

seni**6**Jahre magazin

FÜR DIE GENERATION 50 PLUS IN AACHEN UND UMGEBUNG

■ kostenlos

NOV./DEZ. 2013 | 66



Kaiser Karl © Helmut Hülnd - www.blickpunkt-aachen.de

Alemannia Aachen

Ein unbezahlbarer Werbeträger?

Angebot für Angehörige im Rahmen des Projekts **Leben mit Demenz:**



Vortragsabend

**„Das Herz
wird nicht
dement“**

mit dem Buchautor Dr. Udo Baer
am Mittwoch, 13. November 2013, 18 Uhr



Pflegekurs „Hilfe beim Helfen“

**Bei Bedarf mit Betreuung
der zu pflegenden
Angehörigen!**

Kursleitung: Pfarrer Theodor Maas
am Samstag, 7. Dezember 2013, 10 – 16 Uhr

Medizinisches Zentrum StädteRegion Aachen, Mauerfeldchen 25, 52146 Würselen

Die Teilnahme ist kostenlos!

Anmeldung und Information:

AOK Rheinland/Hamburg
Tel.: 0 24 02 / 1 04 - 1 25

Amt für Altenarbeit der StädteRegion Aachen
Tel.: 02 41 / 51 98 54 54

www.pflege-regio-aachen.de



www.sparkasse-aachen.de/lieferservice

Bargeld-Lieferservice:
Sie bestellen und wir liefern –
direkt zu Ihnen nach Hause.

 **Sparkasse
Aachen**

Bargeld-Lieferservice

- ☒ schnell
- ☒ sicher
- ☒ bequem



Sie benötigen Bargeld von Ihrem Girokonto, sind aber in Ihrer Mobilität eingeschränkt? Dann lassen Sie sich Ihr Geld einfach nach Hause bringen. Mit unserem Bargeld-Lieferservice geht das schnell, sicher und bequem – innerhalb von maximal zwei Tagen. Infos in Ihrer Sparkasse oder unter www.sparkasse-aachen.de/lieferservice. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

Alle guten Dinge sind drei:
1. Unser Logo auf der Titelseite dieser Ausgabe schaut ein wenig verändert aus. Anlass dafür ist das sechsjährige Bestehen des Senio Magazins in Aachen und Umgebung! Das konnten wir nur aufgrund Ihrer Mitwirkung und Unterstützung schaffen, herzlichen Dank dafür!

2. In Aachen sind Großbauprojekte derzeit sehr angesagt. In unserem Titelthema rufen wir noch einmal die Vorgänge um den neuen Tivoli in Erinnerung und fragen nach, was nach der Insolvenz der Alemannia für die Stadt und die Bürger übrigbleibt.

3. Im Namen des gesamten Senio-Teams wünsche ich

Ihnen alles Gute und vor allem frohe Weihnachtstage!



Ihr G. Günal

IMPRESSUM

Herausgeber: **FACTOR:G**
MEDIENT & IDEEN
G. Günal
Adalbertsteinweg 26
52070 Aachen
Tel.: 0241 990 78 70
Fax: 0241 990 787 44
E-Mail: post@senio-magazin.de
www.senio-magazin.de

Redaktion: Tel.: 0241 990 78 69
G. Günal, R. Steinborn, M. Holtorff,
F. Gass, N. Krüsmann, I. Gerdorn,
J. Römer, S. Tucharth, C.C. Bieling.

Grafik: A. Elfantel
Druck: Grenz-Echo / Eupen
Auflage: 13.000 Exemplare

An dieser Ausgabe haben mitgewirkt:

C. u. H. Kluck, H. Licher, K. Rieger,
J. Kühnast, H. Mais, P. J. Heuser,
W. Schönrock, B. Heß, D. Schmidt,
H. Kleis, R. H. Bremen, G. Unger,
D. H. K. Starke, M. J. Fleu, A. Kall,
H. Engelhardt, I. Lenné, C. Graff,
R. Wollgarten, E. Bausdorf,
I. Albrecht, E. Blesgen.

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

TITELTHEMA

- 24 Alemannia Aachen - ein unbezahlbarer Werbeträger?** Franz Gass

ANSICHTEN

- 4 Sammlung Crous Teil 2:**
Ein Denkmal in Wort und Bild

BEI UNS

- 5 Einführung für Ehrenamtler**
Schreibwerkstatt
Neue Homepage
Moderne Heiztechnik

SENIOREN SCHREIBEN

- 6 Der Martinszug, Ein Märchen?**
Josefine Kühnast
Heilig Abend Hajo Mais
7 Auf Kaffeefahrten Christian Graff
Josef & Josef Inge Gerdorn
10 Au Kulle, alte Zechen Folge 9:
Die fortschrittlichen Äbte von
Klosterath und ein Fässchen Sardinien
Mathias J. Fleu
11 Schlaflos um Mitternacht oder was
hilft gegen Tinnitus? Inge Gerdorn
27 Supermärkte - geheime Verführer
Peter J. Heuser
34 Schulhofgeschichten Edda Blesgen
35 Erinnerungen an Nazi- und Notzeit
Richard Wollgarten
Trauer gehört zum Leben
Klaus Rieger

KUNST & KULTUR

- 8 „Charakterköpfe & Cuba im Wandel“**
Nikolausfahrten
„meer & mehr“ Josef Römer
Andersleben
Benny Goodman-Konzert
Verbrechen in Aachen
Elias-Oratorium
Weihnachtskonzert
Chorkonzert

KUNST

- 12 Ein regionaler Ausnahmekünstler**
Karl von Monschau Nina Krüsmann

ZEITGESCHICHTE

- 16 Das Haus der Väter, Reise durch die Zeit**
Wolfgang Schönrock

STADTGESPRÄCH

- 18 Der Bunker am Lousberg**
Christine Kluck

STERNSTUNDEN

- 19 Ein Zeugnis von Menschlichkeit**
Irmgard Albrecht

BEGEGNUNGEN

- 20 Hans Muff - aus meinem Leben**
Alfred Kall

LESEZEICHEN

- 22 Bekenntnisse einer kleinen**
Schmugglerin Ingeborg Lenné

ERLEBTE GESCHICHTEN

- 23 Eine kleine Familienepisode aus der**
„R-Mark-Zeit“ René H. Bremen

WOHNBERATUNG

- 28 Barrierefreie Badgestaltung -**
Komfort für alle und zu jeder Zeit

ÖCHER PLATT

- 29 Schön je losse blive...** Hein Engelhardt
Übersetzung: Richard Wollgarten

BÜHNE FREI

- 30 Das Spiel des Lebens** Günal Günal

NACHGEFRAGT

- 31 Freundinnen der Malkunst**
Gisela Freund u. Inge Gerdorn
Erwin Bausdorf

BESONDERE ORTE

- 36 Der Heißbergfriedhof** Josef Römer

HOBBYS UND MENSCHEN

- 37 Eine originelle Schuhkollektion**
Dieter Schmidt Christine Kluck

BITTE LÄCHELN

- 38 Wir sind alle gern Zuhause im Mehr-**
oder Weniger-Generationen-Haus!

LIEBEN, LACHEN, LEBEN

- 39 Günter ist weg** Helga Licher

REISEBERICHTE

- 40 Was bleibt sind Erinnerungen**
Gisela Unger

VORBEUGUNG UND GESUNDHEIT

- 44 Leben ohne Lust und Laune**
Hartmut Kleis
Auf die Ernährung kommt es an
Behandlungsstrategien gegen
Migräne und Kopfschmerzen

GESELLSCHAFTSSPIELE

- 46 Gemütlich gespielt** Berthold Heß

UNTERHALTUNG

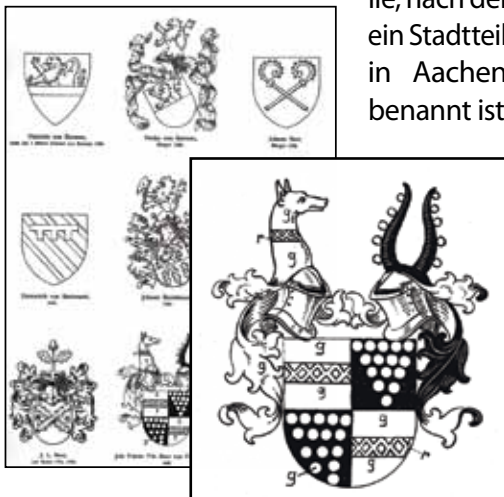
- 14 Gedächtnistraining** Marion Holtorff
15, 33 Sudoku
21 Bilderrätsel Weihnachtsdekoration
32 Gripsgymnastik Dieter H. K. Starke
42, 43 Schwedenrätsel
47 Auflösungen

Teil 2: Ein Denkmal in Wort und Bild

Was erzählt uns die Bibliothek der Sammlung Crous? Sie ist eine wissenschaftliche Sammlung von Printmedien, Druckgraphiken, Gemälden, Aquarellen und Zeichnungen sowie Fotos und Ansichtskarten. Sie ist aber auch ein Denkmal der Stadtgeschichte Aachens, ein Denkmal in Wort und Bild. In dieser Ausgabe wird der Printmedienbestand der Bibliothek, also Bücher, Zeitschriften und Zeitungen, näher vorgestellt.

Zur Geschichte der Bibliothek

Der Aachener Journalist und Sammler aus Passion, Helmut A. Crous (1913-1993) ist der Initiator dieser besonderen Sammlung. Nach dem Krieg begann er, sie zusammenzutragen, und erwarb 1948 als erstes H. F. Maccos zweibändiges Werk „Aachener Wappen und Genealogien“ von 1907/1908. Macco erforschte Wappen und Herkunft von Aachener Patrizierfamilien. Das Foto zeigt eine Seite aus Band 1, in der unten mittig das Wappen des Joh. Friedr. Frh. Baur von Frankenberg zu sehen ist, einer Familie, nach der ein Stadtteil in Aachen benannt ist.



Weiter gehörte zu den ersten Ankäufen von Helmut A. Crous eine Zeitung, welche die Krönung Karls V. 1520 in Aachen ausführlich beschreibt. Sie erschien 1521 in Augsburg.

Römischer König
licher, macht hat chron
ung zu Aich gelieben.



Auch die Rarität von 1620, die Beeck'sche Stadtchronik „Aquisgranvm siue Historica Narratio“ stellt eine Besonderheit dar. Diese Chronik befasst sich u.a. mit den Folgen der religiösen Unruhen in Aachen und wurde vom ersten Drucker in Aachen gedruckt: Heinrich Hulting.



Neben seinem Beruf als Journalist arbeitete Helmut A. Crous auch als Buchautor. So schuf er z.B. das zweibändige Werk „Aachen so wie es war“ (1971 und 1979). Als aktiver Karnevalist beim AKV war der 125. Geburtstag dieses Vereins 1984 für ihn Anlass, das Buch „Alaaf Oche en wenn et versönk, Die Fastnacht in Aachen im Lauf der Jahrhunderte“ zu verfassen. Darin setzte er dem AKV mit seinen Bemühungen um den Aachener Karneval ein Denkmal. Am 15.11.2013 wäre Helmut A. Crous 100 Jahre alt geworden. Aus diesem Anlass präsentiert die Sammlung Crous im Internationalen Zeitungsmuseum vom 15.11.2013 bis 15.01.2014 die Ausstellung „100 Jahre Helmut A. Crous“.

Aktuelles

Der Bestand von ca. 5.000 Objekten wird regelmäßig durch Zukäufe, Tausch und Schenkungen erweitert, aktuell z.B. durch die Neuerscheinung „Aachen nach 1945, Fakten und Debatten zum Wiederaufbau“, hrsg. von A. Sowa, A. Wilson u.a. Wer sich für Aachen als Kur- und Badestadt interessiert, wird fündig in der 2012 erschienenen „Geschichte der Aktiengesellschaft für Kur- und Badebetrieb der Stadt Aachen 1914 – 1933“ von J. de Assis Mendonca. In der Schriftenreihe der Sammlung ist im September das Buch „Ungebautes Aachen,

die unsichtbare Stadt“ herausgegeben worden, das von einer Ausstellung in der Sparkasse Aachen begleitet wurde. Das Buch ist in der Mayerschen Buchhandlung und in der Sammlung Crous zum Preis von 29,99 € erhältlich. Als ein Beispiel aus der umfangreichen Bebilderung des Buches sei ein futuristischer Entwurf für neue Rathaustürme aus dem Jahr 1967 gezeigt.



Die Bibliothek stellt Medien aus einem umfangreichen Angebot von Sachgruppen bereit. Neben Themen wie Stadtgeschichte und -geografie, Architektur, Dom/Domschatz, Kunst, Museen/Galerien, Literatur, Musik, Film, Wirtschaft, Adressbücher, Kur- und Badewesen, Justiz, Wissenschaft und Forschung, Euregio/Dreiländereck Belgien Niederlande, Karneval sind Festschriften von Firmen, Vereinen und Schulen sowie Nachschlagewerke zu finden. Die Publikationen sind digital erfasst und können über Stichwort-Suche erschlossen werden.

In Kooperation mit den geschichtlich engagierten Institutionen der Stadt, der Region und auch jenseits der Landesgrenzen verfolgt die Sammlung Crous insbesondere das Ziel, Lücken in der regionalen Geschichte und ihrer Dokumentation zu füllen. Ergänzend zu den wichtigen Bibliotheken z.B. des Stadtarchivs, der Stadtbibliothek, der RWTH Aachen sowie der Aachener Museen stellen wir dem interessierten Bürger Materialien zur lokalen Historie zur Verfügung.

Bei meinen Recherchen zur Vorstellung der Bibliothek fiel mir zur Charakterisierung ihres Begründers folgendes Zitat auf: „Neugierde, Sorgfalt und ein Öcher Hazz“. Es könnte eine Aufforderung sein, der Sammlung unter diesen Aspekten zu begegnen und durch sie Aachen als ein Stück Heimat zu erleben.

Weitere Infos unter: www.sammlung-crous.de.

Einführung für Ehrenamtler

Die Arbeitsgemeinschaft der Betreuungsvereine in der StädteRegion Aachen bietet am 14. November von 18 bis 19.30 Uhr in Eschweiler eine „Einführung in die Theorie und Praxis des Betreuungsrechts“ an. Referentinnen sind Petra Collas, Rechtspflegerin am Amtsgericht, und Henriette Yazdani, Sozialarbeiterin und gesetzliche Betreuerin.



Betreuungsvereine in der StädteRegion Aachen

Die Veranstaltung richtet sich an ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer sowie an Interessierte und ist kostenfrei. Veranstaltungsort ist der Sozialdienst katholischer Frauen, Peilsgasse 1-3, in 52249 Eschweiler, Tel.: 02403-609 180.



Neue Homepage

Im März 2013 hat sich auf Anregung der Seniorenräte für Laurensberg und Orsbach, Helga Riedel und Ulrich Lenktsch, und unter Federführung der Leitstelle „Älter werden in Aachen“ die Arbeitsgemeinschaft „Altenarbeit in Laurensberg“ gegründet. Zudem haben die beiden Seniorenräte ihre Mitbewerber zur Seniorenratswahl zu einem Arbeitskreis eingeladen, der sich den Namen „Aktive Senioren Laurensberg“ gegeben hat. Daraus ist das Netzwerk „Älter werden in Laurensberg“ entstanden, das seine Aufgabe darin sieht, Angebote und Dienste für alte Menschen in Laurensberg zu schaffen, Freizeitgestaltung wohnungsnah anzubieten und Voraussetzungen für ein

altersgerechtes Wohnen in den eigenen „vier Wänden“ im Quartier zu ermöglichen. Unter www.älter-werden-in-laurensberg.de ist vor kurzem die Homepage des Netzwerkes online gegangen und bietet u.a. eine Übersicht über Veranstaltungen im Bezirk.



Moderne Heiztechnik

Am Di., den 12.11.2013, findet um 19 Uhr ein Sanierungstreff von altbau plus zum Thema „Moderne Heiztechnik für Öl- oder Gasheizungen“ statt. Veranstaltungsort ist der Vortragsraum, AachenMünchener-Platz 7 in Aachen. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung unter Tel.: 0241-413 888 0 oder E-Mail: info@altbauplus.de erwünscht.

Schreibwerkstatt

Unter dem Motto „Jeder kann schreiben“ werden in der Schreibwerkstatt „Pegasus“ unter zu Hilfenahme von verschiedenen Schreibmethoden Texte formuliert. Als Inspiration dienen u.a. Bilder, Artikel aus Zeitschriften oder Gedichte. In lockerer Atmosphäre trägt dann jeder, der will, seine Texte den anderen Mitschreibern vor.



„Es ist so spannend zu erleben, welche unterschiedlichen Texte zu einem Thema entstehen. Manche ahnen gar nicht, welche Talente in ihnen schlummern. Diese will ich wecken“, freut sich Leiterin Tina Petersen auf den neuen Kurs. Wie immer wird es auch eine Gelegenheit ge-

ben, die eigenen Texte in einer gemeinsamen Lesung einem größeren Publikum vorzustellen.

Der Kurs hat bereits Ende Oktober begonnen, Interessierte können aber noch bei den folgenden Terminen am 12. und 26. November jeweils um 18.15 Uhr im Alten Rathaus in Würselen, Kaiserstraße 36, einsteigen. Nähere Informationen zum Kurs und zur Anmeldung erhalten Sie bei der Volkshochschule Nordkreis Aachen unter Tel.: 02405 - 425 81 75 sowie im Internet unter www.vhs-nordkreis-aachen.de.



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

Wir bringen Ihnen Ihre Lieblingsgerichte direkt ins Haus!

- Abwechslungsreiche Auswahl leckerer Mittagsgерichte, 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

Endlich, endlich ist es soweit!
Die Kinder stehen bereit!
Tragen bunte Laternen vor sich her,
viele selbst gebastelt, das war schön schwer!
Es ist geschafft, die Freude groß!
Heut' ist ein besonderer Tag, alles ist famos!
St. Martin reitet auf einem Schimmel,
die Kleinsten glauben, er kommt direkt vom Himmel.



Sie singen gemeinsam die schönen Lieder,
wie jedes Jahr, Junge und Alte, immer wieder.
Fromme Lieder vom Heiligen Mann.
Zum Schluss gibt's 'nen feinen „Weckmann“,
der auch „Stutenkerl“ oder „Klausenmann“ heißt,
in den man voller Freude hineinbeißt!
Hm, das schmeckt, ist superlecker!
Großes Lob dem fleißigen Bäcker!

Ein Märchen?



Und alle kommen sie mal dran, das Rotkäppchen, der gestiefelte Kater, Hänsel und Gretel, Schneewittchen, Aschenputtel, die Puppenstadt und noch viele andere Märchen. Wer will hier alle Namen nennen? Und wie toll, die Guten würden zum Schluss alle belohnt, die Bösen alle bestraft, rigoros! Was für eine Freude, was für ein „Das ist gut so“-Gefühl bei uns allen!

Und was waren und sind nun die schönsten Märchen? Da brauch' ich nicht lange zu überlegen. Die geheimnisvollsten, spannendsten Geschichten sind die vom Nikolaus und vom Christkind mit seinen vielen Engelchen, die helfen, dass zu Weihnachten alle, aber auch wirklich alle Wunschzettel erfüllt, alle Geschenke gebracht, überhaupt alles zum Fest hergerichtet ist.

Wenn das Abendrot den Himmel färbte, backten das Christkind und die Engelchen Plätzchen. Wenn ein silberner oder sogar ein goldener Faden auf der Fensterbank lag, hatte das Christkind durch die Scheiben geguckt. Manchmal kullerten Nüsse auf den Fußboden, die hatte der Nikolaus mal eben vorbei gebracht! Ach, du unvergessene Kinderzeit!

„Erzählst du uns eine Geschichte?“ Erwartungsvoll schauten sie mich an, mein kleiner Sohn und meine beiden Nichten. Wir machten es uns gemütlich und dann ging's los mit Erzählen!

„Und das Wort ist Fleisch geworden und hat unter uns gewohnt“, beten wir in der Kirche bei der Heiligen Messe. Ist das alles nur ein Märchen, eine gut erzählte Geschichte? Nein, keine Wissenschaft, aber ein Glaube, der die Welt eroberte. Am 24. Dezember feiern wir Weihnachten. Wir freuen uns darauf wie auf kein anderes Fest. Wie so oft und hoffentlich noch so manches Mal - Jahr um Jahr! - solange wir leben.

Beide Texte:

Josefine Kühnast



Hajo Mais



Heilig Abend

Weihnachtsbäume strahlen hell
in den warmen Stuben,
voll Erwartung harren dort
die Mädchen und die Buben.

Geschenke liegen hübsch verpackt
auf dem Gabentische,
und durch alle Räume zieh'n
herrliche Gerüche.

Heilig Abend wieder ist,
und keiner kann's erwarten kaum,
ob sein Wunsch erfüllt sich hat,
ist aller Kinder Weihnachtstraum.

MARLIN
Das Babyfachgeschäft

Verwöhnen Sie Ihre Enkelkinder!

Kleinmarschierstraße 5 • D52062 Aachen
Tel.: 0241-4015877
e-mail: marlin_natur@xs4all.nl
homepage: www.marlinnatur.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 9.30-18.30 h. • Sa.: 10-16 h.



Auf Kaffeefahrten

Neulich traf ich meinen Freund Herbert, der mir gestand, dass er mit seiner Frau häufig an Kaffeefahrten teilnimmt. Auf meine Bemerkung, dass so eine Teilnahme doch kaum ablaufen könne, ohne bei der Kaffefahrt etwas zu kaufen, erwiderte er: „Natürlich kaufen wir immer etwas - aber es gibt ja das Widerspruchsrecht und nach jeder Fahrt kündige ich den Kaufvertrag per Einschreiben!“

So clever wie die beiden sind aber die meisten Teilnehmer, vornehmlich Senioren, nicht. Viele finden sich auf Kaffeefahrten ein, weil sie vorher eine Gewinnbenachrichtigung erhalten haben. Bargeld, Reisen oder ein schönes Auto



winken - aber nur, wenn man mitfährt. Den Gewinn gibt's dann trotzdem nicht; irgendetwas Verklausuliertes verhindert, dass das Versprochene einzuklagen ist.

Schon vor der offiziellen Verkaufsshow, die meistens in einem einsam gelegenen Restaurant stattfindet, versucht der „Reiseleiter“, einzelne Mitfahrende in ein vertrauliches Gespräch zu verwickeln und behauptet, dass andere frühere Mitreisende so super von den Produkten profitiert

hätten und er eigentlich gar nicht genug Exemplare für alle Teilnehmer dabei hätte.

Auf der unvermeidlichen Verkaufsveranstaltung selbst werden dann unnütze Topfsets, wertlose Rheumadecken, teure elektrische Heizkissen etc. angeboten. Wer sich nicht für einen Kauf dieser Waren entscheiden kann, wird nahezu genötigt, eine Kräutermischung gegen Schmerzen, die gar nicht hilft, oder eine sehr teure Vitaminmischung zu kaufen, die man für weniger Geld in jeder Apotheke erwerben könnte.

Die meisten der Mitreisenden nehmen solch schlechte Geschäfte in Kauf, denn immerhin war man mal einen Tag lang draußen, in der netten Gesellschaft gleichaltriger Mitreisender.

Christian Graff



Josef & Josef

„Ich leihe mir mal eben deine Gießkanne, lieber Josef“, sagt sie und ohne auf eine Antwort zu warten, die sie auch nicht bekommen würde, nimmt sie das begehrte Teil und läuft davon.“

Der Hahn an der Wasserstelle leckt, so dass die Hälfte daneben geht und es ziemlich lange dauert, bis die Kanne voll ist. Die ist ebenfalls undicht. So tropft ein Teil des Wassers auf den Weg. Trotzdem reicht das Wasser für die Blumenschale auf dem Grab. Zufrieden will sie die Kanne wieder an ihren Platz stellen, als sie sieht, dass es hier nebeneinander zwei Gräber gibt, die einen Josef beherbergen. Welcher ist nun der, hinter dessen Grabstein die Kanne gestanden hat? Sie hat sich den Nachnamen nicht gemerkt.

„Kann mir einer von euch beiden sagen, wer der Besitzer dieser Kanne ist?“, murmelt sie halblaut. Dabei schaut sie aufmunternd von einem Grab zum anderen, als warte sie im Ernst auf eine Antwort. Natürlich bleibt alles stumm. Nur das Laub, das der Wind aufwirbelt, raschelt. Ratlos stellt sie die Kanne zwischen die beiden Gräber. Für welchen Josef soll sie sich entscheiden? Oder soll sie einfach die Kanne in der Mitte stehen lassen?

Aber dann besinnt sie sich. So geht das nicht: Geliehenes Eigentum muss zurückgegeben werden! Aber hat jemand, der

hier liegt, überhaupt noch ein Eigentum? „Das letzte Hemd hat keine Taschen, sagt der Volksmund. Also gehört sie keinem von euch beiden“, stellt sie triumphierend fest. Trotzdem hebt sie die Kanne hoch und lässt sie zwischen den beiden Gräbern hin und herpendeln. „Los, Josef, gib mir ein Zeichen!“, sagt sie auffordernd. „Was tun Sie mit meiner Gießkanne?“, hört sie plötzlich eine schrille Stimme hinter sich. Eine alte Dame ist unmerklich näher gekommen. Die schüttelt missbilligend den Kopf. „Kann man hier nicht mal mehr eine Gießkanne stehen lassen, ohne dass sie ungefragt genommen wird? Kaufen Sie sich doch eine eigene!“, kreischt sie und reißt ihr das Corpus Delicti mit einer ungeahnt schnellen Bewegung aus der Hand.

„Ihr Josef hat sie mir ausgeliehen. Ich, ich wollte sie gerade zurückstellen“, stottert die solcherart Ertrappte. Die alte Dame achtet jedoch nicht auf ihre Erklärung und geht strammen Schrittes zur Wasserstelle.

