

senio**magazin**

■ kostenlos

FÜR DIE GENERATION 50 PLUS IN AACHEN UND UMGEBUNG

SEP./OKT. 2014 | 71

Bild: Matthias Boeke



Uschi Ronnenberg:
Heimatspflege im Internet

Das neue Programm 2/2014

SemesterStarter 5.9.

Eröffnung der Ausstellung

karltur

05.09.2014, 18 Uhr
Forum

Weiterkommen

Wissen bringt Sie hoch hinaus

vhs Volkshochschule
Aachen

Weiterbildungszentrum der
stadt aachen



www.ojasoase.de

Gisela Honné
Ganzheitliche Praxis
Alle Kassen & Privat

Abschwellen-Entgiften-Entschlacken
Manuelle Lymphdrainage 30 Minuten
statt 30,- € nur 24,- €*

** Bei Vorlage dieser Anzeige bis zum 30. Oktober 2014*

Besuchen Sie uns auf der **Vitalmesse**
am 6. + 7. September, **Stand 017**

Johannes-Rau-Str. 5, 52146 Würselen
Telefon: 02405 / 42 65 62



Bargeld-Lieferservice

- ☒ schnell
- ☒ sicher
- ☒ bequem



www.sparkasse-aachen.de/lieferservice

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

 **Sparkasse
Aachen**

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.**

Erzählenswerte Geschichten und Anekdoten aus Aachen und Umgebung, vergangen oder brandaktuell, liefert Ihnen unser Senio Magazin - und ebenso die Internetplattform „Unser Aachen“. Die Frau, die „dahinter steckt“, Grafik-Designerin Uschi Ronnenberg, stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe vor. Und natürlich auch, wie Mann und Frau bei „Unser Aachen“ mitmachen können!

An Kaiser Karl führt im „Karlsjahr 2014“ in Aachen kaum ein Weg vorbei. Kulturell gibt es in der Kaiserstadt in den kommenden Monaten aber viel zu erleben, was nichts bzw. wenig mit ihm zu tun hat. Und bei schönem (Sommer-) Wetter macht das noch mehr Spaß!



Ihr G. Günal

TITELTHEMA

- 24 Uschi Ronnenberg: Heimatpflege im Internet** Robert Steinborn

BEI UNS

- 4 Großeltern-Enkel-Nachmittag Erntedankfest Tanzen im Seniorenalter Jüdisches Leben im Rheinland**
- 5 Bundesschützenfest 2014 Neues Begegnungszentrum Aktionstag der Aachener Vereine Tag der offenen Tür Alsdorfer Europafest**

AACHENER GESCHICHTEN

- 6 „Zu behandeln wie ein General“** Heinz Amian

ANSICHTEN

- 7 Aachener Bahnhöfe (Folge 2)**

BEGEGNUNGEN

- 8 Angst vor Fremden?** Ingeborg Lenné

JAHRESZEITEN

- 9 Der Gärtner** Birgit Johanna Frantzen
Fünfzig Jahr Hajo Mais
Glücksmomente Irmgard Albrecht

SENIOREN SCHREIBEN

- 10 Richard schläft** Erwin Bausdorf
Ausgeflogen Wilhelm Müller
- 11 Oma als Hausaufgabenhilfe** Inge Gerdorf
- 26 Besuch bei Chico** Josefine Kühnast
Erinnerungen an Nazi- und Notzeit Richard Wollgarten
- 27 Ein Ende von etwas o. Schwierigkeiten mit der Freundschaft** Wolfgang Prietsch

KUNST & KULTUR

- 12 „Alte Schule - Neue Wege“** C. Kluck
Sommerkonzert in der Citykirche Die Folgen des Krieges Angriff auf Russland Satirische Reise durch die Arbeitswelt Gitarrenfestival Tag des offenen Denkmals „Zwischen-Zeiten 2014“ September Special Zweimal Dixieland Rektor zu Gast Rund um die Kunst Vermittlung von Stadtgeschichte Ritterlager bei der Welschen Mühle „Korneli-Oktav“

EINE VON UNS

- 15 Politik mit Herz** Peter J. Heuser

WEGBEGLEITER

- 17 Kommt nicht in die Tüte!** Alfred Kall

LIEBE HÄLT JUNG

- 16 Nähe und Berührung - auch im Alter ein Bedürfnis** Susan Heat

STERNSTUNDEN

- 18 Medovnik und eine Reise in die Unendlichkeit** Hartmut Neumann

FRÜHER

- 19 ... war vieles doch sehr viel anders Selbstversorgung durch Tierhaltung** Josef Stiel

BESONDERE ORTE

- 20 Abschied von der Insel** Helga Licher

EHRENAMTLICHE ARBEIT

- 21 Willst du glücklich sein im Leben ...** Christine Kluck

SAMMLER

- 28 Konzentration auf das Wesentliche** Heinz-Josef Lambertz Josef Römer

ERLEBTE GESCHICHTEN

- 30 Eine Kindheit im Schatten der Gaskessel** Christian Graff

SELBST PROBIERT!

- 31 Aachener Dunkelgoldtaler** Klaus Jörg Hammerschmidt

PFLEGE

- 32 Hilfe bei Schlaganfall - Das Modellprojekt „Der Angehörigenlotse“** Franz Gass

REISEBERICHTE

- 36 Reise nach Córdoba und Sevilla** Gisela Unger

VORBEUGUNG UND GESUNDHEIT

- 38 Alt werden, gesund bleiben - Mäßig und vollwertig!** Hartmut Kleis
Dank sorgfältiger Pflege gut aussehen Arzt bewerten und ein Lächeln schenken

ÖCHER PLATT

- 42 Moss me doe noch vööl sage?** Hein Engelhardt, Richard Wollgarten

BUCHTIPP

- 43 Wie Erinnerungen geweckt werden** Inge Gerdorf

BITTE LÄCHELN

- 44 Mut zur Tücke!**

GESELLSCHAFTSSPIELE

- 46 Einfach schnell** Berthold Heß

UNTERHALTUNG

- 22 Gedächtnistraining** Marion Holtorff
- 23, 41 Sudoku**
- 34, 35 Schwedenrätsel**
- 40 Gripsgymnastik** Dieter H. K. Starke
- 45 Bilderrätsel Getränke**
- 47 Auflösungen**

IMPRESSUM

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

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

Redaktion: Tel.: 0241 990 78 69
G. Günal, R. Steinborn, M. Holtorff,
F. Gass, N. Krüsmann, I. Gerdorf,
J. Römer, S. Tuchardt.

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

An dieser Ausgabe haben mitgewirkt:

C. Kluck, H. Kluck, I. Lenné,
J. Kühnast, P. J. Heuser, W. Prietsch,
D. H. K. Starke, H. Licher, A. Kall,
H. Neumann, J. Römer, B. Heß,
R. Wollgarten, I. Albrecht, J. Stiel,
H. Kleis, H. Mais, H. Amian,
G. E. H. Meier, A. Küpper, C. Graff,
B. J. Frantzen, S. Heat, G. Unger,
K. J. Hammerschmidt, W. Müller,
H. Engelhardt, E. Bausdorf.

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



Foto: cjd/thw/G. Holt-Postkamp

Großeltern-Enkel-Nachmittag in Burtscheid

Das Großeltern-Sein ist die Kür des Lebens mit Kindern. Besonders schön ist es für Großmütter und -väter, wenn die Enkelkinder in der Nähe wohnen - und noch schöner ist es, wenn man mit anderen gemeinsam etwas unternimmt. Deshalb lädt der Seniorenrat der Stadt Aachen, Bezirk Burtscheid, Großeltern mit ihren Enkelkindern im Alter bis zu 10 Jahren zu einem gemeinsamen Treffen am Freitag, dem 19. September 2014, von 15 bis 18 Uhr auf der Sportanlage und im Vereinsheim des Burtscheider Turnvereins (BTV), Siegelallee 26, ein.

Dabei geht es darum, mit den Enkelkindern und den anderen Teilnehmern gemeinsame spielerische Erfahrungen zu machen und sich bei einer Tasse Kaffee oder Tee auszutauschen über sein Leben mit den Enkelkindern. Die Teilnahme ist kostenfrei. Getränke können zum Selbstkostenpreis im Vereinsheim des BTV erworben werden.

Ab 15 Uhr sind gemeinsame Spiele und sportliche Aktivitäten für Großeltern und Enkelkinder, angeleitet von Sportgruppenleitern des BTV, vorgesehen. Ab 16:30 Uhr können sich die Großeltern - während sich die Enkelkinder unter fachkundiger Anleitung sportlich und spielerisch weiterhin betätigen - austauschen über Themen, die sie in Bezug auf ihre Enkel besonders interessieren. Die Themen können die Großeltern selbst vorschlagen. Es werden Themengruppen gebildet, die von Mitgliedern des Seniorenrates Burtscheid moderiert werden.

Um eine formlose Anmeldung per E-Mail, Telefon oder Post wird gebeten: Seniorenrat der Stadt Aachen - Bezirk Burtscheid - c/o Conrad M. Siegers, Luxemburger Ring 5, 52066 AC, Tel.: 0241/64565, E-Mail: c-m-s@freenet.de. Geben Sie bitte auch die Anzahl und das Alter Ihrer Enkelkinder an.

Erntedankfest

Ihr großes Erntedankfest feiert die Arbeiterwohlfahrt Aachen-Burtscheid in diesem Jahr am 21. September ab 14 Uhr in der Aula der Fachhochschule Bayernallee.



Das Programm wird von Gerlinde Klar gestaltet, bekannte Künstler werden auftreten. Karten können nur am Mo., den 08.,

und Do. den 11.09. von 14 bis 17 Uhr in der „Burtscheider Stube“ zum Preis von 6 bzw. 12 € (Mitgl./Nichtmitgl.) erworben werden.

Tanzen im Seniorenalter

Tanzen trainiert das Gehirn, bringt Freude und ist gut für Körper, Geist und die Paarbeziehung.



Tanzen ist eine der wenigen Sportarten, die man bis ins hohe Alter betreiben kann. Jeder bestimmt selbst, wieviel er tun will. Es gibt Senioren, die sogar Turniere tanzen und das mit Erfolg. Die heutigen Senioren sind oft noch sehr aktiv und da kann das Tanzen eine große Bereicherung sein. Man trifft sich regelmäßig mit anderen, die auch gern tanzen. Man muss dazu nicht in ein Tanzlokal gehen, wo oft die

Musik zu laut ist und andere Unannehmlichkeiten zu finden sind. Das Tanzen im Verein ist sehr zu empfehlen. Der Tanzsportverein TSV Carolus arbeitet gerade verstärkt in diesem Bereich. Er bietet Senioren jeden Alters die Möglichkeit, wieder aktiv zu tanzen - egal, ob man Anfänger oder schon fortgeschritten ist.

Jeden Sonntag um 11 Uhr trifft sich die Gruppe in der Sporthalle Michaelsbergstr. in Burtscheid oberhalb des Kurparks. Die Halle ist groß und hat Parkettboden. Es werden viele Tänze gemeinsam gelernt oder wieder aufgefrischt. Langsamer Walzer, Tango, aber auch Gruppentänze stehen auf dem Programm. Der Verein würde sich über neue Interessenten freuen, die jederzeit in die Gruppe kommen können. Anmeldung unter Tel.: 0241-900 899 77 oder per E-Mail: kontakt@tsv-carolus-aachen.de. Einfach mal ausprobieren und mitmachen oder zusehen, alle sind herzlich willkommen, auch Alleinstehende können kommen.

Jüdisches Leben im Rheinland

Am Freitag, dem 05.09.2014, finden für den Geschichtskreis der Pfarre St. Sebastian Würselen und dem Jüdisch-Christlichen Arbeitskreis Würselen Führungen durch das LVR-Kulturhaus von 15.30 bis 17 Uhr statt. Anschließend ist der Besuch der Aachener Synagoge geplant. Um 19 Uhr beginnt dort der Gottesdienst.



Die 1841 im Dorf Rödingen (Gemeinde Titz, Kreis Düren) errichtete Synagoge ist zusammen mit dem Wohnhaus der jüdischen Familie Ullmann das einzige weitgehend im Originalzustand erhaltene Gebäudeensemble dieser Art im westlichen Rheinland. Die Aachener Synagoge wurde durch die Stadt Aachen an der Stätte der während der Novemberpogrome 1938 zerstörten alten Synagoge neu erbaut und

1995 der jüdischen Gemeinde übergeben.

Ab 14.30 Uhr werden vor dem Pfarrhaus St. Sebastian Würselen Fahrgemeinschaften eingerichtet. Für Eintritt und Führungen sind 15 € zu entrichten. Verbindliche Anmeldungen (Vorkasse) nimmt Hubert Wickerath, Tel.: 02405/426477 entgegen, die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Aus Sicherheitsgründen können nur angemeldete Personen an der Exkursion teilnehmen.

Bundesschützenfest 2014

Das diesjährige Bundesschützenfest findet am Wochenende vom 19. bis 21. September 2014 in Kerkrade und damit zum ersten Mal außerhalb Deutschlands statt.

Die „Kruisboogschutterij St. Hubertus Haanrade“ organisiert es in enger Zusammenarbeit mit dem „Bund der historischen deutschen Schützenbruderschaften e.V.“, der sich als Dachorganisation der deutschen katholischen Schützenbruderschaften versteht und unlängst wegen der Nichtanerkennung eines muslimischen Schützenkönigs im westfälischen



Werl-Sönnern in die Schlagzeilen geriet.

Das Bundesschützenfest 2014 wird mit Paraden, Musik- und Festumzügen, Gottesdiensten und Festabenden in der Rodahal gefeiert. Informationen zum Programm und zum Kartenvorverkauf finden Sie u.a. auf ausliegenden Flyern oder im Internet unter www.bundesfest2014.de.

Neues Begegnungszentrum in Preuswald

Nach langer Vorplanung hat Ende Mai das „AWO-Begegnungszentrum Aachen Preuswald“ in der Reimser Straße 84 eröffnet. Als „Senioren- und Migranten-Stützpunkt“ soll es die Lebensqualität der Bürger und Bürgerinnen im Stadtviertel erhöhen.

Jeweils dienstags gibt es von 14:30 bis 17 Uhr den Spiele- und Bingonachmittag. Donnerstags findet von 10 bis 11 Uhr die Gripsgymnastik statt und freitags wird von 10 bis 12:30 Uhr gemeinsam gekocht.

Wer montags ab 10 Uhr am Frühstück oder freitags ab 12:30 Uhr am Mittagessen



teilnehmen möchte, meldet sich bitte drei Tage im Voraus bei Frau Lang unter Tel.: 46 33 75 47 an. Sie erteilt auch Auskünfte über das weitere Programmangebot.

Aktionstag der Aachener Vereine



Der Aktionstag der Aachener Vereine unter dem Titel „Ehrenwert“ findet am Sonntag, 28. September, von 11 bis 18 Uhr zusammen mit einem verkaufsoffenen Sonntag statt. Besucher erwartet wie schon in den Vorjahren ein abwechslungsreiches Programm auf vier Bühnen.

Rund um Dom und Rathaus werden alle teilnehmenden Vereine an eigenen Ständen und z. T. auch im Bühnenprogramm über ihre Aktivitäten informieren. Im Vorjahr kamen 170 Vereine der Einladung von Oberbürgermeister Marcel Philipp nach. Das alljährliche „Fest der Begegnung“ des Arbeitskreises Behindertenhilfe wird in diesem Jahr in die Veranstaltung integriert.

Tag der offenen Tür

Am Samstag, dem 25. Oktober 2014, veranstaltet die Würselener Senioren-Werkstatt von 10 bis 17 Uhr einen Tag der offenen Tür.



Hans Cramer, Martin Schaffrath und Josef Hamann (v. links) bei den letzten Vorbereitungen zum Tag der offenen Tür

Im Mauerfeldchen 29 in Würselen zeigen Menschen seit Oktober 1998 jeden Dienstag von 15 bis 19 Uhr, dass es Spaß macht, miteinander etwas zu tun sowie jahrelang erworbene Fähigkeiten und Fertigkeiten weiter zu geben. In den vergangenen vierzehn Jahren stellten sich die rüstigen Rentner immer wieder in den Dienst von öffentlichen Einrichtungen – ehrenamtlich, wie sich versteht. Kindergärten, Schulen, Würselener Tafel e.V., Waldjugend etc. waren die bisherigen Nutznießer.

Die Senioren freuen sich, Ihnen Ihre Werkstatt sowie die hergestellten Produkte bei Kaffee und Kuchen präsentieren zu können. Seniorinnen und Senioren aus den unterschiedlichsten handwerklichen Gebieten, die Freude daran haben, die Senioren-Werkstatt mit ihrem fachlichen Können zu unterstützen, sind dienstags herzlich willkommen.

Alsdorfer Europafest



Von Freitag, dem 12., bis Montag, dem 15.09.2014, feiert Alsdorf sein Europafest.

Partnerland ist in diesem Jahr das Königreich Dänemark. Es gibt ein buntes Programm, an allen Tagen Kirmes auf dem Annagelände sowie als Höhepunkt einen Folklorefestumzug am Sonntag, im Anschluss daran haben die Geschäfte in der Innenstadt geöffnet.

Bild: sokaeko/pixelio.de

„Zu behandeln wie ein General!“

Als amerikanische Truppen infolge der Landung in der Normandie im September 1944 bis in den Aachener Wald vordrangen, ordnete die NS-Kreisleitung erst am 12. September - viel zu spät - die Evakuierung der Bevölkerung an, welche sich auf chaotische Weise vollzog.

Auf Befehl Hitlers sollte Aachen als erste deutsche Großstadt „bis zum letzten Mann“ verteidigt werden. Zehntausende Bewohner verließen fluchtartig die Stadt und ließen sich als Evakuierte im Innern Deutschlands nieder. Die zurückbleibenden Bürger galten dem NS-Regime als „Vaterlandsverräter“. Sie lebten versteckt in Kellern und Bunkern. Als die zunächst geflohenen Vertreter der NS-Partei und der Polizei zurückkehrten, begannen sie mit drakonischen Methoden, die versteckten Hiergebliebenen aufzustöbern und einer zwangsweisen Evakuierung zuzuführen, was ihnen jedoch nur unzureichend gelang. Letztlich waren es nur noch ca. 7.000 Aachener, welche bis zur Eroberung Aachens ausharrten. Diese waren, da die Versorgung nicht mehr funktionierte, gezwungen, sich Lebensmittel aus vorhandenen Lagerbeständen zu beschaffen.

Oberster Repräsentant der Diözese Aachen war damals Bischof Johannes Joseph van der Velden. Dieser entschloss sich, Aachen nicht zu verlassen. Er war wegen seiner Volkstümlichkeit bei seinem Kirchenvolk sehr beliebt. Er war nun ebenfalls gezwungen, in ständig wechselnden Verstecken „unterzutauchen“, um so den NS-Häschern zu entgehen. Die Nazis im „Reichsinnern“ durften von seinem Verbleib in Aachen nichts erfahren, da er Opfer eines NS-Werwolf-Attentats



Der Totenzettel des Bischofs

hätte werden können, wie es leider einige Zeit später bei der Ermordung des Oberbürgermeisters Oppenhoff geschah. Sein letztes Versteck war der Keller des ehemaligen „Geka“-Hauses in der Adalbertstraße, dem heutigen „Kaufhof“. Weil Aachens Stromversorgung nicht mehr funktionierte, wurde der Bischof durch einen „Meldegänger“ namens Professor Rehmann, seines Zeichens Priester und damaliger Domkapellmeister, bestens informiert, da dieser in einem Kellerversteck am Boxgraben ein batteriebetriebenes Radio ausfindig gemacht hatte, von wo aus er die jeweils neuesten Nachrichten auf nicht ungefährlichem Weg überbrachte.

Am 18. Oktober 1944, drei Tage vor der endgültigen Kapitulation der deutschen Wehrmacht in Aachen, durchstöberten sechs bewaffnete amerikanische Soldaten den Keller des „Geka“-Hauses. Dort trat ihnen Bischof van der Velden ruhig entgegen und erklärte: „Ich bin der Bischof von Aachen!“ Die „Amis“, zunächst verdutzt, übermittelten die Nachricht direkt per Funkgerät an ihre Vorgesetzten. Der Befehl, der postwendend als Antwort zurückkam, lautete: „To be treated like a general!“ („Zu behandeln wie ein General!“) Diese Aussage ist insofern bemerkenswert, da bis in die Kriegsjahre hinein die Nazis auch im katholischen Aachen eine akut kirchenfeindliche Haltung einnahmen. U.a. wurden zahlreiche Klöster zwangsweise geschlossen, Geistliche wegen angeblich regimfeindlicher Predigten in Konzentrationslager gebracht sowie weitere kirchenfeindliche Sanktionen

angeordnet. Umso mehr wusste der Bischof die beschriebene zuvorkommende ehrenhafte Behandlung seitens der Amerikaner wohl besonders zu schätzen.

Im Anschluss an seine Entdeckung wurde er, noch während der Kämpfe in der Stadt, zunächst nach Gemmenich in Belgien verbracht. Noch drei Monate später behauptete die Gestapo Köln: „der Aachener Bischof ist wahrscheinlich bei dem Versuch, in seine Bischofsstadt zu gelangen, unweit von Jülich ums Leben gekommen“; es war ein echter Propagandatrick der Nazis, da der Bischof zum Glück wohlauf war!

Außer dem Bischof und Prof. Rehmann hatten es auch noch weitere katholische Geistliche vorgezogen, während der „Schlacht um Aachen“ bei der Bevölkerung auszuhalten und ihr in schlimmster Not beizustehen, so z.B. durch Abhalten geheimer Gottesdienste, wie auch bei nächtlichen Beerdigungen von durch Kampfhandlungen getöteten Zivilisten.

Johannes Joseph van der Velden war bei Kriegsende Bischof der meist zerstörtesten Diözese Deutschlands, bedingt durch die vorausgegangenen monatelangen schweren Kämpfe im Rheinland.

Auch bei der katholischen Jugend war er sehr beliebt. So war es z.B. üblich, dass ihm nach Kriegsende an seinem Namens- tag am 19. März zahlreiche Jugendliche im Garten seines Wohnhauses an der Kasinostraße singender Weise gratulierten.

Johannes Joseph van der Velden war fast elf Jahre lang Bischof von Aachen, als er am 19. Mai 1954 im Alter von fast 63 Jahren verstarb.

Quellen:

1. Charles Whiting/Wolfgang Trees: „Die Amis sind da! Wie Aachen 1944 erobert wurde“, Sonderdruck der „Aachener Volkszeitung“ 1975,
2. Bernhard Poll: „Das Schicksal Aachens im Herbst 1944“, Verlag d. Aachener Geschichtsvereins, 1962,
3. Totenzettel des Bischofs



Soldaten der US-Army in den Straßen Aachens, Aufnahme vom 15. Oktober 1944



Heinz Amian

Teil 7: Aachener Bahnhöfe (Folge 2)

Der Bahnhofplatz ist in den letzten 100 Jahren mehrfach umgestaltet worden. Er stellt sich in seiner Entwicklung spannender dar als der Bahnhof selbst. Eine Ansichtskarte von 1906, (Abb. 6 in Folge 1, Ausgabe 69) noch ohne jeden Schmuck, zeigt einen vollkommen leeren Platz.

In den nächsten Jahren wurde das Kriegerdenkmal wiederaufgebaut (Abb. 1), das bereits 1872 vor dem Rheinischen Bahnhof existierte. Man gedachte damit der Gefallenen der Kriege von 1866 und 1870/71. 1923 wurde es an die Monheimsallee versetzt und 1942 leider eingeschmolzen. Anschließend wurde ein großes Wasserbassin errichtet. Wasserspiele mit der Darstellung eines Tritonen (Abb. 2) wurden ebenfalls 1923 abgebaut, vermutlich um dem zunehmenden Verkehr Rechnung zu tragen. Er kann jedoch heute noch als Brunnenanlage des Paubachs an der Kaiser-Friedrich-Allee besichtigt werden. Abb. 3 zeigt den Bahnhofplatz 1914.



1



2



3



4

Abb. 4 aus 1911 zeigt die Festlichkeiten am 18.10.1911, als Kaiser Wilhelm II. Aachen besuchte, um an der Enthüllung des Denkmals Kaiser Friedrich III. am Kaiserplatz teilzunehmen.



5

Für 1915 war eine Krönungsschau geplant. Abb. 5 zeigt den mit monumentalen Säulen geschmückten Bahnhofplatz. Hierzu wurden eigens Kopien der Reichsinsignien angefertigt (heute im Rathaus). Die Originale befinden sich in Wien. Da sich Deutschland zu diesem Zeitpunkt jedoch im Krieg befand, sagte Wilhelm II. die Veranstaltung ab. Die Säulen wurden danach wieder abgebaut.

Nach dem Umbau des Bahnhofplatzes sieht man im Zentrum einen Kiosk (Abb. 6). Auffallend in diesen Ansichtskarten sind die vielen großen Hotels rings um den Bahnhofplatz in dieser Zeit. Die Umbauten nach dem Zweiten Weltkrieg wollen wir hier unbetrachtet lassen.

In der Anfangszeit der Eisenbahngeschichte wurden Bahnstrecken und Bahnhöfe von

Gesellschaften gebaut. So der Hauptbahnhof von der Rheinischen Eisenbahngesellschaft. Die Strecke zwischen Eschweiler und Aachen war durch die geologischen Voraussetzungen sehr schwierig zu planen, weswegen mehrere Tunnel und 30 Brücken zu errichten waren. Der Burtscheider Viadukt als erster großer Eisenbahnviadukt Deutschlands (1838-40, 277 m lang u. bis zu 16 m hoch) zeugt heute noch davon.

