem erklärt, hat man etwas gelernt, was einem als Lernen nicht bewusst wird. Man lernt gewissermaßen so nebenbei. Dies ist dann für den alten Menschen eine ideale Form des Gehirntrainings, weil er dann nicht das Gefühl hat, irgendetwas zu lernen, das heißt, sich anstrengen zu müssen, was ihn dann vielleicht negativ an seine Schulzeit erinnert. Außerdem hat man im Erfolgsfall zusätzlich ein gewisses Glücksgefühl, das wieder anspornend wirkt. Lebenslanges Lernen gilt auch für das Alter.



Dieter H. K. Starke

BEERDIGUNGSIONSTITUT
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
Internet: www.tonolo-bestattungen.de

DIE EHRLICHKEITSPROBE

(hochdeutsche Übersetzung einer Mundartprosa: De Lehrlichheätsprov)

Meine Lehrzeit als Elektriker war in den Jahren kurz nach dem Krieg, die man auch heute noch in Aachen „die schlechte Zeit“ nennt.

Einst schickte uns der Meister zur Maria-Theresia-Allee, um dort bei einer Kundin eine Lichtreparatur durchzuführen. Zusammen mit Pitt (Peter), meinem Gesellen, zogen wir von unserer Werkstatt in der Schützenstraße los, bepackt mit einer Treppenleiter und der Werkzeugtasche. Von wegen fahren: das gab es dazumals nicht, selbst die Kleinbahn fuhr zunächst nur ein paar Straßen weit durch die Stadt.

Als wir ankamen erklärte uns die „gnädige Frau“, wie das früher noch oft so hieß, dass in ihrem Schlafzimmer das Licht defekt wäre. Ich stellte die Treppenleiter vor dem Kleiderschrank auf, weil darüber an der Wand die Abzweigdose war. Der Pitt stand kaum auf der Leiter und „lauerte“ einmal über den Schrank, da kam er schon wieder herunter, ohne dass er etwas getan hatte. „Tue alles wieder beieinander, wir



gehen direkt zurück zur Werkstatt“, sagte er zu mir. Als die Frau hörte, was wir vorhatten, wurde sie schneeweiß in ihrem Gesicht und fragte nach dem Grund. Darauf sagte der Pitt wütend: „Wir sind ehrliche Handwerksleute und man braucht uns nicht auf die Probe zu stellen!“ Als die Frau fragte, wie das gemeint wäre, sagte der Pitt: „Wenn Sie so etwas vorhaben, dann müssen Sie auf den Zehnmarkschein, der dort oben auf dem Schrank liegt, ebenso viel Staub darüberstreuen, wie schon auf dem ganzen Schrank verteilt ist!“

Wir zogen nun zurück zur Schützenstraße, wo der Meister schon in der Türe stand. Die Frau hatte schon angerufen und sich über uns beschwert. Der Meister sagte: „Ich habe ihr tüchtig den Kopf gewaschen, ich glaube, dass sie kuriert

ist, geht nur zurück und sucht den Fehler!“ Knurrenderweise zog der Pitt mit mir erneut zurück.

Die „gnädige Frau“ war freundlich gottweißwie! Der Kurzschluss war schnell behoben, sie unterschrieb ungelesen den Stundenzettel mit all den doppelten Zeiten darauf. Zum Abschied bekam der Pitt eine Flasche Wein und ich ein paar aktive Zigaretten, das war wohl in der schlechten Zeit mehr wert als das schönste Trinkgeld.

Mein Geselle, der Pitt, hat mich damals schon gelehrt, dass man sich im Leben nicht alles gefallen lassen soll, erst recht nicht, wenn es um die Ehre von rechtschaffenen Leuten geht. Und dafür habe ich bis heute, nach all den Jahren, vor ihm noch immer die größte Hochachtung!

Bildquelle: www.bundesbank.de

Heinz Amian



EISZEIT

GEDICHT DES MONATS

Winterlicht streut über feuchte Auen

Mispeln grünen auf kahlgefügten Zweigen

Nebelkrähen flügeln ins Nichts

Pferdemäuler dampfen

auf glitzernden Weiden

der frostige Kuss des Windes

zaubert Glättespiegel auf die Wege

du ritzt Amors Pfeil

auf vereiste Autoscheiben

Peter J. Heuser



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



DER VIRTUELLE BEWEGUNGSCOACH

Eigentlich sollen wir uns täglich ausreichend bewegen und sportlich aktiv werden; stattdessen sitzen wir vor dem PC. Hier kommt die Lösung: Mit Paul werden Sie auch am Schreibtisch fit. Das Bundesministerium fördert Bewegung in Deutschland und rät: Machen Sie mit!



Das Bundesministerium für Gesundheit startete die Kampagne „Bewegung und Gesundheit“ (www.die-Prävention.de) und präsentiert uns Paul, den virtuellen Fitnesstrainer. Er motiviert Sie zur Bewegung vor dem Computer.

Ob in animierter Form als Film, Bildschirmschoner oder Textversion mit leicht nachvollziehbaren Grafiken zeigt Paul Ihnen Übungen für die Halswirbelsäule, den Schultergürtel, die Lendenwirbelsäule, Hände, Finger und anderen Körperpartien. Hier ein Beispiel:

FÜR ARME, HÄNDE UND FINGER

Wiederholen Sie diese Übung bitte fünfmal hintereinander.



Die Arme lang nach vorne strecken

1. Finger weit auseinander spreizen.
2. Hände zu einer Faust schließen.
3. Finger weit auseinander spreizen.

Während dieser Bewegung die Arme abwechselnd heben.

Holen Sie sich Ihren persönlichen Fitnesstrainer auf den PC unter:

www.die-praevention.de → Bewegung → Schreibtisch Übungen.

Machen Sie mit!

Vera Klee



NÜTZLICHE INTERNETSEITEN KARNEVAL IN DER STÄDTEREGION AACHEN

Die Session ist schon „in vollem Gange“. Damit Sie bis Aschermittwoch über die anstehenden Termine in Ihrer Heimatstadt gut informiert sind, haben wir Ihnen die gemeinschaftlichen Internetseiten der Ausschüsse und Komiteen der Karnevalsvereine in den Städten der Region herausgesucht.

Von hier aus finden Sie auch den Link zu Ihrem Verein. Zudem bieten die Internetseiten oft viele zusätzliche Informationen, z.B. Fotos aus den vergangenen Jahren oder von den aktuellen Prinzenpaaren, und manch rares Archivmaterial. Schauen Sie mal rein!



Aachen: www.aak-aachen.de und www.karnevalinaachen.de

Alsdorf: www.festkomitee-alsdorf.de

Baesweiler:
www.baesweiler-karneval.de

Eschweiler:
www.eschweiler-karnevals-komitee.de

Herzogenrath: www.ahk-web.de

Würselen: www.woeschele-alaaf.de

WWW.DATENPARTY.DE

Wer im Internet unterwegs ist, hinterlässt eindeutige Spuren, und zwar nicht wenige. Diese Webseite, vom saarländischen Datenschutzbeauftragten betreut, bietet vor allem Jugendlichen, aber auch allen anderen Interessierten Aufklärung und Hilfe für den sicheren Umgang mit persönlichen Daten im Internet, beim Handygebrauch und Einsatz von Kundenkarten. Für beliebte „soziale Netzwerke“ wie „Gesichterparty“, „Wer-kennt-wen“, „StudiVZ“ oder



„SchülerVZ“ werden z.B. konkrete Tipps gegeben, wie und in welchem Rahmen Datenschutz dort möglich ist.

WWW.ZEHNSEITEN.DE

Wer sich für Literatur interessiert, dem sei die Internetseite „zehn Seiten“ empfohlen. Anders als beim Hörbuch bieten die hier versammelten Autoren-Lesungen Gelegenheit, nicht nur gesprochene Literatur, sondern die Personen „hinter den Texten“, nämlich die Urheber



selbst, im Vortrag zu erleben. Wie der Name schon sagt, sind „zehn Seiten“ dabei das Maß aller Beiträge. Die Filme sind in schwarz-weiß gedreht, neben dem Videofenster können die wichtigsten Informationen über Autor und abgerufen werden. „Zehn Seiten“ bietet konzentrierten Literaturgenuss und liefert vielleicht Tipps für den nächsten Besuch im Buchladen.

ÄNDERUNGEN BEI DER ARZNEIMITTELABGABE

Durch neue gesetzliche Vorgaben beim Austausch von Arzneimitteln bei der sogenannten „Autidem Regelung“ und den Rabattverträgen werden viele Patienten seit dem 1. Januar 2011 andere Arzneimittel als gewohnt in ihrer Apotheke erhalten.



