

ZUM
KOSTENLOS
MITNEHMEN

Monatlich

Nummer 41
Mai 2011

SENIOR

MAGAZIN

StädteRegion
Aachen



MEHRGENERATIONENSPIELPLÄTZE

Single-Treff 50plus, Bistro Brander Stier, Marktplatz 1, AC-Brand **jeden Mo. 16-18h**
Alle sind herzlich willkommen!

Reparaturdienst „Senioren helfen Senioren“, Martinstr. 12, Ac. Telefonische Annahme von Reparaturaufträgen auf Anrufbeantworter zu jeder Zeit möglich. Persönlich dienstags von 9 - 11 h.
Neue Tel. Nr.: 0241-450 48 26

20. Diabetestag, Klinikum Aachen, Hörsaal 5 und im Seminarraum
04.05. 13 - 18 h Für alle Interessierte und Mitarbeiter des UKA. Veranstalter: Diabetesteam der Medizinischen Klinik III

4. Aachener Psychiatrietag, VHS Peterstr. 21 am Bushof **04.05. 13 - 18 h** Suizid: Bleibt nur Sprachlosigkeit? Eintritt frei

Liedernachmittag, Seniorenzentrum Rothe Erde, Barbarastraße 17
22.05. 15-16 h.

Liedernachmittag mit Kurt Joußen als „Lennet Kann“ va Oche

Seniorenclub Arche, Schurzelterstr. 540, 52074 Ac **Fast jeden Donnerstag nachmittag, Beginn ist immer um 14.30 h**
05.05. Wunschkonzert mit Heike Hirt
12.05. Häkeln, Sticken, Knüpfen. Handarbeit und Geschichten, wie es dazu kam.
26.05. Spielenachmittag m. M.Dawo-Collas

Großer Bücherflohmarkt am Elisenbrunnen **21.05. von 10 bis 15 h** Der Erlös des Bücherflohmarktes kommt dem terre des hommes-Projekt Lixeira in Mosambik zugute

Lesung im Haus Löwenstein am Markt
28.05. 12 h Klára Hůrková liest „Zurückgezogen ins Offene“, Gedichte. Kurzprosa. Bilder. Der Eintritt ist frei!

Deutsch-Französisches Kulturinstitut Aachen, Theaterstr. 67 **30.05. 19 h** Vortrag Dr. Wolf Steinsieck: Das kollektive Gedächtnis Frankreichs – Historische Betrachtungen zur „identité nationale“. Eintritt frei

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

Veranstaltungen des NABU

01. 05. ab 7 h Frühexcursion ins untere Broichbachtal. Treffpunkt: Parkplatz am Alsdorfer Tierpark. Infos Tel.: 02404-25229
22.05. ab 9 h Naturkundliche Exkursion durch den Eschweiler Stadtwald. Treffp.: Parkplatz Ecke Jägerspfad/Wilhelminenstr. in Eschweiler. Infos Tel.: 02404-21567. Weitere Infos zu anderen Veranstaltungen unter www.nabu.de oder unter Tel.: Ac. 87 08 91

Verzäll-Café, Minoritenstr. 3, in den Räumen der Integrierten Psychiatrieseelsorge
Jeden letzten Montag im Monat
14.30 - 16 h Für Menschen, die unter Demenz leiden und ihre Angehörigen, Infos unter Tel.: 0241 - 40 76 93

Ausstellung Deutsch-Französisches Kulturinstitut Ac., Theaterstr. 67 **15.04. - 19.08.** Raymond Loewenthal: L'atelier de tous les vents. Mo.-Do. 10-13 h u. 15-18 h, Fr. 9-12 h

Erzählcafé, Schleswigstr. 10-16, Ac
23.05. ab 15 h Frau Emmerich lädt ein. Hedwig Chauvistré spielt auf ihrem Akkordeon und es gibt Öcher Verzäll

Selbsthilfegruppe Tinnitus, Gesundheitshaus Eschweiler, Steinstr. 87
12.05. 17.30 - 19 h Es werden noch Betroffene zwecks Erfahrungsaustausch gesucht. Infos im Selbsthilfebüro bei Fr. Thiel unter Tel.: 0241-51 98 53 19 oder Frau Schmitz, Tel.: 02403-50 74 17

Invalidenverein Pannesheide Klinkheide 1959, Haus Goertz, Schulstr. 34, Herzogenrath-Kohlscheid **07.05. ab 16-22 h**
Kaffee- und Tanznachmittag

Monatliches Treffen des VdK-Ortsverbands Ac.-Burtscheid, Kapellenstr. 1-3 im Restaurant „Burtscheider Quelle“
03.05. 16.30 h

Treffen der Selbsthilfegruppe Aphasie
Jeden Do. 10.00-11.30 h Stettinerstr. 25, Ac-Forst, im rollstuhlgerechten Aufenthaltsraum des Behindertenzentrums

Seniorencafé, Pfarrsaal Horbacherstr. 52, Ac-Richterich
Jeden Donnerstag ab 15 h **Z.B.: 12.05.** Bingo. Weitere Termine unter Tel.: 931 00 20

DRK-Seniorenclub, Robensstr. 49, Ac
04. u. 18.05. 14.00 - 17.00 h
Seniorencafé. Weitere Termine, wie Sonntagstreff für Trauernde, Gymnastik im Sitzen usw. unter Tel.: 0241 - 661 38

AWO Nord, Josef-von-Görres-Str. 18 , Ac. **z.B. Jeden Montag** Clubnachmittag mit Spielen **Jeden Donnerstag** Warmes Essen/ Kaffee u. Kuchen/Skatclub. Weitere Infos unter Tel.: 0241-16 36 04

Treffen Heimatkundler Arbeitskreis Kohlscheid
Jeden 3. Di. im Monat um 15 h (z.Z. Grundschule Paulusstr. , Kohlscheid)
Termine für Wanderungen und Radtouren des Heimatvereins Kohlscheid unter www.heimatverein-kohlscheid.de

AWO Burtscheider Stube, Bayernallee 3/5
Alle Termine beginnen um 13 Uhr
z.B. Jeden Montag Gemütlicher Nachmittag mit verschiedenen Programmpunkten
Jeden Freitag Singen. Weitere Termine zu: Modenschau, Fischessen, Referate, Ausflüge usw. unter Tel.: 0241-6 93 34

Begegnungsstätte St. Hubertus, Kronenberg 127, 52074 Aachen
Jeden Mi. 10 -12 h Karten und Klönen
12.05. 15.30 - 16.30 h Heiteres Gedächtnistraining m. S. Steins
26.05. 13-17.30 h „Sicherheit im öffentlichen Bereich“- Diebstahl, Geldautomaten, Betrug usw. Referent: Horst Freudenberg
30.05. 13-20 h Geburtstagsnachmittag - Live Musik mit L. Lennartz und E. Nehle. Weitere Termine unter Tel.: 0241-70 72 43

Kurpark-Terrassen Burtscheid, Dammstr. 40
Jazzmusik **15.05. 11 h** „Sun Lane Ltd. New Orleans Jazzband (AC)“; **27.05. 20 h** „Live Jazz mit dem H.P. Schüller Quintett“ **Jeden Do. ab 15 Uhr** Seniorentanz

Trauercafé, Emmauskirche, Sittarder Straße 58, Aachen - Forst
05.05. 15 h „In der Trauer nicht allein“
Begegnung und Gespräch, Ökumenischer Trauerarbeitskreis

Seniorenkreis Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Kronenberg 148, 52074 Ac
Beginn ist immer um 15 h
04.05. Kommissariat Vorbeugung: Sicher im Alltag. Vortrag/Gespräch mit dem Seniorenberater Wilhelm Schäfer
18.05. Gedächtnis spielend trainieren. Thema: Mai. Mit Monica Dawo-Collas

Engagiert älter werden, Annastr. 35, Ac
Jeden Mittwoch & Donnerstag von 14 - 16 h PC-Café **Jeden Montag & Freitag von 14 - 17 h** Spieletreff **03., 17. u. 31.05. 18 - 20 h** Gesprächsgruppe Trennung und Scheidung. Weitere Termine unter Tel.: 0241-211 55

Begegnungszentrum in der Forster Seniorenberatung, Am Kupferofen 19
Jeden Dienstag 9 - 9.45 h
Gymnastik für Frauen
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

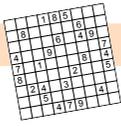
mit schriftlicher Genehmigung oder unter Angabe der Quelle gestattet.

- 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

AACHENER ANSICHTSKARTEN  4	THEMA DES MONATS  24
• Aachener Blumentag 1911 •	• Outdoor-Fitness-Plätze für Erwachsene •
NOSTALGIE  5	SENIOREN EINRICHTUNGEN STELLEN SICH VOR 27
• Mit der Nostalgiebahn nach Eupen •	• Stella Vitalis Seniorenzentrum • 
BERICHTE 6	SENIOREN SCHREIBEN  28
• 60 Jahre Volkstanzkreis • Frühjahrsputz •	• Die Überraschung •
JUBILÄUM  8	SENIOREN SCHREIBEN  29
• Die VSG Kohlscheid 1961 e.V. wird 50 •	• Scheußlicher, verregneter Sonntag! •
BILDERRÄTSEL  9	EHRENAMTLICHE ARBEIT  30
• Zoologie •	• Ehrenamt trotz Handicap •
SENIOREN SCHREIBEN  10	EHRENAMTLICHE ARBEIT  31
• Das schönste Spielzeug •	• Geschichtsverein Baesweiler •
SENIOREN SCHREIBEN  11	SCHWEDENRÄTSEL  32
• Verwirrspiel mit Schlüsseln •	SENIOREN SCHREIBEN   34
BERICHTE 12	• Wenn möglich, bitte wenden • Grüne Welle •
• Bilder aus Amerika • Fotoausstellung • Traumstuben •	ÖCHER PLATT   36
KUNST  14	• Im Mai • Wie Keijser Kaal Oche fong •
• Ausstellung in der Heimat •	SENIOREN SCHREIBEN 37
KUNST  15	• Wenn ich ein Vöglein wär •
• Fasziniert von Farben und Strukturen •	GEDÄCHTNISTRaining  38
BERICHTE 16	GRIPSGYMNASTIK  39
• Europa? • Lust auf Kunst!? • Wege zur Kulturhauptstadt •	REISEBERICHTE  40
LIEBEN, LACHEN, LEBEN  18	• Meine Reise in die Vergangenheit •
• Bleib in Bewegung! •	VORBEUGUNG UND GESUNDHEIT 42
HOBBYS UND MENSCHEN  19	• Antibiotika • Verdauungsbeschwerden •
• Wie eine große Familie •	RÄTSEL  44
SENIOREN SCHREIBEN  20	• Sudoku •
• Die Versuchung •	BITTE LÄCHELN   45
SENIOREN SCHREIBEN  21	• Dicke Luft •
• Tony und Summsong •	GESELLSCHAFTSSPIELE  46
NÜTZLICHE TIPPS   22	• Das ver-rückte Spiel seit 25 Jahren! •
• Elektro-Räder •	AUFLÖSUNGEN 47
EINRICHTUNGEN STELLEN SICH VOR  23	
• Restaurant Rosenpark Laursberg •	

Liebe Leserinnen und Leser!

Das schöne, fröhliche Wetter regt dazu an, sich draußen aufzuhalten und die Natur und die frische Luft zu genießen - sei es zur Arbeit im Garten, beim Treffen mit den Kindern und Enkeln, Nachbarn und Freunden, beim Spaziergehen, Wandern oder Radfahren oder einfach nur beim Sitzen in der Sonne. Vielleicht gibt Ihnen unser Titelthema dabei ganz neue Anregungen? Denn Outdoor-Fitness-Plätze für Erwachsene sind in unserer Region erst „im Kommen“. Ob sie auch bei uns gern und viel genutzt werden, muss sich noch herausstellen.



*Viel Spaß bei Ihren Aktivitäten außer Haus wünscht Ihnen in jedem Fall
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

Anzeige: Tel.: 0241 990 78 68
Grafik: A. Elfantel (elfantel-design)
Druck: Grenz-Echo Eupen
Auflage: 15.000 Exemplare

In dieser Ausgabe haben uns geholfen:
E. Bausdorf, B. Heß, C. u. H. Kluck,
I. Gerdorf, J. Römer, D.H.K. Starke,
P. J. Heuser, H. Kleis, † G. Metz,
C. Graff, M. J. Fleu, S. Tucharth,
P. Simons, J. Kühnast, W. Kesting,
N. Krüsmann, F. Erb, H. Wickerath,
C.C. Bieling, H. Schönrock, K. Peters,
A. Bernards, B. Schümmer

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

AACHENER BLUMENTAG 1911

Korrektur zu Teil 37, (Karte 3):
Der Besitzer des Kaiser-Cafés hieß Schwalge.



Teil 38

Franz Erb



Am 25. Mai, dem Himmelfahrtstag 1911, feierte man in Aachen den „Blumentag“, ein Fest, das mit großem Aufwand vorbereitet und durchgeführt wurde. Von Mittwoch bis in das Wochenende hinein verkaufte man zigtausende Margeriten. Gleichzeitig gab es zahlreiche Veranstaltungen: Blumenkorsos, Radfahrerreigen, eine „Blumenschlacht“ in der Heinrichsallee usw. Alle Aachener Gesangsvereine sangen auf den Straßen und Plätzen „för de Aereme än för jou Wäreke...; än däe Dag hat jezeit, datt de Charitas hej ömmer wier nöi Bloih drievt eng luter schöner wie de anger“, so lesen wir in der Zeitung Öcher Platt vom 1. Juni 1911.

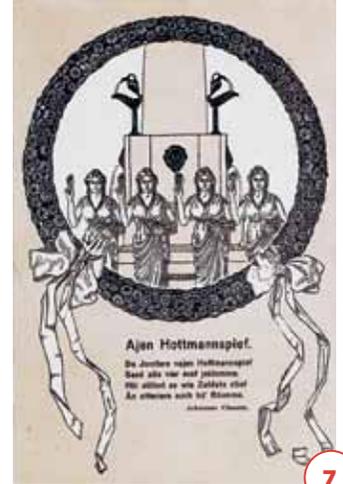
Anlässlich dieses Festes gab es auch Ansichtskarten: „Et Maatmaricke“ (Karten 1-4), „de Streuengelcheren“ (5) än de „Oevverjruesstant“ (6), so werden die drei Künstlerkarten im „Öcher Platt“ genannt. Die Marktfrau von Alfons Letailleur gab es in verschiedenen Versionen, mit und ohne Zudruck, mit Blumen und später auch mit Früchten im Korb. Die Streuengelchen-Karte zeichnete Franz Stiewi und die „übergroße Tante“ C. Pfennigs.



5



6



7



8



9



10

Wieder im „Öcher Platt“ lesen wir: „än zwei Name va Klang hawe sich beineä jedo'h än hauen os en Serie va Ansechskaate jeleffert, die der Vouel a'vjeschause hant: Os Öcher Schängche (Johannes Classen) äls Dechter än der Bisegger äls Zeächner hauen os vier Kaatens braht die äere perennius* sönd“. (Alle diese Ansichtskarten stammen aus der La Ruell'schen Lithogr. Anst. Aachen).

Op ene Maat (Karte 8)
*Sedd, wie sich die Klenge freue,
Wie se Krunekrane** maache,
Wie se monter Blömmchere streue
Selvs der Kaiser Karl moß laache.*

E Jokebstro'ß (Karte 9)
*Der Öcher Schmed, deä söns voll Jeff än Jrell,
Kritt ouch e Blömmche e si Schozzelsfell.
Datt maacht häm Spaß, dröm hat heä hü jou Senn
Än kniept jalant de Fröele ejen Kenn.*

Op ene Böchel (Karte 10)
*Nu kickt üch ens os Baakauf an!
Dat wöi jeär ouch e Blömmche han.
Der Dommjrof extert em än sätt:
„Jo hüfop, Baakauf, blo's dich jät!*

Der Reinerlös der Veranstaltung belief sich auf über 70.000 Mark und war bestimmt zur Unterstützung von Kinderhorten und Wohlfahrtsvereinen.

Ajjen Hottmannspief (Karte 7)

*De Jomfere vajan Hottmannspief
Send alle vier eraf jeklomme.
Hej stöhnt se wie Zaldate stief
Än offeriere ouch hü Blomme.*



1



2



3



4

*unvergänglich
**Ringelreihen

MIT DER NOSTALGIEBAHN NACH EUPEN

Die Eisenbahnfreunde Grenzland (EFG), eine Arbeitsgruppe des Vereins „Freunde des Bw Aachen-West e.V.“, bemüht sich aktiv um den Erhalt der Strecke von Stolberg über Walheim und Raeren bis nach Eupen und möchte auf dieser einen musealen Eisenbahnbetrieb etablieren. Der erste Vorsitzende Frank Leuchter, der zweite Vorsitzende Max Salzmann und Kassenwart Jan Moreau informieren über die Pläne und aktuellen Entwicklungen der Vereinsarbeit.



Welchen Streckenabschnitt möchten Sie wiederbeleben?

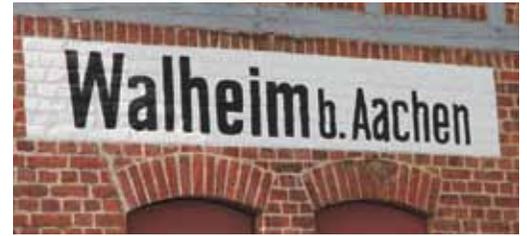
Es geht um den Abschnitt zwischen Stolberg und Raeren, den wir neu beleben möchten. Der 1889 in Betrieb genommene Streckenabschnitt zwischen Stolberg und Walheim diente als ergänzende Anbindung an die bereits existierende Bahnstrecke zwischen Aachen-Rothe Erde und Raeren. Von Raeren aus führte ein Gleis sprichwörtlich hoch in die Eifel Richtung Monschau, Sourbrodt, Prüm und das andere Gleis nach Eupen und im weiteren Verlauf bis nach Herbesthal zur Verbindung Aachen-Lütlich. Aktuell wird die Strecke von Stolberg Hbf bis Stolberg-Breinig durch die Euregiobahn genutzt. Das anschließende Stück weiter bis Raeren ist derzeit ungenutzt. Eine Weiterführung der Euregiobahn bis nach Eupen ist im Gespräch, bis jetzt hat sich aber nichts getan.

Was planen Sie konkret?

Der Streckenabschnitt von Stolberg Hbf bis Eupen ist das für die EFG interessante Teilstück. Wir streben Teilbetriebnahme an. Zuerst soll der Teil Eupen-Walheim wieder befahrbar gemacht werden. Als nächstes ist geplant, die Strecke bis Breinig und dann bis Stolberg zu erweitern. Es sollen insgesamt acht Haltepunkte eingerichtet werden, an denen nostalgische Züge halten sollen. Highlight der Strecke ist das zwischen Breinig und Walheim gelegene Falkenbach-



viadukt. Die im Zweiten Weltkrieg von deutschen Truppen gesprengte Brücke wurde von amerikanischen Pionieren kurze Zeit später wieder notdürftig instandgesetzt. Auf der ganzen Strecke von Stolberg bis Raeren überwindet die Strecke 200 Höhenmeter, während sie sich durch die malerische Landschaft der Voreifel schlängelt. Es geht durch Wälder, über Brücken und entlang grüner Wiesen bis schließlich Eupen als Endbahnhof erreicht ist. In Walheim soll als touristischer Höhepunkt ein Museumsbahnhof eingerichtet werden.



Was haben Sie bisher erreicht?

Erste Teilerfolge hatten wir schon. So wurde der Streckenabschnitt Walheim-Landesgrenze durch den Verein freigeschnitten, ebenso wie die Gleisanlagen im Bereich der Ortschaft Breinig und der Streckenabschnitt von Breinig bis zum Falkenbach-Viadukt. Das historische Stellwerk in Walheim wurde teilsaniert und diverse Eisenbahntechnik wieder gangbar gemacht. Die Walheimer Gleise stehen seit Kurzem nicht mehr leer, eine alte Diesellok wartet hier jetzt auf ihren Einsatz. Auch auf der belgischen Seite hat sich schon einiges getan, so wurde der Streckenabschnitt Raeren-Landesgrenze komplett saniert.

Wer kann mitmachen?

Mitmachen kann bei uns jeder, der Lust hat, einen Teil seiner Freizeit für den Erhalt der Strecke Stolberg-Raeren zu opfern. Wir brauchen jede helfende Hand, ganz egal ob jung oder alt, handwerklich geschickt oder mit zwei linken Händen. Unser Stammtisch findet im vierzehntägigen Rhythmus donnerstags ab 19 Uhr im Waggon am Walheimer Bahnhof statt. Zu den nächsten Terminen am 5. und 19. Mai sind Interessierte willkommen.

Weitere Informationen finden Sie unter www.eisenbahnfreunde-grenzland.de



Nina Krüsmann



InMemoriam
bestatten begleiten begegnen

In den besonderen Tagen bis zum Begräbnis und darüber hinaus sind wir, die Aachener Bestatterinnen, für Sie da. Wir unterstützen einfühlsam Ihre persönlichen Wünsche und bieten im Schutz unserer Räume Gelegenheit zum Abschiednehmen. Bestattungshaus Regina Borgmann & Christa Dohmen - Lünemann Eifelstraße 1b, 52068 Aachen, **Telefon 0241. 55 91 79 87**. Weitere Information & Veranstaltungshinweise: www.inmemoriam-web.de

60 JAHRE VOLKSTANZ- KREIS



Am 21. Mai 2011, zur 60. Wiederkehr des Gründungsjahres, treffen sich die Mitglieder des Volkstanzkreises unter Schirmherrschaft von Politikerin Ulla Schmidt im Hotel Ibis am Marschierter. Von 15.30 bis 20.30 Uhr haben Edgar und Karola Chamberlain-Jansen ein geselliges Beisammensein mit einigen Einlagen geplant.

Der Volkstanzkreis Aachen ist eine Gruppe geselliger Menschen, die sich bereits in jungen Jahren dem Volkstanz bzw. dem Gemeinschaftstanz verschrieben hat. 1951 unter Erna Roder und Paul Theuer gegründet, ist die Volkstanzgruppe aus der Aachener Turngemeinde (ATG) hervorgegangen. Von 1954 bis 1984 hat sie sich der Volkshochschule (VHS) angeschlossen und ist dann 1985 zur ATG zurückgekehrt. „Alte und neue Lieder – Alte und neue Tänze“, das war der Leitgedanke, unter dem sich rund 60 Interessierte vor 60 Jahren zusammenschlossen. 1972, nach dem viel zu frühen Tod von Paul Theuer, verteilten sich die Aufgaben auf Peter Valkenburg, Walter Sieber, Hans-Georg Hirsch und Dieter Lesmeister. Später übernahmen andere die tänzerische und/oder organisatorische Leitung. 1996 löste sich der Kreis auf, seitdem gibt es immer wieder sporadische Treffen. Zum 50. Geburtstag gab es 2001 ein großes Fest, dem die Organisatoren des 60-jährigen Bestehens nun nacheifern wollen.

Nina Krüsmann



FRÜHJAHRSPUTZ

Gestärkt nach einem kräftigen Frühstück nahmen zehn fleißige Mitarbeiter der AWO Burtscheid am 2. April im Rahmen der Aktion „Frühjahrsputz“ der Stadt Aachen teil an der Säuberung des 3 km langen Wilhelm-Pitz-Wegs. Dabei kamen fast 3 Säcke mit Unrat zusammen. Nach dieser erfolgreichen Reinigungsaktion gab es in der Begegnungsstätte „Burtscheider Stube“ ein kräftiges Eintopfessen.



WIE SICH ALZHEIMER ANFÜHLT

Die niederländische Journalistin und Autorin Stella Braam nimmt Interessierte am 4. Mai 2011 um 20 Uhr im Talbahnhof Eschweiler, Raiffeisenplatz 1-3, mit auf „Eine Reise in die Welt der Demenz“.