Der Bahnhof Ronheide, ab 1925 Aachen Süd (Abb. 7), diente den Aachenern als Station zu Wanderungen im Aachener Wald (vgl. die Broschüre „Öcher Bösch“). Außerdem wurde an der Bahnhofstation eine Dampfseilzuganlage unterhalten, die den Zügen auf der Steilstrecke mit einem Höhenunterschied von 55 m den Aufstieg erleichterte bzw. bei der Abwärtsfahrt beim Bremsen half. Erst als die Dampflokomotiven 1855 so stark wurden, dass durch eine vor- und nachgeschaltete Lok der Höhenunterschied preiswerter zu überbrücken war, wurde sie eingestellt. Der Personenbahnhof Ronheide wurde 1927 das letzte Mal angefahren.



7

Die Aachen-Düsseldorfer Eisenbahn-Gesellschaft erbaute 1858 den Bahnhof „Aachen-Marschiertor“ (Abb. 8). Der Straßenplan aus Folge 1 gibt die Lage wieder. Das Streckennetz dieser Gesellschaft verband Aachen mit Mönchengladbach und Düsseldorf. Der Bahnhof ähnelte dem Rheinischen Bahnhof. Er bestand bis zum Zweiten Weltkrieg, wurde 1945 zerstört und nicht wieder aufgebaut.

Weitere Infos unter: www.sammlung-crous.de



8

Angst vor Fremden?

Wir doch nicht! ... Oder doch?

Städte wie Aachen sind immer schon Städte gewesen, in denen fremde Menschen lebten. Sie kamen als Studenten oder auch als Arbeitskräfte.

In den Jahren um 1960 kamen reiche junge Männer, die Turbane trugen, aus Indien, um an der Technischen Hochschule zu studieren. Griechensöhne kamen in den 1970er Jahren. Nicht selten wurde ihr Lebensunterhalt mittels einer Überweisung von der „Bank of England“ finanziert. Schmal war hingegen der Geldbeutel der Studenten aus dem fernen China. Ende der 70er Jahre kam der chinesische Ingenieur Herr Lu, der 1981 in Aachen die Doktorwürde erlangte. Prof. Dr. Lu ist heute Ehrenbürger der Technischen Hochschule Aachen und Mitbegründer der Städtepartnerschaft Aachen – Ningbo. Die Stadt war und ist stolz auf alle ihre ausländischen Studenten!

Auch um in der Industrie Arbeit zu finden, kamen viele Menschen aus Italien, Spanien, Griechenland und der Türkei; Gastarbeiter nannte man sie. Sie wohnten meist in nicht so begehrten Wohnungen. Es war ja auch nur für „vorübergehend“.

Manchmal aber war alles Fremde der Fremden faszinierend – ihr Lächeln, ihre Bräuche, die Küche; ab und zu sogar kam die Liebe ins Spiel. Kamen die Frauen aus fernen Ländern ihren Männern nachgeheist, trugen manche Kopftücher und stießen oft auf Unverständnis. Man musste erst lernen, miteinander zu leben.

Erinnern Sie sich auch an andere, die vorübergehend kamen?

Wenn Schausteller die Kirmes in den Stadtteil brachten, kamen ihre Kinder für ein paar Tage in unsere Schulen. Meist war ihr Wissensstand weit hinter dem unsrigen zurück. Nach einer Woche zogen sie mit ihren Eltern und dem Fahrgeschäft weiter. Man hatte keine Freundschaft geschlossen, weil man wusste, „die“ bleiben nicht lange.

Fahrendes Volk machte mit Wagen und Zelten Quartier auf abgelegenen Plätzen draußen vor der Stadt. Man hielt sich fern und hatte diese Menschen meist nicht gerade gern. Mal zogen sie schnell weiter, mal blieben sie ein paar Tage länger.



Seit Jahren kommen fremde Menschen zu uns ins Land, weil sie vor Krieg und Unterdrückung fliehen. Sie sind untergebracht in Übergangswohnheimen, in Containerdörfern am Rande der Stadt oder sogar in Großunterkünften. Wer die Anerkennung als Asylant erlangt, darf bleiben, darf die Notunterkunft verlassen und bekommt eine eigene Wohnung – vorläufig jedenfalls. Manchmal gibt es haarsträubende Entscheidungen, wenn jemand zurückgeschickt wird in sein Land. Ich beneide die Beamten nicht, die am Schicksal dieser Menschen beteiligt sind, wenn sie die Zurückgewiesenen auf dem Flug in die Heimat, wo auf diese Repressalien hin bis zur Misshandlung warten, begleiten müssen.

Und nun haben wir Angst vor Fremden, die kommen werden? Fremdenfeindlich wird gefragt, ob sie unser Sozialsystem ausnutzen werden. Werden sie die zugewiesene Wohnung verwüsten, das Umfeld zum sozialen Brennpunkt machen? Wird die Kriminalität steigen? Ängste und Vorbehalte – Vorurteile auf jeden Fall!

Fremde, die man kennen lernt, sind nicht mehr fremd.

Man kann sich gern mit ehrenamtlicher Arbeit beteiligen, bei der Aufnahme bis hin zur Integration behilflich zu sein.

Eine wahre Geschichte

„Meister, da steht einer“, rief der Bäckerlehrling. Ein dunkelhäutiger Mann hatte die Backstube betreten. Als der Bäcker-

meister sich ihm zuwandte, überschüttete er ihn sofort mit einem Redeschwall. Was er nicht in gutem Deutsch auszudrücken wusste, versuchte er mit vielen Worten auszugleichen. Immer wieder war zu hören: „6 Mark, 6 Mark!“

Der Fremde war ein Kesselflicker, der seine Dienste anbot. „Sechs Mark, sechs Mark, ein gutes Geschäft!“ Der Bottich der Knetmaschine musste dringend ausgebessert werden. Der Bäckermeister hatte diese Arbeit immer wieder herausgeschoben, um Geld zu sparen. Eine Reparatur war dringend nötig, ein paar Tage musste man sich eben behelfen. Eine Neuanschaffung aus Stahl war unerschwinglich.

Der Redeschwall des Fremden nahm kein Ende. Der Meister „witterte“ einerseits ein gutes Geschäft, andererseits fürchtete er, betrogen zu werden. „Sechs Mark! Sechs Mark!“ – Schließlich holte der Fremde einen zweiten Mann zu Hilfe, der Bottich wurde aus der Maschine ausgebaut. Die Fremden nahmen das Gefäß mit und versprachen, es in zwei Tagen wieder zurückzubringen. „Wenn das nur gut geht!“ „Jungs“, sagte der Meister zu seinen Gesellen und dem Lehrling, „wenn wir den Topf nicht wiedersehen, haben wir ein Problem.“ Frau Meisterin tobte. Und der Bäckermeister mag durchaus zwei Tage lang gezittert haben.

Dann kamen sie, die dunkelhäutigen Männer. Sie brachten den Teigbottich bestens verzinst zurück. Natürlich wollten sie nicht sechs Mark haben; sechs Mark pro Quadratzentimeter waren gemeint gewesen. Der Meister war erst einmal froh, seine Teigknetmaschine wieder benutzen zu können. Mit der Ausführung der Arbeit war er bestens zufrieden. Ein wahrlich gutes Geschäft! Warum das Misstrauen?

Draußen vor der Stadt in ihrem Camp hatten die Männer ihre schwierige Arbeit getan. Welche Vorsichtsmaßnahmen hatten sie bedacht? Wahrscheinlich keine oder zu wenige. Die Söhne hatten das Handwerk von ihrem Vater gelernt: Kessel flicken.

Ingeborg Lenné





Bild: M. Großmann/pixelio.de

Der Gärtner

Birgit Johanna Frantzen



Nach des Winters langer Zeit
ist es im Frühjahr dann soweit,
die Arbeit in dem schönen Garten
kann der Gärtner kaum erwarten.

Pflügen muss er und auch graben
will er vom Ernten etwas haben.
Auch wird ihm diese nicht erlahmen,
wenn schnellstens setzt er alle Samen.

Den Dünger hält er schon parat,
damit gedeiht jedwede Saat,
denn nur, wenn diese ist geglückt,
wird das Pflänzchen rausgerückt.

Jetzt braucht man Sonne und auch Regen,
denn für den Garten sind sie Segen.
So kann es wachsen und gedeihen
in den zuvor gesäten Reihen.

Gemüse, Blumen, Apfelbaum
sind des Gärtners schönster Traum.
Sowohl Kräuter als auch Beeren
hält er sich liebevoll in Ehren.

Dem Ungeziefer rückt er zu Leibe,
hinfort es aus dem Garten treibe.
Auch die Raupen und die Schnecken
kein Entzücken in ihm wecken.

Die gemeinen Parasiten
lässt kein Gärtner sich gern bieten.
Drum werden eifrig sie besprüht,
damit's im Garten wieder blüht.

Ja, den Gärtner wird's beglücken
kann er Obst und Beeren pflücken,
auch das Gemüse nebst den Bohnen
soll beim Ernten sich sehr lohnen.

Körbe, Beutel, Tüten, Taschen
schleppt er nach Hause zum Vernaschen.
Vieles wird schnell eingemacht,
da an den Winter sei gedacht.

Nach der schönen Herbsteszeit
hält sich der Winter bald bereit.
So ist am Jahresend' vorbei
das Ernten in der Gärtnerei.



Fünzig Jahr

Sie hatten lang sich drauf gefreut,
nun war'n sie endlich Eheleut'.
Die Trauung, feierlich und schön,
die Braut so lieblich anzuseh'n.

Ein Traum in weiß ihr Hochzeitskleid,
und ganz stolz an ihrer Seit'
der Bräutigam, des Glückes voll,
die Orgel spielte leis in Moll.

Das alles war vor fünfzig Jahr',
die Goldhochzeit steht nun ins Haus,
sie sind sich immer noch ganz nah,
nie ging die Liebe Ihnen aus.

Sie zogen sieben Kinder groß,
drei Mädchen und vier Knaben,
im Haus war oft der Teufel los,
sie haben's mit Geduld ertragen.

Sind stolz auf ihre Enkelschar
zwölf sind es an der Zahl
stets ausgefüllt ihr Leben war,
wenn's auch hart und schwer
so manchesmal.

Nun ehrt man sie: singt Lieder
und hält Reden,
ihr Haus geschmückt, ganz wunderbar,
der Pastor kam, um sie zu segnen,
wie einst, als er getraut das Paar.

Fünzig Jahr - wohin die Zeit,
sie ging nicht grad im Flug dahin,
fünfzig Jahre Seit' an Seit'
erfüllt von ihres Daseins Sinn.

Bild: Rolf/pixelio.de

Hajo Mais



Glücksmomente

Wildgänse kreisen über meinem Haus
suchen sich einen Rastplatz aus,
haben die kalte, klare Nacht
im nahen Vennggebiet verbracht.
Ein alljährlich wiederkehrendes Zeichen:
Sommer muss dem Winter weichen!
Bei allen Veränderungen in unserer Zeit,
die Zuverlässigkeit der Natur,
sie war, sie blieb, sie bleibt.

Text und Foto:

Irmgard Albrecht





Richard schläft

**Wer liegt denn da im Schaufenster?
Tatsächlich, es ist Richard.**

Das ist der Mann, der aus seiner Wohnung rausgeflogen ist, weil er nach dem Tod seiner Frau die Übersicht verloren hatte. Der keine Miete mehr zahlte, dem die Wohnung ausgeräumt und sämtliche Möbel vor die Haustür gestellt wurden. Der sein Bett auf dem Bürgersteig wieder aufbaute und zwei Nächte dort verbrachte. Der zusehen musste, als die Männer vom Stadtbetrieb den Bürgersteig räumten.

Richard erschien der Müllwagen wie ein riesiger Drache, der das hinter schmut-

zigen Vorhängen verborgene Maul aufsperrte und zwei Reihen stählerner Zähne zeigte. Zuerst wurde das Sofa dem Drachen ins Maul geschoben. Langsam schlossen sich die Zahnreihen, es splitterte und krachte, es riss und stöhnte und der Gigant würgte den ersten Teil des Möbelstücks in sich hinein, um sofort den Rachen erneut zu öffnen, und weitere Teile verschwanden zerborsten hinter den Zähnen. So fielen Richards Möbel, der Kleiderschrank und der Sessel aus dem Wohnzimmer, der Küchentisch und die Stühle, ein Teil nach dem anderen dem Ungeheuer zum Opfer und verschwanden in seinen Eingeweiden. Als Letztes wurde der Spiegel aus dem Schlafzimmer auf die Rampe geworfen, zersprang in viele Teile, wurde

zwischen den Zähnen knirschend zerknackt und war verschwunden. Es war der Spiegel, vor dem seine Frau gesessen hatte, um sich fein zu machen, bevor sie in die Stadt ging.

Richard sah hilflos zu und weinte und konnte nicht verstehen, was ihm angetan wurde. Der Müllwagen verschwand und Richard schleppte sein Bett zum Katschhof, um dort gegen die Behördenwillkür zu protestieren. Das ist nun schon wenigstens zehn Jahre vorbei, Richard hat sich mit seiner Situation abgefunden und benötigt täglich alkoholische Tröstungen, wozu er sich das Geld erbettelt.

Da liegt nun dieser Mann auf der warmen Fensterbank des Lebensmittel Ladens am Markt und schläft seinen ersten Rausch aus. Seine Nase ist etwas bunter geworden, seine Kleidung ist sauber, die Schuhe sind geputzt. Er schnarcht leise und sieht zufrieden aus.

Der Schlaf wird als etwas Heiliges gehalten. Keiner der Kunden regt sich auf, eine Frau nickt lächelnd in seine Richtung, ein Mann geht grinsend zum Ausgang, niemand protestiert.

Richard schläft.



Erwin Bausdorf



Ausgeflogen

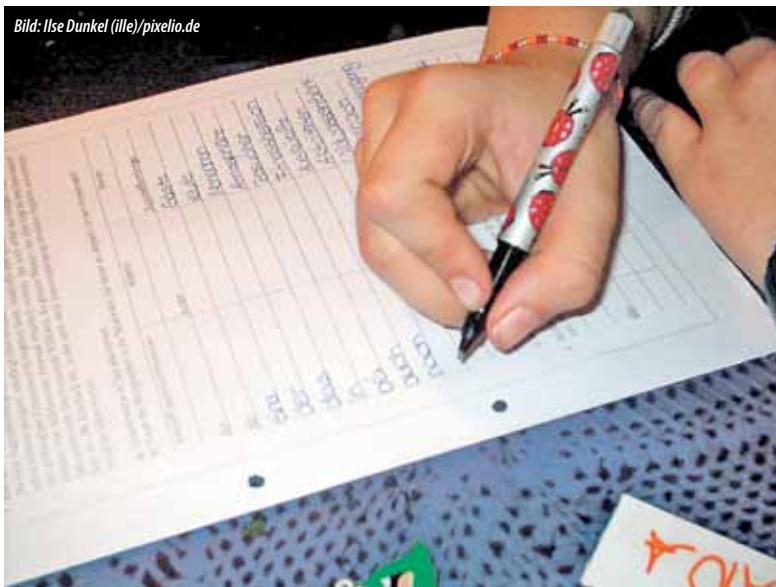
Wenn der Nachwuchs flügge wird, stehen Eltern vor neuen Herausforderungen: Wie geht eigentlich „loslassen“? Wie gestalten wir die Beziehung um? Und was machen wir jetzt den ganzen Tag?

„Tschüss, Mama!“ - Wie oft haben wir diesen Satz schon gehört! Doch spätestens, wenn alle Kisten gepackt sind und der Möbelwagen die Utensilien des ehemaligen Kinderzimmers abtransportiert, fühlt es sich irgendwie anders an: endgültig. Wenn ein Kind von Zuhause auszieht, ist ein wichtiger Wendepunkt markiert: Es ist nicht länger das

abhängige Wesen, das liebevoll umsorgt werden muss. Das flügge gewordene Kind steht nun auf eigenen Beinen - oder übt das zumindest ab jetzt. Mütter (und auch Väter) reagieren auf den Auszug oft mit höchst gemischten Gefühlen: Mal ist es Stolz und Freude, die sie erfüllt; manchmal plagt sie die Sorge, ob ihr „kleines Großes“ da draußen auch bestehen wird. Und mitunter überkommt sie auch eine heftige Traurigkeit: War das jetzt alles? War unser Kind nicht eben noch ganz klein? Was nun?



Wilhelm Müller



Oma als Hausaufgabenhilfe

Paul soll für die Mathearbeit lernen. Eigentlich hat er in Mathe keine Schwierigkeiten. Aber es ist sein erstes Jahr auf dem Gymnasium, da will die Oma doch mal schauen, ob er auch alles richtig macht.

Römische Zahlen sollen in arabische Zahlen verwandelt werden und arabische Zahlen in römische. Kein Problem, denkt die Oma, mit römischen Zahlen kenne ich mich aus. Aber als sie die Aufgaben sieht, wird sie kleinlaut. Das ist doch nicht so einfach, da muss sie sich wieder ordentlich reinknien. „Ändere die Lage eines Striches, damit die Gleichung stimmt“, wird verlangt. Das sind ja Denksportaufgaben! Die Oma liest: $XL : VII = VI$. „Da sehe ich lieber mal nach dem Essen, damit mir nicht die Suppe anbrennt“, damit flüchtet sie sich an den Herd. Aber Paul ruft hinter ihr her: „Das ist doch einfach, den Strich von der VI brauchst du nur zur VII zu schreiben, dann stimmt es. Siehst du: $XL : VIII = V$, also, $40 : 8 = 5$.“

Die Oma atmet etwas zu früh auf, denn die schwerste Prüfung kommt noch: „Das ‚Dualsystem‘, das kann ich gar nicht“, gibt sie freimütig zu. „Als ich zur Schule ging, gab es noch keine Computer, zumindest nicht für die breite Masse.“ Also muss Paul der Oma das System erst mal erklären, damit sie die Hausaufgaben überprüfen kann. Ist doch eigentlich die verkehrte Welt, denkt sie. Der Enkel ist klüger als die Oma. „Und ‚digital‘ bedeutet, es gibt entweder nur ‚Eins‘ oder ‚Null‘, etwas anderes versteht der Computer nicht“, doziert Paul und ist ganz ernsthaft bei der Sache.

Die Zahl 124 soll digital dargestellt werden, Paul zeichnet schnell von rechts nach links die Zahlen

64 32 16 8 4 2 1 und setzt darunter:

1 1 1 1 1 0 0 = 124

$64 + 32 + 16 + 8 + 4 + 0 + 0 = 124$

„Hast du's verstanden?“ Die Oma nickt erleichtert. Sie ist ganz erstaunt: Das hat sie sofort kapiert. „Dass ich das nicht mal eher versucht habe, dieses System zu verstehen?!“, sagt sie.

Und dann bedankt sie sich bei ihrem Enkel. Sie müssen beide lachen: Die Oma wollte den Enkel kontrollieren, ob er auch gut arbeitet, stattdessen bringt er ihr etwas bei. Und dann will die Oma noch mehr rechnen, damit sie das gerade Gelernte auch anwenden kann. Die Zeit vergeht wie im Flug. Mathe muss nicht langweilig sein!

Später sind die Deutsch-Hausaufgaben an der Reihe, da kennt die Oma sich aus. Wortarten müssen bestimmt werden: Substantive, Verben, Adjektive, Adverbien, Artikel und Konjunktionen. Und dann müssen die Verben in die verschiedenen Zeiten gesetzt werden: Präsens, Imperfekt, Perfekt, Plusquamperfekt, Futur I und Futur II. Ein paar Mal sind Oma und Enkel sich nicht einig, aber schließlich sind alle Fragen beantwortet. Paul darf nach draußen, Fußball spielen.

Opa Carl kommt nach Hause und sieht auch in die Hefte, die noch auf dem Tisch liegen. „Plusquamperfekt“, murmelt er. „Ich kann fehlerfrei Deutsch sprechen, obschon ich keine Ahnung mehr habe, was ein Plusquamperfekt ist.“ Er schüttelt den Kopf und wiederholt noch einmal: „Plusquamperfekt, wozu braucht man das eigentlich?“ „Ja, wozu?“, fragt auch die Oma. „Damit man die Deutscharbeit nicht vermässelt, vermute ich.“

Inge Gerdorf



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Wer bereits ein Vermögen aufgebaut hat, setzt am besten auf partnerschaftliche Beratung, die frei von kurzfristigen Verkaufszielen für Finanzprodukte ist, dafür aber nachhaltige Leistung garantiert.

Genau hier liegt eine der größten Stärken unseres Genossenschaftsprinzips.

Telefon 0241 462 0
www.aachener-bank.de

Aachener Bank eG
Volksbank



„Alte Schule - Neue Wege“

Eine Kunstausstellung besonderer Art findet zur Zeit im Haus „Gipsilon Software“, Pascalstraße 71 in Aachen-Oberforstbach statt. Noch bis zum 10. September 2014 werden dort unter dem Titel „Alte Schule - Neue Wege“ Arbeiten von Vater und Tochter Collet sowie von Inge Eckerth gezeigt. Die Ausstellung ist werktags von 8 bis 18 Uhr geöffnet.

Traudel Collet, Jahrgang 1941, freut sich über die Erfüllung ihres lang gehegten Wunsches, Arbeiten von ihrem Vater gemeinsam mit ihren Werken in ihrer Geburtsstadt Aachen ausstellen zu können. Hermann Collet, der 1974 verstarb, war Gebrauchsgrafiker, Zeichner und Musiker, ein



ausgezeichneter Portraitmaler und Aquarellierer. Zum ersten Mal werden seine Bilder aus den Jahren 1930 bis 1960 in einer Ausstellung gezeigt. Der Künstler besuch-

te von 1927 bis 1930 die Kunstgewerbeschule in Aachen, die 1957 zur Werkkunstschule Aachen wurde, an der später seine Tochter Traudel, Grafikerin und Malerin, ihre Ausbildung machte. Portrait und figürliche Darstellung sind Schwerpunkte ihrer Acrylmalerei. Sie zeigt Szenen aus vier Generationen ihrer Ursprungsfamilien, als Zeitbilder den Bogen spannend von der Mitte des 19. Jahrhunderts bis heute - nach Motiven, die sie in einem kleinen geerbten Koffer fand. Traudel Collet lebt heute im Taunus ebenso wie Inge Eckerth, die ihre abstrakten Werke zeigt. Sie verwendet als Ausdrucksmittel neben reiner Malerei Mischtechniken wie Collage, Druck und Zeichnung.

Christine Kluck

Foto: Heinrich Kluck



Sommerkonzert in der Citykirche

Am Samstag, dem 27.09.2014 - Beginn 19:30 Uhr, Einlass 19 Uhr - gestalten das Blasorchester Aachen-Haaren, der Paul-Gerhardt-Chor Aachen und der Kirchenchor St. Martinus Aachen-Richterich gemeinsam ein „Ökumenisches Sommerkonzert“ in der Aachener Citykirche St. Nikolaus an der Großkölnstraße.



Kirchenchor St. Martinus

Es erklingen sakrale Originalwerke (die „Rohrauer Messe“ von Shane Woodborne) und Bearbeitungen („Psalm 150“ von

Cesar Franck) für Chor und Blasorchester. Eigens für dieses Konzert hat der belgische Arrangeur und Komponist Roland Smeets das Werk „Ut queant laxis“ geschrieben. Mit dem Musikstück „Gabrielas Song“ aus dem Film „Wie im Himmel“ werden die gemeinsamen Vorführungen von Chor und Blasorchester abgerundet. Das Blasorchester Aachen-Haaren spielt zudem einige passende Musikstücke aus seinem reichhaltigen Programm. Der Eintritt zum Konzert ist frei, um Spenden wird gebeten.

Die Folgen des Krieges

Am Samstag, dem 27.09.2014, um 12 Uhr lädt das Literaturbüro Euregio Maas-Rhein im Rahmen der Reihe „Silbensmiede“ zu einer Lesung mit der Autorin Barbara Dehmelt ins Haus Löwenstein am Markt in Aachen ein. Der Eintritt ist frei, das Literaturbüro freut sich aber über Spenden.

Dehmelt liest aus ihrer Romanbiographie „grenz:zeiten“. Im Mittelpunkt steht eine Berlinererin, die durch Heirat nach Merkers, einem Dorf in Thüringen, verschlagen wird und dort das Ende des 2. Weltkrieges, die Besetzung durch die

Amerikaner, später durch die Russen erlebt. Als ihr Mann aus politischen Gründen fliehen muss, nimmt ihr Leben unvorhersehbare Wendungen. Die Lesung wird von Klaus Förster an der Gitarre musikalisch begleitet.



Angriff auf Russland

Im Rahmen des 15. Literarischen Sommers liest der niederländische Verleger und Autor Otto de Kat am Mittwoch, dem 3. September 2014 um 20 Uhr im Aachener Couven-Museum, Hühnermarkt 17, aus seinem Roman „Eine Tochter in Berlin“. Der Eintritt kostet 8 €.

Oscar Verschuur, niederländischer Diplomat in Berlin, erhält im Frühling 1941 die geheime Information über Hitlers geplanten Überfall auf Russland. Die Nachricht stammt von seiner Tochter Emma, die mit einem deutschen Beamten im Außenministerium verheiratet ist. Oscar weiß, dass er die Nachricht weitergeben muss, damit aber Emmas Leben gefährdet. Der einzige Mensch, den er ins Vertrauen ziehen kann, sitzt als Churchills engster Berater in London. Verschuurs unangekündigter Besuch dort hat ebenso unerwartete wie dramatische Folgen.

Weitere Infos finden Sie im Internet unter www.literarischer-sommer.eu.



Foto: Michel Gaudswaard

Satirische Reise durch die Arbeitswelt

Das „TheaterKristall“ zeigt in seinem neuen Programm „Arbeit und Wahnsinn – Eine Liebeserklärung an die Kollegialität“ Ereignisse, die keiner gesucht hat, die aber dennoch zum alltäglichen Wahnsinn gehören: Der Computer stürzt in dem Moment ab, in dem man es am wenigsten gebrauchen kann, ein Angestellter stellt an seinem letzten Arbeitstag fest, dass niemand bemerken wird, wenn er morgen nicht mehr auf seinem Posten sein wird.