Die Apotheken haben nun erstmals die Möglichkeit, auf Wunsch des Patienten nicht das Rabattarzneimittel, sondern ein anderes Arzneimittel, z.B. das Originalpräparat, abzugeben. „In diesem Fall muss das Arzneimittel direkt vom Patienten in der Apotheke bezahlt werden. Anschließend kann der Patient das Rezept bei seiner Krankenkasse zur Teilerstattung einreichen. Wie hoch diese sein wird, müssen die Patienten bei ihrer jeweiligen Krankenkasse erfragen“, erklärt Wiebke Moormann, Pressesprecherin der Apotheker in Aachen.

„Grundsätzlich muss die Apotheke seit Einführung der Rabattverträge ein verordnetes Arzneimittel gegen ein Rabattarzneimittel austauschen, wenn bestimmte Kriterien erfüllt sind. Da die Austausch Kriterien durch das neue Gesetz leicht modifiziert wurden, kann es zu den genannten Veränderungen bei der Arzneimittelabgabe kommen. „Wir werden versuchen, die Verwirrung bei den Patienten möglichst gering zu halten. Wir geben unser Bestes, über die Neuregelungen verständlich aufzuklären“, sagt Moormann.

NATÜRLICH GESUND



Das Wissen um wirksame Hausmittel geht nach und nach verloren. Was zu Großmutter Zeiten noch selbstverständlich war, ist jungen Eltern heute vielfach unbekannt.

„Dabei ist es oft besser, bei unkomplizierten Erkrankungen wie einer beginnenden Erkältung oder leichten Kopfschmerzen nicht vorschnell zur Tablette zu greifen, sondern zuerst die Selbstheilungskräfte des Körpers zu stärken“, weiß Martin Katzenbach, Pressesprecher der Apotheker im Kreis Aachen. „Hausmittel wie Heilpflanzentees können beispielsweise die Behandlung von Fieber, Husten oder Schnupfen ergänzen“, so Katzenbach. „Sie können Symptome lindern und vorbeugend eingesetzt werden.“

Wer unter einer Erkältung leidet, verschafft sich Linderung, indem er viel trinkt. „Durch Wasser, Kräutertees oder verdünnte Obstsaften wird der zähe Schleim gelöst. Dadurch wird das Abhusten oder Schnäuzen erleichtert, was bei bakteriellen Infektionen positive Effekte haben kann.“ Bei Schnupfen haben sich zudem Inhalationen bewährt, z.B. mit ätherischen Ölen oder einem Kamillendampfbad. Dabei ist es aber wichtig, auf die Qualität zu achten, weil nur bestimmte Inhaltsstoffe auch entzündungshemmend sind. Am wirksamsten ist es, beim Inhalieren durch die Nase ein- und durch den Mund auszuatmen. Katzenbach: „Durch die warmen Dämpfe wird die Durchblutung der Schleimhäute gefördert und der Schleim gelöst. Kleine Kinder sollten beim Inhalieren nie unbeaufsichtigt bleiben.“

Viele Menschen erwarten von pflanzlichen Hausmitteln eine sanfte Heilung ohne Nebenwirkungen. „Hausmittel sind aber nicht immer harmlos“, gibt der Pressesprecher zu bedenken. Die gute Verträglichkeit von Hausmitteln und Tees hängt maßgeblich vom

sachgemäßen Gebrauch ab. „Honig soll gegen nächtlichen Hustenreiz helfen, ist aber für Babys auch in kleinen Mengen nicht geeignet“, nennt Katzenbach ein Beispiel. Ätherische Öle können Haut und Schleimhäute reizen, auch Allergien sind nicht ausgeschlossen. Über das sinnvolle Neben- und Miteinander von Hausmitteln und Arzneimitteln informieren die Apotheker in der StädteRegion.

HAUSMITTEL UND DEREN ANWENDUNG:

- **Schnupfen:** viel trinken, Nasenspülungen, Inhalationen, hohe Luftfeuchtigkeit in den Räumen
- **Husten:** viel trinken, Raumluft befeuchten, Dampfbad mit Thymian, Zwiebelsaft, warme Brustwickel
- **Halsschmerzen:** heißer Zitronentee, Salbeibonbons, Gurgeln mit lauwarmem Salzwasser oder Kamillentee
- **Bauchschmerzen:** Pfefferminz-, Kamillen- oder Fencheltee, feuchtwarme Bauchwickel, Kirschkernkissen



Rundum gut versorgt!

Nahrungsergänzung

Medizinische Kosmetik

Hochdosierte Vitamine & Mineralien

Cholesterin- & Blutzuckeruntersuchung

Lieferservice

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

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

Öffnungszeiten:

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

GESTATTEN, MEIN NAME IST TRIOPS

Ich hab' sie alle kommen sehen: Die Dinosaurier, dann die Riesenfaultiere und schließlich die Menschen. Denn ich bin offiziell die älteste lebende Tierart der Erde. Vor rund 250 Millionen Jahre habe ich mich entwickelt und bis heute äußerlich nicht verändert. Warum auch?



Ich bin ein Urzeitkrebs, genauer gesagt, „ein Rückenschaler“. Mein wissenschaftlicher Name lautet *Triops cancriformis*, was so viel wie „Dreiäugige Krebsform“ bedeutet, denn ich habe drei Augen auf dem Rücken. Ich bin fast immer ein Weibchen, denn zur Vermehrung brauche ich keine Männer: Meine Larven, die Nauplien, schlüpfen auch aus unbefruchteten Eiern, was man als Jungferzeugung bezeichnet.

Besonders häufig sind meine direkten Vorfahren in Deutschland nicht mehr anzutreffen. In Nordrhein-Westfalen kennt man mich nur hier in der Drover Heide, ansonsten leben die anderen Urzeitkrebse hauptsächlich in den kontinentalen Gebieten des Ostens. Entlang der großen Ströme wie Donau, Elbe oder Oder finden wir geeignete Lebensräume: Nach der Flut bleibt Wasser für einige Zeit in kleinen Senken stehen. Hierin können wir überleben. Die Versiegelung der Landschaft und die Bändigung der Flüsse haben meine Lebensräume jedoch weitgehend zerstört.

In der Drover Heide haben die Panzer und Granaten der belgischen Streitkräfte seit Jahrzehnten dafür gesorgt,

dass genügend kleine Pfützen vorhanden sind. Doch nun ist das Militär fort, und ich bange um mein Leben. Aber ich hoffe, es wird schon dafür gesorgt, dass immer ausreichend wassergefüllte Mulden für mich da sind. Oft habe ich Laubfrosch und Kreuzkröte in meiner Pfütze zu Gast.

Meine Eier sind so robust, dass ihnen selbst ein Bad in Schwefelsäure oder flüssigem Stickstoff oder kochendem Wasser nichts anhaben kann.



Legt man sie anschließend ins Wasser, schlüpfen die Larven. Solange noch Wasser in meinen Pfützen ist, fühle ich mich pudelwohl. Aber irgendwann im Spätsommer ist es verdunstet, und ich sterbe. Vorher aber habe ich hunderte von Eiern in den Schlamm gelegt, die Jahrzehnte der Trockenheit in einem todesähnlichen Zustand überdauern können. Regnet es erneut, erwachen sie zum Leben.

In welches exotische Land muss man reisen, um diesen Urzeitgesellen zu treffen? 60 km weit von Aachen aus gesehen! Der ehemalige Truppenübungsplatz „Drover Heide“ liegt bei Düren zwischen den Orten Drove und Soller. Das heutige 680 ha große Naturschutzgebiet ist durch 25 km gezeichnete



Wander- und Radwege sowie Besucherparkplätze erschlossen. Vom einstündigen Spaziergang in flachem Gelände bis zur 5-Stunden-Wanderung reichen die Möglichkeiten.



Der jahreszeitliche Höhepunkt in dieser Landschaft ist die Zeit der Heideblüte August/September. Wenn Ihnen ein Naturschutz-Ranger begegnet, fragen Sie ihn nach einer kostenlosen Wanderkarte. Er erzählt Ihnen auch gerne etwas über die Tier- und Pflanzenwelt, denn seltene Vögel, Amphibien, wie auch seltene Pflanzen haben



hier überlebt, denn 100 Jahre lang gab es keinen Tourismus. So können Ihnen Schwarzkehlchen, Heidelerche, Neuntöter und Vierflecklibelle begegnen. Neben dem Triops kommt noch ein weiterer Urzeitkrebs vor: Branchipus schaefferi. Er wird rund 2 cm groß und schwimmt immer auf dem Rücken.

Ein ganz besonderes Erlebnis ist eine Wanderung im Frühjahr in der Dämmerung mit einem Führer der Biologischen Station Nideggen-Brück (im alten Bahnhof), bei der Sie den



Ziegenmelker am Nachthimmel sehen und vor allem hören können. Seine Balzrufe werden Ihnen unvergesslich bleiben. Von diesem merkwürdigen Vogel gibt es kaum noch Vorkommen. Hier in der abgeschiedenen Heidelandchaft hat er als Bodenbrüter überlebt.

