

# 50PLUS MAGAZIN

Senio Magazin für Aachen & Umgebung | [www.senio-magazin.de](http://www.senio-magazin.de) | 9/10 2018 | 95



Tausendsassa Dirk Chauvistré  
blickt voller Ideen nach vorne

# Dem Pflegealltag entfliehen

Angebote zur Unterstützung im Alltag nach § 45 b SGB XI

Pflegebedürftige, die Leistungen der Pflegeversicherung erhalten, haben die Möglichkeit bis zu 125 € im Monat von der Pflegekasse für sogenannte „Angebote zur Unterstützung im Alltag“ erstattet zu bekommen. Darüber hinaus können, unter bestimmten Voraussetzungen, auch bis zu 40 % der Pflegesachleistungen hierfür eingesetzt werden. Neben Gruppenangeboten kann auch eine Einzelbetreuung in Anspruch genommen werden.

Gruppengebote werden zumeist in speziellen Einrichtungen durchgeführt und sind auf bestimmte Personengruppen zugeschnitten. Die Art der Beschäftigung richtet sich nach den Interessen und Möglichkeiten der Teilnehmenden.

Bei der Einzelbetreuung beschäftigt sich der Anbieter ausschließlich mit einem Hilfsbedürftigen. Die Palette der Möglichkeiten reicht von erzählen, Fotoalben schauen, musizieren, spielen bis hin zu Bewegungsübungen. Aber auch ein Ausflug zum Tierpark oder zum Seniorennachmittag ist denkbar. Einfach alles, was dem Hilfsbedürftigen Spaß macht und ihn aktiviert.

Neben diesen Möglichkeiten der Freizeitgestaltung übernehmen die Anbieter teilweise auch die Begleitung z. B. zum Arzt und unterstützen bei Abstimmungen mit Behörden. Einige bieten auch die Unterstützung im Haushalt in Form von Reinigungstätigkeiten u.ä. an.



Ute Schreiber (l.) und Martina Bücken (r.)

Unabhängig von den beschriebenen Leistungen geben einige Anbieter auch konkrete Hilfestellungen für die Pflegenden in Form von Tipps über weitere Unterstützungsangebote etc. an.

Um diese Betreuungs- und Entlastungsleistungen anbieten und mit der Pflegekasse abrechnen zu können, müssen die Anbieter von der zuständigen Behörde anerkannt sein. Wer zu diesem Anbieterkreis gehört, finden Sie auf der Homepage der StädteRegion Aachen unter: [www.staedteregion-aachen.de/unterstuetzung-im-alltag](http://www.staedteregion-aachen.de/unterstuetzung-im-alltag)

Weitere Informationen erhalten Sie bei der StädteRegion Aachen, Amt für soziale Angelegenheiten, **Ute Schreiber (Tel.: 0241 / 51 98 - 50 88)** oder **Martina Bücken (Tel.: 0241 / 51 98 - 50 75)**  
E-Mail: [unterstuetzung-im-alltag@staedteregion-aachen.de](mailto:unterstuetzung-im-alltag@staedteregion-aachen.de)

## Die neue Ausgabe in der Städteregion Aachen und im Kreis Düren **erscheint Anfang 2019!**

### RUND UM DIE PFLEGE

IN DER STÄDTEREGION AACHEN UND IM KREIS DÜREN

#### EINRICHTUNGEN STELLEN SICH VOR

- **Städteregion Aachen** - Aachen • Alsdorf • Baesweiler • Eschweiler • Herzogenrath • Monschau • Roetgen • Simmerath • Stolberg • Würselen
- **Kreis Düren** - Aldenhoven • Düren • Heimbach • Hürtgenwald • Inden • Jülich • Kreuzau • Langerwehe • Linnich • Merzenich • Nideggen • Niederzier • Nörvenich • Titz • Vettweiß



PFLEGEBERATUNG

BEGLEITDIENSTE

BETREUTES WOHNEN

AMBULANTE PFLEGE

TAGESPFLEGEHÄUSER

STATIONÄRE PFLEGE

HAUSNOTRUF

MOBILE MENÜDIENSTE

SANITÄTSHÄUSER

KRANKENHÄUSER

KRANKENFAHRDIENSTE

AOK & SOPLUS MAGAZIN

2019

KOSTENLOS ZUM MITNEHMEN

Stellen Sie Ihre Einrichtung oder Firma zu günstigen Konditionen darin vor!

Bitte kontaktieren Sie uns unter:

Tel.: 0241 / 990 78 70

oder

E-Mail: [info@pflege-ac.de](mailto:info@pflege-ac.de)



[www.pflege-ac.de](http://www.pflege-ac.de) (Städteregion Aachen)  
[www.pflege-dn.de](http://www.pflege-dn.de) (Kreis Düren)  
**sind online!**

# Liebe Leserinnen und Leser!



Gerade halten Sie die neueste Ausgabe unseres Senio Magazins in der Hand - mit neuem Papier, Format, Layout und Logo! Ab und zu etwas zu ändern hält jung.

Besonders hervor sticht die Farbe „Magenta“, eine helle Purpurfarbe aus Rot und Blau, die in den Printmedien eine wichtige Rolle spielt. Für mich definiert Sie unsere 50 plus Generation: auf der einen Seite (blau) zurückhaltend und nachdenklich, auf der anderen (rot) aufgeschlossen und temperamentvoll. Ich hoffe, unser neues Layout gefällt Ihnen ebenso wie unser Inhalt und wünsche Ihnen einen goldenen Herbst!

Ihr G. Günal



## Inhalt

### BEI UNS

- 4 • Festwoche Aachener Dom • Aktualisierte Broschüre
  - Flohmarkt quer über den Kronenberg
  - Rechtsberatung • Aachen 2025
- 5 • Kunst entdecken • Tag der offenen Tür
  - Vergangenheit wird wieder lebendig
  - Ehrenwert - Aktionstag der Aachener Vereine
- 6 • Eine Zeitreise durch die Musikgeschichte
  - Kriegsende im Grenzland • Besser erreichbar

### ANSICHTEN

- 7 Brauereien in unserer Region (Folge 6)

### LEBENSRAÜME

- 8 Kaffeekränzchen | Helga Licher
  - Vermeidbarer Plastikmüll? | Steffi Diefenthal
- 9 Überraschung beim Lüften | Wilma Henschel

### KUNST & KULTUR

- 10 • Straßen, Schienen, Viadukte • Kunstrouten in der Region
- 11 • Chansons im Spiegel der Zeit • Entdecken, was uns verbindet
  - Medizinhistorische Instrumentensammlung
  - Ein Engel wird zum verhassten „Tabakkönig“
- 12 • Krimitage 2018 • Trio und Terzett • Gedächtniskonzert
  - Musik auf den Plätzen der Stadt
  - Internationale Kunstausstellung
- 13 • Reiseeindrücke • Songwriting-Workshop
- 14 • Marktkonzerte und Ausstellung • Festival der Traurigkeit
  - Formenvielfalt und Farbe

### AUF SCHUSTERS RAPPEN

- 16 Besuch im kleinsten Mittelgebirge Deutschlands | Wolfgang Prietsch

### DIE ANDERE SEITE

- 19 Demnächst wird es tierisch ernst in Aachen | Manfred Weyer

### EHRENAMTLICHE ARBEIT

- 20 Für Abwechslung ist gesorgt | Christine Kluck

### BEGEGNUNGEN

- 21 Peters Nachtgedanken | Ingeborg Lenné

### ZUSAMMENLEBEN

- 23 Dein Körper und du | Inge Gerdorf

### TITELTHEMA

- 24 Tausendsassa Dirk Chauvistré blickt voller Ideen nach vorne | Nina Krüsmann

### KALEIDOSKOP

- 26 Ein Sommer wie zur Kinderzeit | Irmgard Albrecht
  - Kennen Sie das Dorf Linum in Brandenburg? | Sigrid Steins
- 27 Ein beliebtes Haustier | Christian Graff

### WEGBEGLEITER

- 28 Meine „Date Paintings“ | Alfred Kall

### NOSTALGIE

- 29 Die Bastei - Aachens geschichtsträchtiges Etablissement | René H. Bremen

### BÜHNE FREI

- 30 Der Kürbis - Ein Drama in vier Akten | Dieter Schmidt

### DAS BESTE AUS 10 JAHREN

- 31 Pilger-Tradition | Richard Wollgarten

### LESEZEICHEN

- 32 Der Sinn des Schmerzes | Helmut Bachmaier

### SCHATZKISTE

- 35 Ein Tag wie Samt und Seide | Josefine Kühnast
  - Geheime Kammern | Erwin Bausdorf

### LEICHT ERKLÄRT

- 36 Käse | Christine M. Hendriks

### BEWEGENDE MOMENTE

- 37 Pippes, der Zaunkönig: Rasselbande | Josef Stiel

### REISEBERICHT

- 38 Vier-Flüsse-Quartett mit schwimmendem Hotel | Nina Krüsmann

### BESONDERE ORTE

- 41 Spaziergang durch den Westpark | Erwin Bausdorf

### VORBEUGUNG & GESUNDHEIT

- 42 Ein Schlüssel zur Gesundheit - sekundäre Pflanzenstoffe | Hartmut Kleis
  - Wie viel Vorsorge für die Prostata?
- 43 Gesundheits-Apps richtig nutzen

### BITTE LÄCHELN

- 44 Immer in Bewegung bleiben
  - Sieben Küsse noch | Andreas Muschik

### DAS GEHT UNS ALLE AN

- 45 Neue Regeln beim Elektroschrott

### GESELLSCHAFTSSPIELE

- 46 Leichte Kost | Berthold Heß

### UNTERHALTUNG

- 15 Kopf & Zahl | Dieter H. K. Starke & Marion Holtorf
- 18, 34 Sudoku
- 22, 40 Schwedenrätsel
- 47 Auflösungen

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

IMPRESSUM

**Anschrift:** Senio Magazin, Goerdelerstr. 9, 52066 Aachen

Tel.: 0241 / 990 78 70 • Fax: 0241 / 990 787 44

E-Mail: [post@senio-magazin.de](mailto:post@senio-magazin.de) • [www.senio-magazin.de](http://www.senio-magazin.de)

**Redaktion:** Günal Günal, Robert Steinborn, Marion Holtorf, Franz Gass, Josef Römer, Helmut Koch, Nina Krüsmann.

**Druck:** Senefelder Misset/NL • **Auflage:** 13.000 Exemplare (Kostenlose Verteilung an über 400 Auslagestellen)

**Bürozeiten:** Montag, Mittwoch und Freitag von 10 bis 14 Uhr

Unsere nächste Ausgabe erscheint am Montag, dem 29.10.2018

## Festwoche Aachener Dom



1978 zeichnete die UNESCO den Aachener Dom als erstes Bauwerk in Deutschland als Weltkulturerbe aus. Vom 22. bis zum 30. September 2018 wird diese Auszeichnung mit einer Festwoche gefeiert.

Neben seinem reichhaltigen Festprogramm zeigt sich der Dom in der Festwoche außergewöhnlich besucherfreundlich: Die Chorhalle mit Karls- und Marienschrein und Kapellen können besichtigt werden. Domführerinnen und Domführer zeigen während der Besichtigungszeiten (am 23.09. von 12 bis 16 Uhr, vom 24.09. bis 29.09. jeweils von 11 bis 17 Uhr, am 30.09. von 11.30 bis 16 Uhr) jeweils zur halben und vollen Stunde die besonderen Orte der Marienverehrung im Dom. Der Krönungsthron ist ohne Voranmeldung für Besucherinnen und Besucher aus nächster Nähe erlebbar.