Zum Glück finden sich Menschen, die ebenso selbstverständlich wie selbstlos in diese kleinen persönlichen Dramen des Alltags



eingreifen und eine amüsante Komödie daraus machen, über die wir im Nachhinein lachen – Kollegen, echte Kollegen.

Die Aufführungen finden statt am Fr., dem 10., und am Sa., dem 11.10. jeweils um 20 Uhr, am So., dem 12.10. um 17 Uhr jeweils in der Klangbrücke, Kurhausstr. 2 in Aachen, am So., dem 19.10., um 17 Uhr im Jakob-Büchel-Haus in der Prämienstr. 57 in Aachen-Walheim und am So., dem 26.10., um 17 Uhr im Weißen Pferdchen, Eupener Str. 62 in Monschau-Mützenich.

Vom 25.10. bis zum 01.11.2014 präsentiert das Gitarrenfestival „speGTRa“ nicht nur die „klassische Gitarre“, sondern auch verschiedenartige Saiteninstrumente und möglichst viele musikalische Stilrichtungen.



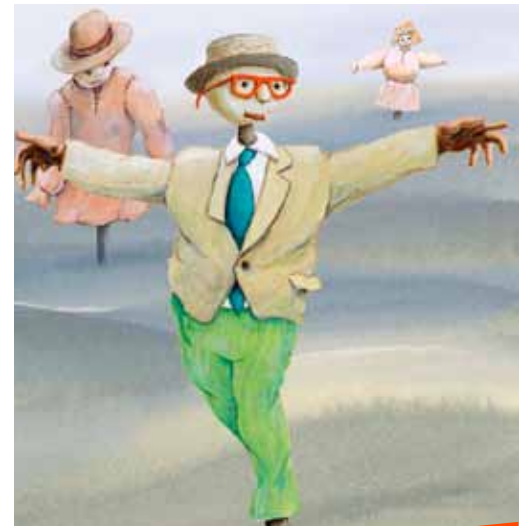
Die niederländische Gitarristin Annette Kruisbrink

Einen expressiven Schlusspunkt wird z.B. das große Abschlusskonzert „CORDOPHON X“ am 01.11. um 20 Uhr im Brüsselsaal des Eurogress setzen mit Auftragswerken von Annette Kruisbrink, Wolfgang Bartsch und Thomas Nordhausen: Um die 80 Musiker im Konzertgitarren- und E-Gitarrenensemble sowie in dem traditionsreichen „Grenzlandzupforchester“ schaffen im Rahmen dreier Uraufführungen mit ihren Interpretationen stilistische Brückenschläge und vielschichtige Dialoge zwischen den Welten.

Tickets für das Festival sind im Klenkes-Ticketshop im Kapuzinerkarree erhältlich. Weitere Infos und Online-Tickets gibt es im Internet unter www.spegtra.com.

„Zwischen-Zeiten 2014“

Unter diesem Titel findet vom 1. bis zum 5. Oktober das 18. Internationale Erzählfestival in Aachen statt. Gemäß dem Motto „Menschheit – Der König erwacht!“ steht der Mensch im Mittelpunkt: Seine Errungenschaften, seine Fehler, seine Ideen und Utopien, seine Hoffnungen, seine Größen und Schwächen und sein Ringen um Einklang mit seiner Umgebung. Als „Schirmherr“ ist auch immer wieder Karl der Große, der Kriegerkönig und Friedensgeber, in den Veranstaltungen zugegen.



Zu hören und sehen gibt es in diesem Jahr u.a.: Jörg Baesecke erzählt in „Papierkrieg“ mit Papier- und Wortkunst das 20. Jahrhundert in einer Stunde; Gidon Horowitz entführt in die „Märchen aus 1001 Nacht“; am „Tag der Barden“ singen, spielen und erzählen drei Barden und fünf Erzähler Balladen, Fado, Minnegesang und Epen. Das vollständige Festivalprogramm finden Sie auf ausliegenden Flyern oder im Internet unter www.maer.de.

Tag des offenen Denkmals

Am 14. September findet in Deutschland der Tag des offenen Denkmals statt. Dann öffnen wieder zahlreiche Denkmäler ihre Türen, zu denen sonst der Zutritt nicht frei ist, wie z.B. das derzeit noch im Umbau befindliche „Grashaus“ in Aachen. Die Stadt Aachen hat eine Broschüre herausgegeben, in denen die Veranstaltungen vorgestellt werden. Sie ist an zahlreichen Auslegestellen erhältlich sowie im Internet unter www.aachen.de als PDF.



September Special



Das diesjährige September Special vom 18. bis 21. September in Aachen fällt kleiner aus. Diesmal gibt es nur zwei Bühnen: im Elisengarten und am Münsterplatz, wo am Freitag, dem 19.09., um 20:15 Uhr wieder der „Öcher Ovvend“ stattfindet. Der Eintritt zum Festival ist frei. Das Veranstaltungsprogramm ist u.a. im Internet unter www.aachenseptemberspecial.de zu finden.



Zweimal Dixieland

Lutzemanns Jatzkapelle,
Foto: W. Böttner/PeDoNa

Am Sonntag, dem 07.09.2014, bestreitet um 11 Uhr „Lutzemanns Jatzkapelle“ die Jazzmatinee des Jazzvereins Aachen.

Die Band interpretiert New Orleans Jazz, Dixieland, Early Swing und Hot Jazz der Zwanziger Jahre sowie Blues und eigene Kompositionen: rhythmisch, melodiös und präzise. Der stets satte Klang der Instrumente garantiert ein qualitativ hochwertiges Konzert.

Im Freitagsjazz am 19.09.2014 um 20 Uhr gastiert mit der „Imperial Jazzband“ eine Dixieland-Formation, die in der Aachener Region bestens bekannt ist. Sie war lange Zeit die Hausband in der legendären griechischen Kneipe „Dinosaurius“. Spontane Spielfreude und musikalische Vitalität sind ihr Markenzeichen.

Beide Veranstaltungen finden in den Kurpark-Terrassen, Dammstr. 40 in Aachen statt. Der Eintritt ist frei.

Rektor zu Gast

Am Dienstag, dem 16.09.2014, um 19.30 Uhr ist in der Veranstaltungsreihe „Schwarz auf Weiß“ in der Kirche St. Marien, Marienstr. 33 in Würselen der Rektor der RWTH Aachen, Prof. Dr.-Ing. Ernst Schmachtenberg, zu Gast. Moderator ist Christoph Leisten.



Die kulturelle Talk- und Begegnungsreihe „Schwarz auf Weiß“ findet seit 2007 im Pfarrheim St. Marien statt. Dabei stellt sich jeweils eine interessante regionale oder überregionale Persönlichkeit den Fragen eines Moderators und des Publikums. Besucher können auf ausliegenden Zetteln Fragen schriftlich einbringen, die der Moderator anschließend an den Gast weiter gibt.



Rund um die Kunst

Die 17. Aachener Kunstroute bietet am 27. und 28. 09. 2014 von 11 bis 18 Uhr Interessierten die Gelegenheit, sich an

insgesamt 38 Stationen über die aktuelle hiesige Kunstszenen zu informieren. Weitere Infos zum reichhaltigen Veranstaltungsprogramm finden Sie im Internet unter www.aachenerkunstroute.de sowie auf ausliegenden Flyern.

Vermittlung von Stadtgeschichte

Der spielerischen Vermittlung der Aachener Geschichte sollen die sechs „Chronoskope“ dienen, die im Juli an markanten Standorten rund um den historischen Pfalzbezirk aufgestellt wurden. Sie liefern Informationen über das Besondere des jeweiligen Ortes, seine Entstehung, Bedeutung und Entwicklung über die Jahrhunderte.



Die Chronoskope sind ca. 2,50 Meter hohe Stelen, in denen animierte Bilder sowie Filme zum Thema des jeweiligen Standortes laufen. Die Themen sind: der Dom, das heutige Rathaus, die Pfalz, der Granusturm, die Landgüterverordnung, die Karl der Große als Vorschrift über die Verwaltung der Krongüter erließ, sowie

die heißen Quellen. Jeweils drei Personen können gleichzeitig in die „Gucklöcher“ eines Chronoskops schauen. Die Entwicklung und Aufstellung der Chronoskope hat rund 360.000 € gekostet und erfolgte im Rahmen des Konjunkturprogramms „Nationale Welterbestätten“ und der „Freiraumgestaltung Pfalzbezirk“.

Ritterlager bei der Welschen Mühle



Der Ritterorden der Karnevalsgesellschaft Moulenshöher Jonge richtet am 06. und 07. 09. 2014 sein Ritterlager an der Welschen Mühle in Aachen-Haaren ein. Mittelalter-Gruppen, fahrende Händler, Gaukler usw. versetzen die Besucher um etliche Jahrhunderte „zurück“. Der Eintritt zum Spektakel ist frei; Beginn ist am Samstag ab 11 Uhr, das Ende ist offen.

„Korneli-Oktav“

Vom 14. bis zum 21.09.2014 findet in Kornelimünster der zweite Teil der Aachener Heiligtumsfahrt, die traditionsreiche „Korneli-Oktav“ statt.

U.a. eröffnet dazu am Sonntag, dem 14.09., in der Reichsabtei Kornelimünster eine Ausstellung unter dem Titel: „Gestalt und Geschichte“ – Spuren benediktinischen Lebens in Kornelimünster in 12 Jahrhunderten. Denn Kornelimünster feiert in diesem Jahr sein 1.200-jähriges Bestehen. Das vollständige Veranstaltungsprogramm finden Sie auf ausliegenden Programmflyern sowie im Internet unter www.heiligtumsfahrt2014.de.





Politik mit Herz

Ich besuche Hildgarde Lisse in ihrem Haus im Aachener Westen. Sie bittet mich in ihren verwunschenen Gärten. Umgeben von schattigen Büschen und blühenden Rabatten lauschen wir dem Gezwitscher der Vögel. Auf einem Tisch sortiert sie Fotos in schwarzweiß, Einblicke in ihr bewegtes Leben.

Wer ist sie?

Hildgarde Lisse, 1930 in Aachen geboren, erlernte den Beruf der Speditionskauffrau. Sie ist Witwe und hat drei erwachsene Kinder. Von 1978 bis 1999 war die SPD-Sozialpolitikerin Mitglied des Rates der Stadt Aachen.

Geboren wurde sie im Mariannen-Institut, lebte mit ihren Eltern in Aachen-Burtscheid. Ihr Vater, ein Niederländer, arbeitete als Buchhalter in der Glasindustrie. Ihre Mutter stammte aus dem Elsass. Das Gymnasium konnte sie wegen ihrer niederländischen Staatsangehörigkeit nur aufgrund von Beziehungen besuchen. Sie erlernte den Beruf der Speditionskauffrau. „Ich war die erste Frau, die an der Grenze Lkw abgefertigt hat“, sagt sie stolz.



Sie erinnert sich daran, dass es große Aufregung in ihrer Familie gab, als Hitler Reichskanzler wurde. Ihr Vater habe ihr die brennende Synagoge gezeigt und gesagt, dass es Krieg geben würde. Ihre Eltern hatten Angst, als Ausländer Probleme zu bekommen. Jüdische Menschen aus dem Freundeskreis der Familie verschwanden; einige kamen zurück, von anderen wurde gesagt, dass sie ermordet worden seien.



Frau Lisse erinnert sich an den Krieg mit Bombenteppichen, brennenden Häusern und Bunkernächten voller Angst. „Bei Alarm rannten wir zu den Schutzräumen. Manchmal wurde schon geschossen, wir warfen uns zu Boden. Ich weiß noch, dass wir uns wünschten, endlich einmal ausschlafen zu können. Wenn heute Sirenen heulen, bekomme ich immer noch eine Gänsehaut“, sagt sie.

Was hat sie damals zur Politik gebracht?

„Mehr Demokratie wagen“ - dieser Satz von Willy Brandt hat mich begeistert. Ich wollte vor Ort dazu beitragen, unsere Gesellschaft gerechter zu gestalten. Es ging damals wie heute um Wohnungsnot, die Versorgung von Kranken und Pflegebedürftigen und die Integration von Migranten“, sagt Hildgarde Lisse. „Ich wurde Sozialdemokratin und kümmerte mich im Bürgerbüro meiner Partei um ratsuchende Bürger. Häufig kamen Kranke, Arbeitslose, Wohnungslose und Analphabeten, die Schwierigkeiten mit den Behörden hatten. Aufgrund meiner guten Kontakte zur Verwaltung konnte ich oft helfen.“ Im Jahr 1978 wurde Hildgarde Lisse in den Rat gewählt. Auch dort machte sie Sozialpolitik zu ihrem Schwerpunkt.

„Wir haben damals durch den Bau vieler öffentlich geförderter Sozialwohnungen die Wohnraumsituation entspannen können.“



Bei einer Rede in Reims anlässlich eines Treffens der Friedensbewegungen in beiden Städten

Lisse leitete längere Zeit die Arbeitsgemeinschaft 60plus ihrer Partei und ist bis heute in verschiedenen Gremien der SPD tätig. Es gebe noch viel zu tun, z.B. für das behinderten- und altersgerechte Wohnen, in der Sozialbetreuung und Pflege, für den Ausbau und die Finanzierung von Begegnungsstätten und für die Einbeziehung älterer Mitbürger in die Politik. „Wir müssen Aachen begehbarer und lebenswerter machen. Was ältere Menschen brauchen, können nur sie im Herzen empfinden“, sagt sie zum Abschluss unseres Gesprächs.

Peter J. Heuser





MARLIN

Das Babyfachgeschäft

Der Sommer geht.....

**Mollig, warme
Wolle-Seide-Wäsche
für Ihr Enkelkind!**

Kleinmarschierstraße 5 • D52062 Aachen
Tel.: 02 41-401 58 77
e-mail: marlin_natur@xs4all.nl
homepage: www.marlinnatur.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 9.30-18.30 h. • Sa.: 10-16 h.

Nähe und Berührung - auch im Alter ein Bedürfnis

Es tut gut, eine Hand auf der Schulter zu spüren oder einfach in den Arm genommen zu werden. Es vermittelt Wärme, gibt Trost oder überträgt liebevolle Gefühle und Anerkennung. Wie wichtig Nähe und Berührung ist, belegen Studien.



Bild: twinkl.com/de

In einer Studie an der „DePauw University“ in Indiana bekamen die Probanden eine Liste mit Emotionen. Diese sollten sie ihnen unbekannten Personen mit verbundenen Augen durch Berührung vermitteln. Das erstaunliche Ergebnis: Sie konnten acht unterschiedliche Emotionen mit einer Genauigkeit von 70 Prozent übertragen. Die Wissenschaftler kamen dabei zu dem Schluss, dass Berührungen eine eigene Sprache sind. Bisher ging man davon aus, dass sie lediglich anderweitige Kommunikation unterstreichen.

Laut dem US-Forscher und Pharmakologen Saul Schanberg sind Berührungen überlebenswichtig: „Die Berührung ist zehnmal intensiver als der verbale oder emotionale Kontakt. Kein anderes Sinnesorgan stimuliert uns so sehr wie der Fühl- oder Tastsinn. Dafür gibt es eine biologische Grundlage: Wenn sich die Berührung nicht gut anfühlte, gäbe es keine Artenvielfalt, keine Eltern, kein Überleben. Wenn uns das Berühren und Erkunden des anderen nicht gefiele, gäbe es keinen Sex. Berührung ist nicht nur ein grundlegendes Bedürfnis, sondern der Schlüssel für das Überleben unserer Art.“

Wie wichtig auch für ältere Menschen Berührungen sind, zeigen Untersuchungen. Patienten im Krankenhaus, die während der Visite vom Arzt berührt wurden, behielten dies doppelt so lang im Gedächtnis als jene, die nicht berührt wurden. Testergebnisse waren bei Probanden nach einer aufmunternden Berührung wesentlich besser. Berührungen haben zudem heilende Wirkung. Das zeigt sich schon in Kindertagen, wenn Mütter oder Väter ihre Kinder nach einer Verletzung liebevoll trösten und streicheln.

Der Grund dafür: Liebevolle Berührungen entspannen und beim Berührten wird dadurch das Hormon Oxytocin ausgeschüttet. Stresshormone werden abgebaut und Gefühle wie Liebe, Vertrauen und Ruhe angeregt. Die für Problemlösungen zuständigen Gehirnzentren entspannen sich direkt nach der Berührung. Im Körper breitet sich Vertrauen und Wohlbefinden aus, die um ein Vielfaches stärker sind als bei verbaler Kommunikation.

Was machen aber nun Menschen 50plus, die allein leben und niemanden haben, der sie in den Arm nimmt, wie erhalten sie wohlthuende Berührungen? Denn auch

im Alter sind Berührungen ein Bedürfnis, das gestillt werden möchte und wichtig ist. Es beugt zudem der Vereinsamung vor, stärkt Körper, Seele und Lebensfreude.

Darum hier einige Tipps:

1. Begrüßen Sie andere Menschen immer mit Handschlag.
2. Umarmen Sie andere öfter. Bitten Sie um eine Umarmung.
3. Verschenken Sie „Free Hugs“ – „kostenlose Umarmungen“.
4. Massagen sind auch wohlthuender Hautkontakt. Tauschmassagen tun gut.
5. Tanzen Sie z.B. Tango, Standard, Salsa – bevorzugen Sie alle Tänze mit Körperkontakt.
6. Besuchen Sie Kuschelpartys.
7. Gehen Sie zum Lachyoga.
8. Gehen Sie zur Wassergymnastik für Senioren.
9. Besuchen Sie Altenheime, verschenken Sie dort Berührungen und erhalten so gleichzeitig welche („nonverbale Kommunikation“).
10. Gehen Sie regelmäßig unter Menschen.

Gerade Menschen, die schon länger allein leben, fällt es manchmal schwer, sich wieder unter Menschen zu begeben. Aber nur so sind Berührungen möglich. Wem das schwerfällt, der umarme sich selbst. Unser Unterbewusstsein unterscheidet nicht, ob Sie sich vor den Spiegel stellen und sich selbst umarmen oder ein anderer. Lächeln Sie sich dabei strahlend an und sagen Sie: „Ich liebe dich!“ Nennen Sie ruhig Ihren Namen. Sie werden merken, wenn Sie diese Übung regelmäßig eine Zeit lang machen, fühlen Sie sich besser. Ihre Seele wird gestreichelt und Ihre Lebensfreude gesteigert.

Nun haben Sie eine gute Basis, um sich wieder unter Leute zu trauen. Vertrauen Sie sich einfach und begeben sich in freundliche Gesellschaft. Gehen Sie zu Vorträgen, Veranstaltungen, beachten Sie die vorgenannten Tipps und berühren Sie andere Menschen. Finden Sie Freunde und menschliche Wärme. Tun Sie sich und Ihrer Seele und dem Körper Gutes! Nur Mut. Sie werden sehen, dann wird alles gut!

Susan Heat

Love- & Life-Beraterin



Kommt nicht in die Tüte!

Liebende zeigen ihre Zuneigung zu einem netten Menschen durch innige Umarmungen, ausgesuchte Geschenke oder in Liebesbriefen - aber eine Liebeserklärung an die Papiertüte schreiben? Das kommt nicht in die Tüte! Oder doch?



Tüten sind in spitz zulaufender Form oder im allgemeinen Sprachgebrauch als „Tasche“ und „Beutel“ zu haben. Sie gelten als Kulturgut oder, treffender gesagt, als Konsumgut. Tüten bestimmen unseren Alltag. Ein Leben ohne Tüte ist undenkbar.

Egal, wohin wir schauen, der Blickkontakt mit einer Tüte ist schnell hergestellt. Und manche Tüten sind Hingucker: Ein gelungenes Logo oder ein nachdenkenswerter Spruch schmückt sie. Kaum ein Einkauf findet ohne Tüte für Obst und Gemüse oder eine große Tragetasche statt. „Brauchen Sie eine Tüte?“, fragt die Kassiererin.

Versuchen Sie mal, jemandem zur Begrüßung die Hand zu reichen, der gerade von einer ausgedehnten „Shopping-Tour“ heimkehrt. Er ist mit Tüten und Taschen bestückt. Ein „Hallo“, verbunden mit „Wie geht es?“ muss reichen. Bei der Vielzahl an Tüten gewinnt der Betrachter den Eindruck, dass nun ein neues Leben mit gerade gekauftem Blazer, einer neuen Tischdecke und einer roten Halskette möglich wird.

Jeder kennt aber auch die andere Seite: Menschen, die mit ihrer ganzen Habe in Tüten verpackt herumlaufen. In der Nähe des Aachener Doms leben zeitweise Obdachlose, die an diesem Ort auf größere Freigebigkeit der Passanten hoffen.

Kinder mit leuchtenden, erwartungsfrohen Augen: Vor ihnen liegen bunte „Wundertüten“ oder „Gemischte Tüten“. Egal, was in ihnen steckt, ob Süßes wie

Fruchtgummi, Lakritz, Cola-Schnuller oder Sammelbilder, die geweckte Neugierde will gestillt werden.

Tüten machen aber auch Erwachsene auf den Inhalt neugierig. Eine kleine braune Tüten-Tasche, goldfarbene Aufschrift, eine weiße Kordel zum Tragen - ein ideal verpacktes Geschenk z.B. für einen Fingerring oder Ohrringe.

Wer ein mehr ausgefallenes, aber in jedem Fall preiswertes Geschenk für seine Liebste wünscht, der kann ihr ein Teelicht in einer selbst gebastelten Papiertüte für bezaubernde Abende oder auch einfach eine „Tüte Luft“ schenken. Natürlich mit Berliner Luft, getreu dem Motto: „Eine Tüte Luft aus Berlin müsst ich mir mal wieder durch die Nase ziehen“, einem Schläger aus den 50er Jahren. Aus dieser Zeit stammt auch die sogenannte „Tütenlampe“. Sie hieß so, weil sie einen oder mehrere trichterförmige Schirme trug - zeitgebundene Alltagskultur.

Ebenso wie „Tüten to go“, die heutzutage für Nudelgerichte, verschiedene Salate usw. angeboten werden. Knusprige Fritten gehören z.B. in eine Spitztüte; nicht nur dieser Inhalt erfreut den Gaumen, ebenso gebrannte Mandeln oder heiße Maronen. Wer sich an die Vorweihnachtszeit der letzten Jahre erinnert, mag an den „Maronimann“ denken, der in Herbst und Winter Aachens Straßen bereichert.

Tüten aus Plastik

Gewiss, Plastiktüten sind Teil unserer Alltagskultur. Sie besitzen gegenüber Papiertüten viele Vorteile, sind haltbar, reißfest, regensicher. Sie werden in unserer Konsumgesellschaft in nahezu unbegrenzt großer Stückzahl angeboten; in Deutschland sind pro Jahr sechs Milliarden Plastiktüten neu in Gebrauch.

Doch halt - Plastiktüten werden irgendwann entsorgt. Die Verbrennungsanlage in Weisweiler ist zuständig für den Müll unserer Region, weltweit gesehen fehlen jedoch häufig vergleichbare Entsorgungsanlagen. Dann spülen z.B. Flüsse die Plastiktüten als Müll ins Meer; schon schwimmen riesige Areale mit Plastikabfällen auf den Weltmeeren, laut dem „Spiegel“ so groß wie Mitteleuropa. Denn Plastik besitzt eine lange Halbwertszeit. Eine Plastikflasche z.B. ist erst nach 450 Jahren

vollständig zersetzt. Bis dahin trägt Plastik dazu bei, dass vor allem Meerestiere wie Robben und Wale verenden, weil sie Plastikteile für Nahrung halten.

Trotz der vielen Vorzüge der Plastiktüte gehört der leichter entsorgbaren Papiertüte die Zukunft. Ein Stranderlebnis von 2013 weist den richtigen Weg: Jeder Besucher konnte sich am Zugang zum Strand für seinen Müll so viele Papiertüten in Form einer Tragetasche mit Henkel nehmen, wie er wollte. Plastiktüten waren weit und breit nicht zu sehen. Ein sauberer Strand war das Ergebnis.

Ein Bewusstseinswandel ist also angesagt. Plastiktüten gibt es u.a. zur Müllvermeidung in Supermärkten und anderswo immer seltener unentgeltlich, in Irland werden Plastiktüten besteuert, im ostafrikanischen Ruanda sind sie ganz verboten. Zu bevorzugen sind Jutetaschen, Stofftaschen jeder Art und natürlich Körbe. Und eine mehrmalige Nutzung macht jede Tüte „stolz“ und die Umwelt dankt für weniger Verpackungsmüll!

Kleine Papiertüten können wie „Flüstertüten“ auch mal richtig laut werden: wenn sie aufgeblasen und zum Platzen gebracht werden. Jungen oder Mädchen mögen wetten, dass ihre Tüte den lautesten Knall abgibt!

Alfred Kall



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

Medovnik und eine Reise in die Unendlichkeit

Wahrscheinlich hat sein Vater ihm die Begabung mitgegeben. Leider auch die Figur. „Wenn du dich mehr zurückhalten könntest, wärst Du schon längst Rektor“, pflegt seine Frau manchmal zu sagen. „So giltst du als unbeherrscht!“

Sein Vater war Versicherungsmathematiker – damals, als die Bits und Bytes noch nicht die Welt beherrschten und er wie kein anderer eine Matrizenrechnung entwickelte, die die Aktionäre reich machte. Seinen Sohn nannte man „Puffel“, der Name eines Fettgebäcks in seiner Heimatstadt, später „Magnus“. Man brauchte ihn, der schon im Vorschulalter lineare Bestimmungsgleichungen lösen konnte wie etwa: Das Fünffache meiner gedachten Zahl ist ... Sie brauchten ihn für ihre Hausaufgaben, Klassenarbeiten und später für die Promotion. Die schaffte er spielend und er schaffte noch mehr auf seinem Spezialgebiet der theoretischen Kernphysik. Harvard wollte ihn, da war er noch nicht 40. Er lehnte dankend ab, sein Englisch fand er miserabel. Auch mochte er die amerikanische Art zu forschen nicht. „Die Geheimnisse der Materie kann man nicht durch immer mehr Technik lüften, eine Einbahnstraße ins Nichts, kurz Scheuklappenphysik“, pflegte er damals zu sagen.