Es gibt noch eine Besonderheit in der Drover Heide: Der vor 2000 Jahren von den Römern gebaute Drover Berg-Tunnel, der mit 1660 m Länge der längste antike Tunnel nördlich der Alpen ist. Er versorgte von Drove aus vermutlich einen römischen Gutshof



- eine villa rustica - bei Froitzheim mit Trinkwasser. Die Quelle neben einem Bauernhof in Drove sprudelt noch heute und heißt „Heiliger Pütz“. Der Tunnel mit der Wasserleitung, die mit Tonröhren abgedeckt ist, verläuft bis in 26 m Tiefe. Die Bauschächte im Abstand von 12 bis 15 m und einem Durchmesser von bis zu 6 m sind als flache Mulden im Gelände sichtbar und von Archäologen kenntlich gemacht. Die Tunneltrasse mit ganz geringem Gefälle ist eine Meisterleistung römischer Landvermesser. Welche Instrumente gab es damals, um über weite Strecken ein praktikables Gefälle zu errechnen und zu bauen?



Übrigens gab es diese Technik bereits vor den Römern, die sie von den Etruskern gelernt haben. Und die wiederum haben es den Persern abgeschaut, die etwa 1000 vor Chr. sog. Qanate - unterirdische Wasserleitungen - bauten, mit denen Oasen von entfernten Bergen mit Wasser versorgt wurden.

So bietet denn ein Tag in der Drover Heide viel Interessantes zu sehen, sowohl was die Natur angeht, wie auch Technisch-Geschichtliches.



FAZIT: Werden die seltenen Tiere und Pflanzen den Wander- und Radtourismus überleben, nachdem sie 100 Jahre lang den Truppenübungsplatz überlebt haben? Es hängt von Ihnen und uns allen ab!

Wolfgang Schönrock



Wir nehmen uns Zeit für Sie



Avenitas

PFLEGEDIENST

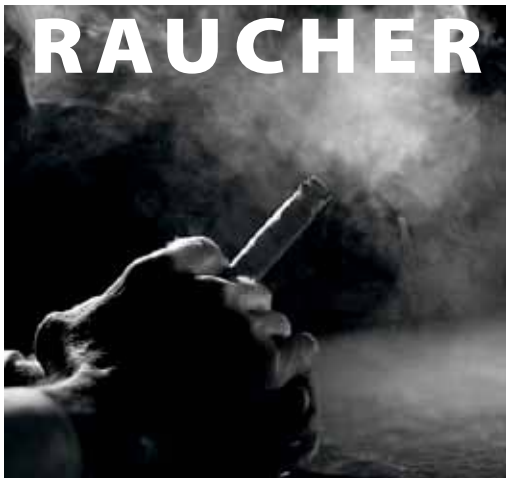
Jutta Gindorff • Pützriesch 7 • 52072 Aachen

**Beraten
Helfen
Pflegen**

www.senio-magazin.info
StädteRegion Aachen

www.senio-magazin.be
Deutschsprachige Gemeinschaft Belgiens

mail: info@avenitas.de Telefon: 0241-518 548 99
www.avenitas.de Fax: 0241-518 548 97



Arsen, Cadmium, Formaldehyd, Stickoxide, Nitrosamine... In jeder Zigarette steckt ein Giftgemisch von zum Teil stark Krebs erregenden Stoffen.

Rauchen und Gesundheit hängen eng zusammen: Jede Zigarette verkürzt die Lebenserwartung eines Rauchers. Dass aber auch die nicht rauchenden Mitmenschen dadurch Gesundheitsschäden erleiden sollen, ist nicht einzusehen!

DÜRFEN AUCH RÜCKSICHT NEHMEN!

Unter „Passivrauchen“ versteht man die Aufnahme von Tabakrauch aus der Raumluft. Dieser Zigarettenqualm besteht zu ca. 80% aus dem Nebenstromrauch, der vom glimmenden Ende der Zigarette ausgeht, und nur zu ca. 20% aus dem Hauptstromrauch, der vom Raucher ein- und wieder ausgeatmet wird. Die an die Raumluft abgegebenen Rauchpartikel lagern sich überall im Zimmer an – die Gardinen sind der beste Beweis! Nichtraucher, die dieser Schadstoffbelastung ständig ausgesetzt sind, erleiden gleiche Gesundheitsschäden wie Raucher!

Belegte Risiken für Passivraucher (laut dem Deutschen Krebsforschungszentrum Heidelberg): Atemwegserkrankungen wie Asthma, Bronchitis, Lungenentzündung, Lungenkrebs, Herzinfarkt, Schlaganfall, akute und chronische Herzkrankungen etc.

Wichtig: Ob geraucht wird, entscheidet der Hausherr und nicht der Raucher!

Wenn schon geraucht wird, dann bitte an der frischen Luft oder in einem Raum, der gut zu lüften ist.

Besonders schlimm ist, dass es häufig die Kinder sind, die zum „Passivrauchen gezwungen“ werden! Auch die Gefahren für das ungeborene Kind sind hinreichend belegt.

Raucherstop in geschlossen Räumlichkeiten darf nicht als ein Zeichen mangelnder Höflichkeit oder als Intoleranz ausgelegt werden. Das Recht von Kindern und Erwachsenen auf gesunde Atemluft muss Vorrang haben!

Hartmut Kleis
Apotheker



VORSICHT BEI BRUCH!

Energiesparlampen - Fachleute sprechen von Kompaktleuchtstofflampen - enthalten geringe Mengen an giftigem Quecksilber. Geht eine Lampe im Haus zu Bruch, kann das Quecksilber in die Raumluft gelangen.

Da der Quecksilbergehalt der Raumluft direkt nach dem Zerbrechen der Energiesparlampe am höchsten ist, sollten Sie sofort die Fenster zum Lüften öffnen. Alle Personen und Haustiere verlassen anschließend für ca. 15 Minuten den Raum. Heizung und Klimaanlage schalten Sie am besten ab. Dadurch reduziert sich die Luftbelastung erheblich. Alle weiteren Reinigungs- und Aufräumarbeiten führen Sie mit offenem Fenster durch, damit der Quecksilbergehalt in der Luft weiter sinkt.

Beseitigung der zerbrochenen Lampe

Für die erste Reinigung keinen Besen, Handfeger oder Staubsauger verwenden! Der Staubsauger wirbelt das Quecksilber wieder in die Raumluft. Das können Sie vermeiden, indem Sie die Glassplitter

mit Karton oder steifem Papier zusammenkehren.

- Tragen Sie Gummihandschuhe! So schützen Sie Ihre Hände vor scharfen Glassplittern und vor dem Kontakt mit Quecksilber.
- Vorsichtig die größeren Stücke in ein luftdicht verschließbares Gefäß geben, z.B. ein leeres Konserven- oder Einmachglas. Kleinere Glassplitter mit Karton oder steifem Papier zusammenkehren. Auf glatten Böden, z.B. Laminat oder Parkett, wischen Sie den Staub und die restliche Glassplitter mit feuchten Papiertüchern auf und stecken sie in das Gefäß.
- Splitter und Stäube, die auf Teppichen, Decken oder Polstern liegen, nehmen Sie mit einem Klebeband auf und geben diese ebenfalls in das Gefäß. Diese Abfälle geben Sie bei der örtlichen Sammelstelle für Sondermüll ab.
- Alle Reinigungsutensilien und die Gummihandschuhe können Sie mit dem Hausmüll außerhalb des Hauses entsorgen. Im Anschluss an alle Reinigungsmaßnahmen lüften Sie noch einige Zeit. Danach die Hände gründlich waschen.



Erst nach dieser Grobreinigung kann der Staubsauger eingesetzt werden. Hand- oder Tischstaubsauger eignen sich nicht für die Reinigung. Wichtig: Während des Saugens und danach gut lüften. Staubsaugerbeutel und Feinstaubfilter entsorgen Sie in der Restmülltonne außerhalb des Hauses. Wenn Sie den Staubsauger beim nächsten Mal einsetzen, lüften Sie den Raum wieder ausgiebig.

Kleidungsstücke, Decken und Stoffe, die durch Glassplitter oder quecksilberhaltiges Pulver verschmutzt wurden, sollten Sie je nach Verschmutzungsgrad entweder entsorgen oder zunächst oberflächlich z.B. mit Klebeband reinigen und dann in der Waschmaschine waschen. Schuhe, die in direkten Kontakt mit den Glassplittern oder dem quecksilberhaltigen Pulver gekommen sind, sollten Sie mit feuchten Papiertüchern abwischen. Alle Papiertücher und das Klebeband stecken Sie zur Entsorgung in das Glasgefäß.