### Der Dom leuchtet

Mit einer aufwendigen Technik und insgesamt 16 Hochleistungsprojektoren verwandelt sich der Dom selbst in eine riesige Projektionsfläche, auf der er uns seine Geschichte erzählt. Im Kern steht dabei die Verbindung zwischen den Aachenern und ihm. Immer wieder war er über die Jahrhunderte enormen Bedrohungen ausgesetzt, sei es bei seinem Bau und dem unrühmlichen Pakt mit dem Teufel, während des Aachener Stadtbrands 1656 oder im Bombenhagel während des Zweiten Weltkriegs. Immer haben die Aachener sich für ihren Dom eingesetzt und mit ihrer sprichwörtlichen Gewitztheit und Bauernschläue für ihn gekämpft. Von dieser besonderen Beziehung handelt die Story, die auf der gigantischen „Leinwand“ aus Sandstein die Besucher auf dem Katschhof in ihren Bann ziehen wird. Termine gibt es abends vom 22. bis zum 30. September zu unterschiedlichen Anfangszeiten, die Eintrittskarten kosten 4 €. Infos zum weiteren Festprogramm finden Sie auf Flyern und im Internet unter [www.aachenerdom2018.de](http://www.aachenerdom2018.de).

## Aktualisierte Broschüre

Die Leitstelle „Älter werden in Aachen“ hat die Broschüre „Älter werden in Aachen – Leitfaden für Seniorinnen und Senioren 2018-2019“ neu herausgegeben.



Die Broschüre gibt interessierten Seniorinnen und Senioren einen Leitfaden an die Hand, der es ihnen ermöglicht, entsprechend ihren Bedürfnissen und Wünschen gezielt und selbständig einen Ansprechpartner in der Stadt zu finden. Zusätzlich sind in den Kapiteln „Altenarbeit im Stadtviertel“ die Mitglieder des im vergangenen Jahr neugewählten Seniorenrates zu finden.

Der Leitfaden ist u.a. in den Verwaltungsgebäuden Bahnhofplatz und Katschhof, in allen Zweigstellen der Sparkasse Aachen, bei den Bezirksämtern sowie in der VHS erhältlich. Senioren, die nicht in der Lage sind, die Broschüre selbst abzuholen, können diese auch telefonisch unter der Nummer 432-0 oder unter der Mail-Adresse [aelterwerden@mail.aachen.de](mailto:aelterwerden@mail.aachen.de) bestellen. Die Informationen der Broschüre sind zudem im Internet unter [www.aachen.de/aelterwerden](http://www.aachen.de/aelterwerden) (Stichwort: Leitfaden für Seniorinnen und Senioren) zu finden.

## Rechtsberatung



Ärger mit dem Nachbarn? Das Justizministerium NRW bietet jeden ersten Donnerstag im Monat eine Rechtsberatung an. Aktive Schiedsleute geben am Telefon unter 0211/837-1915 wertvolle Tipps.

Am Donnerstag, dem 6. September 2018, geht es beim RechtSpecial „Schlichten statt Richten!“ wieder um Nachbarschaftskonflikte - auch solche der strafrechtlichen Art. In der Zeit von 12 bis 14 Uhr beantworten die Experten die Bürgerfragen. Eine individuelle Rechtsberatung kann und darf nicht gegeben werden.



Haben Sie Lust auf Flohmarkt unter freiem Himmel? Dann sind Sie herzlich eingeladen, am Samstag, dem 6. Oktober 2018, zwischen 11 und 17 Uhr zum Kronenberg zu kommen.

Zum ersten Mal findet am Kronenberg und Rosfeld ein Flohmarkt im Stil der Garagen- und Hofflohmärkte statt. Anwohnerinnen und Anwohner verkaufen vor ihrem Haus, im Garten oder aus der Garage heraus. Veranstaltet wird der Flohmarkt von der Stadtteilkonferenz Kronenberg und engagierten AnwohnerInnen.

Den Stadtteilplan mit allen Verkaufsständen und weitere Informationen finden Sie auf den ab September stadtweit verteilten Flyern und Plakaten sowie auf Facebook unter „Stadtteilkonferenz Kronenberg“. Bei Nachfragen wenden Sie sich gerne an das Quartiersmanagement Kronenberg unter [stk.kronenberg@gmx.de](mailto:stk.kronenberg@gmx.de) oder 0151 407 497 30.

## Aachen 2025

Die Welt wandelt sich. Digitale Prozesse und Technologien verbreiten sich rasant. Immer schneller entsteht Neues, das unser Leben beeinflusst und verändert. Aachen 2025 präsentiert die Technologien, die die Zukunft verändern.



Aachen 2025 ist von Aachenerinnen und Aachenern für alle gemacht, die ihre Zukunft aktiv gestalten wollen. Am 28./29. September 2018 zeigt Aachen 2025 im Technologiezentrum, Depot Talstraße, der Digital Church und dem Ludwigforum unser „Zuhause in der Zukunft“. In dessen vielen „Zimmern“ erleben und begreifen Sie auf neue Art zwei Tage lang die Zukunft. Besuchern bieten die Zimmer konkrete Einblicke, was die Zukunft bringt: bei Arbeit, Social Innovations, Wohnen/Energie, Lernen/Bildung/Kultur, Kommunikation, Mobilität, Gesundheit und Einkaufen/Bezahlen. Weitere Infos zum Programm und zu Mitmachmöglichkeiten finden Sie im Internet unter [www.aachen2025.de](http://www.aachen2025.de).

## Kunst entdecken



Sie gehen gerne ins Museum und möchten mehr über die Ausstellungen wissen, aber eine Führung ist Ihnen zu anstrengend? Das Format „Generationen auf Entdeckungsreise“ bietet Ihnen ein Programm nach Ihren Bedürfnissen und in Ihrem Tempo.

In Zusammenarbeit mit „TANDEMmia – aufsuchende Seniorenarbeit in Aachen“ gibt es jetzt ein Angebot für Seniorinnen und Senioren und Interessierte jeden Alters mit einem begleitetem Rundgang durch eine aktuelle Ausstellung, Möglichkeiten zum Gespräch und anschließend dem Workshop. Der nächste Termin ist



Jessica Honnef, Projektleitung

am Mittwoch, dem 26.09.2018, von 14 bis 16 Uhr im Aachener Ludwig Forum. Zusammen mit der Aachener Künstlerin Hildegard Büchner erfahren die Teilnehmer dort Kunst in der Ausstellung „Pattern and Decoration – Ornament als Versprechen“. Das Angebot richtet sich auch an demenziell beeinträchtigte Menschen.

Die Teilnahme ist kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten bei Jessica Honnef, TANDEMmia – aufsuchende Seniorenarbeit in Aachen, Tel.: 0241 / 565 282 98, E-Mail: honnef@diakonie-aachen.de.



Am Sonntag, dem 9. September 2018, zwischen 11 und 18 Uhr präsentieren sich wieder zahlreiche Vereine aus Aachen und Umgebung an vielen Stellen in der Aachener Innenstadt mit einem eigenen Stand und/oder einem originellen Beitrag zum Bühnenprogramm, um über ihre Arbeit und Aktivitäten zu informieren und interessierte Bürger auf direktem Wege anzusprechen. Über 160 Vereine nahmen im vergangenen Jahr an dieser Aktion teil. Der „Aktionstag Ehrenwert“ findet auch in diesem Jahr wieder an einem verkaufsoffenen Sonntag statt.

## Tag der offenen Tür

Am Samstag, dem 03. November 2018, von 10 bis 17 Uhr veranstaltet die Würselener Seniorenwerkstatt in Würselen, Mauerfeldchen 29, einen Tag der offenen Tür. Ihre Mitglieder freuen sich, Besucherinnen und Besuchern bei Kaffee und Kuchen die Werkstatt zu zeigen sowie die hergestellten Produkte, Holzspielzeug, Knobelspiele, Nistkästen, Vogelhäuschen, Krippen, Dekorationen für Haus und Garten zum Verkauf anzubieten – natürlich für einen guten Zweck.

In der Seniorenwerkstatt zeigen Menschen 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 Jahren stellten sich die rüstigen Rentner immer wieder



ehrenamtlich in den Dienst von öffentlichen Einrichtungen wie Kindergärten, Schulen, Würselener Tafel e.V., Waldjugend etc.

Seniorinnen und Senioren aus den unterschiedlichsten handwerklichen Gebieten, die Freude daran haben, mit ihrem fachlichen Können die Werkstatt zu unterstützen, sind zudem dienstags herzlich willkommen.



Bilder: © Fotofreunde Aachen



## Vergangenheit wird wieder lebendig



Am Samstag und Sonntag, 29. und 30. September, findet bei der Selfkantbahn im Kreis Heinsberg ein Herbst- und Erntedankfest statt.

Zuckerrüben und Dünger, Kartoffeln und Kisten wurden früher mit der Eisenbahn befördert. Die Selfkantbahn, die einzige noch erhaltene schmalspurige Dampfkleinbahn in Nordrhein-Westfalen, erinnert an diese Zeit. Im Bahnhof Gangelt-Schierwaldenrath können die

Besucher das Verladen mit historischen Traktoren und den Rangierbetrieb mit historischen Güterwagen beobachten. Anschließend wird der Transport durch Güterzüge auf der Schiene demonstriert, wie er noch vor 60 Jahren das Bild der rheinischen Kleinbahnen in den ländlichen Gebieten geprägt hat. Auskünfte zum Programm und den angebotenen Fahrten erhalten Sie unter Tel.: 0241/823 69 und unter Tel.: 024 54/66 99. Weitere Infos finden Sie im Internet unter [www.selfkantbahn.de](http://www.selfkantbahn.de).



## Eine Zeitreise durch die Musikgeschichte

Am 13. September 2018 erscheint Band 11 der Schriftenreihe der AKV Sammlung Crous, diesmal zum Thema der Aachener Musikgeschichte seit Karl dem Großen bis heute.

Auf etwa 300 Seiten mit entsprechend zahlreichen Abbildungen wird von den sechs Autoren der Bogen gespannt von überraschenden Momenten des karolingischen Musiklebens und der reichen Kirchenmusiktradition über Orgeln, das Sinfonieorchester, die zahlreichen Aachener Chöre und die Chorbiennale bis zur hiesigen Jazzgeschichte.

Mozart, Händel, Liszt und viele andere große Komponisten konzertierten in Aachen, wie auch der weltberühmte Dirigent Herbert von Karajan und der Medienstar David Garret Teil der Musikgeschichte Aachens sind. „Tonarten einer Stadt“ zeigt die unterschiedlichsten Strömungen, die das Musikleben in Aachen über 1.200 Jahre lang bestimmt haben. Erhältlich ist das Buch zum Preis von 29,90 € im Buchhandel, im Centre Charlemagne und bei der AKV Sammlung Crous in der Kurhausstr. 2c in Aachen.