Auf langen Senatssitzungen, umgeben von eloquenten Anglistinnen und rabulistischen Germanisten, langweilt er sich zunehmend. Früher stellte er sich vor, mit einigen der scharfzüngigen Kolleginnen zu schlafen, wohl wissend, dass er ihren Vorstellungen körperlicher Art keinesfalls entsprach. Manchmal verlässt er die Sitzungen vorzeitig und schleicht sich „Zum Mohren“ in froher Erwartung, was der Konditormeister an diesem Tag gezaubert hat. Er kennt und bewundert ihn. Wenn die Schwingtür aufgeht und er frisch gemachte Butter- und Herrencremetorten, braune Nougatkreationen, Baumkuchen, gefüllt mit Maracuja, wortlos abstellt: Welch' eine Meisterschaft steckt dahinter, welche Geschmacksatome und ihre Verbindungen sind da wohl zusammengekommen?



Alte Rechenmaschine in einem Hotel in Marienbad

Gut gelaunt geht er dann noch einmal ins Institut. Seine Doktoranden arbeiten noch, junge Männer, die heimlich vom Nobelpreis träumen. Hellgelbhäutige schmale Asiatinnen begrüßen ihn, lächeln geheimnisvoll und möchten über Algorithmen sprechen. Mit welchen Kerlen gehen diese Feen ins Bett? Wie sieht ihre Liebe aus, wenn ihre Computer drei Stunden vorher Werte ausgespuckt haben, die ins Unendliche gehen oder Teilchendurchmesser von $10 \text{ hoch minus } 66$ ermittelt haben, angeblich eindimensionale Energiefäden im neundimensionalen Raum?

Kurz vor Weihnachten und Ruhestand nimmt er doch noch einmal eine Einladung zu einem Kernphysiksymposium im tschechischen Marienbad an. Er hofft, dort jenen russischen Wissenschaftler zu treffen, älter als er, der schlicht behauptet, dass wir Menschen niemals das Geheimnis der Atome entschlüsseln können, weil wir eben nur aus Fleisch und Blut, aus Atomen und Mesonen bestehen und nichts Göttliches haben.

Angekommen, stellt man ihm Leona vor. Fast eine Woche ist sie für ihn da. Konzentriert, manchmal mit einem Lächeln. Wenn es hakt, übersetzt sie. Theoretische Physik, insbesondere Teilchen- und Astrophysik ist Mathematik. Gleichungen, die gelöst werden wollen, mit Parametern, die alles andere als genau sind und zu Lösungen führen, die zweifelhaft sind. Sie bleibt verbindlich, auch wenn sich der andere missverstanden fühlt.

Am letzten Tag trifft er sie unerwartet in einem Café in der Stadt. Sie gibt ihm zu verstehen, dass sie sich freuen würde, mit ihm gemeinsam Kuchen zu essen. Ja, sie hätte eine Schwäche für Torten, gesteht sie und gibt ihm einen Tipp für eine Spezialität, die es nur hier gäbe: „Medovnik“, Honigkuchen! Eine kosmische Verführung, wie sie meint.

Plötzlich fragt sie, während er isst: „Wie sehen die Atome im Innern aus, die diesen herrlichen Geschmack hervorrufen?“ – „Wir wissen es nicht“, antwortet er. „Noch nicht einmal Wasser verstehen wir.“ – „Warum riechen wir den Duft und spüren die Schwere in unserem Magen?“ – „Verantwortlich ist angeblich das ‚Higgs-Teilchen‘. Meine Kollegen haben es im ‚CERN‘ gefunden, aber es kommt bestimmt noch ein ‚Anti-Higgs‘. Was dann?“ – „Warum gibt es Kuchen und uns?“ – „Zufall“, entgegnet er, „der Urknall, so glaubt man, ist eher einem Zufall zu verdanken.“ – „Und ab wann gibt es die Atome?“ – „Nach dem Urknall, von dem wir nichts wissen. Zuviel Unendlichkeit, hier versagt die Mathematik!“ – „Woher kam die Energie des Urknalls?“ – „Wir wissen es nicht.“ – „Was war denn vor dem Urknall“, möchte sie jetzt wissen und bestellt zwei Wodka. Er schaut sie an und findet Spott in ihren Augen. „Bestimmt keine Mathematik“, entgegnet er. „Aber was wissen wir denn?“ – „Dass zwei Massen sich anziehen“, sagt er lächelnd und nimmt ihre Hand.

Spät ist es geworden, sie sind die einzigen Gäste. „Was ist eigentlich Zeit?“, möchte sie noch wissen. „Die Physiker tun sich schwer mit ihr, sie ist noch von keinem wirklich begriffen.“ – „Ich schenke sie dir“, sagt sie und greift nach ihrem Mantel.

In dieser Nacht schlafen sie miteinander. In dieser letzten Nacht lieben sie sich so, wie sie die Torten lieben: leidenschaftlich, erfreut darüber, wie gut sie schmecken und mit einem Dank an den Schöpfer aller Zärtlichkeiten.



Hartmut Neumann

... war vieles doch sehr viel anders - Folge 5 Selbstversorgung durch Tierhaltung

Kaninchen werden heute als verhätschelte Hausgenossen wie Familienmitglieder behandelt. Sie werden gehegt und gepflegt. Und wenn sie dann eines Tages aus Altersgründen das Zeitliche segnen, erhalten sie ein würdevolles Begräbnis.

In unserer Kindheit und Jugend war das ganz anders: Kaninchen z.B. waren Nutztier, deren Bestimmung es war, zu gegebener Zeit als leckerer Braten auf dem Tisch zu landen. So wie der Hausgarten ein reiner Nutzgarten war (siehe Folge 4), dessen Ertrag durch direkte Nutzung oder durch Konservieren der Ernährung diente, so war es auch mit den Tieren, die man heranzog und hielt, um sie zu nutzen.

So war es üblich, dass es im Anschluss an das Haus einen Hühnerstall gab, meist mit einem durch Maschendraht eingezäuntem Gehege dahinter oder daneben. Über rund einem Dutzend Hühner wachte ein stolzer Hahn. Die Hühner wurden auf mehrfache Weise genutzt. Zum einen waren ihre Eier wertvoll. Ob als Frühstücksei, als Rühr- oder Spiegelei, als Omelette oder als notwendige Zutat beim Backen: Die Hausfrau konnte immer direkt auf sie zugreifen.

Gelegentlich wurde ein Huhn auch geschlachtet, um eine leckere Hühnersuppe zu kochen und aus dem Fleisch Ragout



Hausschlachtung



Erich O. Krueger: Hausschlachtung 1947, Quelle: Bundesarchiv, Bild 183-2005-0728-524

zuzubereiten. Die Federn waren kein Abfall, sie wurden fein gesäubert und dienten als Füllung für ein Kopfkissen oder das Federbett.

Natürlich muss ein Huhn vor seiner Nutzung getötet werden. Es wurde, nachdem man es eingefangen hatte, mit festem Griff an den Beinen gepackt und zur Beruhigung mehrfach herumgewirbelt, ehe man ihm mit dem gezielten Schlag eines scharfen Beils den Kopf abschlug. Immer wieder wird in diesem Zusammenhang gerne berichtet, dass ein Huhn, das man nicht festhielt, noch eine Zeit lang kopflos herumgelaufen sei. Das mag gelegentlich der Fall gewesen sein, war aber nicht die Regel. Das Huhn blutete aus und man konnte mit dem Rupfen, Ausnehmen usw. beginnen.

Kinder, die heutzutage mit Vergnügen gegrillte Hähnchen verspeisen, wollen von solchen „Grausamkeiten“ nichts hören. Dass das Tier aber, dessen Fleisch sie gerade genüsslich verzehren, bei Käfigaufzucht und maschineller Tötung gequält wurde, das verdrängen sie.

Auch Kaninchen müssen, bevor sie zum Braten werden, zuerst einmal geschlachtet werden. Für uns war dies die selbstverständlichste Sache der Welt.

Bei der Aufzucht der Tiere in der Batterie übereinandergestellter, vorne mit Maschendraht versehenen Kaninchenställen halfen wir mit: Wir säuberten die Ställe, packten frisches Stroh hinein und sammelten an den Wegrändern saftigen Löwenzahn als Futter. Und auch wir herzten und liebten die kleinen Kaninchen, die sich mit zunehmendem Alter aber dagegen wehrten und uns ihre scharfen Krallen spüren ließen. Dann wendeten wir uns dem neuen Wurf zu, denn es gab ja beständig neue Karnickel.

In der Nachkriegszeit hielten viele Menschen sich auch ein Hausschwein. Es kam im Frühjahr als Ferkel vom Bauern und wurde dann bis zum Herbst zu einer stattlichen Sau gemästet. Ein Lohnmetzger kam im Spätherbst zum Schlachten ins Haus und wenn der Trichinenbeschauer das Fleisch geprüft und freigegeben hatte, wurde das riesige Tier zerlegt und „verwurstet“, die Produkte anschließend in der Räucherammer oder im Pökelfass haltbar gemacht.

Aufzucht, Pflege, aber auch das Schlachten dieser Nutztiere waren für uns natürliche Vorgänge. Wir kannten die Zusammenhänge, wussten genau, weshalb die Tiere gehalten wurden und dass sie am Ende im Kochtopf oder in der Bratröhre enden würden. Und weil das so war, haben wir sie dankbar und mit Genuss verzehrt. Tja, so war das damals!

Nähere Informationen über das Buchprojekt „Früher war alles viel besser ...?“ finden Sie im Internet unter www.josef-stiel.de.



Josef Stiel



Abschied von der Insel

Der feuchte Morgennebel steigt aus den Dünen empor und legt sich wie ein Schleier auf die letzten Blüten der Heckenrosen. Die Kühle der Nacht weicht behutsam der sanften Wärme eines wunderschönen Spätsommertages.

Langsam gehe ich den schmalen Weg zum Meer hinunter und atme tief die klare Seeluft ein. Der Wind spielt zärtlich mit meinen Haaren, während mein Blick über die unendliche Weite des Meeres schweift. Ich lasse mich mit dem Wind treiben und spüre eine tiefe Ruhe in mir.

Es ist früh, der Strand ist noch menschenleer. Vereinzelt treffe ich einen Frühaufsteher, der wie ich die letzten Tage des Sommers auf der Insel genießt.

Das Rauschen der Wellen mischt sich mit dem Geschrei einer Möwe, die einsam am Himmel ihre Runden dreht. Leicht wie eine Feder wird sie vom Wind getragen.

Ich bücke mich und greife nach einer Muschel, die sich im Sand eingegraben hat und nur einen winzigen Teil ihrer Schale preisgibt. Vor mir dümpelt ein morsches Holzboot im Rhythmus der Wellen.

Die Melodie des Meeres hinterlässt in meinem Herzen eine tiefe Sehnsucht nach Freiheit und Unendlichkeit.

Die bunten Strandkörbe wurden bereits vor einigen Tagen von kräftigen Männern auf einen Anhänger geladen. Es wird nicht mehr lange dauern, bis die ersten Herbststürme über die Küste fegen. Dann kehrt Ruhe auf der Insel ein. Der Sommer geht zu Ende. Die Kinder müssen wieder zur Schule gehen. Zurück bleibt die Erinnerung an wunderschöne Ferien am Meer.

Ich weiß, ich werde sie vermissen. Die freundlichen Menschen, die mich jeden Morgen mit einem fröhlichen „Moin, moin“ begrüßen. Die Sonnenuntergänge - wenn der glutrote Feuerball in seiner ganzen Pracht langsam am Horizont im Meer versinkt.

Ich werde die blökenden Schafe vermissen, die auf den Deichen grasen. Und ich werde mich wieder einmal fragen, ob es mehr Schafe oder Einwohner auf meiner Insel gibt.

Der frische Seewind hinterlässt einen salzigen Geschmack auf meinen Lippen.

Langsam gehe ich weiter. Meine Schuhe graben sich tief in den nassen Sand und hinterlassen Spuren. Fußspuren, die von den Wellen verwischt werden, als hätte es sie nie gegeben. Die Türen der Andenken-Läden rechts und links der Promenade sind längst verriegelt, die Fensterläden geschlossen.

Verschwunden sind Plastikeimer, Schaukeln und Segelschiffe aus ihren Schau fenstern.

Wenn ich meinen Blick nach rechts wende, schaue ich auf die rot-weißen Streifen des alten Leuchtturms. Noch immer weist er den Schiffen mit seinem Leuchtfeuer den Weg.



Wie vor hundert Jahren schickt er unermüdlich sein helles Licht über das Meer. Wenn mich die Fähre morgen hinüber aufs Festland bringt, wird sein strahlendes Licht ein letzter Gruß sein. Mein Herz wird schwer.

Ich werde wiederkommen – irgendwann.

Der frische Seewind treibt den feinen Sand vom Strand her in die Vorgärten und überzieht die gepflasterten Gartenwege mit einem Hauch Puderzucker. Farbenprächtige Astern und Dahlien fangen die letzten Sonnenstrahlen ein und die Tautropfen auf ihren Blütenblättern glitzern wie kleine Diamanten.

In dem gemütlichen Café am Ende der Straße wird bereits Glühwein und Teepunsch angeboten. Gelangweilt poliert Antonio, der italienische Kellner, das Besteck und winkt mir freundlich zu. Sein

südländischer Charme und seine sonore Stimme lassen viele Frauenherzen höher schlagen. Und nicht selten ist das kleine Café während der Saison bis auf den letzten Platz besetzt, wenn Antonio unter friesischer Sonne italienische Arien schmettert. Ich erinnere mich an meine ersten Ferientage auf der Insel. Mir zu Ehren hatte der Sommer sein schönsten Kleid angelegt. Goldgelb leuchtete der Sanddorn und die endlose Weite des Meeres im abendlichen Silberlicht ließen mich rasch den Alltag vergessen. Azurblau war der Himmel über Friesland, als ich das erste Mal in die dunklen Augen Antonios blickte. Ein Urlaubsflirt – nicht mehr.

Ich lenke meine Schritte in Richtung Hafen. Ein Kutter, der von einer großen Schar Möwen begleitet wird, tuckert langsam durch die enge Hafeneinfahrt. Einige Urlauber warten mit ihren Einkaufstaschen am Anleger auf den frischen Fang der vergangenen Nacht. Müde setze ich mich auf die Bank gleich neben der Hafenmeisterei und beobachte die gefräßigen Möwen, die ständig auf der Suche nach Futter sind.

„Moin, moin“, begrüßt mich der alte Kapitän Jansen und setzt sich zu mir. Der raue Seewind hat in seinem Gesicht tiefe Furchen hinterlassen. Sein halbes Leben hat er auf See verbracht, sämtliche Weltmeere befahren, und nun sitzt er hier auf der Bank, und das Fernweh will ihn einfach nicht loslassen. In seiner Erinnerung steuert er sein Schiff noch immer über alle Ozeane, bis ans Ende der Welt.

Eine Zeitlang hängen wir beide unseren Gedanken nach, während wir dem Krabbenkutter beim Anlegen zusehen.

„Na mien Deern, Urlaub vorbei?“ Jansen zieht an seiner Pfeife und starrt aufs Meer hinaus.

Ich muss lachen, gesprächig sind sie nicht, die Menschen hier auf der Insel. „Hm, morgen fahre ich nach Hause“, antworte ich leise und spüre einen Stich in meinem Herzen.

„Soso“, sagt Jansen und greift nach meiner Hand. „Tschüss denn ...“ Wieder zieht er an seiner Pfeife und nickt.

Gesprächig sind sie wirklich nicht, die Menschen hier auf der Insel.



Helga Licher

Willst du glücklich sein im Leben ...

Einen außergewöhnlichen Mann lernten wir im Mai dieses Jahres kennen. Im Begegnungszentrum Haus Hörn fand eine Veranstaltung statt, bei der Dr. Werner Haubrich über den unvergesslichen Welthit „Lili Marleen“ referierte. Der berührende Text stammt aus dem Jahr 1915, wurde später vertont und von der bekannten Sängerin Lale Andersen in deutscher und von der berühmten Diva Marlene Dietrich in englischer Version zum Dauerhit in den Programmen der Soldatensender.

Wir erhofften uns, Näheres über das Bühnenwirken der Dietrich im Kriegsjahr 1944, als sie sich in unserer Region aufhielt, zu erfahren. Dem war zwar nicht so, aber trotzdem zog der Germanist Haubrich uns mit seinem Referat in seinen Bann. Das Verblüffende an dem Vortrag des pensionierten Oberstudienrats, der von 1978-1997 Leiter des Anne-Frank-Gymnasiums in Aachen war, ist die Umsetzung des Textes von „Lili Marleen“ im Stile von bekannten Dichtern, angefangen bei Homer über Heinrich Heine, Johann Wolfgang von Goethe, Joseph von Eichendorff, Wilhelm Busch bis Eugen Roth. Mit geschulter Stimme rezitierte der Literaturkenner. Seine Zuhörer sollten dann erraten, welchem Dichter man die Reime zuordnen könnte. Darüber hinaus verblüffte er noch mit der Vorstellung einiger klassischer Musikstücke, die Elemente der Melodie von „Lili Marleen“ enthielten.



Wer ist er?

Dr. Werner Haubrich, geboren 1935 in Düsseldorf, studierte Sport (Diplom) und Germanistik (Promotion) in Köln, war Gymnasiallehrer in Mülheim a. d. Ruhr, von 1968 bis 1978 an der Deutschen Schule Brüssel, davon sechs Jahre als deren Leiter, 1978-1997 Leiter des Anne-Frank-Gymnasiums in Aachen. Werner Haubrich ist verheiratet, hat drei Kinder und drei Enkel und wohnt in Aachen-Richterich. Seine Hobbys sind: Musizieren (Geige u. Klavier), Tennis, Vorträge halten, Lektorieren, z.B. für den „Karls-Kalender: 1200 Jahre, Sagen - Bilder & Geschichten“.

Werner Haubrich, der selber von sich sagt, dass er seit seiner Pensionierung im Jahr 1997 seinen Deutschunterricht fortsetzt, indem er ehrenamtlich Literaturkreise für Seniorengruppen leitet, hat durch seine humorvolle Art viele Anhänger im Seniorenhaus St. Laurentius, im Haus Hörn und anderen Stätten. Er begeistert die älteren Herrschaften mit interessanter Themenauswahl und ist selbst überrascht, was die Seniorinnen und Senioren aus ihrer Schulzeit behalten haben, was sie geistig noch leisten können. Wie sagte eine ältere Dame neulich zu ihm? „Sie haben mir einen Teil meiner Kindheit zurückgegeben.“ Eine Auflistung seiner regelmäßigen Vortragstätigkeit von 2001 bis heute beweist seine Vielseitigkeit: Frühlings-, Sommer-, Herbst- und Wintergedichte, Weihnachts- und Liebesverse, Nationalhymnen, Leben und Werk von Walther von der Vogelweide, Goethe, Storm, Droste-Hülshoff, Möricke, Brecht, Kästner, Roth, Balladen, Schillers „Lied von

der Glocke“, das Nibelungenlied bis zu Heinz Erhardt. Werner Haubrich erweist sich nicht nur als ausgezeichnete Literaturfachmann und „Lehrer“, er deklariert ellenlange Texte auswendig, zerplückt sie, diskutiert und interpretiert deren Sinn mit den Anwesenden. Der Ehrenamtler fühlt sich durch seine dankbaren Senioren bestätigt, beglückt und motiviert, weiterzumachen. Schon vor einigen Jahren verriet er während einer Sendung auf WDR 5 mit dem Titel „Geht doch! Kleine Taten - Große Wirkung“: „Es gibt einen alten Spruch: ‚Willst du glücklich sein im Leben, trage bei zu anderer Glück, denn die Freude, die wir geben, kehrt ins eigne Herz zurück.‘ Das hört sich antiquiert an, aber das ist genau meine Situation; die Freude, die ich hier gebe, geht in mein eigenes Herz zurück.“ Dem ist nichts mehr hinzuzufügen.

Christine Kluck

Fotos: Heinrich Kluck



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“



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 Aktionstag im September.



SCHLUSS **WORT** BRÜCKE

ABFLUG	---	TRAUM
KAFFEE	-----	FLÄCHE
FELD	-----	BRUST
NYLON	-----	SEIL
GUSS	-----	BAHN
LAUB	-----	SCHIEBER
STOCK	-----	TEICH
OBER	-----	HESSEN
OST	---	REISE
TISCH	-----	FABRIK
SCHEIN	---	RING
RAND	-----	HEFT
SPORT	-----	HALLE
SCHATZ	-----	GRUPPE
MOND	-----	SCHALTER
KUH	-----	BROT
ZAHN	-----	RAD

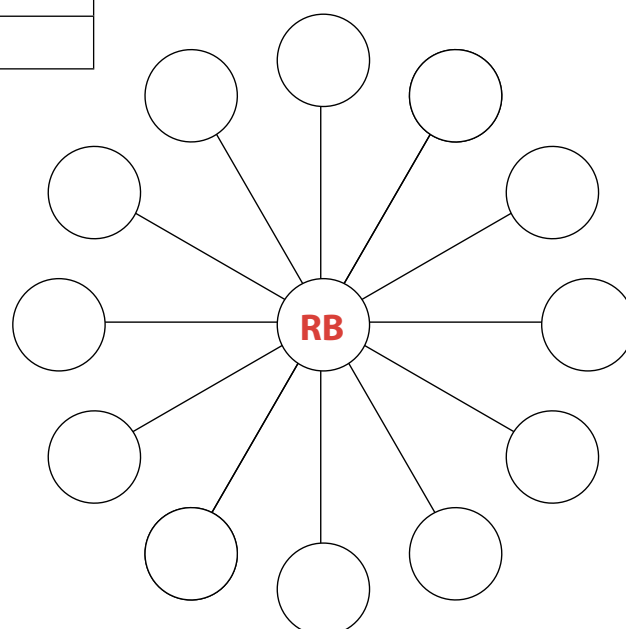
Wörter suchen

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.

AI EL EL EL EN

GE KA KE KU ON

US WI



Die Socken

Bayers ziehen sich für eine Party um. Da fällt ihr ein, dass die schwarzen Socken ihres Mannes, die er anziehen möchte, noch im Keller auf der Leine hängen. Leider ist das Licht aufgefallen und es ist stockfinster. Also geht Frau Bayer im Dunkeln zur Leine, auf der drei Paar blaue und fünf Paar schwarze Socken hängen. Wie viele Socken müsste sie mindestens abnehmen, um mit Sicherheit ein gleichfarbiges Paar zu haben, und wie viele müsste sie nehmen, um garantiert ein schwarzes Paar zu finden?

Zahlenmix

In die leeren Kästchen sind Zahlen einzutragen, sodass eine stimmige Rechnung entsteht.

$$\underline{\quad}807 \quad - \quad \underline{\quad}05 \quad = \quad 5 \underline{\quad}0$$

$$+ \quad + \quad +$$

$$2 \underline{\quad}19 \quad - \quad 1 \underline{\quad}4 \quad = \quad 2 \underline{\quad}95$$

$$8 \underline{\quad}2 \quad - \quad \underline{\quad}2 \quad = \quad 7 \underline{\quad}9$$

Wortende

Mit welchem Wortende können alle Wörter ein neues Wort ergeben?

Tr _____

Sch _____

M _____

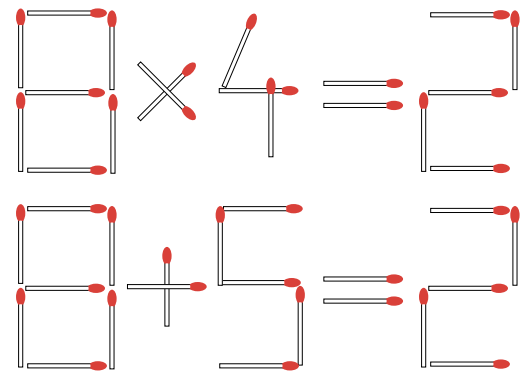
Nass _____

D _____

B _____

Streichholzrätsel

Legen Sie bei diesen Rechenaufgaben zwei Streichhölzer um, damit die Gleichungen stimmen.



Buchstabensalat

In diesem Buchstabensalat sind alle 12 Monatsnamen versteckt. Immer wenn Sie einen finden, müssen Sie diesen unterstreichen. Die gesuchten Wörter kann man von links nach rechts und umgekehrt, diagonal, von oben nach unten und umgekehrt gelesen, finden. Ein Monat ist acht Mal angegeben!

KRZTLLNREBMEVONSLEHOUH
EMMABEHMWKIKZGMÄRZMRIE
BATSIZILOPQXICUCNSTREKCI
IEEREFKEARLTHENFERIAMKR
ELAMBEERUNIREGELFPMUAA
SCHENMBJABRTNAELHOÄAEU
RERJZTREWATSIEHRDNITAIR
RSHTDENIRAPAPRILTRIKERB
EÄKHREDEZEMBERLEHOMKPE
BKIHTFEDCHRREBOTKOMOHF
MAUGUSTFARKBNHZNIAMMEL
EPNETLAOKIRPAHONJUHZAFT
TDHOMLOHAOMÖJANUARCIMK
PYNAOLHEMAINEOÜÖSEFGCR
ENIERHCSONHOJZVFRRESAL
SHOJZLJZFINUJNMALTNENWÖ

Marion Holtorff



EINFACH

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

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

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

MITTEL

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

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

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

SCHWER

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

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

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

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



Uschi Ronnenberg: Heimatspflege im Internet

In unserer zweiten Ausgabe, im Februar 2008, haben wir schon einmal die Internetplattform „Unser Aachen“, die Geschichten und Anekdoten „rund um Aachen“ sammelt, kurz vorgestellt. Diesmal möchten wir Ihnen die Frau hinter dem Projekt, die „Macherin“ Uschi Ronnenberg näher bringen.