PATIENTENGERECHTERE THERAPIEN



Rheumatoide Arthritis gehört zu den besonders schmerzhaften Krankheiten des rheumatischen Formenkreises. Privatdozentin Dr. med. Andrea Rubbert-Roth, Oberärztin für Klinische Immunologie und Rheumatologie am Universitätsklinikum Köln, stellt moderne Behandlungsmethoden vor.

Wie äußert sich Rheumatoide Arthritis?

Rheuma bezeichnet umgangssprachlich Beschwerdebilder und Krankheiten mit Schmerzen und Funktionseinschränkungen am Bewegungssystem (Gelenke, Wirbelsäule, Knochen, Muskeln und Sehnen). Die Rheumatoide Arthritis ist eine chronisch verlaufende rheumatische Erkrankung, die mit wiederholt auftretenden schmerzhaften Schwellungen an den Gelenken, z.B. an den Händen und Füßen, einhergeht. Auch eine Steifigkeit der Gelenke am Morgen, die erst im Tagesverlauf oder nach längerer Bewegung nachlässt, gehört dazu.

Wie kommt es, dass die Krankheit häufig bereits zwischen dem 35. und 55. Lebensjahr auftritt?

Die Ursachen dafür sind unbekannt. Sowohl genetische Faktoren als auch Umweltfaktoren beeinflussen aber die Erkrankung, insbesondere das Rauchen.

Warum sind Frauen öfter betroffen?

Frauen sind dreimal häufiger betroffen als Männer. Die genauen Ursachen sind nicht bekannt. Es wird vermutet, dass hormonelle Unterschiede dazu führen, da Östrogene einen stimulierenden Effekt auf das Immunsystem haben. Frauen in und nach den Wechseljahren werden damit aber anfälliger.

Sind Behandlungen mit Kortison oder klassischen Schmerzmedikamenten noch zeitgemäß?

Ja. Solche Medikamente werden gerade am Anfang in der akuten Situation eingesetzt, um Schmerzfreiheit zu erzielen oder die Entzündung zu bremsen, bis die eigentlichen Medikamente, Basismedikamente und Biologika, wirken.

Welche Therapieoptionen gibt es?

Die Behandlung besteht meist in einer

Kombination verschiedener medikamentöser und nichtmedikamentöser Therapiemaßnahmen, wie Krankengymnastik, Ergotherapie etc. Um das Behandlungsziel, weitgehende Bewegungsmöglichkeit bei gleichzeitiger Schmerzfreiheit, zu erreichen, ist eine gute Zusammenarbeit



Bildquelle: djf/fotex

und Kommunikation zwischen Hausarzt, Rheumatologe, Physiotherapeut und dem Betroffenen notwendig. Klassische Schmerzmittel wie nichtsteroidale Antirheumatika, die sogenannten NSAR, lindern Schmerzen, Steifigkeit der Gelenke und andere Symptome der Entzündung und verbessern so die Mobilität. Zur Unterdrückung des Krankheitsprozesses ist eine Basistherapie mit Methotrexat, Sulfasalazin, Leflunomid oder anderen Substanzen erforderlich. Neue Medikamente aus der Gruppe der Biologika wie TNF-alpha-Hemmstoffe sind insbesondere bei unzureichender Wirkung der Basistherapien notwendig.

Wird die Behandlung mit Biologika immer von einer Schwächung des Immunsystems begleitet?

Grundsätzlich kommt es zu einer Unterdrückung des Immunsystems. Dadurch kann es zu einer erhöhten Infektionsrate

kommen, die sich von Patient zu Patient unterschiedlich bemerkbar machen kann.

Welche Wirkungen sind von Biologika zu erwarten?

Die Therapien mit Biologika bieten bei guter Verträglichkeit eine zielgerichtete Behandlung der Erkrankung. Dabei sollten nicht nur die Symptome verbessert, sondern auch die Beweglichkeit erhalten und die Gelenkzerstörung aufgehalten werden. Allerdings gibt es bei den Wirkmechanismen ebenso wie in der Anwendung Unterschiede: So kann das Medikament z.B. per Infusion verabreicht oder aber unter die Haut gespritzt werden, was der Patient nach Anleitung durch den Arzt auch selbst machen kann. Die einfache und weitgehend schmerzfreie subkutane Gabe ermöglicht dabei die Unabhängigkeit und Therapietreue des Patienten.

Welche Rolle spielt der Tumornekrosefaktor alpha (TNF-α) für die Erkrankung und ihre Therapie?

Die am meisten genutzte Medikamentengruppe zur Behandlung ist die der TNF-α-Hemmer. Durch sie wird in die Signalkette der Entzündung eingegriffen, indem der für die Erkrankung zentrale Botenstoff TNF-α abgefangen wird. Die derzeit zugelassenen TNF-α-Hemmer sind hinsichtlich ihrer Molekülstruktur unterschiedlich, so dass bei Nebenwirkungen oder Unwirksamkeit eines Präparates der Wechsel auf ein zweites Präparat sinnvoll sein kann. Typisch für TNF-α-Hemmer ist ein schneller Wirkungseintritt, wobei bis zur maximalen Wirkung ein Zeitraum von drei bis sechs Monaten vergehen kann.

Ist Arthritis damit mittelfristig sogar heilbar?

Es wird damit möglich, für mehr Patienten eine „Remission“ zu erreichen, das meint einen Zustand, bei dem die Krankheitssymptome verschwunden sind und die Gelenkschädigung so weit verlangsamt oder gestoppt wird, dass der Patient seine Unabhängigkeit behalten kann. Dazu ist es allerdings nötig, für jeden einzelnen Patienten das optimal geeignete Medikament zu finden, was sehr viel Erfahrung durch den behandelnden Arzt voraussetzt.

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

6		2			
		5			
2	1				
				4	2
			5		
			4		3

		3			
		4			
2					6
6					4
			1		
			2		

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

EINFACH

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

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

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

MITTEL

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

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

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

SCHWER

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

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

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

NUET-FASTELOVVEND

(Fastnacht kurz nach dem Krieg in Burtscheid)

NOT-FASTNACHT

Ouch vür hant fröjher at een os jong Johre,
os Fastelovvend ene Knubbel Freud jemaht;
wenn ouch de Zitte Janet donoh wore,
et wooed jespronge än jesonge än jelaht.
Vür wore onjebrouche met os sövve Hazzler.
Et wooed sich ajjeströeft, wat mer a Pluute fong.
Wenn ouch Kaloorie afjetrocke de Besatzer,
et löstlich dörch Botsched klong:

(Refr.) Än - se haien os jeär :(3x) ... kapott. Tralallalaa

Et wooed sich aan d'r Eckenberg jetroffe,
än met de Mädchere d'r ieschte Kreäs jemaht;
noh alle Sijje wooed Alaaf jeroffe,
än a de Mädchere: „Schiniert Euch nicht!“ jesaat.
Et ieschte Pütschje tösche Mädchere än Jonge,
en rue Nas, ne Kaffie-Wärmer op d'r Kopp,
aplaatsch Kostüm en au Jarding sich ömgebonge,
d'r Heäßberg met Jesang erop:

Wenn de ouch jeng Zemmerdöore has,
än jeng Ruute ejjen Jlaserkass,
maach dich doch dorövvver jajeä Leäd.

Denn dat es d'r ganze Beddel ... Janet weät!

Op Kalverbende en Kapell at speälet;
dreij Man, die bloesete op Kamm än Monika,
än ouch en Düvels-Jeig dobej net feählet;
atwier ne Kreäs jemaht, denn dorop koem et aa.
Hau sich dan jedder wier si Pütschje ejjefange,
dan jong die Bronk erav langs Juenas-Pooetz än Heäß.
Hau mer d'r Mag ouch döcks bes open Ziehne hange,
mer song, als wüer jeng Nuet jeweaß:

Huu - doe lit ene Puffel ejjen Siif,
„Hölp“, schreit dat Wiiv, „ene Puffel ejjen Siif“.

De Kurhuus-Kolonnade donge beäve,
denn een de Fastelovvendszitt da jeäht et ronk.
Mer wor noch jongk, än wou noch jät erleäve,
et floge Pütschjere atwier va Monk ze Monk.
Bei all dat Pütsche wor et secher ouch jeä Wonger,
datt mänich Pärche sich dobeij för ömmer fong.
E Mond- än Steärelet, de Sonn jong lang at onger,
mer onverdrouße luuter song:

Mädchen meiner Seele mein, verlass mich nicht.
Komm in meine Arme komm, in meine Arme,
reich mir den Abschiedskuss.