Ihr Vater René von Neer, 1929 geboren, arbeitete als Schriftsteller und Wissenschaftler und brachte zusammen mit seiner Tochter eine Reihe von Büchern heraus - bis er an Alzheimer erkrankte. Trotz fortschreitender Krankheit ist er in seinen wachen Momenten in der Lage, seine Situation recht genau zu erfassen und zu erläutern. Zusammen haben sie ein letztes gemeinsames

Buch geschrieben, das Buch über die Krankheit des Vaters: „Ich habe Alzheimer. Wie die Krankheit sich anfühlt.“

Der Eintritt zur Veranstaltung kostet 6,60 Euro, Karten können unter Tel.: 024 03 - 201 16 bei der Buchhandlung Oelrich & Drescher in Eschweiler oder unter 024 03 - 323 11 beim Talbahnhof reserviert werden.

DIE SCHÖPFUNG

Joseph Haydn (1732-1809), der führende Instrumentalmusiker seiner Zeit, schuf im Alter von 63 Jahren mit seinem Oratorium „Die Schöpfung“ ein Werk von außergewöhnlicher tonmalerischer Sprache. Am Samstag, dem 28. Mai 2011, um 19.30 Uhr wird das Oratorium in der Auferstehungskirche, Am Kupferofen 19-21, in Aachen aufgeführt.

Es singen die Evangelische Kantorei Aachen Süd-West und der Jugendchor der Auferstehungskirche begleitet vom Neuen Rheinischen Kammerorchester Köln und den Solisten Katharina Leyhe (Sopran), Prof. Henner Leyhe (Tenor) und Yoo-Chang Nah (Bass). Die Leitung hat Kantor Elmar Sauer.

Haydn wurde während seiner beiden Englandbesuche zur Komposition angeregt, als er die Oratorien Händels mit ca. 1.000 Choristen hörte. Die Komposition



seiner „Schöpfung“ wurde für ihn zu einer grundlegenden religiösen Erfahrung. Am 29. April 1798 bot er das Werk einem überwältigten Publikum in Wien dar.

Veranstaltet wird das Konzert von der evangelischen Kirchengemeinde Aachen. Der Eintritt kostet 14 €, Karten erhält man im Vorverkauf in der Buchhandlung Jacobi's Nachfolger in Aachen. Spezielle Gesprächskreise und eine Predigtreihe bereiten zudem auf das Konzert vor. Nähere Informationen darüber erhalten Sie unter Tel.: 0241-5791920 bzw. 73601 oder im Internet unter www.kantorei-aachen.de.

TELEFONISCHE BERATUNG

Speziell für ältere Frauen ab 60 Jahre bietet der Frauennotruf ab sofort donnerstags von 13 - 15 Uhr telefonische Beratung zu allen Fragen an, die mit sexueller Gewalt zu tun haben.



Viele ältere Frauen haben im Laufe ihrer Lebensgeschichte sexuelle Gewalt erfahren. Häufig haben sie mit niemanden darüber gesprochen, nicht zuletzt deshalb, weil das Thema stark tabuisiert war oder weil es an den passenden Wörtern und der Sprache für das Erlebte fehlte. Zusätzlich mussten Frauen häufig befürchten, in ihrem Umfeld auf wenig oder sogar kein Verständnis zu stoßen.

Beraterin Gisela Görres weiß, dass viele der betroffenen Frauen ihre Lebensaufgaben als Mütter, Ehefrauen und berufstätige Frauen gut bewältigt haben. „Diese Aufgaben geben Halt und wenn sie wegfallen, kann dies dazu führen, dass traumatisierte Frauen mit den Gewalterinnerungen konfrontiert werden, von denen sie vielleicht dachten, sie hätten sie vergessen.“ Umbruchphasen im Leben wie z.B. das Ausscheiden aus dem Beruf, die Konfrontation von Verlust und Tod wichtiger Menschen, das Nachlassen von körperlichen und/oder geistigen Fähigkeiten können alte Erinnerungen und die damit verbundenen Ängste wieder aktivieren. Alle Frauen aus Aachen und der gesamten StädteRegion Aachen, die sich durch das Thema angesprochen fühlen, Fragen haben oder etwas mitteilen möchten, können sich gerne melden. Natürlich kann auch ein Termin zu einem persönlichen Gespräch vereinbart werden.

Information und Kontakt:

Notruf für vergewaltigte Frauen und Mädchen e.V.,
Gisela Görres, Tel.: 0241-54 22 20
E-Mail: info@frauennotruf-aachen.de

ABNEHMPROGRAMM

Wer zu viele Pfunde mit sich herum-schleppt, hat es – im wahrsten Sinne des Wortes – schwer. Wer zusätzlich unter Bluthochdruck, Diabetes oder Herz-Kreislaufbeschwerden leidet, dem rät der Hausarzt dringend, dauerhaft abzunehmen. Ein fachübergreifendes Abnehmprogramm bietet der Verein M.O.B.I.L.I.S. e.V. an.

Dieser gemeinnützige Verein wurde 2002 u.a. von Professoren und Wissenschaftlern der Deutschen Sporthochschule Köln als bundesweite Initiative ins Leben gerufen und verfolgt keinerlei kommerziellen Interessen. Sein seit Jahren bewährtes, wissenschaftlich fundiertes Vier-Säulen-Konzept setzt mit viel Bewegung, einem praktischen Leitfaden zur gesunden Ernährung, gezieltem Verhaltenstraining und medizinischer Begleitung auf langfristige Lebensstiländerung. Dabei ist das fachübergreifende Programm alltagstauglich und in gleichem Maße geeignet für Berufstätige, Auszubildende,



Foto: ddp/Sascha Schürmann

Hausfrauen oder Rentner, die unabhängig ihres Alters bereit und motiviert für den Wandel ihrer Gewohnheiten sind.

In der 4. Aachener M.O.B.I.L.I.S.-Gruppe unter Leitung von Sporttherapeutin Waltraud Laumanns gibt es noch freie Plätze für stark übergewichtige Erwachsene (BMI 30 bis 40 kg/m²). Anmeldungen und Platzreservierungen für den durch die ehemalige Gesundheitsministerin Ulla Schmidt, MdB, als Schirmherrin unterstützten neuen Jahreskurs sind möglich, telefonisch unter 0761-50 39 10 oder per E-Mail: zentrale@mobilis-programm.de. Weitere Informationen finden Sie unter www.mobilis-programm.de.

ERHOLUNG IM KLOSTER

Menschen, die sich besonders belastet fühlen, weil sie z.B. einen Angehörigen pflegen, oder einen Verlust verarbeiten müssen, fühlen sich oft müde und erschöpft. Da tut es gut, den Alltag hinter sich zu lassen, zur Ruhe zu kommen, einmal wieder neu Kraft zu schöpfen und mit anderen Menschen Zeit zu verbringen.

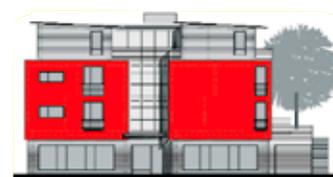
Um diesen Bedürfnissen Raum zu geben, bietet die „Integrierte Psychiatrieseelsorge, Aachen“ vom 23. bis 26. Juni 2011 eine Kurzreise in das Kloster Maria Königin in Bad Münstereifel an. Hier können Sie



Abstand vom Alltag erfahren, Natur neu erleben, entspannen und zur Ruhe kommen. Die Kosten für die vier Tage mit Vollpension und Ausflügen betragen 160 €. Nähere Informationen hierzu erteilt Caroline Braun unter Tel.: 0241 40 76 93.



Als Alternative zum Heim bietet der Eulenhof ein Wohnumfeld mit Liebe zum Detail. In familienähnlicher Struktur lebt man selbstbestimmend in einer Wohngemeinschaft für Pflegebedürftige o. in Senioren- und behindertengerechten Wohnungen.



Gemeinsames Wohnen mit Betreuung und Pflege

Renze-Westendorf GbR, 52223 Stolberg-Büsbach, Konrad-Adenauer-Str. 8-12

Telefon: 0 151 / 50 76 82 89

www.eulenhof-büsbach.de

DIE VSG KOHLSCHEID 1961 E.V. WIRD 50

Haben Sie schon einmal überlegt, ob es für Sie noch ein Sportangebot gibt? Und dann gedacht: ich bin zu unsportlich, mit Schichtdienst klappt das sowieso nicht, ich bin zu alt, ich kenne keinen Verein, habe zu viele gesundheitliche Beschwerden und Schmerzen, ich kann keinen Leistungsdruck beim Sport mehr aushalten, möchte mich nicht blamieren usw.



Sport, richtig dosiert, ist für jedes Alter und auch bei Erkrankungen eine Bereicherung für Körper, Seele und Geist. In Herzogenrath-Kohlscheid machen Damen und Herren jeden Alters gemeinsam mit Freude oft mehrfach pro Woche bei der Versehrten-Sport-Gemeinschaft (VSG) Kohlscheid 1961 e.V. Sport. Wichtig sind die beiden Säulen, die schon die Gründungsväter vor 50 Jahren erkannten: Sport & Gemeinschaft. In den letzten Jahren hat die VSG Kohlscheid als „alter Traditionsverein“ es geschafft, sich zu einem

modernen Verein zu entwickeln mit einem zeitgemäßen Sportangebot und unter Berücksichtigung sowohl der unterschiedlichen gesundheitlichen Faktoren als auch des demographischen Wandels. Das Angebot wurde stark erweitert. So gibt es z.B. sanfte Reha-(Sitz-)Gymnastik mit Entspannungselementen, Konzentrations- u. Gedächtnisübungen, Gymnastik, verschiedene Wassergymnastikangebote sowie Bewegungsspiele: Softvolleyball, Fußballtennis, Bosseln, Hallenfußball, Federball, Tischtennis - alles unter der Anleitung von Fachübungsleitern.

Die Sportler und ihre Gründe, Sport zu treiben, sind so unterschiedlich wie wir Menschen verschieden sind. Manche kommen vorbeugend zum Sport, andere haben gesundheitliche Probleme und nehmen mit einer ärztlichen Verordnung zwischen 18 u. 36 Monaten kostenfrei am Reha-Sport teil. Manche Bürger kommen, weil sie das Wort „Gemeinschaft“ wieder erleben wollen.

BITTE LÄCHELN

Das Wichtigste ist: Leistung spielt keine Rolle bei uns! Jeder soll nur so weit an den ganzheitlichen Übungen teilnehmen, wie er schmerzfrei und mit Freude kann. Sport macht Freude mit Toleranz, Rücksichtnahme, Fairness, Hilfsbereitschaft und einem freundlichen Lächeln. Das Motto beim Sport ist deshalb auch „Bitte lächeln“. Mit einem Lächeln verhindert



man nicht nur Pressatmung, sondern ein Lächeln wird erwidert und die Aufnahme in die Gemeinschaft ist leichter. Integration und Inklusion sind deshalb bei der VSG Kohlscheid keine leeren Worte.

Im Jubiläumsjahr richtet die VSG Kohlscheid die Deutsche Meisterschaft im Fußballtennis aus. Am 20. und 21. Mai 2011 treffen sich die 12 besten Mannschaften in Kohlscheid in der Turnhalle Casinostraße. Über 100 Sportler kämpfen in 64 Spielen um den Meistertitel, wobei der Ausrichter als Gastgeber auch mitspielen darf. Schirmherr Bürgermeister von den Driesch wird am Freitag gegen 15:30 Uhr die DM eröffnen. Samstag wird von 9 bis 17 Uhr gespielt, ehe um 18:30 Uhr das Abendprogramm beginnt.

Im Jubiläumsjahr gilt der Dank der Vorsitzenden Dr. Luise Rütters allen, die sich bisher und in Zukunft bemühen, dass die VSG Kohlscheid ihren Aufgaben gerecht wird. Für das gute Miteinander bedankt sich der Vorstand beim Stadtsportverband, der Presse, der Stadtverwaltung und den vielen Institutionen, die für einen Verein wichtig sind, und ist bemüht, auch in Zukunft bei Sport & Gemeinschaft die Worte mit Leben zu erfüllen: „Einander verstehen - miteinander leben“, und zwar mit einem „Lächeln“, denn dann gelingt vieles leichter.



Weitere Informationen zum Sportangebot der VSG Kohlscheid 1961 e.V. finden Sie im Internet unter www.rehasport-kohlscheid.de. Zum unverbindlichen, kostenlosen „Schnuppern“ sind Sie herzlich eingeladen!

BEERDIGUNGSINSTITUT
August TONOLO oHG

1877



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

ZOOLOGIE

Für dieses Bilderrätsel haben wir Ihnen schöne Fotos von Tieren mit ausgefallenen Namen gesucht. Können Sie die Tiere den Namen zuordnen? Wenn Sie alles richtig gelöst haben, ergibt sich der Name eines Filmes, bei dem Heinz Rühmann die Hauptrolle gespielt hat (aus dem Jahr 1944, ohne Artikel).



Bilder: www.wikipedia.de

1. = F = **Aguti**
2. = = **Axis**
3. = = **Aye Aye**
4. = = **Bilch**
5. = = **Dugong**
6. = = **Gaur**
7. = = **Inia**
8. = = **Irbis**
9. = = **Koati**
10. = = **Kudu**
11. = = **Kuskus**
12. = = **Makak**
13. = = **Paka**
14. = = **Schupp**
15. = = **Skink**
16. = = **Zebu**



**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

DAS SCHÖNSTE SPIELZEUG

„Ist er nicht süß?“ „Sieh mal, wie schnell er sich am Couchtisch hochzieht.“

„Er kann schon fast alleine stehen.“

Das Objekt der Bewunderung, das seinen ersten Geburtstag feiert, kräht vor Vergnügen. Florians kleine Hände trommeln auf die Glasplatte und hinterlassen jede Menge Fingerflecken. Noch vor einem Jahr wäre Oma sofort mit einem Wischlappen erschienen. Nun aber ist sie entzückt von den Aktivitäten ihres Enkels. Opa kann gerade noch die Sektgläser vor ihm retten. Der Kleine lässt sich nach diesen Anstrengungen wieder vorsichtig auf den Boden gleiten, vor ihm liegt ein Paket. Das Geburtstagsgeschenk vom Patenonkel. Nun sind die Umstehenden gespannt, was er damit anfangen wird. „Mach doch dein Päckchen auf“, wird er aufgefordert. Der Kleine krabbelt darauf zu, reißt aber nur die Schleife ab und untersucht sie, indem er das eine Ende erstmal in den Mund steckt. Sie schmeckt ihm offensichtlich nicht, deshalb spuckt er sie wieder aus und betrachtet die Schleife so intensiv, als wolle er sie sezieren. Die Erwachsenen jedoch können es gar nicht erwarten, dass er sein Geschenk bewundert. Wieder wird der Kleine aufgefordert, doch endlich sein Päckchen zu öffnen. „Komm, ich helfe dir“, sagt der ungeduldige Opa und beginnt, das Papier an einer Stelle einzureißen. Der Kleine sieht ihm interessiert zu. Er soll das Papier weiter aufreißen. Das tut er ganz vorsichtig und sieht die Umstehenden fragend an. Die können die Spannung kaum noch aushalten. „So hilf ihm doch mal“, meint Oma. Endlich kommt ein Karton zum



Vorschein. Den können die kleinen Hände noch nicht öffnen. Er ist mit Tesafilm zugeklebt. Opa leistet nur zu gerne Hilfestellung. Ein rotes Holzauto kommt zum Vorschein. Das schiebt der Opa auf den Kleinen zu. Fährt damit hin und her, um zu demonstrieren, wozu das Ding seine Räder hat. Fast wie bei Loriot rufen die Erwachsenen im Chor: „Hei, ein rotes Auto, ein schönes rotes Auto. Das Auto ist für Florian.“ Zaghafte nimmt Florian das Auto entgegen, weiß aber nichts damit anzufangen. So schiebt er es einfach weg. Die Umstehenden jedoch lassen nicht locker. Das Kind soll doch glücklich sein und mit dem neuen Auto spielen. Der Onkel hat sich so viel Mühe mit dem Aussuchen gegeben! Aber der Kleine hat etwas ganz anderes entdeckt. Der Karton, in dem das Auto eingepackt war, fasziniert ihn. Den

ES MUSS NICHT IMMER TEURES SPIELZEUG SEIN

Mit dem Motto „Kultur beginnt im Kinderzimmer“ und der Aussage „Spielen ist Lernen in seiner schönsten Form“ wirbt der Deutsche Verband der Spielwarenindustrie für gutes Spielzeug. Und die traditionellen Feste sorgen dafür, dass die Kinderzimmer voller und voller werden. Doch eine gut gefüllte Spielzeugkiste sorgt noch nicht für Kreativität. Wenn zuviel des Guten getan wird und die Kinder mit Geschenken überhäuft werden, wissen die lieben Kleinen gar nicht, womit sie spielen sollen, und reagieren „übersättigt“. Lernen mit allen Sinnen ist eine wesentliche Voraussetzung dafür, dass sich Kinder körperlich, geistig und emotional gesund entwickeln. Und dazu sind manchmal Papprollen und leere Kartons genau so wichtig wie gekauftes Spielzeug.



holt er sich näher. Den untersucht er von allen Seiten, dreht ihn von rechts nach links, von links nach rechts, klappt den Deckel auf, klappt ihn wieder zu, schaut in den Karton hinein, greift hinein, stellt ihn erst aufrecht, dann quer vor sich hin, legt sich auf den Bauch, um aus dieser Position hineinschauen zu können. Das tut er so ernsthaft wie ein Sachverständiger, der einen Motor untersucht. Nun zieht er sich wieder am Tisch hoch, den Karton mit einer Hand festhaltend und klopft damit auf den Tisch. Das gibt ein herrliches Geräusch! Immer wieder klopft er mit dem Karton auf den Tisch. Jauchzen, lautes Kinderjauchzen begleitet sein Tun. Das rote Auto fristet derweil ein unbeachtetes Dasein unter dem Tisch.

„Ja, ja“, seufzt der Opa. „Demnächst gehe ich ins Spielwarengeschäft und verlange einen Karton ohne Spielzeug.“ „Ich habe euch gewarnt“, lacht die junge Mutter, „das Kind spielt am liebsten mit leeren Klorollen.“



Inge Gerdorf

GESUNDHEITZENTRUM KLEIS

■ Apotheke Kleis

■ Apotheke auf der Heide

■ Sanitätshaus Kleis

■ Orthopädie-Technik Kleis

■ TRI-O-med GmbH



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

Besuchen Sie unseren Sanivita-Shop unter www.gesundheitszentrum-kleis.de
Mehr als 20000 verschiedene Artikel für Gesunderhaltung und Krankenpflege

Jetzt neu in unserem Haus:

KOSMETIKSTUDIO & FUßPFLEGE

im GESUNDHEITSFORUM
„unter dem Dach“

VERWIRRSPIEL MIT SCHLÜSSELN

Wer hat nicht schon zweifelnd seinen Schlüsselbund angeschaut, weil er nicht sicher war, welcher Schlüssel in welches Schloss passt. Die Suche nach dem richtigen Schlüssel kann zu einem Verwirrspiel werden.

So erging es Otto (72), der nie wusste, welcher Schlüssel zu welcher Tür gehört. „Gehört der große Runde zur Kellertür, der kleine Eckige zum Gartentörchen, der Schmale zum Vorratsraum und der Ovale zur Hoftür?“, fragte er sich. Dass der Blanke die Haustür öffnete, konnte er sich merken, denn dieser war vom häufigen Gebrauch etwas abgeschabt.

Aber die vielen anderen brachten ihn an den Rand der Verzweiflung. Immer, wenn er glaubte, sich die richtige Zuordnung gemerkt zu haben, dann passierte es wieder. Der große Runde ließ sich nicht ins Schloss der Kellertür schieben. Was war geschehen? „Habe ich wieder etwas verwechselt?“, brummte er ärgerlich. Also probierte er alle Schlüssel durch, bis er den richtigen erwischte hat-



Bild: Herbert/pixelio.de

te, der dann dankbar, fast automatisch, ins Schloss glitt.

Einer schien auf keine Tür zu passen, bis ihm einfiel, dass es sich um den nachträglich Kopierten handeln musste, der, weil schwer gängig, nur mit viel Geschick ins Schloss geschoben werden konnte. „Soll ich immer alle Schlüssel durchprobieren, wenn ich eine Tür

öffnen möchte?“ fragte Otto sich.

„Nein“, war seine Antwort, „ich werde meine Schlüssel markieren.“ Gesagt, getan, beim Schlüsseldienst kaufte er verschiedenfarbige Plastikköppchen, und schon wirkte der Bund viel fröhlicher.

Das Schlüsselvolumen war jetzt allerdings viel dicker und passte nicht mehr in sein schönes Lederetui. Es gibt Schlimmeres, dachte Otto. Außerdem musste er sich die Zuordnung der verschiedenen Farben zu den Schlüsseln merken.

Das versuchte er, aber es war immer das gleiche Elend, was er gestern noch wusste, hatte er heute schon wieder vergessen.

Also sagte er: „Ich werde weiter alle Schlüssel durchprobieren. Oder soll ich meine Türen künftig offen lassen? Vielleicht leiste ich mir ein modernes Schließsystem, dann könnte ich mit einem Schlüssel alle Türen öffnen.“

Peter J. Heuser



Für mich gekocht.
Für mich gebracht.
Von **apetito**

Wir bringen Ihnen Ihre Lieblingsgerichte direkt ins Haus!

- Abwechslungsreiche Auswahl leckerer Mittagsgerichte, Desserts und Kuchen
- Meisterlich gekocht, mit landfrischen Zutaten
- Zu Ihnen ins Haus gebracht an 365 Tagen im Jahr

PROBIER-ANGEBOT
Jetzt bestellen und selbst überzeugen!

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



Für Ihr nächstes Fest, liefern wir die passenden Einladungskarten.

Bezaubern Sie Ihre Gäste schon vor dem Fest. Mit den Karten von Schmitz wird Ihre Einladung etwas ganz Besonderes und Ausgefallenes.

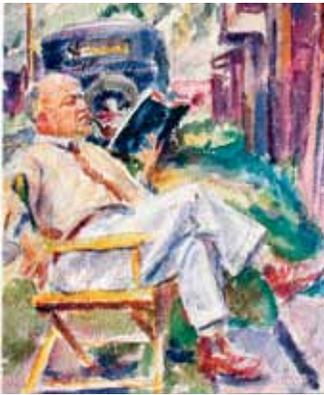
Wir fertigen nach Ihren Vorstellungen Ihre speziellen Karten, sei es zur Geburtstagsfeier, Gold- u. Silberhochzeit oder Jubiläum.



Franz Schmitz Print- u. AV-Medien
52134 Herzogenrath-Kohlscheid, Weststr. 33
Tel. 0 24 07- 91 87 87, www.franz-schmitz.de

Mo. bis Fr. 10.00 - 18.30 Uhr
Termine nach 18.30 Uhr oder samstags nach tel. Vereinbarung.

BILDER AUS AMERIKA



Der 1890 in Herscheid geborene Maler Heinz Wever unternahm im Jahr 1929 eine USA-Reise, bei der er neben zahlreichen Skizzen in seinem Reisetagebuch auch Bilder anfertigte. Diese sind vom 10. Mai bis zum 11. Juni 2011 in der Öffentlichen Bibliothek der Stadt Aachen zu sehen.

In New York traf Heinz Wever den aus Raeren bei Eupen stammenden Kunsthistoriker und Schriftsteller Josef Ponten, der mit seiner Frau eine Reise durch die USA plante. Wever und das Ehepaar Ponten beschlossen, diese neun Monate dauernde Reise gemeinsam zu unternehmen. Ponten veröffentlichte seine Reiseeindrücke in deutschen Zeitungen. Außerdem erschien 1937 in Leipzig sein Bericht „Besinnliche Fahrten im Wilden Westen“. Die Witwe des Malers, Hanne Wever, veröffentlichte die Reisetagebücher, Skizzen, Zeichnungen und Bilder 1994 unter dem Titel „Ergreifen, was zu fassen ist – aus den illustrierten Reisetagebüchern. Reise durch die U.S.A. 1929“.

Der Neffe des Künstlers, Dr. Winfried Rinke, hat die Ausstellung der Bilder in der Stadtbibliothek, Couvenstraße 15, ermöglicht. Ausstellungseröffnung ist am 10. Mai 2011 um 17 Uhr. Am 19. Mai führt Rinke um 18 Uhr durch die Ausstellung und liest um 19.30 Uhr gemeinsam mit Petra Welteroth aus den Reiseberichten Pontens, Wevers und Felix Moeschlins „Amerika vom Auto aus. 2000 km USA“ von 1930.