Frau Ronnenberg, Sie sind nicht in Aachen geboren. Woher kommt Ihre große Liebe zu Oche und seinen Bewohnern?

Ich bin zwar in Duisburg geboren, lebe aber seit meinem sechsten Lebensjahr hier in Aachen. Insofern fühle ich mich als Aachenerin, und das schon mein ganzes Leben lang gerne, es hat mich auch nie ernsthaft von hier weg gezogen. Und außerdem: Kann man Liebe erklären?

Was schätzen Sie an Aachen - bzw. den Menschen hier - vor allem?

Bis auf einen Fluss bietet Aachen alles, was man sich nur wünschen kann: eine gemütliche Überschaubarkeit, einen tollen Mix zwischen Historie und Moderne, eine geniale Lage zwischen vielen interessanten Städten Europas. Die Öcher sind offen und zumeist geradeaus, die gelegentliche Unverbindlichkeit hält sich in



Bild: Matthias Boeke

erträglichen Grenzen, denn sie hat mehr mit nicht getrunkenen Kaffees als mit echter Unzuverlässigkeit zu tun. Und was es an sogenanntem Klüngel und anderen Gründen für eventuelle Unzufriedenheit gibt, so bin ich davon überzeugt, dass das in allen Städten ähnlich ist, sobald man sie „von innen“ kennt.

Warum interessieren Sie sich für die Geschichte Aachens und der Region?

Ist das denn nicht normal, wenn man seine Stadt liebt?

Wie sind Sie auf die Idee zum Internetportal „Unser Aachen“ gekommen?

Ich hatte die Ehre, neben mehr als 20 anderen Aachenern einen Beitrag zu dem gleichnamigen Buch schreiben zu dürfen, das der Journalist Achim Kaiser und der Verleger Michael Müller im Jahr 2006 herausgaben. Ein Buch ist in seinem Umfang begrenzt, doch eine Stadt hat viel mehr Ameröllche zu bieten – so kam ich auf die Idee zu www.unser-aachen.eu, und die beiden Herausgeber gestatteten mir die Verwendung des so passenden Namens.

„Unser Aachen“ ist mit Sicherheit ein schönes heimatverbundenes Projekt. Doch sehr viele Beiträge sind in den letzten Jahren nicht hinzugekommen. Sind Sie mit der Resonanz zufrieden? Wünschen Sie sich mehr Beteiligung?

Ja, natürlich wünsche ich mir mehr Beteiligung. Da die Website aber ein nicht-kommerzielles Projekt, also ein Hobby ist, gibt es natürlich auch keinen Werbeetat, insofern kann ich immer nur dafür „trommeln“, wenn sich eine Gelegenheit bietet ... Ich glaube auch, dass viele potentielle Mitschreiber vielleicht Sorge haben, es würden literarische Glanzleistungen erwartet. Doch darum geht es nicht, es geht um den Charme der Anekdoten rund um Aachen! Anekdoten, die einfach nicht verloren gehen sollten. Das sollten – für mein Verständnis – auch nicht nur Nachkriegsberichte sein, sondern auch hübsche Geschichtchen aus jüngerer Vergangenheit, es kann zeitlich ein beliebig großer Bogen geschlagen werden. Eine Website bietet schließlich Platz genug!

Wie kann man mitmachen?

Das persönliche Ameröllche aufschreiben – da geht von Handschriftlichem bis zur auf dem Computer erfassten Textdatei alles. Dazu auch Fotos, wenn vorhanden und sinnvoll – Originale scanne ich ein und gebe sie selbstverständlich unbeschädigt zurück. Und unbedingt einen kleinen Text über sich selbst mit einreichen, am liebsten mit Foto, denn die Leser finden es natürlich auch interessant zu wissen, wer da eigentlich schreibt. Die Kontaktadresse ist auf der Website zu finden, und wer Fragen hat, sollte keine Scheu haben, mich einfach mal dazu anzurufen.



Sie haben außerdem unter dem Titel „Aachener Blogs“ ein Internetportal eingerichtet, das die hiesige Bloggerszene sammelt und vorstellt. Warum setzen Sie sich so für dieses Medium ein?

In Blogs führen Leute eine Art Tagebuch, entweder zu spezifizierten Themenbereichen wie Technik, Familie, Mode, Autos etc., oder ganz allgemein. Blogs regelmäßig zu lesen, bildet also weiter oder ist interessant oder unterhaltsam oder im besten Fall auch alles gleichzeitig. Inzwischen gibt es sehr viele gut geschriebene Blogs, sie sind aber ein vielfach noch zu wenig wahrgenommener Teil der Medienlandschaft, und oft entdeckt man interessante Blogs nur per Zufall. – Ich stieß im Frühjahr auf eine Seite aus Bonn, wo eben Bonner Blogs gesammelt aufgelistet werden, und war direkt begeistert. Also habe ich die Idee für Aachen bzw. den PLZ-Bereich 52xxx realisiert, per heute mit 102 angemeldeten Blogs. Das ist eine bunte, interessante Welt, die man da entdecken kann!

Wie würden Sie den Menschen, die das Internet wenig oder gar nicht nutzen und daher auch keine „Blogs“ kennen, den Reiz dieser Mitteilungsform erklären?

Gar nicht, ehrlich gesagt. Denn sofern man den Reiz des Mediums Internet – das immerhin seit 25 Jahren präsent und damit wirklich kein Neuland mehr ist – noch nicht für sich entdeckt hat, wird man auch das Lesen von Blogs nicht reizvoll finden

können. Insofern habe ich auch keinen Ehrgeiz, da Überzeugungsarbeit zu leisten.

Worin sehen Sie persönlich den größten Vorteil, den die technischen Möglichkeiten der „virtuellen Welt“ der „realen Welt“ verschaffen?

Ich halte die Unterscheidung zwischen virtueller und „realer“ Welt mittlerweile definitiv für obsolet. Ich bin mit 55 ja nun wirklich kein typischer „digital native“, habe mich der digitalen Welt aber von Anfang an mit Neugier und Interesse genähert, so dass ich mit dem Werkzeug Computer relativ souverän umgehe und die Vorteile der weltweiten Vernetzungen im Internet sehr schätze – ich kann alles finden, alles nachgucken und extrem viel Neues lernen und entdecken. Gleichzeitig kann ich mich selbst auch mitteilen und äußern. All das so viel oder so wenig, wie ich will. Phantastisch!

Sie führen als ausgebildete Grafik-Designerin eine eigene Werbeagentur, sind Unternehmerin und engagieren sich zudem auf vielfältige Weise – woher nehmen Sie Zeit und die Kraft für alle diese Aktivitäten?

Wenn man liebt, was man tut, hat man eigentlich nicht das Empfinden, dafür Kraft zu brauchen. Und ich habe das Glück, meinen Beruf zu lieben. Er hat mich im Laufe der Jahre auch an so viele Themen herangeführt, die mich heute in Form von persönlichem Engagement beschäftigen.

Was tun Sie zum Ausgleich?

Viel lachen. Kochen. Bloggen. Golfen. Und vor allem: eine glückliche Ehe führen.

Haben Sie weitere Ideen für die Zukunft?

Ideen habe ich immer – doch ich bin aus dem Alter raus, diese verfrüht zu formulieren. (Sie grinst.)

Wir bedanken uns für das Gespräch und wünschen Ihnen viel Erfolg für Sie und Ihre Projekte!

Robert Steinborn



WWW.UNSER-AACHEN.EU

Diese Internetplattform (deutsch für „Website“) hat Uschi Ronnenberg 2007 ins Leben gerufen: Hier werden Aachener Geschichten und „Ameröllche“ von gestern bis heute vorgestellt – vom Gespräch mit einem Sitznachbarn im Flugzeug, der später zum Papst gewählt wird, über das Aachener Open Air Pop-Festival 1970 im Reitstadion bis zur Geschichte der Aachener Wetersäule. Das Portal ist als Gemeinschaftsprojekt angelegt, jede/r kann aus Spaß an der Freud' mitschreiben.



Bild: Nizal Alm-Schmitz

Wer ist sie?

Uschi Ronnenberg, 1959 in Duisburg geboren, zog im Alter von sechs Jahren nach Aachen. Nach ihrem Grafik-Design-Studium an der Fachhochschule Aachen arbeitete sie einige Jahre in den Werbeabteilungen namhafter Hersteller der Region. 1990 machte sie sich mit ihrem Grafikbüro „Büro für Design & Text“ selbständig.

Uschi Ronnenberg ist verheiratet und seit ihrem Umzug 2003 begeisterte Soerserin. Neben Ihrer Arbeit engagiert sie sich vielfältig, vor allem als „Netzwerkerin“: U.a. gründete sie 1996 den „Unternehmerinnen-Treff Aachen“, der bis 2012 aktiv war. Daneben interessiert sie alles, wo es ums Selbermachen geht, wie z.B. Basteln, Kochen, Nähen.

Besuch bei Chico

Chico sitzt vor der Haustür, frisch geputzt. Den buschigen Schwanz hat er um seine Pfoten gelegt. Er ist zufrieden mit sich und der Welt.

Heute ist ein besonderer Tag, es kommt Besuch. Woher Chico, der Kater, das weiß? Was für 'ne Frage! Es gibt ja bekanntlich mehr Dinge zwischen Himmel und Erde als unsere Schulweisheit ahnt. Und dass es zwischen Tier im Einzelnen und Katzen im Besonderen noch mehr Unerklärliches gibt, wer will das hier erklären? Niemand!

Chico wartet, lange wird es nicht mehr dauern. Der Besuch hat keinen weiten Weg, wohnt direkt gegenüber. Chico kennt die Strecke, läuft er sie doch täglich mehrmals. Es ist der sprichwörtliche „Katzensprung“. Na ja, Chico springt nicht

mehr, er ist nicht mehr der Jüngste, er schreitet vor die Haustür. Und die wird ihm aufgemacht. Er wird begrüßt, gestreichelt, bekommt Leckerbissen und darf sich ein schönes Plätzchen zum Ausruhen aussuchen. Chico, was willst du noch mehr!



Bild: Radika Schöne/pixelio.de

Wenn seine Leute verreisen, dann kümmern sich die Nachbarn noch mehr um ihn, versorgen ihn mit Allem, was er so braucht. Und als Dankeschön sind sie heute Abend eingeladen, bei ihm, dem Kater Chico! Für Leckerbissen und was dazu gehört haben seine Leute gesorgt, haben alles vorbereitet, den lieben Besuch zu empfangen, zu verwöhnen. Und nun ist es soweit, sie sind da! Der gemütliche Abend beginnt. Wird genau so schön, eigentlich noch schöner als erwartet. Alle freuen sich, sind frohen Mutes! Und Chico?

Der Kater liegt in seinem Körbchen, er hat alles genau beobachtet, er ist zufrieden, schnurrt und schläft müde wie ein Hund ein.

Josefine Kühnast



Erinnerungen an Nazi- und Notzeit

mit meinen Kinderaugen
und -ohren aufgenommen

23.
FOLGE

11. April 1944 - dieses Datum hat sich bei mir mindestens so nachhaltig eingepreßt wie mein Geburtsdatum.

Es war Ostern. Wir kamen von einer Erstkommunionfeier im Familienkreis aus der Eifel zurück. Kaum waren wir zu Hause, ertönte Fliegeralarm. Also eilten wir zum nahen Bunker Kasinostraße. Aus den dröhnenden Explosionsgeräuschen, die sogar durch die dicken Bunkermauern zu uns drangen, konnte man schließen, dass unser Viertel in Burtscheid besonders betroffen war. Unser Haus war nur noch ein einziger Trümmerhaufen, das Nachbarhaus ebenso. Beim Buddeln nach etwas Brauchbarem in den Trümmern wurde bald klar, dass die Bomben das Haus völlig umgekrempelt hatten. Sachen aus der Parterrewohnung lagen oben und die von der obersten Etage zuunterst.

Zwei Häuser neben uns war eine Orgelbaufirma. Deren Eigentümer hatten sich hinter dem Haus ein eigenes „Bunkerchen“, wie er es nannte, gebaut. Die Hausbewohner durften es ebenfalls nutzen. Leider erhielt das Bunkerchen einen



Der Bunker an der Kasinostraße

Volltreffer. Alle Insassen waren tot. Die Bergung der Leichen war riskant. Deshalb setzte man dafür Grubenarbeiter ein, die sich mit dem Abstützen von Stollen auskannten. Sie legten die geborgenen Leichenteile zunächst auf einem Lkw ab. Als einer von ihnen einen Damenunterschenkel mit rotem Stöckelschuh auf die Lagefläche warf, erkannte ich verblüfft: „Ach, die Frau S.“ Ich muss zugeben, dass der Anblick bei mir keine

große Gemütsbewegung auslöste. Anders nachher zwei Straßen weiter: Ich erlebte mit, dass man eine noch lebende, wimmernde Frau, kalkweiß von Kopf bis Fuß, aus den Trümmern barg. Das hat mich zutiefst ergriffen - mehr als ein paar Tote, einfach geisterhaft!

Trotz allen Elends gab es auch Galgenhumor. Die Hauptstraße in Burtscheid, längst nicht mehr erste Adresse, war nur noch ein einziger Trümmerhaufen. Drollig fand ich die Reaktion eines Burtscheiders, dem man diese Nachricht überbrachte: „Ochhärm, all die armen Wänzchen.“

Tieftraurig musste ich hinnehmen, dass mein Schulfreund und Nachbarsjunge mit Mutter und Bruder tot aus den Trümmern geborgen worden war. Was nutzte jetzt dem Vater der Sonderurlaub! Besonders schlimm fand ich es, dass Fredis Bruder aus der Kinderlandverschickung zum Osterbesuch nach Hause kam, letztendlich um zu sterben.

Ob meine Worte, als wir vor unserem zerstörten Haus standen, meine Mutter wirklich getröstet haben? „Mama, der arme Hiob hat noch mehr erdulden müssen!“

Richard Wollgarten



Ein Ende von etwas oder Schwierigkeiten mit der Freundschaft

Es ist schon schwierig mit Freundschaften - auch und gerade nach über 60 Jahren andauernder Gemeinsamkeiten. Man hört vom Auseinanderleben, von Verhärtungen im Alter, von stärkerer Ausprägung der Charaktereigenschaften, die eigentlich immer schon da waren, sich heute eben nur stärker zeigen oder erscheinen.



Bild: Harald Wanetschka/pixelio.de

Aber eigentlich sollte einen doch das Leben nach vergangenen langen Jahren größere Toleranz und Gelassenheit gelehrt haben, das stillschweigende Akzeptieren von Schwächen und auch von Fehlern des anderen. Aber so einfach funktioniert das nicht. „Haben wir auch schon so erlebt“, höre ich von Bekannten. Muss man das einfach so hinnehmen und so lassen?

Die früher häufigen und intensiven Briefe hin und her und die Telefongespräche werden seltener. Und man stellt fest, dass eigentlich nur noch ein Austausch von Monologen erfolgt. Die Eigendarstellungen des Erlebten hallen durch den Raum, werden gelesen bzw. gehört, berühren einen aber nicht, weil man sich selbst darin nicht wiederfindet. Jeder schreibt und spricht nur über sich, ausführlich und detailliert. Aber da ist kein Eingehen auf die Worte oder Zeilen des anderen. Und eigene Probleme und Ängste werden nicht mehr offen benannt, sondern im Gegenteil tunlichst versteckt. Erfolge, positive Erlebnisse, neue Errungenschaften, neu geknüpfte Beziehungen sind Hauptthemen. Die Briefe und Worte des Gegenübers erscheinen wie nie geschrieben, wie nie gesagt.

Sogar auf sehr Persönliches wird nicht mehr eingegangen, wo man doch Verständnis, Mitempfinden, Zuspruch erhofft hat. Da kommt dann bestenfalls mal die Frage: „Macht ihr noch dies, läuft noch das?“ Aber solche Fragen erscheinen als rein formale Konvention, weil man eben doch mal fragen muss. Und folgt direkt auf die Frage nach dem Tätigsein des Gegenübers ein Hinweis, dass er selbst z.B. im Wartezimmer des Arztes auch viel Zeit vertrödelt, dann ist das ganz anders geartete Tun des Freundes hinreichend als nichtig bewertet und zurecht gerückt. Hier kommt einem der Ausspruch von Goethe in den Sinn: „Man spürt die Absicht und ist verstimmt“. So entstehen Enttäuschungen und man erschrickt, weil man solches - zumal jetzt im Alter - überhaupt nicht mehr erwartet hat. Und man resigniert.

Wie kann eine solche Unterkühlung entstanden sein? Vielleicht ist das die eigene Sozialisierung prägende, manchmal bei den Beteiligten ganz unterschiedliche persönliche Umfeld mit verantwortlich. Könnten die besonders im Alter seltener werden sozialen Kontakte und die Gegebenheit, sich stärker auf sich selbst zurückzuziehen, eine Ursache sein? Ist dann das aus

Zeiten des aktiven Lebens im Berufsumfeld erforderliche Selbstbehaupten, das keine-Schwächen-oder-Defizite-zeigen, dieses Alles-können und Alles-wissen immer noch nicht bei Seite gelegt, so bleibt ganz unbewusst das Von-sich-absehen und das Eingehen-auf-den-anderen auf der Strecke: Die Beziehungen werden dünner und dünner.

Ob es den Beteiligten gelingt, aus dieser Situation heraus zu kommen? Darüber sollte man nachdenken, auch über sein eigenes Verhalten.

Wolfgang Prietsch





LANDHAUS KÜCHE

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

Bestellen Sie sich 3 leckere Mittagsgesichte ins Haus!



Unser „3 x lecker“-Angebot:

3 Tage ein DLG-prämiertes Mittagsgesicht plus 2 x Dessert und 1 Stück Kuchen

nur **5,89 €** pro Tag

Tel. 02 41 - 9 16 16 88
www.landhaus-kueche.de/lecker

Konzentration auf das Wesentliche

„Hauptsache schwarz“ – unter diesem Titel stellten wir im Senio Magazin Nr. 48, Dezember 2011, den Sammler Heinz-Josef Lambertz vor. Er sammelt jedoch nicht nur alte Büromaschinen, sondern auch Holzschnitte sowie Kunst aus Afrika und Ozeanien. Viele Exponate umgeben ihn in seiner Wohnung und alle haben ihre eigene Geschichte. Diese aufzuzeigen, würde den Rahmen sprengen. Doch einiges muss gesagt werden.

„Aus der Kindergartenzeit ist noch der Kartoffeldruck in Erinnerung, und in der Schule wurde im Kunstunterricht der Linschnitt gelernt. Viele Künstler, vor allem des 20. Jahrhunderts, haben sich dem Holzschnitt verschrieben. Da sind vor allem Otto Pankok (1893-1966), Willi Dirx (1917-2002) und Peter Hodiamont (1925-2004) zu nennen“, erklärt Heinz-Josef Lambertz zur Einführung. „Diese Kunstform, bereits vor mehr als 700 Jahren entstanden, wurde im 20. Jahrhundert als eigenständige grafische Ausdrucksform wiederentdeckt. Schwarze Flächen werden durch weiße Linien und Flächen gebrochen. Dadurch werden Stimmungen vermittelt. Der Verzicht auf Einzelheiten ermöglicht Konzentration auf wesentliche, aussagekräftige Merkmale. Das Langholz als Grundmaterial wird stärker berücksichtigt, die Maserung darf durchscheinen, Verästelungen im Holz werden in die Bildkomposition mit einbezogen.“



Die Holzschnitte

Als Kaplan in Rheydt lernte Lambertz in einer Ausstellung Arbeiten von Otto Pankok kennen. Diese fand er so interessant,

dass er einige erwarb und rahmen ließ. Damit war der Grundstein seiner umfangreichen Sammlung gelegt.

Der Sammler blickt zurück: „1985/1986 fand in Aachen-Walheim, wo ich mittlerweile Pfarrer war, eine Ausstellung mit Werken von Willi Dirx statt. Der Künstler war anwesend, hatte auch Druckstock, Farbe und Papier mitgebracht und zeigte vor Ort, wie der Druck vom Holzschnitt vonstatten geht. Die Sammlung wuchs.“

Die Pfarre St. Anna Walheim unterhielt bis zu dessen Tod eine intensive, ja freundschaftliche Beziehung zu dem in Baelen bei Eupen lebenden Aachener Künstler Peter Hodiamont, der über viele Jahre für die Erstkommunion Holzschnitte fertigte, deren Motiv als großes Bild während der Feier über dem Altar der Pfarrkirche hing und die jedes Kommunionkind gerahmt als Andenken mit nach Hause bekam.



Wer ist er?

Heinz-Josef Lambertz wurde 1945 in Schiefbahn geboren. Nach dem Abitur am Aachener Pius-Gymnasium studierte er Katholische Theologie und Kunstgeschichte in Tübingen und Bonn. 1972 wurde er zum Priester geweiht und war zwei Jahre Kaplan in Rheydt. Danach fuhr er mit einem Freund ein Jahr lang mit dem Fahrrad um die Welt. Nach drei weiteren Kaplansjahren in Würselen und als Diözesanjugendseelsorger war er 15 Jahre Pfarrer in Walheim und danach bis zum Ruhestand in Würselen. Den Ruhestand verbringt er in Walheim und ist hier unterstützend in der Seelsorge tätig. Auch heute noch bereist er viele Länder der Welt, von denen er immer noch Dinge für seine Sammlung und beeindruckende Fotografien mitbringt.



29 HEINZ-JOSEF LAMBERTZ

Lambertz erklärt: „Holzschnitte können sehr unterschiedlich gestaltet werden. Bei sattem Farbauftrag erscheinen die Flächen tiefschwarz und die Holzmaserung ist kaum oder gar nicht zu sehen. Wird die Farbe dünner aufgetragen, zeichnet sich die Maserung ab und wird Teil der Bildgestaltung.“



Was mir Spaß macht an Holzschnitten und warum ich sie sammle ist, dass sie auf das Wesentliche reduzieren und ihre Bildaussage um so stärker ist. Übrigens fertigen viele Künstler von einem Druckstock nur einige Exemplare und machen ihn dann unbrauchbar. Andere heben die Holzschnitte auf, so dass auch nach dem Tod des Künstlers noch Nachdrucke möglich sind. So habe ich auch aus dem Nachlass von Otto Pankoks einige erwerben können.“

Heinz-Josef Lambertz steht vor einem großformatigen Holzschnitt und erläutert: „Dieser ist von einem ehemaligen Türblatt entstanden. Als man in der Kunstakademie Düsseldorf, an der Otto Pankok Professor war, Türen auswechselte, wurde

dieser Kopf von Kunststudenten nach einem Entwurf und der Anleitung Pankoks geschnitten.“

Afrikanische und ozeanische Kunst

Lambertz sammelt aber auch Kunst aus Zentralafrika und Ozeanien: „Heute ist kaum noch Kunst aus Afrika zu erhalten, die noch ursprünglich ist. Das meiste ist sogenannte ‚Airport-Art‘, die man auf Flughäfen als Mitbringsel kaufen kann. Vieles ist heute nachgemacht, also Imitatware. In Kamerun beispielsweise findet man Originale heute nur noch an Königshöfen, in Dörfern jedoch nicht mehr, mit Ausnahme dessen, was noch in Gebrauch ist.“

Dass sich Dinge lange erhalten haben, liegt auch daran, dass sie aus Holz gefertigt sind und in trockenem Klima kaum Witterungseinflüssen ausgesetzt sind. Und weil Materialien selten und kostbar und somit teuer sind, werden defekte Gegenstände erst einmal repariert, bevor etwas Neues angeschafft werden kann.

Auf seinen Reisen hat er immer wieder Gegenstände entdeckt, die ihm wichtig und wertvoll waren und mit dem Leben

der indigenen Völker zu tun haben: Ess- und Trinkgefäße, Handpuppen, Menschen-Darstellungen, Kornspeicher-Türen, Nackenstützen und vieles mehr. Und zu jedem Teil kann er etwas zu seiner Herkunft und früheren Nutzung erzählen. Ein früherer Häuptlingsstuhl hat so eine Geschichte mit abenteuerlichem Transport per Flugzeug mit mehreren Zwischenlan-



dungen und jeweiligem Umladen und damit verbundenem hohen körperlichen Einsatz, wie er lachend erzählt. Er weist auch auf einige Nackenstützen hin, die Afrikaner und auch Bewohner in Papua-Neuguinea beim Schlafen benutzen und auch unterwegs immer dabei haben, um ihre kunstvollen Frisuren zu schützen.

Text und Fotos:

Josef Römer



Eine Kindheit im Schatten der Gaskessel

1946, nach der Evakuierung, fanden meine Mutter und ich eine Zweizimmerwohnung auf der Aachener Jülicher Straße in Nähe des Nordbahnhofs, gegenüber den großen Gaskesseln der Aachener Stadtwerke. Spielkameraden zu finden war für mich nicht leicht, da durch den jahrelangen Aufenthalt in Sachsen meine Sprache für die Öcher ziemlich ungewohnt klang.



Weil mein Vater kurz vor Kriegsende im Kurland-Kessel in Lettland gefallen war, musste meine Mutter versuchen, uns beide mit Arbeit über die Runden zu bringen. Infolge dessen war ich den ganzen Tag allein und eines von vielen „Schlüsselkindern“ mit einem großen Wohnungsschlüssel an einer Schur um den Hals.

Den verlor ich einmal beim Spielen und traute mich deshalb nicht nach Hause. Eine Nachbarin jedoch fing mich am späten Abend ab und brachte mich zu Muttern, was nicht ohne Folgen blieb.