Des Nachts um Elfe, bei hohem Felde,
da kommt der letzte rote Omnibus;
da kommt der Meister mit seinem Kleister,
und gibt der Jula einen Kuss. *



Auch wir haben früher schon in unsern jungen Jahren,
uns Fastnacht einen Haufen Freude gemacht;
wenn auch die Zeiten gar nicht danach waren,
es wurde gesprungen und gesungen und gelacht.
Wir waren ungebrochen mit unsern sieben Herzen. **

Es wurde sich angezogen, was man an Klamotten fand.
Wenn auch Kalorien abgezogen die Besatzer,
es lustig durch Burtscheid klang:

(Refr.) Und sie hätten uns gerne kaputt ...

Es wurde sich am Eckenberg getroffen,
und mit den Mädchen der erste Kreis gemacht;
nach allen Seiten wurde Alaaf gerufen,
und an die Mädchen: „Geniert Euch nicht!“ gesagt.
Das erste Küßchen zwischen Mädchen und Jungen,
eine rote Nase, 'nen Kaffee-Wärmer auf dem Kopf,
statt eines Kostüms 'ne alte Gardine umgebunden,
den Heißberg mit Gesang hinauf:

Wenn du auch keine Zimmertüren hast,
und keine Scheiben in der Vitrine,
mach dir doch darüber gar kein Leid.

Denn das ist der ganze Plunder ... gar nicht wert!

Auf Kalverbenden eine Kapelle schon spielte;
drei Mann, die bliesen auf Kamm und Mundharmonika,
und auch eine Teufelsgeige dabei nicht fehlte;
schon wieder ein Kreis gemacht, denn darauf kam es an.
Hatte sich dann jeder wieder sein Küßchen eingefangen,
dann ging der Zug hinab vorbei an Jonastor und Thermalbrunnen.
Hatte man den Magen auch oft bis auf die Zehen hängen,
man sang, als wär keine Not gewesen:

Huu - da liegt ein Berliner Ballen im Rinnstein,
„Hilfe“, schreit das Weib, „ein Berliner Ballen im Rinnstein“.

Die Kurhaus-Kolonnaden bebten,
denn in der Fastnachtszeit, da geht es rund.
Man war noch jung, und wollte noch was erleben,
es flogen Küßchen schon wieder von Mund zu Mund.
Bei all dem Küssen war es sicher auch kein Wunder,
dass manches Pärchen sich dabei für immer fand.
In Mond- und Sternenlicht, die Sonne ging lange schon unter,
man unverdrossen anhaltend sang:
Mädchen meiner Seele mein, ...

* Bei diesem letzten Refrain bildeten Jungen und Mädchen einen Kreis. Ein Mädchen blieb in der Mitte stehen. Beim Absingen des Liedes wählte das Mädchen einen Jungen aus dem Kreis, der mit ihm eingehakt im Kreis rund springen musste. Am Schluss der letzten Liedzeile gaben sie sich einen Kuss. Dann reihte sich das Mädchen in den Kreis ein, und der Junge wählte nun ein Mädchen aus, das mit ihm die nächste Runde im Kreis tanzte unter Absingen desselben Liedes. Bei den zahlreichen Wiederholungen des Liedes sang man

auch manchmal als neuen Liedanfang: „Geniert euch nicht, komm in meine Arme...“ So wechselten ständig die Paare, bis alle wenigstens einmal geküsst hatten. Wen wundert es, dass damals dieses Fastnachtsspiel bei den jungen Leuten äußerst beliebt war. Schließlich war es damals noch verpönt, wenn nicht gar verboten, sich in der Öffentlichkeit zu küssen. Na ja, Fastnacht war eben „verkehrte Welt“ - Gott sei Dank! (Die Refrains sind altbekannte Aachener Lieder.)

** scherzhaft den Burtscheidern nachgesagt

Richard Wollgarten

ÖcherPlatt e.V.



FÜR GROSSE & KLEINE KINDER



Die Verleger von Kinderspielen jubeln. Um rund 15 % hat der Umsatz 2010 nach eigenen Angaben zugenommen. Die Spiele werden immer aufwendiger. Nur wenn sie Ungewöhnliches bieten, sind Kinder zu begeistern. Rund 600.000 mal verkaufte sich „Wer war's?“ ein Brettspiel mit elektronischer Unterstützung. Dazu Wieland Herold von der Jury, die den Titel als „Kinderspiel des Jahres 2008“



auszeichnete: „Eltern muss bewusst sein, dass sie als Spielpartner gefordert sind.“ In den Kleinfamilien gibt es zu wenige Kinder, um eine Spielrunde zu füllen. Und auch die Freunde sind durch Schule, Musikstunden, Sport usw. usw.



so im Terminstress, dass oft kein gemeinsamer Termin zustande kommt. Daher müssen oft die Großeltern und Eltern mitspielen. Damit alle Beteiligten dabei ihren Spaß haben, stellen wir Kinderspiele vor, die auch Erwachsenen Freude machen.



Dorothee Heß



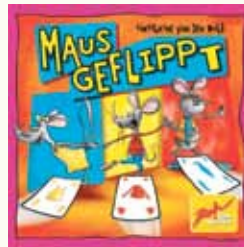
WER WAR'S? SCHRÄGHAUSEN



Ein Kobold bedroht Schräghausen. Sieben Jahre Unheil drohen. Die Spieler müssen die verhexten Kinder nach Hause bringen und ihren Partner finden. Das „Magische Radio“, ein elektronisches Modul, spricht zu den Spielern und gibt ihnen die nötigen Informationen. Der Zeitdruck ist enorm, so dass nicht selten der Kobold gewinnt. Hier muss man seine Kräfte genau einteilen und clever planen. Alle spielen gemeinsam gegen den Kobold. Es ist ungeheuer spannend, ob es gelingt, rechtzeitig die Aufgaben zu erfüllen. Da fiebern die Kinder wie auch die Erwachsenen. Ein Vorgänger dieses Spiels wurde als „Kinderspiel des Jahres 2008“ ausgezeichnet. Der Spielprinzip des neuen Titels ist diesem Vorgänger sehr ähnlich.

Reiner Knizia, 2 – 4 Pers. ab 7 J., ca. 30 Min., Ravensburger, ca. 38 €

MAUSGEFLIPPT



Wer eine Mäusekarte fangen will, muss schnell und schlau sein, denn die Jagd ist strikt geregelt! Jeder Nager trägt drei Kleidungsstücke oder Accessoires in unterschiedlichen Farben. Diese Dinge finden sich auf Karten wieder, von denen jeder Mäusejäger sieben Stück besitzt. Nur wer eine passende Karte besitzt und gaaanz schnell reagiert, fängt die Maus. „Blauer Ring? Habe ich!“ und „Zack“ ist die Maus erwischt. Das ergibt ein herrliches Chaos, denn alle schlagen gleichzeitig zu. Da muss man sehr gut aufpassen und blitzschnell handeln. Aber so eine Maus ist nicht ganz hilflos. Eine ständig wechselnde Käsesorte schützt die Mäuse. Wer in der Hektik übersieht, dass die Maus genau den richtigen Käse hat, der macht Miese.

C. van den Bulk, 2 – 6 Pers. ab 6 J., ca. 15 Min., Verlag Zoch, ca. 8 €

HEXENDUELL



Große Prüfung für kleine Hexen! Wer schafft es, seine Zaubersteine mit dem magischen Besen in den Hexenkessel zu bugsieren? Das ist nicht so einfach, denn der Besen wird nicht angefasst, sondern nur mit Magnetkraft bewegt. Der magnetische Hexenstein stößt den Besen ab. So kann man ihn mit viel Geschick über den Plan schieben. Und zugleich sollen die Zaubersteine noch ins Ziel geschoben werden. Während sich das Hexenkind mit dem Besen müht, würfeln die Anderen um die Wette. Sobald der Würfel nämlich „Hexenstopp“ zeigt, ist der Nächste dran. „Hexenduell“ bietet eine spannende und lustige Mischung aus Geschicklichkeit, Glück und Schadenfreude. Die Ausstattung ist ganz fantastisch. Und weil auch die Zuschauer mit fiebern können, kommt keine Langeweile auf.