Josef Römer



SIGHTSEEING IN DER KAISERSTADT



Im Super-C der RWTH Aachen, Templergraben 57, werden vom 17. bis 27. Mai 2011

Illustrationen von Dr. Winfried Rinke ausgestellt, die dieser zu seinem Buch „Sightseeing in der Kaiserstadt“ gefertigt hat. Die farbigen Aquarelle, ergänzt durch Bilder aus dem Ruhrgebiet, sind montags bis freitags von 10 bis 18 Uhr in den Foyers des Erdgeschosses und der ersten und zweiten Etage zu sehen. Die Eröffnung erfolgt um 17 Uhr mit dem Geiger Till Mengler.

Josef Römer

FOTOAUSSTELLUNG

Aus Anlass seines 30-jährigen Bestehens lädt der Kelmiser Fotoclub „Focal 81“ im belgischen Grenzort Kelmis/La Calamine am Wochenende vom 14./15. Mai zu seiner Foto-Expo ein.



Auch in diesem Jahr wollen die 24 Mitglieder den Besuchern einen Überblick über ihren hohen fotografischen

Leistungsstand geben. Ausgestellt werden 152 großformatige Bilder in Farbe und Schwarzweiß, von „unverfälscht“ auf Film aufgenommenen Motiven bis hin zu digital bearbeiteten Werken.

Zudem wird eine Beamer-Schau zu den Themen „Lichtmalerei“ sowie eine Bildnachlese auf Leinwand der Focal 81-Mitglieder einen zusätzlichen fotografischen Anreiz bieten.

Die Fotoschau im Athenäum César Franck in Kelmis (bitte im Ort der Beschilderung „Foto Expo“ folgen), ist am Samstag, 14. Mai, von 14 bis 22 Uhr und Sonntag, 15. Mai, von 10 bis 20 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei.

Weitere Informationen über den Fotoclub erhalten Sie unter www.focal81.be oder bei dem Vorsitzenden Iwan Jungbluth, Tel.: 0032-(0) 87 65 73 03.

TRAUMSTUBEN

In Kinderzimmern erfreuen sich Puppenhäuser, -stuben und -küchen nahezu uneingeschränkter Beliebtheit. Das LVR-Freilichtmuseum Kommern präsentiert in seiner Ausstellung „Schöne kleine Welt“ bis zum 2. Januar 2012 Lebenswelten aus vergangenen Zeiten im Miniaturformat.

Vom behaglichen Biedermeier über die prunkvolle Gründerzeit, dem extravaganen Jugendstil bis hin zur neuen Sachlichkeit der 1920er Jahre und der nüchternen Nachkriegszeit - die Wohnzimmer der Puppenstuben spiegeln jeweils die verschiedenen Einrichtungsstile der Epochen. Die Exponate von der Mitte des 19. Jahrhunderts bis in die 1950er Jahre stammen überwiegend aus der Sammlung Maria Junghanns, die



1971 erworben den Grundstein für einen der größten Puppenstubensammlungen in Europa legte. Die Ausstellung im Freilichtmuseum, Eickser Straße, 53994 Mechernich, ist bis zum 31. Oktober 2011 von 9 bis 18 Uhr geöffnet. Der Eintritt kostet 5,50 €. Weitere Informationen finden Sie unter www.kommern.lvr.de.



WOCHE DER SENIOREN

Bei der dritten Ausgabe der „Woche der Senioren“ in Eschweiler vom 1. bis zum 6. Mai 2011 stehen Informationen und Beratungen für den Alltag im Mittelpunkt.



Neben Besichtigungen und Hausführungen in verschiedenen Senioreneinrichtungen reicht das Angebot in diesem Jahr von der persönlichen Wohnberatung, über die Schuldnerberatung spe-

ziell für Senioren, einem Stammtisch für ältere Autofahrer bis hin zur Erklärung der Funktionsweise von Fahrkartenautomaten der Deutschen Bahn. Ein Tanztee am 1. Mai um 15 Uhr im Seniorenzent-

rum AGO Eschweiler eröffnet die „Woche der Senioren“.

Das vollständige Programm ist im Städtischen Seniorenzentrum Marienstr. 7, an der Information im Rathaus, in der Stadtbücherei sowie beim Städtischen Seniorenbeauftragten Winfried Effenberg im Rathaus, 2. Etage, Zimmer 239 als Flyer erhältlich. Es steht außerdem unter www.eschweiler.de zum Download zur Verfügung.

GROSSELTERN WERDEN

Mit der Geburt von Enkelkindern beginnt ein neues Zeitalter in der „Großfamilie“, oft verbunden mit viel Freude und mit großen Unsicherheiten für die Großeltern.

Der Kurs „Starke Großeltern – Starke Kinder®“ vom Deutschen Kinderschutzbund unterstützt Großeltern darin,

- den richtigen Platz in der „Großfamilie“ zu finden,
- den verschiedenen Anforderungen gerecht zu werden,
- und dabei sich selbst nicht zu vergessen.

Der Kurs findet an sechs Terminen à zwei Stunden statt. Mit zuverlässigen Informationen, praktischen Übungen und viel Austausch untereinander gewinnen Sie an Sicherheit und Freude dabei, Großeltern zu sein. Sie können entdecken, dass Sie viele Möglichkeiten haben, mit Erfahrung und Gelassenheit die ganze Familie zu stärken und das Zusammensein mit den Enkeln zu genießen.



Der nächste Kurs im Kinderschutzbund Aachen beginnt am 16. Mai 2011 in Aachen. Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel.: 0241 / 949 94-0 oder per E-Mail unter: info@kinderschutzbund-aachen.de.

„BRAND FÜR ALLE“

Als Bürgernetzwerk der Generationen hat sich „Brand für alle“ am 29. März im Aachener Rathaus der Öffentlichkeit vorgestellt. Ziel der Initiative ist es, den Stadtbezirk besser auf die Anforderungen der älter werdenden Gesellschaft vorzubereiten.



von links: E. Welter, OB M. Philipp, Bezirksbürgermeister H. Henn, H. Huntgeburth, K. Maier und W. Eschweiler

„Brand für alle“ ist eines von elf Modellprojekten in NRW und wird vom Sozialverband VdK getragen. Die Finanzierung haben das Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter, die Stiftung Wohlfahrtspflege des Landes NRW und der VdK NRW übernommen. Oberbürgermeister Marcel Philipp unterstützt die bis Ende 2013 befristete Initiative als Schirmherr: „Die älter werdende Gesellschaft stellt uns alle vor große Herausforderungen. Als Stadt fördern wir die Arbeit mit älteren und für ältere Menschen bereits intensiv. Vom Modellprojekt erhoffe ich mir weitere interessante Impulse.“

Helmut Huntgeburth, Vorsitzender des VdK Kreisverbands Stadt Aachen, erklärte: „Die Probleme der demografischen Entwicklung werden wir langfristig nur durch neue, bürgernahe Initiativen lösen, und nicht etwa durch höhere Pflegestufensätze.“ Gemeinsam mit Merete Menze vom Paritätischen Wohlfahrtsverband,

Walter Etschenberg vom Verein Menschen helfen Menschen und Arno Krott vom VdK habe er daher die Projektidee entwickelt. Das Projekt sei in Brand angesiedelt worden, weil es hier ein breites bürgerschaftliches Engagement und viele Initiativen gebe, auf denen man aufbauen könne, so Huntgeburth.

„Wir haben bereits viele Gespräche mit haupt- und ehrenamtlich Aktiven in Brand geführt. Dabei wurde erörtert, was gut läuft, wo Initiativen gefördert werden können, wo es weiteren Bedarf gibt“, berichtete Projektleiterin Elisabeth Welter.

Für Anliegen und Vorschläge ist sie im Projektbüro „Brand für alle“ im Bezirksamt, Paul-Küpper-Platz 1, 52078 Aachen, Di. von 9 bis 12 h, Mi. von 9 bis 12 h u. von 14 bis 17.30 h erreichbar, sowie unter Tel.: 0241-450 90 210 oder per E-Mail unter: elisabeth.welter@brand-fuer-alle.de.

AUSSTELLUNG IN DER HEIMAT

Die Malerin und Grafik-Designerin Traudel Collet stellt zum ersten Mal in ihrer Heimatstadt Aachen aus. Vom 3. Mai bis 29. Juni 2011 sind ihre Werke in der Sparda-Bank-Filiale in der Blondelstraße zu sehen.



Viele Veränderungen durchlebte die sympathische Künstlerin, wie sie in ihrem ausführlichen Lebenslauf berichtet. Es zog sie nach Köln, wo sie für einen Verlag illustrierte. Sie heiratete, bekam eine Tochter, machte sich selbstständig. Die berufliche Veränderung ihres Mannes war Anlass, nach Hessen zu ziehen. Sie wurde Mutter eines Sohnes, gab Mal-



Das Talent und die Liebe zur Kunst wurden Traudel Collet, Jahrgang 1941, schon in die Wiege gelegt. Schließlich stammt sie aus einer vielseitig künstlerisch veranlagten Familie. Ihr Vater Hermann Collet (1911-1974) besuchte schon die damalige Kunstgewerbeschule, spätere WKS, in Aachen. Er war Grafiker und ein talentierter Portraitzeichner und -maler, der bei der Firma „Reklame Haupts“ in Burtscheid arbeitete. Anfang der fünfziger Jahre kreierte er die ersten Karnevalsplakate für die Stadt Aachen.



Traudel Collet, die seit vielen Jahren im Taunus lebt, beendete ihre Schulzeit an der Aachener Mädchen-Realschule in der Eilfschornsteinstr. mit einer eigenwilligen Abschlussarbeit. Sie fertigte Portraits ihrer Mitschülerinnen an. Nach zehn Semestern Studium an der WKS arbeitete sie als Grafikerin bei der Firma „Gläser Schmitz“, wechselte bald zur Werbeabteilung der Kosmetikfirma „Babor“. Die Gestaltung der Verpackung und der Anzeigen wie auch der Schaufensteraufsteller lagen in ihrem Aufgabenbereich.

und Zeichenkurse, nutzte ihren großen Atelierraum in Wiesbaden vielseitig künstlerisch und illustrierte Bücher.

Nach schmerzlicher Trennung, berichtet die Malerin, ließ sie sich zur Heilpraktikerin ausbilden und übte diesen Beruf jahrelang aus.

Im Jahr 2000 begann Traudel Collet mit der Acrylmalerei. Sie bildete sich intensiv weiter, absolvierte 2010 die sogenannte Meisterklasse bei „artefact“, Akademie und Werkstatt für freie Malerei in Bonn.

Die Künstlerin freut sich sehr, einen Teil ihrer Acrylmalerei, einen Querschnitt ihrer Themen in freier gegenständlicher wie auch gegenstandsloser Malerei in der Kunstausstellung der Sparda-Bank, Blondelstraße 9-21 in 52062 Aachen



zeigen zu können. Ihre in Farbgebung und Duktus ausdrucksstarken Bilder berühren durch den speziellen Blickwinkel der Malerin auf ihre Umwelt; er verrät eine einfühlsame, verinnerlichte Persönlichkeit. Einen besonderen Bezug hat Traudel Collet zur Darstellung des Menschen,

sei es als Portrait, als Einzelfigur, in der Gruppe oder als Akt.

In der Zeit vom 3. Mai bis 29. Juni 2011 können ihre Werke während der Schalterstunden der Sparda-Bank in Ruhe betrachtet werden. Kontakt kann mit der Künstlerin, die ihre Visitenkarten auslegt, unter der Tel.-Nr.: 06120904710 aufgenommen werden.



Einen Wunsch hat die Malerin noch: Sie würde ihre Arbeiten gerne zusammen mit denen ihres Vaters, Hermann Collet, in einer weiteren Ausstellung einem interessierten Aachener Publikum zeigen und wäre für Hinweise auf eine geeignete Räumlichkeit dankbar.

Christine Kluck

Fotos: Heinrich Kluck



WER IST SIE?

Traudel Collet wurde am 14. Februar 1941 in Aachen geboren. An der Werkkunstschule in Aachen war sie zehn Semester lang Studentin. Sie hat zwei erwachsene Kinder und lebt seit vielen Jahren in neuer Partnerschaft im Taunus.

FASZINIERT VON FARBEN UND STRUKTUREN

Betritt man das Haus der Familie Sailer in Aachen-Walheim, erkennt man sofort die Passion der Hausherrin. Gleich hinter der Eingangstür wird der Besucher von zahlreichen Bildern der ambitionierten Hobbymalerin empfangen. Die Wände im Treppenhaus sind über und über mit Exponaten bedeckt, und auch in Küche und Wohnzimmer zeugen zahlreiche Zeichnungen und Gemälde von ihrer Kunst. Auf Staffeleien und in Mappen warten weitere Exemplare auf ihre Rahmung und einen geeigneten Platz im Hause Sailer.



„Auf diesem Weg kam ich von der gegenständlichen Malerei zum Abstrakten. Ich male zwar auch noch gegenständlich, aber eigentlich fasziniert es mich mehr, den Inhalt einer Sache oder seine Struktur darzustellen als das Ganze. Ich sehe also weniger den Baum in der Landschaft als seine Äste, seine Rinde und Ähnliches“, berichtet die Künstlerin und man merkt ihr die Begeisterung förmlich an. Besonders die Farbe spielt bei der Hobbymalerin eine große Rolle. Sie stellt ihre Farben selbst her und probiert immer wieder Neues aus. So mischt sie z.B. Champagnerkreide mit anderen Farben oder fügt ihnen Sande und andere Naturmaterialien bei. Schon den Prozess der Farbgewinnung findet sie äußerst spannend. „Dabei erhalte ich auch viele Anregungen durch meinen



Clemi Sailer kam erst im Sommer 1996 zu ihrem Hobby, nachdem ihr Vater verstarb. Vorher hatte sie ihn und ihre früher verstorbene Mutter gepflegt. „Danach habe ich mit der Malerei begonnen. Es war schon immer ein Traum von mir“, sagt sie. „Ich hatte früher schon kleinere Geschichten geschrieben, die ich eigentlich illustrieren wollte.“ Hierzu belegte sie zunächst einen Aquarellkurs in Aachen-Brand, da ihr diese Technik am einfachsten erschien. „In dem Kurs habe ich dann zunächst Äpfel und Tomaten gezeichnet und gemalt, womit man halt so anfängt. Das hat mir soviel Freude bereitet, dass ich nicht mehr davon los kam und weiter machte. Nun wollte ich nicht mehr nur illustrieren, sondern mehr. Ich war regelrecht infiziert.“

jetzigen Lehrer Leo Brenner, der mich und die anderen Schüler unterstützt und ermutigt, einen eigenen Weg zu gehen.“



JEDE FREIE MINUTE WIRD GENUTZT

Sobald sie Zeit für sich hat, baut Clemi Sailer ihre Staffelei auf. Auch in den Urlaub nimmt sie diese sowie Skizzenblock, Stifte und Farben mit. „Dann male ich auch in der freien Natur, wobei mich



WER IST SIE?

Clemi Sailer wurde 1949 als Clementine Wildt in Aachen geboren, ist seit 1966 verheiratet mit Georg Sailer und lebt seit 1973 in Aachen-Walheim. Sie hat drei erwachsene Kinder im Alter von 43, 42 und 33 Jahren und einen 7-jährigen Enkel, der übrigens selbst malt und ihr größter Kritiker ist.

interessierte Zuschauer nicht stören.“ In der kalten Jahreszeit werden die Malutensilien durch den Fotoapparat ersetzt. Dann arbeitet sie nach den Fotos im warmen Atelier zu Hause. Dort zeigt sie gerne ihre etwa 200 Bilder. Sie beteiligte sich aber auch an zahlreichen Ausstellungen. Ihre erste Gruppenausstellung hatte sie bereits 1997, gut ein Jahr nachdem sie mit dem Malen begonnen hatte, im Marienheim in Aachen-Brand. Weitere Ausstellungen folgten nach einem Besuch der Künstlerkolonie Worswede in der Aachener Christuskirche sowie gemeinsam mit Gisela Freund und unserer Autorin Inge Gerdorf in der Rehaklinik an der Rosenquelle, im Bethlehem-Krankenhaus Stolberg, in Jülich, in Königswinter und in der VHS Aachen. Ihr größter Wunsch ist es, so lange wie möglich malen und hierbei immer etwas Neues ausprobieren zu können.

VON DER AQUARELLMALEREI ZU ANDEREN MAL- UND SICHTWEISEN

In den ersten Jahren hat Clemi Sailer Aquarelle gemalt. Daneben erlernte sie in einem Workshop die Erstellung von Radierungen. Hinzu kamen Mischtechniken und Arbeiten mit Pastellkreide, Gouache, Acryl sowie plastische Malerei.



Das Senio Magazin wünscht weiterhin viel Freude und Erfolg bei dem kreativen Hobby.

Josef Römer



EUROPA?



Am 2. Juni 2011 wird der Präsident der Europäischen Zentralbank Jean-Claude Trichet mit dem Internationalen Karlspreis zu Aachen ausgezeichnet. Das Rahmenprogramm zur Preisverleihung beginnt bereits am 5. Mai. Es stellt die französische Heimat des Preisträgers vor und greift wichtige Fragen zur europäischen Politik und zur Wirtschafts- und Währungsunion auf.

Den Weg vom Denar Karls des Großen zum Euro zeigt eine Präsentation über die münzgeschichtliche Entwicklung im Gebiet der heutigen Bundesrepublik und weiten Teilen Europas. Sie ist vom 5. Mai bis zum 17. Juni 2011 in der Aachener Bank, Theaterstr. 5, während der Geschäftszeiten zu besichtigen.

Am Dienstag, dem 24. Mai 2011, untersucht der Kulturanthropologe Johannes Arens unter dem Titel „Es geht um die Wurst! – Europäische Integration am Beispiel Esskultur“ den Erfolg und die Verbreitung europäischer Spezialitäten. Die Veranstaltung findet um 20 Uhr im Gartensaal von Haus Matthéy, Theaterstr. 67, Aachen statt.

Zum Thema „Europa als Kultur kommunizierender Kräfte“ spricht der Schweizer Schriftsteller und Literaturwissenschaftler Prof. Dr. Adolf Muschg am Dienstag, dem 31. Mai 2011 um 18.30 Uhr im Ludwig Forum für Internationale Kunst, Jülicher Str. 97-109, Aachen. „Welche Einflüsse von innen wie von außen fordern heute unsere Gesellschaft zum Handeln heraus?“ und „Wie kann Europa angemessen mit ihnen umgehen – in Treue zu den eigenen Werten und damit zu seiner Kultur einer dynamischen, vielschichtigen Identität?“ sind dabei die Leitfragen.

Das gesamte Veranstaltungsprogramm finden Sie als Broschüre an allen öffentlichen Auslagestellen in Aachen sowie im Internet unter www.aachen.de/karlspreis.

WIE STABIL IST DER EURO?

Eine Informationsveranstaltung zum Thema „Geldpolitik in der EU“ bietet das Europe Direct Informationsbüro Aachen zusammen mit der Karlspreisstiftung am Freitag, dem 06.05.2011 von 18:30 bis 20:00 Uhr im Rathaus der Stadt Aachen, Ratssaal, Markt, 52062 Aachen an. Der Eintritt ist frei.



Wie funktioniert der Euro-Rettungsfonds, der ab 2013 den vorläufigen Euro-Rettungsschirm ablösen wird? Was kostet uns die neu abgesicherte Währungsunion? Wie kann die Unabhängigkeit der Europäischen Zentralbank sichergestellt werden? War die D-Mark stabiler als der Euro? Diese und ähnliche Fragestellungen wird der Referent des Abends, Wirtschaftsexperte Prof. Dr. Ansgar Belke, der u.a. Inhaber des Lehrstuhls für Makroökonomik an der Uni Duisburg-Essen und Vorstandsmitglied



des Arbeitskreises Europäische Integration ist, aufgreifen. Fragen aus dem Publikum sind ausdrücklich erwünscht!

EIN HAUCH VON LUXUS



Maria Barbara Gertrud Leydel (1747-1817), Foto: Anne Gold

Einen Streifzug durch die Geschichte der Schönheitsmittel von der Antike bis zur Gegenwart unternimmt die Ausstellung „La Beauté“ im Aachener Couven-Museum. In Kooperation mit dem internationalen Aachener Traditionsunternehmen Babor Cosmetics werden ausgesuchte Objekte und Gemälde zur Kultur der Schönheitspflege gezeigt und dabei auch ein Einblick in die schnelllebigen Trends der modischen Schönheit und ihrer Pflege von den 50er Jahren bis heute geboten.

Wohltuende Substanzen, betonter Farbauftrag und ausgesuchte Düfte sollten zu allen Zeiten die Erscheinung pflegen und mit einer anziehenden Aura umgeben. Doch Kosmetik war ein Luxus, den sich Jahrhunderte lang fast nur die gehobenen Schichten leisten konnten. Das bezeugen die edlen Umhüllungen und fein verzierten Utensilien aus kostbarem Material.

Mit der industriellen Entwicklung des 19. und 20. Jahrhunderts wurden die pflegenden und schmückenden Substanzen für breitere Schichten erschwinglich. Aber weiterhin umgab Puderboxen, Parfumflacons und Cremetöpfchen der Hauch von Luxus.

Die Ausstellung zur Geschichte der Kosmetik wird am Fr., dem 13. Mai 2011, um 19 Uhr eröffnet und läuft bis zum 4. September 2011. Im Ausstellungsprogramm finden sich zahlreiche Themenführungen und Begleitveranstaltungen. Am So., dem 15. Mai 2011, dem Internationalen Museumstag, werden Sonderführungen angeboten. Zudem ist an diesem Tag - wie in vielen weiteren Museen - der Eintritt frei.

COUVEN-MUSEUM

Hühnermarkt 17
52062 Aachen
Öffnungszeiten:
Di.-So. 10.00-18.00 Uhr
Tel.: 0241-432-4421
www.couven-museum.de

LUST AUF KUNST!?

Die Jubiläumsausstellung „Hyper Real – Kunst und Amerika um 1970“ im Ludwig Forum Aachen beleuchtet die Reaktionen in Malerei, Fotografie und Skulptur auf den ‚American Way of Life‘ um 1970. Der Vietnamkrieg, das Ende des Babybooms, die Nixon-Ära oder die Diskriminierung der Schwarzen sind wichtige Themen der Zeit. Das zeigt die Ausstellung mit 250 Werken und rund 100 Künstlern.

„Lust auf Kunst“ der Pfarre St. Sebastian Würselen bietet zwei Führungen durch die einmalige Ausstellung jeweils am Dienstag, dem 24. und dem 31. Mai 2011 von 16 bis 17 Uhr an. Treffpunkt ist an



© Franz Gertsch: Medici, 1971
Ludwig Forum

beiden Tagen die Eingangshalle des Forums um 15:45 Uhr. Eintritt und Führung kosten 8 €, sie werden vor der Führung eingesammelt. Verbindliche Anmeldungen nimmt Rosemarie Sommer unter (Tel.: 02405 / 916 36) entgegen.

Hubert Wickerath



Spuren im Licht

Der Aachener Künstler, Architekt und Designer Heinrich Hüsch stellt ab dem 6. Mai neue Bilder in der Galerie 45, Ludwigsallee 45, aus. Zu sehen ist eine spannende Gratwanderung zwischen Abstraktion und materialer Gegenständlichkeit. Den abstrakten Arbeiten der letzten Jahre werden die neuen Arbeiten gegenübergestellt, in denen malerisch-gegenständliche Elemente die formellen Strukturen bereichern.

Hüsch selbst nennt die Bilder „gezogen und gemalt“, da sie nicht mit Pinseln, sondern mit Brettern und Pappen in Öl entstanden. Kräftige und zarte Töne in dunklen Farbnuancen stehen auf lichten, mit Rakelspuren gezogen, weißen Flächen. An vielen Stellen wirken die Farben wie gesetzt und gedruckt. Nicht zufällig zeigt der zweite Teil der Ausstellung druckgrafische Arbeiten, vornehmlich Lithographien. Für Interessierte gibt der Künstler am Sonntag, dem 22. Mai, um 17 Uhr eine theoretische, praktische und künstlerische Einführung in die Druckgraphik.