## Kriegsende im Grenzland

Wie erlebten die Menschen im Dreiländereck, das in dieser Zeit ein „Vierländereck“ war, den Ersten Weltkrieg? Um diese Frage dreht sich diese Ausstellung, die am 2. September um 16 Uhr in der Citykirche eröffnet wird. Konzipiert hat sie Dr. Herbert Ruland, Leiter der Abteilung GrenzGeschichte an der „Autonomen Hochschule“ in Eupen.

Die Ausstellung, die bis 7. Oktober 2018 täglich von 9 bis 19 Uhr geöffnet ist, zeigt aus transnationaler und alltagsgeschichtlicher Sicht, oft biographisch, wie die Menschen, vor, während und nach dem „Großen Krieg“ rund um das Vierländereck bei Aachen lebten und litten. Es geht um „Neutrale“ aus Moresnet, 1830/31 bei den Niederlanden verbliebene Südlimburger, Aachener und Eupener, die man 1815 ungefragt zu Preußen gemacht hatte und die plattdeutsch- und französischsprachige belgische Grenzbevölkerung. Vor 1914 spielte die Grenze in den Köpfen und tatsächlich auch in der Praxis für diese Menschen so gut wie keine Rolle. Arbeit wurde dort gesucht, wo es was zu arbeiten gab. Fast immer benutzte man auch auf allen Seiten der Grenze die gleiche Sprache: das Grenzlandplatt. Unsere Gegend war vor 1914 sozusagen „miniglobalisiert“.

## Besser erreichbar

„Der heutige Tag markiert einen weiteren Meilenstein hin zu noch mehr Bürgerfreundlichkeit im Straßenverkehrsamt.“ Auf diesen Nenner brachte es der zuständige Dezernent Gregor Jansen bei der Vorstellung des neuen Callcenters im Straßenverkehrsamt der StädteRegion Aachen. Täglich gehen rund 800 Anrufe von Bürgern in dem großen städteregionalen Amt ein, die nun, meist sogar ohne Wartezeiten, fachlich fundiert beantwortet werden können.

An der Telefonhotline unter der Nummer 0241/5198-6500 sitzen in einem wechselnden System jeweils bis zu fünf der 45 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die ansonsten im direkten Bürgerkontakt die Zulassungen oder auch die Führerscheine angelegenheiten bearbeiten. „Auf diese Art und Weise können wir garantieren, dass die Bürgerinnen und Bürger im



Gregor Jansen und Marlene Maaßen überzeugten sich von den Abläufen im neuen Callcenter des Straßenverkehrsamtes. Sowohl die Mitarbeitenden (im Bild vorne: Jennifer Schley) als auch die Bürger sind nach den ersten Reaktionen sehr zufrieden mit dem neuen Modell.

Foto: Holger Benend/StädteRegion Aachen

Regelfall nicht weiter durchgestellt werden müssen, sondern auf Kollegen treffen, die ihre Anfragen direkt beantworten können“, freut sich auch die Leiterin des Straßenverkehrsamtes, Marlene Maaßen.

Diese Steigerung des Bürgerservice lässt sich die StädteRegion einiges kosten: Es wurden drei zusätzliche Stellen ausgewiesen, die Kosten dafür betragen rund 150.000 Euro pro Jahr. „Wir haben in den vergangenen Jahren allerdings steigende Einnahmen durch Gebühren verzeichnet und investieren dieses Geld nun im Gegenzug in einen besseren Service für unsere Kunden“, sagt Jansen. Die ersten Reaktionen sind bei den Bürgerinnen und Bürgern wie auch den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sehr positiv. Genaues soll noch eine Bürger- und Mitarbeiterbefragung durch die FH Aachen ermitteln, die im Dezember startet.

Das Callcenter ist außer samstags zu den Öffnungszeiten des Straßenverkehrsamtes erreichbar: am Montag, Dienstag und Freitag von 07:30 bis 15 Uhr, am Mittwoch von 07:30 bis 12:30 Uhr und von 14 bis 17 Uhr und am Donnerstag von 07:30 bis 15 Uhr.

## Teil 31: Brauereien in unserer Region (Folge 6)

In dieser letzten Folge soll ein absolutes Highlight der Aachener Brauereigeschichte vorgestellt werden - nicht aufgrund der Größe, Bedeutung oder Tradition dieser Brauerei, sondern weil sie „keiner kennt“, ein Hobby-Betrieb war, als erste Craftbeer-Brauerei in Aachen angesehen werden kann, und sich weitere spannende Kuriositäten um dieses Kapitel der Aachener Brauereigeschichte ranken.

### Brauerei Helene Braun, Aachen-Forst

Bis auf das Flaschenetikett NIZZA-BRÄU mit der Anschrift „Aachen-Forst, Altstrasse 27“ war dem Autor nichts über diese Brauerei bekannt. Die Ankündigung im vorletzten Senio Magazin, über diese Brauerei zu berichten, führte jedoch glücklicherweise dazu, dass sich die Tochter der Brauereiihhaber bei der Sammlung Crous meldete und ihre Geschichte bzw. die Geschichte der Brauerei erzählte.



Helene Rosenberger, Heimatvertriebene aus Schlesien, lernte an einem Fettdonnerstag im Bismarckturm Kurt Braun aus Magdeburg kennen, den es nach russischer Kriegsgefangenschaft und einem Studium als Brau-Ingenieur mit Diplomabschluss nach Aachen verschlagen hatte. Zunächst arbeitete er bei der Brauerei Wiertz, bis er sich zu Beginn der 1950er Jahre entschloss, sein eigenes Bier zu brauen.

Eitel war Kurt Braun überhaupt nicht - aber total verliebt. So gab er der Brauerei den Namen seiner Angebeteten und inzwischen Angetrauten, Helene Braun. Mit Bierbrauen hatte Helene allerdings wenig am Hut. Sie war Kinderpflegerin und führte später ein Lebensmittelgeschäft in der Steinkaulstraße 17.

NIZZABRÄU - ein ungewöhnlicher Name für ein Aachener Bier, und doch nachvollziehbar, wenn man die Geschichte dazu kennt. Eine erste Wohnung in

Aachen als Hausmeister bei Franz Xaver Schmeetz in der Nizzaallee 2 ließ Kurt kaum eine andere Wahl. Wie hätte er - bis dahin ohne nähere Beziehung zu Aachen - auf andere Namen wie „Karlsbräu“, „Klenkes“ oder „Lennet Kann“ kommen können? Weil der Direktverkauf auch vor der Haustüre der Souterrainwohnung vonstatten ging, war die „ortsbezogene“ Bezeichnung also passend.



*Millionen Aachener trinken Nizzabräu - ein genialer Spruch. Und das bei etwa 150.000 Einwohnern in Aachen. Der Mann hatte Humor!*

Werfen wir einen Blick auf die „Gebäude der Brauerei“: Altstraße 27, Hinterhof, zwei Zimmer, die Kurt Braun vom Hausbesitzer Willy Briefs anmieten konnte.



Darin befanden sich das Büro mit Schrotmühle und Dezimalwaage, der selbstgebaute Ofen und alle anderen für den Brauvorgang und das Abfüllen der Flaschen benötigten Utensilien.

Noch heute ist das Haus Altstraße 27 in kaum verändertem Zustand erhalten. Sogar das Schild mit dem Namen des Hauseigentümers existiert noch, nur das Brauerei-Schild fehlt.

Etwa zwei Mal im Jahr wurde gebraut. Im Sommer war aufgrund der Temperaturen und der fehlenden Kühlmöglichkeiten Pause. Ein Brauvorgang ergab etwa 1,4 Hektoliter - vielleicht 250 Flaschen. Das Malz wurde in der Malzfabrik Buir gekauft, die Hefe kam von der Brauerei Wiertz. Später wurde die Hefe in Einmachgläsern von der Tochter des Hauses beim Walfisch in der Pontstraße geholt.



Braumeister Kurt Braun vor seiner Brauerei

Zum Aufkleben der Etiketten auf die Flaschen wurde Leim angerührt. Das Abfüllen war ebenfalls reine Handarbeit. Die Auslieferung erfolgte zuerst mit einem „Fahrrad mit Hilfsmotor“ mit Anhänger, später mit einem Goliath.

Produziert wurden auch Limonaden: NIZZA-GOLD (gelb) und NIZZA-SILBER (weiß) und ein köstliches Mineralwasser, das POCKEPÖETZCHE.



POCKEPÖETZCHE, das Aachener Mineralwasser! Kein typisches Braugetränk, aber in diesem Kontext wichtig zu erwähnen. Im Aachener Adreßbuch von 1926 ist auf Seite 237 beim Römerweg Nr. 8 unter „Burtscheider Sprudel, Mephisto Quelle“ aufgeführt: „Schöpfstelle des Pockenpützchens“. Hier holte Kurt Braun in Glasbehältern das Quellwasser für sein Produkt. Als der Brunnen vom Grundstücksinhaber mit einem Eisengitter verschlossen wurde, war das Pockepöetzche Geschichte.

Der letzte Sud wurde zum Polterabend der Tochter im Jahr 1974 gebraut. Heute würde man Kurt Braun sicher als den ersten Craftbeer-Produzenten Aachens bezeichnen können.

Ein besonders herzliches Dankeschön gilt der Tochter der Brauereiihhaber, Christel Weser, die bereitwillig und sehr eloquent Auskunft über die Brauereigeschichte und ihre Familie gegeben hat. Die Belege stammen von Christel Weser, Steffen Mittenzwey und Heinz Kundolf.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.sammlung-crous.de](http://www.sammlung-crous.de) oder bei einem persönlichen Besuch in der Sammlung.

## Kaffeekränzchen



Ohne Kaffee geht bei mir gar nix ...

Kaffee ist nicht nur das Lieblingsgetränk der Österreicher, sondern auch mein Lebenselixier.

Erst wenn morgens der Duft von frischgebrühtem Kaffee durch die Wohnung zieht und mein bevorzugter Radiosender Oldies aus den sechziger Jahren dudelt, laufe ich zu Hochtouren auf.

Sie werden lachen, aber inzwischen gibt es für mich ein festes Ritual, dass nur im äußersten Notfall geändert wird. Nach der ersten Tasse Kaffee wird die Küche gewischt, nach der zweiten Tasse kommt das Bad dran, und während ich die dritte Tasse des schwarzen Gebräus genieße, werden erst mal die Füße hochgelegt und in der Tageszeitung geblättert.

Notfalls würde ich mich von trockenem Brot ernähren, aber auf Kaffee kann ich auf keinen Fall verzichten.

Ich kenne viele Frauen, denen es ein wirkliches Bedürfnis ist, morgens bei Wind und Wetter zu joggen oder gymnastische Übungen im Garten zu machen. Ich bewundere diese Frauen, ohne Frage, aber ich hätte weder die Ausdauer noch die nötige Energie, mich schon vor dem Frühstück so zu quälen. Für mich fängt der Tag mit einem Honigbrötchen und einem starken Kaffee an. Ich brauche diese Dosis Koffein einfach, um morgens in die Puschen zu kommen.

„Mit einer Tasse Kaffee soll sogar das Gedächtnis besser funktionieren“, sage ich zu meinem Mann, der genau wie ich, den Duft von frischgemahlenem Kaffee liebt. „Na ja, ob das stimmt, ist wahrscheinlich nicht erwiesen. Aber kannst du dich noch an den guten, alten Muckefuck erinnern?“, fragt er neugierig.