C. Endlich u. H. Hecht, 2 – 4 Pers. ab 5 J., ca. 15 Min., Verlag Haba, ca. 25 €

SEITE 32

GEDÄCHTNISTRaining

BRÜCKENRÄTSEL

Kreuz	Wort	Rätsel
Wasser	Eis	Stadion
Sonnen	Licht	Hupe
Küchen	Tisch	Tuch
Melonen	Kern	Seife
Pfingst	Rosen	Garten
Stock	Enten	Teich
Apfel	Baum	Krone
Fluss	Sand	Boden
Fabel	Tier	Sprache
Raub	Adler	Horst
Blatt	Gold	Mine

Gesuchtes Wort: **WELTKREBSTAG**

VIERECK-SUCHE: 25 Vierecke

VERRÜCKTE CHINESISCHE WEISHEITEN

Haus, Heim, Bett, Schlaf, Uhr, Zeit, Buch, Wissen, Stelle, Respekt, Arzt, Gesundheit, Herz, Liebe

DOPPELTE BUCHSTABEN

Es sind: F, W, S und Q

WORTVERWANDLUNGEN

GANS - HANS - HAND - RAND - RIND
TINTE - TANTE - KANTE - KARTE

SPRICHWORTSALAT

1. Mit zwei Sprichwörtern

Die Kleinen fängt man,
die Großen lässt man laufen.
Eifersucht ist eine Leidenschaft,
die mit Eifer sucht, was Leiden macht.

2. Mit drei Sprichwörtern

Frisch gewagt, ist halb gewonnen.
Was man sich eingebrockt hat,
muss man auch auslöffeln.
Früh übt sich,
wer ein Meister werden will.

SEITE 9 BILDERRÄTSEL

1. D	10. A	19. R	28. H
2. I	11. B	20. T	29. N
3. E	12. E	21. D	30. E
4. D	13. N	22. E	31. N
5. I	14. D	23. N	32. G
6. N	15. E	24. M	33. I
7. G	16. N	25. A	34. B
8. E	17. W	26. N	35. T
9. H	18. E	27. I	

Lösung: Die Dinge haben den Wert,
den man ihnen gibt.