„Junge, Junge, Josef, das war ein Zeichen. Aber du kannst eigentlich froh sein, dieser Xanthippe nicht mehr ausgeliefert zu sein.“

Inge Gerdorf



55+

Ein Netzwerk – viele Ansprechpartner

Diese Einrichtungen bieten Senioren (55+) und Angehörigen in Aachen Nord Beratung, unterstützen sie in ihrer Lebenssituation und sorgen für Kontakte.

Begegnungszentrum Aachen Nord Arbeiterwohlfahrt

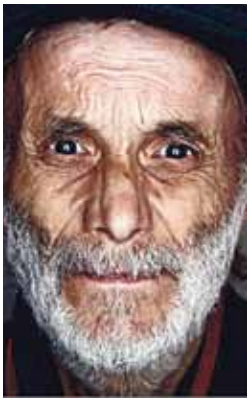
Dorothee Siemons | Telefon 889 916-21 | d.siemons@awo-aachen-stadt.de

Deutsches Rotes Kreuz

Roswitha Halmes | Telefon 18 025 55 | roswitha.halmes@drk.ac

SKM - Kath. Verein für soziale Dienste in Aachen e.V.

Christiane Krapohl | Telefon 413 55-525 | christiane.krapohl@skm-aachen.de



„Charakterköpfe & Cuba im Wandel“

Eine Doppelausstellung seiner Fotografien zeigt der Aachener Fotograf Stephan Rau bis zum 20.12.2013 Mo. bis Fr. von 8 bis 15 Uhr in der Mayerschen Buchhandlung - forum M, Buchkremerstr. 1-7, in Aachen.

Das touristische Bild, das wir von Kuba haben, hat nur wenig mit der Realität im Leben vieler Einheimischer gemein. Doch seit einigen Jahren hat auf Kuba ein langsamer Systemwandel eingesetzt. Stephan Rauchs Bilder dokumentieren die schöne, aber auch harte Alltagswelt eines Landes im Umbruch.

Über sein Fotoprojekt „Charakterköpfe“ mit Aachener Obdachlosen sagt Stephan Rau: „Es war eine berührende Erfahrung, sie im Rahmen der Obdachlosenküche im Kloster der Schervier-Schwester als Charaktere wahrzunehmen. Die Bilder zeigen Gesichter, die ihren unverwechselbaren Ausdruck haben, es sind Bilder, die Lebensgeschichten erzählen und den Betrachter sehr nachdenklich machen.“

Termine gibt es nach Vereinbarung unter Tel.: 0241-477 7145.

Nikolausfahrten

In der Adventszeit kann man den Nikolaus wieder in den Zügen der Selfkantbahn im Kreis Heinsberg treffen.



Vom Bahnhof in Geilenkirchen-Gillrath geht die Fahrt über die 5,5 km lange Strecke zum Bahnhof Gangelt-Schierwaldenrath. Während der Nikolaus durch den Zug geht und die kleinen Fahrgäste beschert, können sich die Erwachsenen im Buffetwagen mit Kaffee oder Glühwein bewirten lassen. In Schierwaldenrath hat der Zug 50 Min. Aufenthalt und im beheizten Festzelt findet eine kleine Nikolausfeier statt. Knapp zwei Stunden nach der Abfahrt ist der Nikolauszug wieder in Gillrath.

Die Nikolauszüge verkehren zwischen dem 30.11. und dem 22.12.2013, Sa. und So. um 11, 13, 15 und 17 Uhr, am Do., dem 05.12., sowie Fr., den 06. u. 13.12., um 15 und 17 Uhr. Zusätzlich fährt ein „Nachtzug“ am Sa., 07.12., um 19 Uhr. Die Fahrt kostet für Kinder bis einschl. 15 Jahren 6,50 €, Erwachsene zahlen 9 €. Fahrkarten gibt es u.a. im ASEAG Kunden-Center gegenüber dem Bushof in Aachen und im Internet unter www.selfkantbahn.de.



„meer & mehr“

Clemi Sailer, über die wir bereits in der Ausgabe Nr. 41 ausführlich berichteten, stellt ihre Arbeiten in der Galerie Gypsilon der HUP AG aus. Die Malerin zeigt dort Aquarelle, die sich nicht nur mit dem Meer, sondern dem Thema Wasser insgesamt beschäftigen.

Weiter sind Bilder in Öl- und Acrylmalei zu sehen sowie solche in Mischtechniken, Spachtelarbeiten und Strukturbilder mit Naturmaterialien wie Blättern, Sand, Marmormehl usw. Die Ausstellung wird am 8. November 2013 um 17 Uhr eröffnet. Nach Begrüßung durch Dr. Werner Glasmacher wird Dr. Susanne Schorn die Einführung übernehmen. Die musikalische Untermalung der Vernissage erfolgt durch Maximilian Schepp.

Die Ausstellung „meer & mehr“ ist bis zum 4. Dezember 2013 montags bis freitags von 8 bis 18 Uhr in der Pascalstraße 71, Aachen-Oberforstbach, zu besichtigen.



Josef Römer



Andersleben

Im Rahmen der „Silbenschmiede“ liest Marita Tank am Samstag, 30. November 2013, um 12 Uhr im neuen Saal des IZM, Pontstraße 13, Aachen aus ihrem neuen Buch „Sag mal im Park“.

Marita Tank studierte in Bonn Germanistik und Philosophie, schreibt Lyrik und Prosa und lebt in Aachen. Die Erzählungen „Sag mal im Park“

und „Bleibt euch allein“ handeln von skurrilen, außergewöhnlichen Menschen und zeigen, wie diese als Sonderlinge, Fremde und Seltensandenkende eine liebenswürdig-freche Wahl des Anderslebens beherzigen. Einmal findet sich eine Tochter nach 20 Jahren wieder; ein andermal erkundet ein Liebespaar die Vor- und Nachteile des Einander- und Beisammenseins.

Der Eintritt ist frei; über Spenden freut sich das Literaturbüro Euregio Maas-Rhein.

Benny Goodman-Konzert

Einen Wunsch hatte der Aachener Klarinettist Johannes Flamm schon immer: die ihm nahe stehende Swing-Musik des legendären Benny Goodman zu spielen.



Am Freitag, den 8. November 2013, ist es nun soweit - und exzellente Musiker aus der Aachener Region unterstützen ihn dabei: u.a. Heribert Leuchter an den Saxofonen und Steffen Thormählen an den Drums. Das Konzert „Johannes Flamm mit Band plays Benny Goodman“ findet um 20 Uhr in den Kurpark-Terrassen Aachen-Burtscheid, Dammstr. 40, im Rahmen des Freitags-Jazz des Jazzvereins Aachen statt, der Eintritt ist frei.

Verbrechen in Aachen

Die dritten Aachener Krimitage bieten noch bis zum 21. November 2013 gute Unterhaltung über böse Taten.



An z.T. ungewöhnlichen (Tat-)Orten in Aachen erzählen Autoren, Regisseure und Schauspieler von der Gier nach Geld und Macht, von Betrug, Mord und Raub, aber auch von der Reue, von der Schuld und der Sühne nach dem Verbrechen. Karten erhalten Sie u.a. bei der Volkshochschule Aachen, der Buchhandlung Schmetz am Dom und dem Frankenberger Buchladen.



Elias-Oratorium

Der Chor an St. Laurentius, Mitglieder von „canto@campum“ und das „Kammerorchester St. Laurentius“ unter der Leitung von Kantor Gregor Jeub laden zu zwei großen Konzerten ein: am Sonntag, dem 10. November 2013, um 18 Uhr in St. Laurentius, Laurentiusstr. 75, und am Sonntag, dem 17. November 2013, um 18 Uhr

in der Auferstehungskirche, Am Kupferofen 19. Aufgeführt wird das Elias-Oratorium nach Worten des Alten Testaments op. 70, Felix Mendelssohn-Bartholdy.

Eintrittskarten kosten zwischen 10 und 20 € und sind, zuzüglich einer Vorverkaufsgebühr, im Media Store, Großkölnstraße 56, erhältlich. Restkarten gibt es an der Abendkasse. Die Kirchen öffnen um 17.30 Uhr.



Am Sonntag, dem 08.12.2013, findet um 16 Uhr in der Pfarrkirche St. Hubertus Aachen-Verlautenheide, Verlautenheidener Straße 85, ein gemeinsames Weihnachtskonzert des Kinder- und Jugendchores St. Hubertus und des Blasorchesters Aachen-Haaren statt. Der Eintritt ist frei, eine „freiwillige Gabe“ zugunsten der Kinder- und Jugendarbeit von Chor und Blasorchester ist erwünscht.



In der Veranstaltungsreihe „Musik in St. Gregor von Burtscheid“ gibt es auch in den letzten Monaten des Jahres zahlreiche Veranstaltungen. Am Sonntag, dem 15.12.2013, um 16.30 Uhr in St. Michael präsentiert z.B. der Kölner Chor „Les Saxosythes“ Weihnachtslieder aller Epochen in neuem, modernen Satz. Die Soloflöte spielt Hans-Martin Müller, die Leitung hat Dietmar Bonnen.



Musical Dinner

Restaurant Gut Schwarzenbruch
 2. November 2013 | 8. Februar 2014
 29. März 2014

74 € inkl.

4-Gang-Menü & Aperitif

Tickets unter: 02324-935275
 info@mm-events.info | www.mm-events.info

je 19 Uhr



Au Kulle, alte Zechen

Folge 10: Die Geschichte der Grube Furth

Das alte Kohlenländchen an der Wurm teilten sich während des Mittelalters bis zum ausgehenden 18. Jahrhundert vier verschiedene Herrschaften: Neben der Reichsstadt Aachen mit den Gruben bei Würselen und Morsbach, der Jülicher Unterherrschaft Heyden (Kohlscheid) und dem zum Herzogtum Limburg gehörenden Herzogenrath mit seinen Gruben von Kohlberg, Kirchrath und Klosterrath, war es vor allem das den Herzögen von Jülich untertane Amt Wilhelmstein mit den Bardenberger Gruben, das den Steinkohlenbergbau in diesem Gebiet entscheidend beeinflusste.

Von der Vielzahl kleinerer und größerer Gruben innerhalb des Gemeindegebietes von Bardenberg hatte neben der Grube „Ath“ die Grube „Furth“ die größte Bedeutung. Im Laufe ihrer jahrhundertealten Geschichte war sie zeitweise sogar die größte Grube des gesamten Wurmreviers.

Etwa um die Mitte des 16. Jahrhunderts wurde auf Bardenberger Gemeindeland von den „Nachbarn“ - der Gesamtheit der Gemeindeangehörigen - ein Kohlenwerk betrieben, die spätere „Alte Furth“, deren Name von einem alten Wurmübergang am Verbindungsweg von Lothsief nach Kohlscheid herrührt. Nach altem Recht konnte zu dieser Zeit der Grundeigentümer frei



über die Kohle unter seinem Grund und Boden verfügen. Sich auf eben dieses Eigentumsrecht berufend, war es die Gemeinde Bardenberg, die sich am längsten der Forderung des Landesherren widersetzte, den Kohlenzehnten zu entrichten. Erst am 18. Juli 1690 erkannte die Gemeinde Bardenberg die Jülicher Herzöge als Regalherren an und beantragte bei der Hofkammer die Belehnung. Von nun an durfte der Bergbau nur mehr mit der Erlaubnis des Landesherren betrieben werden. In der zweiten Hälfte des 17. Jahrhunderts arbeiteten bereits 39 Bergleute auf der Grube Furth, der damals größten Bardenberger Kohlengrube.

Die Pumpenkunst

Wurden die reichlich anfallenden Grubenwässer am Beginn des Jahrhunderts noch mit Haspel und Wassertonne, später dann mittels Handpumpen zu Tage gefördert, so ging man noch vor der Jahrhundertwende dazu über, große Pumpwerke anzulegen. Mit der größeren Teufe der gebauten Flöze waren Wasserhaltung und Bewetterung zunehmend zum Problem geworden. Begünstigt durch Ihre

Nähe zur Wurm besaß die Grube schon relativ früh ein solches durch ein Wasserrad betriebenes Pumpwerk. Pumpenmeister war Johann Honin, der später für die Aachener Grube „Teut“ und die neue Grube „Buschweide“ in Herzogenrath eine hydraulische Wasserhaltung baute. Die Abführung der Grubenwässer erfolgte dabei über einen Abflussgraben, „Ath“ oder auch „Agit“ genannt.

Mit Hilfe dieser neuen Wasserhaltungen gelang es, Teufen von bis zu 40 Meter und mehr zu erreichen. In Verbindung mit Fortschritten in der Ausrichtungstechnik führt diese Entwicklung zu einer größeren räumlichen Ausdehnung der Gruben. Die hohen Kosten der aufwändigen Wasserhaltungen zwangen die kleineren Grubenbesitzer nach und nach zum Zusammenschluss. So fiel auch die kleine Grube „Kroate“ der Grube Furth zu.

Etwa um 1760 entstand auf der Grube Furth zudem die älteste Vereinigung von Kohlhauern und -knechten zur gegenseitigen Unterstützung bei Krankheiten und Unfällen – eine Vorläuferin der heutigen Knappschaft.

Das Ende

Zunehmender Kapitalbedarf und komplizierte Beteiligungsverhältnisse der Gemeindemitglieder führten unter dem damaligen Vogt von Steinhausen zum Verkauf von ca. der Hälfte der Grubenanteile an den Pannesheider Bergwerksverein. 1792/93 kam mit dem Eindringen der französischen Revolutionstruppen der Bergbau fast vollständig zum Erliegen. Von den Bardenberger Gruben überlebten letztlich nur die „Ath“ und die „Furth“ die Zeit der fremden Herrschaft.

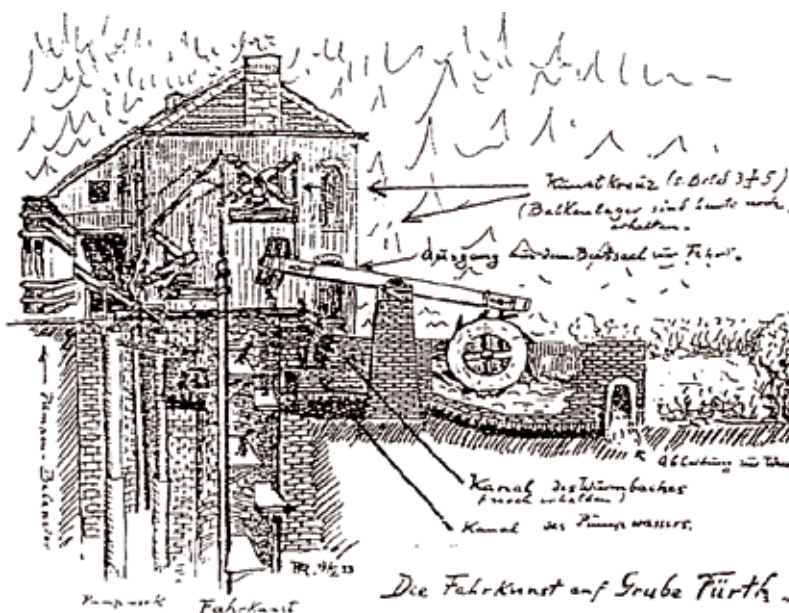
1883/84 wurde die Grube „Furth“ endgültig stillgelegt. Ihr Areal ist heute in Privatbesitz. Für Peter Fuhrmeister, den ehemaligen Aufsichtshauer der Grube „Gouley“ sowie der Grube „Emil Mayrisch“, ist hier ein schöner Altersruhesitz entstanden.



Mathias J. Fleu

Quelle: Walter König: „Grube Furth“ in Bardenberger Heimatheft 2/1986

Zeichnung der Pump- und Fahrkunst der Grube Furth (im Besitz von Peter Fuhrmeister). Es gibt Hinweise darauf, dass aus der Technik der Fahrkunst (Grubenfahrt) der Grube Furth im 19. Jahrhundert in England der „Paternosteraufzug“ entwickelt worden sein soll.



Schlaflos um Mitternacht oder was hilft gegen Tinnitus?

Die Spülmaschine hat sie ausgeräumt, die Besteckschublade neu geordnet, eine Patience gelegt, ein wenig die Zeitung von gestern durchgeblättert und das Sudoku sowie das Kreuzworträtsel gelöst. Nun fällt ihr nichts mehr ein, was sie noch tun könnte. Sie ist zwar hundemüde, aber sie weiß, dass sie nicht einschlafen kann, wenn sie sich wieder ins Bett legt.

Aufbleiben kann sie auch nicht mehr lange, denn die Heizung ist abgeschaltet, wie jede Nacht, und sie beginnt zu frösteln. Aber es wird keinen Sinn haben, sich wieder hinzulegen. Das Pfeifen in ihren Ohren wird dann noch schlimmer werden. Sie empfindet jedenfalls das Pfeifen in ihren Ohren, obschon der Arzt ihr erklärt hat, dass es keine Ohrgeräusche sind, die ihr oft den Schlaf rauben, sondern dass sich die Geräusche nur in ihrem Kopf abspielen. „Ich höre es jedenfalls in meinen Ohren“, denkt sie resignierend, „und wenn es still ist im ganzen Haus, wird es oft unerträglich.“ Als sie wenig später doch wieder ins Bett gegangen ist, grübelt sie darüber nach, wie und wann es angefangen hat.

Es war einfach eines Nachts da. Erst ein Rauschen im Kopf oder ein Zirpen. Dann wuchs es sich zu einem Pfeifen aus. Manchmal klingt es so, als wenn eine Lokomotive durch ihren Kopf fährt. Tagsüber, wenn sie vollauf beschäftigt ist und um sie herum hektischer Betrieb herrscht, merkt sie es kaum. Manchmal kann sie die Beschwerden sogar vergessen. - Aber nachts! Nachts rauscht und pfeift es, es ist mehr als lästig und nervtötend. Es nimmt einem die ganze Lebensfreude, denn wer schlecht geschlafen hat, ist tagsüber unkonzentriert und nervös. Drei Ärzte hat sie schon aufgesucht. Und alle sagten ihr das gleiche: Das kommt vom Stress! Aber sie sagten ihr nicht, wie die Geräusche wieder verschwinden würden. Sie geben sich alle Mühe, verschreiben diverse Mittel, geben Akupunktur und Infusionen, das Leiden aber bleibt. Eine ihrer Freundinnen hat ihr geraten, nachts Musik zu hören, um die Geräusche zu übertönen. Das hilft auch manchmal ein wenig. Jedoch muss ihr Erich immer mithören, das kann sie nicht von ihm erwarten. Und mit Kopfhörern schlafen, nein, das geht gar nicht.



Maria Holl zeigt einer Patientin, wie die Massagebälle zu handhaben sind.

Was also soll sie tun? Sie kommt auf die Idee, mal ins Internet zu schauen. Auf den Informationsseiten der Deutschen Tinnitus Liga werden verschiedene Ablenkungs- bzw. Entspannungsmethoden vorgestellt, die den Tinnitus gelindert hätten, darunter die „TAT“-Methode. Diese „Tinnitus-Atemtherapie“ (abgekürzt :„TAT“) hat die Aachener Heilpraktikerin Maria Holl entwickelt. Sie geht davon aus, dass jeder selbst etwas gegen seinen Tinnitus tun kann. Dazu ist es nötig, selbst aktiv zu werden. Die Übungen, die im Rahmen der Therapie vermittelt werden, setzen sich aus den Bereichen Gymnastik, Atmung und Selbstmassage zusammen und basieren auf Erkenntnissen der Meditation, der bioenergetischen Analyse und des chinesischen Heilwissens. Der Betroffene kann sein eigenes Lymphsystem sowie seine Nervenbahnen und Muskelstränge positiv beeinflussen. Die Folge: die Lebenskraft wird wieder in die richtigen Bahnen gelenkt und der Tinnitus mit seinen unangenehmen Begleiterscheinungen nach und nach gelindert.

Es gibt mehrere Wege, um die Tinnitus-Atemtherapie anzuwenden: durch eine Therapie oder einen Kurs in der Praxis von Maria Holl, Klemensstraße 3, 52074 Aachen, per Buch und/oder per Hörbuch. Wer die Methode kennenlernt, empfindet zu Beginn vielleicht einiges Befremden, da die Heilmethoden aus Fernost, die in die Therapie eingebaut wurden, manchmal etwas ungewöhnlich erscheinen. Wer sich dadurch aber nicht abhalten lässt und täglich 5 bis 15 Minuten für seine Heilung investiert, der kann mit seinem Tinnitus in Frieden leben.

Inge Gerdorf



Senioren- u.
Seniorenpflegeheim GmbH



Wir möchten mit Ihnen feiern!

**NEUJAHR'S
EMPFANG**

**8. Januar 2014
15:00 - 18:00 Uhr
im Haus ANNA**

Unser Programm für Sie:

- Musikalische Begleitung
- Sekt & leckere Häppchen
- Tanz & Spaß

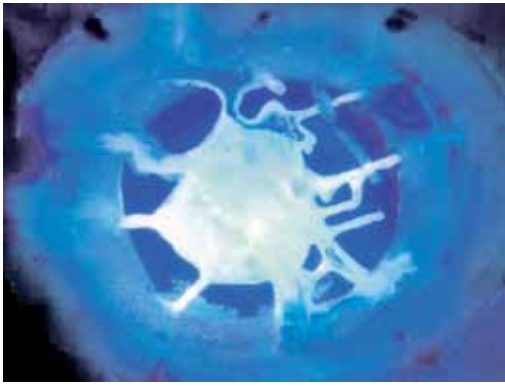
Um Anmeldung wird gebeten.

**Wir suchen aktuell
eine/n examinierte/n Alten-
pfleger/in in Teilzeit**

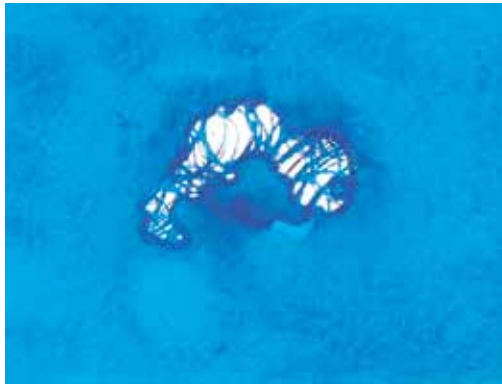
Haus ANNA
Senioren- u.
Seniorenpflegeheim GmbH
Franzstraße 36 - 38
52064 Aachen

Tel: (0241) 470 47 - 01
Fax: (0241) 470 47 - 32
E-Mail: info@hausanna.info

www.hausanna.info



„Life Belt“, 2013, Gouache auf Karton,
17 x 24 cm



„Köder“, 2013, Aquarell auf Karton,
17 x 24 cm



Aus der Serie „Hommage à Jack the Dripper“, 2010, Acryl und Bitumen
auf Leinwand, 100 x 120 cm

Ein regionaler **Ausnahmekünstler**

Schon sein Name verrät, wie viel Bedeutung der Maler und Objektkünstler Karl von Monschau seinen Wurzeln zumisst. Seit den 1970er Jahren ist er einer der bekanntesten und wichtigsten Akteure in der Aachener Kunstszene. Dabei setzt er immer wieder ungewöhnliche Ideen um und beschreitet neue Wege.

Wie kamen Sie zur Kunst?

Gemalt und vor allem gezeichnet habe ich schon als Kind, wurde aber auf dem KKG durch Willi Schauerte im Kunstunterricht sehr gefördert. Aber ich verließ das Gymnasium und startete in einer Lehre als Schaufenstergestalter noch einmal neu durch und nach Zwischenstationen in Werbeateliers und zuletzt in der Werbeabteilung einer bekannten Kosmetikfirma gründete ich 1965 mein erstes Atelier in der Aachener Monheimsallee. Nach einem Fernstudium bei der FAS in Amsterdam begann ich mit einem autodidaktischen Studium der Malerei und vielen weiteren Künsten. Dann wurde durch sehr irritierende Schaufensterinstallationen in der Innenstadt Prof. Dr. Wolfgang Becker auf meine

Arbeit aufmerksam und lud mich gemeinsam mit dem Belgier Michel de Witte (Gohr) zu einer Ausstellung ins Museum ein, in die „Neue Galerie“ - Sammlung Ludwig gegenüber von Horten. Von diesem Zeitpunkt an bestimmte die Kunst mein ganzes Leben.

Wie würden Sie Ihre Art der Kunst beschreiben?

Die Epochen der großen Stilrichtungen sind vorbei und die „Ismen“ spielen keine Rolle mehr. Ich habe spezielle Themen, die mich anspringen und danach richten sich jeweils auch die Auswahlkriterien für Materialien und die Techniken und die spätere Art der Präsentation. Aber meine Lieblingsthemen sind Dada und Fluxus am nächsten.

Wie haben die Gründung des NAK, Neuer Aachener Kunstverein, und die Gründung des BBK, Bundesverband Bildender Künstler, Aachen/Euregio die Szene beeinflusst und warum sind diese Institutionen so wichtig?

Nachdem der weltweit bekannte Aachener Kunstverein „Gegenverkehr“ sich aufgelöst hatte, entstand ein Vakuum. Verschiedene Neugründungen fielen nicht gerade fruchtbar aus. 1985 war ich der erste, der Leerstand in Aachener Geschäften mit Kunstwerken interessant machte und daraus entstand ein Jahr später der NAK, der bis heute sehr erfolgreich in der obersten „Liga“ mitspielt. Der BBK war mir seit Auflösung des IBK ein besonders wichtiges Anliegen und so wurde ich zum Gründungs-Initiator des Aachener Regionalverbandes. Beide Institutionen tragen enorm viel zum Selbstverständnis der hiesigen Kunstszene bei und haben auch eine gewisse Strahlkraft über die regionalen Grenzen hinaus.