Natürlich erinnere ich mich daran. Dieser braune Kaffee-Ersatz wurde mit heißer Milch getrunken und schmeckte einfach lecker. In meiner Kindheit gab es Bohnenkaffee nur an Sonntagen oder wenn ein besonderer Feiertag ins Haus stand. „Kaffee am Morgen, vertreibt Kummer und Sorgen ...“, sagte meine Mutter, wenn sie uns Kindern dieses kaffeeähnliche Getränk zum Frühstück servierte.

Muckefuck schmeckte mild und aromatisch und duftete eher nach Malzbier als nach Kaffee. Ich gab stets einen

Extralöffel Zucker und viel Milch in den Kaffee, dann war er besonders cremig. Heute sagt man dazu „Latte Macchiato“. Nun ja, die Zeiten ändern sich.

Das musste ich auch feststellen, als ich mit meiner Freundin Gabi vor einigen Tagen ein Café in der Stadt besuchte. Wir hatten einen unbändigen Appetit auf ein großes Stück Nusstorte und außerdem hatten Gabi und ich uns lange nicht gesehen. Wir begrüßten uns und dann taten wir genau das, was Frauen in einem Café immer tun, wir unterhielten uns über Frauenthemen. Unterbrochen wurden wir schließlich von der Bedienung, die diskret nach unseren Wünschen fragte.

„Zwei Stücke Nusstorte und zwei Kännchen Kaffee“, sagte ich und lächelte die junge Dame an. Sie räusperte sich leise und fragte: „Möchten Sie einen Milchkaffee oder einen Cappuccino? Sie können aber auch einen Eiskaffee oder einen Espresso bekommen, Latte Macchiato und Irish Coffee kann ich Ihnen auch empfehlen. Nur einen Mokka haben wir im Augenblick nicht im Programm.“

Sprachlos sah ich die Serviererin an. Ich hatte nicht damit gerechnet vor eine so schwierige Entscheidung gestellt zu werden. „Ich hätte gerne einen einfachen schwarzen Kaffee ohne Milch und Zucker ...“ Ich sage ja, die Zeiten ändern sich ...



Helga Licher

## Vermeidbarer Plastikmüll?

*Den kollektiven Aufruf einer umweltbewussten Freundin, unseren teilweise unvermeidlichen Plastikmüll für einen Monat lang bewusst zu reduzieren, nahm ich ernst.*

Die grausamen Fotos von im Müll verendeten Meerestieren gingen mir schon lange zu Herzen. Strategisch suchte ich nach einem Plan, meinen Beitrag zur Umwelt zu leisten.

So habe ich im nahen Supermarkt aufmerksam nach Bio-Produkten Ausschau gehalten, die nicht in Plastikhüllen oder mit Plastikschaalen verpackt waren. Die Suche war mühsam und unbefriedi-

gend. Bis auf Mangos und Ananas, also von weit her transportiert, waren keine Gemüse- oder Obstsorten ohne Verpackung zu finden, schon gar nicht zum „Selbstabfüllen“ vorhanden. Dieser ökologisch unverständliche Widerspruch verlangte eine Aufklärung.

Ich ließ den Abteilungsleiter ausrufen, der mich freundlich aufklärte, dass alle Bio-Produkte extra so gründlich verpackt würden, damit sie an der Kasse besser zu unterscheiden seien.

„Wie bitte?“, habe ich ihn gefragt, „wo steckt denn hier die Logik?“ Er meinte daraufhin: „Bio-Artikel sind sehr empfindlich und müssen verpackungstechnisch besser geschützt werden als normale Lebensmittel. Das ist eine Vorschrift aus der höchsten Chefetage.“



Meine verwirrten Blicke riefen beim Abteilungsleiter nur ein kurzes Schulterzucken hervor. „Ich komme da nicht mehr ganz mit“, rief ich ihm zu. „Kaufe ich nun Bio-Gurken im zusätzlichen Plastikschauch oder die ohne biologisches Prädikat und Schutzhülle im Nachbarregal, dafür umweltfreundlicher? Was haben Bananen, die von Natur aus eine fes-

## Überraschung beim Lüften

*Wie schön, endlich Sommer! Der Eine stöhnt, der Andere genießt. Der Eine sagt: „Ein Sommer, wie er früher einmal war“, der Andere meint: „So machen sich die Klimaveränderungen bemerkbar!“ Das Vorkommnis, an das ich mich erinnere, liegt viele Jahrzehnte zurück. Auch damals gab es eine sehr heiße und langanhaltende Sommerperiode.*

Der Wasserspiegel der Urfttalsperre war schon sehr abgesunken. Die Menschen wurden zum Wassersparen aufgefordert. Autos durften nicht mehr geputzt werden, und man sollte nur noch einmal am Tag duschen. In den Nächten kühlte sich die Luft kaum ab, was bedeutete, dass es in den Wohnungen sehr stickig war. Wer Parterre wohnte, so wie wir, hatte auch mit dem Lüften Probleme. Ich kam als erstes Familienmitglied zurück und fand eine so stickige Wohnung vor, dass ich versuchte, durch Durchzug etwas frische Luft hereinzulassen. Hierzu öffnete ich die Fenster zur Straße, die gegenüberliegenden Fenster im Nachbarzimmer zum Hof hin und alle Türen. Doch das brachte wenig, dazu war es draußen einfach zu heiß und zu windstill.

Am Abend wollte ich ins Theater gehen. Bis dahin hatte sich noch nicht viel an der stickigen Luft in der Wohnung geändert. Ich entschloss mich, auch die Fenster zur Straße hin offen zu halten. Damals hatten die Fenster noch keinen

te Schale besitzen, in Folien zu suchen?“ Auf diese Frage erhielt ich keine Antwort und verließ daraufhin den Laden konsequent ohne Obst und Gemüse im Korb.

Den nötigen Vitaminbedarf erstand ich gleich um die Ecke an einem freien Stand. Hier ist der Bio-Anbau absolut fraglich, dafür leiste ich jedoch einen wichtigen Beitrag für die Umwelt in puncto Plastik-Reduzierung.

Beim Gesprächsaustausch mit meiner Freundin bekam ich den Tipp, ab sofort das nötige Grünzeug nur noch auf freien Wochenmärkten einzukaufen, eigene Papiertüten mitzunehmen und alles möglichst schnell zu verbrauchen.

Neuerdings gibt es in mehreren Städten und Gemeinden Privatinitiativen, die sich



Kippmechanismus. An diesen Fenstern gab es innen klappbare Fensterverschläge. Wenn ich die Fenster zur Straße offen ließ, konnte ich die Verschläge gleichzeitig aufklappen. Von außen, so dachte ich, fiel es auf diese Weise weniger auf, dass die Fenster nicht geschlossen waren. Auf diese Weise entstand ein offenes Dreieck, durch das, wie ich annahm, die Luft besser zirkulieren konnte. Damit von außen die Fenster nicht weiter aufgestoßen werden konnten, klemmte ich von innen Gegenstände rechts und links zwischen Fensterverschläge und Wand. Die Fenster zum Hof ließ ich offen, von dort konnte niemand einsteigen.

Ich konnte den Theaterabend nur eingeschränkt genießen. Meine Gedanken kreisten schon darum, bei der Rückkehr in die Wohnung alles gründlich zu kontrollieren. Meine Hauptsorge galt den offenen Fenstern zur Straße.

Mutig betrat ich, nachdem ich die Lichter eingeschaltet hatte, die Wohnung. Ich kontrollierte die Gardinen und Über-

dem Thema „Verpackungsmüll“ widmen. Die Idee stammt ursprünglich aus Großbritannien und wird begrüßenswerter Weise auch in Aachen umgesetzt. An dem Thema Interessierte treffen sich in Großmärkten oder Supermarkt-Filialen, kaufen dort ganz normal ein und hinterlassen den gesamten Verpackungsmüll in Einkaufswagen. Ihre eingekaufte Ware füllen sie dann in mitgebrachte Papiertüten oder Jutesäcke um. Der Müll wird so natürlich nur auf anderem Wege beseitigt, aber immerhin sorgt diese in Gruppen durchgeführte Aktion für Aufmerksamkeit und wirft Fragen auf.

*Aktionstermine von „Aachen unverpackt“ werden im Internet bekanntgegeben.*

Steffi Diefenthal



gardinen und erkannte, dass alles so war, wie ich es hinterlassen hatte. Nichts war verschoben. Nachdem ich die Fenster mit den Verschlügen vorschriftsmäßig geschlossen hatte, fielen die Gardinen wieder in ihren schönen Fall zurück.

Anschließend war ich ziemlich unbehaglich, kontrollierte aber trotzdem alle Ecken und Winkel der Wohnung. Dabei erlebte ich einen so großen Schrecken wie in meinem ganzen Leben noch nicht. Ich hatte mich auf die Knie begeben, um auch unter den Betten gründlich nachzusehen. Hier blickten mich auf Augenhöhe zwei große Lichtquellen an, dass mir die Luft wegblieb. Erschrocken erhob ich mich. Was war das?

Das konnte nur eine Katze sein! Aber ich hatte keine Erfahrungen mit Katzen. Die einzige Katze, die ich kannte, war die Hauskatze von Mitbewohnern, die ich bisher nicht einmal berührt hatte.

Ich holte einen Besenstiel und versuchte, die Katze unter dem Bett hervor zu scheuchen. Aber ich hatte nicht die Reaktion der Katze vorhergesehen. Die erschrak so, dass sie blitzschnell unter dem Bett hervor geschossen kam, in die Gardinen sprang, von dort wieder herunterfiel und erneut unter dem Bett verschwand.

Ich musste also besonnener vorgehen. Denn nicht nur ich hatte Angst, nein, die Katze hatte noch mehr Panik, die wollte heraus aus der Wohnung. Am besten würden wir beide uns erst einmal beruhigen.

Was konnte ich tun? Im Notfall müsste ich die Hausbewohner mit Katzenerfahrung wecken ... Katzen sind schlau und haben Instinkt, sagt man ihnen nach. Wenn die Katze also die Freiheit riecht, wird sie sich wohl dorthin bewegen ...

Ich öffnete wieder alle Fenster, zog die Gardinen zur Seite, öffnete alle Türen in Richtung Diele und Haustür und verhielt mich sehr ruhig. Ja, ich machte auch das Licht aus, so dass nur die Straßenlaterne ein wenig herein leuchtete. Da ich sehr angespannt war, dauerte es meinem Empfinden nach sehr lange, bis sich die Katze unter dem Bett hervorwagte und dann wie ein Spuk verschwand. Was war ich erleichtert, aber gewiss war es die Katze auch.

Wilma Henschel



# Straßen, Schienen, Viadukte

*Für uns ist es heute selbstverständlich, dass wir mit verschiedenen Verkehrsmitteln in relativ kurzer Zeit große Entfernungen überbrücken können, um Verwandte, Freunde und Geschäftspartner in aller Welt zu treffen. Für die in Aachen gekrönten Könige, für Pilger im Mittelalter und für Händler waren Reisen zu Fuß, per Kutsche oder Pferd noch bis ins 19. Jh. wesentlich schwieriger und aufwändiger.*



Mit der Publikation „Aachener Reisen“ hat die Sammlung Crous das Thema in mehr als 30 interessanten Beiträgen für die Zeit seit Karl dem Großen bis heute dokumentiert. Zum diesjährigen Denkmal-Tag am 9. September wird in Wort und Bild dargestellt, wie insbesondere seit der Mitte des 19. Jh.



mit der Eisenbahn und zu Beginn des 20. Jh. mit der Automobilisierung für jedermann neue, einfachere und schnellere Verbindungen geschaffen wurden.