Die Vernissage ist am Sonntag, dem 6. Mai, um 19 Uhr. Die Ausstellung ist bis zum 5. Juni jeweils Do. u. Sa. 14 - 19 Uhr sowie So. 14 - 17 Uhr zu sehen. Eine literarische Lesung u. d. T. „wortLICHT. sinnfreies und sinnvolles“ findet am Sonntag, dem 29. Mai, um 15 Uhr statt.

ART TOUR DE STOLBERG

Am Sonntag, dem 1. Mai 2011 lädt die Galerie- und Ateliermeile in Stolberg von 11 bis 18 Uhr zum zweiten Mal zum Besuch ein.

12 Kunstorte garantieren eine abwechslungsreiche Präsentation verschiedenster Stile und Techniken. Über 30 Künstler haben sich in Stolberg versammelt und freuen sich auf einen regen Zuspruch seitens der Stolberger und vieler Tagesgäste. Innerhalb von Stolberg fährt man mit dem Bus oder der Euregiobahn zum halben Preis, sofern man den Flyer der

„Art Tour“ als Ausweis mit sich führt. Zum Abschluss um 18.30 Uhr freut sich der Hausherr der Patio-Galerie, Dieter Kasmacher, auf den Besuch aller Künstler, Helfer und Kunstinteressierten zum kleinen Imbiss und Umtrunk in der Station Nr. 12, Patio-Galerie, Steinweg 68. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.arttour-stolberg.de.



WEGE ZUR KULTURHAUPTSTADT



MAASTRICHT
VIA2018

Maastricht • Euregio Maas-Rhein
Kandidat Kulturhauptstadt Europas 2018

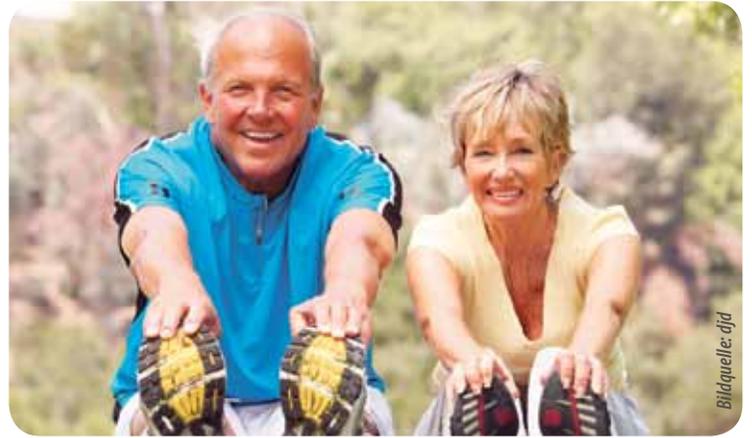
Die Stadt Maastricht bewirbt sich für das Jahr 2018 als Europäische Kulturhauptstadt und erstellt derzeit das Konzept und die Bewerbung zusammen mit der Stadt Aachen und weiteren Partnern in der Euregio Maas-Rhein. Welche Erwartungen oder Befürchtungen damit verknüpft werden und was die Region über die bestehenden Grenzen hinweg zur Bewerbung miteinbringen kann, soll ein Vortrag mit Diskussion am Donnerstag, dem 12.05.2011, um 18:30 Uhr im Ballsaal, Altes Kurhaus, Komphausbadstr. 19, in Aachen klären.



Nach der Begrüßung durch OB Marcel Philipp und der Eröffnung durch NRW-Europaministerin Dr. Angelica Schwall-Düren werden die Themen in Talkrunden entwickelt. Als Abschluss werden kulinarische Spezialitäten aus den Ländern der Euregio Maas-Rhein gereicht. Die Veranstaltung findet im Rahmen der Europa-woche 2011 des Landes NRW statt, organisiert wird sie von der Stadt Aachen gemeinsam mit dem Europe Direct Informationsbüro Aachen, dem Kulturbetrieb der Stadt Aachen, der Karlspreisstiftung und der Regio Aachen e.V. Der Eintritt ist frei. Um Anmeldung wird gebeten unter Tel.: 0241-432-7627 oder per E-mail unter: europedirect@mail.aachen.de. Informationen über die Bewerbung Maastrichts finden Sie im Internet unter www.via2018.eu.

BLEIB IN BEWEGUNG!

„Wer rastet, der rostet“ lautet ein altes Sprichwort, welches uns sagen will, dass wir Bewegungsmenschen sind - und das in jedem Alter. Dennoch treiben bundesweit nur rund 18 Prozent der Menschen zwischen 50 und 60 Jahren regelmäßig Sport. Massiver Bewegungsmangel schwächt jedoch nicht nur die Kondition, sondern auch die Koordination und die Konzentration - eine nicht zu unterschätzende Gefahr für die Gesundheit.



Bildquelle: djd

Eine der wichtigsten Voraussetzungen, um bis ins hohe Alter selbständig bleiben zu können, ist den Körper fit zu halten. Dazu gehört eine gesunde Ernährung und eine individuelle, auf die Person abgestimmte körperliche Betätigung. Völlig egal, in welchem Lebensabschnitt man sich gerade befindet oder mit welcher Variante man der Knochenermüdung entgegenwirken will. Wichtig ist, den ersten Schritt zu tun. Denn eine sportliche Aktivität erhöht die Lebensqualität und bietet zudem die Möglichkeit des geselligen Zusammentreffens mit Gleichgesinnten. Bevor Sie jedoch aus dem Haus stürzen, um mit den Kindern auf dem Fußballplatz um die Wette zu kicken, sollten Sie zuerst bei Ihrem Hausarzt vorsprechen. Dieser kann am besten einschätzen, welche sportliche Freizeitaktivität für seine Patienten geeignet ist. Ergänzend hierzu bieten Sportverbände und Fitnessclubs ein speziell für Senioren ausgearbeitetes Trainingsprogramm an, welches durch geschultes Personal auf die Bedürfnisse jedes Einzelnen abgestimmt wird.

AKTIONSORIENTIERTE FREIZEIT

Wie wäre es mal wieder mit einer Runde Kegeln? Oder einer Fahrradtour vorbei an Wiesen und Feldern zusammen mit befreundeten Nachbarn? Bei all dem Spaß, den die körperliche Ertüchtigung auch mit sich bringt, sollte dennoch eine Überlastung vermieden werden. Im Zweifelsfall gilt: Weniger ist manchmal mehr. Eine gute und gelenkschonende Alternative sind beispielsweise Schwimmen und Wassergymnastik. Nicht nur weil das Element Wasser eine entlastende Wirkung auf den Körper hat, sondern weil es auch gezielt das Herz-Kreislauf-System ankurbelt und das allgemeine Wohlbefinden verbessert. Damit fällt der Alltag wesentlich leichter. Für Naturfreunde bietet Nordic Walking beste Voraussetzung, um die Kondition unter freiem Himmel zu trainieren. Aber auch eine Partie Freiluftschach oder Boccia wirkt sich positiv auf das körperliche Befinden aus und macht außerdem noch Freude. An Geselligkeit wird es hierbei nicht mangeln und ganz nebenher können neue Kontakte geknüpft werden.

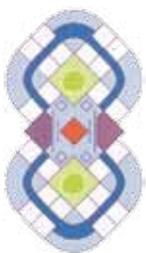
BEWEGUNGSPARCOURS FÜR SENIOREN

Geist und Körper auch im Alter durch sportliche Freiluft-Übungen in Einklang zu bringen – was fernöstlich längst fester Bestandteil des alltäglichen Lebens ist, gewinnt zunehmend auch hierzulande an Interesse. Trimm-dich-Vital ist die Devise, mit der vorwiegend Senioren zur Bewegung an frischer Luft angeregt werden sollen. Und so entstehen immer mehr Fitnessplätze für ältere Menschen mit altersgerechten Sportgeräten aus Edelstahl – auch „Seniorenspielplätze“ genannt. Wer seinen Körper mal wieder spüren will, darf sich gerne an den vielfältigen Geräten ausprobieren. Und wer weiß, vielleicht werden dabei auch Erinnerungen an früher wach. Denn wie der Erzähler Jean Paul zu sagen pflegte, sind Erinnerungen „das einzige Paradies, aus dem wir nicht vertrieben werden können“.



C.C. Bieling

Mehr Lebensqualität für Menschen mit Demenz



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

Pro 8 Würselen
Bardenberger Str. 28
52146 Würselen/Morsbach
Tel.: 0 24 05 / 47 95 2-0

Pro 8
www.heinrichs-gruppe.de

Pro 8 Frelenberg
Geilenkirchener Str. 33a
52531 Übach-Palenberg/Frelenberg
Tel. 0 24 51 / 91 10 6-0



WIE EINE GROSSE FAMILIE



Seit 50 Jahren existiert in Aachen die Schwimmhalle Ost direkt hinter der Grabeskirche St. Josef. Und seit 50 Jahren kommen Menschen allmorgendlich in die Halle, um den Tag im Wasser zu beginnen.

Dass manche aus den ersten Tagen des Bestehens noch heute dabei sind, sollte genügen, zu zeigen, wie wohltuend und förderlich das Frühschwimmen für Körper und Geist ist. Und dass mir niemand so genau sagen kann, seit wann das Frühschwimmen etabliert ist, zeigt, wie sehr es zur Osthalle gehört.

Montags bis freitags von 06:30 bis 8 Uhr und samstags von 7 bis 9 Uhr haben Menschen jeden Alters Gelegenheit, in der Halle zu schwimmen, und die wird gern genutzt. Heute, Donnerstag früh, sind es elf Männer und Frauen, die im kleinen Becken das 32 Grad warme Wasser genießen.

Wilma Emmerich vom Seniorenrat Aachen-Ost ist seit 5 Jahren dabei und schwärmt nicht nur von der wohltuenden Wirkung des Wassers, sondern auch vom privaten Kontakt, den die



Frühschwimmer pflegen. „Einmal im Monat treffen wir uns und eigentlich alle, die hier sind, kommen“, sagt sie. Außerdem feiern die Teilnehmer zusammen Geburtstage, veranstalten ein traditionelles Weihnachtsfrühstück und verbringen zusammen Zeit in Wilma Emmerichs „Erzählcafé“. Diese Gemeinschaft ist für Frau Emmerich das Besondere an den Frühschwimmern.

„Es ist hier wie eine große Familie“, sagt sie lachend. Die Menschen kennen sich gut und das merkt man.

Natürlich ist auch die Gesundheit ein Faktor für die Beliebtheit des Frühschwimmens. Der älteste Besucher ist der 87-jährige Klaus, der noch immer Jahr für Jahr seinen Sportschein macht, nicht nur im Wasser, sondern auch im Radfahren und Laufen. Regelmäßige Bewegung ist ein Muss für lange Gesundheit und in einer solch netten Atmosphäre macht es auch noch Spaß.

Dienstags, donnerstags und samstags macht Schwimmmeisterin Beate Küppers mit den Frühschwimmern außerdem Gymnastik und die Freude am Wasser und der Bewegung merkt man der Gruppe deutlich an. Dazukommen kann jeder, der möchte, egal welchen Alters. „Junge Menschen haben wir natürlich genauso gern dabei!“, sagt Beate Küppers und auch Wilma Emmerich, die ab und zu ihre Enkel mitbringt, freut sich, verschiedene Generationen beim Frühschwimmen zu sehen.

Sascha Tucharth



An alle Pflegeeinrichtungen und Firmen in der StädteRegion Aachen



www.pflege-ac.de

Das Senio Magazin bringt im Juni 2011 eine Broschüre heraus unter dem Titel **Rund um die Pflege** 2011/2012. Sie wird im DIN-A4-Format auf 115 g/m Papier gedruckt. 12.000 Exemplare liegen in der gesamten Region in öffentlichen Gebäuden, Gesundheitszentren, Krankenhäusern, Apotheken etc. aus.

Stationäre, teilstationäre und mobile Einrichtungen sowie haushaltsnahe Dienstleistungen z.B. Hausnotruf, Sanitätshäuser, Beratungs- und Begleitsdienste, fahrbare Mittagstische etc. können inserieren.

Profitieren auch Sie von diesem einmalig günstigen Angebot und stellen Sie Ihre Einrichtung oder Firma in der Broschüre ausführlich vor! Für weitere Informationen (Musterseiten, technische Daten, etc.) rufen Sie mich einfach an. Ich freue mich auf Ihren Anruf.

RUND UM DIE PFLEGE
EINRICHTUNGEN IN DER STÄDTEREGION AACHEN
STELLEN SICH VOR



Horst Wolff / Projektleiter
Mobil: 0176 689 111 68
Tel.: 02404 / 87 95 70
Fax: 0241 / 990 787 44
E-Mail: wolff@pflege-ac.de

TEURE ANZEIGEN WAREN GESTERN !

DIE VERSUCHUNG

Ich hab es mir gemütlich gemacht, lass es mir gut gehen. Vor mir steht ein Becher Kakao mit 'nem großen Sahnehäubchen obendrauf. Das Häubchen ist streng genommen mehr 'ne Haube! Na und, Sahne ist zur Hälfte Luft, und wen interessiert schon die andere Hälfte? Außerdem habe ich heute meinen Diät-Tag!

Ich genieße und blättere in dem neuen Modekatalog. Nur so, ich will nichts kaufen, nein, nein, ich brauche nichts. Mein Kleiderschrank ist gut gefüllt. Ehrlich, er quillt über. Für 'ne neue Bluse müsste ich zwei andere „entsorgen“. Und das „Entsorgen“ ist schwierig, sehr schwierig, besonders bei Blusen. Da fällt mir ein, wie oft sich in Filmen und Theaterstücken Liebhaber in Kleiderschränken verstecken müssen! Oha, in meinen hätte keiner reingepasst, beim besten Willen nicht. Ich bin



Bild: Jürgen Nießen/pixelio.de

allerdings auch nie in die Verlegenheit gekommen, ich meine das alles nur rein theoretisch! Ich blättere und gucke, und da sehe ich ihn! Natürlich keinen Liebhaber, so etwas haben meine Kataloge nicht in ihrem Sortiment, die sind seriös. Ich sehe ihn, den Hut! Was sage ich, ein Traum in hellrosa Tüll, ein Gedicht. Ich bin hin und weg, weg und hin. Eigentlich wollte ich ja nichts kaufen, nur gucken.

Aber die Versuchung, dieses hell rosa Hutgedicht zu bestellen, ist zu groß. Ich eile zum Telefon. Es kann gar nicht schnell genug gehen. Und in ein paar Tagen ist er bei mir. Er ist noch viel, viel schöner, als im Katalog abgebildet. So ein richtiger „Sonntagsnachmittagsfeinmache-Hut“! Ich führte ihn meinem Sohn vor. Der sagte: „Jetzt siehst du aus wie eine reiche Frau.“

Oha, das Kleider Leute machen, ist ja bekannt, und dass ein Hut so eine Wirkung hat? Donnerwetter!

Wann ich ihn aufsetze? Natürlich beim Reitturnier, da trägt man Hut, wenn man möchte, und wenn ein ganz besonderer Tag ist. Und, oh Wunder, diese Tage sind gar nicht so selten!

Josefine Kühnast



GEDICHT DES MONATS

An meine Mutter

*Und ob der Mai auch stürmen will
Mit Regenguss und Hagelschlag,
Wie ein verspäteter April:
Er hat doch einen schönen Tag.*

*Hat einen Tag, der schlimme Mai,
Viel lieber als das ganze Jahr,
Und wo es schien mir einerlei,
Ob trüb der Himmel oder klar.*

*Und ist er trübe auch, ich fand
Mein Sträußlein doch in Wald und Ried
Und kann doch küssen deine Hand
Und sagen dir ein schlichtes Lied.*

Annette von Droste-Hülshoff
(1797-1848)



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





Flimmerkisten rundherum, oben, unten, so weit das Auge reicht. Alle haben das gleiche Wechselbild. Mal grüne Urwaldpflanzen, mal schwimmende Fische, mal die knallrote Werbung dieses Ladens. Das Ganze akustisch untermalt vom Lena-Song.

Wir sind hier, weil wir einen neuen Fernseher brauchen. Was heißt eigentlich „brauchen“? Nicht, dass wir allabendlich vor der Flimmerkiste sitzen, nein, ausgewählt werden nur bestimmte Programme. Abgesehen davon, dass der alte Fernseher mit dem dicken Hinterteil jetzt seinen Geist aufgegeben hat, war sein Bild für alte Rentner-Augen einfach zu klein geworden. Denn wenn schon eine Spinne ihr Netz webt oder ein Schimpanse mit einem Stöckchen die Ameisen aus einer Baumritze kratzt, möchte ich auch Spinnenbeine und Ameisen erkennen können.

Und nun soll ein Flachbildschirm gekauft werden. Eigentlich hätte ich in diesen Laden überhaupt nicht mitkommen müssen, habe ich doch von den technischen Feinheiten solcher Geräte nicht den leisesten Schimmer: dVB-t, dVB-s, ip-tv, usb, ach, und was nicht alles. Aber wegen der Optik soll ich mein Urteil abgeben. Da gibt es nur drei Dinge: Rahmenfarbe, schwarz oder metallic, und natürlich die Brillanz des Bildes. Für diese Entscheidung brauche ich gerade mal zwei Minuten. Außerdem kommen nur zwei Marken in Frage:

„Tony“ oder „Summsong“. Das war mir bereits gesagt worden.

Nach kurzer Zeit gesellt sich ein Verkäufer zu uns: „Kann ich helfen?“

Sofort beginnt der technisch informierte „beste Ehemann von allen“ mit dem weniger versierten jungen Verkäufer eine Fachsimpelei. Ich kenne das und weiß, dass der Verkäufer spätestens nach 10 Minuten vor den Kenntnissen des „Silveragers“ ehrfürchtig verstummt. Auf jeden Fall muss „Tony“ jetzt zeigen, was er kann. Mit der Fernbedienung führt der Verkäufer jede Menge Möglichkeiten, Programme und Zahlen vor. Doch verglichen mit „Summsong“ weist „Tony“ Nachteile auf. Nachteile, auf die der Verkäufer erst durch meine „bessere Hälfte“ hingewiesen werden muss. Und das zieht sich...

Spätestens jetzt schnürt mir die stickige Luft im Laden die Kehle zu. Da ich doch nicht blöd bin, stürze ich hinaus ins Freie. Das Café gegenüber erscheint mir wie eine Oase in der Technik-Wüste. Das Gesicht der Sonne zugewandt, sinke ich in den Korbsessel und bestelle mir einen

Orangensaft. Natürlich nicht, ohne den Ausgang des Geschäftes und unser Auto auf dem Parkplatz aus den Augen zu lassen. Eine gute halbe Stunde vergeht. Da erscheint der „beste Ehemann von allen“ auf der Bildfläche. Ach, und ohne „Summsong“? „So leicht mache ich mir die Entscheidung nicht“, sagt er.

Wieder zu Hause, müssen jetzt noch die allerkleinsten technischen Details über das Modell XY von „Summsong“ aus dem Internet gequetscht werden. Nach zwei Stunden Recherche fällt die Haustür ins Schloss, und ich weiß genau, in noch mal zwei Stunden hat „Summsong“ den alten Grundig im Wohnzimmer von seinem Sockel gestürzt. - Und er hat. Ich bin überwältigt von „Summsongs“ Anblick.

Jetzt brauche ich wirklich keine neue Brille mehr.



Andrea Bernhards

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

ELEKTRO-RÄDER

Das Elektro-Rad ist auf dem Vormarsch. Einer Umfrage zufolge erwägt jeder 4. eine solche Anschaffung. Darunter befinden sich eingefleischte Radler wie Neulinge, junge und ältere Menschen. Die Argumente sind überzeugend: Leichte(re) Fortbewegung bei Besorgungen, bei der Fahrt zur Arbeit, bei Sport und Freizeit. Aber was ist das Besondere am Elektro-Rad und worauf sollten Sie achten, wenn Sie eine Anschaffung erwägen? Wir haben Ihnen einmal die wichtigsten Informationen zusammengestellt.



DAS ELEKTRO-RAD ODER PEDELEC – WAS IST DAS?

Ein Elektrorad ist ein Fahrrad mit zusätzlichem oder eingebautem Elektromotor. Die Versorgung des Elektromotors mit elektrischer Energie erfolgt in der Regel über einen abnehmbaren Akku, der am Sitzrohr oder unter dem Gepäckträger angebracht ist. Wir sprechen hier vom sogenannten „Pedelec“, das ca. 90 % der Elektro-Räder ausmacht. Die elektrische Fahrunterstützung wird durch Treten der Pedale abgefordert. Nur wenn der Radler in die Pedale tritt, gibt der Motor einen zusätzlichen Schub. Diese Pedelects unterliegen weder der Helm-, noch der Versicherungs- oder Führerscheinplicht. Die EU-Richtlinien limitieren die mittlere Leistung des Motors auf 250 W, die Unterstützung des Motors setzt ab 25 km/h aus. Das „Gas geben“ am Griff ist bei ihnen nicht möglich.

VOM MOUNTAIN-BIKE BIS ZUM TOURENRAD

Dem Einsatz als Mountain-Bike oder Tourenrad sind keine Grenzen gesetzt. Das Design lässt ebenfalls kaum Wünsche

offen. Bevorzugtes Modell für Ältere ist das Elektro-Rad mit tiefem Einstieg. Unterschiede zur herkömmlichen Fahr- und Bedienweise eines Fahrrads gibt es nicht, eine größere Umgewöhnung ist also nicht erforderlich.

Die Anschaffung ist nicht billig: Für ein gutes Markenrad muss man derzeit 1.500 - 2.000 Euro investieren, je nach Ausstattung auch mehr.

DAS A UND O: DIE AKKUS

Die Technik der Elektro-Räder wird ständig weiterentwickelt und verbessert. Dies bezieht sich vor allem auf die Gewichtsreduzierung des Motors und die Qualität der Akkus. Die Akkus wiegen ca. 3 bis 5 kg und sind abnehmbar, z.B. zum Laden oder Transport. Ihre volle Ladedauer beträgt ca. 2,5 bis 4 Stunden. Akkus halten durchschnittlich 20 bis 100 km, abhängig von der Fahrweise, Belastung und dem Gelände. Je nach Modell können sie 500 bis 800 Mal geladen werden, das entspricht einer durchschnittlichen Lebensdauer von 2 bis 4 Jahren. Die Akkus waren lange der Schwachpunkt des Elektro-Rades. Inzwischen sind Lithium-Akkus die gängige Variante, ihre ständige Fortentwicklung wirkt sich positiv auf die Laufleistung und den unerwünschten Memory-Effekt aus.

FÜR WEN LOHNT SICH DAS „UMSATTELN“?

- Menschen, die häufig in steigungs- oder windreichen Gegenden Rad fahren
- Arbeitspendler, die vom Auto auf das Rad umsteigen und nicht verschwitzt an ihrer Arbeitsstelle ankommen wollen



Bild: djd

- Ältere Menschen, die mobil und beweglich bleiben wollen und dabei weiterhin nicht auf das Fahrrad verzichten mögen
- Menschen mit Leistungseinschränkungen, wie z.B. bei Herzschwäche, nach operativen Eingriffen oder auch bei Hüftprothesen. Nach Absprache mit ihrem Arzt müssen diese nicht auf Bewegung verzichten, sie kann sogar förderlich sein
- Radwanderer, besonders in Gegenden mit ausgebauten Elektrorad- und Akkutauschdiensten



Bild: KAM3

WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN:

Stiftung Warentest (test.de), Stromtipp.de, Extraenergy.org (gemeinnütziger Verein mit Testberichten, mehrsprachig), radfahren.de

Petra Simons



WORAUF SIE BEIM KAUF ACHTEN SOLLTEN

- Wofür möchte ich mein Elektro-Rad nutzen? Die unterschiedliche Laufzeit der Akkus und damit auch des Anschaffungspreises hängen u.a. davon ab. Gibt es irgendwelche gesundheitlichen Einschränkungen?
- Aufgrund des Motors ist das Elektro-Rad etwas schwerer als herkömmliche Räder. Achten Sie deshalb umso mehr darauf, wo und wie Sie Ihr Fahrrad abstellen können, damit es leicht verfügbar bleibt.
- Welche zusätzlichen Kosten fallen an, z.B. für einen Ersatz-Akku?
- Werden Garantie- und Serviceleistungen angeboten? Wenn nicht, kann das unter Umständen die ursprünglichen Anschaffungskosten reduzieren, nicht aber die möglichen Folgekosten.
- Qualität hat ihren Preis. Das heißt aber nicht, dass Sie keinen Preisvergleich unter den verschiedenen Marken und Anbietern anstellen sollen. Viele Händler werben auch regelmäßig mit Angeboten. Sichern Sie sich auf jeden Fall ab: Gibt es in ein, zwei Jahren noch Ersatzteile für mein Modell?
- Wie für jedes Fahrrad gilt auch hier: Es muss individuell auf Sie und Ihre Bedürfnisse abgestimmt sein.