Ausstellungssituation „Opferanoden und Meerbüro III“
im „KULTURWERK AACHEN“, Galerie auf Zeit, Aachen, Holzgraben



Foto: Thomas Langens

Karl von Monschau während der Eröffnungsrede von
Prof. Dr. W. Becker zur Ausstellung „Opferanoden und Meerbüro III“



„New Spanish Flag“, 2005/2007,
Öl auf Leinwand, 160 x 150 cm (6-teilig)



Mr. Landolt on sea, Öl auf Leinwand,
100 x 120 cm, Foto: Thomas Langens

Wie hat sich die Kunstszene in Aachen in den vergangenen Jahrzehnten verändert?

Es sind neue Strömungen hinzugekommen, beispielsweise Graffiti, Streetart und es gibt viel mehr temporäre Künstlergruppen als Anfang der Sechziger. Leider ist der NAK in den letzten 20 Jahren ebenso von der Aachener Künstlerschaft abgerückt wie auch das Ludwig-Forum und das Surmond-Ludwig Museum. Ich erinnere an Richard Long: „Jeder gute Künstler ist zunächst überhaupt ein regionaler Künstler.“

Was sind Ihre nächsten Projekte?

Ich freue mich auf eine Ausstellung mit Performance im Saunadorf in Roetgen bei meinem Freund Stavros, die am 24. November um 11 Uhr beginnt und bis zum 28. Januar 2014 zu sehen ist.

Bald beginnen schon die Vorbereitungen zum „Einemillioneinundfünfzigsten Geburtstag der Kunst“. Nach Aachen 2013 ist Monschau am 17.01.14 ein interessanter Ort für diese weltweit stattfindende Veranstaltung, die auf den verstorbenen französischen Fluxus-Künstler R. Filliou zurückgeht.

Wer ist er?

Karl von Monschau wurde 1944 als Karl H. Winter im Spitalchen auf Burg Monschau geboren. 1965 eröffnete er sein erstes Atelier in der Aachener Monheimsallee, seitdem hatte er hunderte von Einzel- und Gemeinschaftsausstellungen im In- und Ausland. 1988 erhielt er den „Neuen Preis des Neuen Aachener Kunstvereins“. Er gründete ein „Mobiles Büro für Kunstaffären“ und kuratiert seit 2005 die Ausstellungsreihe „Carte blanche“ in der Aachener Pfarrkirche St. Fronleichnam. Karl von Monschau ist Ehrenmitglied im NAK und BBK.



portraitiert von
Janek Markstahler

Im April 2014 wird eine große Ausstellung zu meinem 70. Geburtstag in der Galerie Beumers im Monschauer Tuchscherer-Haus stattfinden. Und ich freue mich auf Hamburg. Davon aber ein andermal mehr.

Fotos: Galerieatelier

Nina Krüsmann



**Für Ihr nächstes Fest,
liefern wir die passenden
Einladungskarten.**

Mit unseren individuellen und kreativen
Einladungen wird Ihr Fest -
Exklusiv, Einmalig und Unvergesslich.

Karten zur Vermählung, Silber- u. Goldhochzeit,
Geburtsstagsfeier, Kommunion, Geburt oder Jubiläum.

Musterbücher der klassischen und der eigenen
„Extravagant-Kollektion“ können Sie ausleihen.



Franz Schmitz
Print- u. AV-Medien GmbH

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 gerne
nach tel. Vereinbarung.

Couven

Klangwelten

Klangwelten in Couven-Räumen

Musikinstrumente und musikalische Kultur
zwischen Barock und Biedermeier

Bis 12.01.2014

Hühnermarkt 17 | 52062 Aachen | Di-So 10-18 Uhr |
Eintritt: 5 Euro, erm. 3 Euro | Themenführungen jeden Samstag um 15 Uhr
www.couven-klangwelten2013.de | www.couven-museum.de

Gefördert vom
Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen

Ein Museum der
stadt aachen

COUVEN
MUSEUM

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 ergeben, von oben nach unten gelesen, einen Wegweiser für die „Sterndeuter aus dem Morgenland“.



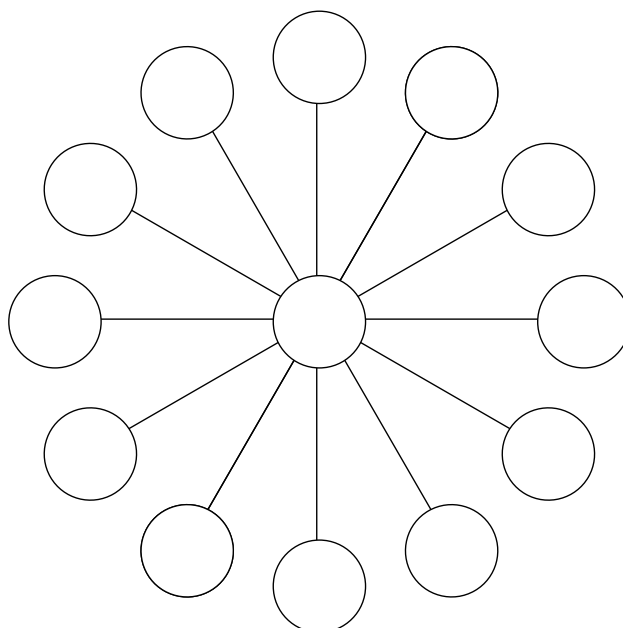
SCHLUSS **WORT** **BRÜCKE**

HÜHNER	_____	GRÜN
DOKTOR	_____	SEITE
SCHUTZ	_____	BERG
EIS	_____	BÜHNE
MOND	_____	DIENT
BRAUT	_____	SCHAFT
SEGEL	_____	MUSCHEL
GELD	_____	DIENT
KINDER	_____	MESSE
ACHT	_____	ZÄHNE
EDEL	_____	BAUM
WAHL	_____	KUNDE
WILD	_____	HOSE
GUSS	_____	MANGEL
BLÜTEN	_____	KUCHEN
SPEISE	_____	LÄUFER
TRÖDEL	_____	PLATZ

Wörter suchen

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

BR BR BR CH EN
ER FE AU GR MA
SE TR TR



Konzentriert lesen

Dieses Weihnachtsgedicht von Anna Ritter ist nicht einfach zu lesen, denn es fehlen Vokale. Sie müssen jeweils die **_** durch **a, ä, e, i, o, ö, u** und **ü** ersetzen.

V_m Chr_stk_nd

*D_nkt _ch,
 _ch h_b _d_s Chr_stk_nd g_s_h_n!
 _s k_m _s d_m W_ld_,
 d_s M_tzch_n v_ll Schn_,
 m_t r_tg_fr r_n m_N sch_n.
 D__ kl__ n_n H_nd t_t_n hm_w_h,
 d_nn_s tr_g__ n_n S_ck,
 d_r_w_r_g_r schw_r,
 schl_ppt__nd p_lt_rt_h nt_r_hm_h_r.
 W_s dr_n_w_r, m_cht_t_hr_w_ss_n?
 _hr_N_s_w_s_, _hr_Sch_lm_np_ck-
 D_nkt_hr,_r_w_r_ff_n d_r_S_ck?
 Z_g_b_nd_n b_s_b_n_h_n!
 D_ch_w_r_g_w_ss_tw_s Sch_n_s dr_n!
 _s_r_ch_s_n_ch_pf ln_nd_N_ss_n!*

Wortverwandlungen

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

Z	e	I	I	e
W	a	t	t	e

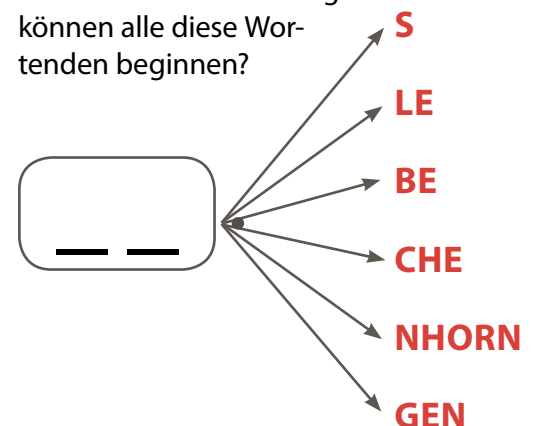
Durchgeschüttelte Wörter

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

1. Tenubnanam **T** _____ **m**
2. Semnecnahn **S** _____ **n**
3. Ckshitnird **C** _____ **d**
4. Bepaftrat **B** _____ **I**
5. Peczläthn **P** _____ **n**
6. Naulkios **N** _____ **s**
7. Miparzan **M** _____ **n**
8. Letatma **L** _____ **a**

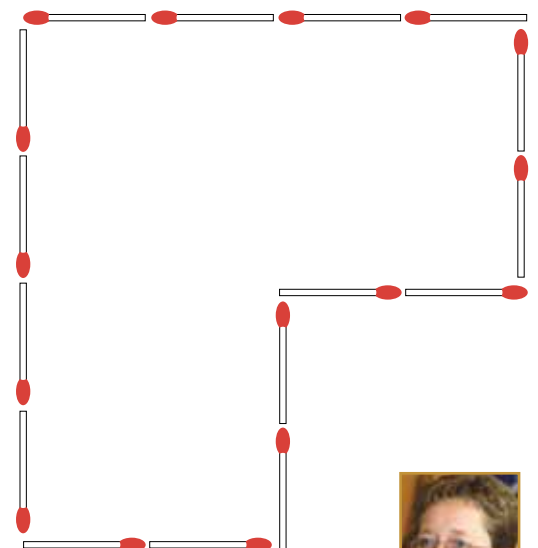
Wortanfang

Mit welchem Wortanfang können alle diese Wortenden beginnen?



Streichholz-Rätsel

Teilen Sie dieses Gelände in der Gartenkolonie Immenau in vier gleich große und gleichförmige Parzellen auf. Verwenden Sie dazu acht zusätzliche Streichhölzer.



Marion Holtorff



EINFACH

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

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

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

MITTEL

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

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

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

SCHWER

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

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

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



UNSERE LEISTUNGEN

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

Die Würde des Menschen
ist unantastbar!



VISITATIS GmbH®

- Häusliche Alten- und Krankenpflege
- Tagespflege

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

Das Haus der Väter, Reise durch die Zeit

Die Zeit - ein Abstraktum, das wir nicht manipulieren können. Wir bilden uns jedoch ein, es zu können. Ein Ding, von dem man sagt, früher sei sie langsamer verlaufen. Wir wollen uns dieses „früher“ einmal anschauen.



Loshues aus Gelderland (NL)



Rekonstruktion eines Hauses vom Tage Null unserer Zeitrechnung

Technik bestimmt unseren Lebensrhythmus. Wir beherrschen die Technik; oder beherrscht die Technik uns? Haben Sie oder hatten Sie Gelegenheit, mit Ihren Großeltern, Urgroßeltern oder Ururgroßeltern oder Ururur... über deren Leben zu sprechen? Wie wohnten sie? Wie lebten sie? Wir haben heutzutage die Möglichkeiten zu vergleichen, zu erfahren, zu wissen. Faszinierend!



Sägemühle

Ich will versuchen, auf nur zwei Seiten Ihr Reiseführer durch Raum und Zeit zu sein, wobei ich mir klar darüber bin, dass das eigentlich unmöglich ist. Als ich begann,

mich mit dem Thema auseinanderzusetzen, standen das Haus und das Wohnen und das Arbeiten im Vordergrund. Eine der ersten Erkenntnisse war, dass das ländliche Wohnen in einem Mehrgenerationenhaus stattfand. Der Begriff ist neu; die Praxis als solche ist uralte.

Bis vor etwa 200 Jahren hatte die Landwirtschaft die größte wirtschaftliche Be-



Butterfass und Melkeimer

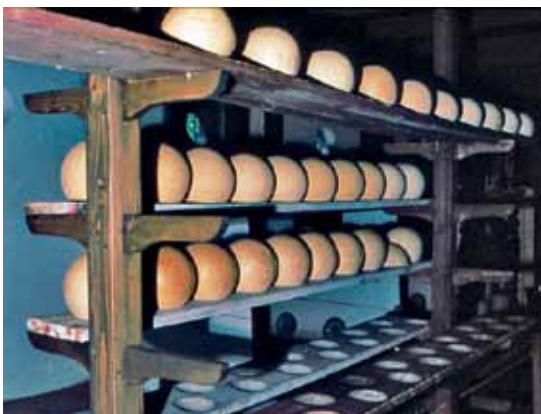


Stellmacher-Werkstatt



Dorfschule: An der Wand hängen die Schulkästen aus Holz der Schüler. Im Winter wurde das Klassenzimmer mit Torf beheizt.

deutung, und da lebten alle Generationen auf einem Hof, oft unter einem Dach. Den Alltag und den Jahreslauf prägten jahrhundertlang die Bindung an die traditionelle adlige und geistliche Grundherrschaft. Durch die preußische Agrarreform um 1815 wurden die Bindungen der Dorfbewohner an diese Herrschaftsform gelöst. Im Zuge dieser „Bauernbefreiung“ wurden



Käse, ein ländliches Produkt



Dröppelminna für die Tee-Zubereitung



Kaffee u. Tee wurden lose gewogen u. in Papiertüten gefüllt

17 WOLFGANG SCHÖNROCK

die bislang üblichen Naturalabgaben und Frondienste, die jeder Hof zu leisten hatte, durch Geldzahlungen ersetzt. Die Höfe gingen in freies Eigentum über.

Durch die Liberalisierung des Bodenbesitzes und die neue Gewerbefreiheit entstanden Klein- und Kleinstbauernhöfe von ehemaligen Einliegern und Tagelöhnern. Um 1900 war die Zahl der Erwerbs-



Die Bibel, das wichtigste Buch im Haus, Lüneburg 1664.



Holz war der wichtigste Energielieferant

Die Viehhaltung veränderte sich von Grund auf. Um 1850 waren 75 % aller Nutztiere für den Eigenbedarf oder für den Einsatz als Zugkraft bestimmt. 50 Jahre

später hatte sich das Zahlenverhältnis umgekehrt. Die Technik hielt Einzug in die Landwirtschaft. Nach Göpel und Windfège fanden um 1900 Drill- und Erntemaschinen, Düngerstreuer und Heuwender Eingang in die größeren Betriebe und ersetzten die mühselige Handarbeit. Scheunen und Ställe, Wohnhäuser und Werkstätten spiegeln diesen Wandel.



Mädchen auf dem Kirchgang



Töten war sein Auftrag (1608)



Dorf in unruhiger Zeit

landwirte auf unter 10 % der Familien im Dorf gesunken. Zwischen 70 und 90 % der Bevölkerung machten Mägde und Knechte, Händler und Handwerker, Geistliche und Altenteiler, Lohnnäherrinnen und Landarbeiter aus.



Quatmannshof von 1805, Cloppenburg

Die Hinterlassenschaften eines oft von Muskelkraft geprägten Lebens sehen wir Heutige manches Mal mit romantisierenden Augen; aber wenn Sie einmal Romane oder Sachbücher aus oder über diese Zeit lesen, werden Sie feststellen, dass unsere Urgroßmütter und -väter die Realität ganz anders erlebten.

Verstehen Sie meine knappen Zeilen bitte nur als Anregung, sich mit unserer Vergangenheit auseinanderzusetzen. Unsere Gegenwart werden wir dann besser verstehen. Ein Volk, das von seiner Geschichte nichts mehr wissen wollte, wäre wie ein Mensch, der sein Gedächtnis verlöre.



Zugbrücke an der Amstel



Die Zeit



Gusseiserner Holzofen in der Küche

Hier von der Euregio aus bieten sich hervorragende Möglichkeiten, das Thema anzupacken. Es sind die wunderbaren Freilichtmuseen von Kommern (Nordrhein-Westfalen), Arnheim (Niederlande), Bokrijk (Belgien), Cloppenburg (Niedersachsen) und Detmold (Nordrhein-Westfalen). Und es macht Spaß!

Wolfgang Schönrock



Der Bunker am Lousberg

Was läuft hier schief? Bürger, Historiker und Denkmalschützer empfinden den geplanten Abriss des Bunkers an Rütcher- und Försterstraße als Skandal. Sie vertreten die Meinung, dass mit diesem Bunker, der 1941 errichtet wurde, „ein Stück Weltgeschichte“ erhalten bleiben sollte.

Zwei an dem Beton-Koloss angebrachte Gedenktafeln zeugen von der immensen historischen Bedeutung. Der interessierte Bürger oder Tourist kann u.a. nachlesen: „Als das Ende des Krieges schon abzusehen war, harnte in diesem Bunker der letzte Kampfkommandant der Wehrmacht in Aachen, Oberst Wilck, gemäß den nationalsozialistischen Befehlen aus ...“ Am 21. Oktober 1944 kapituliert der Stadtkommandant gegen den Befehl Hitlers. Dieser Vorgang leitete das Ende des 2. Weltkrieges ein und fand in der Weltpresse große Aufmerksamkeit. Im Oktober 2014 jährt sich das Datum der Übergabe der Stadt Aachen zum siebzigsten Male.

Das Rheinische Amt für Denkmalschutz in Köln befand im Jahr 2005 dieses wichtige Kriegsrelikt nicht für schützenswert.



Dagegen protestieren - nicht nur - die Anwohner des Bunkerviertels am Lousberghang, die den Abriss des 26.000 Kubikmeter umfassenden Stahlbetonbaus nicht erleben möchten. Für sie gehört der Bunker als historisches Denkmal zu ihrem Wohnumfeld. Sie haben auch Angst um ihre teils denkmalgeschützten Häuser und sähen sich mit monatelangen Abrissarbeiten und mehrere Jahre dauerndem Neubaufwand konfrontiert. Schwere Erschütterungen, Lärm, Dreck, Gefahren, Verkehrs- und Parkprobleme und daraus resultierende Gesundheitsbeeinträchtigungen, eine stark verminderte Lebensqualität müssten sie in Kauf nehmen.

Dem Aachener Groß-Investor Norbert Hermanns, der den Bunker mit Gelände vom Bund ohne Denkmalschutzaufgaben für mehrere Millionen Euro erworben hat, kann man nicht verdenken, dass er große Pläne hat. Vier Mehrfamilienhäuser, sechs Stadthäuser und zwei Tiefgaragen will er errichten lassen. Die Abrissgenehmigung für den Bunker wurde vom Planungsausschuss der Stadt Aachen in nicht öffentlicher Sitzung durchgewinkt. Gegen diese Genehmigung wurde nun Widerspruch eingelegt.

Um den Widerstand gegen das geplante Vorhaben zu brechen, lud Hermanns Ende September zu einer Infoveranstaltung ein. Architekten, Ingenieure, Statiker, Geotechniker, Sachverständige und Abrissunternehmer referierten. Die zahlreich erschienenen Abrissgegner wurden von den Bürgerinitiativlern Christoph Schulten, Architekturprofessor, und Hermann Tücks, Ingenieur, sowie Juristen, Denkmalschützern und Historikern vertreten. Sie alle sind sich einig, dass man die Vergangenheit nicht abreißen sollte und fragen, welche Macht dahinter steckt, dass der Bunker mit seinem hohen symbolischen Wert nicht unter Denkmalschutz gestellt wurde.

Bis 2005 befand sich die RWTH mit ihrem Kunststoffinstitut in dem Gemäuer, in dem bauliche Veränderungen vorgenommen wurden. Dies soll der Grund für die Nichtaufnahme in die Denkmalliste sein. Da lediglich leichte Zwischenwände eingesetzt worden waren, wurde die Betonsubstanz jedoch nicht zerstört. Als 2005 die Bundesimmobilien-Agentur bekanntgab, dass für den Koloss keine Verkaufsabsichten bestünden, veranstaltete die RWTH einen Wettbewerb für Architektur-Studenten, die interessante Vorschläge machten und Modelle erstellten, wie das Bauwerk umgestaltet werden könnte: z.B. in Studentenwohnungen, die in Aachen nach wie vor rar sind. Die Bürgerinitiative will weiter kämpfen mit Unterschriftenaktionen, Petitionen, Einsprüchen. Die Eintragungen im Internet zeugen vom weltweiten Interesse und über 1.000 Unterschriften wurden bei der Internet-Petition auf www.change.org/de bereits geleistet. Die Medien, auch das Lokal-Fernsehen, nahmen sich des Themas an. Die Fernsehcrew traf sich an Ort und Stelle mit Vertretern der Bürgerinitiative und mit Zeitzeuge Hein Kluck, der den Bunker als „Lebensretter“ und „Schutzengel“ titulierte, hat er doch mit seiner Familie den Bunker oft genug aufsuchen müssen, als die amerikanischen Thunderbolts vom Typ P-47 die Stadt bombardierten. Der 76-Jährige appelliert an die Stadt, diese einmalige Gedenkstätte zu erhalten als Mahnmal für kommende Generationen. Investor Hermanns ist sich eigentlich auch bewusst, dass man mit Geschichte gut umgehen muss. Aber Bunkerumbauten würden sich für ihn nicht rechnen. Indes denkt er an ein Mahnmal im Park an der Rütcher Straße, vielleicht ein Stück Bunkermauer mit den daran befestigten Tafeln. Auch könnte ein Historiker ein Schriftwerk über das Kriegsrelikt erstellen, so sein Kompromissvorschlag.

Das letzte Wort ist noch nicht gesprochen. Es wurde ein Bürgerantrag gestellt, den Bunker doch noch unter Denkmalschutz zu stellen. Dafür ist nun die Stadt Aachen als untere Denkmalbehörde zuständig.

Christine Kluck

Fotos: Heinrich Kluck



Ein Zeugnis von Menschlichkeit

1941 bin ich geboren. Nach unserer Evakuierung 1945 kehrte meine Mutter mit mir und meinem zwei Jahre älteren Bruder zurück in unseren ehemaligen Wohnort. Das von uns vor der Evakuierung bewohnte Haus war bereits besetzt und wir fanden in der näheren Umgebung eine 3-Zimmer Wohnung. Vater befand sich im Krieg bzw. inzwischen in französischer Kriegsgefangenschaft. Unsere Großeltern lebten ca. 3 km entfernt von uns.

Wie damals überall mussten die Frauen/Mütter ihre Familie „durchbringen“ mit den Möglichkeiten, die zur Verfügung standen. Wir hatten einen kleinen Garten und unserer Wohnung gegenüber ein Gelände, auf dem Mutter einige Hühner halten konnte. Unser Großvater, der wegen seines stark verkürzten Armes - einem Leiden aus früher Kinderzeit - und aufgrund seines Alters nicht in den Krieg musste, betreute seine kranke Frau und versuchte, so gut wie möglich, auch uns zu helfen und uns ab und zu mit Lebensmitteln - meist durch Tauschhandel erworben - zu versorgen.

Uns beiden Kindern ging es eigentlich gut, d.h., wir kannten kein anderes Leben, waren also zufrieden. Die Nöte, die unsere Mutter hatte durch die Sorge um ihren Mann, der sich in Gefangenschaft befand, und weil sie allein zwei Kinder versorgen musste, bekamen wir nicht mit.

Eines Tages, ich war vier Jahre alt, machte ein großer Militär-Lastwagen Halt vor unserem Haus. Von den Holzbänken im Inneren des Lastwagens kletterten sechs bis acht junge Männer, die sich im Straßengraben niederließen, um eine Frühstückspause einzulegen. Es waren englische Soldaten, die in der Nähe stationiert waren, und sich auf dem Weg



John Burch mit 19 Jahren während seiner Stationierung in Deutschland 1945

zu einem anderen Stellungsort, in der Eifel gelegen, befanden.

Unsere Mutter beobachtete von unserem Balkon aus diese Gruppe junger Menschen eine Weile. Dann ging sie runter zu ihnen und bot ihnen an, doch in unsere Wohnung zu kommen, um dort das Essen einzunehmen. Nach kurzem Wortwechsel mit entsprechender Gestik - welche deutsche Frau sprach in diesen Zeiten ausreichend Englisch? - kamen die Soldaten der Einladung nach und plötzlich war unsere kleine Wohnung ein fröhliches „Gästezimmer“. Mutter kochte Wasser, goss Tee auf, es wurden Esswaren ausgepackt - Köstlichkeiten, die wir beiden Kinder niemals vorher gesehen hatten. Noch heute ist mir der Geschmack von Corned Beef aus der Dose ein Begriff.

Es herrschte ein reges Stimmen- und Wörtergewirr. Wir tauschten unsere Namen aus, lernten zu deuten, was das eine oder andere unserer kleinen Welt in Englisch bedeutete. Unsere „Feinde“ wurden unsere Freunde!

Natürlich ließen die jungen Soldaten jede Menge Lebensmittel zurück, die wir behalten durften. Meine Mutter rief, nachdem die Gruppe sich verabschiedet

hatte, die Nachbarsfamilie, die auf dem gleichen Flur lebte, und auch sie freuten sich über die zusätzlichen Lebensmittel.

Diese „Frühstückspause“ wurde von diesem Tag an zu einer festen Einrichtung. In unterschiedlichen Abständen machte die Gruppe englischer Soldaten immer wieder Halt bei uns, bis sie uns eines Tages ankündigten, ihre Zeit in Deutschland (nach Kriegsende) sei vorbei und sie würden zurückkehren nach England zu ihren Familien. In diese Freude mischte sich auch Traurigkeit auf beiden Seiten. Schließlich waren wir Freunde geworden.

1946, ein Jahr bevor unser Vater aus seiner Kriegsgefangenschaft entlassen wurde und zu uns zurückkehrte, erreichte Post unsere Mutter. Corporal Bill und seine Soldaten hatten je einen Brief verfasst. Diese Briefe waren bereits in Deutsch übersetzt und drückten Dank und große Hochachtung aus, sprachen von Freundschaft, Zuneigung und dankbaren Erinnerungen.