Da meine Sprache allmählich den sächsischen Klang verlor, fand ich auch Spielkameraden in meinem Alter. Neben Fußball mit einem kleinen Tennisball auf dem Gehsteig wurden noch viele andere für mich neue Spiele gespielt. Ein Spiel z.B. hieß „Pottata“. Da wurde eine zusammengedrückte Blechdose von einem Kind möglichst weit in die fast autoleere Straße geworfen, während die anderen sich versteckten. Ein vorher bestimmtes Kind musste die Dose an einen vorher bestimmten Platz zurückholen. Wer nicht entdeckt wurde, konnte sich durch einen Tritt auf die platte Blechdose „erlösen“.

Etwas Aufregender ging es zu, wenn wir runter ins Wurmatal beim Gut Zurhelle Äpfel „schwelen“ gingen. Oft wurden wir dabei von Mägden und Knechten des Besitzers verfolgt, die manches Mal die Wurm hinunter bis nach Haaren hinter uns her rannten, ohne uns einzuholen.

Die Trümmergrundstücke auf der Seite der Jülicher Straße gegenüber den Gaskesseln luden auch sehr oft zum Spielen ein. So stiegen wir in den Keller eines kaputten Hauses ein und kamen über die vorhandenen Kellerdurchbrüche drei

Häuser weiter wieder ans Tageslicht. Aber auch die Kupfer- und Bleirohre in den Trümmergrundstücken waren nicht vor uns sicher. Bei einem in der Nähe befindlichen Altwarenhändler bekamen wir dafür unser Sonntagsgeld, das es damals zu Hause noch nicht gab.

Beim Fußballspielen auf dem Gehweg hatten wir es mit zwei Gefahrenherden zu tun. Zum einen die Straßenbahnen der Linien 1, 11 und 21, die nach Haaren, Alsdorf und Bardenberg und zurück zum Hansemannplatz fuhren, zum anderen den Pfortner der Firma Zentis mit Namen „Keilhauer“, der unseren Ball einbehielt, wenn der über den Zaun zur Firma Zentis flog. Bei Gefahr einigten wir uns in beiden Fällen auf den Zuruf: „Achtung Keilhauer“.



Klassenfoto 1949, 5. Schuljahr an der Volksschule Paßstraße mit Lehrer Schiffer. Ich bin der dritte von rechts in der zweiten Reihe von oben.

Bei allen Spielen, außer beim Fußball, durften auch Mädchen teilnehmen. Wir Jungs waren deshalb auch beim Hüpfen in aufgemalten Hüpfhäuschen oder beim Seilchenspringen, sei es „deutsch“ oder „englisch“ dabei. Beim „Bockspringen“ versuchten wir Jungs, die Mädchen als Bock hinzustellen, weil sie schneller einbrachen.

Bei Regen trafen wir uns in verschiedenen Wohnungen, die „sturmfrei“ waren und bastelten z.B. an unseren Drachen

herum, die wir bei Wind auf den Wiesen des Wurmtals steigen ließen. Wir sagten dazu: „Vür losse d'r Vouel stije.“

Fahrradfahren wurde später eine große Leidenschaft, vornehmlich unter uns Jungen. Mein erstes Fahrrad war ein aus drei anderen Fahrrädern zusammen gebasteltes Rad, welches mein Großvater in mühevoller Arbeit für mich als Geschenk machte. Die Hauptattraktion daran waren die von allen anderen bestaunten französischen Holzfelgen, deren Speichen ich aber bei einem Temperaturwechsel jedes Mal nachspannen musste.

Eine ganz herrliche Erinnerung habe ich an Karneval, wo wir Kinder in der großen Wartehalle des Nordbahnhofs einen Kreis bildeten und mit „Juja, geniert Euch nicht“ und „Des Nachts um Elfe“ fröhlich und brav sangen und feierten.

An meine Schulzeit in der Volksschule Paßstraße habe ich nur wenige Erinnerungen. Zur Schule gingen wir Kinder wohl auch regelmäßig, weil es in der Hungersnot die Schulspeisung der britischen und US-amerikanischen Quäker-Hilfe gab. Das war ein lustiges Bild: Wenn die Kinder zur Schule gingen oder von der Schule kamen, hingen an ihren Schulranzen leere Blech-

dosen und vereinzelt Wehrmachts-Kochgeschirre. Wenn es - wie wir meinten - leider zu selten Schokolade gab, mussten wir bei der Übergabe ein Stück abbeißen, wohl um Verkäufe oder Tauschgeschäfte zu verhindern. An die Verabschiedung unseres Klassenlehrers Schiffer, der in Pension ging, erinnere ich mich noch, weil er an seinem letzten Arbeitstag eine Tüte mit Sahnebonbons spendierte.

Öfters fehlten Mitschüler in unserer Jungenklasse, die, wie ich später erfuhr, von ihren Eltern zum Kaffeeschmuggel über die Grenze geschickt wurden.

Da meine Mutter als Kriegerwitwe zum zweiten Mal heiratete, bekam ich einen Stiefvater, mit dem ich ganz leidlich auskam. Die Folge war aber, dass meine Mutter nun zu Hause blieb, ich meinen Wohnungsschlüssel abgeben musste und die schöne Zeit des Herumstromerns vorbei war.



Christian Graff

Aachener Dunkelgoldtaler

Wenn es draußen kühl ist und die Imbissstände aufgestellt werden, dann steigt die Lust auf Reibekuchen, anderswo auch als „Kartoffelpuffer“ bezeichnet. Die sind immer so schön gold-gelb und richtig „fies“ fett. Da freuen sich die Augen und die Galle ganz mächtig! Während des Backens fallen auch hier „Späne“ an - wie überall, wo gearbeitet wird. Diese gerösteten Kartoffelpuffermasse-Abfälle entfernen die Mitarbeiter in gewissen Zeitabständen aus dem Ölbad, um sie später zu entsorgen.



Geröstete Kartoffelstückchen in den Abfall? - Die müssten doch noch zu verwenden sein: „nicht nur als Feueranzünder“, glaubt der Kachelofen-Betreiber, „sondern auch zur Herstellung von Speisen“, denkt der Hobby-Koch. So fragte ich nach den Resten, bekam welche geschenkt und machte mich zu Hause gleich an einen Kochversuch.

Rezept und Verarbeitung der Grundstoffe

Zuerst wollte ich die knusprigen Kartoffel-Bratrückstände mit feiner bis mittlerer Leberwurst mischen und dann zusammenbacken, technisch heißt das „sintern“. Doch dann dachte ich daran, dass



der „Abfall“ recht fettig ist und die Leberwurst auch. So fließt beim Erwärmen bestimmt alles weg, ohne zu halten. Und ich kam auf die Idee, ziemlich mageres Rindergehacktes als Fleischbeigabe zu verwenden.

Ich mischte 1/2 Liter Reibekuchen-Abfälle, 500 Gramm Rinderhackfleisch, 1 Ei, 1/2 feingeschnittene große Zwiebel, etwas Salz und ein bisschen grobes Chilipulver. Mit dieser Masse füllte ich nacheinander immer dieselbe Keks-Ausstechform und legte die Rohlinge vorsichtig nebeneinander auf ein mit Backpapier versehenes Blech. Alles kam anschließend in einen auf 200°C vorgewärmten Ofen und blieb dort bei „Umluft-Stellung“ 10 Minuten drin.

Während dieser Zeit „sprudelte“ aus den Teilen richtig viel Fett, einer Aachener Quelle ähnlich, vermutlich nur nicht so gesund!

Die zylinderförmigen Halbfabrikate sahen Medaillen oder ganz großen Geldstücken ähnlich. Damit war klar, dass es sich bei diesem neuen Produkt um „Taler“ handeln würde.

Geschmackstest und Folge-Gedanken

Auf dem Balkon kühlten die Kartoffel-Hack-Stücke schnell ab und ein erstes konnte probiert werden. Da fiel mir ein, dass man dazu etwas Brot und eine

Gurke o.a. essen sollte. Ein Schnaps als „Fettverdränger“, wie bei Aal und Bauchfleisch, dürfte ebenfalls nicht schaden.

Zum Abendessen gab es pro Testperson einen großen Teller mit drei Talern, zwei Gurken-Sticks und drei halbierten kleinen Tomaten drauf. Dazu wurde Baguette gereicht und ausreichend Sekt.

Diesen Test überlebte jeder ohne bleibende Schäden! Als Vorschlag kam heraus: „Die Dinger müssen stärker gewürzt werden!“ Und ich merkte beim Essen, dass die „Bratlinge“ einen Rauchgeschmack im Abgang haben - klingt das nicht wahnsinnig toll? Nun heißen sie nicht mehr „Aachener Dunkelgoldtaler“, sondern „Aachener Rauchtaler“.

Text und Fotos:

Klaus Jörg Hammerschmidt



PS: Beim nächsten Versuch werde ich zu den Reibekuchenabfällen noch etwas flüssige Kartoffelpuffer-Masse tun.

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





Beratungsgespräch beim Angehörigenlotsen

Hilfe bei Schlaganfall – Das Modellprojekt „Der Angehörigenlotse“

Im Jahr 2012 gab es in Deutschland ca. 2,5 Millionen pflegebedürftige Menschen. Davon wurde rund die Hälfte zu Hause von Angehörigen ganz oder teilweise versorgt. Die Belastung dieser Personen ist enorm und führt in zunehmendem Maß zu erheblichen körperlichen und seelischen Schäden. Der Leiter des „Instituts für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie der Katholischen Hochschule NRW/Abteilung Aachen“ Prof. Dr. Johannes Jungbauer sucht nach Möglichkeiten, wie geholfen werden kann. Ein Pilotprojekt mit dem Namen „Der Angehörigenlotse“ wendet sich an die Angehörigen von Schlaganfallpatienten.

Wie ein Blitz aus heiterem Himmel traf es den 51-jährigen Karl W. (Name geändert) und seine Familie. Kurz vor Jahresende 2013 erlitt er zu Hause einen Schlaganfall. Trotz sofortigen Notarzteinsatzes und neurologischer Behandlung in der Uniklinik Aachen stand nach einigen Tagen fest: Eine Körperseite bleibt vorläufig mehr oder weniger gelähmt und die Sprechfähigkeit ist ebenfalls eingeschränkt. „In einer Sekunde hat sich unser Leben total geändert“, sagt er, langsam seine Worte formulierend, im Gespräch mit dem Senio Magazin.

Er stand mit vollem Einsatz als Techniker im Beruf, seine Frau war und ist ganztätig berufstätig. Auf die Frage, wie man mit solchen Situationen fertig wird, antwortet sie: „Überhaupt nicht. Ich wusste nur, dass ich dem Arbeitgeber die Krankmeldung schicken musste. Gott sei Dank hatten wir Miriam.“

Miriam Floren ist der „Angehörigenlotse“

Als Klinische Sozialarbeiterin/-pädagogin setzt sie gemeinsam mit der Gesundheitswissenschaftlerin Theresia Krieger in Aachen das von 2012 bis 2015 laufende, vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderte Projekt vor Ort um. Zugleich erheben sie sämtliche Daten, damit nach Ablauf des Projektes ein fundiertes, wissenschaftliches Ergebnis vorgelegt werden kann. Beteiligt sind die beiden Akuthäuser „Uniklinikum Aachen“ und das „Medizinische Zentrum Würselen/Bardenberg“, die als einzige in der StädteRegion spezielle Schlaganfall-Abteilungen („Stroke Units“) betreiben, sowie Partner aus Pflege und medizinischer Versorgung. Das Team wird sofort informiert, sobald ein Schlaganfallpatient stationär aufgenommen wird. Dann wird umgehend Hilfe, Unterstützung und Beratung angeboten.

Fest steht, dass viele pflegende Angehörigen über kurz oder lang durch Arbeits- und Pflegebelastung plus administrative Aufgaben überfordert werden und selbst Krankheitssymptome bis hin zum „Burnout“ zeigen. Miriam Floren erklärt: „Eine unserer wichtigsten Aufgabe ist: Struktur hineinbringen. Selbst betroffen, verliert man den Blick, alles wächst über den Kopf. Es ist jemand notwendig, der Impulse gibt.“ „Der Angehörigenlotse“ will keine anderen vorhandenen Dienste ersetzen, sondern im Gegenteil zu einer Vernetzung beitragen. „Ich kenne alle vorhandenen Angebote und kann bei Bedarf die Angehörigen dorthin vermitteln“, sagt Miriam Floren. Zurzeit (Stand August) betreut sie 84 Fälle. Allein in der StädteRegion zählt man bei steigender Tendenz jährlich 3.000 Schlaganfälle, bundesweit kommt man auf mehr als 200.000. „Miriam machte es möglich, dass mein Mann nach der Reha noch eine Anschlussreha bekam“, erzählt Frau W. Die erste wurde von der Krankenkasse gezahlt, die zweite von der Rentenversicherung. „Viele wissen nicht, welche Leistungen beansprucht werden können. Man kämpft um Zusatzmaßnahmen, weil nicht alles bekannt ist, was möglich ist“, sagt Miriam Floren. Gerade in solchen Momenten kann es für die positive Entwicklung des Kranken wichtig sein, welche Schritte wann und wie eingeleitet werden, z.B. welche Leistungen beantragt werden können. Im Dickicht so vieler Möglichkeiten, aber auch Vorschriften und Bedingungen ist es wichtig, einen kompetenten Berater an der Seite zu haben. „Ich wusste oft nicht, wo ich anfangen soll“, sagt Frau W., „aber dann konnte ich immer Miriam anrufen.“ „Wir stärken die Eigenverantwortung der Angehörigen“, erläutert Miriam Floren. „Sie sollen wissen, wir sind Euer Sicherheitsnetz, wenn Hilfe nötig ist.“

Der größere Teil der Schlaganfallbetroffenen ist älter und schon nicht mehr berufstätig. Die Probleme sind jedoch ähnlich. Oft herrscht eine eingeschränkte Mobilität vor; die Kinder sind berufstätig und nicht verfügbar; ältere Menschen sind zu meist auch unsicherer. Somit kommt es auch hier zur Überlastung und Überbeanspruchung im Pflegefall.

33 DER ANGEHÖRIGENLOTSE

Konfliktmanagement und Krisenintervention stehen im Vordergrund

Miriam Floren fasst ihr Arbeitsgebiet so zusammen: „Im Kern besteht meine Arbeit aus psychosozialer Beratung. Konfliktmanagement und Krisenintervention stehen im Vordergrund, immer auf der Suche nach Lösungsstrategien.“ Aufgrund dieser breit gefächerten und eine entsprechende Ausbildung erfordernden Aufgabe wären nach Meinung des Forschungsteams ehrenamtliche Mitarbeiter überfordert. Wenn das Modellprojekt im Ergebnis die Vorteile und Notwendigkeit eines „Angehörigenlotsen“ beweisen würde, müsste am Ende in der Gesellschaft ein Konsens entstehen, hierfür Ressourcen in Form von Infrastruktur und Personal zur Verfügung zu stellen.

Wie geht es weiter?

Für Familie W. steht das Ergebnis schon fest. „Neben all den Sachen, die man sieht, greifen kann, ist ganz wichtig, dass da jemand ist, der immer Bescheid weiß. Das ist ein unglaubliches Gefühl der Sicherheit“, sagt Frau W. Sie hat jetzt schon Angst



Prof. Johannes Jungbauer, Theresia Krieger, Miriam Floren (v.l.)

vor dem, was auf sie zukommt, wenn das Pilotprojekt 2015 ausläuft und es keinen „Angehörigenlotsen“ mehr gibt.

Die wissenschaftliche Aus- und Bewertung des Forschungsprojektes wird in naher Zukunft vorliegen. Sollte sie das Modell flächendeckend empfehlen, ist im Interesse der vielen Betroffenen zu hoffen, dass die notwendige politische Entscheidung nicht wie so oft in endlosen Debatten zerredet und nur mittels „fauler“ Kompromisse umgesetzt wird.

Kontakt

Telefon: 0241-60003-120

(Montag bis Mittwoch von 8 bis 13:30 Uhr)

Miriam Floren,

E-Mail: m.floren@katho-nrw.de

Theresia Krieger,

E-Mail: t.krieger@katho-nrw.de

Bilder:
Katholische Hochschule Aachen
Franz Gass



DREI FRAGEN AN PROFESSOR JOHANNES JUNGBAUER

Warum wurde gerade ein Projekt der Forschung von Belastungen bei pflegenden Angehörigen mit der Gruppe von Schlaganfallpatienten ausgewählt?

Der Schlaganfall ist die dritthäufigste Todesursache in Deutschland und die häufigste Ursache von Behinderung im Erwachsenenalter. Daher sind viele Angehörige in ihrem Alltag massiv davon betroffen. Sie werden zu informell Pflegenden und dies meist über einen langen Zeitraum. Die Problematik betrifft einen großen Teil der Gesellschaft. Aber die Herausforderung und Problematik wird von der Gesellschaft nur unzureichend wahrgenommen. Ganzheitliche Unterstützung, an den Bedürfnissen der Angehörigen orientiert, fehlt.

Sollte sich „Der Angehörigenlotse“ als sinnvoll erweisen, wie und wo könnte er im Gesundheitssystem implementiert werden?

Variante A: Unabhängig als Servicean-

gebot der Stadt („best case scenario“).

Variante B: Als zusätzliches Angebot der Krankenkasse oder des Akutkrankenhauses.

Variante C: Teile des Konzeptes werden an andere, bereits vorhandene Angebote angegliedert.

Sind für solche Forschungsprojekte die bei evtl. Realisierung entstehenden Kosten für das Sozialsystem ein Gesichtspunkt?

Kurzfristig kostet das Angebot natürlich etwas. Mittel- und langfristig ist mit einer Kostenreduzierung durch die Bündelung der Informationen, der frühen Erkennung von Ressourcen und Defiziten, Reduzierung des Stress gleich Reduzierung der Krankheitslast (Angehöriger sowie Patient) und der Vermeidung von der Inanspruchnahme von doppelten Serviceleistungen zu rechnen.



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

Ermat- tung	Nandu, südamerik. Straußen- vogel	Zwergen- land b. J. Swift	ugs.: einge- schaltet	Glücks- spieler	▼	Ge- bäude- verän- derung	schott. Seeunge- heuer (ugs.)	▼	Acker- gerät	Wagen- bespan- nung	veraltet: Mitglied des Senats	▼	Musik- zeichen	ausge- storb. Feuer- länder	Renn- strecke in Frankreich (2 Wörter)	ein Kör- per- teil
▶	▼	▼	▼	▼					automa- tisches Klavier	▶			▼	▼	▼	▼
nach unten	▶					Saug- wurm	▶				Farbe für Drucker/ Kopierer	▶				
span. Artikel	▶		Hasen- lager	▶					südost- asiat. Staaten- bund (Abk.)		Teil des Baumes	▶				
▶						Inhalts- losigkeit		itali- enisch: auch	▶					ober- halb von		Graf- schaft in England
Insel im Boden- see	elektr. Klein- auto		Teil des Hühner- eis		Teil des Auges	▶					männ- liche Hanf- pflanze		ein Binde- wort	▶		▼
Teil des Pazifiks	▶		▼					Hals- schmuck		West- germane	▶					
▶					Kindes- kind		männ- liche Katze	▶					Luft holen		Weich- käse- sorte	▼
Wert- papier		reiz- voller machen	▶		▼					Luft- trübung		grie- chische Vorsilbe: Luft...	▶			
▶							ugs.: groß- artig		Ele- mentar- teilchen	▶						
Natura- lismus		sich täuschen		Ver- geltung		Werk- zeug- griff	▶					Baustoff		ehem. Papst- palast in Rom		ein Partei- freund, Kamerad
Schlitt- schuh- show	▶	▼		▼					latein- amerik. Musik- stil		Deck- schicht	▶	▼			▼
▶						Wieder- gabe (Kurzw.)		Abend- stän- den	▶							
poet.: Unklar- heit	durch Kälte betäuben		Sauber- keit; Un- berührt- heit		Bücher-, Waren- gestell	▶					Süd- staat der USA		handeln	▶		
polizei- liche Verneh- mung	▶	▼	▼					Wasser- vogel- produkt		Stier- kämpfer	▶					
▶					Sport- fischerei		Mahl- zeit	▶					zwei zu- sammen- gehörende Dinge		Glanz, Schimmer	▼
österr. Komponist † 1895		schwed. Verwal- tungs- einheit		Sport- platz	▶					weib- liche Brust		Ausweis	▶			
Name eines Klima- phänomens (2 W./span.)	▶	▼					Teil eines Gedichts		Gleich- gewicht	▶						
Laut eines Esels	▶			ugs. für Gefängnis		der Abend- stern	▶					Kopf- bedeckung im Orient		Roman- figur bei Gothelf		Abk.: ...hän- dig
maritime Natur- katas- trophe	▶			▼					Abk.: Seine Exzellenz		am Tages- anfang, zeitig	▶		▼		▼
▶						Garten- zier- pflanze	▶		▼				Haut- falte am Auge	▶		
in höchst- tem Maße begabt		Staat in Nord- afrika	▶								Jazzstil	▶				

Verfahren der Meinungsforschung	▼	bunter Papagei	Zeichen-gerät	▼	Gesangsstück	Angeh. e. europ. Völkergruppe	Abk.: Wetteramt	Begriff der Verslehre	jemenitische Hafenstadt	Signal der Sirene	▼	▼	Wahlzettelkasten	poet.: darüber	Abk.: Unterhitze	tropisches Harz
Republik in Westafrika	▶	▼	▼	▼	ältere Bezeichnung für Pullover	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	italienisch: zwei	▶	▼	▼
Nordseegebiet	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	sehr große Menge	▶	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	beben, vibrieren	▼	leichte Vertiefung	▶	▼	▼	▼	▼	Metall, weich, glänzend	▼	Sohn Agamemnon	▼
höchstes Spiel im Skat	▼	Oper von Richard Wagner	▼	starker Nähfaden	▶	▼	▼	▼	▼	indian. Ortsvorsteher	▼	Gummlinse, Varioobjektiv	▶	▼	▼	▼
italienisch: danke	▶	▼	▼	▼	▼	▼	Begriff i. d. Nachrichtentechnik	▼	amerik. Schwirrvogel	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	Kartenspiel	▼	Greifvogel, Habichtartiger	▶	▼	▼	▼	▼	Aristokratie	▼	Wasservogel	▼	trop. Knollenfrucht
unverletzt	Geländewagen (engl. Abk.)	▼	großer Fluss	▶	▼	▼	▼	▼	persönl. Fürwort, 1. Person Plural	▼	Furcht	▶	▼	▼	▼	▼
engl.: Schlange	▶	▼	▼	▼	▼	Abk.: Samstag	▼	Luftbewegung	▶	▼	▼	▼	Abk.: Atmosphäre absolut	▶	▼	▼
Abk.: unserer Zeitrechnung	▶	▼	gift. Chemikalie	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Sportrunderboot	▶	▼	▼	▼	▼
Staat in Südostasien	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	wirklich, tatsächlich	▶	▼	▼	▼	Südsüdost (Abk.)	▶	▼	▼

Name span. Königinnen	Wolltierbehausung	Seemannsruf	Gas-, Dampfdruck	▼	Wassertiefenmesser	Abk.: Landrat	Verkehrssignalanlage	Erträge der Landwirtschaft	▼	Stadt u. Fluss in Tschechien	Rostschutzfarbe	▼	brasil. Hafenstadt (Kurzsw.)	Zeichen für Emanation	früherer äthiop. Herrschertitel	Abk.: Turbinenschiff
▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Sachbearbeiter	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Abk.: Confoederatio Helvetica	▶	▼	Vereinheitlichung	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Stadt in Südf frankreich	▶	▼	▼	▼	▼
Greifvogel-nest	▶	▼	▼	▼	▼	wider	▼	japanischer Kaisertitel	▶	▼	▼	▼	▼	Doppel-ehe	▼	Hochsprunggerät
▶	▼	▼	ein Papagei	▼	Leichtathlet	▶	▼	▼	▼	▼	Musikübungsstück	▼	Verkehrsmittel (Kurzsw.)	▶	▼	▼
gemauertes Ufer	▼	Eichhörnchen-nest	▶	▼	▼	▼	▼	oberägypt. Stadt	▼	Ich-mensch	▶	▼	▼	▼	▼	▼
▶	▼	▼	▼	▼	kleine Ortschaft	▼	Zündschnur	▶	▼	▼	▼	▼	frühere ital. Währungseinheit	▼	Elbe-Zufluss	▼
Gründer des Türkischen Reiches	▼	deutscher Kurienkardinal † 1968	▼	tiefe Bescheidenheit	▶	▼	▼	▼	▼	leichter, offener Einspanner	▼	Brot-, Käseform	▶	▼	▼	▼
Altarraum orthodoxer Kirchen	▶	▼	▼	▼	▼	▼	ital.: ja	▼	hervorspring. Mauerstreifen	▶	▼	▼	▼	▼	▼	Abk. der ehem. dt. Währungseinheit
gegerbte Tierhaut	▶	▼	▼	▼	▼	fest, haltbar	▶	▼	▼	▼	▼	Schilf, Röhricht	▶	▼	▼	▼
handwarm	▶	▼	▼	sportlich, anständig	▶	▼	▼	▼	ugs.: Eingeweide	▶	▼	▼	▼	▼	▼	▼

Reise nach Córdoba und Sevilla

Wir waren oft in Spanien, doch noch nicht in Córdoba und Sevilla. So beschließen wir, dorthin eine Reise zu unternehmen. Wir bringen in Erfahrung, dass wir Eisenbahnfahrkarten für Spanien im Reisebüro erhalten können und - was für uns angenehm überraschend ist - Senioren nur den halben Fahrpreis in Spanien zahlen.