## Wussten Sie schon?

Die Maut ist keine neue Erfindung. Schon im 19. Jh. musste man auf sogenannten „Prämien- und Aktienstraßen“, die über Land führten, Gebühren zahlen. An der Verbindungsstraße zwischen Aachen und Eupen gab es vier Zahlstellen, und für die Teilstrecke von Eynatten bis Kettens kostete ein Karren mit zwei Pferden einen Silbergroschen und sechs Pfennige.

Die erste grenzüberschreitende Eisenbahnlinie Deutschlands wurde 1843 - als wesentliches Teilstück der Verbindung von Köln nach Antwerpen - eröffnet und führte von Aachen nach Verviers in Belgien. Von unseren westlichen Nachbarn

wurde dieses besondere Ereignis mit der Prägung kunstvoller Medaillen und bei uns mit einer mehrseitigen Sonderausgabe der „Illustrierten Zeitung“ bedacht.

Diese und viele weitere Aspekte zum Thema zeigt die Sammlung Crous anhand von Grafiken, Ansichtskarten, Plänen, Aktien und weiteren Objekten aus mehreren Jahrhunderten, wozu Ihnen die Mitarbeiter die passenden Geschichten erzählen können. Interessante Vorträge über wichtige Verbindungsstraßen, z.B. die Hauptstraße in Burtscheid als damals einzige Verbindung zwischen Aachen und Burtscheid, finden um 11:30 Uhr, 13:30 Uhr und 15:30 Uhr statt.

In einer separaten Ausstellung wird anhand von Beispielen das Thema „Buch-Reparaturen“ präsentiert. Einige der alten Schätzchen der Sammlung bedürfen dringend einer Restaurierung oder Konservierung, damit sie weiter genutzt werden können.

Die AKV Sammlung Crous, Kurhausstr. 2c in Aachen, 2. Etage (kein barrierefreier Zugang), ist am 9. September 2018 von 11 bis 16 Uhr geöffnet.

Heinz Kundolf / AKV Sammlung Crous

# Kunstrouten in der Region

*Drei Kunstrouten freuen sich in den kommenden Wochen auf Ihren Besuch.*



*Der Aachener Künstler Ernst Mack stellt bis zum 23. September im ehemaligen Deutschen Zollhaus „KuKuK im Köpfchen“ aus. Foto © Karl-Heinz Oedekoven, Stolberg*

Die „Kunstroute Weser-Göhl“ lädt alle Kunstfreunde am ersten Sonntag im Monat, dem 2. September 2018, zwischen 14 und 17 Uhr zum kostenfreien Besuch ein. 16 Kunstorte gehören inzwischen zu die-

ser Kunstroute, jedoch die Galerie „vorn und oben“ in Eupen-Nispert und das Atelier Stephanie Binding in Eynatten bauen um und bleiben deshalb im September geschlossen. Das Göhlalmuseum ist wegen Umzugs in die Lütticher Straße 178/200 in Kelmis/Neu-Moresnet ebenfalls geschlossen. Es eröffnet am 14. September 2018 neu unter dem Namen „Museum Vieille Montagne“ und präsentiert dort die Geschichte des Zinkerzbergbaus (Galmei) in der Region und seine politischen, sozialen, wirtschaftlichen und ökologischen Folgen. Besucher können es bei freiem Eintritt am Eröffnungswochenende, dem 15. und 16. September von 13 bis 17 Uhr, besichtigen. Weitere Infos zum Museum finden Sie unter [www.mvm-kelmis.be](http://www.mvm-kelmis.be), weitere Infos zur Kunstroute unter [www.kunstroute-weser-goehl.eu](http://www.kunstroute-weser-goehl.eu).

Die 21. „Aachener Kunstroute“ eröffnet am Freitag, dem 28. September 2018, um 20 Uhr in der Aula Carolina und findet am 29./30. September von 11 bis 18 Uhr statt. Rund 50 Stationen mit insgesamt 250 Künstlern präsentieren Malerei, Zeichnung, Foto, Objekte, Druckgrafik, Digitaldruck, bis hin zu Performance, In-



stallation, Graffiti und Fotoaktion. Neu ist in diesem Jahr, dass bestimmte Stationen am Samstag bis 22 Uhr öffnen. Infos zum Programm finden Sie auf ausliegenden Flyern und unter [aachenerkunstroute.de](http://aachenerkunstroute.de).

Die „Eurode Kunstroute Herzogenrath – Kerkrade“ bietet ein künstlerisches Spektrum von Malerei, Zeichnungen, Fotografie, Grafiken, Skulpturen, Schmiedekunst, Installationen mit Künstlern aus der Euregio. Bei der Vernissage am 5. Oktober 2018 um 19 Uhr im Klösterchen, Dahlemer Str. 28 in Herzogenrath, können Sie mit den Künstlern persönlich ins Gespräch kommen. Die Werke werden am Samstag und Sonntag, dem 6. und 7. Oktober, von 11 bis 18 Uhr in traditionellen, historischen, aber auch neuen Ausstellungsräumen und Ateliers in den Niederlanden und im Stadtgebiet Herzogenrath präsentiert. Der Eintritt ist bei allen Stationen frei.

## Chansons im Spiegel der Zeit

Bild: Bildpixel/pixelio.de



Eine Reise durch die Epochen der französischen Lieder präsentiert Udo Brombach am Freitag, dem 7. September 2018 um 20 Uhr in der Veranstaltungsreihe „Kultur bei Montanus“ in der Kurbrunnenstr. 18 in Aachen.

Französische Chansons, das sind unvergessene Melodien, starke Texte und charismatische Interpreten. Dabei sind die Lieder immer ein Spiegel der Zeit, in der sie entstanden. Zurückgehend mit Bildern, Filmausschnitten, Geschichte(n) und Musik in die einzelnen Epochen wird erfahrbar, was die Menschen bewegte und was sie sangen. Dabei kommt Bekanntes, aber auch Unbekanntes zu Tage.

Der Eintritt zur Veranstaltung ist frei, da die Zahl der Plätze begrenzt ist, wird um vorherige Anmeldung gebeten unter Tel.: 0241/65087 von Montag bis Freitag von 10 bis 17 Uhr. Interessenten können sich auch auf Facebook für die Veranstaltung anmelden. Weitere Infos finden Sie im Internet unter [www.monta-online.de](http://www.monta-online.de).

## Entdecken, was uns verbindet

Der Tag des offenen Denkmals findet am 9. September 2018 unter dem Motto „Entdecken, was uns verbindet“ statt. In ganz Deutschland können historische Bauten und Stätten besichtigt werden, die sonst nicht oder nur teilweise zugänglich sind. In Aachen bieten viele Veranstaltungen an diesem Tag die Gelegenheit, mehr über sie und ihre Geschichte kennenzulernen. Mit dem



Programmheft wissen Sie, wo und was passiert. Es ist an vielen Verwaltungsstellen der Stadt ausgelegt sowie im Internet unter [www.aachen.de](http://www.aachen.de) erhältlich.

## Medizinhistorische Instrumentensammlung

Der langjährigen Sammelleidenschaft von Apotheker Hartmut Kleis und dem ehemaligen „Saint-Gobain Glass“-Prokuristen Dipl.-Ing. Paul Benden ist es zu verdanken, dass die Villa Museum Zinkhütter Hof am Bernhard-Kuckelkorn-Platz in Stolberg seit einiger Zeit eine Sonderausstellung historischer Medizin-, Pharmazie- und Laborinstrumente anbieten kann.

Sie wird seit kurzem durch eine aufwendig illustrierte Informationsposter-Serie zur Entwicklung von Penicillin (u.a. ab 1948 in Stolberg) und der lebenswichtigen Bedeutung der Antibiotika in der heutigen Zeit ergänzt. Die Ausstellung ist immer sonntags zwischen 11 und 17 Uhr zu besichtigen. Führungen für Gruppen



Wissenspaten führen auf Wunsch durch die Ausstellung wie z.B. Dr. med. Dorothea Wormland-Wirthmüller,  
© Foto: Karl-Heinz Oedekoven

sind nach Absprache per E-Mail: [info@villa-zinkhuetterhof.eu](mailto:info@villa-zinkhuetterhof.eu) möglich.

## Ein Engel wird zum verhassten „Tabakkönig“

Am 14. September um 19 Uhr findet die Premiere von Bertolt Brechts berühmter Parabel „Der gute Mensch von Sezuan“ im Kulturzentrum Frankental, Frankentalstraße 3, Stolberg statt.



Bei der Probe: Shen Te (Hintergrund) mit einigen ihrer Hochzeitsgäste – der Nichte, der Witwe Shin, der Schwägerin und der Teppichhändlerin von nebenan.

Die neue Produktion der Theatergruppe „Theater Bühne frei“ am Helene-Weber-Haus – bestehend aus 15 Schauspielerinnen und Schauspielern im Alter von zwölf bis 85 Jahren – ist bereits das dritte Stück unter der Regie von Thomas Bünten: „Nach den großen Publikumserfolgen der Tragödie ‚Antigone‘ und des satirischen Märchens ‚Die Irre von Chaillot‘ zeigen wir diesmal einen modernen Klassiker.“ Die ehemalige Prostituierte und neue Tabakladenbesitzerin Shen Te, die – durch göttliche Hilfe zu Geld gekommen – als „Engel der Vorstädte“ den Armen der Hauptstadt der Provinz Sezuan hilft, hat ein Problem: Sie kann einfach nicht „Nein!“ sagen. So wird sie von vielen ausgenutzt. Shen Te greift deshalb zu einem Trick und tritt in der Maske ihres erfundenen Vetters Shui Ta auf, der schnell zum verhassten „Tabakkönig“ avanciert. An den äußeren und inneren Konflikten dieser Doppelrolle macht sich die Grundfrage der Parabel fest: Wann bin ich ein guter Mensch, kann es sein und bleiben? Und was macht dieses Streben mit uns? „Unterhaltsam und in Farbe und für alle Generationen geeignet“, verspricht Bünten.

Weitere Aufführungen sind am 15., 21. und 22. September 2018 um 19 Uhr, am 16. und 23. September 2018 um 18 Uhr geplant. Karten erhalten Sie im Vorverkauf in der Bücherstube am Rathaus, Rathausstraße 4 in Stolberg, Reservierungen sind unter Tel.: 0241-52 84 40 möglich.

## Krimitage 2018

Ein „höchst kriminelles“ Programm bieten die „Aachener Krimitage“.



Vom 20. September bis zum 13. Oktober erwarten Sie ein Comedyabend, zwei Kinofilme, ein Vortrag zu aktuellen Krimtipps, eine Fahrt in die „Krimihauptstadt“ Deutschlands, ein historisches Theaterstück mit Musik im Couven Museum und viele Autorenlesungen in Buchhandlungen und ungewöhnlichen Orten wie dem Alten Schwurgerichtssaal, dem Klömpchensklub im Tivoli oder dem Totenkeller unter St. Foilan. Bei vier Veranstaltungen gibt es in diesem Jahr erstmals eine Kooperation mit dem Kölner Krimifestival. Mehr zum Programm erfahren Sie in ausliegenden Programmheften sowie im Internet unter [www.aachener-krimitage.de](http://www.aachener-krimitage.de).