SEITE 44 SUDOKU

	Mini	Einfach	Mittel	Schwer																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	<table><tr><td>6</td><td>4</td><td>2</td><td>3</td><td>5</td><td>1</td></tr><tr><td>1</td><td>3</td><td>5</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>6</td><td>3</td><td>5</td></tr><tr><td>3</td><td>5</td><td>6</td><td>1</td><td>4</td><td>2</td></tr><tr><td>4</td><td>2</td><td>3</td><td>5</td><td>1</td><td>6</td></tr><tr><td>5</td><td>6</td><td>1</td><td>4</td><td>2</td><td>3</td></tr></table>	6	4	2	3	5	1	1	3	5	2	6	4	2	1	4	6	3	5	3	5	6	1	4	2	4	2	3	5	1	6	5	6	1	4	2	3	<table><tr><td>1</td><td>6</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>2</td></tr><tr><td>5</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td><td>3</td><td>1</td></tr><tr><td>2</td><td>4</td><td>5</td><td>3</td><td>1</td><td>6</td></tr><tr><td>6</td><td>3</td><td>1</td><td>5</td><td>2</td><td>4</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>2</td><td>1</td><td>6</td><td>3</td></tr><tr><td>3</td><td>1</td><td>6</td><td>2</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	1	6	3	4	5	2	5	2	4	6	3	1	2	4	5	3	1	6	6	3	1	5	2	4	4	5	2	1	6	3	3	1	6	2	4	5	<table><tr><td>3</td><td>5</td><td>6</td><td>2</td><td>7</td><td>9</td><td>1</td><td>4</td><td>8</td></tr><tr><td>9</td><td>7</td><td>4</td><td>1</td><td>3</td><td>8</td><td>6</td><td>5</td><td>2</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>8</td><td>5</td><td>6</td><td>4</td><td>9</td><td>7</td><td>3</td></tr><tr><td>1</td><td>6</td><td>7</td><td>3</td><td>9</td><td>2</td><td>5</td><td>8</td><td>4</td></tr><tr><td>4</td><td>8</td><td>2</td><td>7</td><td>1</td><td>5</td><td>3</td><td>6</td><td>9</td></tr><tr><td>5</td><td>3</td><td>9</td><td>8</td><td>4</td><td>6</td><td>2</td><td>1</td><td>7</td></tr><tr><td>8</td><td>2</td><td>1</td><td>9</td><td>5</td><td>7</td><td>4</td><td>3</td><td>6</td></tr><tr><td>7</td><td>4</td><td>3</td><td>6</td><td>2</td><td>1</td><td>8</td><td>9</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>9</td><td>5</td><td>4</td><td>8</td><td>3</td><td>7</td><td>2</td><td>1</td></tr></table>	3	5	6	2	7	9	1	4	8	9	7	4	1	3	8	6	5	2	2	1	8	5	6	4	9	7	3	1	6	7	3	9	2	5	8	4	4	8	2	7	1	5	3	6	9	5	3	9	8	4	6	2	1	7	8	2	1	9	5	7	4	3	6	7	4	3	6	2	1	8	9	5	6	9	5	4	8	3	7	2	1	<table><tr><td>7</td><td>3</td><td>2</td><td>6</td><td>5</td><td>8</td><td>9</td><td>1</td><td>4</td></tr><tr><td>8</td><td>1</td><td>9</td><td>4</td><td>3</td><td>7</td><td>2</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td>5</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td><td>9</td><td>2</td><td>7</td><td>8</td><td>3</td></tr><tr><td>2</td><td>7</td><td>1</td><td>5</td><td>4</td><td>9</td><td>6</td><td>3</td><td>8</td></tr><tr><td>6</td><td>4</td><td>5</td><td>7</td><td>8</td><td>3</td><td>1</td><td>9</td><td>2</td></tr><tr><td>3</td><td>9</td><td>8</td><td>2</td><td>1</td><td>6</td><td>5</td><td>4</td><td>7</td></tr><tr><td>9</td><td>8</td><td>7</td><td>3</td><td>2</td><td>5</td><td>4</td><td>6</td><td>1</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>8</td><td>7</td><td>1</td><td>3</td><td>2</td><td>9</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>9</td><td>6</td><td>4</td><td>8</td><td>7</td><td>5</td></tr></table>	7	3	2	6	5	8	9	1	4	8	1	9	4	3	7	2	5	6	5	6	4	1	9	2	7	8	3	2	7	1	5	4	9	6	3	8	6	4	5	7	8	3	1	9	2	3	9	8	2	1	6	5	4	7	9	8	7	3	2	5	4	6	1	4	5	6	8	7	1	3	2	9	1	2	3	9	6	4	8	7	5	<table><tr><td>6</td><td>9</td><td>2</td><td>4</td><td>1</td><td>7</td><td>8</td><td>3</td><td>5</td></tr><tr><td>1</td><td>4</td><td>3</td><td>8</td><td>5</td><td>9</td><td>6</td><td>7</td><td>2</td></tr><tr><td>5</td><td>7</td><td>8</td><td>2</td><td>3</td><td>6</td><td>9</td><td>1</td><td>4</td></tr><tr><td>7</td><td>1</td><td>9</td><td>3</td><td>2</td><td>8</td><td>5</td><td>4</td><td>6</td></tr><tr><td>4</td><td>3</td><td>5</td><td>9</td><td>6</td><td>1</td><td>7</td><td>2</td><td>8</td></tr><tr><td>8</td><td>2</td><td>6</td><td>7</td><td>4</td><td>5</td><td>3</td><td>9</td><td>1</td></tr><tr><td>2</td><td>6</td><td>7</td><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>1</td><td>8</td><td>3</td></tr><tr><td>9</td><td>5</td><td>4</td><td>1</td><td>8</td><td>3</td><td>2</td><td>6</td><td>7</td></tr><tr><td>3</td><td>8</td><td>1</td><td>6</td><td>7</td><td>2</td><td>4</td><td>5</td><td>9</td></tr></table>	6	9	2	4	1	7	8	3	5	1	4	3	8	5	9	6	7	2	5	7	8	2	3	6	9	1	4	7	1	9	3	2	8	5	4	6	4	3	5	9	6	1	7	2	8	8	2	6	7	4	5	3	9	1	2	6	7	5	9	4	1	8	3	9	5	4	1	8	3	2	6	7	3	8	1	6	7	2	4	5	9	<table><tr><td>4</td><td>8</td><td>7</td><td>1</td><td>9</td><td>3</td><td>2</td><td>6</td><td>5</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>9</td><td>5</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td><td>7</td><td>3</td></tr><tr><td>6</td><td>5</td><td>3</td><td>7</td><td>8</td><td>2</td><td>9</td><td>1</td><td>4</td></tr><tr><td>7</td><td>4</td><td>2</td><td>8</td><td>6</td><td>5</td><td>1</td><td>3</td><td>9</td></tr><tr><td>9</td><td>1</td><td>6</td><td>3</td><td>2</td><td>4</td><td>7</td><td>5</td><td>8</td></tr><tr><td>5</td><td>3</td><td>8</td><td>9</td><td>1</td><td>7</td><td>4</td><td>2</td><td>6</td></tr><tr><td>2</td><td>7</td><td>5</td><td>4</td><td>3</td><td>9</td><td>6</td><td>8</td><td>1</td></tr><tr><td>3</td><td>9</td><td>1</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>5</td><td>4</td><td>2</td></tr><tr><td>8</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td><td>5</td><td>1</td><td>3</td><td>9</td><td>7</td></tr></table>	4	8	7	1	9	3	2	6	5	1	2	9	5	4	6	8	7	3	6	5	3	7	8	2	9	1	4	7	4	2	8	6	5	1	3	9	9	1	6	3	2	4	7	5	8	5	3	8	9	1	7	4	2	6	2	7	5	4	3	9	6	8	1	3	9	1	6	7	8	5	4	2	8	6	4	2	5	1	3	9	7																																													
6	4	2	3	5	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
1	3	5	2	6	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
2	1	4	6	3	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
3	5	6	1	4	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
4	2	3	5	1	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
5	6	1	4	2	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
1	6	3	4	5	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
5	2	4	6	3	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
2	4	5	3	1	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
6	3	1	5	2	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
4	5	2	1	6	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
3	1	6	2	4	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
3	5	6	2	7	9	1	4	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
9	7	4	1	3	8	6	5	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	1	8	5	6	4	9	7	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	6	7	3	9	2	5	8	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
4	8	2	7	1	5	3	6	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
5	3	9	8	4	6	2	1	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
8	2	1	9	5	7	4	3	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
7	4	3	6	2	1	8	9	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	9	5	4	8	3	7	2	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
7	3	2	6	5	8	9	1	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
8	1	9	4	3	7	2	5	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
5	6	4	1	9	2	7	8	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	7	1	5	4	9	6	3	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	4	5	7	8	3	1	9	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
3	9	8	2	1	6	5	4	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
9	8	7	3	2	5	4	6	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
4	5	6	8	7	1	3	2	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	2	3	9	6	4	8	7	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	9	2	4	1	7	8	3	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	4	3	8	5	9	6	7	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
5	7	8	2	3	6	9	1	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
7	1	9	3	2	8	5	4	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
4	3	5	9	6	1	7	2	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
8	2	6	7	4	5	3	9	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	6	7	5	9	4	1	8	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
9	5	4	1	8	3	2	6	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
3	8	1	6	7	2	4	5	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
4	8	7	1	9	3	2	6	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	2	9	5	4	6	8	7	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	5	3	7	8	2	9	1	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
7	4	2	8	6	5	1	3	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
9	1	6	3	2	4	7	5	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
5	3	8	9	1	7	4	2	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	7	5	4	3	9	6	8	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
3	9	1	6	7	8	5	4	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
8	6	4	2	5	1	3	9	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	<table><tr><td>2</td><td>4</td><td>5</td><td>3</td><td>1</td><td>6</td></tr><tr><td>6</td><td>3</td><td>1</td><td>5</td><td>2</td><td>4</td></tr><tr><td>3</td><td>5</td><td>4</td><td>1</td><td>6</td><td>2</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td><td>5</td><td>3</td></tr><tr><td>5</td><td>6</td><td>3</td><td>2</td><td>4</td><td>1</td></tr><tr><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>6</td><td>3</td><td>5</td></tr></table>	2	4	5	3	1	6	6	3	1	5	2	4	3	5	4	1	6	2	1	2	6	4	5	3	5	6	3	2	4	1	4	1	2	6	3	5	<table><tr><td>4</td><td>9</td><td>2</td><td>1</td><td>6</td><td>3</td><td>7</td><td>8</td><td>5</td></tr><tr><td>3</td><td>6</td><td>8</td><td>7</td><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td></tr><tr><td>1</td><td>7</td><td>5</td><td>2</td><td>8</td><td>4</td><td>9</td><td>6</td><td>3</td></tr><tr><td>8</td><td>4</td><td>9</td><td>5</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>7</td><td>6</td></tr><tr><td>5</td><td>3</td><td>1</td><td>6</td><td>4</td><td>7</td><td>8</td><td>2</td><td>9</td></tr><tr><td>6</td><td>2</td><td>7</td><td>9</td><td>3</td><td>8</td><td>5</td><td>4</td><td>1</td></tr><tr><td>2</td><td>5</td><td>3</td><td>8</td><td>7</td><td>1</td><td>6</td><td>9</td><td>4</td></tr><tr><td>7</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td><td>9</td><td>6</td><td>2</td><td>5</td><td>8</td></tr><tr><td>9</td><td>8</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td><td>5</td><td>1</td><td>3</td><td>7</td></tr></table>	4	9	2	1	6	3	7	8	5	3	6	8	7	5	9	4	1	2	1	7	5	2	8	4	9	6	3	8	4	9	5	1	2	3	7	6	5	3	1	6	4	7	8	2	9	6	2	7	9	3	8	5	4	1	2	5	3	8	7	1	6	9	4	7	1	4	3	9	6	2	5	8	9	8	6	4	2	5	1	3	7	<table><tr><td>3</td><td>8</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>1</td><td>4</td><td>9</td><td>2</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>7</td><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>8</td><td>6</td><td>3</td></tr><tr><td>9</td><td>6</td><td>4</td><td>3</td><td>2</td><td>8</td><td>7</td><td>5</td><td>1</td></tr><tr><td>6</td><td>5</td><td>1</td><td>2</td><td>4</td><td>9</td><td>3</td><td>7</td><td>8</td></tr><tr><td>8</td><td>3</td><td>2</td><td>7</td><td>1</td><td>6</td><td>5</td><td>4</td><td>9</td></tr><tr><td>7</td><td>4</td><td>9</td><td>8</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>6</td><td>5</td></tr><tr><td>4</td><td>7</td><td>3</td><td>1</td><td>6</td><td>2</td><td>9</td><td>8</td><td>5</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>8</td><td>9</td><td>5</td><td>7</td><td>6</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td>5</td><td>9</td><td>6</td><td>4</td><td>8</td><td>3</td><td>1</td><td>2</td><td>7</td></tr></table>	3	8	5	6	7	1	4	9	2	1	2	7	5	9	4	8	6	3	9	6	4	3	2	8	7	5	1	6	5	1	2	4	9	3	7	8	8	3	2	7	1	6	5	4	9	7	4	9	8	3	2	1	6	5	4	7	3	1	6	2	9	8	5	2	1	8	9	5	7	6	3	4	5	9	6	4	8	3	1	2	7	<table><tr><td>5</td><td>3</td><td>4</td><td>6</td><td>9</td><td>7</td><td>2</td><td>8</td><td>1</td></tr><tr><td>1</td><td>7</td><td>8</td><td>3</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td><td>9</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>2</td><td>9</td><td>1</td><td>4</td><td>8</td><td>7</td><td>3</td><td>5</td></tr><tr><td>3</td><td>8</td><td>1</td><td>7</td><td>6</td><td>9</td><td>5</td><td>2</td><td>4</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>7</td><td>2</td><td>3</td><td>1</td><td>8</td><td>9</td><td>6</td></tr><tr><td>2</td><td>9</td><td>6</td><td>5</td><td>8</td><td>4</td><td>3</td><td>1</td><td>7</td></tr><tr><td>7</td><td>1</td><td>3</td><td>9</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td><td>5</td><td>8</td></tr><tr><td>8</td><td>6</td><td>5</td><td>4</td><td>1</td><td>3</td><td>9</td><td>7</td><td>2</td></tr><tr><td>9</td><td>4</td><td>2</td><td>8</td><td>7</td><td>5</td><td>1</td><td>6</td><td>3</td></tr></table>	5	3	4	6	9	7	2	8	1	1	7	8	3	2	6	4	9	5	6	2	9	1	4	8	7	3	5	3	8	1	7	6	9	5	2	4	4	5	7	2	3	1	8	9	6	2	9	6	5	8	4	3	1	7	7	1	3	9	2	6	4	5	8	8	6	5	4	1	3	9	7	2	9	4	2	8	7	5	1	6	3	<table><tr><td>8</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td><td>9</td><td>5</td><td>4</td><td>7</td><td>6</td></tr><tr><td>7</td><td>9</td><td>3</td><td>6</td><td>1</td><td>4</td><td>8</td><td>2</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>5</td><td>4</td><td>8</td><td>2</td><td>7</td><td>3</td><td>9</td><td>1</td></tr><tr><td>9</td><td>3</td><td>6</td><td>5</td><td>8</td><td>1</td><td>2</td><td>4</td><td>7</td></tr><tr><td>4</td><td>1</td><td>8</td><td>7</td><td>6</td><td>2</td><td>5</td><td>3</td><td>9</td></tr><tr><td>2</td><td>7</td><td>7</td><td>5</td><td>3</td><td>9</td><td>6</td><td>1</td><td>8</td></tr><tr><td>3</td><td>6</td><td>7</td><td>9</td><td>4</td><td>8</td><td>1</td><td>5</td><td>2</td></tr><tr><td>5</td><td>8</td><td>2</td><td>1</td><td>7</td><td>3</td><td>9</td><td>6</td><td>4</td></tr><tr><td>1</td><td>4</td><td>9</td><td>2</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>3</td></tr></table>	8	2	1	3	9	5	4	7	6	7	9	3	6	1	4	8	2	5	6	5	4	8	2	7	3	9	1	9	3	6	5	8	1	2	4	7	4	1	8	7	6	2	5	3	9	2	7	7	5	3	9	6	1	8	3	6	7	9	4	8	1	5	2	5	8	2	1	7	3	9	6	4	1	4	9	2	5	6	7	8	3	<table><tr><td>6</td><td>8</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td><td>9</td><td>4</td><td>7</td><td>5</td></tr><tr><td>1</td><td>5</td><td>7</td><td>2</td><td>4</td><td>8</td><td>3</td><td>6</td><td>9</td></tr><tr><td>4</td><td>9</td><td>3</td><td>7</td><td>5</td><td>6</td><td>2</td><td>1</td><td>8</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>9</td><td>1</td><td>2</td><td>7</td><td>8</td><td>6</td></tr><tr><td>2</td><td>7</td><td>9</td><td>6</td><td>8</td><td>4</td><td>5</td><td>3</td><td>1</td></tr><tr><td>8</td><td>6</td><td>1</td><td>5</td><td>7</td><td>3</td><td>9</td><td>2</td><td>4</td></tr><tr><td>7</td><td>3</td><td>4</td><td>8</td><td>6</td><td>5</td><td>1</td><td>9</td><td>2</td></tr><tr><td>5</td><td>2</td><td>8</td><td>3</td><td>9</td><td>1</td><td>6</td><td>4</td><td>7</td></tr><tr><td>9</td><td>1</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td><td>7</td><td>8</td><td>5</td><td>3</td></tr></table>	6	8	2	1	3	9	4	7	5	1	5	7	2	4	8	3	6	9	4	9	3	7	5	6	2	1	8	3	4	5	9	1	2	7	8	6	2	7	9	6	8	4	5	3	1	8	6	1	5	7	3	9	2	4	7	3	4	8	6	5	1	9	2	5	2	8	3	9	1	6	4	7	9	1	6	4	2	7	8	5	3
2	4	5	3	1	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
6	3	1	5	2	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
3	5	4	1	6	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
1	2	6	4	5	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
5	6	3	2	4	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
4	1	2	6	3	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
4	9	2	1	6	3	7	8	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
3	6	8	7	5	9	4	1	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	7	5	2	8	4	9	6	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
8	4	9	5	1	2	3	7	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
5	3	1	6	4	7	8	2	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	2	7	9	3	8	5	4	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	5	3	8	7	1	6	9	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
7	1	4	3	9	6	2	5	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
9	8	6	4	2	5	1	3	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
3	8	5	6	7	1	4	9	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	2	7	5	9	4	8	6	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
9	6	4	3	2	8	7	5	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	5	1	2	4	9	3	7	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
8	3	2	7	1	6	5	4	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
7	4	9	8	3	2	1	6	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
4	7	3	1	6	2	9	8	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	1	8	9	5	7	6	3	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
5	9	6	4	8	3	1	2	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
5	3	4	6	9	7	2	8	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	7	8	3	2	6	4	9	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	2	9	1	4	8	7	3	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
3	8	1	7	6	9	5	2	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
4	5	7	2	3	1	8	9	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	9	6	5	8	4	3	1	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
7	1	3	9	2	6	4	5	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
8	6	5	4	1	3	9	7	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
9	4	2	8	7	5	1	6	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
8	2	1	3	9	5	4	7	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
7	9	3	6	1	4	8	2	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	5	4	8	2	7	3	9	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
9	3	6	5	8	1	2	4	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
4	1	8	7	6	2	5	3	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	7	7	5	3	9	6	1	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
3	6	7	9	4	8	1	5	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
5	8	2	1	7	3	9	6	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	4	9	2	5	6	7	8	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
6	8	2	1	3	9	4	7	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
1	5	7	2	4	8	3	6	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
4	9	3	7	5	6	2	1	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
3	4	5	9	1	2	7	8	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	7	9	6	8	4	5	3	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
8	6	1	5	7	3	9	2	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
7	3	4	8	6	5	1	9	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
5	2	8	3	9	1	6	4	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
9	1	6	4	2	7	8	5	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							