Einer dieser Soldaten machte sein Versprechen wahr. Er meldete sich später wieder, nachdem er geheiratet hatte, und schon bald fand der erste Besuch von ihm und seiner Frau bei uns statt. Unser Vater stieg später voll in diese - von seiner Frau aufgebaute Freundschaft - mit ein. Viele frohe Besuche fanden statt, meist zur Weihnachtszeit. Wegen unserer eingeschränkten Wohnmöglichkeiten brachten wir die englischen Freunde im Nachbarhaus unter. Als ich 17 Jahre alt war, besuchte ich unsere englischen Freunde zum ersten Mal. Sie lebten damals in Norfolk/ Great Yarmouth und weitere gegenseitige Besuche fanden statt. Mein Mann und ich verbrachten sogar unseren Hochzeitsurlaub in dem Haus, das unsere Freunde uns zur Verfügung stellten.

Diese Freundschaft hält bis zum heutigen Tag an. Unsere Mutter, Vater, unser Freund John sind bereits verstorben. Aber zu Johns Frau Beryl besteht bis zum heutigen Tag eine Verbindung, die vor allem von unserer später geborenen Schwester intensiv gepflegt wird, bis heute: 68 Jahre!

Eine menschliche Geste unserer Mutter, eine vorbildliche für uns Kinder, für die jungen Männer aus England und sicher auch für deren Angehörige. Danke Mutter!



Irmgard Albrecht



John Burch und ich, 18 Jahre alt, bei Walheim



Beryl und John Burch (in der Mitte) zu Besuch bei unseren Eltern in Deutschland

Aus meinem Leben

Mein Familienname lautet „Muff“, mein Vorname „Hans“, ein Allerweltsname. In Märchen, Sagen, Liedern leben viele Namensverwandte, etwa „Hans im Glück“, „Hänsel und Gretel“, „Hans Huckebein“, „Hans Wurst“, „Hänschen klein“. Wer mich sucht, der findet mich nicht in einem Telefonbuch, da ich nirgendwo mit festem Wohnsitz gemeldet bin. Wenn mich jemand erreichen möchte, dann nur über den Nikolaus, wenn er sich gerade im Rheinland aufhält.

Mein Name lässt Schlimmes erahnen, er bedeutet nämlich so viel wie: „wütend“, „zornig“, „schlecht gelaunt“ oder - einfach umschrieben - „muffig“. Kinder erkennen mich sofort: Ich bin dunkel gekleidet, trage einen braunen oder schwarzen Umhang, mein Gesicht ist schwarz gefärbt im Kontrast zu meinen hell leuchtenden Augen. Durch die Last eines schweren Sacks auf meinem Rücken bin ich schon ganz krumm geworden. Gerätselt wird über seinen Inhalt. Die einen sagen, dort sind die Geschenke des Nikolaus für die braven Kinder drin, andere reden von bösen Kindern, die im Sack versteckt sind.

Meine Berufsbezeichnung lautet ganz offiziell: Nikolaus-Begleiter. Überall da, wo der Nikolaus im Raum Aachen auftritt, da bin ich auch. Ich muss zugeben, wir beide sind schon ein komisches Paar - Nikolaus, der Gutmütige, der Kinder beschenkt, und ich ein Teufel, gezähmt zwar, aber wild genug, um Kinder zu erschrecken.

Ich lebe seit Jahrzehnten in Aachen, weil ich den Eindruck habe, dass mich die Menschen hier mögen. Nikolausbräuche schaffen mich jedes Jahr Anfang Dezember wieder neu. Früher war ich oft „gut drauf“ und schlug mit der Rute wild um mich, mal auf den Boden, mal an die Wand. Ich blickte kaum hoch, mein Gesicht war nur schemenhaft zu erkennen. Furchterregend wollte ich aussehen. Ich machte jedenfalls einen Höllenlärm und bereitete mir selbst damit einen Mordsspaß. Die Kinder schrien und hatten große Angst vor mir, insbesondere wenn ich ihnen mit der Rute drohte.

Ich habe mich etwas mit meiner Vergangenheit beschäftigt und herausgefunden - so merkwürdig es für heutige Ohren klingen mag: Mit meinen Drohgebärden unterstützte ich die elterliche Erziehung der Kinder zur Teilnahme am Gottesdienst, zur Verrichtung von Gebeten und zu Gehorsam allgemein. Wer mich verstehen will: Ich bin verwandt mit dem mittelalterlichen „Seelenfresser“. Er fraß alle dem Satan verfallenen Seelen, eine

grausige Vorstellung. Mein engster Verwandter ist Knecht Ruprecht, der fast überall in Deutschland zu Hause ist. Er wirkt - wie ich - als Gegenpart zum Heiligen Nikolaus. Der Schriftsteller Theodor Storm hat ihm sogar ein Gedicht geschrieben. Ein anderer Verwandter ist im Elsaß beheimatet, er heißt Hans Trapp. Eine lokale Besonderheit: Diese dunkle Gestalt tritt zusammen mit dem Christkind auf. Wie jeder merkt: Ich bin international tätig - das zeigt auch meine Beziehung zu Belgien und den Niederlanden. Hier heiße ich „Zwarte Piet“ (Schwarzer Peter) und bin zusammen mit Gleichgesinnten Helfer des Heiligen Nikolaus, des „Sinterklaas“.

Ganz im Gegensatz zu mir beschenkt der Nikolaus die Kinder mit Äpfeln, Schokolade, Nüssen... Er ist als Bischof gekleidet: Bischofshut, roter Mantel, weißer Vollbart, langer Hirtenstab; so strahlt er Würde und Güte aus, findet Zutrauen bei Kindern und wird zum Vorbild für alle Menschen. Nikolaus kann „richtig“ schenken, einem anderen etwas absichtslos geben und damit seine Zuneigung bekunden. Nach Manfred Becker-Huberti („Der heilige Nikolaus“) lebt Nikolaus allerdings nur in Legenden und Bräuchen weiter, „es gibt nichts historisch Fassbares“ über ihn. Unentwirrbar ist die Historie, wenn es darum geht, die Geschichte des Lebens des Hl. Nikolaus von Myra zu entschlüsseln.

Die ablehnende Haltung des großen Reformators Martin Luther gegenüber Heiligen schwächte seine Bedeutung. Seine wesentliche Aufgabe, das Schenken, verlegte Luther auf Weihnachten. Ein entfernter Verwandter des Nikolaus, der Weihnachtsmann, profitierte davon. So richtig bekannt wurde er aber erst durch die „Coca Cola“-Werbung. In der Rolle des weihnachtlichen Gabenbringers hat dieser säkulare Nikolaus für manche das Christkind abgelöst.

Ich denke, auch mich brauchen die Menschen heute immer weniger, jedenfalls nicht als verlängerten Arm der Eltern in der Erziehung. Kindern wird nicht mehr mit Rutenschlägen gedroht und auch nicht mit dem Sack, in den unartige Kinder hineingesteckt werden - wenn auch nur symbolisch. Zudem wird auf niederländischer Seite mein dunkles Äußeres kritisiert. Nicht nur Menschen mit schwarzer Hautfarbe sprechen von Diskriminierung. Da hilft der Hinweis auf eine Legende, nach der das Schwarze im Gesicht auf das Ruß eines italienischen Schornsteinfegers zurückgeht, auch nur wenig.

Ich glaube, ich habe als teuflischer Gegenpol zum Nikolaus ausgedient und werde zum einfachen Korbträger für seine Geschenke, zu seinem wirklichen Begleiter, der auch mit Geschenken Freude bringt.



Er weiß, wie Ihr mich erreichen könnt.

Bild: Jüppsche/wikimedia.org



Alfred Kall

Weihnachtsdekoration

Alle Jahre wieder! Ab in den Keller oder auf den Speicher und die Weihnachtsdekoration in der Wohnung oder dem Haus platzieren. Können Sie allen Bildern die entsprechenden Namen zuordnen? Wenn Sie alles richtig gelöst haben, ergibt sich etwas, das Weihnachten auf keinen Fall fehlen darf.



E



N



Z



H



C



I



E



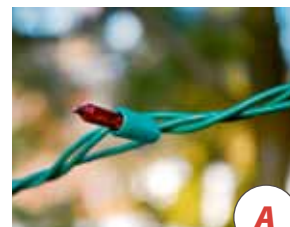
T



C



P



A



E



A



W



T



N



H



L



H



S

1. W Adventskalender
2. _____ Adventskranz
3. _____ Arschpfeifenroessl
4. _____ Bascetta-Stern

5. _____ Christbaumkugel
6. _____ Fröbelstern
7. _____ Herrnhuter Stern
8. _____ Himmili
9. _____ Jöölboom
10. _____ Julehjerter
11. _____ Kerzen
12. _____ Krippe

13. _____ Lichterkette
14. _____ Nussknacker
15. _____ Pflaumentoffel
16. _____ Räuchermännchen
17. _____ Schwibbogen
18. _____ Strohstern
19. _____ Weihnachtsbaum
20. _____ Weihnachtspyramide

Bilder: Wikipedia.de und Wikimedia.org: Jens Gyldenkärne Clausen, Peter Becker, Juliancolton, acf, Tim „Avator“ Bartel, Markscheider, Oliver Merkel, Burrow ws, Sabine Tilgner, Flyout, Clemens Pfeiffer, HerZog, Alex R, Jebediah 42, Angr, Julian Nitsche, Kate Ter Haar, Antkyr, Murna 174, Ulrich van Stipriaan



*Wir wünschen allen
Leserinnen und Lesern
frohe Weihnachten!*

Das Team vom SENIO MAGAZIN

Bekenntnisse einer kleinen Schmugglerin

Vor Feiertagen wurde groß eingekauft. Manchmal nahm man Ursula mit, dann ging es per Straßenbahn nach Vaals. Fast eine Stunde dauerte die Fahrt, ein richtiges Abenteuer.



Ursula bewunderte die vielfältige Art, den Fahrschein aufzubewahren. Ihr Großvater faltete das hauchdünne Billet, welches der Schaffner aus einer hölzernen Klappdose herausriss, zu einem Fächer und schob diesen unter seinen Ehering. Ihre Oma legte den Fahrschein immer sorgfältig in ihr Portemonnaie und ihre Großtante steckte ihn ganz einfach in die Manteltasche und vertraute darauf, dass er schon nicht herausfallen würde. Ursula durfte noch kostenlos mitfahren; „große“ Kinder kosteten erst ab sechs Jahren die Hälfte.

Spannend war es, nach Holland einzureisen, immerhin musste man bei Betreten unseres Nachbarlandes noch den Pass zeigen. Sehr stolz hielt Ursula ihren Kinderausweis in den Händen. Solch eine Einkaufsfahrt hatte aber noch viel mehr Spannendes zu bieten als eine Straßenbahnfahrt und die Passkontrolle.

Diesmal war Ursula mit ihrer Großtante unterwegs. In den großen Einkaufsläden war viel zu tun, die Käufer aus Deutschland kamen in Scharen und waren gern gesehene Kunden. Für die großen Einkäufe gab es ein Rabattsystem; als Belohnung erhielten treue Kunden ein Silberlöffelchen mit Röschenmuster. Heute noch kann man hier und da und ab und zu eines dieser Exemplare entdecken.

Draußen vor der Tür neben dem Eingang steht ein dickes, großes Holzfass. Salzhering ganz frisch! Drinnen hinter der Theke sind Gemüsesorten in Büchsen verschiedener Größe in Regalen bis unters Dach gestapelt. Ursula schaut fasziniert zu, wenn die Verkäuferin mittels einer langen Stange, an welcher oben eine

Greifzange angebracht ist, die gewünschte Konserve von der höchsten Stellage herunterholt, ohne sie fallen zu lassen. Spargel, Erbsen mit und ohne Möhren, Champignons und andere begehrte Artikel werden eingekauft, soviel man tragen kann. Natürlich auch Kaffee, Tee, Kakao und Butter und manchmal sogar etwas, dass ihr ganz besonders gut schmeckt, „Chocoladepasta“, eine schokoladige zähe Masse, die man sowohl aufs Brot schmieren kann als auch in heiße Milch auflösen und damit selbige in Kakao verwandelt.

Großtante bittet heute noch um Zigaretten. Für wen? Sie raucht doch nicht. Und Opa pafft höchstens Zigarren. Egal, es wird sich um eine „Bestellung“ handeln. Zehn Heringe aus dem Fass holt man noch von draußen herein, packt sie zuerst in Ölpapier und schließlich dick in alte Zeitungen ein. Das Geld reicht, die Taschen sind voll, der Einkauf ist beendet.

Nun wird noch eine Freundin von Tante Ilse besucht. Diese wohnt ganz in der Nähe der Haupteinkaufsstraße in einem winzig kleinen Haus. Die beiden alten Damen haben viel zu erzählen und es gibt dazu selbstverständlich ein Kopje Koffee. Das wird dauern! Und das gefällt Ursula gar nicht. – Wenn nur der komische Geruch in diesem Häuschen nicht wäre – eine unbekannte Mischung aus mit Gas betriebenen Herd, Feuchtigkeit und alten muffigen Möbeln. Es tröstet Ursula nur wenig, dass ihr ein paar Lakritze geschenkt wurden. Der Haus- und Hofhund gebärdet sich danach nur noch wilder; sein lautes Gebell macht Ursula Angst. Rocky, der reinrassige, schwarze Zwergpinscher, wächst einfach über sich hinaus.

Ursula ist froh, als man endlich gehen kann. Die Großtante schleppt schwer an zwei prall gefüllten Taschen. In der Zollstation herrscht wieder ein Gedränge wie schon im Lebensmittelladen vorher. Sie müssen hinten anstehen und als sie endlich an der Reihe sind, dass ihr Einkauf vom Zöllner kontrolliert wird, schwitzt Tantchen beachtlich. Sie haben nichts zu verzollen und können schließlich gehen.

Ganz in der Nähe, im Wartehäuschen der Straßenbahn, greift Tante Ilse dann unter ihren Hut und packt das auf ihrem Kopf verborgene Pfund Butter auf eine Tasche obendrauf. Sie stellt die Einkäufe unter die Holzbank. „So, setzt dich hier hin und pass gut auf. Rühr’ dich nicht vom Fleck. Ich bin gleich wieder da!“ Jetzt sitzt Ursula ganz allein unter Fremden sozusagen auf Büchsen und Butter, fühlt sich wie Räuberhauptmanns Tochter und muss warten. Natürlich wird sie hier sitzen bleiben, wenn es sein muss, sogar bis morgen.

Die Großtante dreht noch schnell eine andere Runde – herein ins nachbarliche Ausland beim kleinen Zoll, ganz rasch zu ihrer Freundin, die anderen Dinge abholen, die sie dort deponiert hat. In kürzester Zeit zeigt sie wieder einem freundlichen Beamten die für die Zollinspektion geöffnete Tasche. Das stinkende Paket mit den Heringen hat er nicht näher untersuchen wollen. „Nichts zu verzollen!“ Und wieder war ein Pfund guter Butter mehr für die deutsche Weihnachtsbäckerei über die Grenze gebracht. Schmuggerei hätte natürlich niemand der freundlichen, dicken Dame zugebraut. Die Straßenbahn schlängelt sich mit lautem Kreischen der Metallräder in den Schienen um das Wartehäuschen herum. Wieder entsteigen ihr Holland-Einkäufer. Großtante und Großnichte können ihre Taschen, die voll mit Schätzen sind, aufnehmen und die Heimfahrt antreten.

Tante Ilse war eine fromme, redliche Frau. Wenn Ursula es nicht erlebt hätte, sie würde es nicht glauben, dass die alte Dame so erfinderisch war.

Alles Geschichte –
alles verjährt!

Foto und Text:

Ingeborg Lenné



Eine kleine Familienepisode aus der „R-Mark-Zeit“

Nach dem 2. Weltkrieg, es war die sogenannte „R-Mark-Zeit“, hatte der Schmuggel im Raum Aachen einen hohen Stellenwert. Kaum ein Bürger, der sich nicht in irgendeiner Form daran beteiligte oder zumindest vom Schmuggel hier und da profitierte. Hier berichte ich aber nicht von großen Schmuggelaktionen, bei denen es sogar häufig zu Schießereien an der Grenze kam, das ist ein anderes Kapitel. Meine Geschichte handelt eher von den kleinen Mauscheleien, womit sich in dieser entbehrungsreichen Zeit die kleinen Leute über Wasser hielten.

Die grenznahe Lage der Stadt zu Belgien und Holland ließ den Schmuggel und Schwarzhandel blühen, was zur Folge hatte, dass die Aachener schon über Lebensmittel und andere Güter verfügten, von denen die Deutschen allgemein nur träumen konnten. Auf den Straßen wurde eifrig gehandelt und getauscht und jeder versuchte, etwas vom „Kuchen“ abzubekommen.

Ich war mit meiner Mutter gerade aus der Evakuierung in Bayern zurückgekehrt, mein Vater befand sich noch in russischer Kriegsgefangenschaft. So waren wir froh, bei meinen Großeltern Unterschlupf gefunden zu haben.

Auch wenn ich erst ca. vier Jahre alt war, erinnere ich mich noch gut, dass mein Großvater mit den abstrusesten Gütern handelte. Als da waren: silbern angemalte Kruzifixe, eimerweise Rübenkraut und - sehr begehrt - Nylonstrümpfe, und natürlich immer wieder Kaffee und Zigaretten - allerdings nur in kleinem Rahmen, sonst wäre das Risiko doch zu groß gewesen.

Selbstverständlich kannte ich alle Verstecke in der Zweizimmerwohnung; in den beengten Lebensverhältnissen blieb nichts geheim. So mussten mich Mutter und Großmutter ständig in Schach halten, denn wenn Besuch kam, prahlte ich nur allzu gern mit meinen Kenntnissen: „Soll ich dir mal verraten, wo die Zigaretten versteckt sind?“ oder „Was glaubst du, was da hinter dem Bild ist?“ Man musste schon ständig auf der Hut sein, da auch immer mal Kontrollen durchgeführt wur-



Die Tagesration eines Normalverbrauchers in der britischen Besatzungszone (1948), Quelle: Bundesarchiv

den, meist nach Anschwärzen durch neidische Nachbarn.

So wurde auch regelmäßig „schwarz“ geschlachtet, da Frischfleisch Mangelware war und somit sehr begehrt. In diesem Zusammenhang fällt mir eine kleine Geschichte ein, die noch viele Jahre in der Familie die Runde machte:

Eines Tages schellte es alarmierend an der Haustür. Als meine Großmutter zum Fenster hinausschaute, stand unten ein Bekannter aus der Nachbarschaft und rief aufgeregt: „Sie haben den Jansen verhaftet!“ Das war das Alarmzeichen. Denn der Jansen war der Metzger, der mit dem schwarz geschlachteten Fleisch handelte und auch unsere Familie gerade erst am Vortag beliefert hatte.

Nun war die Aufregung groß. Was tun mit dem Fleisch? Man wusste ja nicht, ob der Mann dicht hielt. Schließlich musste das Fleisch, zumindest für eine Weile, aus dem Haus.

Da hatte meine Mutter eine Idee. Sie packte Bratenstücke und Würste kurzerhand in den Kinderwagen und machte sich auf zu einem längeren Spaziergang durch das Frankenberger Viertel, natürlich ohne mich.

Wie es aber kommen musste, traf sie unterwegs auf Bekannte, die sich mit Blick auf den Kinderwagen auch gleich nach dem Kleinen erkundigten. Mit den Worten: „Ach, der schläft ganz fest“ ist Mama dann schnell weiter geeilt.

An diese Zeit wurde mein Großvater in den 1960er Jahren noch einmal zurück erinnert. Er war längst Rentner, die Wohnung noch die gleiche. Da sollte ganz in

der Nähe ein Grundstück bebaut werden.

Am Tag, als der erste Bagger anrollte, trieb die Neugier meinen Opa zur Baustelle. Denn er wusste, an dieser Stelle waren damals immer die Tierfelle vom Schlachter vergraben worden. Und prompt nach der ersten Grabungsschicht hing schon ein Kuhfell am Haken. Und zum Erstaunen des Baggerführers zog er dann noch diverse Tierhäute aus dem Erdreich.

Opa ging schmunzelnd nach Hause, um seiner Frau von seinem Erlebnis zu berichten.

René H. Bremen



laos-IT Lambert Ostendorf

PC - Hilfe und Schulung

Probleme mit dem Computer, unklare Fehlermeldungen?

Fragen zu Programmen, Computer und Internet?



Sie möchten

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

Ich komme zu Ihnen

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

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

Rufen Sie mich an:

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

www.laos-it.de

Alemannia Aachen - ein unbezahlbarer Werbeträger?

Der lange Zeit dunkle, undurchsichtige Fußballhimmel über Aachen hat sich aufgeklärt. Alle Träume, Hoffnungen, falschen Versprechungen, Ängste und Alpträume sind der glasklaren Wirklichkeit gewichen. Alemannia ist sportlich in die Regionalliga abgestiegen und finanziell mehr als am Ende: im Insolvenzverfahren. Sportlich wird mit vielen neuen Leuten ohne großes Getöse ein Neuanfang versucht. Für alles andere wäre vielleicht jetzt der Zeitpunkt, einmal einen Blick zurück zu wagen, die Abläufe ohne Vorurteil zu betrachten.

Eigene Recherchen bringen „Senio“ zu der Meinung, dass der Anfang aller finanziellen Probleme die für die Alemannia so erfolgreiche Teilnahme am UEFA-Pokal in der Saison 2004/05 war. Die Heimspiele wurden damals im „RheinEnergieStadion“ in Köln ausgetragen, weil die Auflagen der UEFA eine Durchführung auf dem alten Tivoli unmöglich machten. Zudem liefen damals Anwohner auch per Gericht gegen Lärmbelästigungen Sturm. Ein Umbau des alten Tivoli lohnte sich nicht wegen der Nähe zur Wohnbebauung. Bereits nach dem DFB-Pokalendspiel 2004, dessen Erreichen die Teilnahme der Alemannia am UEFA-Pokal-Wettbewerb erst ermöglichte, hatte ein Vertreter der NRW-Landesregierung - auf die Probleme angesprochen



- dem Verein starke Hoffnungen auf eine Landesbürgerschaft für ein neues Stadion gemacht. Dies gab allen weiteren Planungen einen gewaltigen Schub, die dann auch an die Öffentlichkeit kamen und heftigst sowie konträr diskutiert wurden. Zeitweise wurde ein finanziell günstigerer Bau in der Nähe des Flugplatzes Merzbrück angedacht. 2006 fiel der Beschluss zum Bau in Aachen an der Krefelder Straße in der Nähe des alten Tivoli.

Die Zeit drängte, auch weil die EU in Brüssel Landesbürgschaften für die Finanzierung von Fußballstadien und ähnliches ab 2007 verbieten wollte. Vorgeschriebene Finanzierungspläne wurden auf der Basis der vergangenen guten Jahre mit sehr optimistischen Zahlen erstellt und von allen prüfenden Gutachtern - auch beim Land - durchgewunken. Rückblickend sagte der Insolvenzverwalter Rolf-Dieter

Mönning in der Gläubigerversammlung zu den über 60 Millionen Schulden der Alemannia, „dass nur die ‚Mega-Spielzeit‘ (UEFA-Cup, DFB-Pokal und 1. Bundesliga) als Grundlage für die Planung gedient hätte“, also viel zu optimistisch war.

„Die Interessen sind identisch“

Für die Öffentlichkeit personifizierte in dieser Zeit der damalige Aachener Oberbürgermeister Jürgen Linden das Geschehen um den Neubau. Für viele war die Tatsache pikant, dass Linden gleichzeitig auch Aufsichtsratsvorsitzender der Alemannia war. 2009 sagte er, auf einen möglichen Interessenkonflikt angesprochen, im Interview mit den „Aachener Nachrichten“ (11.08.2009) anlässlich der Stadioneröffnung: „Nein, die Interessen von Stadt und Alemannia Aachen sind identisch. Alemannia ist ein wichtiger Standortfaktor, eine wirtschaftliche Größe und ein geradezu unbezahlbarer Werbeträger für die Stadt.“ Fest steht, dass Linden dieses Projekt wollte und forcierte. Aber wenn man schaut, wer z.B. in Düsseldorf bei den Verhandlungen für die Landesbürgschaft und auch sonst für den Bau war, muss man sagen, dass alle Ratsfraktionen das Projekt unterstützten. Die Frage ist nur, was und wie viel wussten die einzelnen Personen? In obigem Interview sagte OB Linden auch, dass schon zu diesem Zeitpunkt die Stadt 11 Mio. € für das Umland und den Flächen-erwerb ausgegeben habe, um den Bau zu ermöglichen. Die Herstellungskosten des Stadions liegen bei über 50 Mio. €. Das Stadion war ursprünglich für 28.000 Zuschauer konzipiert. Der Bauunternehmer Hellmich machte den Alemannia-Verantwortlichen durch leichte bauliche Veränderungen die Aufstockung auf eine Kapazität von 33.000 Zuschauern schmackhaft. Das Land steuerte eine Landesbürgschaft von 23 Mio. bei. Auf Deutsch: Der Steuerzahler versprach, im Zweifelsfalle die Schulden der Alemannia zu zahlen.

Diese hatte extra für den Stadionbau und -betrieb eine eigene „Alemannia Aachen Stadion GmbH“ gegründet, deren Geschäftsführer Frithjof Kraemer wurde. Er bekam von allen Seiten Lob für seine Arbeit während der Bauphase. Hier zeigten sich jedoch schon die ersten großen Probleme. Weil ursprünglich kein Parkhaus geplant war und dieses auf einmal

GESUNDHEITSZENTRUM 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 · www.tri-o-med.de

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

Lassen Sie sich verwöhnen!

KOSMETIKSTUDIO & FUßPFLEGE



im GESUNDHEITSFORUM
„unterm Dach“

25 ALEMANNIA AACHEN

von der Alemannia zusätzlich finanziell gestemmt werden sollte, kam die Gesamtfinanzierung ins Trudeln. Hinter den Kulissen wurde hin und her verhandelt. Die ASEAG/APAG als städtische Tochter baute schlussendlich das Parkhaus und vermietete es dann zu einer kräftigen Jahresmiete an die Alemannia. Pikant ist hier die Tatsache, dass in dieser Phase zeitweise der Vorstand der ASEAG neben Kraemer Geschäftsführer der Alemannia Aachen Stadion GmbH war. Es heißt, dass beide zusammen den Vertrag zum Bau des Parkhauses unterschrieben haben sollen.