## Gedächtniskonzert



Janet Brooks-Gerloff: Selbstporträt

Zur Erinnerung an die 2008 in Kornelimünster verstorbene deutsch-amerikanische Malerin Janet Brooks-Gerloff findet am Sonntag, dem 22. September, um 18 Uhr in der Benediktiner-Klosterkirche, Oberforstbacher Str. 71 in Aachen-Kornelimünster, ein Gedächtniskonzert statt. Zu hören sein werden Lieder aus Schuberts Winterreise (Op. 89). Ab etwa 19:30 Uhr ist die Ausstellung einiger ausgewählter Werke der Künstlerin im Kreuzgang zu besichtigen.

## Trio und Terzett

Bei der nächsten Jazz-Matineé des Aachener Jazzvereins am Sonntag, dem 9. September 2018, um 11 Uhr spielt das „Ellington Trio“ mit zwei Gastmusikern.

Sängerin Barbara Barth, Caspar van Meel am Kontrabass und Gero Körner am Klavier interpretieren Duke Ellingtons Melodien mal swingend, mal sentimental und immer mitreißend. Das Trio spielt im Aachener Konzert mit zwei Top-Gastmusikern, dem bekannten Aachener Jazzler Steffen Thormählen an den Drums und dem ehemaligen WDR Big Band-Trompeter Klaus Osterloh.

Beim Freitags-Jazz am 21. September 2018 um 20 Uhr versprüht das „Tilman Schneider Swing Terzett“ gute Laune. Mit Akkordeon, Kontrabass, Gitarre und dreistim-



migen Gesang fühlt sich das Kölner Trio auf allen Bühnen Deutschlands zu Hause und präsentiert in charmanter Weise seinen Swing, Schlager und Chansons. Gasenhauer der 30er bis 50er Jahre wechseln sich ab mit Songs aus eigener Feder.

Beide Termine finden in den Kurpark-Terrassen, Dammstr. 40 in Aachen-Burtscheid statt. Der Eintritt ist frei, ein freiwilliger Kostenbeitrag erwünscht.

## Musik auf den Plätzen der Stadt

Das „AachenSeptemberSpecial“ 2018 lädt alle Bürgerinnen und Bürger und alle Gäste Aachens dazu ein, Musik und Kultur im Herzen der Stadt zu genießen – unter freiem Himmel, bei freiem Eintritt.

Dieses Jahr findet das Festival auf fünf Plätzen in der Aachener Innenstadt vom 13. bis 16. September statt. An vier Tagen präsentieren sich zahlreiche internationale, nationale und lokale Künstler auf vier Bühnen im Elisengarten, auf dem Münsterplatz, auf dem Markt und ab Freitag vor dem Hauptgebäude der RWTH Aachen. Auf dem Katschhof warten ein Riesenrad und kulinarische Köstlichkeiten auf Besucher.



Das musikalische Spektrum reicht von Soul und Funk über Rock, Pop, Swing und Jazz bis hin zu Electro: von „Saint City Orchestra“ und „Steal a Taxi“ über den „Öcher Ovvend“, „Bonita & The Blues Shacks“ bis hin zum Finale des STAWAG Music Awards und „Querbeat“. Das gesamte Programm gibt es auf ausliegenden Flyern und im Internet unter [www.aachenseptemberspecial.de](http://www.aachenseptemberspecial.de).

## Internationale Kunstausstellung

Die Wanderausstellung „ART100 - Zusammen in Europa“ reflektiert anlässlich des hundertjährigen Jubiläums des Friedensvertrags von 1918 und der Gründung des modernen rumänischen Staates die kulturellen Beziehungen zwischen Rumänien und Deutschland. Die beteiligten Künstler sind zur Hälfte deutscher und zur Hälfte rumänischer Herkunft.

Die Ausstellung eröffnet am Samstag, dem 1. September 2018, um 16 Uhr im



Vernissage von ART100 in der Galeria Galateka in Bukarest, Foto: TARA

Atelierhaus Aachen im Depot, Talstr. 2. Anschließend ist sie bis zum 9. September 2018 Di. bis Fr. von 10 bis 17 Uhr, Sa. u. So. von 12 bis 15 sowie nach tel. Vereinbarung (0177 357 66 76) geöffnet. Der Eintritt ist frei.

## Reiseeindrücke

Zwei Ausstellungen im Suermondt-Ludwig-Museum, Wilhelmstraße 18 in Aachen, widmen sich vor allem Reiseeindrücken.

Der Aachener Maler und Zeichner Heinz Heinrichs (1886-1957) zählt zu den herausragenden Vertretern der Düsseldorfer Schule. Nach seinem Studium der Malerei in Aachen, Düsseldorf, Berlin und Paris unternahm Heinrichs zahlreiche Studienreisen durch Europa. In seine Heimatstadt zurückgekehrt wurde er zum langjährigen Vorsitzenden des 1921 gegründeten „Aachener Künstlerbundes“ und zu einer bekannten Malerpersönlichkeit der Region. Mit seiner spätimpressionistischen Malweise, die sich durch breite Pinselführung und eine teils gedeckte, teils leuchtende Farbigkeit auszeichnet, widmet er sich Landschaften – neben den Ländern Europas vor allem der Eifel und der Aachener Region – sowie Stadtbildern, Porträts und Stillleben. Nachdem eine repräsentative Anzahl von rund 25 Gemälden des Künstlers durch private Schenkungen und Ankäufe durch die Heinz Heinrichs Gedächtnis-Stiftung erworben werden konnte, zeigt das Suermondt-Ludwig-Museum unter dem Titel „Reiseeindrücke eines Aachener Malers“ bis zum 7. Oktober 2018 eine Auswahl seiner Werke.



Heinz Heinrichs, *Landschaft mit Burganlage (Vianden, Luxemburg)*, Öl auf Leinwand, © Aachen, Suermondt-Ludwig-Museum, Foto: Anne Gold

### Fotografisches Lebenswerk

Am Freitag, dem 5. Oktober 2018, um 19 Uhr eröffnet die Fotoausstellung „Marc Riboud – Meine Bilder sind Notizen“ in der Wechselausstellungshalle des Museums.

Das Werk des französischen Meisterfotografen Marc Riboud (1923-2016) kennzeichnen seine feinfühligte Darstellung der Menschen, sein Gespür für den richtigen Augenblick zwischen Nähe und Distanz und seine exzellenten Bildkompositionen. Zunächst als Ingenieur ausgebildet, beschließt Riboud 1953, sich ganz der Fotografie zu widmen. Er zieht nach Paris, wo er Henri Cartier-Bresson und Robert Capa trifft, die ihn in das

Team der renommierten Agentur Magnum holen. Mit einem alten Landrover reist Riboud ab 1955 Richtung Osten nach Afghanistan, Indien, China und Japan, später fotografiert er auch auf anderen Kontinenten. Er veröffentlicht in Magazinen wie Paris Match, Life, Stern und Geo. Faszinierende Aufnahmen aus einer bis dahin für Ausländer oftmals nicht zugänglichen Welt entstehen. Die Schönheit des Augenblicks festzuhalten, ist sein Ziel, wo auch immer er hinreist.



Marc Riboud: *Straße zum Khyber-Pass, Afghanistan, 1955*

Riboud erhielt zahlreiche Ehrungen und Preise und seine Fotografien waren in vielen Ausstellungen zu sehen. Umso erstaunlicher ist es, dass ihm in Deutschland bisher noch keine größere Retrospektive gewidmet wurde. Diese Lücke schließt das Suermondt-Ludwig-Museum: Erstmals werden in einem deutschen Museum mit 140 Exponaten die bekanntesten Arbeiten Ribouds gezeigt.

## Songwriting-Workshop

Die Musiker der Band „Urban Project“ um Urban Elsässer, Dozent der Popakademie Mannheim mit dem Fachbereich Persönlichkeitsentwicklung/Kreativität, in Aachen als Musiker in Formationen wie „art|defakt“ und „travail sonore“ bekannt, bieten Ende September einen ersten kreativen Songwritingworkshop für die Generation 50 plus an. Ziel ist es, bei der Zusammenarbeit in einer Band als Team die eigenen Potenziale und Fähigkeiten zu entdecken und einzusetzen.

Maximal 16 bis 18 Teilnehmer können an einem Wochenende (Samstag von 10 bis 16 Uhr, Sonntag von 11 bis 18 Uhr) den Workshop mitmachen und Songs entwickeln, die ihr Leben und ihre Wünsche vertonen.

Der Ablauf ist folgendermaßen geplant: Zu Beginn gibt es eine kurze Einführung



Urban Project

und Übungen mit Bodypercussion und Geräuschimprovisationen. Dabei werden gemeinsam musikalische Parameter wie z.B. Lautstärke, Tonhöhe, Tempo, Klangfarben entdeckt und benannt.

Danach bilden die Teilnehmer Teams à fünf bis sechs Personen, die jeweils drei Stationen mit den Schwerpunkten „Text & Reim“, „Melodie & Harmonik“, „Beat & Arrangement“ durchlaufen. Als Inspirationsquelle werden Bezüge zu eigenen Lieblingssongs hergestellt. Dabei arbeiten erfahrene Berufsmusiker und Instrumentalpädagogen mit intuitiven Techniken, modernem Equipment und aktueller Software zur Musikprodukti-

on, so dass auch ohne größere musikalische Vorkenntnisse ansprechende Ergebnisse erzielt, Berührungängste und Hemmschwellen überwunden sowie verschiedene Interessen und Fähigkeiten berücksichtigt werden können. Ob Sie lieber im Rampenlicht stehen oder aus dem Hintergrund agieren: Sie alle werden sich als Band erleben - eine Band, die unterschiedliche Fähigkeiten zum Klingen bringt.

Zum Abschluss werden die eigenen Songs zum erarbeiteten Playback und - je nach Möglichkeiten der Teilnehmer - auch mit eigener instrumentaler Begleitung eingeübt, aufgenommen und in einem Konzert aufgeführt. Zudem besteht die Gelegenheit, nach Bedarf diese Songs später unter professionellen Studiobedingungen aufzunehmen.

Die Kosten des Wochenendworkshops betragen 180 €. Kontakt: Urban Elsässer, Mobil: 0176 10 35 09 86, E-Mail: Elsaesser-Urban@web.de. Weitere Infos zu Urban Project unter [www.urbanproject-music.de](http://www.urbanproject-music.de).

## Marktkonzerte und Ausstellung

Am Dienstag, dem 18. September 2018 ist in der Reihe der Marktkonzerte in der Kopermolen, von Clermontplein 11 in Vaals, um 12 Uhr spanische Orgelmusik zu hören. Ausführender Musiker ist Hans-Georg Reinertz, Gründer und künstlerischer Leiter der Konzertgesellschaft „Musica Viva Eupen“.



Hans-Georg Reinertz, Foto: Victor Burrough

Reinertz ist als Organist in der ostbelgischen Orgellandschaft seit vier Jahrzehnten zu Hause und spielte u.a. Klangporträts von 75 Orgeln des Rhein-Maas-Gebietes für den BRF ein. Die letzten beiden Konzerte in der Reihe der Marktkonzerte 2018 finden am 2. und 16. Oktober um 12 Uhr statt. Am 2. spielt Hans Leenders, Titularorganist der Kopermolen, am 16. Christine Moraal. Der Eintritt ist jeweils eine freie Gabe. Die neue Serie beginnt im April 2019.