Zuerst fliegen wir mit dem Flugzeug von Düsseldorf nach Madrid. Beim Flug über die Pyrenäen sehen wir den Sonnenaufgang – ein guter Start in unseren Urlaub. Als wir aus dem Flugzeug aussteigen, empfängt uns ein warmer Septemberwind. „Nehmen wir ein Taxi zur Eisenbahnstation nach Córdoba?“ „Nein, zu bequem!“ Mit dem Flughafenbus fahren wir bis zur „Avenida de América“. Von dort geht es mit der Metro weiter. Dann müssen wir noch einmal den Metrozug und den Bahnsteig wechseln. Inzwischen haben wir 29 Grad, in Düsseldorf waren es beim Abflug um die 10 Grad. Ein Harmoniumspieler steigt unterwegs ein und spielt Tangomusik, die einen vom Rhythmus mitreißt und in gute Stimmung versetzt. Von der Metrostation geht es wenige Meter zum Bahnhof „Puerta de Atocha“, wo wir erst einmal einen frisch gepressten Orangensaft trinken, bevor wir für zwei Stunden in den Schnellzug



Im Alcazar von Sevilla



Blüten vom Trompetenbaum

zu dem knapp 350 km entfernten Córdoba einsteigen. In dem südlich gelegenen Córdoba sind es schon 32 Grad. In unserem Hotel haben wir ein kleines Zimmer mit dem Blick in den kühlen Innenhof (Patio). Von der Stadt sind wir begeistert! Córdoba ist die drittgrößte Stadt Andalusiens mit ca. 330.000 Einwohnern.

Am nächsten Morgen besuchen wir die Moschee, erbaut 785 n. Chr. Zu jener Zeit wurde sie durch zahlreiche Erweiterungen zu einer der prächtigsten Moscheen überhaupt. Im 16. Jahrhundert wurde eine Kathedrale hineingebaut. Mit diesem gewaltigen baulichen Eingriff erlangte die „Mezquita“-Kathedrale von Córdoba eine einmalige Bedeutung. Aus nicht weniger als 856 Säulen besteht die große quadratische Gebetshalle. Hier wurden helle Kalksteine und rote Ziegelsteine verwendet, die einen faszinierenden Farbeffekt erzielen. Durch den Einbau der Kathedrale mussten 70 der 1013 Säulen der Moschee weichen. Zu diesem Umbau hatte Karl der V. seine Einwilligung gegeben. Die Geschichte sagt, dass er bei einem Besuch der Mezquita-Kathedrale Jahre später

Folgendes gesagt haben soll: „Wenn ich gewusst hätte, was ihr vorhabt, hätte ich nie meine Einwilligung gegeben. Das, was ihr geschaffen habt, kann ich überall sehen, was ihr zerstört habt, war einmalig auf der Welt!“ In der Nähe der Kathedrale befindet sich das jüdische Viertel, wir bummeln anschließend durch seine engen Gassen.

Am nächsten Tag besuchen wir den Park „Alcázar de los Reyes Cristianos“ nahe des Flusses Guadalquivir. Es blühen noch viele Bäume und in den Rabatten Blumen im Spätsommer. In der Nähe der alten Brücke „Puente de Romano“ genießen wir in einem Restaurant den letzten Abend in Córdoba.

Am nächsten Tag geht es in gut einer Stunde mit dem Zug ins südwestlich gelegene Sevilla. Schnell finden wir uns in der Großstadt zurecht. Sevilla ist mit über 700.000 Einwohnern die viertgrößte Stadt Spaniens und die Hauptstadt der Region Andalusien. In einem alten Hotel von 1826 beziehen wir unser reserviertes Zimmer. Nach einer Erfrischung gehen wir am späten Nachmittag ins „Museo de Bellas Artes“, das Museum der Schönen Künste. Wir machten eine interessante Entdeckung: Francisco de Zurbarán (1598-1664) malte eine Serie von Bildern in dem Kartäuserkloster „Santa Maria de las Cuevas“. Auf einem dieser Bilder ist Pater Bruno von Köln abgebildet, der viele Klöster in Europa gegründet hat.



„Mezquita“-Kathedrale von Córdoba



„Giralda“ in Sevilla

Als nächstes suchen wir „Santa Maria de la Sede“, die größte gotische Kathedrale sowie die drittgrößte Kirche der Welt, auf. Sie wurde 1401 bis 1519 erbaut und gehört seit 1987 zum Weltkulturerbe. Das Minarett der alten maurischen Moschee, heute der Kirchturm „Giralda“, ist das Wahrzeichen der Stadt.

Anschließend unternehmen wir eine Stadtrundfahrt, die zwar nicht ganz billig ist, dafür können wir aber an beliebig vielen Stellen den Bus verlassen und den nächsten Bus zur Weiterfahrt benutzen. Erwähnenswert ist der Prachtpalast „Alcázar“, den wir uns anschauen. Der Palast wurde von Peter dem Grausamen erbaut,



Kathedrale Santa Maria in Sevilla

„Plaza de España“. Auf Kacheln gemalte Bilder erzählen uns wie ein Bilderbuch historische Ereignisse aus den acht Provinzen Andalusiens. Von den vielen Sehenswürdigkeiten beeindruckt, fahren wir mit dem

Museum befindet sich auch das große 8 mal 3,50 Meter große kubistische Gemälde von Picasso: „Guernica“ – Darstellung von Leid und Tod aus dem Spanischen Bürgerkrieg 1937. Nach zehnjährigen zähen Ringen ist das Bild aus dem „Museum of Modern Art“ in New York nach Madrid geholt worden. Dies bildet einen gelungenen Abschluss unserer Andalusien- und Madridreise. Viel zu schnell befinden wir uns wieder auf dem Flughafen in Düsseldorf.



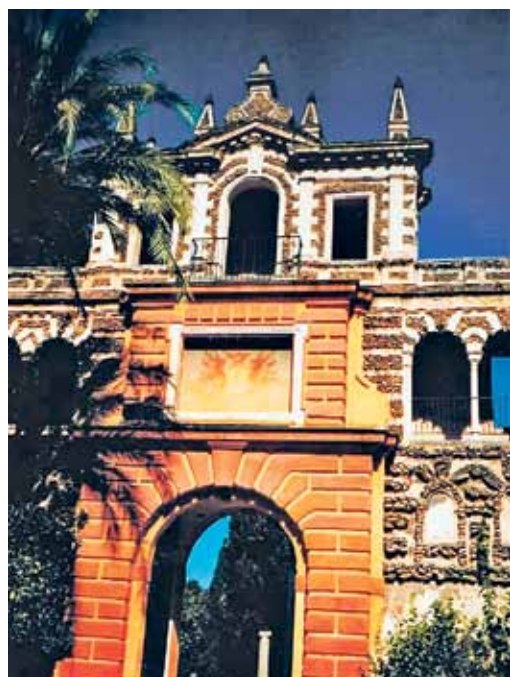
Pater Bruno von Köln, Dritter von rechts



Tapas-Restaurant in Madrid

ein märchenhaftes Baudenkmal aus maurischer Zeit. Der Eingang befindet sich am „Plaza del Triunfo“. Der Patio des Palastes ist einzigartig in seiner Gestaltung und Bepflanzung. Das sonnige Wetter bleibt uns erhalten und wir suchen bei inzwischen 42 Grad jeden schattigen Platz auf. Zum Abschluss des Tages sitzen wir auf der

Zug zurück nach Madrid. Hier ist es nicht mehr ganz so heiß. Wir besuchen Ausstellungen im „Prado“ und im Nationalmuseum „Reina Sofía“ an der „Calle de Santa Isabel“, ein wunderbares Museum in einem ehemaligen umgebauten Krankenhaus. Die ganze zweite Etage ist für die Werke von Picasso und Dali reserviert. In diesem



Eingang zum Alcazar in Sevilla



Alcazar in Sevilla



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



Alt werden, gesund bleiben – Mäßig und vollwertig! Folge 3

Manfred Bruer gibt in seinem Buch „Alt werden – gesund bleiben“ Empfehlungen zur Umstellung unserer Essgewohnheiten.



1. Eine 30% geringere Kalorienaufnahme ergab bei Ratten eine 50% höhere Lebenserwartung! Also: Hochwertig und vitalstoffreich, aber insgesamt weniger essen! Möglichst viel Rohkost, da Erhitzen den Anteil an Vitalstoffen senkt.
2. Die Anzahl der freien Radikale durch ausreichende Ernährung mit Antioxydantien (Radikalfängern) erhöhen. Also: Den Status von Vitaminen (A-Vorstufe = Betacarotin, C, E), Hormonen und Immunkörpern durch vitalstoffreiche Ernährung erhöhen!
3. Übersäuerungstheorie: Der Blut-pH-Wert tendiert zum sauren Bereich. Also: Weniger tierische Produkte und mehr vitalstoffreiche, basenüberschüssige Le-

bensmittel wie Obst, Gemüse, Salat, Kräuter (Rohkost) verzehren.

4. Die Insulintheorie: Insulin gilt als das wichtigste Alterungs- und Dickmacherhormon und Diabetes Typ 2 als eine der meist verbreiteten Wohlstandserkrankungen. Einfache Kohlenhydrate wie Industriezucker gehen sofort ins Blut und lassen den Insulinspiegel zu schnell zu hoch ansteigen. Also: Möglichst zuckerfrei und weizmehlfrei essen. Mehrkornbrot statt Weißbrot. Zucker & Co wie Kuchen, Bonbons, Schokolade weniger. Gesunde ballaststoffreiche Kohlenhydrate.

5. Verdauung: Eine optimale Vitalstoffversorgung der Zellen erfolgt nur dann, wenn

Nahrung aufgespalten und den Zellen zugeführt wird. Gutes Kauen und Einspeicheln (dadurch werden Verdauungsenzyme produziert), ballaststoffreiche Nahrungsmittel und möglichst Schnellverdauung vor Langsamverdauern essen. Blähungen und Gasabgänge werden minimiert!

Manfred Bruer empfiehlt, ein Essen mit Rohkost zu beginnen, um eine „Verdauungsleukozytose“ zu verhindern. Bei gekochter Kost sollen vermehrt weiße Blutkörperchen wie bei einer von Erregern verursachten Infektion gebildet werden. Also: Obst, Salat vor dem Eintopf! Wenn das schnell verdauliche Essen auf den langsamverdaulichen Nahrungsbrei trifft, kann bei Kohlenhydraten Gärung und bei Eiweiß Fäulnis entstehen, die in Form von Blähungen belastend sind.

Zur Entlüftung eines Blähbauchs lohnt sich das Ausprobieren!

Hartmut Kleis

Apotheker



Dank sorgfältiger Pflege gut aussehen

Reife Haut braucht mehr Aufmerksamkeit als junge: Sie wird dünner, spröder und anfälliger für Entzündungen und Infektionen. Mit einer sorgfältigen Pflege kann aber jeder viel dazu beitragen, dass die Haut gesund bleibt und gut aussieht.



Reife Haut braucht meist viel Feuchtigkeit und Fett. Cremen Sie Ihre Haut daher regelmäßig ein. Wie oft, hängt vom Hautzustand ab. Mindestens einmal in der Woche sollten sich Senioren am ganzen Körper mit einer rückfettenden und feuchtigkeitsspendenden Lotion eincremen. Bei trockener Haut kann dies nach jedem Duschen oder Waschen notwendig sein. Empfehlenswert sind Produkte, die die Feuchtigkeit mit Harnstoff, Glycerin oder Hyaluronsäure binden. Sie sollten

dermatologisch getestet und als besonders verträglich eingestuft sein. Auch Babypflegeprodukte sind oft gut geeignet. An die Inhaltsstoffe dieser Cremes oder Lotionen werden besonders hohe Anforderungen gestellt. Außerdem ist Babyhaut ähnlich wie reife Haut ebenfalls eher trocken und empfindlich.

Wichtig ist auch eine schonende Körperhygiene mit wenig Seife, denn jedes Waschen und Reinigen entzieht der

Haut zusätzlich Fett und Feuchtigkeit. Duschen belastet den Kreislauf weniger als Baden, außerdem trocknet die Haut dabei weniger aus. Wer gemütliche Wannenbäder liebt, sollte die Dauer auf 15 Minuten begrenzen und auf scharfe Schaumzusätze verzichten.

Am schonendsten ist es, täglich maximal fünf bis zehn Minuten warm zu duschen oder sich gründlich zu waschen. Dabei sollte pH-neutrale, milde Seife nur für Körperstellen verwendet werden, die verschmutzt sind oder unangenehm riechen. Für trockene Haut eignen sich pH-hautneutrale Mittel oder Produkte mit rückfettenden Substanzen. Auf übertrieben häufiges, intensives Waschen des Intimbereiches sollten Senioren verzichten, um den Säureschutzmantel nicht zu zerstören. Nach dem Duschen, Baden oder Waschen sollten sie sich gründlich abtrocknen und dabei insbesondere die Körperfalten nicht vergessen. Treten trotz schonender Reinigung und sorgfältiger Pflege Hautveränderungen, Rötungen oder Infektionen auf, empfiehlt sich ein Besuch beim Hautarzt.

Arzt bewerten und ein Lächeln schenken

Für jede Arztbewertung, die im „Arztnavigator“ abgegeben wird, fließt seit Mitte des Jahres ein Euro an die Stiftung „Humor hilft heilen“ von Arzt und Comedian Dr. Eckart von Hirschhausen.

Gespendet wird das Geld durch die „Weisse Liste gemeinnützige GmbH“, mit der die beteiligten Krankenkassen AOK, BARMER GEK, TK und Bertelsmann BKK beim Arztnavigator zusammenarbeiten. „Wir wollen Gutes mit Gutem verbinden“, sagt Dr. Brigitte Mohn, Vorstandsmitglied der Bertelsmann Stiftung, die das Projekt Weisse Liste gemeinsam mit den Dachverbänden der größten Patienten- und Verbraucherorganisationen trägt. Mit der Spende möchte die Weisse Liste die innovative Arbeit von „Humor hilft heilen“ unterstützen und zugleich noch mehr Versicherte auf das Thema Arztbewertung aufmerksam machen. Eine Bewertung helfe somit mehrfach, so Mohn: Sie Sorge für mehr Transparenz, mehr Qualität und mehr Menschlichkeit in der Medizin.

„Lachen ist die beste Medizin. Deswegen wollen wir dafür sorgen, dass im Krankenhaus eine heilsame Stimmung herrscht“, erklärt Dr. Eckart von Hirschhausen das Ziel von „Humor hilft heilen“. So fördere die Stiftung u.a. deutschlandweit Clowns in Kliniken und organisiere Seminare für Pflegekräfte und Ärzte. „Jeder Versicherte, der seinen Arzt bewertet, schenkt also indirekt ein Lächeln – mit wenigen Klicks seiner Zeit“, so Hirschhausen. „Patienten können und sollten ihre Ärzte bewerten. Wenn es bei der Bewertung fair zugeht, profitiert auch der Arzt.“

Ziel des Arzt navigators auf Basis der Weissen Liste ist es, Patienten eine unabhängige und verlässliche Hilfestellung bei der Suche nach einem passenden Arzt zu geben. „Die Bewertungen beruhen auf einem wissenschaftlich fundierten Fragebogen und werden im Portal erst freigeschaltet, wenn mindestens fünf für einen Arzt vorliegen“, erklärt Waldemar Radtke, AOK-Regionaldirektor in der Städteregion Aachen sowie im Kreis Düren. Ein spezielles Registrierungsverfahren schützt vor Manipulationen wie Mehrfachbewertungen. Bis jetzt haben die Versicherten der beteiligten Krankenkassen rund 285.000 Bewertungen



für fast 75.000 einzelne Ärzte abgegeben. Die Spendenaktion, die zunächst bis Dezember 2014 läuft, ist Teil der Aktion „Ärzte gut finden“, mit der die Projektpartner noch mehr Versicherte auf die Bedeutung von Arztbewertungen hinweisen wollen.

Die Stiftung „Humor hilft heilen“ mit dem Markenzeichen der roten Nase wurde 2008 von Dr. Eckart von Hirschhausen ins Leben gerufen. Neben der Förderung von Clown-Sprechstunden für Kinder und Erwachsene in Krankenhäusern und der Weiterbildung von Ärzten und Pflegekräften unterstützt sie Forschung in Sachen Humor in der Medizin.

Der Arztnavigator ist im Internet u.a. unter www.aok.de/arztnavi zu finden. Informationen zur Stiftung „Humor hilft heilen“ erhalten Sie unter www.humorhilftheilen.de.

Angebot für Angehörige im Rahmen des Projekts
 Leben mit Demenz:

**Pflegekurs - Tagesseminar
 „Hilfe beim Helfen“**

- **Samstag, 11. Oktober, 10 bis 16 Uhr**
 Tagespflege der AWO-Aachen-Land e.V.
 Anne-Frank-Str. 2, 52134 Herzogenrath
- **Samstag, 25. Oktober, 10 bis 16 Uhr**
 Betlehem Gesundheitszentrum Stolberg
 Steinfeldstr. 5, 52222 Stolberg

Die Teilnahme ist kostenlos!

Anmeldung und Information:
AOK Rheinland/Hamburg
Tel.: 0 24 02 / 104 125

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

www.pflege-regio-aachen.de

Das neue **Rund um die Pflege** ist erhältlich an vielen Senio Magazin-Auslegestellen



- Informations- und Beratungsstellen
- Pflegeversicherung • Betreutes Wohnen
- Betreuungsbüros & Begleitdienste
- Ambulante Pflege • Tagespflegehäuser
- Stationäre Pflege • Hausnotruf
- Mobile Menüdienste • Sanitätshäuser

Kreuzweise Reihen

Schreiben Sie in die leeren Kästchen der waagerechten und senkrechten Reihen lückenlos fortlaufende Folgen von Zahlen mit gleichem Zahlenabstand wie zum Beispiel beim Einmaleins: 7; 14; 21; 28 usw. Die kleinen Zahlen sind „Schmuzahlen“ vom Nachbarn, der schon weiter ist!

■	■	■	2	4	6	8	10
					6		
6	6	6	6	6	6	6	6
					6		
					6		
					6		■
					6		■
					6		■

Symbolgleichungen

In der folgenden Aufgabe sehen Sie Symbolgleichungen, wobei für jeweils ein Symbol eine Ziffer so eingesetzt werden muss, dass die Gleichung jeweils stimmt. Für jede Gleichung können die Symbole andere Ziffernwerte haben.

♠	-	♣	=	♠
♦	x	♦	=	♥♦
♣	-	4 x ♥	=	♥
3 x ♦ ♠	+	♦ ♠	=	♣ ♠
♠ ♦	:	♦	=	♦
♣	:	♠	=	♣
♦ ♦	x	♦ ♦	=	♦ ♦ ♦
♣ ♥	-	♠ ♣	=	♠ ♣
♠ ♣ ♥	-	♦	=	😊😊
♦ ♣ ♦	:	♦	=	♥♥♥
♠ ♥	x	♣	=	♦ ♥
2 x ♥ ♥ ♥	+	♥ ♥ ♥	=	♦ ♦ ♦
♣ ♠	:	♠	=	♠
♦ ♥ ♣	-	♠	=	♠ ♠
♦ ♠	x	♠	=	♣ ♣ ♠
♥ ♠ ♥	:	♥ ♥	=	♥ ♥

Mathematische Operation

Sie dürfen alle mathematischen Symbole, die keine Ziffern oder Buchstaben sind oder enthalten, vor, zwischen und hinter die drei Zahlen jeder Zeile links vom Gleichheitszeichen setzen, so dass anschließend alle Rechnungen korrekt sind. Die Gleichheitszeichen selbst und die rechten Seiten der Gleichungen dürfen nicht verändert werden.

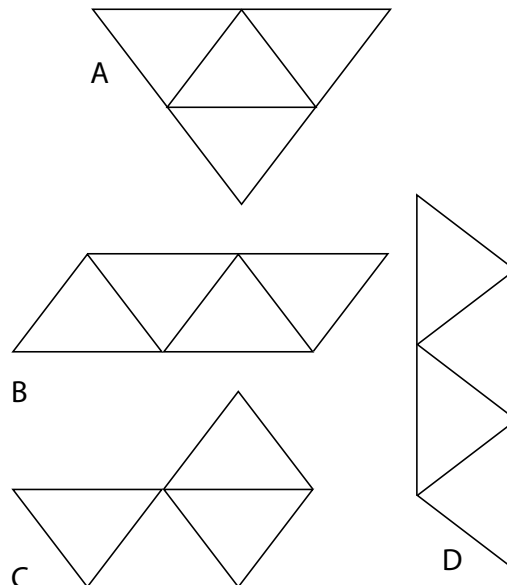
$$2 \ 2 \ 2 = 6; \quad 3 \ 3 \ 3 = 6$$

$$5 \ 5 \ 5 = 6; \quad 6 \ 6 \ 6 = 6$$

$$7 \ 7 \ 7 = 6$$

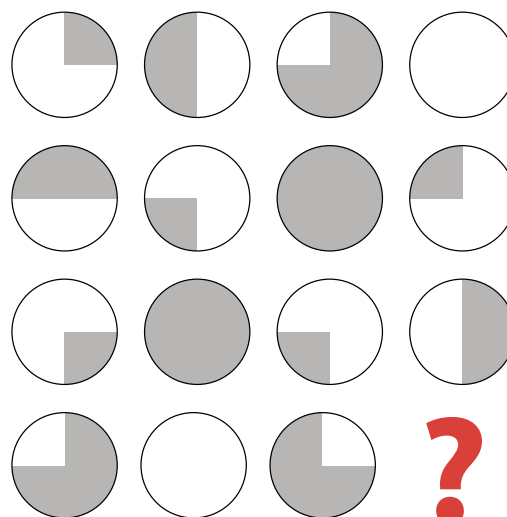
Nicht tetraederfähig

Welcher Netzplan kann kein Tetraeder werden?



Kreismuster

Wie sieht das fehlende Muster aus? Hilfe: Hier verändern sich zwei verschiedene Eigenschaften von links nach rechts.



Figurenmusterrätsel

In der Abbildung fehlt ein Quadrat in der Mitte. Wie müssen die Figuren in den leeren Kästchen aussehen und warum?

O	Ò	Ô	Õ	Ó	O
O	Ò	Õ	Ô	Ò	Ó
Ó	Õ			Ô	O
Ò	O			Ó	Õ
Õ	Ó	Ô	O	Ò	Õ
Ó	O	Õ	Ò	O	Ô

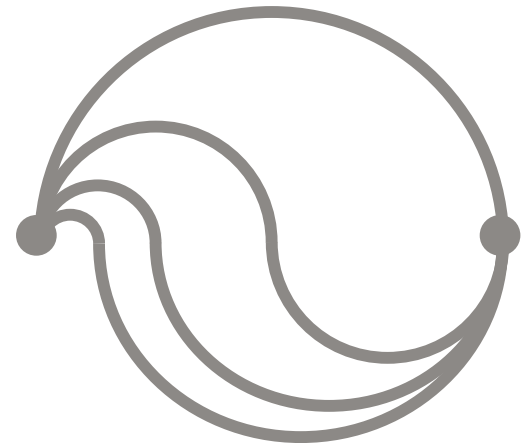
Multiplikation

Die Zahlen in folgender Aufgabe sind durch Buchstaben ersetzt, wobei gleiche Buchstaben gleiche Zahlen bedeuten. Hilfe: A = 9 und E = 3.

$$ABC + ABC + ABC = DBDE + DBDE$$

Unterschiedliche Wege

Vom Startpunkt links laufen vier Männer mit konstanter Geschwindigkeit die einzelnen Strecken bis zum Ziel rechts. Auf welchem Weg kommt man zuerst ans Ziel?



Würfel auf Würfel

Ein großer Würfel, der aus einer bestimmten Anzahl kleinerer, aber gleich großer Würfel zusammengesetzt ist, steht mitten auf einer quadratischen Fläche, die ebenfalls mit diesen kleineren Würfeln gepflastert ist. Diese Fläche besteht aus genauso vielen kleineren Würfeln wie der große Würfel. Aus wie vielen kleineren Würfeln bestehen der große Würfel und die Fläche?

Dieter H. K. Starke



EINFACH

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

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

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

MITTEL

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

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

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

SCHWER

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

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

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

Moss me doe noch vööl sage?

At Johre jeäht mich dörch dr Kopp, övver Oche, dat heäschd övver de Öcher, suejät wie en Dokterarbeit ze schrive. Ävvel öm ganz iehrlich ze siie: Ich weiß, datt angere dat völl bejßer könne. Än uußerdem han ich mich jesaat: wat brengt at beschrive - erleäve moss me de Öcher. Iesch dann jeäht enge en Lanteär op, wat en hön vöörjeäht än wat för nette Mensche dat sönd.

Wie reäht ich domet han, sall üch e kleng Verzällche bewise. Et es op dr ieschte Bleck nüüß Besongesch - zejt ävvel ganz düttlich, wat ich domet meng.

Noeh de Sommerferie troef ich ene aue Schuelfrönd - Öcher bes en de Ziehne. Beij os Bejeäne koeme vür ouch op dr Urlaub ze sprejche. Met lüühte Oue verzählt heä mich, wie schön deä desmoel jeweäß wü. Fönnef Wejche Italie - än dat beij e Weär wie uus et Belderboch. Ich huuet van höm, datt heä deä ganze Stef-fel van Makkaronie bes an de Schongspetz eravjefahre wü. Än si Fazit: Et wü bau esue schön wie en dr Hömmel jeweäß. Me kuuent höm onschwor aasiieh, datt höm dat iehrlich jemenkt wor.

Am Engd van os Jesprieche wooed ich van höm enjelade, mich beij e Fläschje Chianti e paar Belder beij höm heäm aakicke ze komme. Ich kuuent höm dat schleäht avschlage, ovwahl ich uus Erfahrieng weäß, wat enge doe blöjjht.

En jot dreij Stonnd lejfe an mich de Dolomite, dr Mailänder Dom, et Kolosseum, dr Trevi-Bronne, dr Vesuv än de Insel Caprii vörbeij. Hauv duet froeget ich am Engd doch anstandshalber, wat höm dann beij sing ganze Rejjs et bejste jefalle hai. Heä daht onjefeähr an hauv Menütt noeh än joev dorop en Antwooet, die me mär van ene rechtige Öcher hüre kann:

„Öm ganz iehrlich ze siie“, bekennet heä, „hau ich mi schönste Erleävnes beij os Röckfaht. Dat wor en deä Ouebbleck, woe ich op de Autobahn e jrueß bloe Scheld soech. Met Freudetroene en de Oue leäset ich: noch 135 Kilometer bes Oche.“



Hein Engelhardt

Muss man da noch viel sagen?