FAZIT: Lassen Sie sich ausführlich beraten. Eine Testfahrt bietet Ihnen jeder gute Händler an!



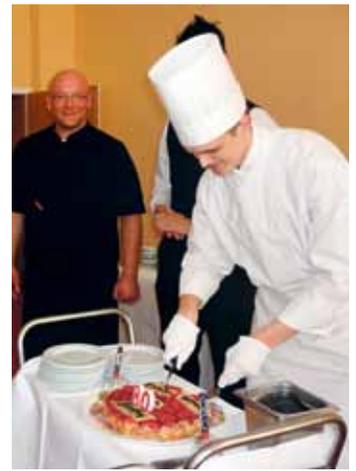
Liebe Leserinnen und Leser,

wir heißen Sie herzlich willkommen im Rosenpark Laurensberg und möchten Ihnen auf diesem Wege unser Restaurant gerne vorstellen!

Mit der Erfahrung von fast 20 Jahren in der Gastronomie – zum großen Teil auch hier im Hause – hat seit Juni 2010 Borislav Taleski ein Restaurant & Catering Unternehmen gegründet und als Pächter das Restaurant im Rosenpark übernommen. Der Schritt war ein lang ersehnter Traum, den er sich nun verwirklicht hat.

Das familiär geführte Unternehmen ist stets in der Lage ihnen kulinarisch frische, sorgfältig zubereitete gutbürgerliche Küche bis hin zum Sternemenü oder Buffet zu bieten.

Vom reichhaltigen Frühstücksbuffet über Mittagstisch oder Abendessen à la



Genießen Sie unser Rundum-Sorglos-Paket!

Warme Farben, mediterrane Atmosphäre, gepflegtes Ambiente laden ein, kleine wie große Mahlzeiten im hauseigenen Restaurant zu genießen. Sie können sich auch abends mit einer große Auswahl an Köstlichkeiten verwöhnen lassen. Treffen Sie sich mit Freunden oder Bekannten gemütlich zu einem Glas Wein im Bistro oder der Raucherlounge, oder nachmittags zu einem Stück Kuchen in unserem Cafe. Schauen Sie auf unsere Web-Seite unter www.restaurant-rosenpark.de oder kommen Sie doch einfach mal vorbei, genießen Sie, lassen Sie sich inspirieren und verwöhnen...

Wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße

**Borislav Taleski und
das Restaurant Rosenpark-Team**



Herr Haas, 80 Jahre:

„Für mich alleine koch ich noch selbst, solange es geht. Das hält mich fit und macht mir Spaß. Meinen runden Geburtstag feierte ich kürzlich mit meiner ganzen Familie im Rosenpark. Alle waren überaus begeistert und eins steht fest, wir kommen gerne wieder.“



Die große Auswahl an barrierefreien Räumlichkeiten, zum Beispiel der Raum „Musica“, „Classico“ oder „Plenum“, in denen Gesellschaften bis zu 120 Personen ausreichend Platz finden, z.B. mit einem netten Sektempfang auf Balkon oder Terrasse, bietet ihnen die Möglichkeit ihr Fest nach ihren Wünschen und Ideen zu gestalten. Und wenn Sie noch keine Vorstellungen haben, so sind diese wunderschönen und vielfältigen Räume in der Lage Sie zu inspirieren.



*Restaurant Rosenpark
Laurensberg*

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

Tel.: 0241 / 17 40 15 00

Fax: 0241 / 17 40 15 02

*info@restaurant-rosenpark.de
www.restaurant-rosenpark.de*



OUTDOOR-FITNESS-PLÄTZE FÜR ERWACHSENE

„Fitness-“ oder „Bewegungsparcours“, „Mehrgenerationen-“ oder „Seniorenspielplatz“ - seit einigen Jahren setzt sich auch in Deutschland die Idee durch, öffentliche Plätze mit Sport- und Spielgeräten auszustatten, die älteren Menschen dazu anregen sollen, sich sportlich zu betätigen und fit zu halten. Wir stellen Ihnen auf den folgenden Seiten das dahinterstehende Konzept und einige Plätze aus unserer Region vor.

Das Konzept, älteren Menschen auf öffentlichen Grünflächen eine Gelegenheit zu sportlicher Betätigung zu bieten, stammt aus China. Dort wurden vor über 20 Jahren Bewegungsanlagen im Außenbereich für Erwachsene eingerichtet, um sie zu ermutigen, gemeinsam zu trainieren. Vor allem ältere Menschen fanden schnell Gefallen an den unterschiedlich einsetzbaren Geräten, denn Sportangebote für diese Altersgruppe waren ansonsten eher selten. Mittlerweile sind diese Parks in China weit verbreitet und Menschen aller Altersgruppen treffen sich in ihnen zu sportlich-spielerischer Betätigung.

deutsche „Seniorenspielplatz“ im niedersächsischen Schöningen, weitere Anlagen folgten. Mittlerweile wird in vielen deutschen Städten der Bau von „Seniorenspielplätzen“ geplant oder bereits umgesetzt und auch die Zahl der Anbieter, die speziell für Senioren entwickelte Geräte produzieren, nimmt zu.

Kinder ist es wichtig, motorische Fähigkeiten zu erlernen, und für Senioren ist es wichtig, sich diese zu erhalten und fit zu bleiben. Und wenn man dabei auch noch Spaß hat - umso besser!

Ausgestattet sind die Plätze mit verschiedenen Outdoorgeräten, welche die besonderen Fähigkeiten und Defizite von älteren Menschen trainieren helfen. Das Angebot beinhaltet speziell konstruierte Sport- bzw. Trainingsgeräte, beispielsweise zur Gleichgewichtsschulung oder zum Schulter-, Rücken- oder Beintraining. Die Geräte sind auf die einzelnen Körperpartien abge-



WAS GENAU IST EIN „SENIORENSPIELPLATZ“?

„Seniorenspielplätze“ sollen in erster Linie älteren Menschen als Fitnessparcours und Begegnungsort dienen. Der Begriff „Seniorenspielplatz“ wird dabei heute meist nur noch als „Arbeitstitel“ verwendet, weil er zu sehr an „Kinderspielplatz“ erinnert und damit eher abschreckt als Interessenten anlockt. Dabei ist die Grundidee ähnlich: Für



stimmt und im Unterschied zu Geräten auf Kinderspielplätzen für Menschen jeden Alters geeignet. Zudem ist für ihre Benutzung keine Sportkleidung



Von China aus hat sich das Konzept nach Europa und im Zuge des demografischen Wandels auch in Deutschland verbreitet. 1999 öffnete der erste



Bein-trainer

Beweglich-keitstrainer

Rücken-trainer

Sprung-krafttrainer

Schulter-trainer

Massage - Arme, Hände, Beine

Ganzkörper-trainer

Rücken-Massage



erforderlich, normale Alltagskleidung reicht aus. An den Geräten sind i.d.R. Übungsanleitungen mit Text und Bild angebracht, um ihre Bedienung zu erläutern und die Sicherheit dabei zu erhöhen.

TREFFPUNKT DER GENERATIONEN

Gleichrangig neben dem sportlichen Aspekt steht der soziale: Die Fitnessparcours sind zwar auf die Bedürfnisse von älteren Menschen zugeschnitten, zugleich sollen sie aber auch das Zusammentreffen der Generationen fördern und als Begegnungsorte für Jung und Alt dienen. Deshalb werden sie, wo der Platz es zulässt, mit verschiedenen Freizeitangeboten wie Bouleplätzen, Freiluftschach, Minigolf oder sogar Grill- und Sportplätzen kombiniert. Die genaue Ausrichtung der „Seniorenspielplätze“ kann also je nach Standort, nach Umfang der angesprochenen Zielgruppe(n) und finanzieller Ausstattung stark variieren. Im Einzugsbereich eines Seniorenzentrums wird eine Fitness-Anlage sicher anders gestaltet sein als in einem weitläufigen Park oder im Stadtzentrum. All diese Angebote haben zum Ziel, die Plätze auch über die Nutzung der Geräte hinaus als Freizeitorte zu etablieren, an denen man sich bei schönem Wetter mit der Familie, Bekannten und Freunden trifft.



Übach-Palenberg

BEISPIELE AUS DER REGION



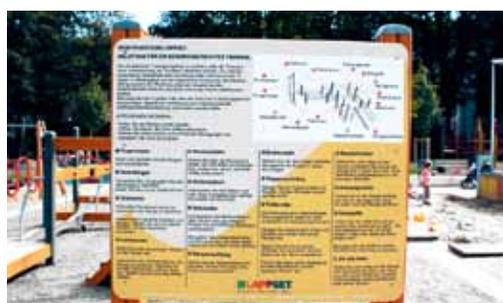
Übach-Palenberg

Im Rahmen der EuRegionale 2008 wurde der erste Mehrgenerationenspielplatz in Nordrhein-Westfalen im Juni 2008 in Übach-Palenberg eröffnet. Erwachsene können dort an elf Fitnessgeräten wie „Ski-Stepper“ oder „Rudermaschine“ ihre körperlichen Fähigkeiten trainieren. Ein Spielplatz für Kinder, ein „Fietscafé“ und eine Bike-Werkstatt für die Radler, die die Grünroute oder den Radfernwanderweg durch das Wurmatal befahren, runden das Angebot ganz in der Nähe der StädteRegion Aachen ab.



Aachen-Südstraße

In Aachen gibt es seit Juni 2010 den „Sportparcours“ der Firma Lappset. Er liegt versteckt im Innenhof der ehemaligen Werkkunstschule in der Südstraße, kein Hinweisschild verweist auf die



Anlage. Steht man vor dieser „Mehrgenerationenstation“, ist man zunächst ratlos: Was soll man hier tun? Im Gegensatz zu Kindern, die gern Dinge einfach mal ausprobieren, fällt dies Erwachsenen naturgemäß schwerer: Wer hat schon Lust, sich dabei vielleicht „lächerlich“ zu machen? Bleibt also nur das Nachschauen auf der großen Tafel neben dem Gerät. Hier findet sich der Hinweis, dass man den Parcours möglichst als „Rundlauf“ im Ganzen absolvieren soll, und auch die einzelnen Stationen, insgesamt 15 an der Zahl, werden erläutert. An bzw. auf dem Wellenbalken, dem Netzboden, dem Schlangenrohr, dem Wackelhocker und den anderen Geräten geht es vor allem

Wir nehmen uns Zeit für Sie



Avenitas

PFLEGEDIENST

Jutta Gindorff • Pützdrisch 7 • 52072 Aachen

**Beraten
Helfen
Pflegen**

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



Aachen-Südstraße



Aachen-Südstraße



Aachen-Südstraße

um Gleichgewicht und Geschicklichkeit. Aber sich das alles vor den Übungen durchlesen, dazu hat wahrscheinlich kaum jemand Lust. Also sind es vorwiegend Kinder vom benachbar-

In Park am Schloss Schönau in Aachen-Richterich ist gerade auf Initiative der dortigen Bezirksvertretung ein „Fitnessparcours für Jedermann“ entstanden. Er besteht aus einer Boulebahn

Auch im Burgpark Setterich in Baesweiler gibt es einen sogenannten „Fitnessplatz für alle Altersgruppen“. Der Parcours der Firma „playfit“, die uns freundlicherweise die auf der Seite 24



Aachen-Richterich

ten Spielplatz, dem Kindergarten und der naheliegenden Schule, die den Parcours ohne Anleitung auf ihre Weise nutzen. Hier stellt sich schon die Frage, ob der Standort für eine solche Trainingsstation richtig gewählt ist. Wäre nicht etwa ein Park, wie der bei Älteren sehr beliebte Hangeweiher, viel erfolgversprechender? Vielleicht kann, wie in anderen Städten auch, ein begleitendes Angebot durch Vereine oder Freizeitgruppen, ältere Menschen an das sicherlich sinnvolle Training in diesem Parcours heranzuführen.



und sechs Sportgeräten. Ob und wie er von den Anwohnern angenommen werden wird, muss sich noch erweisen.

unten zu sehenden Fotos zur Verfügung gestellt hat, soll auf einfache und spielerische Weise Kreislauf, Beweglichkeit und Koordination stärken, Kontaktmöglichkeiten schaffen und so gezielt die Selbständigkeit und Lebensfreude älterer Menschen fördern.



Günal Günal

Quelle: wikipedia.de, zukunft-finden.de
Fotos: playfit GmbH, Saisu GmbH, wikipedia.de
Fotos aus Aachen: G. Günal

Familie Heinig

**Die grüne Oase
mitten in Aachen**

**Café Restaurant
Hangeweier**

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

www.hangeweier.de



Unser Seniorenzentrum liegt in Mariadorf, einem Stadtteil von Alsdorf. Es schließt unmittelbar am Südpark von Mariadorf an und ist umgeben von wunderschönem alten Baumbestand. Zentral gelegen sind nahegelegene Einkaufsmöglichkeiten in wenigen Gehminuten leicht erreichbar. Die gegenüberliegende Bushaltestelle bietet eine gute Anbindung an andere Stadtteile sowie an die Kreisstadt Aachen.



Seniorenzentrum Alsdorf GmbH
 Eschweilerstraße 2 • 52477 Alsdorf
 Tel.: (02404) 55 130 - 0
 Fax: (02404) 55 130 - 199
 www.stellavitalis-alsdorf.de



Alle 90 Zimmer verfügen über einen Fernsehanschluss, ein Telefon sowie eine Rufanlage. Die Zimmer können mit eigenen vertrauten Kleinmöbeln und persönlichen Gegenständen gerne selbst gestaltet werden. Die ganzheitliche, aktivierende Pflege und Betreuung von Menschen aller Pflegestufen bieten wir in vollstationärer Form an. Ebenso steht eine kleine Anzahl Kurzzeitpflegeplätze zur Verfügung, die in den bestehenden Wohnbereichen eingestreut sind. Wir arbeiten in festen Teams, die aus unterschiedlichen Professionen zusammengesetzt sind und konzentrieren uns auf die Bezugspflege. Der Soziale Dienst organisiert nach einem speziellen Konzept bewohnerorientierte Aktivitäten unterschiedlichster Art.

In seinen Gruppen- und Einzelangeboten sowie bei Festen und Ausflügen steht das bedürfnisorientierte soziale Leben unserer Bewohner im Vordergrund. Unsere Küche bietet ein umfangreiches und schmackhaftes Essen an. Dabei werden Ihnen zwei Menüs zur Auswahl angeboten. Mineralwasser und Säfte stehen selbstverständlich kostenlos zur Verfügung. Unsere Cafeteria ist täglich geöffnet und verfügt über ein ansprechendes Speisen-, Getränke- sowie Kuchen- und Tortenangebot. Sie lädt nicht nur unsere Bewohner zum angenehmen Verweilen ein, sondern auch die interessierte Öffentlichkeit. Die hauseigene Wäscherei reinigt Ihre Wäsche und bringt sie anschließend zu Ihnen ins Zimmer.

Der Friseursalon verfügt über eine sehr persönliche Atmosphäre und ist für Sie regelmäßig geöffnet. Die medizinische Fußpflege wird regelmäßig im Haus angeboten und durch einen mobilen Dienst vor Ort geleistet.

Wir bieten Ihnen einen aktiven und sorgenfreien Lebensabend. Unsere Leistungen im Überblick: Sie wohnen in einem freundlich eingerichteten Einzelzimmer mit Dusche und WC. Sie erhalten umfassende Pflege und Betreuung. Sie können unterschiedliche Freizeitangebote annehmen und regelmäßige Veranstaltungen und Feste besuchen. Sie werden aus der hauseigenen Küche verpflegt. Sie erhalten kompletten Wäscheservice.



Ansprechpartner:



Claudia Schmidt
 Einrichtungsleitung



Elisabeth Esser
 Ltd. Pflegefachkraft

Besuchen Sie uns... Wir freuen uns auf Sie!

DIE ÜBERRASCHUNG

„Ich habe ihn im Wald begraben, du Schlawiner.“ Als Paul die Mitteilung las, grinste er. Da hatte sein Hund doch noch ein würdiges Begräbnis bekommen.

Peter schlenderte durch den Aachener Bahnhof. Es sollte so aussehen, als warte er auf jemand und das war auch so. Er wartete nicht auf eine bestimmte Person, sondern auf eine Person, die ihren Koffer in einem der Schließfächer unterbringen würde. Er würde einige Zeit vergehen lassen und sich diesen Koffer aneignen, um seinen Inhalt zu Geld zu machen. Peter hatte lange an Schlössern verschiedener Machart geübt, um sie ohne Schlüssel zu öffnen, hatte sich selbst Werkzeuge hergestellt und jetzt konnte ihm kaum noch ein Schloss widerstehen. Kofferschlösser waren eine Kleinigkeit, damit hatte er noch nie Probleme gehabt.



Bild: Claudia Hautmann/pixelio.de

Eben war der Zug von Frankfurt eingelaufen. Peter sah einen Herrn vom Ende des Bahnhofs auf sich zu kommen, der einen Metallkoffer vor sich her schob. Peter sah die zusätzlich eingearbeiteten Metallbänder, die dem Koffer ein stabiles, solides Aussehen gaben. Der Herr brachte das Prachtstück zu den Schließfächern und schob ihn in ein großes Fach am Ende des Raumes. Peter hatte mit einem Blick um die Ecke genug gesehen.

Paul, der Besucher aus Frankfurt, stieg in ein Taxi. Er fühlte sich nicht ganz wohl. Als er gestern Abend von der Bank nach Hause kam, lag sein Hund in seinem Korb und war tot. Er hatte sich gewundert, dass er nicht an der Tür begrüßt wurde. Sein Boxer Hasso war nur 10 Jahre alt geworden.

Paul überlegte, was er tun könnte. Das Tier irgendwo im Park ablegen oder dort vergraben? Er sah die Überschrift in der Bildzeitung: Bankprokurist bei dem Versuch erwischt, seinen toten Hund im Park verschwinden zu lassen. Nein, das war keine Lösung. Er wollte morgen seine Freunde Angelika und Werner in Aachen besuchen und die wussten, dass er seinen Hund mitbringen würde. Aber einen toten Hund?

Angelika hatte ihm freudig erzählt, dass zu ihrem neuen Haus ein Garten

gehöre. Warum sollte sein Hasso da keinen Platz finden?

Er packte den Hund in den Koffer, der jetzt im Schließfach stand.

Paul hoffte während der Fahrt, dass Angelika und Werner mit seiner Idee einverstanden wären.

Paul hatte Verständnis gefunden. Warum sollte der Hund nicht im Garten begraben werden? Nach dem Essen fuhr er zurück zum Bahnhof.

Als er in den Tresorraum ging, sah er, dass sich ein Mann an seinem Schließfach zu schaffen machte, die Tür öffnete und den Koffer heraus zog. Paul blieb sofort stehen, ging zurück, verließ den Bahnhof und setzte sich auf die neue Bank. An eine solche Lösung seines Problems hatte er noch nicht gedacht.

Peter, geübt in seinen Hantierungen, hatte festgestellt, dass der Koffer recht schwer war, rollte ihn aus dem Bahnhof hinaus, sah sich um und ging weiter zur Landeszentralbank, an deren Hintereingang er sein Auto abgestellt hatte.

Hatte der Besitzer des Koffers auf der Bank gegessen?

Peter fuhr zur Oppenhoffallee. Er wohnte in einem Altbau im zweiten Stock.

Seine Beute schleppte er nach oben.

Er hatte einige Vorstellungen von dem, was der Koffer enthalten könnte. Herren mit diesem Aussehen haben immer ein Notebook dabei, teure Schuhe und Anzüge. Der Erlös würde sich lohnen, seine Miete war fällig.

Mit ein paar Handgriffen hatte Peter die Schlösser geöffnet. Vorsichtig hob er den Deckel, sah die Decke und darin den toten Boxer. Er erschrak, warf den Deckel zu, hob ihn wieder hoch: kein Zweifel, er hatte einen toten Hund geklaut.



Erwin Bausdorf

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

Rundum gut versorgt!

Nahrungsergänzung

Medizinische Kosmetik

Hochdosierte Vitamine & Mineralien

Cholesterin- & Blutzuckeruntersuchung

Lieferservice

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

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

Öffnungszeiten:

Mo. – Sa. 08.30 – 13.00 Uhr &

Mo. – Fr. 15.00 – 18.30 Uhr

Scheußlicher, verregneter Sonntag!



Sonntage mochte sie von jeher überhaupt nicht. Verregnete Sonntage gar ließen sie hineinstürzen in eine gefräßige, alles verschlingende Langeweile. So auch am heutigen verregneten Sonntag!

Aus Gemäuer, Wänden, Ritzen, Fugen und kleinsten Unebenheiten kroch sie hervor, die Langeweile, zog sich hoch an ihrem Rücken, ihrem Hals und lag sodann schwer und bleiern auf ihren Atemwegen, so dass die Luft nur noch rasselnd entweichen konnte. Uralte Bilder stiegen in ihr hoch, hüllten sie ein in einen milchigen Nebel, bedrängten klebrig ihr Gemüt: Wiederholungen, Monotonie, Bratenduft und Bohnerwachs, Heilige Messe, mahnende Worte, wieder und wieder - Sonntag!

Spontan sprang sie hoch, zog die Kapuze ihres Anoraks über, begab sich raschen Schrittes in Richtung Wald.

Sehr bald erreichte sie den wundersamen Teppich, diesen Teppich gewebt aus winzigen Tannennadeln, modrigen



Bild: Bodo Schmitt/pixelio.de

Blättern, kleinen Larven und vielen, vielen Jahren. Er dämpfte das Geräusch ihrer Schritte. Nur hin und wieder zuckte sie leicht zusammen, wenn kleine Äste unter ihren Schuhen zerbrachen.

Am Waldrain grüßten sie bemooste Steine; die hohen Tannen schützten sie, hielten die dicken Regentropfen von ihr fern. Nur ein melodisches Rauschen erreichte sie, sanft, so sanft. Zu ihren Füßen summte, brummte das Volk der unzähligen Insekten. Ein verirrter Falter mit zweigeteilten Flügeln schaukelte an ihr vorüber. Käfer, grüngolden und bronzefarben, kreuzten ihren Weg. Bei einem Ameisenhügel verharrte sie. Ameisen schleppten, schafften ihre kleinen Eier in geschäftigem Treiben hin und her und her und hin. Wie sehr ähnelten sie doch in ihrer Betriebsamkeit dem Gewühle in großen Städten. Der schwere, pilzige Modergeruch mahnte an Vergänglichkeit. Die lautvolle Stille der ungewohnten Ruhe und der harzige Duft der Bäume umgaben sie und wirkten wohltuend. Ihre Gedanken wurden ruhiger. Die Zeit stand still und eine Sehnsucht, so seltsam, unbenennbar, ergriff sie.

Ja, heute gehörte ihr dieser wundersame Wald einmal ganz alleine. Niemand störte ihre Zwiesprache, Zwiesprache mit Bäumen, den Tieren, Blüten, Pflanzen und Steinen. Hier ist der Grund auf den in dunklen Nächten Sternschnuppen fallen, der Grund aus dem einst

Märchen und Mythen entstanden. Hier ist der Tisch stets reich gedeckt für kleine und kleinste Lebewesen. Jedoch hier ist auch der Grund über den Kriege, Angst und Not einst hinwegrasten. Er bedeckt nun beides, das Böse gleichermaßen wie das Gute.

In den Wipfeln wisperten die jungen Vögel. Vogeleltern flogen hurtig, das Futter herbeizuholen für die Nachkommenschaft. Regenwürmer und Nacktschnecken machten sich auf zu unbekanntem Zielen. Üppiger, gezackter Farn und großblättrige Pflanzen hingen schwer und tropfnass am Wegesrand. Zärtlich tasteten ihre Augen und Hände darüber, glitten nun entlang der dampfenden Baumrinde, die von einigen vorwitzigen Sonnenstrahlen erwärmt wurde.