Am 9. September 2018 um 15 Uhr eröffnet eine Ausstellung, die das künstlerische Schaffen von Gisela Engeln-Müllges vermittelt und aufzeigt, wie sie im Bereich der Bildhauerei und der Malerei ihre Ideen umsetzt und trotzdem ihrem künstlerischen Vorbild Benno Werth treu bleibt.

## Festival der Traurigkeit



Das euregionale Festival der Traurigkeit findet vom 19. September bis zum 7. Oktober an verschiedenen Orten in Aachen und Maastricht statt. Es besteht aus dem „Kummerkonzert“ mit Rahmenprogramm.



Christine Moraal, Foto: Paul Moraal

Werth hat in den letzten Jahren seines Lebens seine Lebensgefährtin Gisela Engeln-Müllges in die Technik seines Substraktiv-Gussverfahrens eingeführt. Damit baut Gisela Engeln-Müllges ihre vielschichtigen Skulpturen auf. Skylines, Wände, Kugeln, Pyramiden und große Stelen bestimmen ihr Werk. Variationen der Oberflächen und Strukturen, Unterbrechungen und leichte Richtungsänderungen geben den Arbeiten den Anschein von spielerischer Leichtigkeit.

Spiralen, Raster, Kreise und winzige, an Landschaft erinnernde Bildbereiche bestimmen die Malerei Gisela Engeln-Müllges. Immer wieder neue Ebenen und Strukturen öffnen sich dem Auge des Betrachters. Durch die Vielzahl der Farbschichten, die auf- und abgetragen, abgekratzt oder abgezogen werden, gewinnt man den Eindruck, die physische Realität des Raumes erkennen und die Anzahl der unterschiedlichen Farbaufträge nachvollziehen zu können. Bilder von sinnlicher Tiefe sind das Produkt dieses Entstehungsprozesses.

Die Ausstellung ist bis zum 21. Oktober 2018 von Dienstag bis Sonntag von 11 Uhr bis 17 Uhr frei zugänglich. Informationen zum weiteren Programm finden Sie unter [www.dekopermolenvaals.nl/de](http://www.dekopermolenvaals.nl/de).

Eine Frage ist in diesem Festival wesentlich: „Was ist nötig, dass man sich traut, Traurigkeit zu erkennen, zuzulassen und zusammen zu erleben?“

Das Festival der Traurigkeit ist eine Initiative der Regisseurin Margreet Sweerts und der Sängerin Christina Fischer, die sich dem Idealbild des optimierten Menschen entgegenstellen wollen. Sie schaffen buchstäblich einen Raum für Traurigkeit.

Das Herzstück jeder Spielstätte des Festivals ist die mehrmalige Aufführung des Kummerkonzertes. Es findet in einem für dieses Ereignis entworfenen mobilen

## Formenvielfalt und Farbe

Bislang sind die Werke der „Pattern and Decoration“-Bewegung in Europa kaum rezipiert worden. Das Ludwig Forum, Jülicher Straße 97–109 in Aachen, das die größte öffentliche Sammlung dieser Kunstbewegung im europäischen Raum beherbergt, unternimmt mit der Ausstellung „Pattern and Decoration - Ornament als Versprechen“ eine erste umfassende Aufarbeitung und Neubewertung.



Joyce Kozloff, Ceramic Tile Floor, 1978-1979. Keramikkacheln, Mörtel auf Sperrholz, 315 x 435 cm, Ludwig Forum für Internationale Kunst Aachen © Joyce Kozloff/Foto: Carl Brunn

Mitte der 1970er-Jahre entwickelte sich die Bewegung in den USA, getragen u.a. von feministisch engagierten KünstlerInnen, die sich von der vorangegangenen puristischen Minimal Art und Konzeptkunst abgrenzen und Fantasie, Farbe, Formenvielfalt und das Affektive in die Kunst zurückholen wollten. Sie hinterfragten nicht nur tradierte Vorstellungen von Kunst, sondern thematisierten auch politische Fragen wie den Stellenwert von Frauen, der amerikanischen Ureinwohner oder von ethnischen Minderheiten im globalen Kunstbetrieb. Die Ausstellung wird am 20.09.2018 um 19 Uhr eröffnet und ist bis zum 13.01.2019 zu sehen.

Raum statt. Dieses Konzert untersucht wie man das Publikum mit Gesang bewegen kann, sich zu entspannen und anwesende Traurigkeit zuzulassen.

Die Sängerin singt ein Repertoire von Klassik über Pop bis hin zum Kinderlied, in deutscher, englischer, niederländischer und französischer Sprache. Sie führt durch eine wundersame Zeremonie, unterstützt durch einen jungen Performer und einen Pianisten, die das Publikum mitnehmen zum Boden der Traurigkeit.

Weitere Informationen unter [www.festivaldertraurigkeit.de](http://www.festivaldertraurigkeit.de)

**Produkt**

Die Ziffern in dieser Aufgabe sind durch Symbole ersetzt. Welche Ziffern könnten die Symbole haben, damit die Aufgabe mathematisch richtig ist?

$$ABA : AA = AA$$

**Magisches Quadrat**

Die Felder in dem großen Quadrat sind durch die Zahlen 1 bis 16 so zu belegen, dass ihre Summe in allen Zeilen, Spalten und in den beiden großen Diagonalen den gleichen Wert ergibt. Einige Zahlen sind schon eingetragen.

10		1	7
15	5	12	2

**Zahlenkolonne**

In den leeren Kästchen des 5 x 5 – Quadrats sind die Zahlen 1, 2, 3 und 4 so einzusetzen, dass in allen waagerechten Zeilen und senkrechten Spalten die Zahlen 1 bis 4 nur jeweils einmal vorkommen. Das Kästchen, welches eine Null hat, bleibt leer. Die Zahlen an den Rändern der Zeilen und Spalten geben an, mit welcher Zahl die Zahlenkolonne beginnt. Die Betrachtungsrichtung ist immer gegeben durch die äußere Zahl. Steht z.B. unten eine 4, so heißt das, dass von unten nach oben gesehen die erste Zahl der Zahlenkolonne eine 4 ist. Steht rechts eine 3, so heißt das z.B., dass in dieser waagerechten Reihe von rechts nach links gesehen die erste Zahl der Zahlenkolonne eine 3 ist. Die leeren Kästchen können vor oder hinter einer Zahlenkolonne, aber auch innerhalb dieser liegen.

			2	3	2	
1						
3						
1						
						1
	4					3

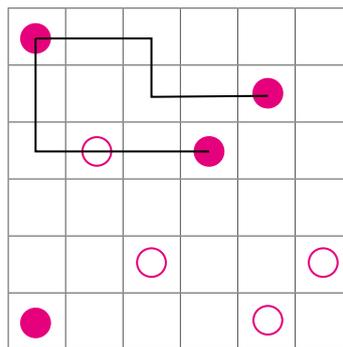
**Durchgeschüttelte Wörter**

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

1. Mekoelri M \_ \_ \_ \_ \_ i
2. Lustange L \_ \_ \_ \_ \_ e
3. Betgelul B \_ \_ \_ \_ \_ l
4. Newrtzek N \_ \_ \_ \_ \_ k
5. Riflanel R \_ \_ \_ \_ \_ l
6. Gebetrie G \_ \_ \_ \_ \_ e
7. Smacahne S \_ \_ \_ \_ \_ e
8. Rerisebi R \_ \_ \_ \_ \_ i

**Rundweg II**

Verbinden Sie die eingezeichneten Kreise durch einen Rundweg, der jedes Kästchen mit einem Kreis durchlaufen muss. Am Ende soll der Rundweg wieder an dem Punkt ankommen, an dem er gestartet ist. Durch einen weißen Kreis läuft der Weg gerade durch und bei einem schwarzen Kreis erfolgt eine Abbiegung um 90°, das heißt um einen rechten Winkel. Außerdem darf nach Durchlaufen eines schwarzen Kreises im nächsten Kästchen keine Abbiegung erfolgen. *Ein Stück des Weges ist schon gezeichnet.*



**Wörter suchen**

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

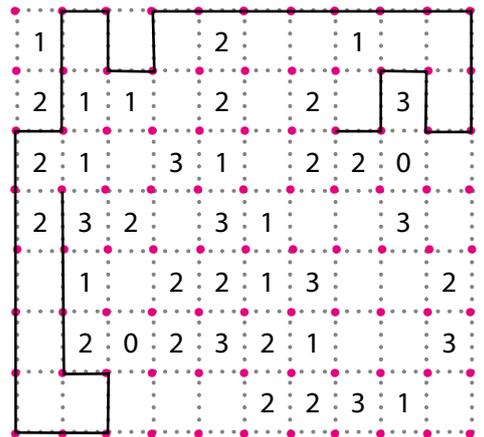
- Bücher**..., Bücher..., Bücher..., Bücher..., Bücher...,  
**Fest**..., Fest..., Fest..., Fest..., Fest..., Fest..., Fest...,  
**Regen**..., Regen..., Regen..., Regen..., Regen...,

Suchen Sie mindestens 15 Wörter oder Silben, die vor das vorgegebene Wort passen:

- .....**hose**, .....hose, .....hose, .....hose, .....hose,  
 .....hose, .....hose, .....hose, .....hose, , .....hose,  
 .....hose, .....hose, .....hose, .....hose, .....hose.

**Rundweg I**

Zeichnen Sie einen Rundweg entlang der gestrichelten Linie ein. Am Ende soll der Rundweg wieder an dem Punkt ankommen, an dem er gestartet ist. Die Ziffern in den Feldern geben dabei an, wie viele Seiten dieses Feldes durch den Rundweg belegt sind. In den Feldern ohne Ziffer ist ungewiss, wie viele Seiten (von keiner bis alle vier) durch den Rundweg genutzt werden. *Hilfe: Ein Stück des Weges ist bereits eingezeichnet.*



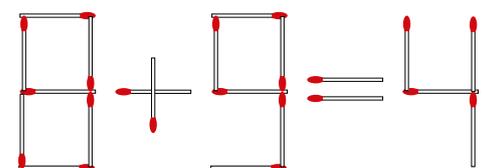
**Namen suchen**

In jeder Zeile ist mindestens ein Name versteckt. Finden Sie sie!

augustntafriedauesbcannafur  
 hanskigtjffsusanneckiicuhuänü  
 wanidhfritzgmafsbbhasusiüjllj  
 ldjeudohfnikgolgari8jdknutek  
 janhtzlsaphmdjulfndaludwigid  
 jidoelsakelisabethkogelectpnä  
 udpeterftedieölkgeseliejuweip  
 aöskfwalterownuteschwspiane  
 wwsialfshmottorclingeavassfe  
 elwiskimchneciokcmarkusleibe

**Streichholz-Rätsel**

Damit die Gleichung aufgeht, setzen Sie bitte zwei Streichhölzer um.