Hilferufe an die Stadt

Fest scheint zu stehen, dass die Alemannia Aachen GmbH, zuständig für den Profifußballbereich, nur in der ersten Spielzeit schwarze Zahlen hatte und es dann bergab ging. 2010 folgte der erste Hilferuf an die Stadt. Im April genehmigte der Rat eine Ausfallbürgschaft von 5,5 Mio. €. Oberbürgermeister Marcel Philipp sagte damals: „Jetzt ist der Weg frei für die Sanierung. Neben dem dazu notwendigen sportlichen Erfolg ist ein wesentlicher Punkt die Treue der Fans.“ Der sportliche Erfolg war damals und weiterhin nicht mehr vorhanden, die Alemannia rutschte immer mehr ab. Schon zu dieser Zeit soll laut Insolvenzverwalter Mönning ein auf die Schieflage hinweisendes Wirtschaftsgutachten vorgelegen haben. Die Fans blieben und bleiben dabei, Alemannia ist der „Zuschauerweltmeister“. Trotzdem ging es weiter bergab.

Ende 2011 drohte wiederum das Ende. Die Zinsen waren es auf einmal, die den Verein bedrohten. SPD-Fraktionsvorsitzender Heiner Höfken sprach jedoch in dieser Phase davon: „Es könnte sich rechnen, wenn die Stadt den Tivoli abkauft und über 25, 30 Jahre an Alemannia verpachtet. ... Das Projekt darf der (sic!) Stadt aber am Ende nichts kosten.“ (AN vom 15.10.2011) Nach vielem Hin und Her stimmte im März 2012 ca. zwei Drittel des Stadtrates für eine Umfinanzierung der Schulden der Alemannia. Klartext: Die Stadt Aachen und der Hauptsponsor „AachenMünchener Versicherung AG“ lösten die Schulden der Alemannia Aachen Stadion GmbH je zur Hälfte ab und die Kommune nahm dafür einen Kredit von ca. 18,5 Mio. € auf. Die Zinskosten betrugen



pro Jahr rund 360.000 €. Durch eine erhebliche Laufzeitverlängerung und Reduzierung der Zinsen konnte Alemannia von da ab im Jahr sehr viel Geld sparen. Weitere Kredite von Privatpersonen sollten zusätzlich helfen und die Fan-Anleihe von 4,1 Mio. € absichern. OB Philipp sagte damals: „Wichtig ist, dass sich der Rat sehr intensiv mit der Risikoabwägung befasst hat. Über die finanzielle Beurteilung hinaus spielt die Alemannia eine große Rolle für das Erscheinungsbild der Stadt.“ Wenn man im Nachhinein den Bericht des Insolvenzverwalters an das Gericht studiert, zitiert dieser ein Gutachten von April 2012, das eindeutig sagt, dass die Umfinanzierung in „voller Kenntnis einer fehlenden Ertrags- und Liquiditätsplanung“ durchgeführt wird. Dummerweise wurden (von wem?) Gelder für die Fan-Anleihe danach falsch angelegt – nicht insolvenzsicher – und flossen somit statt an die Fans in die Insolvenzmasse. Einen Monat später gab es eine klare Warnung des Alemannia-Aufsichtsrates Horst Rambau, der für den Herbst ein Minus von 4,5 Mio. € prognostizierte und für das Jahr 2013 ein „Desaster“ von 13 Millionen. Rambau wurde kurze Zeit später aus den Gremien „entfernt“.

Die Stadt kannte sicherlich auch diese Warnung, verließ sich aber auf vorliegenden positive Testate.

Die Insolvenz

Im November 2012 folgte dann die Anmeldung der Insolvenz. Kurz vorher war der bislang so gelobte Geschäftsführer Kraemer gefeuert worden. Der Alemannia-Präsident Heino Heyen musste eine fehlende Liquidität von 4,5 Mio. € zugeben. Für das Saisonende wurden mit 12 Mio. gerechnet. Heyen: „Wir stehen vor einem großen Scherbenhaufen.“ Alle waren überrascht und keiner hatte etwas geahnt, geschweige befürchtet – behaupten jedenfalls die Beteiligten. Der Schuldige war sofort ausgemacht: Der geschasste Geschäftsführer Kraemer. Stadt und insbesondere OB Philipp, der die Alemannia oft genug zur Chefsache gemachte hatte, sprachen von „krimineller Energie“. Es wurden diverse Anzeigen erstattet. Die Staatsanwaltschaften arbeiten noch daran. Eine Anklageschrift gibt es bis dato nicht.

Nun führen Geschäftsführer Michael Mönig und Insolvenzverwalter Rolf-Dieter Mönning die Alemannia Aachen Stadion GmbH. Die Gläubiger haben einem



Sanierungsplan zugestimmt. Finanziell wird dabei nicht viel herauskommen. Für den Sport besteht dadurch lediglich die Möglichkeit des Überlebens. Der Supergau, die Insolvenz des Muttervereins TSV Alemannia Aachen und damit der Verlust der Lizenz, konnte zwischenzeitlich durch eine außergerichtliche Vereinbarung abgewendet werden. Das einst vom Sportrechtshändler Kölmel gewährte Darlehen in Höhe von ca. 2,4 Mio. € braucht erst bei Aufstieg in die 2. oder gar 1. Liga zurückgezahlt werden. Herr Kölmel hofft auf die Zukunft. Jetzt hätte er sowieso nichts bekommen.

Die Bürger als Verlierer

Wäre die Alemannia ein ganz normaler Betrieb, der Pleite geht, würde wohl kaum Aufhebungs gemacht. Aber Sport ist natürlich Emotion, Teilhabe, Engagement, Tradition, Identifizierung - und auch Werbung, insbesondere wenn ein Verein, wie in diesem Fall, schon so lange besteht und sich einen Namen gemacht hat. Die Frage, die sich insbesondere Menschen



Pressereferentin Andrea Defeld vom Bund der Steuerzahler NRW nahm zur finanziellen Unterstützung der Alemannia durch die Stadt Aachen wie folgt Stellung: „Es sollten keine öffentlichen Mittel für Proficlubs gegeben werden. Der Breitensport sollte gefördert werden, aber professionelle Vereine, die oft durch Missmanagement und Fehleinschätzung in eine Schieflage geraten, sollten nicht durch die öffentliche Hand gerettet werden. Insbesondere auch, weil viele Städte und Kommunen nah am Haushaltssicherungskonzept operieren und im Zweifelsfall dann kleine Vereine, Bäder, etc. keine notwendigen Zuschüsse mehr bekommen und die Infrastruktur insgesamt leidet. Durch Gründung von separaten GmbH's werden nur Schattenhaushalte gebildet, um die Gesamtsituation zu verschleiern.“

stellen, die keinen Bezug zu Fußball haben, ist, ob und inwieweit die öffentliche Hand sich engagieren soll und darf. Soll ein Profiverein, der je nach Tabellenplatz und Liga mit Millionen jongliert, von der Kommune über Wasser gehalten bzw. abgesichert werden? Dieser Frage müssen sich die Politiker stellen, wenn sie um Hilfe angegangen werden. Sie wissen, dass Anhänger - oft sind sie selbst es auch - und Fans ein großes („Wähler“-) Potential darstellen. Man will sie nicht enttäuschen und sucht nach Lösungen und Absicherungen. Jedem Verantwortlichen muss jedoch klar sein: Pläne für Fußballstadien in zig-Millionenhöhe, die nur auf Hoffnungen und Erwartungen in der Zukunft basieren, kann, wenn schon Banken abwinken, auch der Steuerzahler nicht finanzieren. Das Fatale ist: Wird einmal Hilfe gegeben, hat man verloren. Bei jedem neuen Problem wird man wieder angegangen, weil ja sonst die erste Hilfe ganz verlustig gehen könnte. Man ist in einen Teufelskreis geraten, aus dem man nicht mehr herauskommt.

Wenn dann von Anfang an auch noch eine so starke Vermischung von Politik- und Sportinteressen vorhanden ist wie bei der Alemannia, gibt es am Ende keine klaren Unterschiede mehr. Wie sagte OB Linden: „... die Interessen von Stadt und Alemannia Aachen sind identisch.“ Ob er diesen Satz heute noch mal wiederholen würde? Trotzdem sehen manche Politiker das immer noch so: NRW-Innenminister Ralf Jäger (SPD) sagte der „Welt“ (15.8.2013): „Viele ruhmreiche Traditionsvereine tragen den Namen ihrer Stadt. Daher ist es nur verständlich, dass diese helfen, wenn ihr Verein in finanzielle Not gerät.“ Gleichzeitig betonte er aber auch, dass die Kommunen auf die finanziellen Risiken hingewiesen würden. Der grüne Aachener und NRW-Spitzenpolitiker Reiner

Priggen hat erkannt, dass der Politiker, der helfen will, in jedem Fall verliert. Deshalb lautet seine Erkenntnis aus diesem Desaster: „Die Politik muss sich künftig aus dem Fußballgeschäft raushalten, weil du diesen Kadetten nicht trauen kannst.“ (Die Welt vom 15.08.2013)

Was bleibt für Aachen?

Alles in allem ein finanzielles Desaster. Stadt und Land sind bestimmt insgesamt mit weit mehr als 60 Mio. € dabei. Am Ende des Insolvenzverfahrens wird man mehr wissen, vielleicht auch, ob zusätzlich noch eine strafrechtlich relevante Involvenzverschleppung vorliegt. Auf der anderen Seite wird die Stadt wohl ein reines Fußballstadion bekommen, das sie nicht wollte, das zukünftig aber unterhalten werden will. Man sucht verzweifelt nach Lösungen, es finanziell lukrativ zu vermarkten oder gar zu verkaufen. Wie auch immer: am Ende bleiben riesige, steuerfinanzierte Verluste. Die Luft wird eng, Haushalts-sicherung oder gar Nothaushalt drohen.

Der Politik ist für so manche Entscheidung mehr allgegenwärtiges Misstrauen und „gesunder Menschenverstand“ zu wünschen. Dem Fußballverein Alemannia ist zu wünschen, dass man zwar tief gefallen ist, aber mit dem Rückhalt vieler Zuschauer, weiterhin gewogener Sponsoren und der treuen Fans die höheren Ligen nicht aus den Augen verliert.

Trotz mehrfacher Nachfrage des Senio Magazins an die Stadt Aachen mit Bitte um Mitteilung, wie hoch die gesamte finanzielle Belastung für die Bürger im Rahmen des Engagements Alemannia Aachen aktuell ist, blieb diese bis heute unbeantwortet.



Franz Gass



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



Filiale eines „SuperBioMarktes“, Foto: Pediawissen/wikimedia.org

Supermärkte - geheime Verführer

Wer einen Lebensmittelmarkt besucht, ahnt nicht, dass er ein ausgeklügeltes Verkaufssystem betritt, das dem Ziel dient, den Kunden zum Kauf von möglichst vielen Produkten zu animieren - egal, ob er sie benötigt oder nicht.

Verkaufspsychologen und Marketingexperten haben das Kundenverhalten in vielen Verkaufsgesprächen und Befragungen erforscht und manchmal auch mittels Kameras in den Läden ausspioniert. Sie wissen, wie Verbraucher ticken. Deutsche lieben Einkaufszettel - und trotzdem fallen 70% der Kaufentscheidungen erst im Geschäft. Der Kunde lässt sich manipulieren, meist kauft er mehr als geplant. Der Einkauf soll so angenehm wie möglich sein. Ruhige Musik, Ruheplätze und Duftzonen sollen eine Wohlfühlatmosphäre vermitteln. Eine gute Orientierung ist dem Kunden wichtig. „Nichts ist schlimmer, als ein Shopper, der nicht findet, was er sucht“, sagt Julia Rösler, Marketingbotschafterin des Unilever-Konzerns. Sie ist Category Managerin und erklärt Ladenbesitzern, wie sich ihre Produkte besser verkaufen lassen.

In den Märkten steht nichts nur zufällig an seinem Platz, alles dient dem Ziel, mehr umzusetzen. Neuheiten stehen in der „Sichtzone“. Dinge des täglichen Bedarfs, z.B. Butter, Eier, Joghurt und Käse, befinden sich im hinteren Teil des Ladens in der „Bückzone“. Die braucht der Kunde sowieso, dahin soll er laufen und in die Hocke gehen. Die Einkaufswagen sind in den letzten Jahren größer geworden. Wenige Waren sehen darin mickrig aus, das regt dazu an, mehr hinein zu legen. Die Gänge zwischen den Regalen sollen so breit sein, dass zwei Einkaufswagen aneinander vorbei kommen. Zu enge Passagen lösen Angstgefühle aus, die den Besucher veranlassen, schneller zu gehen.

Männer vernichten Umsatz

Psychologen haben herausgefunden, dass Frauen und Männer unterschiedliche Verhaltensmuster an den Tag legen. Für den Mann ist der Einkauf ein Auftrag, den er schnell erledigen möchte. Das Suchen nach dem richtigen Produkt ist ihm unangenehm und oft mit Stress verbunden. Frauen lassen sich mehr

Zeit zum Auswählen und Begutachten. Männer in Begleitung von Frauen vernichten nach Meinung der Marketingexperten durch ihre Anwesenheit wertvollen Umsatz. Deshalb versucht man sie zu trennen, indem z.B. Drogerieartikel für sie und ihn an verschiedenen Orten platziert werden.

Die Manipulation beginnt

Schon mit dem Betreten des Marktes beginnt die Steuerung des Kunden. Der Eingang befindet sich an der rechten Seite. Gegen den Uhrzeigersinn wird der Besucher durch das Geschäft geleitet. Psychologen haben erforscht, dass die meisten Menschen dazu neigen, nach links zu gehen. In der Wüste ausgesetzt würden wir im Kreis gehen. Nach links gehende Kunden sollen angeblich 10 % mehr Geld ausgeben. Nach einigen Schritten empfängt den Einkaufenden die sogenannte Bremszone. Sonderangebote vermindern sein Tempo. Danach folgt die Obst- und Gemüseabteilung. Gut ausgeleuchtet und appetitlich dekoriert, wird die Atmosphäre eines Marktplatzes vermittelt. Auf seinem Weg wird der Besucher durch gestapelte, halbausgepackte Ware im Gang erneut gestoppt, sie sollen Sonderangebote suggerieren.

Die preisliche Ausschilderung in roter Farbe erweckt ebenfalls den Eindruck, es handele sich um preisreduzierte Ware. Auf halbem Weg befindet sich die Weinabteilung. Klassische Musik soll motivieren, nach teureren Flaschen zu greifen. Zum Schluss an der Kasse befindet sich die „Quengelzone“. In Greifhöhe von Kindern liegen Schokoriegel, Kaugummis, die schnell im Einkaufswagen landen, damit das Kind Ruhe gibt. Hier wird 5 % des Umsatzes erwirtschaftet, obwohl die Verkaufsfläche nur 1,5 % beträgt. Am Ende des Einkaufs ist wieder mehr im Wagen gelandet als geplant.

Paco Underhill, ein amerikanischer Konsumforscher, schrieb in seiner Verkaufsfibel: „Wenn wir nur dann in Geschäfte gingen, wenn wir tatsächlich etwas einkaufen müssen, und wenn wir dann nur das kaufen würden, was wir wirklich brauchen, würde die Wirtschaft zusammenbrechen.“ (Quelle: Die Zeit Nr. 24 vom 06.Juni 2012)

Peter J. Heuser





Sie haben kalt?

Wir helfen bei Fragen zur Altbausanierung und Energieeinsparung!

Kostenlos und neutral – für Eigentümer und Mieter
Monatliche Sanierungstreffs – Infos unter www.altbauplus.de

altbauplus
Infoservice energiesparendes Sanieren

AachenMünchener-Platz 5, 52064 Aachen, Tel.: 0241/413888-0

Barrierefreie Badgestaltung - Komfort für alle und zu jeder Zeit

Die Wohnung ist der Ort, an dem man sich wohlfühlen möchte. Viele Menschen - vor allem ältere - wohnen seit vielen Jahren in ihren Häusern oder Wohnungen. Oftmals sind es sogar Jahrzehnte, in denen jemand in seinen vertrauten vier Wänden lebt. Ansprüche und Bedürfnisse können sich in dieser Zeit ändern. Vor allem im Bad fällt es auf, dass die lang gehegten und gepflegten Badmöbel und Oberflächen nicht mehr zu einem passen. Entweder weil man sich an der Farbe satt gesehen hat oder - weil man feststellt, dass im Laufe des Älterwerdens der hohe Wannenrand zu einer Barriere geworden ist.



Oftmals können Hilfsmittel Abhilfe schaffen, die mit kleinem Aufwand eine große Wirkung erzielen können. Bekannt ist hier vor allem der Badewannenlift oder die Toilettensitzerhöhung. Reicht dies nicht oder ist sowieso eine Modernisierung geplant, sollte im Vorfeld besonderes Augenmerk auf die Sicherheit und gute Nutzbarkeit entsprechend der eigenen Bedürfnisse gelegt werden. Denn das Badezimmer muss aufgrund seiner Aufgabe höchste funktionale und technische Anforderungen erfüllen. Bei Bestand und Neubau heißt dies, dass schnell viel Geld ausgegeben ist, ohne dass das Bad bei eingeschränkter Mobilität gut zu nutzen wäre.

Muss das Bad mit Rollator oder Rollstuhl genutzt werden, braucht man Platz. Barrierefreiheit heißt deshalb vor allem, möglichst viel Bewegungsraum und ausreichend breite Durchgänge zu schaffen.

Im Neubau können diese Anforderungen ohne hohe Mehrkosten bereits mit eingeplant werden. Dann stellt sich der Komfort schon fast von allein ein.

Bewegungsflächen von mindestens 1,20 x 1,20 m vor Waschtisch, WC und Dusche oder Badewanne sind ideal, können aber nicht immer im Bestand umgesetzt werden. Oft schafft aber eine geänderte Anordnung der Objekte erstaunlich viel Platz. Genannt sei hier die bodengleich gefliesste Duschrfläche, in der man nicht nur ohne Einstiegsprobleme sicher duschen kann, sondern deren Fläche vor Waschtisch und WC mit genutzt werden kann.

Im Bad wird es nass, deshalb sollte unbedingt auf einen ausreichend rutschfesten Bodenbelag geachtet werden. Eine Duschtasse kann mit einer Voll-Antislip-Beschichtung sicherer gemacht werden. Um sich nicht zu verbrühen, sollte die Armatur mit Thermostat ausgestattet sein.

Der Waschtisch mit passender Form sollte unterfahrbar gestaltet sein. Dies erreicht man mit dem Einbau eines flachen Siphons, der genügend Platz für Beine und Knie lässt. Eine Einhebel-Armatur kann ohne viel Kraftaufwand am leichtesten bedient werden. Und wenn man sich gern die Haare im Waschbecken wäscht, wird das durch einen ausziehbaren Brause-schlauch erleichtert.

Das WC sollte individuell höhenangepasst eingebaut werden, damit das Hinsetzen und Aufstehen einfacher fällt. Spüldrücker und Papierrollenhalter sollten möglichst im vorderen, seitlichen Greifbereich angeordnet sein, damit sie leicht erreichbar sind.



Und zu guter Letzt sollte geprüft werden, an welchen Stellen Stütz- und Haltegriffe hilfreich wären. Sie sind das A und O, um Stürze zu vermeiden und Sicherheit zu geben. Und wenn sie nicht alle gleich gebraucht werden, so ist es doch wichtig, dass sie nachgerüstet werden könnten.



Weitere kostenlose Tipps und Infos - z.B. welche finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten es gibt - können bei der Wohnberatung der StädteRegion Aachen erfragt werden. Wissenswertes gibt es außerdem unter www.pflege-regio-aachen.de zu erfahren.



Ihre Ansprechpartner in der Wohnberatung: (v. l. n. r.)

Fr. Dirksen: 0241/5198-5015
Fr. Carstens: 0241/5198-5068
Fr. Bücken: 0241/5198-5075
Fr. Berg: 0241/5198-5066



Schönn **jelosse** blive ...

Heä könt jeddes Johr esue secher wie et Ame en de Kerch än es - wennestens för auer Lü - net jrad et Jeält van et Ej. Mäni- chenge - doe ben ich mich janj secher - wööed höm et lejjvste uus singe Kalender striiche of sich suevööl Fennegge wön- sche, datt heä höm dr Röck kiehre küüent.

Wovan ich sprejch, es üch secher at all opjejange. Et es dr Wenkter.

Wenn ich hü at dora den, worop ich mich en e paar Monnt estelle moss, föihl ich nu at de Kau ming Beän eropkruu- fe: Material för et Stouche bestelle, Vita- min-Tablette jelde, dr Wollschal än lang Ongerbokse eruuskroeme, Wenkterreäfe optrecke, Streumeddel än Schnieschöp paratstelle, för Chreßmesjeschenke spare än, än... Wat mich ouch noch ene Schud- der övver dr Röck jagt: wenn et Therome- ter esue dejp fällt, datt me selvs bau jät wie ene lizzapp weäd.

Natürlich es mich klor, datt ich doe net jrueß jät draa ändere kann. Ävvel öm die Saach e Spittche avzemeldere, han ich dat Peäd ens van die anger Sijj opje- zümmt. Ich schreäv mich alles op, wat mich dr Wenkter erdräglicher maht. Dat es esuevööl, datt ich tireck atwier Op- wenk krigg.

Ich ligg morjens öm sess noch sellig on- ger ming Bettdecke än bruuch net domet ze rechne, datt mich de Sonnestroehle hellwaach maache.

Ich kick mich - wenn ich wel - dr Wenkter van benne aan än drenk met Jenoss ene heäße Grog.

Ich moss en minge Jade jeä Jraas miehne än jeng Blomme jesse.

Ich krigg jarantiert jenge Sonnestech.

Än wat bau et Schönnste es: et jövvat at- wier Moschele.

All die Saachens - än noch en hankvoll mieh - weäd ich bewoss jenesse än mich van dat Wooet „Wenkter“ net mieh bang maache losse.



Schön **gelassen** bleiben ...

Er kommt jedes Jahr so sicher wie das Amen in der Kirche und ist - wenigstens für ältere Leute - nicht gerade das Gelbe vom Ei. Manch einer - da bin ich mir ganz sicher - würde ihn am liebsten aus seinem Kalender streichen oder sich soviel Geld wünschen, dass er ihm den Rücken zuwenden könnte.

Wovon ich spreche, ist ihnen allen sicher längst bewusst. Es ist der Winter.

Wenn ich heute schon daran denke, worauf ich mich für ein paar Monate einstellen muss, fühle ich jetzt schon die Kälte an meinen Beinen emporkriechen: Material zum Heizen bestellen, Vitamintab- letten kaufen, den Wollschal und lange Unterhosen herauskramen, Winterreifen aufziehen, Streumittel und Schneeschau- fel bereitstellen, für Weihnachtsgeschen- ke sparen, und, und, und. Was mir auch noch einen Schauer über den Rücken jagt: wenn das Thermometer so tief fällt, dass man selbst bald zu einem Eiszapfen wird.

Natürlich ist mit klar, dass ich daran nicht groß etwas ändern kann. Aber um die Sa- che ein wenig abzumildern, habe ich das Pferd mal von der andern Seite aufge- zäumt. Ich schreibe mir alles auf, was mir den Winter erträglicher macht. Das ist so- viel, dass ich sofort wieder Aufwind spüre.

Ich liege morgens um sechs noch selig un- ter meiner Bettdecke und brauche nicht damit zu rechnen, dass mich die Sonnen- strahlen hellwach machen.

Ich guck mir - wenn ich will - den Winter von innen aus an, und trinke mit Genuss einen heißen Grog.

Ich muss in meinem Garten kein Gras mä- hen und keine Blumen gießen.

Ich bekomme garantiert keinen Sonnenstich.

Und was beinahe das Schönste ist: Es gibt schon wieder Muscheln.

All diese Sachen - und noch eine Handvoll mehr - werde ich bewusst genießen und mich von dem Wort „Winter“ nicht mehr ängstigen lassen.



Hein Engelhardt

Übersetzung von:

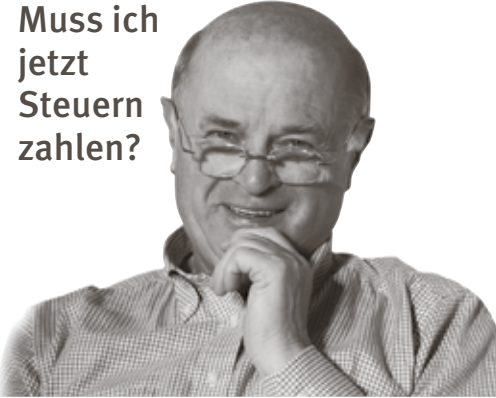
Richard Wollgarten

Öcher Platt e.V.



ETL | SFS
Steuerberatung für Senioren

Muss ich jetzt Steuern zahlen?



Wir klären das!

ETL | SFS Steuerberatung für Senioren

ADVISA Aachen
 Steuerberatungsgesellschaft mbH
 Wilhelmstraße 38
 52070 Aachen
 Telefon: (0241) 9 46 14-60
 Fax: (0241) 9 46 14-70
 sfs-aachen@etl.de
 www.ETL.de/advisa-aachen



Das Spiel des Lebens

Oktober 2013, Premiere von „Antigone“ im Kulturzentrum Stolberg: Der alte blinde Seher Teiresias – die pensionierte Chirurgin Dr. Katharina Stenten Semsch (80) mit verfilztem Haar, zu großem Mantel und schwarzen Gummistiefeln – liest dem König Kreon die Leviten, dass selbst das Publikum gefangen ist. Die Spannung muss raus. Szenenapplaus! Zuvor hatte schon der vorwitzige Wächter – die frühere Kindergärtnerin Irmgard Schwartz (71) mit Stoppelbart, Parka und Dreiviertelhose – den frisch gekrönten Staatsmann aus dem Gleichgewicht gebracht.