Auch sie machte sich nun auf, mit einer Regung der Dankbarkeit, diesen Sonntag heim zu tragen!

Karin Peters



Wohlfühlen (wie) zuhause



KOMPETENTE HILFE BEI PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT & DEMENZ:

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

weitere Informationen:

Tel.: 0241 – 51 44 95

www.fauna-aachen.de

EHRENAMT TROTZ HANDICAP

Anfang April fand im Stadtgebiet Aachen das Großreinemachen statt. Gruppen und Einzelpersonen waren aufgerufen, in ihrem Umfeld den Unrat zu entfernen, den ihre Mitmenschen unachtsam oder auch ganz bewusst in der Gegend verstreut hatten. Die Eisenbahnfreunde in Aachen-Walheim wurden hierbei tatkräftig von einer Gruppe psychisch Behinderter unterstützt. Doch diese Gruppe war nicht nur an diesem Tag eifrig, sondern ist bereits seit Jahren das ganze Jahr über im ehrenamtlichen Einsatz.

Jeden Dienstag und Donnerstag zwischen 10 und 12 Uhr kann man im Aachener Stadtteil Walheim auf den kleinen Trupp von Menschen treffen, die mit Arbeitshandschuhen, Greifzangen an langen Stöcken, Müllbeuteln, Besen und einer Schubkarre „bewaffnet“ sind und jedem noch so kleinen Papierschnitzel oder Zigarettenstummel zu Leibe rücken. Es handelt sich hierbei um Bewohner des Hauses Augustinus und Betreute aus anderen Einrichtungen des Alexianerkrankenhauses Aachen.

„WEGEPROJEKT“ HILFT, DEN TAG ZU STRUKTURIEREN

Die Projektleiterin, Marion Loos, erklärt hierzu: „Unsere Einrichtung ist im Jahr 2003 in Walheim sehr gut aufgenommen worden seitens der Bevölkerung. Es gab keinerlei Probleme, und so kam die Überlegung, was wir denn für die Gemeinde tun können. Der Bezirksbürgermeister, Herr Büchel, machte daraufhin den Vorschlag, das Stück Gehweg und die Grünfläche entlang der Vennbahntrasse sauber zu halten. So gehen unsere Leute zwei Mal in der Woche dort entlang, sammeln Müll auf, leeren Abfallbehälter und haben auch schon ein Mal Sträucher beschnitten. Dabei finden sie hin und wieder



Pfandflaschen. Auch werden Ihnen von zufriedenen Anwohnern schon mal kleine Geldbeträge oder sonstige Aufmerksamkeiten zugesteckt. Besonders freuen sich die Teilnehmer über jedes freundliche Wort und lobende, anerkennende Worte der Bevölkerung.“

Die Gruppe setzt sich zusammen aus einem Betreuer, zwei Klienten aus dem Haus Augustinus und weiteren Teilnehmern im Rahmen von „tagesstrukturierenden Maßnahmen“. Daraus hat sich entwickelt, dass nun auch der gegenüberliegende Marktplatz neben dem Jakob-Büchel-Haus reingehalten wird. Darüber hinaus haben die Pfarren St. Anna Walheim und Maria

Schmerzhaftes Mutter Hahn die Gruppe engagiert, einmal im Monat rund um Kirche, Pfarrheim und Kindergarten die Wege sauber zu halten.

TEILNEHMER ERHALTEN LOB AUS DER BEVÖLKERUNG

„Gerade für unseren Personenkreis, die psychisch Kranken und Behinderten, ist es besonders wichtig, eine Aufgabe und das Gefühl zu haben, gebraucht zu werden“, erklärt Marion Loos und der Betreuer der Gruppe, Marian Smuczynski, ergänzt: „Die Teilnehmer sind an den Tagen, an denen sie unterwegs waren, viel besser drauf, als wenn sie nur im Haus waren. Deshalb versuchen wir, bei jedem Wetter unterwegs zu sein. Nur bei Eis und Schnee geht es wegen der Unfallgefahr nicht.“ Den Teilnehmern macht ihre ehrenamtliche Tätigkeit viel Spaß, wenn sie auch der Anleitung und Beaufsichtigung durch den Betreuer bedürfen. Sie sind je nach Temperament und Art und Schwere der Behinderung mit Eifer bei der Sache und freuen sich über den Erfolg ihrer Arbeit. Besonders freuen sie sich über jedes Lob und die Anerkennung der Anwohner. So erklärt Elli Brammertz, die der Gruppe bei ihren täglichen Rundgängen durch den Ort begegnet: „Ich finde das Engagement dieser Leute ganz toll und spreche immer ein lobendes Wort aus. Ich denke, das haben sie für ihren Einsatz verdient.“ Eberhard Büchel, Bezirksbürgermeister für Kornelimünster-Walheim freut sich ebenfalls über die Aktivitäten, die „unseren Ort ein Stück lebens- und lebenswerter machen“.

Text und Fotos:
Josef Römer



GESCHICHTSVEREIN BAESWEILER

Mit einem Tag des offenen Archivs hat der Baesweiler Geschichtsverein kürzlich seine neuen Räumlichkeiten eröffnet. An der Alexanderstraße 14 haben die engagierten Vereinsmitglieder ein neues Zuhause gefunden. Vorsitzender der momentan 291 Mitglieder ist Alexander Lohe. Der zweite Vorsitzende und Geschäftsführer Klaus Peschke gibt Auskunft über die Entwicklung und die Aktivitäten des Vereins.



Herr Peschke, was leistet der Verein?

Seit seiner Gründung 2002 hat der Geschichtsverein 291 Mitglieder gewonnen. Wir geben vierteljährlich ein Mitteilungsblatt heraus, in dem kurze geschichtliche Abhandlungen verschiedener Autoren neue heimatgeschichtliche Forschungsergebnisse darlegen. Erstmals ist im März 2010 die erste Ausgabe unserer Schriftenreihe erfolgt. Eine sehr große und aktive Arbeitsgruppe Familienforschung hat sich inzwischen zusammengefunden. Weitere Arbeitsgruppen werden sich bilden.

Wie kam es zur Eröffnung des neuen Archivs?

Das bisherige Archiv in der Grundschule Beggendorf bestand lediglich aus einem Abstellraum und war damit nur ein Notbehelf. An der Alexanderstraße 14, in-

mitten der alten Settericher Bergbausiedlung von 1920, haben wir nun ein eigenes großes Archiv eingerichtet. Jetzt haben wir endlich Platz, unsere Bestände zu zeigen. Was uns die Leute alles aus Nachlässen und Kellern bringen, war bisher beim Vorstand gelagert. In unserem neuen Vereinsheim können Bürger Fragen zur Familiengeschichte klären, Informationen zur Regionalgeschichte erhalten oder selbst als Heimatforscher tätig werden.

Womit beschäftigt sich der Verein derzeit?

Besonders herausragend in der Geschichte unserer Stadt ist natürlich die Grube Carl Alexander, der unser besonderes Augenmerk gilt. Eine Sonderausstellung zum 100-jährigen Geburtstag der Grube ist bereits erfolgt, demnächst sollen noch Zeitzeugen zu Wort kommen und weitere Materialien gesammelt werden. Wolfgang Backhaus hat eine Ausstellung zur 90-jährigen Geschichte der alten Settericher Bergbausiedlung von 1920 für uns erstellt. Sascha Kochs ist passionierter Ahnenforscher und hilft interessierten Bürgern bei der Familienforschung. Der ehrenamtliche Bodendenkmalpfleger Alexander Plum zeigte Fundstücke aus dem Baesweiler Boden. In der mehr als 800-jährigen Geschichte von Baesweiler hat sich da so einiges zusammengefunden, auch weil Baesweiler an der Römerstraße „via belgica“ liegt.

Was sind weitere aktuelle Themen?

Auch zu den Themen „Kriegsgefangene und Zwangsarbeiter in Baesweiler“ soll



einiges aufgearbeitet werden. „Man sollte bei der Arbeit an der Heimatgeschichte auch den Blick über den Tellerrand und die Einordnung in einen größeren Zusammenhang nicht vergessen“, mahnte Lohe. Dem Verein liegt auch die Förderung des Nachwuchses am Herzen, deshalb strebt man eine Zusammenarbeit mit den örtlichen Schulen an. Dafür sollen Unterrichtsmaterialien erstellt werden.

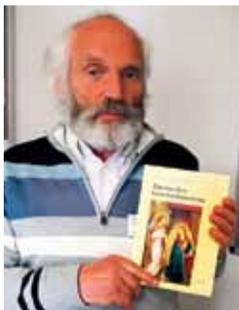
Wie können interessierte Bürger das Archiv nutzen?

Wir helfen z.B. willigen Ahnenforschern bei der Erstellung ihres Familienstammbaums. Demnächst möchten wir dafür einen regelmäßigen Treff einrichten, damit die Leute auf unsere Datenbank zurückgreifen können.

Der Geschichtsverein Baesweiler lädt Interessierte nach Terminabsprache in sein neues Archiv an der Alexanderstraße 14 ein. Wer zur Erfassung der Bilder, Dokumente, Bücher im neuen Archiv mitarbeiten möchte, meldet sich bitte bei Klaus Peschke unter Tel.: 02401 / 35 68.

Jeden dritten Donnerstag im Monat trifft sich der Arbeitskreis Familienforschung. Informationen gibt es bei Klaus Peschke und unter www.geschichtsverein-baesweiler.de.

Am Mittwoch, dem 4. Mai, um 19.30 Uhr findet das 25. Treffen von Zeitzeugen und Zuhörern im „Erzähl-Cafe Weindiele, Alt-Baesweiler“ an der Maarstr. 12 statt. Das Jubiläumstreffen beschäftigt sich mit dem Thema „Entwicklung des Handwerks, der Werkzeuge und Maschinen: Hausbau von den Erdarbeiten bis zum Innenausbau“. Anmeldung bei Willi Johnen, Tel.: 02401 / 50 41.



WER IST ER?

Klaus Peschke (67) war Mathe- und Physik-lehrer, Leiter der Volkshochschule Nordkreis und ist seit zwei Jahren im Ruhestand. Momen-

tan ist er der zweite Vorsitzende und Geschäftsführer des Baesweiler Geschichtsvereins. Darüber hinaus ist er gerne sportlich aktiv und lernt Niederländisch. Für den Geschichtsverein gibt er eine Schriftenreihe heraus, die sich mit wissenswerten Themen der Baesweiler Historie beschäftigt. Die nächste Ausgabe erscheint im November und thematisiert unter anderem den Kirchenschatz von Loverich.

Nina Krüsmann



egoistisches Handeln	Intern. Standardbuchnummer (Abk.)	ugs.: Lauferei	persönl. Fürwort, 3. Person Singular	Werkzeug für Handarbeiten	▼	Grazie, Liebreiz	Laden-, Schanktisch	▼	blaue Farbe des Himmels	Teil des Mittelmeers	Verständnis	▼	Campingbehausung	Kose-name der Großmutter	Genick	Abk.: Ankunft
▶	▼	▼	▼	▼			▼		Staat der USA	▶			▼	▼	▼	▼
Zauberwort in „1001 Nacht“	▶					kugel-, kreisförmig	▶				russisch: Memel	▶				
Abk.: Betriebsrat	▶		Milchorgan bei Tieren	▶					Metallfaden		profilloser Rennreifen	▶				
▶						nicht günstig		Schonkost	▶				starke Zuneigung			Monatsname
landw. Arbeiter (veralt.)	technisches Gerät		männl. Vorname		lat.: Erde	▶					wohlhabend		poln. Schriftsteller † 2006	▶		▼
pflanzen, kultivieren	▶		▼					Sumpfvogel, Teichhuhn		Netzhaut des Auges	▶					
▶					kehren		deutsches Mittelgebirge	▶					Briefversand per Computer		Krankheitskeim	▼
Sportsprache: Tempo		Sachvortrag	▶							Halstuch		männliches Schwein	▶			
▶							nordamerikanisches Wildrind	▶	Körperempfindung	▶						
Lederhandwerker		männliche Katze	▼	Nord-europäer		dünn gewalztes Metall	▶					Operettenkomponist † 1948		schaudererregend		Merkmal der Antiquaschriften
Hochschule	▶								Stimm-lage		römischer Grenz-wall	▶				▼
▶						in die Höhe bewegen		Segel-ausrüstung	▶							
Ko-sakenführer	Op-timum		Salzsee in der Kaspischen Senke		Tischler-werkzeug	▶					die Sonne betref-fend		griech. Göttin des Todes-schicksals	▶		
auf-hören	▶							Vorname der Schau-spielerin Griffith	▶		afrik. Gesell-schafts-reise	▶				
▶					Vorname Fords (früh. US-Präs.) †		Kraft-maschine im Kfz	▶					dänische Nordsee-insel		Insel-staat der USA	▼
Produkt der Auster		Über-bleibsel		Leicht-athlet	▶					große Anzahl		Huf-krankheit	▶			
feucht-heiße Erdzone	▶	▼					betrieb-sam, agil		aromat. Gewürz/ Heil-pflanze	▶						
Frage-wort (4. Fall)	▶			persönl. Fürwort, 1. Person Plural		über-mäßig schneller Fahrer	▶					Hoch-schule (Kurz-wort)		Deutscher Fußball-meister 2002 (Abk.)		Ausruf: hoppla!
Lebens-mittel (Mz.)	▶								Abk.: Nummer		Gebäude-veränderung	▶				▼
▶						malai. Baumwoll-gewebe	▶						Abk.: very im-portant person	▶		
Richter-spruch		rote Garten-frucht	▶								Schnee-leopard	▶				

Getreideart, Dinkel	▼	Abk.: Fragebogen	Abk.: ohne Obligo	erster künstl. Erdsatellit	eigenartig, kurios	▼	Riechorgan	engl.: tschüss!	▼	Verwandter	natürlicher Brennstoff	▼	südamerik. Grassteppe	▼	Abk.: Millimeter	Epoche
Stützbalken	▶							Stadt in Japan	▶							
▶					Verkaufsstelle	▶					arktischer Seevogel	▶				
Jazzstil		Seidenstoff	Datenfunkstandard bei Handys (Abk.)	▶				gemauertes Ufer	▶	Kraftfahrzeug (Abk.)			rein, unverfälscht		Spielkartenfarbe	
▶					kleinere Religionsgemeinschaft	▶					ungelegen, unwillkommen		Vater (Kose-name)	▶		
Trumpf im Kartenspiel (frz.)		Stadt in Andalusien, Spanien	▶					schwed. Königsname		Oper von Alban Berg † 1935	▶				mit Bäumen eingefasste Straße	Persönlichkeitsbild
leer, unausgefüllt		inhaltslos		Zeichen für Neon		Kolbenge treide	▶				Hunderrasse		türk. Anisbranntwein	▶		
▶								Holzblasinstrument mit 23 Löchern		Ader Schlag	▶			Singvogel		Abk.: Inhaber
Abzählreim: ... mene muh	▶				Abk.: Halbpension			Kose name d. Großvaters	▶		europ. Staat (Landessprache)	▶				
Initialen Zolas † 1902	▶			unausgefüllt, leer	▶					weibl. Kurzname	▶			knapp, schmal	▶	
Schmetterlingslarve	▶						Abk.: französisch	▶			Nahrungsmittelabsud	▶				

Affentart	▼	Paradiesgarten	▼	Radio und TV: direkt (engl.)	Handelswaren	böse, schlimm	▼	kaufm.: tatsächl. Bestand	besonders reizvoll	Bootswettbewerb	▼	bibl. Berg	engl.: zu, nach	Internetadresse (engl. Abk.)	▼	Kw.: Arbeitsgemeinschaft
flücht. Brennstoff	▶							Nachrichtenbüro	▶							vornehm
elektr. Datenverarbeitung (Abk.)	▶			Anfangsform, Grundmodell	▶					amerik. Schauspieler (... Clooney)	▶					
Schiffahrtsstraße	▶					Trag- u. Reittier in südl. Ländern	▶	König von Israel im A. T.	▶				Leuchtdiode (engl. Abk.)	▶		
▶			Speisenzubereiter	ugs.: ein neues Jahrzehnt beginnen	▶	Europ. Atomgemeinschaft	▶							Abk.: Mehrwertsteuer	Intern. Luft- u. Raumfahrt-ausst./Abk.	
Junior (Abk.)		israel. Parlament	▶							hohe Damenschuhe (High ...)	▶	aus diesem Grund	▶			
französisch: Liebe	▶					ungebunden	▶	Schriftstück, Schriftbündel	▶	heftige Abneigung	▶			Schlag, Streich (franz.)		Hauptstadt von Lettland
Pfosten		zu Ende			Westbelgier	▶					Windstoß	frühere japanische Münze	▶			
▶					Abk.: vor allem		Krustentier	▶					engl.: Ersatzrennwagen		Abk. für einen Bibelteil	
▶				engl.: Ereignis	▶				positives Ende eines Problems	▶						
Trockengras		Halbinsel Ägyptens	▶					Mahlzeit	▶					Abk.: pharmaz. techn. Assistent	▶	



WENN MÖGLICH, BITTE WENDEN

Unsere Reisen durch Burgund planen wir nach hergebrachter Methode: Karten hervorkramen, Route so aussuchen, dass wir alle Sehenswürdigkeiten, die am Wegesrand liegen, unter Berücksichtigung der landschaftlich schönsten Strecken erreichen. Meine Frau und meine Schwester machen das prima und geben immer die Richtung und den Ort an, der angefahren werden soll. Mein Schwager und ich steuern abwechselnd das Auto. Das klappt hervorragend und wir kommen immer schnellstens an.



Wir vier machen uns früh auf den Weg nach Beaune, wie gehabt lotsen uns die Damen vorbei an wunderschönen romanischen Kirchen zielstrebig in das Zentrum der Perle von Burgund.

Nach einem herrlichen Tagesausflug treten wir die Rückreise an. Damit wir so schnell wie möglich unser Ferienhaus erreichen - alle sind recht durstig und hungrig, die Frauen wollen uns mit knusprig gegrillter Lammkeule in Burgundersoße, Prinzessböhnchen im Speckmantel und neuen Kartoffeln verwöhnen - nehmen wir die Hilfe des Navigationsgerätes in Anspruch. Der Zufall will es, dass wir uns von 2 Navis den Weg



weisen lassen können. Umso besser, denken wir, also schnell die Navis aktivieren und Carboonat, unseren Ferienort, eingeben. Ab jetzt lauschen wir nur noch den charmanten Stimmen aus den Navis. Sie sagen: „Die Route wird berechnet.“ Nr. 1 meldet: „Weg bis zum Ziel 64,5 km, Ankunftszeit 18 Uhr“, und Nr. 2: „Weg bis zum Ziel 63 km, Ankunftszeit 17:58 Uhr“. Toll diese Technik, sie sagt die Ankunftszeit auf die Minute voraus. Wenn wir gegen 18 Uhr ankommen, können wir noch die Abendsonne genießen und draußen die Lammkeule verspeisen. Zum Essen haben wir einen vorzüglichen Rebensaft aus unserem Gastland ausgesucht.

Nr. 1 ertönt: „In 300 m rechts abbiegen“, Nr. 2 vermeldet: „In 250 m links in die Rue Fromage abbiegen“. Wie können sich zwei so bezaubernde Stimmen widersprechen? Da die Rue Fromage eine schmale Straße ist, fahren wir doch erstmal lieber geradeaus und biegen rechts ab. Das liegt sicher an den Systemeinstellungen, ob „schnellste Verbindung“ oder „kürzeste Wegstrecke“. Nr. 1 meldet: „1 km geradeaus fahren“, Nr. 2: „Wenn möglich, bitte wenden.“ Wo soll man hier bitte schön wenden? Unsere Überlegungen werden unterbrochen durch Nr. 1: „Im Kreisverkehr an der 2. Ausfahrt abbiegen“, und Nr. 2: „Im Kreisverkehr an der 3. Ausfahrt abbiegen“. Wir sind ratlos - doch das Problem löst sich von selbst: An der 3. Ausfahrt staut sich der Verkehr, also folgen wir Nr. 1. Jetzt heißt es bei beiden Navis: „2 km geradeaus fahren“. Na bitte, es klappt doch! Wir warten gespannt

auf die nächste Ansage. Nr. 1 meint: „Im Kreisverkehr an der 1. Ausfahrt abbiegen“, Nr. 2 empfiehlt die 2. Ausfahrt. Von der Rückbank verkündet eine energische Stimme: „Jetzt ist aber mal Navi 2 an der Reihe!“ Nur keinen Ärger mit den Damen, sonst gibt es heute nur Butterbrote. Nr. 1 ist beleidigt und zeigt „Out of Road“ an, Nr. 2 schlägt vor: „An der nächsten Kreuzung links in die Rue Baguette und nach 200 m rechts in die Rue Vin Blanc abbiegen“ - Navi 2 kennt sich ja bestens aus!? Die Straßennamen wecken Grundbedürfnisse in uns und erinnern daran, dass wir nur gefrühstückt haben.

Die Straße wird schmaler. Links und rechts weiden auf den Feldern die typisch weißen Charolais-Rinder. Ihr Fleisch soll unheimlich schmackhaft sein. Vor meinem geistigen Auge läuft ein Burgunderbraten über die Wiese. Nach 2 km müssen wir halten, eine Herde Rindviecher kreuzt den Weg. Das dauert und leichter Zweifel kommt auf: Sind wir dahinten nicht schon mal vorbei gekommen? Also fahren wir bis zur nächsten Kreuzung und hoffen auf einen Hinweis, der uns den Weg zum heimischen (Urlaubs-)Herd weist.

Die Navis melden jetzt übereinstimmend: „Bitte 8 km geradeaus fahren. Ankunftszeit 18:30 Uhr“. Gott sei Dank! Der Magen meldet leichten Hunger und Durst. Ob wir noch draußen sitzen können? Wir müssen uns ja nicht unbedingt an die vorgegebene Geschwindigkeit halten. Die anderen Verkehrsteilnehmer haben wohl die gleichen Bedürfnisse.

Vor dem nächsten Kreisverkehr vermelden die charmanten Stimmen wieder gemeinsam: „An der 2. Ausfahrt abbiegen“. Ist das möglich, haben wir uns nicht verhört? Nur noch 35 km und gegen 18:55 Uhr werden wir die Gläser erheben! Schnell durch das Städtchen Decize und wir sind fast am Ziel.

Doch was ist das? Eine Straßenbaustelle, Umleitung nach links in einen Feldweg.



DER EINZIGE ECHTE SENIOREN-PC!



**Laptop
17"**

**Auch verfügbar als 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

Nr. 1 zeigt an: „Out of Road“, Nr. 2 empfiehlt: „Wenn möglich, bitte wenden“. Toll, wenn man die Dinger braucht, versagen sie einem den Dienst. Wo soll man hier bitteschön wenden? Wir folgen den Umleitungsschildern und erreichen nach 30 Min. auf kurvenreicher Nebenstraße den Ort La Machine. Mittlerweile hat sich die berechnete Ankunftszeit auf 19:30 Uhr verschoben. Die Laune im Wagen wird merklich schlechter, Durst und Hunger immer größer. In der Abendsonne sitzen und den Tag gemütlich ausklingen lassen ist nur noch ein Traum.

Nr. 1 empfiehlt die 3. Ausfahrt im Kreisverkehr und Nr. 2 die 1. Das darf doch nicht wahr sein! Anhalten ist unmöglich, also hinein und kreisen, Klasse, wir haben ja Vorfahrt. „Schlagt die Karte auf und sucht den Standort! Habt Ihr den Ort gefunden? - Ihr müsst die Karte auch richtig rum halten, das ist kein Schnittmuster!“, rufe ich nach hinten. Im Rückspiegel ernte ich böse Blicke. Wenn ich heute noch was Warmes im Magen haben möchte, muss ich wohl selber was brutscheln. „Nach Beaune kann nicht sein, da kommen wir doch her, wir müssen Richtung Osten oder nach Autun.“ „Kannst du mal anhalten?“ „Das ist hier unmöglich.“ Nach gefühlten 20 Runden im Kreis treffen wir völlig entnervt die Entscheidung, Richtung Autun zu fahren. Mittlerweile staut sich der Verkehr an allen Zufahrten. In der Ferne hören wir ein Martinshorn, nur schnell weg! Mit nicht mehr charmanter Stimme melden sich Nr. 1 und 2: „Trottel, sofort wenden!“ Schnell sind ihre Stimmen für immer verstummt.