SEITE 33 GRIPSGYMNASTIK

ADDITION

271 + 481 = 752
009 + 409 = 418
262 + 072 = 334

DREIER QUADRAT

Man sieht von oben nach unten die Reihe der Primzahlen: 11.

FEHLENDE BUCHSTABEN

Füllen Sie in das leere Kästchen zweite Reihe links das Z ein und die restlichen leeren Felder ergeben den noch fehlenden Buchstaben L.

MATHEMATISCHE GLEICHUNGEN

Drehen Sie die 9 um und es entsteht eine 6 und das Ergebnis ist dann ebenfalls 21.

RECHENSPIEL

Die Summe von einer Ecke zur diagonalen anderen Ecke ergibt die Zahl in der Mitte. ? = 31

HINTELEGRAMM

47 827 + 361 878 = 409 705

ANGESÄGTES SCHACHBRETT

Es geht nicht. Aus dem Schachbrett sind z. B. zwei weiße Felder herausgesägt, es bleiben also 32 schwarze und 30 weiße Quadrate übrig. Ein Dominostein deckt aber immer ein schwarzes und ein weißes Feld ab, 31 Steine also 31 weiße und 31 schwarze Felder. Folglich kann die Aufgabe keine Lösung haben.

HÜHNER BRÜTEN EIER AUS

Alle Hühner brauchen 18 d um Eier auszubrüten, demnach auch in diesem Fall.

DENKAUFGABE

Falsch. Das eine hat mathematisch nichts mit dem anderen zu tun.

3 X 6 RECHTECK

In der mittleren Spalte läuft eine Reihe nach der Regel: jede Zahl ist die Summe der beiden Zahlen links neben ihr. Die jeweilige Zahl darüber ist deren Quersumme. Die unteren Zahlen ergeben sich daraus, daß die Summe der drei Zahlen übereinander immer 43 ist.

GRUNDRECHENARTEN

21 x 14 = 294; 10 - 3 = 7; 31 + 11 = 42.

SEITE 28-29 SCHWEDENRÄTSEL

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

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

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

“VISITATIS-TAGESPFLEGE”

IM ROSENPARK LAURENSBERG

Sie benötigen Hilfe bei der Versorgung oder Pflege Ihrer Angehörigen?

Mit zunehmendem Alter fällt es vielen Menschen schwer, ihren Alltag selbst zu gestalten. Oft ist eine Versorgung durch Angehörige trotz Unterstützung eines Pflegedienstes nicht mehr möglich. Der **VISITATIS - Pflegedienst** bietet Senioren und ihren Angehörigen zu ihrer Entlastung das Angebot der **Tagespflege im Rosenpark Laurensberg** an.

Nutzen Sie einen kostenlosen Beratungstermin oder Schnuppertag und erfahren Sie mehr über den Ablauf in unserer Tagespflegereinrichtung, unseren Leistungen, sowie den Tagesaktivitäten. Lernen Sie unser professionelles Team kennen. Wir freuen uns auf Sie!

Vereinbaren Sie noch heute einen Termin!

Rufen Sie uns an: 02 41.17 40 - 1548

Ihre Ansprechpartnerin ist Frau Annemarie Mickartz!



Tagespflege®
VISITATIS GmbH
Häusliche Alten- und Krankenpflege
im Rosenpark Laurensberg

Geschäftsführerin: Astrid Siemens
Kamper Straße 24 • 52062 Aachen
Tel. 0241.90 19 860 • www.visitatis.de



Möchten Sie zu Hause köstlich speisen?

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

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

PROBIER-ANGEBOT
Jetzt bestellen und selbst überzeugen!



www.apetito-zuhause.de

02 41 - 9 16 16 88



Für Ihre wichtigsten Momente – fertigen wir traumhafte Karten.

Verzaubern Sie Ihre Gäste schon vor dem Fest.

Mit unseren kreativen, maßgearbeiteten und ausgefallenen Einladungen wird Ihre Feier etwas ganz Exklusives und Einmaliges.

Karten zur Vermählung, Silber- u. Goldhochzeit, Geburtstagsfeier, Geburt oder zum Jubiläum.



Franz Schmitz Print- u. AV-Medien

52134 Herzogenrath-Kohlscheid, Weststr. 33
Tel. 0 24 07- 91 87 87, www.franz-schmitz.de

Montag bis Freitag 10.00 - 18.30 Uhr

Termine nach 18.30 Uhr oder samstags - nach tel. Vereinbarung.