Schon Jahre geht mir durch den Kopf, über Aachen, das heißt über die Aachener, so etwas wie eine Doktorarbeit zu schreiben. Aber um ganz ehrlich zu sein: Ich weiß, dass andere das viel besser können. Und außerdem habe ich mir gesagt: was bringt schon beschreiben - erleben muss man die Aachener. Erst dann geht einem ein Licht auf, was in ihnen vorgeht und was für nette Menschen das sind.

Wie recht ich damit habe, soll ihnen eine kleine Erzählung beweisen. Es ist auf den ersten Blick nichts Besonderes - zeigt aber ganz deutlich, was ich damit meine.

Nach den Sommerferien traf ich einen alten Schulfreund - Öcher bis in die Zehen. Bei unserem Begegnen kamen wir noch auf den Urlaub zu sprechen, mit strahlenden Augen erzählte er mir, wie schön der diesmal gewesen war. Fünf Wochen Italien - und das bei einem Wetter wie aus dem Bilderbuch. Ich hörte von ihm, dass er den ganzen Stiefel von „Makkaronie“ bis an die Schuhspitze hinabgefahren war. Und sein Fazit: Es war bald so schön wie im Himmel gewesen. Man konnte ihm unschwer ansehen, dass er das ehrlich gemeint hat.

Am Ende unseres Gesprächs wurde ich von ihm eingeladen, mir bei einem Fläschchen Chianti ein paar Bilder bei ihm zu Hause angucken zu kommen. Ich konnte ihm das schlecht abschlagen, obwohl ich aus Erfahrung weiß, was einem da blüht.

In gut drei Stunden liefen an mir die Dolomiten, der Mailänder Dom, das Kolosseum, der Trevibrunnen, der Vesuv und die Insel Capri vorbei. Halb tot fragte ich doch am Ende anstandshalber, was ihm dann bei seiner ganzen Reise am besten gefallen hätte. Er dachte etwa eine halbe Minute nach und gab darauf eine Antwort, die man nur von einem richtigen Öcher hören kann:

„Um ganz ehrlich zu sein“, bekannte er, „hatte ich mein schönsten Erlebnis bei unserer Rückfahrt. Das war in dem Augenblick, wo ich auf der Autobahn ein großes blaues Schild sah. Mit Freudentränen in den Augen las ich: noch 135 Kilometer bis Aachen.“



Übersetzung von:
Richard Wollgarten
Öcher Platt e.V.

Wie Erinnerungen geweckt werden

„Hunde, die bellen ...“ - „... beißen nicht.“ „Ist die Katze aus dem Haus ...“ - „... tanzen die Mäuse auf dem Tisch.“ „Wer zuletzt lacht ...“ - „... lacht am besten.“ Die alte Dame strahlt die Therapeutin an. Sie ist stolz, sie weiß etwas. Sie kennt die Sprichwörter, deren Anfang ihr vorgesprochen wird und kann sie ergänzen.

Ulrike Eiring, die seit zehn Jahren mit hochbetagten und demenzkranken Menschen arbeitet, hat heraus gefunden, dass Sprichwörter und Redensarten ideal sind, um Zugang zu Menschen zu finden, die sonst nur schwer zu erreichen sind. Ihre Erfahrungen hat sie in einem Buch zusammengefasst, das Hilfe sein soll für Angehörige oder pflegende Personen. Das Buch ist nach Themen geordnet, z.B. „Musik und Tanz“, „Die Zeit und die Uhr“, „Haus und Hof“ oder „Stadt und Land“. Die einzelnen Kapitel sind nur als Anregung gedacht. Jeder Therapeut kann sich sein Konzept aus der Fülle von Sprichwörtern und Liedern selbst zusammenstellen.

Spruchwörter sind kurze Sätze, denen ein Sprachrhythmus zugrunde liegt, und die immer im selben Wortlaut gesprochen werden. Genau wie Lieder sind sie fest im Langzeitgedächtnis verankert und auch bei demenzkranken Menschen noch lange abrufbar. Die Freude über die gefundenen Worte löst bei Menschen, die erleben müssen, dass sie vieles nicht mehr wie früher können und wissen, ein gutes Gefühl aus. „Ich kann etwas.“ In diesem Moment werden nicht Defizite, sondern Fähigkeiten erlebt. Auch das nachfolgende Gespräch wird dadurch positiv beeinflusst. Erinnerungen werden wach an Situationen, bei welchen die Sprichwörter zitiert wurden, denn Sprichwörter sind weit verbreitet und in allen Bevölkerungsschichten bekannt.

Sie sind Teil unseres kollektiven Gedächtnisses. So können sie als „Türöffner“ für Einzel- und Gruppengespräche ihre Wirkung tun. Je nach Hintergrund und Lebenserfahrung kann das eine oder andere



Spruchwort Zugang zu einem verschlossenen Menschen ermöglichen, wenn Erinnerungen berührt und Erlebnisse ins Gedächtnis zurück gerufen werden. Das anschließende Gespräch darüber gibt älteren Menschen die Möglichkeit, auf verschiedene Lebenssituationen zurück zu blicken, auf gemeisterte Schwierigkeiten, auf Erfolge, aber auch auf Irrtümer und Irrwege. Sprichwörter werden in manchen Familien von Generation zu Generation weitergegeben und bieten einen Blick auf das eigene Leben. Plötzlich leuchtet ein Erkennen auf, wie das Leben verlaufen ist. Und wenn es sich um Redensarten handelt, die durch Übertreibungen oder ihre Bildhaftigkeit etwas Humorvolles in ein Gespräch bringen, lösen sie vielleicht bei den betroffenen Menschen ein Schmunzeln, vielleicht sogar ein Lachen aus. Und da Lachen die beste Medizin ist, trägt es dazu bei, dass sich der Kranke kurzfristig besser fühlt. Dies gilt ebenso für Lieder. Auch einfache Schlager

oder bekannte Volkslieder können die Herzen von Menschen erreichen, die ansonsten durch ihre Krankheit teilnahmslos und apathisch erscheinen. Deshalb hat die Autorin Ulrike Eiring ihrem Buch eine CD hinzugefügt, die zum Singen Anreiz bietet und als Begleitmusik genutzt werden kann. Eine Therapiestunde mit einem Lied zu eröffnen ist eine Hilfe zum Fröhlichsein. Das Lied hilft dem kranken Menschen, wenn auch nur für kurze Zeit, frohgemut und sorgenlos zu sein.

Für kranke Menschen gilt besonders: Die wichtigste Stunde, die ein Mensch erlebt, ist immer die Gegenwart.



Inge Gerdorf



Ulrike Eiring: Aktivieren mit Sprichwörtern, Liedern und Musik: Praxismodelle für die Begleitung hochbetagter und demenzkranker Menschen. Ausgabe mit CD, Schott Music GmbH & Co KG, 18,99 €.



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

Mut zur Tücke!



Himmlisches Warten

Nach einem langen Leben als Zechbruder und Pumpgenie kommt Tünnes aus Köln in den Himmel. Gleich begegnet ihm der „liebe Gott“.

Um gute Umgangsformen bemüht, stellt Tünnes sich vor:

„Jestatten Se, Tünnes“.

Der liebe Gott seinerseits, genauso höflich, wenn auch etwas knapper: „Leeve Jott“. Danach meint Tünnes, es sei schon Zeit für das vertrauliche Du.

„Leeve Jott“, beginnt er die himmlische Unterhaltung, „ist es eigentlich wahr, dass für dich tausend Jahre sind wie ein Tag?“ - „Noch weniger“, antwortet der liebe Gott, „sie sind für mich wie ein Minütchen.“ - „Wie viel“, fragt Tünnes weiter, „sind dann für dich eine Million Mark?“ - „Och“, antwortet der liebe Gott, „nicht mehr als ein Groschen!“ - „Ah“, sagt Tünnes, „dann leih’ mir bitte einen Groschen!“ - „Gerne“, antwortet der liebe Gott, „warte nur ein Minütchen!“

eingesandt von A. Küpper



Mach's wie Oma Krause

Das Trick-Duell

Wer im Dorfe oder Stadt keine Oma wohnen hat, dem ist's Leben voll verdorben, nur weil Oma ist verstorben.

Seht, da sitzt die Oma Krause im gemütlichen Zuhause, wie ein wenig sie dort döst, wenn sie Rätsel hat gelöst.

Plötzlich klingelt's Telefon: „Ich bin es, dein Enkelsohn!“ Oma ist total verdutzt, weil ein fremder Mann sie duzt.

„Du bist doch, sei mal ganz ehrlich, nicht mein Enkelsohn, der Erich?“ „Doch, der bin ich!“, spricht er leiser, „meine Stimme ist 'was heiser. Ich hab Kummer, große Sorgen, kannst du mir'n paar Euro borgen?“

Oma Krause, dieser Stolzen, ist der Zweifel halb geschmolzen. „Wofür brauchst du denn das Geld?“, sie ihm schwach entgegnelt.



Gerhard E.H. Meier



„Dreißigtausend kost' der Porsche“, behauptet Erich, dieser Forsche. „Tu' den Preis ich nicht berappen, geht mir der Wagen durch die Lappen. Gebunden sind mir jetzt die Hände: Die Bank hat zu am Wochenende. Am Montag geh' ich schnell zur Bank und bringe dir die Schulden lang. Blöd ist, heute hab' ich Schicht, persönlich kommen kann ich nicht. Mach dir deshalb keine Sorgen, die Ute kann ja's Geld besorgen. Ute ist mir treu ergeben, der kannst du das Geld ja geben.“

„Moment mal!“, denkt da Oma Krause im gemütlichen Zuhause.

„Seine Frau, heißt die nicht Rita? Die kennt er doch schon aus der Kita!“

„Abgemacht!“ sagt sie, „Die Kohlen kann die Ute gleich abholen.“ Befreit ruft 1-1-0 sie an.

„Okay, wir schicken unser'n Mann!“

Der Mann, der fackelt gar nicht lang und nimmt die Ute in Empfang.

Hungriges Warten

Verärgert ruft der Gast den Ober: „Hören Sie, ich habe jetzt schon zehnmal Schnitzel bestellt. Wie lange soll ich denn noch warten?“ - „Bei so großen Mengen“, klärt der Ober ihn auf, „dauert es immer etwas länger.“



Herbstliches Warten

Frau Birkenrott spricht erzürnt mit ihrem Lebenspartner: „Wir haben doch ausgemacht, dass wir uns die Arbeit teilen - warum hast du dann die Blätter im Garten noch nicht zusammengekehrt?“ Daraufhin antwortet er: „Weil deine Hälfte schon am Boden liegt - meine hängt noch am Baum.“

Nachbarschaftliches Warten

„Würden Sie so freundlich sein, Herr Nachbar, und uns heute Ihre Stereoanlage ausleihen?“ - „Aber gerne. Wollen Sie eine Party feiern?“ - „Nein, nur endlich mal wieder einen ruhigen Sonntag erleben.“

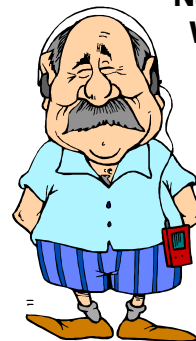


Bild: Marko Paul Kretschmer/pixelio.de



Bild: Hartmut Bendig/pixelio.de

45 BILDERRÄTSEL

Getränke

Flüssigkeiten als Durstlöcher, Nahrungs- oder Genussmittel, heiß oder kalt, man braucht sie zum Leben. Kennen Sie alle hier abgebildeten Getränke? Wenn Sie alles richtig zugeordnet haben, ergibt die Lösung ein Sprichwort.



W



A



N



R



I



E



E



T

1. W Altbier
2. _____ Bloody Mary
3. _____ Champagner
4. _____ Cognac
5. _____ Cola
6. _____ Cosmopolitan
7. _____ Eierlikör
8. _____ Eistee
9. _____ Espresso
10. _____ Gin Tonic
11. _____ Kaffee
12. _____ Kölsch
13. _____ Mai Tai
14. _____ Martini Dry Cocktail
15. _____ Orangensaft
16. _____ Pils
17. _____ Pina Colada
18. _____ Rotwein
19. _____ Sherry
20. _____ Tequila Sunrise



E



K



N



A



S



B



H



L



S



E



A



K

Fotos: Evan Swigart, Aka, Ken30684, Trexer, Tobias R., Mike Gifford, Matt Saunders, Wolfgang Sauber, Johann H. Addicks, Julius Schorzman, Gordito1869, Scott Bauer, Bev Sykes, Marler, Evan Swigart, pic_p_ter, Martin Asche Pina, ChickenFalls.

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.



Einfach schnell

Kurz oder lang? Komplex oder einfach? Thema Mittelalter, Orient oder Fantasy? Oder gar abstrakt? Regelmäßig wechselt der Trend, der sich bei den neuen Brett- und Kartenspielen durch das Angebot zieht. Aktuell setzt die Branche besonders auf „schnelle

Spiele“. Damit sind nicht etwa besonders hektische Spiele gemeint, bei denen es auf Schnelligkeit ankommt oder die Beteiligten wild herumrennen. Nein, gemeint sind Spiele mit besonders einfachen Regeln nach der Devise: Schnell verstanden, schnell gespielt, schnell eine Revanche gegeben.



Gardens

Weil man ohne große Vorbereitung und Regelstudium beginnen kann, gibt es schnell ein Erfolgserlebnis und alle Beteiligten sind sofort ins Geschehen einbezogen. Damit auch „schnell gekauft“ wird, sind die Preise dieser schnellen Spiele recht moderat. So wird nicht lange überlegt und die Schachtel mal eben



Lemminge

mitgenommen. Mit den hier vorgestellten Titeln wird das bestimmt kein Fehlkauf und diese Spiele sind sicher auch nicht schnell vergessen und vom Spieltisch verschwunden.

Berthold Heß



WÜRFEL BINGO

Das ist einer dieser wunderbaren Titel, der auch notorische Spieleverweigerer in seinen Bann zieht. Das Spiel ähnelt dem Bingo, ist ganz einfach und doch so herrlich raffiniert. Punkte gibt es für wertvolle Zahlenkombinationen. Jeder hat eine Tafel mit 25 Feldern. Einer wirft zwei Würfel und addiert die Zahlen. Das Ergebnis trägt jeder auf seiner Tafel in einem Feld seiner Wahl ein. Nach 25 Würfeln ist die Tafel voll, jedes Feld zeigt eine Zahl. Nun werden die Zeilen, Spalten und Hauptdiagonalen abgerechnet. Sind in einer Reihe zwei gleiche Zahlen, bringt dieser Zwilling einen Punkt, zwei Zwillinge sind schon drei wert und eine Straße zählt gar 12 Punkte. Das Spiel ist ganz einfach, aber vermag exzellent zu unterhalten. Spannend ist die Entscheidung bei jeder Zahl, in welches Feld man sie wohl eintragen soll. Wer einmal zugeschaut hat, will sofort mitspielen. Nimmt man zwei Packungen, können sogar 10 Personen mitmachen. Dabei gibt es keine Auszeiten, denn alle tragen ja gleichzeitig die Zahlen ein.

Würfel Bingo
von Heinz Wüppen,
1-5 Pers. ab 8 J.,
ca. 30 Min.,
Schmidt Spiele,
ca. 14 €



LEMMINGE

Das Wetter ist heiß. Also machen sich die niedlichen Lemminge auf zum fröhlichen Klippenspringen ins kühle Nass. Handkarten zeigen die verschiedenen Geländetypen wie Fels, Wald usw. Sie regeln die Bewegung der Lemminge. Wer die passenden Werte ausspielt, darf nicht nur seine, sondern auch die bereits verwendeten Karten der Konkurrenten nutzen und besonders weit ziehen. Bald erhalten die Spieler auch noch Bonusplättchen, mit denen sie freies Gelände sperren können. Und die verspielten Lemminge schubsen auch gerne ihre Mitläufer. Wenn also jemand einen Konkurrenten ins Abseits schubst oder ihm hinderliches Gelände in den Weg legt, ist die Schadenfreude groß. Man spielt also nicht vor sich hin, sondern ist ständig in Kontakt mit den anderen. „Lemminge“ ist ein lustiges, glücksbetontes Spielchen. Im Laufe der kurzen Partie gewinnt es immer mehr an Tempo, so dass die Spannung nicht abfällt. Die witzige Grafik trägt zur fröhlichen Atmosphäre bei.

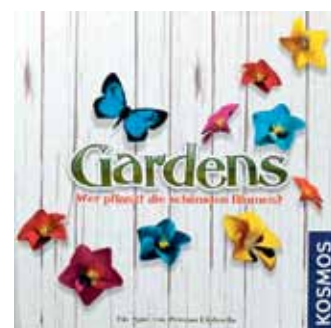
Lemminge
von Sebastian Bleasdale,
2-5 Pers. ab 8 J.,
ca. 30 Min.,
Amigo Spiele,
ca. 20 €



GARDENS

Jeder schlüpft in die Rolle eines Gartenplaners und zieht Plättchen mit Wegen, Bächen und Beeten. Die versucht er so zu platzieren, dass möglichst viele Blumenbeete eigener Farbe entstehen. Das gelegte Plättchen muss zur Umgebung passen, also an Wege und Bäche richtig anschließen. Und eine eigene Gärtnerfigur muss diesen Platz über einen Weg erreichen können. Das ermöglicht es, gegnerische Gärtnerfies zu blockieren. Schön ist, dass „Gardens“ im Verlauf nicht zur zähen Grübelelei über den optimalen Zug verkommt. Auch in einer komplexen Parklandschaft erreichen die eigenen Gärtner nur wenige Stellen, wo man sein Plättchen ablegen darf. Das ergibt eine ausgewogene und spannende Mischung, denn einerseits spielt das Glück eine große Rolle. Andererseits hat jeder Beteiligte so viele Handlungsmöglichkeiten, dass er nicht gespielt wird. „Gardens“ ist ein rundum gelungenes Spiel!

Gardens
von Perepau Llistosella,
2-4 Pers.
ab 8 J.,
ca. 40 Min.,
Kosmos,
ca. 23 €



Brückenrätsel

Abflug	Tag	Traum
Kaffee	Anbau	Fläche
Feld	Gänse	Brust
Nylon	Draht	Seil
Guss	Eisen	Bahn
Laub	Rechen	Schieber
Stock	Enten	Teich
Ober	Rhein	Hessen
Ost	See	Reise
Tisch	Tuch	Fabrik
Schein	Ehe	Ring
Rand	Noten	Heft
Sport	Hotel	Halle
Schatz	Insel	Gruppe
Mond	Licht	Schalter
Kuh	Fladen	Brot
Zahn	Ersatz	Rad

Lösung:
TAG DER ERSTEN HILFE

Wortende:
Auflösung: auer

Die Socken

Wenn sie 3 Socken abnimmt, hat sie mit Sicherheit ein Paar von gleicher Farbe. Für ein schwarzes Paar muss sie mindestens 8 Socken abnehmen, weil sie im ungünstigsten Fall zunächst sämtliche blauen Socken erwischt.

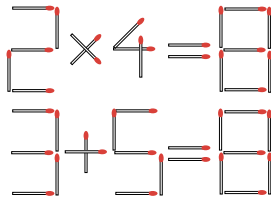
Zahlenmix
5807 - 405 = 5402
+ + +
2419 - 124 = 2295
8226 - 529 = 7697

Buchstabensalat

KRZTLNREBMEVONSLEHOUH
EMABEHEMWKIKZGMARZMRIE
BATSIZILOPOXICUCNSTREKCI
IEEREFKEARLTHERFERIAMKR
ELAMBEERUNIREGELFPMUAA
SCHENMBJABRTNAELHOAAEU
RERJZTREWATSIEHRDNITAIR
RSHTDENIRAPAPRILTRIKERB
EAKHREDEZEMBERLEHOMKPE
BKIHTFEDCHRRBOTKOMOHF
MAUGUSTFARKBNHZNIAMMEL
EPNETLAOKIRPAHONJUHZAFT
TDHOMLOHAOMÖJANUARCI MK
PYNAOLHEMAINEOÜÖSEFGCR
ENIERHCSONHOJZVFRRESAL
SHOJZLJZFINUJNMALTNENWÖ

Wörter suchen: Airbus, Kerbel, Gerben, Kurbel, Karbon, Wirbel

Streichholzrätsel



SEITE 23, 41 SUDOKU

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

Kreuzweise Reihen

■	■	■	2	4	6	8	10
1	2	3	4	5	6	7	8
6	6	6	6	6	6	6	6
11	10	9	8	7	6	5	4
16	14	12	10	8	6	4	2
21	18	15	12	9	6	3	■
26	22	18	14	10	6	2	■
31	26	21	16	11	6	1	■

Nicht tetraederfähig

C kann kein Tetraeder werden.

Symbolgleichung

3-0=3; 6x6=36; 5-4x1=1; 3x10+10=40;
25:5=5; 5:1=5; 11x11=121;
74-37=37; 103-4=99; 242:2=121;
10x6=60; 2x333+333= 999; 36:6=6;
108-9=99; 56x6=336; 121:11=11.

Multiplikation

942 + 942 + 942 = 1413 + 1413

Figurenmusterrätsel

Jeweils zwei gleiche Figuren.

Ó	Ó
Ô	Ô

Mathematische Operationen

Für die meisten Zeilen gibt es mehrere Lösungen. Hier nur ein Beispiel:

2+2+2=6 6+6-6=6
3x3-3=6 7-7:7=6
5:5+5=6

Kreismuster

Beginnend mit dem Kreis in der oberen Reihe links, wird in jeder Reihe von Kreis zu Kreis im Uhrzeigersinn jeweils ein Segment angefügt. Dabei wechseln die Farben einander ab.

Unterschiedliche Wege

Die Läufer kommen alle zur gleichen Zeit an, weil die Strecken gleich lang sind. Die Summe der Teilbögen ist gleich dem Halbkreisbogen.

Würfel auf Würfel

In dieser Aufgabe wird eine Zahl gesucht, die dreimal mit sich selbst multipliziert eine Quadratzahl ergibt. Eine kleine Quadratzahl ist 4. Demnach kann der große Würfel 4 x 4 x 4 = 64 kleine Würfel enthalten und steht auf einer Fläche, bestehend aus 8x8 kleinen Würfel Flächen. Eine weitere Lösung ist 9 x 9 x 9 = 729 auf einer Fläche von 27 x 27 kleinen Würfel Flächen.

SEITE 45 BILDERRÄTSEL

- W - Altbier
- A - Bloody Mary
- S - Champagner
- S - Cognac
- E - Cola
- R - Cosmopolitan
- H - Eierlikör
- A - Eistee
- T - Espresso
- K - Gin Tonic
- E - Kaffee
- I - Kölsch
- N - Mai Tai
- E - Martini Dry Cocktail
- B - Orangensaft
- A - Pils
- L - Pina Colada
- K - Rotwein
- E - Sherry
- N - Tequila Sunrise

Lösung: „WASSER HAT KEINE BALKEN.“

SEITE 34-35 SCHWEDENRÄTSEL

U E R
ERLAHMUNGPIANOLA
HINABEGELTONER
EL SASSEASTAMM
MAINAUSSANCHEA
PAROLINSEEU
SUEDSEEFRIESE
AKTIEEKATERB
OWUERZENMAERO
MODERNETNEUTRON
TIERKSTIELMM
EISREVUEBBELAG
IRRSALPESERENADE
RRCREGALTTUN
VERHOERLATORERO
GENEEPESSENERS
RIARENAXPASS
ELNINOVBALANCE
IAHGOVENUSAH
SEEBEBENSFRUEH
GENIALRESEDELD
NTUNESIENSWING

U L H
MALISWEATERDUE
FRIESLANDUNZAH
GRANDADELLERE
AEZWIRNTZOOM
GRAZIEEKOLIBRI
HEILTAMILANN
ESTROMZANGST
SNAKEDWINDATA
UZARSENKEINER
VIETNAMREALSSO
T E M
ISABELLAREFERENT
CHNORMUNG NIMES
HORSTPOTENNOG
KAIIGEHERIBUS
FKOBELGEGOIST
OSMANGLUNTEGA
TKDEMUTUULAIB
ABATONXGESIMS
LEDER SOLIDRIED
LAUFAIRGEDAERM

»**WIR** spielen gerne – aber
nicht mit unserem Geld.«



Gemeinsam mehr als eine Bank

SpardaAnlageoptimierung:

Ob ertrags-, sicherheits- oder liquiditätsorientiert:
Mit unserer professionellen Anlageberatung ist mehr für Sie drin.

Jetzt Termin vereinbaren: 0211 99 33 99 33 oder www.sparda-west.de/termin

Sparda-Bank West eG

Blondelstraße 9-21, 52062 Aachen • Telefon: 0211 99 33 99 33

Sparda-Bank

freundlich & fair

Bei PH Immobilien ist der Kunde Kaiser!

www.phi24.de

Pünktlich zum Karlsjahr setzen wir Ihnen und unserem Programm
die Krone auf: Wir bieten Eigentümern, die ihre Immobilie
verkaufen möchten, eine **Verkaufsgarantie!**

Das ist doch die Krönung!

*Sie sind Eigentümer einer Immobilie in der Städtereion Aachen?
Sie möchten diese **ohne** unnötiges finanzielles Risiko verkaufen?*

Dann ist PHI der richtige Ansprechpartner für Sie.
Denn PHI ist wahrscheinlich das erste Aachener Immobilienunternehmen,
dessen umfangreiches Leistungsspektrum eine Verkaufsgarantie umfasst.

Interesse an unserem Premiumprodukt?
Wir beraten Sie gerne!

 **phi24.de**

Luxemburger Ring 25
52066 Aachen
0241.400 87-0
welcome@phi24.de