Völlig ermattet kommen wir um 21:15 Uhr endlich am Ferienhaus an, 5 Min. später ist die erste Flasche entkorkt, die Stimmung bessert sich merklich. Nach der zweiten Flasche und einer köstlichen, knusprigen Lammkeule in Burgundersoße - unsere Frauen sind Gott sei Dank nicht nachtragend - können alle wieder lachen. Morgen geht es nach Dijon, aber ohne Navi!

Bernd Schümmer



Rettungsdienste retten Menschenleben. Für die einen ist ihre Arbeit ein Segen, andere fühlen sich vom Martinshorn belästigt.

Kardiologen, Neurologen und Unfallchirurgen fordern, Rettungsdienste schneller zu machen. Herz- und Hirnzellen können, wenn sie fünf bis sechs Minuten ohne ausreichende Sauerstoffzufuhr sind, Schäden erleiden. Je schneller die betroffenen Menschen in der Klinik sind, um so größer ist die Chance, dass Spätfolgen reduziert werden. Schlaganfall-Patienten sollten sofort nach dem Ereignis, spätestens in den ersten zwei Stunden, in der Spezialklinik (Stroke Unit) sein, dann lassen sich auch hier schwere Spätschäden mindern.

Leider fahren unbelehrbare Zeitgenossen mit überlauten Musikgeräuschen in ihren Autos. Das Martinshorn wird häufig überhört.

Ein wenig würde es wohl kosten, den Einsatzfahrzeugen von Feuerwehr, Rettungsdiensten und Polizei freie Bahn an den Kreuzungen zu verschaffen. Blaulicht und „Tatütata“ allein machen den Weg nicht frei, wissen die Fahrer der Einsatzfahrzeuge. Die Lösung könnte ein „Grüne-Welle-Gerät“ sein, ein satellitengestütztes Steuerungssystem der Lichtsignalanlagen. Damit lassen sich via Satellit die Ampeln vom Fahrzeug aus auf Grün frei schalten. Die Querverkehre haben dann Rot, bis das Einsatzfahrzeug die Kreuzung gequert hat. In Aachen werden ca. 35.000 Einsätze im Rettungswesen jährlich gefahren, berichtete die Feuerwehr. Weniger Unfälle mit Einsatzfahrzeugen, 20 % Zeitgewinn für die Rettungsfahrzeuge,

davon profitieren die betroffenen Patienten. Und als Nebeneffekt gibt es weniger Lärm durch das Martinshorn. Die Anwohner von Ausfallstraßen wie Adalbertsteinweg, Trierer Strasse und Vaalser Strasse könnten sich über weniger „Tatütata“ freuen.

Die SPD Senioren der Arbeitsgemeinschaft 60plus hatten dazu einen Antrag entwickelt, der von der SPD Fraktion im Rat der Stadt Aachen eingebracht wurde. Dieser wurde im Fachausschuss behandelt. In der Niederschrift war zu lesen: Ein Vertreter der CDU merkt an: „eine tolle Sache, aber zur Zeit nicht finanzierbar“.

Es gibt eine neue Sachlage. Das Rettungswesen in der StädteRegion Aachen, im Raum Eupen/Belgien und Parkstad Limburg/Niederlande könnte neu geordnet werden. Die Möglichkeit der Finanzierung eines „Green-Way-Systems“ für Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienste mit EU-Mitteln ist denkbar, wie in Frankfurt/Oder mit der polnischen Seite geschehen zu einer Zeit, als Polen noch nicht Mitglied der EU war. Es ist bekannt, dass die Herstellerfirma das System auf Leasingbasis zur Verfügung stellen kann. In Deutschland haben z.B. die Städte Stralsund und Frankfurt am Main dieses System installiert und gute Erfahrungen damit gemacht.

Mathias J. Fleu



„Et hätt noch immer jot jejang.“

www.senioren-daheim24.de

Wir vermitteln:
24h. Std. Betreuungskräfte oder Haushaltshilfen aus Polen, damit Ihre Liebsten heute und auch in naher Zukunft in Ihrem familiären Umfeld daheim 24 Stunden betreut werden können.

www.senioren-daheim24.de weitere Infos: 0241/46 365 196

Der Wenkter deäht os net mieh wieh,
vür krijje schöner Weär.
Ouch nun dreägt jeddes Täcksje Schnie,
mä, deä Schnie sehnt vür jeär.

Et es, äls lüeg wier schön an nöi
de Welt een Joddes Hank –
än wie de Eäd voll Sonn an Blöi,
sue es os Hatz voll Dank.

Es ruft aus Hecken, Bäumen und Sträuchern
nach Glück voll Ungeduld.
Die Erde, sie hat für Arm und Reich
nun Samt, Seide und Gold.

Et röft uus Hegge, Bäum an Strüüch
noe Jlöck voll Onjedold.
De Eäd, se hat för ärm an riich
nun Sammet, Si an Jold.



Der Wind ist Atem aus Kindermund
er schneidet nicht mehr, er heilt.
Es windet nur, dass sich ringsherum
der Duft schön verteilt.

Der Wenk es Oem uus Kengermonk
heä schnid net mieh, heä heilt.
Et wengt mer, datt sich alljenronk
et Rüüchens schön verdeilt.

Wo einst gestanden unser Haus,
liegt nur noch totes Gestein.
Auch da noch holt die Sonne heraus
sich Blümchen und Grünes.

Woe ens jestange hat os Huus,
litt mer noch duet Jestengs.
Ouch doe noch hoelt de Sonn eruus
sich Blömmchere an Jröngs.

Ein Schmetterling, ein Blümchen rot –
Glück ist in jedem Ding.
So mancher Lausbub ist schon froh
mit seinem Maikäfer.

En Maremott, e Blömmche rue –
Jlöck es een jeddes Dengk.
Sue mänche Dommjroef es at frueh
met singe Keäfelenk.



This Kluck (* 08.05.1901 – † 16.11.1991)
Übersetzung: Christian Graff

Der Winter tut uns nicht mehr weh,
wir kriegen schöneres Wetter.
Auch nun trägt jedes Ästchen Schnee,
aber, diesen Schnee sehen wir gerne.

Es ist, als läg wieder schön und neu
die Welt in Gottes Hand –
und wie die Erde voll Sonne und Blüte,
so ist unser Herz voll Dank.

Wie Keijser Kaal Oche fong

Ens jaget Keijser Kaal een de Ardenne,
en Rammel Hong sitt me an ouch vö Peäder renne.
Met singe Träng rijjt Karel dörch der Bösch,
än vör hön wor ene baschtije Hersch op Jöch.

Dat Dier wor siehder, dat kuuent Kaal net lijje.
Mä zapperdüss, knoscht heä, döm moß ich evvens krijje.
Si Peäd kritt nu der Spor, flüüt knappeweg dervan,
deät noch e Klüttche drop, sue jot et kann.

Een die Landau kanant sich deä Hersch jät beißer uus,
verdöit sich jau an stiekum wie en Muus.
Kaal jaloppiert dörch Pruttsch, met Schwam an Doerjeschlenger –
et jraut – me sitt vör Oue koum ene Fenger.

Heä let si Peäd allmiehlich frejje Louf,
hürt lenks ene Beär an reätherhank ene Wouf.
Si Peäd pappt met der Hof deijp ejjene Mutt,
en Wolek va Scheäfel nömmt der Oem hön futt.

Ne Wasserstroehl, döm sich de Eäd opdeät,
wor baschtig heäß – an schmaachet jar net schleäht.
Der Keijser hat sing Freud. Met Laach een et Jesech
töönkt höm, deä Booen heijlt Pempeljech.

„Oes!“, röfft heä, „och!“ – heä spruech jot Öcher Platt –
än bouet spieder heij en hiel schön Stadt.
Os Oche wor et, werklich jät ze bronke,
woe duzemoels et fis-fuul hau jestonke.



Wie Kaiser Karl Aachen fand

Einst jagte Kaiser Karl in den Ardennen,
eine Meute Hunde sieht man und auch viele Pferde rennen.
Mit seinem Gefolge reitet Karl durch den Wald,
und vor ihnen war ein ungeheuer großer Hirsch in Eile.

Das Tier war schneller, das konnte Karl nicht leiden.
Aber verflucht, murrte er, den muss ich eben mal kriegen.
Sein Pferd kriegt nun den Sporn, fliegt spornstreichs davon,
tut noch ein Brikettchen drauf, so gut es kann.

In der Landschaft kennt sich der Hirsch etwas besser aus,
verdrückt sich schnell und stiekum wie eine Maus.
Karl galoppiert durch Schlamm, mit Schwaden und Dornengeschlinge –
es graut – man sieht vor Augen kaum einen Finger.

Er lässt seinem Pferd allmählich freien Lauf,
hört links einen Bär und rechterhand einen Wolf.
Sein Pferd klebt mit dem Huf tief im Morast,
eine Wolke von Schwefel nimmt den Atem ihm weg.

Ein Wasserstrahl, dem sich die Erde auftut,
war ungeheuer heiß – und schmeckte gar nicht schlecht.
Der Kaiser hat seine Freude. Mit Lachen im Gesicht
dünkt ihm, der Quell heilt die „Pimpelgicht“.

„Oes!“, ruft er, „och!“ – er sprach gut Öcher Platt –
und baute später hier eine sehr schöne Stadt.
Unser Oche (Aachen) war es, wirklich etwas zu prahlen,
wo damals es ekelhaft-faul gestunken hatte.



Wenn ich ein Vöglein wär

Bild: Susanne Schimich/pixelio.de

Wenn ich ein Vöglein wär, oder vielmehr: wenn ich ein Vöglein gewesen wär, wär ich schon tot. Die Lebenserwartung unserer gefiederten Sänger, wie wir sie bezeichnen, ist nämlich im Vergleich zu der Zeit, die uns Menschen hier auf Erden gegeben ist, gering. Und das ganze Vogelleben ist kein reines Zuckerschlecken.

Das fängt im Frühjahr mit dem Nestbau an. Hälmchen für Hälmchen müssen die Materialien für das Nest zusammen getragen werden. Wenn dann die Eier gelegt sind, drohen viele Gefahren, Nachbars Katze lauert mordhungrig unter dem Baum, die Krähen warten nur darauf, sich von oben auf das Gelege zu stürzen.

Aber endlich ist es geschafft. Die Jungvögel sind geschlüpft. Jetzt fängt die Arbeit erst richtig an. Pausenlos werden Würmchen herbeigeschafft. Wenn ich ein Vöglein wär, käme ich gar nicht dazu, die schöne Frühlingszeit zu genießen, weil im Nest der hungrige Nachwuchs ständig die Schnäbel aufsperrt. Bei vielen Vogelarten teilen sich wenigstens Mutter und Vater die harte Arbeit. Aber hat eine Vogelmutter das Pech, dass ihr ein Kuckucksei ins Nest gelegt wird, zieht sie auch noch einen zusätzlichen Fresser groß. Apropos Fressen: Wenn ein Mensch sagt: „ich esse doch nur wie ein Vögelchen“, dann weiß er nicht, dass Vögel täglich mindestens das Fünffache ihres Gewichts an Nahrung aufnehmen müssen. Da heißt es

ständig auf Futtersuche sein. Und singen tun die lieben Vöglein auch nicht zum Vergnügen. Morgens in aller Frühe schon munter los zu zwitschern, geschieht nicht aus reiner Freude.

Denn wer am lautesten zwitschert, der bekundet erfolgreich „hier ist mein Revier, und ein anderer soll mir nur ja nicht zu nahe kommen“. Also, das wäre mir doch zu stressig, wenn ich täglich meine Wohnung verteidigen müsste. Selbst der Adler, der König der Lüfte, hat es nicht leicht. Die Welt aus der Luft zu betrachten, muss zwar herrlich sein. Aber wollte ich dieses Vergnügen so teuer bezahlen, dass ich dafür in einem Adlerhorst übernachten müsste? Hoch oben dem Wind und dem Regen ausgesetzt oder sogar dem Schnee? Oder wenn ich lieber ein Storch sein wollte, möchte ich auf dem höchsten Kamin des Ortes meine Schlafstatt haben? Das wäre mir denn doch zu unsicher, kalt und zugig.

Wenn ich allerdings kein Vöglein sein will, kann ich auch nicht zu dir fliegen. Aber muss ich denn fliegen? Ich kann die Bahn oder das Auto benutzen. Das

geht zwar langsamer, dafür aber ist die Vorfreude umso größer. Das Flugzeug könnte ich nehmen, wenn auch Fliegen nicht gerade meine Leidenschaft ist. Aber im klimatisierten Flugzeug zu sitzen ist immer noch besser, als sich den Zugvögeln anschließen zu müssen. Tagelang unterwegs sein, um in südlicheren Gefilden Nahrung und Unterschlupf zu finden, ist eine gefährvolle und kräftezehrende Angelegenheit. Ohne Essen und Trinken sind die Tiere oft tagelang unterwegs, wobei nicht die Naturgewalten, sondern der Mensch die größte Gefahr darstellt, sei es in Form der Vogelfänger, die jenseits der Alpen ihre Netze auslegen, sei es durch den regen Luftverkehr, den wir Menschen veranstalten. Also, um es auf den Punkt zu bringen, ich stimme nicht sehnsüchtig ein in das hübsche Liedchen „Wenn ich ein Vöglein wär“. Ich bleibe lieber am Boden.

Inge Gerdom



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

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 Gedenktag im Mai.



HAUS	-----	LEHRER
SAND	---	WERK
SUPPEN	-----	RAND
MUTTER	---	FALTER
ACHT	---	ZIMMER
KULTUR	-----	QUARZ
KOCH	-----	LAPPEN
FRAUEN	-----	PRAXIS
ZWERG	-----	SCHMALZ

WÖRTER SUCHEN

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

-messer,messer,messer,messer,messer,
beere,beere,beere,beere,beere,
dach,dach,dach,dach,dach,

Suchen Sie Wörter, die hinter das vorgegebene Wort passen:

- Einsatz....., Einsatz....., Einsatz....., Einsatz....., Einsatz.....,
 Rosen....., Rosen....., Rosen....., Rosen....., Rosen.....,
 Ober....., Ober....., Ober....., Ober....., Ober.....,

ZAHLEN BESTIMMEN

Sie sehen unten drei Spalten mit verschiedenfarbigen Kreisen. Hinter jedem Kreis befindet sich eine Zahl, die Sie herausfinden sollen. Welche Zahl steht also hinter dem schwarzen, weißen und grauen Kreis?

NAMEN FINDEN

Unten in dem Buchstabenfeld sind Vornamen versteckt. Sie können waagrecht, senkrecht, diagonal, vorwärts und rückwärts geschrieben sein. Wie viele können Sie finden?

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

WÜRFEL ZÄHLEN

Zunächst sieht diese Ansammlung von Würfeln ganz harmlos aus. Doch wenn man die einzelnen Würfel zählen soll, wird es schon schwieriger. Wie viele sind es?



Marion Holtorff

Für unser
Seniorenheim Haus ANNA
 suchen wir eine
exam. Alten-/Krankenpfleger/in
 oder **exam. Pflegefachkraft** für den
Tag-/Nachtdienst (m/w) (75%)

Wir bieten:

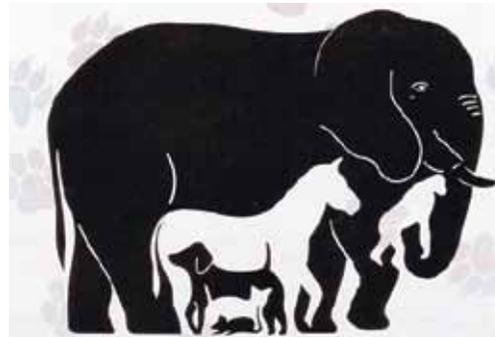
- einen interessanten Arbeitsplatz
- ein nettes engagiertes Team
- eine leistungsgerechte Vergütung

Wir freuen uns auf Ihre schriftliche Bewerbung.

**Haus Anna Senioren- und
 Seniorenpflegeheim GmbH**
 Franzstr. 36-38, 52064 Aachen
 Tel: 0241 / 470 47 01
 www.hausanna.info

TIERE ZÄHLEN

Wie viele Tiere sehen Sie? 1, 3 oder 6?



ADDITIONSQUADRAT

Wenn gleiche Symbole gleiche Zifferwerte haben, wie lautet dann die Summe der ersten Zeile? Die Zahlen sind die Summen der jeweiligen Zeilen und Spalten.

				?
				15
				18
				6
16	15	8	16	

MAGISCHES QUADRAT

Setzen Sie folgende Zahlen in das magische Quadrat, so dass eine magische Zahl waagerecht, senkrecht und diagonal herauskommt: **1, 4, 5, 8, 9, 12, 13, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 28, 29, 32.**

5			32
		8	
	1	28	
25			4

JÄGER MIT HUND

Ein Jäger macht mit seinem Jagdhund seinen Waldgang. Seine übliche Strecke ist 6 km lang. Er läuft ziemlich gleichmäßig mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 8 km/h. Der Hund läuft mal nach vorn, mal zur Seite und mal zurück. Er verweilt nie und ist immer in Aktion. Seine Durchschnittsgeschwindigkeit beträgt 16 km/h. Welche Strecke hat der Hund zurückgelegt, wenn der Mann am Ende seines Waldgangs angekommen ist?

GRUNDRECHENARTEN

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

$$\begin{array}{r} \text{T B} \times \text{T O} = \text{T B O} \\ - \quad \quad \quad : \quad \quad \quad : \\ \text{O} + \quad \text{G} = \quad \text{G} \end{array}$$

$$\text{T B} \times \quad \text{Z} = \quad \text{Z X}$$

FALSCHER ZAHLENGRUPPE

Welche der Zahlen passt nicht aus logischen Gründen zu den anderen?

Zahlenreihe: **1553; 1892; 2137; 6397; 4085; 2464; 4585; 4868; 4276.**

Hilfe: Denken Sie an die Multiplikation.

OBST UND GEMÜSE

In einem Obst- und Gemüseladen: Alle Paprikaschoten haben eine glatte Oberfläche; alle Erdbeeren sind saftig; alle Zitronen sind sauer. Manche Paprikaschoten sind grün; manche Erdbeeren sind groß; alle Zitronen sind gelb. Manche Paprikaschoten sind klein und manche Erdbeeren sind gelb. Welche der Behauptungen über eine Erdbeere lässt sich aus den obigen Aussagen ableiten:

- a) Sie ist gelb. b) Sie ist groß. c) Sie hat eine glatte Oberfläche. d) Sie ist saftig. e) Nichts von alledem.

KORREKTE RECHNUNG

Ersetzen Sie jedes Fragezeichen in dieser Addition durch eine einzelne Ziffer (ohne Null), so dass eine korrekte Rechnung entsteht.

$$\begin{array}{r} \quad \quad \quad ?? \\ + \quad \quad ? \\ \hline \quad \quad ? \end{array}$$

SUMME 14

Schreiben Sie fünf ungerade Ziffern auf, die zusammen die Zahl **14** ergeben.

Dieter H. K. Starke



Kostenlose Beratung, Betreuung, Vermittlung von „24 Std. Betreuung im eigenen Zuhause“

Betreuung Alternativ

- Motiviertes und engagiertes Personal aus Polen
- 100% Legalität und Sicherheit, keine Scheinselbstständigkeit
- Attraktives Preis- und Leistungsverhältnis, ab 46 € / Tag
- Inkl. Sozialabgaben, Steuern, Versicherungen, Reisekosten



www.betreuung-alternativ.de

Tel.: 0241 / 160 71 833 • Mobil: 0176 966 875 06 • info@betreuungs-alternativ.de



MEINE REISE IN DIE VERGANGENHEIT

Garmisch-Partenkirchen

Geboren bin ich in Garmisch-Partenkirchen. Meine Mutter machte dort Urlaub, stürzte beim Skilaufen, und ich kam viel zu früh zur Welt. Vor 72 Jahren eine ziemlich riskante Angelegenheit.

Noch heute versuche ich hin und wieder bei Ungeschicklichkeiten, meine zu frühe Geburt als Grund anzugeben. Eher ohne großen Erfolg. Als ich drei Jahre alt war, reiste meine Mutter nochmals mit mir nach Garmisch-Partenkirchen. Wollte sie mir meinen Geburtsort zeigen oder Erinnerungen auffrischen? In welcher Jahreszeit? Ich kann sie nicht mehr fragen. Als ich es noch konnte, interessierten mich Gegenwart und Zukunft.

Aus der Zeit, als ich drei Jahre alt war, tauchen die ersten nebelhaften Erinnerungen bei mir auf. Begriffe wie „Eibsee, Zugspitze, Partnachklamm“, ohne dass sich Bilder dazu gesellen.

Mit viel Geduld und Psychologie überzeuge ich meinen Mann, dass es sein großer Wunsch ist, mich an meinen Geburtsort zu begleiten. So mieten wir uns also im September 2010 in einer gemütlichen Pension in Garmisch ein.

Gleich am nächsten Tag fahren wir zum Eibsee. Ein wunderschöner Herbsttag. Blauer Himmel, stiller See, von den hohen Bergen begrenzt. Wir wandern rund um den See, mit uns viele andere Leute. Hier stand ich also schon mit drei Jahren am Ufer. Sicher sind wir nicht um den ganzen See spaziert. Das



Der Eibsee

war wohl zu weit für die kleinen Beine. - Wir sitzen zum Abschluss noch bei Kaffee und Kuchen am Seeufer. Alles sehr, sehr schön, aber keine Erinnerung zeigt sich. Ich bin ein wenig enttäuscht. Aber vermutlich ist ein Spaziergang an einem See für ein kleines Kind nicht so interessant, dass eine Erinnerung bleibt, tröste ich mich. Und um wie viele Seen bin ich in meinem Leben bereits gewandert oder mit dem Rad gefahren!

So setze ich meine Hoffnung auf den nächsten Tag, auf die Zugspitze. Wieder ein sonniger Tag. Mit der Zugspitz-



Der Eibsee von oben

bahn und der Kabinenbahn fahren wir hinauf. Als wir auf das Zugspitzplateau hinaus treten, bin ich begeistert. Viel Neuschnee, strahlende Sonne, überwältigender Blick auf die Alpen und in die Täler. Allerdings viele, viele Menschen. Es werden immer mehr. Wir laufen herum, fotografieren. Aber keine Erinnerung. - Nach einer halben Stunde verschluckt Nebel den Blick in die Täler. Die Hochfläche aber bleibt im Sonnenschein. Es ist ein so schönes Erlebnis, auf Deutschlands höchstem Berg zu stehen; und doch bin ich etwas enttäuscht. Wir gehen zur alten Münchener Hütte hinüber. Auch hier wimmelt es von Menschen. Als ich das alte hölzerne Haus sehe, macht es plötzlich „klick“. Die vielen Menschen verschwinden, Liegestühle sind zur Sonne ausgerichtet. In einem liege ich in eine Decke gehüllt,



Zugspitzplateau



Neuschnee auf der Zugspitze

neben mir meine Mutter. Ganz klar: hier war ich schon! Es war also wohl nicht Sommer, siehe Decke. So absurd es ist, ich habe das Gefühl: Wie schön, dass es mich gibt. Ich erinnere mich deutlich

an ein Stück meiner fernen Vergangenheit. Was für ein erfüllter Tag!



Alpendohlen



Haflinger mit Aussicht



Über Almen bergab

Am nächsten Tag fahren wir mit einer Gondelbahn auf den Wank. In mehreren Stunden wandern wir abwärts über Almen und durch Wald ins Tal hinunter. Wunderschön! Aber der Muskelkater am nächsten Tag ist so stark, dass ich kaum noch eine Treppe abwärts gehen kann.

Um nicht wieder bergab laufen zu müssen, beschliessen wir, durch die Partnachklamm aufwärts zu wandern bis zur Eckbaueralm, von dort mit der Gondelbahn zurück ins Tal. Zuerst jedoch bestaunen wir das Olympia-Stadion mit seinen himmelstürmenden Sprungschanzen. Und dann gehen wir in die Klamm. Die Wasser rauschen beeindruckend durch die enge Schlucht. Grandios. Es tost und braust so laut, dass man sich nur schreiend verständigen kann. Und nass ist es! Es tropft und stäubt von überall her. Manchmal geht man durch den Felsen; dann ist es ganz dunkel. Fällt an wenigen Stellen Sonne in die Klamm, bilden sich prächtige Regenbogen. Schwierig ist es, hier drinnen zu fotografieren. Ein großartiges Erlebnis, aber es ruft keine Erinnerung bei mir hervor. Schade.