Katharina Stenten Semsch und Irmgard Schwartz sind Mitglieder im Ensemble „Theater Bühne frei“. Über ein Jahr lang haben sie sich zusammen mit sieben weiteren Hobbyschauspielern Dienstag für Dienstag im Stolberger Helene-Weber-

Haus auf den großen Moment vorbereitet und den Rollen ihren Stempel aufgedrückt. Denn darauf legte Regisseur Thomas Bünten Wert: Ihre Kreativität sollten sie aktivieren, eigene Ideen sollten sie einbringen und, ja, auch ihre Lebens-

erfahrung. „Im Stück heißt es: ‚Weh dem, der kämpft mit der Notwendigkeit.‘ – Wir Chirurgen kämpfen immer mit der Notwendigkeit! Da fiel es mir als Teiresias nicht schwer, dem König zu sagen, wo es lang geht“, fasst Stenten Semsch zusammen.

„Es war aufschlussreich, wie wir uns mit der gesamten Gruppe der Geschichte, ihrem Kern und den Charakteren Schritt für Schritt genähert haben“, ergänzt Schwartz. Basis dafür sei, dass sich alle trotz ihrer Unterschiedlichkeit akzeptieren, wie sie sind. Dann lerne man voneinander. „Ich habe als Erzieherin mit den Kindergartenkindern häufig Theater gespielt. Es war immer enorm, welche persönliche Entwicklungssprünge die Kleinen von den Proben bis zur Aufführung genommen haben.“ Das ergehe ihr nicht anders. Auch sie reife mit jeder Produktion. Woran das liegt? Stenten Semsch erklärt: „Im Theater kann ich all meine Facetten ausdrücken und einfließen lassen, was ich erlebt habe. Es ist aber auch ein Ort, mich mit den Möglichkeiten auseinanderzusetzen, die das Leben bietet, und auszuprobieren, was oder wie ich sein könnte.“

Dann entdeckt man offensichtlich ganz neue Seiten an sich. Das gilt für die Bühne wie fürs echte Leben. Lachend erzählen beide von einem Ausflug, der sie kürzlich nach Oostende führte. Mit zwei weiteren Ensemblemitgliedern mischten die beiden dabei das Zugabteil so richtig auf! Immer wieder sangen sie lauthals „Heut’ ist so ein schöner Tag, lalalalala.“ Der eigentliche Spaß: Bei dem Lied handelt es sich um einen echten Insider. Wer die Auflösung erfahren will, der sollte sich „Antigone“ nicht entgehen lassen ...

Sophokles’ „Antigone“ ist am 8., 9. und 10. November im Theater 99, Gasborn 9-11, Aachen, zu sehen. Informationen zum Vorverkauf gibt es unter: www.theaterbuehnefrei.de. Das Ensemble sucht außerdem ab sofort für die kommende Produktion Mitspieler aller Generationen. Wer mitmachen will, melde sich im Helene-Weber-Haus, www.heleneweberhaus.de.



Günel Günel

Wer sind sie?

Dr. Katharina Stenten Semsch wurde in Aachen geboren und wuchs im Jakobsviertel auf. Nach ihrem Medizinstudium in Heidelberg und Freiburg arbeitete sie zunächst als Chirurgin am Bethlehem-Krankenhaus in Stolberg, ehe sie sich dort 1972 als Allgemeinärztin niederließ. 1998 gab sie ihre Praxis auf. Neben dem Theater spielt sie Geige, macht Tai-Chi, beschäftigt sich mit Komplementärmedizin, schwingt den Tennisschläger und geht für ihr Leben gern in die Lütticher Oper.

Irmgard Schwartz kam in Würselen zur Welt und hat mit einer kurzen Unterbrechung immer dort gewohnt. In Aachen machte sie ihre Ausbildung zur Kindergärtnerin. Als Erzieherin arbeitete sie von 1960 bis 2005 – zunächst in Kohlscheid, anschließend lange Jahre im Kindergarten St. Sebastian in Würselen. Seit 20 Jahren spielt sie Theater in Stolberg. Sie nimmt Malkurse, liebt Patchwork und Nähen, geht ins Fitness-Studio und kümmert sich liebevoll um ihre Enkel.



Freundinnen der Malkunst

Sie haben sich vor mehr als dreizehn Jahren kennen gelernt und auf Anhieb gemerkt, dass die Chemie stimmt: die beiden Malerinnen Gisela Freund und Inge Gerdorf. Nun stellen sie bereits zum siebten Mal gemeinsam ihre neuesten Acrylbilder und Aquarelle aus. Erwin Bausdorf sprach anlässlich der bevorstehenden Ausstellung mit Inge Gerdorf über die Malerei.



Warum malt Ihr überhaupt? Liegt das in den Genen?

Wir beide haben schon als Kinder gerne gemalt, weil wir Freude am Malen haben. Das ist bei allen, die malen, die wichtigste Voraussetzung. Jeder, der malt, sieht die Welt mit anderen Augen. Er sucht immer nach einem besonderen Motiv. Ähnlich wie ein Fotograf, der abwägt, welcher Bildausschnitt am günstigsten ist und ob das Licht passt, um die gewünschte Stimmung einzufangen. Ein Baum wird nicht einfach als Baum gesehen. Die verschiedenen Grüntöne, die Baumformen, die Beschaffenheit der Blätter, alles wird betrachtet. Wer malt, sieht mehr.

Wie lange malt Ihr an einem Bild?

Das lässt sich nicht beantworten. Es gehört ja nicht nur der reine Malvorgang zu einem Bild. Die Vorbereitungen nehmen Zeit in Anspruch. Es müssen Papiere, Leinwände, Pinsel, Farben beschafft, die Passepartouts und Rahmen für die Bilder ausgesucht werden. Dann wird zum Pinsel gegriffen. Nicht jedes Ergebnis ist gleich gelungen. Vieles wird verworfen, manches neu begonnen, ehe der „große Wurf“ gelungen ist. Immer

kommt es auf den Betrachter an. Gefällt das Kunstwerk? Jeder hat sein Lieblingsbild. Am liebsten würden wir uns von keinem trennen. Aber es wäre frustrierend, nur für die Schublade zu malen.

Warum tut Ihr Euch den Stress mit den Ausstellungen an?

Um unsere Bilder einem breiteren Publikum zu präsentieren. Um von unserer Freude etwas an andere weiter zu geben. Unsere Bilder sollen das Zimmer, in dem sie hängen, zu einem individuellen Raum gestalten. Wir wollen einen Teil des Erlöses an die Katholische Grundschule in Kornelimünster spenden. So können wir den Käufern und den Kindern etwas Gutes tun.

Wann habt Ihr Euch zum Malen zusammen getan?

Wir haben uns vor 13 Jahren in einem Kurs der VHS „Sehen lernen mit Stift und Pinsel“ kennen gelernt und gleich von Anfang an gemerkt, dass die Chemie stimmt. So haben wir gemeinsam daran gearbeitet, uns immer mehr Wissen und Fertigkeiten anzueignen. Wir haben Vorträge, Workshops und Kurse bei anerkannten

Künstlern besucht. Galerien und Museen durchkämmt, Ausstellungskataloge gewälzt. Auch der Austausch mit Gleichgesinnten ist uns wichtig. Wir besuchen seit Jahren den Aquarellkurs bei Monika Kind und stellen fest, dass es faszinierend ist, immer neue Techniken und Ausdrucksmöglichkeiten zu erlernen. Einer meiner Lehrer hatte dazu einen wunderbaren Spruch: „Mit dem Lernen ist es wie mit dem Schwimmen gegen den Strom, sobald man aufhört, treibt man zurück.“ Das erklärt, warum wir malen, malen, malen, denn malen lernt man nur durch Malen. Warum wir uns auch der Acrylmalerei zugewandt haben. Wir wollten uns neuen Herausforderungen stellen, Wege kennen lernen, die zu neuen Zielen führen.

Die Eröffnung der Ausstellung ist am Mittwoch, dem 13.11.2013, um 16.30 Uhr in der Aachener Sparda-Bank, Blondelstr. 9-21. Anschließend sind die Werke bis zum 15.01.2014 während der Geschäftszeiten der Bank zu besichtigen und zu erwerben.

Erwin Bausdorf



**Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband
Erft-Düren e.V.**
Turpinstr. 132
52066 Aachen
Telefon: 0241 - 501569
Telefax: 0241 - 536029
E-Mail: pflegeteam.
aachen@asb-erft.de
Internet: www.asb-erft.de



Unsere Leistungen für Sie:

- Häusliche Krankenpflege
- Verhinderungspflege
- ambulante Pflege
- Pflegeberatung § 37,3 SGB XI
- Haushalts- und Familienpflege
- Kinder- und Jugendhilfe
- Haushaltshilfe/Einkaufsdienste
- Individuelle Schwerstbehindertenassistenten, z. B. Schulbegleitung, Arbeitsplatzbegleitung
- Hausnotruf
- Essen auf Rädern

kompetent und persönlich

Zahlsuche

Welche Zahl muss aus logischen Gründen anstelle des Fragezeichens stehen?

1 9 36 100 ?

Zahlenveränderung

In der 1. Zeile der Tabelle steht eine fünfstellige Zahl. Durch Addition oder Subtraktion einer ganz bestimmten Ziffer erhält man in fünf Schritten die untere Zahl. Diese Ziffer mit dem mathematischen Vorzeichen (Plus oder Minus) gilt für die gesamte Aufgabe und darf in jeder Zeile nur an einer Stelle (Einer, Zehner, Hunderter, Tausender oder Zehntausender) angewandt werden. Versuchen Sie es.

9	8	8	3	6
2	1	0	5	9

Nussteilung

Uwe und Hubert essen Nüsse. Uwe sagt: „Gib mir drei von deinen Nüssen, dann habe ich so viel wie du.“ Hubert aber erwidert: Gib du mir drei Stück, dann habe ich dreimal so viel wie du.“ Wie viele Nüsse hat jeder?

Zahlenpaare

Wie unterteilt man folgende Zahlen in Paare, so dass die Summen aller vier Paare (wobei hier die Summe der beiden Ziffern eines Paares gemeint ist, z. B. 25 $\Rightarrow$ 2 + 5 = 7) gleich sind:

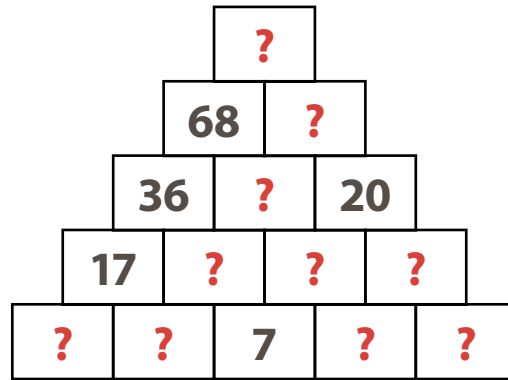
1 2 3 4 5 6 7 8

Ins Auge sehen

Ist es möglich, dass ein Mensch mit seinem rechten Auge in sein linkes schauen kann?

Zahlenberg

Die Zahl in einem Kästchen ist jeweils die Summe der beiden Kästchen darunter. Finden Sie die fehlenden Zahlen heraus.

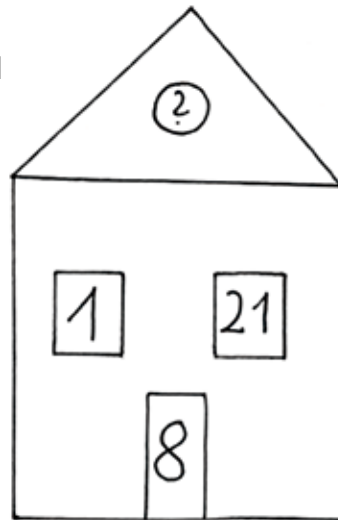


Unterschied

Was ist der Unterschied zwischen einem Pianisten und einem Pinguin?

Haus

Welche Zahl fehlt in diesem Bild?



Pflanze

Welche Pflanze hat zwei G?

Zeichengleichung

Welche Zeichen stehen anstelle des Fragezeichens?

$$\triangle \text{ } \square + \text{ } \triangleleft = \text{ } \square \text{ } \bigcirc$$

$$\text{ } \square \text{ } \triangleleft : \text{ } \square = \text{ } \bigcirc \text{ } \triangle$$

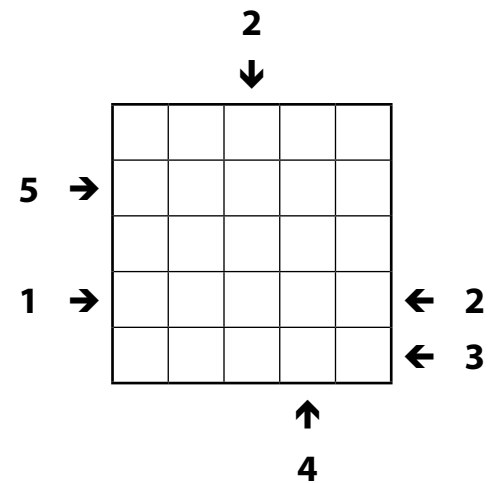
$$\Sigma \text{ } \bigcirc : \text{ } \square = \text{ } \bigcirc \text{ } \triangleleft$$

$$\text{ } \square \text{ } \triangleleft : \text{ } \bigcirc \text{ } \square = \text{ } \triangleleft$$

$$\text{ } \square \text{ } \times \text{ } \Sigma = \text{ } ?$$

Panoramasicht

Jede Spalte und jede Zeile enthält fünf Kästchen. In jedem Kästchen ist eine Zahl von 1 bis 5 jeweils einmal vorhanden. Man stelle sich vor, dass eine Zeile oder eine Spalte eine Reihe von Häusern darstellt. Die Häuser stehen alle hintereinander und haben unterschiedliche Höhen. Die Zahl in dem jeweiligen Kästchen gibt die Anzahl der Etagen, also die Höhe der Häuser an. Ein Beobachter, der in die Reihe schaut, sieht nur die Häuser, die wegen der Größe herausragen. Zum Beispiel: Das erste Haus hat 3 Etagen, dann folgt ein Haus mit 5 Etagen, die nächsten Häuser haben 1, 4 und 2 Etagen, die sieht der Beobachter nicht, weil das große Haus mit 5 Etagen die dahinter liegenden Häuser mit geringerer Höhe verdeckt. Der Beobachter sieht also nur das Haus mit 3 Etagen und das dahinterliegende Haus mit 5 Etagen. Er sieht demnach in dieser Reihe nur zwei Häuser, und diese 2 steht außerhalb der Reihe am Rand. Füllen Sie nach diesem Prinzip die leeren Kästchen mit den Zahlen 1 bis 5.



Bauarbeiter gräbt ein Loch

Ein Bauarbeiter soll ein 5 m langes, 5 m breites und 5 m tiefes Loch graben. Nach einer Stunde hat er eine Grube gegraben, die 1 m lang, breit und tief ist. Wie lange wird der Bauarbeiter benötigen, um den Auftrag zu erledigen, wenn er in der gleichen Geschwindigkeit weiter gräbt, und die Pausen nicht mitrechnet?



EINFACH

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

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

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

MITTEL

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

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

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

SCHWER

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

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

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

Immer für Sie da! Ihre Johanniter in Aachen.

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

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

Wir freuen uns auf Ihren Anruf:
Servicetelefon 0800 8811220 (kostenlos aus dem dt. Festnetz)
oder 0241 91838-0
info.aachen@johanniter.de
www.juh-aachen.de

Unverbindliche
Beratung!

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



Schulhofgeschichten

Wozu braucht man ein neues Gesetz, welches regelt, dass Klagen von Anwohnern und Nachbarn gegen Kinderlärm der Vergangenheit angehören sollen? Unter dem Motto „Kinderlachen ist kein Lärm“ hat der Deutsche Bundestag einstimmig beschlossen, die Baunutzungsverordnung zu ändern und das Lärmschutz-Gesetz anzupassen. Demnach sind Kindergärten und Spielplätze in Wohngebieten generell zuzulassen. Zukünftig soll Kinderlärm legalisiert und nicht mehr als „schädliche Umweltauswirkung“ für die Nachbarschaft eingestuft werden.



Ich finde es traurig, dass man dafür Gesetze braucht. Der Chef des Deutschen Kinderschutzbundes sagte neulich: „Kinder machen keinen Lärm, sie drücken ihre Lebensfreude aus. Das sollte Musik in den Ohren der Gesellschaft sein.“

Manch einer scheint zu vergessen, dass auch wir einmal lachende, schreiende Kinder waren. Erfreuen wir uns am Lärm der spielenden Kinder, denn Kinder sind unsere Zukunft. „Wer sich über ein Kind freut, freut sich über das Leben“, sagt Phil Bosmans.

Ich weiß, wovon ich rede, denn ich wohne neben einer Schule und hatte schon viele wunderbare Erlebnisse. So spielten einmal nach Unterrichtsschluss auf dem nebenan liegenden Schulhof ein paar Jungen Fußball. Plötzlich klirrte es: Eine Scheibe war zu Bruch gegangen. Die Kinder schauten erschreckt drein – und fort waren sie. Aber sie hatten nicht, wie

ich glaubte, die Flucht ergriffen. Wenig später verließ ich das Haus und staunte: Die kleinen Übeltäter standen vor der Privatwohnung des Schulleiters und als dieser auf ihr Klingeln hin herauskam, hörte ich, wie sie ihm ihr Missgeschick beichteten. Ich habe die kleinen Helden bewundert. Sie hätten ebenso gut fortlaufen, sich verdrücken können, ahnten sie doch nicht, dass ich zufällig Zeugin des Vorganges geworden war. Gleichzeitig empfand ich Respekt vor den Lehrpersonen, die diesen Kinder beigebracht haben, auch bei drohender Strafe zu ihren Fehlern stehen.

Durch negative Schlagzeilen in den Zeitungen über Schüler, die ihre Lehrer verprügeln, den Klassenkameraden unter Gewaltandrohung Geld und Handy wegnehmen, ganz zu schweigen von schlimmeren Meldungen, gewinnt man einen ganz falschen Eindruck. Denken wir doch

einmal an unsere eigene Kinder- und Jugendzeit zurück: Wir hatten Ideale und wollten die Welt verbessern. Die meisten der heutigen Jugendlichen sind genau so. Sie engagieren sich in Jugendfeuerwehren, Sport- und Musikvereinen, in kulturellen Einrichtungen.

Auch in der benachbarten Schule wird mir soziales Engagement vorgelebt. Beim Sponsorenlauf spenden die Schüler das gestiftete Geld für ihre Partnerschule in Afrika. Im Januar setzen sie sich als Sternsinger für Kinder in Not ein. Am alljährlich stattfindenden Schwimmmarathon, bei dem der „Lions Club“ für jede geschwommene Hallenlänge Geld für wohltätige Zwecke zur Verfügung stellt, ist die benachbarte Schule immer eifrig beteiligt.

Auch persönlich brachten die Kinder mir schon liebevolle Zuwendung entgegen. Als meine Katze überfahren wurde, benachrichtigten mich einige nach dem Unterricht auf dem Schulhof spielende Jungen, die den Vorfall beobachtet hatten. Während ich weinend vor der Hecke stand, in die sie sich tödlich verletzt verkrochen hatte, streichelten sie mich: „Alles wird wieder gut“, versuchten sie zu trösten. Es wurde zwar nicht wieder gut, die Katze starb auf dem Weg zum Tierarzt. Aber die Anteilnahme der Jungen tröstete mich.

Der Wahlspruch der nebenan liegenden Schule lautet: „Lernen, glücklich miteinander zu leben, um die Zukunft vorzubereiten.“ Er gefällt mir.

Edda Blesgen



Anerkannt bei allen Pflegekassen!

Wir haben uns zur Aufgabe gemacht,
Ihnen im Alltag unter die Arme zu greifen.

Wir unterstützen Sie gerne mit Herz und Hand und hoffen,
Ihnen damit ein zufriedenes Leben in Ihrem
eigenen Zuhause zu ermöglichen.

Betreuung & Hilfe für Menschen mit eingeschränkter
Alltagskompetenz bei demenzieller Erkrankung, Menschen
mit geistiger und physischer Behinderung oder bei psychischen
Erkrankungen durch hauswirtschaftliche Hilfe & Versorgung,
Alltagsbegleitung oder einfach netter Unterhaltung.

Pro Mensch Aachen | Sandra Fischer • Teichstrasse 4, 52224 Stolberg / Venwegen
Tel.: 02408 / 956 99 52 • Fax: 02408 / 956 99 53
E-Mail: info@promensch-aachen.de • Internet: www.promensch-aachen.de

Erinnerungen an Nazi- und Notzeit

mit meinen Kinderaugen
und -ohren aufgenommen

18.
FOLGE

Unter „entarteter Kunst“ verstanden die Nazis moderne Gemälde und Skulpturen. Für mich war das eher der Kunsthonig, der - statt des leckeren Bienenhonigs - nur noch zu haben war.

Noch enttäuschender war die sogenannte „Falsche Sahne“. Sie ließ sich nur mit einer kleinen Menge Magermilch herstellen. Etwas von einem undefinierbaren weißen Pulver musste man hinzugeben. Das ergab dann in einer großen Schüssel eine kleine Pfütze, die man mit einem Schneebecken kräftig umrührte, bis die Sache aufschäumte und die Schüssel die Menge kaum fassen konnte. Und der Geschmack: kaum zu beschreiben - einfach widerlich! Vor die Wahl gestellt: Falsche Sahne oder Lebertran hätte ich mich für den Lebertran entschieden.



Bezugsschein für Kunsthonig aus dem Jahr 1939

Immer häufiger gab es nur noch Ersatzstoffe für gewohnte Materialien. So war es auch bei Seifen. Zwei Sorten bekamen im Volksmund die Spottnamen: „Kläij-Seäf“ bzw. Lehmseife und Knochen- bzw. Schwimmseife. Diese Bezeichnungen trafen zu, bis auf das Wort „Seife“. Egal, wie oft die Hausfrauen die Knochen ausgekocht hatten: es gab dafür Sammelstellen, bei denen man als Gegenwert „Schwimmseife“ erhielt, die tatsächlich auf dem Waschwasser schwamm.

Für Leder als Schuhsohlen gab es natürlich auch schon Ersatz: „Holz“! Um Schuhe zu schonen, trug man im Sommer meist „Holztrippen“, also Sandalen mit Holzriemchen als Sohlen.

Selbst für Textilfasern wurde jetzt „Viskose“ propagiert. Die ganze Familie, samt Onkel und Tanten, war bei uns versammelt. Kaum jemand hatte richtig Ahnung davon, was Viskose war. Man vermutete lediglich, dass es sich um etwas Künstliches handelte, also um eine Kunstfaser, aus der man Garn für Anzugstoffe fertigte. Einzig mein Onkel Schang wusste zu berichten, dass Viskose aus Holzabfällen gemacht würde. Na ja, das Thema wurde bald abgehakt. Niemand dachte mehr an Viskose. Man scherzte und lachte miteinander. Dabei schlug sich mein Onkel Schang einmal vor Lachen mit der flachen Hand auf den Oberschenkel. Sofort rief er laut: „Aua!“ und schüttelte seine anscheinend schmerzende Hand. Er erklärte: „Da hab ich mir doch tatsächlich einen Splitter in die Hand getrieben.“ So löste sich die anfängliche „Lehrstunde: Viskose aus Holz“ in allgemeinem wiedernden Gelächter auf.



Richard Wollgarten



Wir müssen lernen, den Verlust zu akzeptieren - und das braucht seine Zeit! Trauer ist ein Zeichen von Wertschätzung und zeigt uns, dass wir etwas Besonderes kennenlernen und erleben durften.

Wer Trauer zulässt, horcht nach innen: Was passiert mit mir? Wo kann ich finden, was ein verlorener Mensch mir gegeben hat? Solche Erkenntnisse führen uns zu tieferen Schichten unserer Persönlichkeit und können uns zu einem nachdenklicheren und bewussteren Leben führen.

Der eine fühlt sich in einer Kirche aufgefangen, ein anderer geht zu den Plätzen, die er gern mit dem vermissten Menschen aufsuchte. Das wirkt auf die Seele,

gibt Kraft und schenkt Ruhe. Die große Frage ist: Was tut mir gut? Will ich schweigen oder reden? In den Arm genommen werden oder allein sein? „Ja, ich bin traurig. Mir geht es nicht gut.“ Keine Frage, es erfordert etwas Mut, solche Sätze auszusprechen - sogar vor Menschen, die uns nahestehen.

Gerade in schwierigen Phasen ist es wichtig, sich Hilfe und Rat zu holen, anstatt sich abzukapseln. Man sollte nicht in Depression verfallen, sondern die Trauer annehmen - nicht wie einen ungebetenen Gast, sondern wie ein alte Freundin!



Klaus Rieger

Trauer gehört zum Leben

Ob tiefer Schmerz oder leichte Melancholie - Trauer in all ihren Facetten stellt sich ein, wenn wir etwas wirklich Wertvolles verloren haben, auf etwas Schönes nun verzichten müssen.

Im schlimmsten Fall ist ein lieber Verwandter oder ein Freund verstorben oder ein geliebter Partner hat die Beziehung beendet.



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

Der Heibergfriedhof

Mit noch nicht einmal zwei Hektar ist der Heibergfriedhof einer der kleineren Friedhöfe im Stadtgebiet Aachen. Zwischen der Kurt-Schumacher-Straße und der Heibergstrae schräg gegenüber dem Ferberpark gelegen, stellt er eine Oase der Stille im quirligen Stadtteil Burtscheid dar. Dabei erzählen seine steinernen Denkmale viel über die Burtscheider und Aachener Geschichte.

Der Friedhof am Heiberg wurde 1862 in der damals noch selbständigen Stadt Burtscheid eingeweiht, die 1897 zu einem Stadtteil von Aachen eingemeindet wurde. Er war der erste Friedhof, auf dem katholische und protestantische Christen gemeinsam beerdigt wurden, jedoch zunächst noch räumlich getrennt: links die Protestanten, rechts die Katholiken. Nötig geworden war die Neuanlage, da die katholischen Friedhöfe St. Michael und St. Johann sowie der evangelische an der Hauptstraße nach den verheerenden Choleraepidemien 1834 und 1855 sowie diversen Wechsel- und Faulfieberattacken berfllt waren.

1878 und 1889 wurde der Heibergfriedhof auf die jetzige Größe von 1,96 ha erweitert. Links neben dem Eingangsportal in dem Backsteingebäude liegt die Toten- und Trauerhalle. Der Torbau war ursprünglich die Dienstwohnung des Friedhofinspektors, der auch dafür zu sorgen hatte, dass auf dem Gottesacker für beide Konfessionen nichts durcheinander geriet!

Da bei der Beisetzung in Wahlgrabanlagen deren Lage, Größe und Gestaltung frei bestimmt werden konnte, fanden dort viele



bekannte Burtscheider und somit auch Aachener Persönlichkeiten der letzten 150 Jahre, oft sogar ganze Familien generationsübergreifend, ihre letzte Ruhe.

Es sind dies unter anderem: Ferdinand Breuning (Musikdirektor in Aachen), Hugo Cadenbach (Privatbankier und Diplomat), Oskar Erckens (Tuchfabrikant in Aachen und Grevenbroich, Geh. Kommerzienrat), Alfons Fritz (Aachener Gymnasiallehrer und Heimatforscher), Friedrich von Halfern (Tuchfabrikant und Bankdirektor), Familie Georg Hasenclever (Aachener Bergbau, Chemie, Rothe Erde), Leo Hugot (Architekt und Bauhistoriker), Adolf Kirdorf (Montanindustrieller, Geh. Kommerzienrat), Adolf Klausener (Bürgermeister von Burtscheid, Beigeordneter der Stadt Aachen, Mitglied des Preußischen Abgeordnetenhauses), Jupp Kuckartz (Aachener Künstler und Grafiker), Carl Arthur Pastor (Bankier und Versicherungsunternehmer), Carl von Pastor (Verwaltungsbeamter und Landrat), Rudolf Arthur Pastor (Tuch- und Nadelfabrikant, Präsident der IHK Aachen, Verwaltungsratsmitglied der Aachener Feuerversicherung).

An der Gestaltung der Grabmale waren viele bedeutende Bildhauer beteiligt, so unter anderem Lambert Piedboeuf, Wilhelm Pohl, Carl Esser, Alfred Pieper, Erich von den Driesch, Karl Krauß und Josef

Matar. So schuf von den Driesch beispielsweise eine sitzende Frauengestalt in Marmor für die dreiteilige Grabanlage der Familie Neuss und für eine andere Anlage eine Trauernde, die ein Blumenarrangement in ihrer rechten Hand auf dem rechten Knie hält. Die Grabstätte der Familie Laaf gestaltete er mit einer Figurengruppe aus Galvanoplastiken, angefertigt in der Württemberger Metallwarenfabrik (WMF) in Geislingen an der Steige. Der Aachener Bildhauer Josef Matar, Bruder von Ewald Matar, ist mit der Darstellung des „Faistos“ als Bronzerelief von 1913 auf einer weiteren Grabstätte zu sehen.



Auf dem vom Eingang ansteigenden Hauptweg stehen zwei Kriegerdenkmale in neogotischem Stil; der am 29. Juni 1868 enthüllte Kenotaph erinnert an die Gefallenen des Deutschen Kriegs 1866 (Bild oben links), der andere an die Opfer im Deutsch-Französischen Krieg 1870/71.

Der Friedhof als Ganzes sowie die darauf befindlichen Grabstätten stehen unter Denkmalschutz. Es können nur noch Beisetzungen in vorhandenen Grabstätten stattfinden. Abgelaufene oder frei werdende Grabstätten werden neu vergeben. Der Friedhof ist tagsüber an allen Tagen geöffnet.



Quellen:

[www.wikipedia.de/
heißbergfriedhof](http://www.wikipedia.de/heißbergfriedhof)

www.aachen.de/friedhöfe

Josef Römer





Eine originelle Schuhkollektion

Der eine oder andere Schuh könnte mir schon gefallen, doch zu kaufen gibt es keines der Exemplare. Und passen würden sie sowieso nicht, denn so kleine Füße hat niemand.

Die Schühchen von Dieter Schmidt sind filigrane Kunstwerke und nicht größer als fünf Zentimeter. Der in Sachsen-Anhalt geborene und seit langem im Aachener Raum lebende Schuhmachermeister war früher im Schuhhandel tätig. Auf die Idee, Schuhminiaturen zu erstellen, kam der fingerfertige Bastler schon vor 30 Jahren.

Schön anzusehen sind seine Kreationen, die er in kleinen Musterkoffern präsentiert. Von jedem Modell gibt es nur ein Exemplar. Der Betrachter erkennt viele Spezies von Fußbekleidungen: Pumps,

High Heels, Sandalen, Clogs, Turnschuhe, Sportschuhe, Arbeitsschuhe, Fußballschuhe, Tanzschuhe, Pantoffeln, Pantoletten, Stiefel, Stiefeletten, Sandaletten.



Welche Materialien verwendet Schmidt für deren Gestaltung? „Ich kann fast alles gebrauchen, was an recycelbarem Abfall anfällt, z.B.: Leder oder Kunstleder von alten Schuhen, Stoffreste, Bänder und Schleifen von Geschenkpäckungen,

Flaschenkorken, Blech von Chipsdosen, Silberpapier von Umhüllungen, Winterfutter aus alten Stiefeln, Schnallen, Ösen, Riemen usw.“

Kostspielig ist Schmidts Hobby also nicht, wenn man mal von Kleber, Farbe, kleinen Ahlen zum Lochen und Nadeln zum Nähen absieht. Kleine Leisten, die er angefertigt hat, verwendet er trickreich bei der Herstellung des Miniatur-Schuhwerks. Vorzugsweise in den Wintermonaten, meist vor dem Fernseher, beschäftigt er sich mit der Bastelarbeit. Die einfallsreichen Entwürfe hat er im Kopf. Nach wenigen Tagen ist so ein raffiniertes Exemplar fertig.

Einfallsreich sind nicht nur Schmidts Schuhmodelle, sondern auch seine über 100 humorigen Gedichte, die der 74-Jährige in drei kleinen Büchern zusammengefasst hat und von denen schon einige im „Senio Magazin“ abgedruckt wurden und den Leser zum Schmunzeln anregen.



Wer ist er?

Dieter Schmidt wurde 1939 in Sachsen-Anhalt geboren, er lebt seit 1959 im Aachener Raum, seit längerem in Eilendorf. Verheiratet ist er seit 1965, er hat zwei Kinder. Als Schuhmachermeister war er im Schuhhandel tätig.

Christine Kluck

Fotos: D. Schmidt u. H. Kluck



Wir sind alle gern Zuhause im **Mehr- oder Weniger-Generationen-** Haus!

Nun spiel' mal schön!

Die Kinderzimmer überfüllt,
mit Wohlstandsspielzeug vollgemüllt.
Um alles das zu überseh'n,
muss man auf einer Leiter steh'n.



Die Kuscheltiere, an die Hundert,
das Kind braucht eins, sieht man verwundert.
Was man ihm sonst noch aufgetischt,
wird täglich einmal durchgemischt.

Das Kind hätt' gerne was entdeckt,
das seine Phantasie geweckt.
Perfekt gestylte Spielzeugteile
erzeugen meist schnell Langeweile.

Von Mama, Papa, Omama
ist keiner mal zum Spielen da.
Das Kind kann nicht so ganz versteh'n,
den guten Rat: Nun spiel' mal schön.

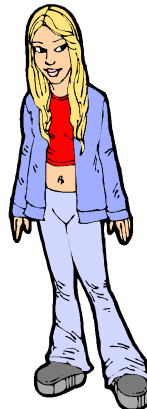
Dieter Schmidt



Überraschender Krankenbesuch

Die siebzehnjährige Carola schwänzt den Unterricht, um ihren kranken Freund auf seiner Studentenbude zu besuchen. Auf ihr Klingeln öffnet eine ältere Dame und mustert Carola eindringlich von oben bis unten. „Ich bin seine Schwester“, sagt Carola forsch. „Na, das ist ja nett, Sie mal kennen zu lernen! Ich bin nämlich seine Mutter!“

eingesandt von K. Rieger



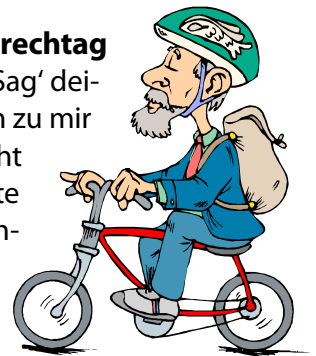
Kurz und knapp

Der Student simst nach Haus: „Wo bleibt das Geld?“ - Darauf schreibt sein Vater zurück: „Hier!“
eingesandt von K. Rieger



Großeltern-Sprechtag

Der Lehrer sagt zum Schüler: „Sag' deinem Großvater, er soll morgen zu mir in die Schule kommen.“ - „Nicht mein Vater?“ - „Nein. Ich möchte deinem Opa zeigen, wie viele Fehler sein Sohn in deinen Hausaufgaben gemacht hat!“



Gewiefte ÖPNV-Benutzer

Sagt die ältere Dame zum kleinen Fridolin im Bus: „Na, junger Mann, möchtest du nicht aufstehen?“ - „Lieber nicht. Sonst setzen Sie sich noch auf meinen Platz!“



Aus grauer Vorzeit

„Schau her, jetzt habe ich schon wieder ein graues Haar bekommen. Das kommt nur, weil du immer so frech zu mir bist!“, schimpft die Mutter mit ihrer Tochter. „Aha“, erwidert diese: „Wenn ich mir die Oma so anschau - wie frech musst du dann früher gewesen sein?“



Die ersten Zähne

„Rita“, ruft die Großmutter, „was ist das für ein Geräusch im Kinderzimmer?“ - „Es ist das Baby. Es klappert mit den Zähnen.“ - „Aber es hat doch noch gar keine Zähne!“ - „Es klappert ja auch mit deinen...“



Günter ist weg

Wir sind in größter Sorge. Gestern stand der kleine Kerl noch gutgelaunt im Kräuterbeet und heute ist er plötzlich spurlos verschwunden. Mein erster Gedanke war, Günter ist vielleicht einfach nur umgezogen. Er liebäugelte schon lange mit dem Begonienbeet am Rande des Goldfischteiches.



Stundenlang suchen mein Mann und ich im Garten nach unserem Liebling, aber Günter ist und bleibt unauffindbar. Ach so, sie kennen Günter noch nicht? Günter ist ein kleiner Gartenzwerg, der seit etwa vier Wochen in unserem Garten sein Zuhause gefunden hat. Er ist ungefähr dreißig Zentimeter groß, trägt eine rote Zipfelmütze und hat eine blaue Gießkanne in der Hand. Sie werden sicher denken, na ja, so sehen fast alle Gartenzwerge aus. Doch da muss ich widersprechen. Günter ist etwas ganz Besonderes. Nur er hat dieses ansprechende Lächeln auf den Lippen und in der linken Wange dieses entzückende Grübchen.

Mein Gatte ist untröstlich, er kann sich nicht erklären, warum dieser Wicht über Nacht das Weite gesucht haben könnte. Und darum hat er eine abenteuerliche Theorie parat. „Günter ist nicht freiwillig gegangen...“, sagt mein Mann und macht ein bedeutungsvolles Gesicht. „Ich bin ganz sicher, Günter wurde entführt!“

Ich erschrecke: Wer sollte Interesse daran haben, einen unschuldigen Gartenzwerg zu entführen? Gibt es Menschen, die so einem Winzling Schaden zufügen könnten? Günter tat keinem etwas zu Leide, er war der verträglichste Zwerg, den ich kenne. Und ich kenne fast alle Gartenzwerge in unserer Nachbarschaft.

„Ich bleibe dabei, Günter wurde entführt“, sagt mein Gatte. „Frau Berger, unsere Nachbarin, vermisst ihren Zwerg auch seit einigen Tagen. Er stand im Kräutertopf unter dem Küchenfenster.“ Ich bin erschüttert. „Dafür kann doch nur eine organisierte Zwerge-Diebes-Bande ver-

antwortlich sein. Sollte man den Fall nicht vielleicht der Polizei übergeben?“

Doch von dieser Strategie will mein Mann nichts wissen. „Die Polizei ist doch schon viel zu sehr überlastet - immerhin ist es doch nur ein Zwerg.“

Ich horche auf. Für mich ist Günter mehr als „nur ein Zwerg“, er gehört eigentlich schon zur Familie. Ich beschließe, mit unserer Nachbarin ein ernstes Wörtchen zu sprechen. Wenn schon die Polizei sich nicht um diese merkwürdigen Vorfälle kümmert, so könnten wir doch gemeinsam versuchen, diesen mysteriösen Ereignissen auf den Grund zu kommen.

Gesagt getan: Bei einer guten Tasse Kaffee und leckerem Kirschkuchen sind Frau Berger und ich uns schnell einig. Regelmäßig, am ersten Mittwoch im Monat werden wir uns zum Kaffee treffen und uns über allgemeine Themen austauschen. Das Thema Gartenzwerge wird dabei sicher auch nicht zu kurz kommen. Aus dieser spontanen Idee ist übrigens eine sehr nette Freundschaft geworden.

Und unser Günter ist irgendwann auch wieder aufgetaucht. Er brauchte wahrscheinlich dringend eine Auszeit von unserem Familienleben und hatte sich zur Erholung in Ricos Hundehütte zurückgezogen. Ob das letztendlich eine wirkliche Erholung für ihn war, sei mal dahingestellt.

Seit einigen Tagen stehen übrigens zwei Gartenzwerge in unserem Begonienbeet. Günter hat einen Freund, er heißt Uwe.



Helga Licher

Achtsamkeitszentrum Aachen

Achtsam leben 50+

Achtsamkeitszentrum Aachen
Das Kompetenzzentrum in Ihrer Nähe

Möchten Sie etwas für Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit tun, Gleichgesinnte kennen lernen und neue Kontakte knüpfen?

Wir bieten Ihnen ein interessantes
"Achtsam leben 50+" - Programm:

- Schmerzmanagement mit Achtsamkeit
- Achtsam Essen
- Achtsam Bewegen
- Herz Tage
- Meditations Tage

www.achtsamkeitszentrum.de



Achtsamkeitszentrum Aachen
Bismarckstraße 61
52066 Aachen

Telefon (+49) 0241 - 538 08 499
info@achtsamkeitszentrum.de
www.achtsamkeitszentrum.de



Gisela und Harald Unger
(im Hintergrund der Irazú)

Was bleibt sind Erinnerungen

Costa Rica war für meinen Mann und mich kein unbekanntes Land mehr. Die Erfahrungen von unserer ersten Reise sind uns zugute gekommen. Vor allem das positive Lebensgefühl der Menschen in Costa Rica - „Pura Vida“ - hat uns wieder hingezogen. Am Flughafen der Hauptstadt San José, die in 1.500 Meter Höhe liegt, werden wir von unserem Freund Eckhard erwartet, der vor zehn Jahren hierhin ausgewandert ist.



Tropischer Regenwald

Gleich am nächsten Morgen geht es mit dem Bus rund 150 Kilometer südöstlich von San José bis zum Kilometerstein 70 in die „Cordillera de Talamanca“. Hier liegt die Quetzal-Finca in 2.700 Meter Höhe. Wir sind im Bergregenwald und uns umgibt der Gesang vieler Vögel. Die ersten Sonnenstrahlen verdrängen langsam den Nebel, der in den dicht mit Epiphyten, Orchideen und Bromelien bewachsenen Bäumen hängt. Wir haben großes Glück, unser Führer zeigt uns gleich sieben Quetzals, wunderbare Vögel mit grün- und scharlachrot gefärbten Federn. In blühenden Bäumen schwirren Kolibris, die mit einer sehr hohen Frequenz von 40 bis 50 Flügelschlägen pro Sekunde ihren Flug ausführen. Unvergesslich bleiben uns diese Tage im Regenwald. Auch in Costa Rica werden die Wälder zum Teil abgeholzt und die Naturschutzgebiete kleiner.

„Golfo Dulce“ mündet. Golfito war einst eine wichtige Hafenstadt für den Bananexport. Früh am Morgen zieht es uns in den Tropenwald, in dem dieses Mal mehr Pflanzen blühen als bei unserem letzten Besuch, vor allem Heliconia-Arten: große, immergrüne Pflanzen. Inzwischen haben wir 38 Grad und 90 Prozent Luftfeuchtigkeit. Unsere Hemden sind durchgeschwitzt, deshalb gehen wir im „Rio Bonito“ zur Erfrischung schwimmen. Am nächsten Tag fahren wir mit dem Taxi in den Nationalpark „Refugio Nacional Golfito“. Zu Fuß durchstreifen wir den



Quetzal

Unser nächstes Ziel ist Golfito, dass am „Rio Golfito“ liegt, der in den pazifischen

Park und sehen viele Orchideen, Tukane und Kapuzineraffen, die immer wieder unseren Weg queren. Ein ereignisreicher Tag geht zu Ende.

Heute gilt unser Interesse dem „Irazú Volcano National Park“. Der Vulkan liegt in 3.432 Meter Höhe und zu unserem Glück weht heute ein frischer Wind, der die dichten Nebelschwaden wegbläst und uns so die Sicht für einen Blick in den Krater freigibt. 300 Meter tief schauen wir in giftgrünes Wasser, das den Krater füllt. Nach einer gut einstündigen Autofahrt in die Hauptstadt San José finden wir an diesem Tag noch Zeit, ins Nationalmuseum zu gehen. Hier treffen wir unseren Freund, der uns auf einer knapp 300 Kilometer langen Fahrt in seinem Kleinbus mit zu seinem Wohnort nach Nosara in die Provinz Guanacaste am Pazifik nimmt. Hier, am vier Kilometer langen Strand,



Cattleya Skinner, Nationalblume v. Costa Rica

erholen wir uns erst einmal die nächsten Tage und beobachten Pelikane, Seidenreier, Fregattvögel, Fischadler und viele andere Vogelarten. Danach bringt uns Eckhard wieder zur Panamericana, der zweispurigen asphaltierten Nord-Süd-Straßenverbindung, die Alaska mit Feuerland verbindet. Wir warten auf den Bus, der uns nach „Monte Verde“ bringen soll. Nach drei Stunden kommt er endlich. Die Strecke führt uns über viele Schlaglöcher auf einer nicht asphaltierten staubigen Straße - wie 90 Prozent der Straßen in Costa Rica sind - hinauf nach Monte Verde in rund 1.500 Meter Höhe. In diesem Gebiet haben sich als erstes die Quäker niedergelassen und bewohnen bis heute den Ort. Wir wohnen in einer Quäkerpension und bekommen ein gesundes Essen ohne Fleisch, dazu gibt es Tee und Säfte statt Bier. Den Quetzalvogel

sehen wir hier auch wieder. Er ist da zu finden, wo kleine Mangofrüchte wachsen. Mehrmals am Tag hören wir lautes Grollen vom 30 Kilometer entfernten Arenalvulkan. Wir wandern an einem Tag bei Regen sechs Stunden und sehen sehr viele Orchideen im Regenwald. Dieser Sekundärregenwald, in dem wir uns befinden, hat einen 60-prozentigen Anteil von Bäumen, die zwischen 100 und 200 Jahre alt sind.

Von dort fahren wir mit dem Bus über San José nach Limón in der Karibik in den „Nationalpark Tortugero“ am Golf von Mexiko. Wir haben uns hier für eine Bootstour auf dem Tortugero-Fluss angemeldet. In Limón wartet schon unser Kapitän mit seinem startklaren Boot auf uns. Mit an Bord sind noch drei Männer aus Rosenheim. Unser Kapitän war früher Ingenieur auf einem Bananendampfer.



Orchideen wachsen auch an Bäumen



Rio Bonito in der Nähe von Golfito



Vulkan Irazu

Das Schiff wurde verkauft, aber er blieb in Costa Rica. In der Nacht sehe ich mein erstes Faultier, die Tiere sind nachtaktiv. Auf der Fahrt beobachten wir Fledermäuse, die an den Baumrinden sitzen, Wasservögel stehen am Ufer, Schildkröten sonnen sich auf Sandbänken, Leguane liegen auf Baumästen und im Wasser erkennen wir ab und zu die Umrisse von Kaimanen. Müde gehen wir am Abend in unsere Kabine. Unsere Fahrt geht von Limón nach Cahuita, wo wir traumhaft-schöne Tage am karibischen Sandstrand „Playa Negra“ verbringen. Die kreolische Küche mit ihren exotischen Gewürzen ist hervorragend. Tag und Nacht hören wir das Rauschen der Wellen.

Ganz anders ist der Küstenregenwald: Mangroven und Palmen wachsen am Ufer. Morphofalter flattern vor uns her und immer wieder erschrecken wir beim lauten Brüllen der schwarzen Brüllaffen. Diese Geräusche und der Geruch vom Tropenwald liebe ich und des Weiteren passt hierzu die Marimba-Musik der Einheimischen. Hier an der Karibik regnet es oft und heftig, so dass wir beschließen, unsere letzten Tage auf der pazifischen Seite von Costa Rica zu verbringen. Wir fahren mit Bussen über San José zum „Reserva Biologica Carara“ am „Rio Grande de Tarcoles“. An diesem Fluss leben sehr viele große Krokodile, die von den Touristen von einer Autobrücke aus mit Fleisch gefüttert werden. Dann schnellen sie aus ihren Verstecken hervor und streiten sich um das Fressen. Hier am pazifischen Strand genießen wir die letzten Tage und sehen oft rote Aras in kleinen

Gruppen majestätisch über unsere Köpfe hinwegfliegen.

Auch sechs aufregende Wochen Costa Rica-Urlaub gehen einmal zu Ende. Adios, Costa Rica!