Auf der Eckbaueralm kehren wir für eine Pause ein. An der Hüttenwand



Kühe auf dem Wank

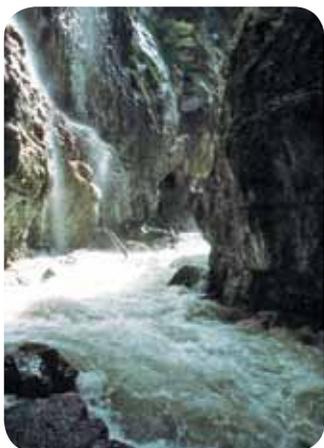
hängt ein Bild von der Partnachklamm im Winter. Vereist, verschneit, lange Eiszapfen an den Felsen. Und da ist es, das Bild im Kopf! Ein kleines Mädchen. Die Mutter will es an die Hand nehmen. Schließlich ist es nicht ungefährlich, hier zu gehen. Aber ich will die Hand nicht aus meinem wärmenden Muff nehmen, der an einer Schnur um meinen Hals hängt. Der Muff ist aus weißem Fell. Alles wird ganz klar. Es war also Winter, als ich mit drei Jahren noch einmal an meinen Geburtsort zurückkehrte.

FAZIT: So empfinde ich diese längste Reise meines Lebens als vollen Erfolg – eine Reise 69 Jahre zurück in die Vergangenheit.

Heidi Schönrock



Ein schwieriger Pfad



Partnachklamm



Wilde Wasser

ITERTALKlinik

SENIORENZENTRUM

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



Seniorenzentrum Walheim



Seniorenzentrum Roetgen (Haus 1)



Seniorenzentrum Roetgen (Haus 2)



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.

Zentrale Vermittlung:

Tel.: 02408 - 9650 - 0

Fax: 02408 - 9650 - 19

www.itertalklinik-seniorenzentrum.de
info@itertalklinik-seniorenzentrum.de

GEWISSENHAFTER UMGANG MIT ANTIBIOTIKA

Antibiotika sind von dem Bakteriologen Alexander Fleming 1928 zufällig entdeckt worden. Er beobachtete, dass Bakterien durch den Pilz „penicillium notatum“ abgetötet wurden. In Deutschland führte die Firma Grünenthal „Penicillin“ 1948 als erster Hersteller ein.

In unserem Körper wimmelt es nur so von Bakterien, von denen jedoch nur eine kleine Zahl für den Menschen krankheitserregend (pathogen) ist, z.B. Salmonellen, Eiterbakterien wie Staphylokokken und Streptokokken, Coli-Bakterien. Ein intaktes Immunsystem hält krankmachende Bakterien in Schach. Gefährlich wird es nur, wenn unser Abwehrmechanismus durch massives Eindringen von Bakterien überfordert wird.

Infektionskrankheiten stellen nach wie vor eine Bedrohung für die Gesundheit dar. Immer häufiger ist zu beobachten, dass viele Erreger Resistenzen gegen bestimmte Antibiotika entwickelt haben, d.h. die Medikamente bleiben wirkungslos!



Kardinalfehler sind:

1. Zu frühes Absetzen des Antibiotikums: Die Symptome der Krankheit sind verschwunden, die Bakterien aber noch nicht vollständig abgetötet. Die Packung wird nicht aufgebraucht!
2. Zu geringe Dosierung im Verhältnis zum Körpergewicht!
3. Einsatz von Antibiotika bei virusbedingten Erkrankungen, z.B. voreilige Gabe bei Husten, Schnupfen und Halsschmerzen.

Richtige Einnahme: Fast alle Antibiotika (außer Ester) werden nüchtern eingenommen, um eine schnelle Wirkung zu erzielen. Wichtig ist die regelmäßige Einnahme und die Dauer.

Vorsicht: Auf Grund der veränderten Darmflora ist die Wirkung der Verhütungsspielle nicht gesichert!

Antibiotika trotz Durchfall weiter einnehmen, erst bei anhaltenden Diarrhöen Arzt konsultieren!

Unser Immunsystem erlahmt, wenn wir bei jedem Infekt auf die Hilfe der Antibiotika zurückgreifen wollen. Fördern und fordern wir unser Abwehrsystem, damit wir nicht ganz in die Abhängigkeit der Arzneimittelleinnahme geraten. Lassen Sie den Arzt verantwortlich entscheiden, wann der therapeutische Einsatz des Antibiotikums sinnvoll ist.

Hartmut Kleis

Apotheker



“VISITATIS-TAGESPFLEGE”

IM ROSENPARC 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 Tagespflegeeinrichtung, 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



HILFE BEI VERDAUUNGSBESCHWERDEN

Prof. Dr. Michael Geißler, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie und Allgemeine Innere Medizin an den Städtischen Kliniken in Esslingen a. N. (Fragen 1-6), und Dr. Andre Schumacher, niedergelassener Facharzt für Allgemeinmedizin in Düsseldorf (Frage 7-10), nehmen Stellung zum Thema „Verdauungsbeschwerden“.



Dr. Schumacher



Prof. Geißler

1. Wie läuft unsere Verdauung ab?

Die verschiedenen Verdauungsorgane haben die Aufgabe, feste und flüssige Nahrung aufzunehmen, in ihre Bestandteile zu zerlegen und dem Organismus anschließend zur Verwertung zuzuführen. Gleichzeitig kommt dem Verdauungstrakt aber auch eine wichtige Rolle bei der Abwehr von Krankheitserregern zu. Die Verdauung beginnt bereits im Mund und geht dann über Speiseröhre, Magen, Dünndarm, wo Bauchspeicheldrüse, Leber und Gallenblase ebenfalls zusätzliche Funktionen innehaben, bis zum Dickdarm.

2. Warum kommt es zu Funktionsstörungen des Magen-Darm-Systems und wie äußern sich diese?

Funktionsstörungen im Magen-/Darmbereich können vielfältige Ursachen haben. Neben psychischen Faktoren wie Stress spielen auch die Art der Ernährung (Zusammensetzung, Zubereitung), Über- und Untergewicht sowie Infektionserkrankungen, Autoimmunerkrankungen, Tumorerkrankungen, Stoffwechsel- und Hormonerkrankungen eine wichtige Rolle. Die Beschwerden sind vielfältig und reichen über Sodbrennen, Aufstoßen, Schmerzen, Blähungen, Durchfall, Verstopfung, Blutungen, Gewichtsverlust, Muskelkrämpfen bis hin zu Übelkeit und Erbrechen.

3. Welche Rolle kommt Leber und Galle beim Verdauungsprozess zu?

Die Leber produziert den Gallensaft, welcher genauso wie die Säfte der Bauchspeicheldrüse wichtige Verdauungsenzyme enthält, die im Zwölffingerdarm aktiviert werden. Sie sind insbesondere für die Verdauung von Fetten und Eiweißen notwendig. Insofern können auch Erkrankungen der Leber, die mit Funktionsstörungen einhergehen, zu relevanten Verdauungsproblemen führen.

4. Woran erkennt man, dass die Leber nicht optimal arbeitet?

Die Leber hat eine sehr ausgeprägte Fähigkeit, sich auch nach schweren Schäden wieder zu regenerieren. Oft treten bei Erkrankungen der Leber Symptome und Beschwerden erst in einem Spätstadium der Krankheit auf. Klinische Zeichen wie zunehmende Müdigkeit, Konzentrationsstörungen, Muskelschwund, Gelbfärbung von Augen, Haut und Urin sowie Entfärbung des Stuhls können wichtige Hinweise auf das Vorliegen einer Lebererkrankung sein. Leberschäden können insbesondere durch Medikamente, Alkohol, Übergewicht, Stoffwechselstörungen sowie Infektionserkrankungen mit Viren entstehen.



5. Welche Rolle spielen psychische Belastungen für die Verdauung?

Das Gehirn ist sehr eng über Nervenstränge mit dem Verdauungssystem vernetzt. Das ist der Grund dafür, warum zwischen unserer Psyche und unserem Verdauungssystem ein sehr enger Zusammenhang besteht. So kann Stress beim empfindlichen Menschen buchstäblich „auf den Magen“ schlagen. Andere Menschen bekommen bei Angst oder Aufregung Durchfall. Die Erklärung liegt in der Ausschüttung von bestimmten Botenstoffen im Gehirn, welche die Funktion des Darms beeinflussen.

6. Gibt es geschlechterspezifische Unterschiede bei Magen-Darm-Problemen?

Generell kann man sagen, dass Frauen häufiger betroffen sind als Männer.

7. Verdauungsstörungen treten mit dem Alter häufiger auf - warum?

Weil der physiologische Alterungsprozess auch den Magen-Darm-Trakt betrifft und infolgedessen manche Funktionen nicht mehr optimal erfüllt werden. Zudem macht sich bemerkbar, was jeder Einzelne seiner Verdauung im Laufe des Lebens zugemutet hat. Neben Fehlernährung spielt dabei auch die regelmäßige Einnahme von Medikamenten eine Rolle, die ja mit zunehmendem Alter oft steigt.

8. Kann man Leber und Galle durch bestimmte Verhaltensweisen entlasten und so Beschwerden vorbeugen?

Wie für alle übrigen Verdauungsorgane ist auch für Leber und Galle eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung mit einer ausreichenden Flüssigkeitszufuhr optimal. Die Reduzierung von Übergewicht wirkt sich positiv aus. Allgemeine sportliche Aktivitäten tragen zusätzlich zur Stimulation der Verdauung bei. Extremsport kann allerdings eher kontraproduktiv sein.

9. Lässt sich die Funktion der Verdauungsorgane durch bestimmte pflanzliche Arzneistoffe fördern?

Ja, weil die in pflanzlichen Arzneimitteln enthaltenen Natur- oder Bitterstoffe bestimmte Abschnitte der Verdauungskette durchaus positiv beeinflussen. So wirken Anis, Kümmel und Fenchel Blähungen entgegen, Rosmarin gilt als appetitanregend, Pfefferminz und Oregano fördern die Gallenaktivität. Ingwer, Kardamom, Muskat sowie Löwenzahn und Enzian regen die Magen- und Darmtätigkeit an.

10. Wie wirken Artischocke, Mariendistel, Kümmel und Wermutskraut auf die Verdauung?

Artischocke fördert die Fettverdauung, unterstützt somit auch eine cholesterinbewusste Ernährung und regt die Leber-Gallentätigkeit an. Mariendistel stärkt die Verdauungsfunktion der Leber und fördert die Regenerationsfähigkeit der Leberzellen, Kümmel wirkt entblähend, während Wermutskraut eine allgemein anregende Wirkung auf die Funktion der Verdauungsorgane hat.

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

		2		5	
	4				3
5					
					2
2				1	
	6		4		

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

4		2	5		
5					3
1					5
		6	4		1

EINFACH

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

MITTEL

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

SCHWER

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

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

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

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

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

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

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

DICKE LUFT

Sehr geehrte Leserinnen und Leser des Senio Magazins!

In der März-Ausgabe habe ich u.a. mit großem Interesse „Das etwas andere Gästebuch“ (Seite 37) gelesen. Dies hat mich veranlasst, aus der Kiste meiner „gesammelten Werke“ eine „anrühliche Dichtung“ hervorzukramen, mit der ich bei meinen Gästen schon seit Jahren nur positive Resonanz gefunden habe:



*„Des Nächsten Bitte:
Die Kunst, sich richtig auszudrücken,
bewirkt beim Zuhörer entzücken.
Doch wer sich hier hat ausgedrückt,
den Nächsten keineswegs entzückt,
falls er die Druckluft nicht verbannt.
Ein Zündholz, flüchtig angebrannt,
das reinigt schnell die Atmosphäre.
Was dir, o Mensch,
gereicht zur Ehre!“*

Dieser Text, möglichst schmuckvoll gerahmt, eignet sich vorzüglich zur Anbringung in Gästetoiletten, genau vis-a-vis der Sitzgelegenheit (sprich: Klo). Darunter befestigt man eine halbgeöffnete



Zündholzschachtel (natürlich mit Inhalt) zur gefälligen Bedienung.

Der Erfolg liegt zwar nicht auf der Hand, sondern in der Luft, was auf die Verbrennung der Substanzen am Zündkopf des Streichholzes zurückzuführen ist und jeder Pyrotechniker erläutern kann.

Da es sich bei dem obigen Werk um mein geistiges Eigentum handelt, erteile ich hiermit vorsorglich allen Leserinnen und Lesern die Erlaubnis, den o.a. Text auf ihren eigenen Toiletten ohne Fußnoten zu verwenden. Ich bitte deshalb, diesen Artikel, am besten aber das ganze Magazin sorgfältig aufzubewahren, damit es etwaigen Plagiatorenfahndern als Lizenz vorgelegt werden kann. Sollte diese Lizenz in Verlust geraten, so bin ich gerne bereit, gegen eine Spende in unbegrenzter Höhe zugunsten der noch einzurichtenden „Stiftung zur Unterstützung bedürftiger Plagiatoren“ eine Ersatz-Lizenz auszustellen.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Werner Kesting



KURZ NOTIERT

Das Ehepaar Breitenbach hat sich fürchterlich gestritten und jetzt reden sie nicht mehr miteinander. Beim Abendessen schiebt Herr Breitenbach seiner Frau einen Zettel zu. Darauf steht: Habe morgen einen wichtigen Termin bei der Arbeit. Bitte weck mich morgen um 7 Uhr!



Am nächsten Morgen wacht Herr Breitenbach auf und es ist schon 8:30 Uhr. Neben ihm liegt ein Zettel: Es ist 7 Uhr. Du musst jetzt aufstehen!

EHEKRACH BEI FAMILIE SCHMITZ

Die Ehegatten bewerben sich mit Geschirr. Als der Küchenschrank leer ist, nimmt sie den vollen Bierkasten. „Halt“, ruft er, „wer wird denn gleich böse werden!?“

VOR GERICHT

Der Scheidungsrichter fragt: „Zeuge, waren Sie dabei, als der Streit der Eheleute begann?“ „Jawohl, Herr Richter, ich war Trauzeuge!“

JUNGES UNGLÜCK

Gerade vier Wochen ist das junge Paar verheiratet, als die Braut bei ihrer Mutter anruft: „Wir hatten heute unseren ersten Krach.“ „Das kommt in jeder guten Ehe vor“, versucht die Mutter sie zu beruhigen. „Ja, aber ich weiß nicht wohin mit der Leiche.“



DAS VER-RÜCKTE SPIEL SEIT 25 JAHREN!

„Herr Kobbert, das wird Ihre Rente!“, soll Erwin Glonnegger gesagt haben, als er das Spiel zum ersten Mal sah. Der damalige Leiter des Spieleprogramms bei Ravensburger hatte recht. „Das verrückte Labyrinth“ von Prof. Max Kobbert wurde zum erfolgreichsten Ravensburger Familienspiel. Das einfache, aber nicht triviale Spielprinzip und die hübsche Grafik sprechen alle Altersschichten an. In diesem Jahr feiert es sein 25-jähriges Jubiläum.



VER-RÜCKTES SPIEL

Ein Raster aus 7x7 dicken Karten bildet den Plan. 16 dieser Plättchen sind fest montiert, die übrigen beweglich. Sie zeigen Mauern und Wege, so dass ein Labyrinth aus Gängen zu sehen ist. Manche Wege schlängeln sich in vielen Windungen, andere enden schnell als Sackgasse. Diese Wege sind zufällig entstanden, als der Plan ausgelegt wurde. Ein Spielzug besteht nun daraus, ein überzähliges Kärtchen von der Seite auf den Plan zu schieben. Dadurch verrücken alle Plättchen dieser Reihe und ganz neue Verbindungen tun sich auf. An der gegenüberliegenden Seite wird ein Plättchen herausdrückt, das im nächsten Zug wieder auf den Plan geschoben wird. Außer den Gängen zeigt das Labyrinth noch Schätze wie eine Krone, einen Ring oder ein Zauberbuch. Jedem Spieler wurden zu Beginn geheim sechs Schätze zugewiesen, die er einsammeln muss. Er stellt seine Figur auf den Plan und muss im Spielverlauf die Gänge im Labyrinth so verschieben, dass er mit ihr zu einem eigenen Schatz ziehen kann. Wer so nacheinander alle seine Schätze besucht hat, gewinnt. Es ist klar, dass das nicht ohne Ärger abgeht! Kaum hat man die Wege

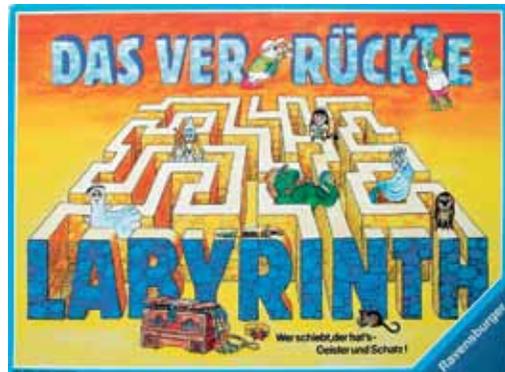
so verrückt, dass man fast bei einem Schatz ist, schieben die Gegner das Ganze wieder in eine andere Richtung.

WELTWEITER KLASSIKER

Dieses einfache, äußerst spannende Spielprinzip war ungemein erfolgreich. Rund 60 Fassungen gibt es weltweit mit einer Gesamtauflage von ca. 13 Millionen. Bereits kurz nach dem Erscheinen des Urspiels 1986 tüftelte Autor Max Kobbert an möglichen Erweiterungen und Varianten. Alleine in Deutschland sind bis heute 19 verschiedene Ausgaben erschienen. Das reicht vom kleinen „Labyrinth-Kartenspiel“ über das



einfache „Junior-Labyrinth“ für 5-Jährige bis zum 30 mal 30 Meter großen Labyrinth im Ravensburger Spieleland. Elektronisch lässt sich mit iPhone und iPad im Labyrinth auf Schatzsuche gehen. Gerade erschien eine limitierte Jubiläumsausgabe, verpackt in einer schicken Metallschachtel. Die Grafik wurde etwas aktualisiert und eine neue Spielvariante beigelegt. 1986 sah man das Einstiegsalter noch bei 8 Jahren, heute traut man es schon 7-Jährigen zu. Die witzige Grafik wurde im Laufe der Jahre behutsam dem Geschmack angepasst. Es gab auch Themenausgaben zum Film „Avatar“ oder der TV-Figur „SpongeBob“.



Erstausgabe

ERKENNTNISSE DES AUTORS

Max Kobbert, Professor für Wahrnehmungspsychologie und mit 66 Jahren mittlerweile im Ruhestand, betont, dass sein Spiel das Denken schult: „Anschauliches Denken müsste gezielt trainiert werden. Anschaulichkeit hilft beim Begreifen enorm. Es hilft sogar beim logischen Denken. Man kann ja so vieles im wahrsten Sinne des Wortes einsehen.“ Und weil das anschauliche Denken in Schulen und Universitäten gezielt zugunsten des Abstrakten unterdrückt werde, hätten unverbildete Kinder gegenüber erfahrenen Erwachsenen Vorteile im Spiel. Diese Chancengleichheit von Alt und Jung qualifiziere die „Labyrinth-Spiele“ besonders gut als Familienspiele.

Darauf angesprochen, warum gerade „Das verrückte Labyrinth“ weltweit ein so großer Erfolg sei, hat Kobbert eine interessante Antwort: „Es spricht offensichtlich ein Urbedürfnis in allen Menschen an. Ich bin überzeugt, dass es für uns Menschen nichts Schöneres gibt, als einen Weg zu finden, der unmöglich schien.“

Dank an den Ravensburger Spielverlag für das zur Verfügung gestellte Hintergrundmaterial.

Jubiläumsausgabe, für 2-4 Pers. ab 7 J., ca. 30 Min., Ravensburger, ca. 22 €



Berthold Heß



SEITE 38
GEDÄCHTNISTRAINING

BRÜCKENRÄTSEL

Haus	Musik	Lehrer
Sand	Uhr	Werk
Suppen	Teller	Rand
Mutter	Tag	Falter
Acht	Eck	Zimmer
Kultur	Rosen	Quarz
Koch	Topf	Lappen
Frauen	Arzt	Praxis
Zwerg	Gänse	Schmalz

Gesuchtes Wort: **MUTTERTAG**

WÖRTER SUCHEN

messer: Brot..., Fisch...,
Küchen..., Rasier..., Schäl...,
Obst..., Käse...

beere: Him..., Erd..., Brom...,
Heidel..., Vogel..., Holunder...,
Stachel...

dach: Sattel..., Glas..., Flach...,
Kirchen..., Kuppel..., Zelt...

Einsatz: ...leiter, ...fahrzeuge,
...gebiet, ...zentrale,
...wagen, ...befehl

Rosen: ...blatt, ...garten,
...duft, ...busch, ...hochzeit,
...holz, ...kohle

Ober: ...fläche, ...arm,
...bett, ...franken, ...kante,
...schwester, ...arzt

ZAHLEN BESTIMMEN

Ein schwarzer Kreis hat den Wert 30, ein weißer 20 und die grauen 15.

TIERE ZÄHLEN

Es sind 6 Tiere zu sehen: Elefant, Pferd, Hund, Katze, Maus und Affe.

NAMEN FINDEN

Die gesuchten Vornamen sind: Sonja, Michaela, Simone, Hans, Tanja, Lars, Esther, Markus und Tobias.

WÜRFEL ZÄHLEN

Es sind genau 50 Würfel.

SEITE 44 SUDOKU

Mini Einfach Mittel Schwer

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

SEITE 39 GRIPSGYMNASTIK

ADDITIONSQUADRAT

♩=5; ♪=4; ☀=1; ☺=6; ♠=2; ♣=16

OBST UND GEMÜSE

Richtig ist **d**), denn diese Aussage trifft für alle Erdbeeren zu.

FALSCH ZAHLENGRUPPE

Lösung: 4585, weil bei allen anderen Zahlen die beiden ersten Ziffern das Produkt der beiden letzten Ziffern sind. Beispiel: 4085: 8 x 5 = 40.

GRUNDRECHENARTEN

13 x 10 = 130; 0 + 5 = 5;
13 x 2 = 26.

3 X 6 RECHTECK

Die Summe der Zahlen in jeder Dreierkombination beträgt 29. Also ist d die richtige Lösung.

KORREKTE RECHNUNG

IV + I = V

SUMME 14

11 + 1 + 1 + 1 = 14

MAGISCHES QUADRAT

5	12	17	32
20	29	8	9
16	1	28	21
25	24	13	4

JÄGER MIT HUND

Der Jäger braucht für die Strecke 45 min. In dieser Zeit ist der Hund ständig mit einer Geschwindigkeit von 16 km/h gelaufen. Er hat also eine Strecke von 12 km zurückgelegt.

SEITE 9 BILDERRÄTSEL

- | | | | | |
|------------------|-----------------|----------------|------------------|-----------------|
| 1. = F = Aguti | 4. = E = Bilch | 7. = A = Inia | 11. = N = Kuskus | 15. = L = Skink |
| 2. = E = Axis | 5. = R = Dugong | 8. = N = Irbis | 12. = B = Makak | 16. = E = Zebu |
| 3. = U = Aye Aye | 6. = Z = Gaur | 9. = G = Koati | 13. = O = Paka | |
| | | 10. = E = Kudu | 14. = W = Schupp | |

Lösung:

FEUERZANGENBOWLE

SEITE 32-33 SCHWEDENRÄTSEL

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

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

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

Traum in Weiß gesichert.

Frau Surace erfüllte sich einen Herzenswunsch: Sie schenkte ihrer Schwiegertochter ein traumhaftes Hochzeitskleid. Dank ihrer Sparkassen-Beraterin und Deka Investmentfonds.

Jetzt sparen mit
Deka Dachfonds!

Jetzt in Ihrer

 Sparkasse
Aachen

 Deka
Investmentfonds



www.deka.de

DekaBank
Deutsche Girozentrale

 Finanzgruppe