Gisela Unger



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



engl.: tschüss (ugs.)	feste Be- wegungs- abfolge z. Entspannung	Lebens- gemein- schaft	Bank- kunde, Geld- anleger	▼	Ausruf des Schmer- zes	Fakul- tät's- leiter	▼	dreieckige Dienst- flagge	▼	▼	Nacht- lager	Ost- germa- nenvolk	Abk.: Neupreis	Zeitmess- gerät in der Küche	▼	läng- liche Ver- tiefung
▼	▼	▼	Waren- trans- port- hilfe	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	kristal- liner Schiefer	▶	▼	▼	▼	▼
ehem. Name der Stadt Olawa	▶	▼	▼	▼	▼	Keimgut	▼	Gift der Toll- kirsche	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	grob ge- mahlene Getreide
deutsche Vorsilbe	▶	▼	griech. Vorsilbe: die Nerven betreffend	▼	franz., eng- lisch: Sankt ...	▶	▼	▼	▼	▼	Operet- tenkom- ponist † 1948	▼	knapp, schmal	▶	▼	▼
Boots- zubehör	▼	russisch: Memel	▶	▼	▼	▼	▼	Sonder- vergütung	▼	Unter- rich- tender	▶	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	lat.: Erde	▼	Kehr- gerät	▶	▼	▼	▼	▼	kürzere Abhand- lung (engl.)	▼	Denk- sport- aufgabe	▼
Pyrenäen- Halbinsel	▼	schließ- lich, zuletzt	▼	Stimm- lage	▶	▼	▼	▼	▼	Tiroler Freiheits- held † 1810	▼	Moral- begriff	▶	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	Vieh- hüter	▼	Wohnungs- inventar	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Welt- organi- sation (Abk.)	▶	▼	▼	Flug- zeug- führer	▼	gute Laune, Heiter- keit	▶	▼	▼	▼	▼	Wasser- rinne im Watten- meer	▼	Initialen Zolas † 1902	▶	▼
Abk.: North Dakota	▶	▼	Ohne Fleiß kein ...	▶	▼	▼	▼	nicht gerade	▼	Tuben- inhalt	▶	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	Tennis- schlag	▼	süd- irische Graf- schaft	▶	▼	▼	▼	▼	Ge- treide- art	▼	darüber hinaus- gehend (Wortteil)
griech. An- muts- göttin	Anschluss Fernseher- DVD-Player	▼	mager, knochig	▼	steif; unbeug- sam	▶	▼	▼	▼	Nelken- gewächs, Vogel- kraut	▼	Trocken- gras	▶	▼	▼	▼
Wein- getränk	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Schwer- metall	▼	eine Grund- stoff- art	▶	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	Figur in „Die Fleder- maus“	▼	Briefver- sand per Computer	▶	▼	▼	▼	▼	unnach- giebig	▼	roter Farb- stoff	▼
Halb- edel- stein	▼	engl.: Flug- linie	▼	männl. Vor- name	▶	▼	▼	▼	▼	Stufen- gestell	▼	in hohem Grade	▶	▼	▼	▼
Hautbefehl von Haus- tieren	▶	▼	▼	▼	▼	monatl. Arbeits- entgelt	▼	Staat in Ost- afrika	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
österr. Bundes- land (Abk.)	▶	▼	▼	Olympia- stadt 2004	▼	Hand- bewe- gung	▶	▼	▼	▼	▼	Staat in SO-Asien, eh. engl. Name	▼	radio- aktives Element	▼	dt. Sprach- forscher (Konrad) † 1911
Bewohner d. Oberrhein- gebiets	alt- perua- nischer Adliger	▼	Insel Däne- marks	▶	▼	▼	▼	digitales Datennetz (Abk.)	▼	Feuers- brunst	▶	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	▼	Halbton unter g	▼	Schnee- hütte der Inuit	▶	▼	▼	▼	weib- liches Borstent- tier	▶	▼	▼
Zeichen für Nickel	▶	▼	Abk.: ohne Obligo	▼	enge Straße	▶	▼	▼	▼	Empfeh- lung	▶	▼	▼	▼	engl.: zu, nach	▼
gegarte Teigkugel	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	eng- lisch: Trommel	▶	▼	▼	▼	griech. Unheils- göttin	▶	▼	▼
Welt- alter, Ewig- keit	▶	▼	▼	▼	eng- lisch: Stein	▶	▼	▼	▼	Vorname Bruckners † 1896	▶	▼	▼	▼	▼	▼

43 SCHWEDENRÄTSEL

kürzerer Zeitraum	▼	Säugling	konferieren	südjapan. Insel	▼	▼	Flammenzeichen
Abk.: Punkt	▶	▼	▼	Vorgebirge, Landspitze	▶		
Gestalt aus „1001 Nacht“	▶						afrik. Stechfliege
Abk.: negativ	▶			Abk.: national	▶		▼
keinesfalls	▶						
▶				Steckplatz für Zusatzkarten/EDV		in Achsenrichtung	
Binde- wort	Stadt an der ital. Riviera (2 Wörter)		Keimgut	Preis-schild-chen	▶	▼	
Deich- schleuse	▶		▼		Abk.: extra small	▶	
weibl. Vorname	▶						
▶					amerik. Zirkus-könig		Teil des Fußes
Gerücht (franz.)		Himmels- richtung		Abk.: Bank-leitzahl	▶	▼	▼
span. Fluss in den Pyrenäen	▶	▼				Abk.: Int. Gartenbauausstellung	
Tapfer- keit	▶			Hengst bei Karl May	▶	▼	
▶				Staat in Ostafrika	▶		
▶							Sumpf- gelände
Hautfär- bung nach e. Sonnen- brand	dt. Volks- stamm		Insel der Ma- rianen	▶			▼
Zauber- wort in „1001 Nacht“	▶	▼				Base- ball-spieler	
▶			alter- tümlich		Frage- wort	▶	▼
geräu- miges Familien- auto		großer Greif- vogel	▶				
▶					Licht- schutz- faktor (Abk.)		Dezem- ber (Abk.)
Volks- republik in Ost- asien		Kfz.-Z. Rumänien		laufend (Abk.)	▶	▼	
Gewäs- ser in Nord- amerika	▶	▼					
Nation. Olymp. Komitee (Abk.)	▶			Abk.: fran- zösisch	▶		

seel. Erschüt- terung	▼	Bau- abfall	▼	Dienst- raum, Sekre- tariat	▼	fehler- los, richtig	▼
Gras- schneider		verhei- ratetes Paar		Abk.: Abonne- ment	▶		
▶		▼				Zeichen für Alu- minium	
Nacht- greif- vogel	▶			ehem. russ. Kaiser- titel	▶	▼	
Grund- stoff- gruppe	▶						
▶				vorher, früher		Wappen- blume	
stopp!	Laie		Dring- lich- keits- vermerk	▶	▼		
eben- falls, des- gleichen	▶	▼			ein- dring- lich, gründlich		eine Tonart
Abk.: Mount	▶		Hast	▶	▼		▼
▶			Turn- übung	▶			
▶							
poet.: Gefahr		Werbe- schlag- wort		telefon. Umfrage- verfahren (Kurzsw.)	▶		
Laub- baum	▶	▼				Kurzform von Kenneth	
Scherz, Spaß	▶			Kf.: norweg. Krone	▶	▼	
▶				Gemüse- pflanze	▶		
▶							wolken- los
Körper- länge	Staats- gut, -besitz		rosa (engl.)	▶			▼
3. Fall der Dekli- nation	▶	▼				Lied- vortrag	
▶			scharf auslau- fend (Nadel)		Zeichen für Gallium	▶	▼
Freund von Harry Potter (Vorname)		ugs.: Gegen- teil von süß	▶				
▶					weib- liches Rind		Abk.: Allgem. Geschäfts- beding.
Kopf		Auer- ochse		Schlange im Roman „Das Dschun- gelbuch“	▶	▼	▼
Ver- wendung	▶	▼					
metall- haltiges Mineral	▶			Abk.: Handels- gesetz- buch	▶		

Leben ohne Lust und Laune

In Deutschland leiden etwa 4 Millionen Menschen an Depressionen. Sie haben nicht einfach eine schlechte Phase, sondern sind ernsthaft erkrankt.

Die Depression gehört zu den quälendsten Beeinträchtigungen. Die vielen Selbstmorde und Selbstmordversuche sprechen für sich. Selten hat die Störung eine einzige Ursache. Einschneidende Erlebnisse können jemanden aus der Bahn werfen, doch nicht jeder entwickelt eine Depression.

Charakteristisch für eine Depression sind:

- eine gedrückte Stimmung,
- Freud- und Hoffnungslosigkeit,
- vermindertes Selbstwertgefühl, ein Leben angeblich ohne Perspektiven,
- Interesselosigkeit bis hin zu einem Gefühl der Leere,
- Antriebsschwäche,
- Wahnideen, Überzeugungen, die nicht der Realität entsprechen.

Laut einer schwedischen Studie können die Gene mitbeteiligt sein. Stress scheint auch ein Faktor für die Entstehung von Depressionen zu sein. Bei vielen Depressiven ist der Blutspiegel von Cortisol, einem Stresshormon, erhöht. Wie und warum die Krankheit entsteht, ist bis heute nicht endgültig geklärt. Bekannt ist jedoch, dass bei depressiven Menschen bestimmte Botenstoffe, die für die Übertragung von



Signalen zwischen Nervenzellen zuständig sind, aus der Balance geraten sind. Wichtig ist zu unterscheiden zwischen kurzzeitigen Stimmungstiefs und einer dauerhaften Depression. Sollte das „Leben ohne Lust und Laune“ stark ausgeprägt sein, ist eine ärztliche Behandlung notwendig.

Depressionen lassen sich gut therapieren, erfordern aber viel Geduld. Dauert es doch manchmal zwischen vier und acht Wochen, bis beurteilt werden kann, ob ein Wirkstoff überhaupt anschlägt.

Eine zusätzliche Säule in der Behandlung von Depressionen ist die Psychotherapie, eine Gesprächs- oder Verhaltenstherapie, die häufig auch in Kombination mit der medikamentösen Therapie einhergeht.

Eine Depression kann auch ein Hinweis des Körpers sein, der nach einer Erholung bzw. nach einer Korrektur der Lebensweise verlangt.

Hartmut Kleis

Apotheker



Auf die Ernährung kommt es an

Wenn starke Schmerzen in den Gelenken der Großzehe dem Schlaf ein jähes Ende setzen, kann Gicht dahinterstecken. Häufig macht sich ein akuter Gichtanfall in der Nacht bemerkbar. Ein üppiges Abendessen, übermäßiger Alkoholkonsum, aber auch strenges Fasten können mögliche Auslöser sein. Doch ursächlich sind sie nicht.

Der eigentliche Grund für die schmerzhaften Beschwerden, die im Verlauf der Erkrankung neben den Zehen auch die Füße, Hände, Finger oder Ellbogen betreffen können, sind chronisch erhöhte Harnsäurewerte im Blut. Nach Angaben der Deutschen Gicht-Liga e.V. haben rund 20 Prozent der Deutschen solch erhöhte Werte. Auch Nierensteine gelten als Hinweis auf zu viel Harnsäure, die beim Abbau von Purinen im Stoffwechsel entsteht.

In den meisten Fällen ist eine erbliche Stoffwechselstörung für erhöhte Harnsäurewerte, die sogenannte „Hyperurikämie“, verantwortlich. Doch auch Krankheiten, wie Nierenerkrankungen oder Diabetes, sowie wassertreibende Medikamente, sogenannte „Diuretika“, können den Harnsäurespiegel im Blut ansteigen lassen und damit das Risiko für Ablagerungen von Harnsäurekristallen in den Gelenken erhöhen. Purine werden nur zu einem Teil vom Körper selbst gebildet. Der übrige Teil wird über die tägliche Nahrung aufgenommen. Bedingt durch fettreiche Kost und Alkoholkonsum sind Männer deutlich häufiger betroffen als Frauen. Wer erhöhte Harnsäurewerte oder bereits schmerzhaft Beschwerden hat, der sollte auf eine purinarme Ernährung achten.



Bild: djd/panthermedia.net

VENENCHIRURGIE IM MARIENHOSPITAL AACHEN

BEINE IN HOCHFORM

Exzellente medizinische Versorgung bei:
Krampfadern • Besenreißern • Arteriellen Durchblutungsstörungen

Vereinbaren Sie
Ihren persönlichen
Gesprächstermin in
unserer Sprechstunde!

Di 14:00 - 16:00 Uhr
Mi 8:30 - 13:00 Uhr

Marienhospital Aachen
Klinik für Vaskuläre und Endovaskuläre Chirurgie
Chefarzt: Prof. Dr. med. Emile Paes
Zeise 4 • 52066 Aachen • Telefon 0241/6006-1301 • Telefax 0241/6006-1309
gefaesschirurgie@marienhospital.de • www.marienhospital.de



Foto: djf Ergo Direkt Versicherungen thx

Behandlungsstrategien gegen Migräne und Kopfschmerzen

Kopfschmerzen sind schlimm. Und Millionen Deutsche leiden darunter. Da sie jedoch für so viele Menschen zum Alltag gehören, werden sie oft einfach hingenommen. Dabei ist Kopfschmerz nicht gleich Kopfschmerz. Wer regelmäßig von Migräne gequält wird, ist in seiner Lebensqualität weitaus mehr eingeschränkt als jemand, der mal nach einer Feier über einen Brummschädel klagt. Experten unterscheiden rund 250 verschiedene Kopfschmerzarten und raten Betroffenen genauer hinzusehen und sich nicht unterkriegen zu lassen – auch, wenn sie von ihrem Umfeld häufig nicht ernst genommen werden.

Zur Behandlung akuter Kopfschmerzattacken stehen neben klassischen Schmerzmitteln (NSAR), wie Aspirin, Paracetamol und Ibuprofen, seit einigen Jahren moderne Triptane zur Verfügung, die – in Form von Tabletten, Nasensprays, Zäpfchen oder als Pen zur Selbstinjektion – vor allem bei Migräne Anwendung finden. Treten die

Für Experten wie Prof. Dr. med. Hartmut Göbel besteht kein Zweifel daran, dass Kopfschmerzen einen sehr hohen Leidensdruck erzeugen können. „Dies kann soweit führen, dass der Alltag mit Beruf, Kindererziehung und Partnerschaft kaum bewältigt werden kann“, weiß der Chefarzt der Schmerzlinik Kiel. Trotz dieser drastischen Einschränkungen hätten viele Betroffene keine Behandlungsstrategie für ihre Beschwerden, kritisiert Göbel und rät allen, bei denen „Kopfschmerzen die Lebensqualität und Möglichkeiten im Alltag beeinträchtigen“, zum Arztbesuch. Denn letztlich kann nur der Neurologe feststellen, um welche Art von Kopfschmerzen es sich handelt, und mit einer passenden Akuttherapie und Prophylaxe gegensteuern.

Für eine genaue Diagnose und eine gezielte Behandlung ist es wichtig, dass Patienten beim Facharzt ihre Symptome so genau wie möglich schildern. So tritt der häufigste Kopfschmerztyp, der so genannte Spannungskopfschmerz, in der Regel beidseitig mit Betonung in der Stirn oder dem Hinterkopf auf. Einseitige Kopfschmerzen mit maximaler Ausprägung hinter dem Auge und zusätzlichen Nackenverspannungen können hingegen auf eine Migräne hindeuten. Dafür sprechen insbesondere zusätzlich Licht- und Geräuschempfindlichkeit sowie Übelkeit.

Beschwerden häufig auf, ist es nach Ansicht der Experten ratsam, zusätzlich zur Akuttherapie auch eine vorbeugende Behandlung einzuleiten. Denn Betroffene sollten stets darauf achten, Akutmedikamente maximal an zehn Tagen im Monat einzunehmen und an den übrigen 20 Tagen keine Schmerzmittel zu schlucken. Nur so lässt sich verhindern, dass durch einen Medikamentenübergebrauch erneut Kopfschmerzen entstehen.

Vorbeugung ist möglich

Die Behandlung zur Vorbeugung von Migräne muss individuell eingestellt und langfristig begleitet werden. Als Medikamente stehen dabei Betablocker, Calciumantagonisten und verschiedene Antiepileptika zur Verfügung. Darüber hinaus kann eine Reihe von weiteren Substanzen wirksam sein. Als besonders verträglich haben sich Magnesium und Vitamin B2 erwiesen. Nach den Erfahrungen von Andre Tonak lässt sich Migräne auch gut mit homöopathischen Arzneien und Schüssler-Salzen behandeln. „Die Behandlung ist aber um ein vielfaches erfolgreicher, wenn Sie mit einer Akupunktur und einer Veränderung ungünstiger Lebensgewohnheiten verbunden wird“, erklärt der Heilpraktiker aus Hamburg.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter:

www.dmkg.de: Informationen der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V.

www.schmerzlinik.de: Fundiertes Wissen rund um die Migräne

www.migraeneliga-deutschland.de: Hilfe zur Selbsthilfe für Migräneerkrankte

www.daefa.de: Aktuelles von der Deutschen Ärztgesellschaft für Akupunktur e.V.

Wohlfühlen (wie) zuhause

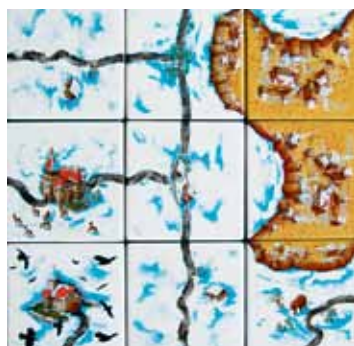


KOMPETENTE HILFE BEI PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT & DEMENZ:

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

weitere Informationen:
Tel.: 0241 – 51 44 95

www.fauna-aachen.de



erhellt das Gemüt in der dunklen Jahreszeit. Doch immer nur die gleichen alten Spiele hervorzukramen, das kann schon mal langweilig werden. Daher haben wir drei Spiele herausgesucht, die eine große Bandbreite an Themen und Spielme-

Gemütlich gespielt

Wo ist das Jahr geblieben? Schon wieder ist es Winter; schon wieder steht Weihnachten bald vor der Tür. Das soll uns nicht verdrießen, denn dies ist tra-

ditionell die Zeit der Brett- und Kartenspiele. Spätestens jetzt sollten sich Jung und Alt am Spieltisch zusammensetzen. Denn gemeinsame Unternehmungen fördern das Gemeinschaftsgefühl. Gemeinsamkeit, die wärmt von innen und

mechanismen abdecken. Allen gemeinsam ist, dass die schnell zu lernen sind und viel Spaß und Spannung bereiten.

Berthold Heß



DIE VERGESSENE STADT

Hubschrauberabsturz in der Wüste! Es ist heiß und trocken, viel zu heiß und trocken! Auf der Suche nach Rettung erreichen die Abenteurer die im Sand begraben Ruinen einer vergessenen Stadt. Sie finden dort Werkzeug, frisches Wasser und uralte Artefakte. Um sich zu retten, müssen die Spieler gemeinsam aus den Fundstücken eine Flugmaschine bauen. Aber es ist ein Rennen gegen die Zeit, denn der Sand bedeckt immer mehr Fläche und macht sie unpassierbar. Jetzt darf nur kein Abenteurer vom Team abgeschnitten werden. Die Hitze lässt die knappen Wasservorräte schnell schwinden. Der Durst nimmt zu und bedroht das Team. Nur wenn jeder Abenteurer seine besonderen Fähigkeiten klug einsetzt und sich mit den anderen abstimmt, ist eine Rettung möglich. Die Regeln sind fast gleich mit dem Spiel „Die verbotene Insel“. Das neue Abenteuer ist genauso spannend und das Material fantastisch.

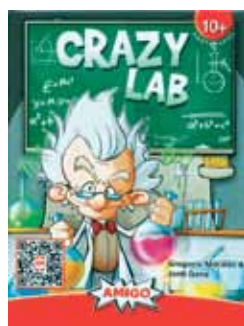
Matt Leacock,
2- 5 Pers. ab 10 J.,
ca. 45 Min.,
Schmidt Spiele,
ca. 28 €



CRAZY LAB

Ganz verrückt geht es hier zu. Jeder sucht sich geheim eine Farbe aus; die zählt am Ende für ihn positiv, eine andere negativ. Die übrigen Farben zählen für ihn nicht. Jetzt beginnt ein interessantes Stichspiel. Auf den Spielkarten sind Gläser mit ein, zwei oder drei Farben abgebildet. Zu Beginn jeder Runde wird die aktuelle Trumpffarbe zufällig bestimmt. Der höchste Trumpf gewinnt den Stich. Die Spieler sind ständig unter Druck: Der Stich enthält hohe Werte in der eigenen Plusfarbe, aber auch viele Minuspunkte. Was tun? Soll ich den Stich trotz der Minuspunkte nehmen? Aber meine Karte zeigt drei Farben, die ich für mehrere Stiche benötige. Aber ich kann sie nur für einen Stich ausspielen! Soll ich diese Karte wirklich jetzt einsetzen? Auch erfahrene Kartenspieler müssen hier kräftig umdenken, denn die gewohnten Denkmuster taugen hier nur eingeschränkt. Das gibt ein herrlich chaotisches, glücksbestimmtes Spiel, das einfach viel Spaß macht!

G. Morales
und J. Gene,
3-5 Pers. ab 10 J.,
ca. 20 Min.,
Amigo Spiele,
ca. 8 €



CARCASSONNE WINTER-EDITION

Im wunderbaren Klassiker „Carcassonne“ legen die Spieler aus Karten eine Landschaft mit Städten, Klöstern, Straßen und Wiesen. Jedes Teil wird so angelegt, dass Straßen und Orte zueinander passen. Danach darf dort eine Figur gesetzt werden, die aber nur dann Pluspunkte bringt, wenn die Stadt oder Straße auch vollendet wird. Bleibt sie zum Schluss unfertig, hat man seine Figur verschwendet. „Carcassonne“ wird schnell verstanden und ist echt familientauglich. Passend zur Weihnachtszeit gibt es jetzt eine sehr schöne „Winter-Edition“. Die Regeln entsprechen dem Original, aber tief verschneit präsentiert sich das Land. Tiere suchen Futter nahe den Straßen. Ein vorwitziger Braunbär nähert sich neugierig der Stadt. Der Reiz des Ausnahmespiels entsteht aus der taktischen Herausforderung und nicht zuletzt in der schönen Landschaft, die entsteht. Die sehr schöne „Winter-Edition“ ist ein stimmungsvolles Geschenk.

Klaus-Jürgen
Wrede,
2- 5 Pers. ab 8 J.,
ca. 35 Min.,
Hans im Glück,
ca. 17 €



Zugesandtes Material

- Das Senio Magazin freut sich über eingesandte Leserbriefe, Veranstaltungshinweise, Manuskripte, Fotos etc., übernimmt für sie jedoch keine Haftung.
- Alle Einsender stimmen der Nutzung ihrer Beiträge im Senio Magazin und in der Internetausgabe zu.
- Die Einholung der Abdruckrechte für eingesandte Beiträge, Fotos etc. obliegt dem Einsender.
- Die Redaktion behält sich die Auswahl und redaktionelle

Bearbeitung der Beiträge und Veranstaltungshinweise vor.

- Mit Namen oder Namenskürzel gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Senio Magazins wieder.
- Alle Urheberrechte verbleiben beim Senio Magazin bzw. den Autoren. Der Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur mit schriftlicher Genehmigung oder unter Angabe der Quelle gestattet.
- Der Abdruck von Veranstaltungsdaten erfolgt ohne Gewähr.
- Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist jeweils der 15. des laufenden Monats.

Anzeigen

- Die Anzeigenpreisliste wird auf Wunsch zugeschickt. Das Senio Magazin informiert Sie gerne auch persönlich.
- Unmoralische oder unvertrauliche Anzeigen werden nicht angenommen.
- Das Senio Magazin darf über die Platzierung der Anzeigen entscheiden.
- Anzeigenannahmeschluss für die nächste Ausgabe ist jeweils der 18. des laufenden Monats.

Brückenrätsel

Hühner	Suppen	Grün
Doktor	Titel	Seite
Schutz	Engel	Berg
Eis	Revue	Bühne
Mond	Nacht	Dienst
Braut	Vater	Schaft
Segel	Ohr	Muschel
Geld	Not	Dienst
Kinder	Buch	Messe
Acht	Eck	Zähne
Edel	Tannen	Baum
Wahl	Heimat	Kunde
Wild	Leder	Hose
Guss	Eisen	Mangel
Blüten	Honig	Kuchen
Speise	Eis	Läufer
Trödel	Markt	Platz

Lösung: STERN VON BETHLEHEM

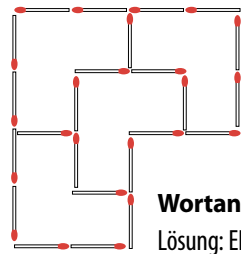
Wörter suchen

Trauma, Brauer, Traufe,
Brauch, Brause, Grauen

Durchgeschüttelte Wörter

1. Tannenbaum
2. Schneemann
3. Christkind
4. Bratapfel
5. Plätzchen
6. Nikolaus
7. Marzipan
8. Lametta

Streichholzrätsel



Wortanfang:
Lösung: El

Konzentriert lesen

Vom Christkind
Denkt euch,
ich habe das Christkind gesehen!
Es kam aus dem Walde,
das Mützchen voll Schnee,
mit rotgefrorenem Näschen.
Die kleinen Hände taten ihm weh,
denn es trug einen Sack,
der war gar schwer,
schleppte und polterte hinter ihm her.
Was drin war, möchtet ihr wissen?
Ihr Naseweise, ihr Schelmenpack –
denkt ihr, er wäre offen der Sack?
Zugebunden bis oben hin!
Doch war gewiss etwas Schönes drin!
Es roch so nach Äpfeln und Nüssen!

Zahlenpaare

$$1 + 8 = 2 + 7 = 3 + 6 = 4 + 5 = 9$$

Zahlenveränderung

Lösung: Minus 7.

9	8	8	3	6
9	8	8	2	9
9	8	7	5	9
9	8	0	5	9
9	1	0	5	9
2	1	0	5	9

Unterschied

Der Pianist hat einen Flügel
und der Pinguin zwei.

Haus

Das Wort **Haus** mit den einzelnen Buchstaben in der Zahlenreihe des Alphabets, also $s = 19$.

Zahlsuche

$$1 + 2^3 + 3^3 + 4^3 + 5^3 = 225 \quad (? = 125)$$

Zahlenberg

120
68 52
36 32 20
17 19 13 7
5 12 7 6 1

Ins Auge sehen

Ja, im Spiegel.

Nussteilung

$$U + 3 = H - 3;$$

$$H + 3 = 3 \times (U - 3);$$

$$U = 9 \text{ und } H = 15.$$

Bauarbeiter gräbt ein Loch

Er muss 125 h graben. Für fünffache Länge, fünffache Breite und fünffache Tiefe braucht der Arbeiter jeweils fünfmal so lange. Er schafft 1 m³ in einer Stunde. Das Loch hat jedoch 125 m³, also benötigt er für das Loch 125 h.

Panoramansicht

			2	
			↓	
	3	1	4	5
5 →	1	2	3	4
	2	5	1	3
1 →	5	4	2	1
	4	3	5	2
			↑	
			4	

SEITE 15, 33 SUDOKU

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

Wortverwandlungen

Z	e	i	e
Z	e	i	e
W	e	i	e
W	e	i	e
W	e	t	e
W	a	t	e

SEITE 21 BILDERRÄTSEL

1. W Adventskalender
2. E Adventskranz
3. I Arschpfeifenroessl
4. H Bascetta-Stern
5. N Christbaumkugel
6. A Fröbelstern
7. C Herrnhuter Stern
8. H Himmili
9. T Jöölboom
10. S Julehjerter
11. P Kerzen
12. L Krippe
13. A Lichterkette
14. E Nussknacker
15. T Pflaumentoffel
16. Z Räuchermännchen
17. C Schwibbogen
18. H Strohstern
19. E Weihnachtsbaum
20. N Weihnachtspyramide

Lösung: WEIHNACHTSPLAETZCHEN

SEITE 42-43 SCHWEDENRÄTSEL

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

Wer baut neue Wege über alte Grenzen?

Na, wir. Denn die Vennbahn-Radroute verbindet aktive Menschen in der Euregio.



Damit Zukunft passiert.
www.staedteregion-aachen.de



Aktive Region

Nachhaltige Region

BildungsRegion

Soziale Region

Lieben Sie auch sichere Lebensmittel?

Unsere Lebensmittelkontrolle sorgt für ein gutes Gefühl beim Einkauf in der gesamten StädteRegion.



Damit Zukunft passiert.
www.staedteregion-aachen.de



Aktive Region

Nachhaltige Region

BildungsRegion

Soziale Region

Fällt gute Bildung vom Himmel?

Gemeinsam mit über 500 Partnern bieten wir individuelle Bildungschancen. Für alle Menschen in der Region.



Damit Zukunft passiert.
www.staedteregion-aachen.de



Aktive Region

Nachhaltige Region

BildungsRegion

Soziale Region

Wollen Sie Ihre Lieben in guten Händen wissen?

Die Heimaufsicht fördert Qualität in der Pflege und Betreuung. Für alle Menschen in der StädteRegion.



Damit Zukunft passiert.
www.staedteregion-aachen.de



Aktive Region

Nachhaltige Region

BildungsRegion

Soziale Region