Dieter H. K. Starke  
 Marion Holtorff





Der Oybin-Fels mit Burgruine



Ruine der Klosterkirche auf dem Oybin

## Besuch im kleinsten Mittelgebirge Deutschlands

*Ganz im Südosten von Sachsen, östlich von Dresden, liegt das Zittauer Gebirge, das kleinste Mittelgebirge Deutschlands. Man kann es mit Fug und Recht als einen landschaftlichen Edelstein bezeichnen: Eine Wanderwoche, vielleicht im Anschluss an eine Kulturreise nach Dresden, kann bestens empfohlen werden.*

Geologisch gesehen bildet das Zittauer Gebirge die Fortsetzung der Bergkette Sudeten, zu der auch das Riesengebirge und Isergebirge gehören. Aus dem Kreidesandstein ragen die Basaltkegel der „Lausche“ (793 m ü. NHN), des „Hochwaldes“ (749 m ü. NHN) hervor, die vulkanischen Ursprungs sind. Die vulkanische Tätigkeit führte zu hoch sehenswerten Felsformationen wie die Orgel bei Jonsdorf. Als dritte Bergspitze ist der gern besuchte „Töpfer“ (582 m ü. NHN) zu nennen.

Beginnen sollte man so eine Reise im idyllisch zwischen den Bergen liegenden Kurort Oybin. Hier ist ein Aufstieg zur Burg- und Klosteranlage ein Muss. Schon Caspar David Friedrich wusste die romantische Stimmung der Ruine der alten Klosterkirche und der Burgruine zu schätzen und malerisch zu gestalten.

Vom Zentrum des Ortes kann man bequem mit dem Oybiner Gebirgsexpress,

einer Kleinbahn auf Autoreifen, auf den Berg Hochwald und auch auf den Töpfer fahren. Von beiden Gipfeln hat man phantastische Ausblicke weit ins Dreiländereck Deutschland, Tschechien, Polen. Malerisch sieht man vom Töpfer die nahe unten im Tal liegende alte Stadt Zittau mit ihren Türmen. Dass um den Töpfer herum mehrere bizarre Sandstein-Felsformationen zu sehen sind, die Namen wie „Brütende Henne“, „Felsentor“ oder „Schildkröte“ tragen, sei nur erwähnt. Natürlich findet man hier auch Gastronomie.

Viel reizvoller ist es aber, die genannten Berghöhen zu Fuß zu erwandern. Allerdings ist eine gewisse Kondition erforderlich. So kann man z.B. vom Ortszentrum Oybin bei einer Wanderzeit von etwa drei Stunden über das Felsmassiv „Scharfenstein“ und die „Böhmische Aussicht“ mit wunderbarem Fernblick bis ins Riesengebirge den Töpfer erreichen. Die Wege

sind tadellos markiert, kurze steile An- und Abstiege sind besonders zwischen Scharfenstein und Töpfer durch die „Kleine Felsengasse“ erforderlich.

Den Scharfenstein sollte man - Trittsicherheit vorausgesetzt – wegen der guten Aussicht vom Plateau des Berges besteigen. Den Abstieg vom Töpfer kann man relativ bequem über die auch vom Oybiner Gebirgsexpress genutzte Fahrstraße vornehmen.

Doch etwas anderes ist der Aufstieg zum Kegelberg Lausche. Die Wanderung dort hinauf kann man in Jonsdorf am „Hotel Gondelfahrt“ beginnen. Zunächst läuft man auf eine bizarre Felsformation zu, den Nonnenfelsen, ein ideales Fotomotiv. Bald steigt der Weg zum Falkenstein an und man benötigt etwas Kondition. Aber der Blick vom an der tschechischen Grenze mitten im Wald liegenden Falkenstein entschädigt für die Mühe.

Weiter geht es zunächst absteigend über den Grenzweg vorbei am Lausche-Hochmoor - ein Abstecher ins Moor ist



Blick vom Hochwald-Plateau auf das Dreiländereck



Felsentor auf dem Töpfer



Nonnenfelsen bei Jonsdorf



Falkenstein

möglich - zur „Wache“, dem alten Grenzposten. Schon auf diesem Weg sieht man über Wiesen den Kegelberg Lausche liegen.

Die „Rübezahlbaude“ hinter der Wache lässt man rechts liegen und steigt jetzt auf einem mit grünem Strich markierten Weg steil hoch zur Lausche. Der Aufstieg ist etwas anspruchsvoll, auf der Lausche gibt es keine Gastronomie mehr, dafür aber wieder wunderbare Blicke. Den Rückweg muss man zwar zunächst steil von der Lausche absteigend vornehmen, er ist dann aber geruhsam und ohne große Höhendifferenz zu bewältigen, auf gutem Wanderweg geht es wieder zurück zur Gondelfahrt in Jonsdorf. Vier Stunden Wanderzeit sollte man einplanen.

Auch den Hochwald kann man außer mit dem Gebirgsexpress wandernd ersteigen (Aufstieg zwei, Abstieg eine Stunde), die Wege sind gut beschildert: Von der „Hochwaldbaude“ und auch vom anderen Hochwaldgipfel „Hochwaldturm“ geht der Blick weit über Land. Zum Nachdenken anregende Gipfelkreuze mit deutscher und tschechischer

Aufschrift sind sowohl an der Hochwaldbaude - „Einer trage des Anderen Last“ / „Jeden Druheho Bremena Neste“ - als auch auf dem Töpfer aufgestellt.



Kegelberg Lausche

Unterkunft findet man in den Gebirgsorten Oybin, Jonsdorf oder Lückendorf oder etwas entfernt im eleganten Schlosshotel Alt-Hörnitz mit kleinem Schlosspark. In allen Zittauer Gebirgsorten findet man auch die typischen Oberlausitzer Umgebinderhäuser.

Natürlich sollte man bei einem Gebirgsaufenthalt auch einen Abstecher ins nahe Zittau unternehmen. Man kann die Stadt von Jonsdorf und Oybin aus mit der dampfenden Zittauer Schmal-

spurbahn erreichen. Zittau ist reich an Sehenswürdigkeiten, von denen nur der Markt mit Patrizierhäusern und Rathaus, das Salzhaus, die Schinkel-Johanniskirche, die Fleischerbastei mit Blumenuhr auf dem beschaulichen Grüngürtel genannt werden sollen.

Unbedingt sehenswert sind die in Deutschland einzigartigen und für Europa bedeutenden Fastentücher im Museum Kirche zum Heiligen Geist bzw. (kleines Fastentuch) im Kulturhistorischen Museum Franziskanerkloster. Das große Tuch ist 8,20 m hoch und 6,80 m breit, dieses Textilkunstwerk von 1472 zeigt Szenen aus dem Alten und Neuen Testament.

Lohnt eine Reise ins Zittauer Gebirge, auch wenn man aus entfernt liegenden Regionen kommt? Wir können es nur wärmstens empfehlen, zumal, wenn das reine Naturerlebnis mit Stadtbesichtigungen in Dresden, Zittau oder Bautzen kombiniert wird.

Wolfgang Prietsch



Europakreuz auf dem Töpfer



Umgebinderhaus

EINFACH

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

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

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

MITTEL

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

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

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

SCHWER

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

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

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



Bestattungen aller Art · Partner der Bestattungsvorsorge Treuhand AG  
[www.bestattungen-beckmann.de](http://www.bestattungen-beckmann.de)

Vaalseer Straße 270 · 52074 Aachen · Telefon 0241 463 700 22 oder 69 332

## Demnächst wird es tierisch ernst in Aachen

... und wenn die Wölfe wieder in unseren Wäldern heimisch geworden sind, wird der Wald nicht mehr betreten, nicht mit Unrat verschmutzt und steht schwarz und schweiget. Jäger sind nicht mehr notwendig, weil bereits die Wölfe für ein Gleichgewicht in der Natur sorgen. Unsere Kinder werden überdies das Märchen von „Rotkäppchen und dem bösen Wolf“ der Gebrüder Grimm oder auch das Musikmärchen „Peter und der Wolf“ von Sergei Prokofjew mit größerer Aufmerksamkeit beachten. Die Kinder erfahren nämlich aus den Medien in unschöner Regelmäßigkeit, was Wölfe so anrichten können. Dabei geht es nicht immer so glimpflich zu wie bei der Legende vom Bau des Aachener Domes.

Wer den Aachener Dom betritt, gewahrt zuerst nicht eine Heiligenfigur, sondern einen Wolf! Die Aachener hatten seinerzeit den Teufel überlistet: Der Teufel erklärte sich bereit, den Bau des Domes zu finanzieren. Im Gegenzug verlangte er jedoch, die Seele desjenigen zu bekommen, der den Dom zuerst betritt. Die listigen Aachener jagten dann aber ersatzweise einen Wolf durch das Domportal. Gierig griff der Teufel zu und entnahm einem Wolf und nicht einem Menschen die Seele. Doch damit war der Bau des Domes finanziert. Auch heute braucht Aachen mehr denn je Wölfe, um seine vielen unerledigten oder nicht bezahlbaren Bau- und Straßenprojekte nach der Art der Dombausage zu finanzieren!

Doch, wie so oft in der Stadtpolitik, wird hierbei nur eine halbe Sache gemacht. Es geht nicht nur um die Wölfe. Ich bin der festen Überzeugung, dass auch die Auswilderung von Löwen längst überfällig geworden ist, denn der Löwe gehört doch offensichtlich schon seit Jahrhunderten zu unserem Kulturgut: Haben wir nicht auf Reisen in ganz Europa die vielen in Stein gehauenen Löwen gesehen, die vor und in den Schlössern und Burgen Wache halten? Wie viele Wappen, Schilde und Abbildungen mag es geben, die einen Löwen zeigen? Die Stadt Düsseldorf hat z.B. im Stadtwappen einen Löwen. Ob damit in unruhigeren Zeiten die Kölner abgeschreckt werden sollten? Ja, selbst eine Brauerei benennt ihr Gebräu nach einem Löwen und auch

die katholische Kirche schreckt nicht davor zurück, ihren Kardinal Graf von Galen mit dem Ehrentitel „Löwe von Münster“ zu benennen. Daraus kann man nur schließen: Der Löwe muss hier früher heimisch gewesen sein wie der Wolf!



Wolfsfigur im Eingangsbereich des Aachener Doms

Die Aachener können sich überdies glücklich schätzen, wenn sie demnächst ein noch bedeutsameres Tier hier wieder aufleben lassen. Es ist der Elefant. Jedes Kind in der Stadt Karls des Großen kann etwas von Abul Abbas erzählen, soweit es nicht nur die in Hollywood erfundenen Tiere kennt. Kalif Harun ar-Raschid schenkte das Tier dem Frankenkaiser im Jahre 801. Die Reise von Bagdad nach Aachen war 5.000 km lang!

Natürlich sollte heutzutage ein solches Tier nicht im Krieg gegen die Sachsen eingesetzt werden, denn unsere Landsleute im Osten sind längst christianisiert, zumindest bis in die Zeit Walter Ulbrichts, des Mauerbauers. Die Aachener Stadtelefanten könnten als Nutztiere im Straßenbau bestens eingesetzt werden. Bisher sieht man als Autofahrer in Aachen doch an allen Ecken und Enden jede Menge Absperrungen und Umleitungen. Wochenlang konnte ich an vielen Baustellen und selbstverständlich zu Kernarbeitszeiten keinen Arbeiter entdecken. Bei Elefanten wäre das allein wegen der Größe der Tiere anders. Außerdem würden die Diesellabgase erheblich reduziert werden, da weniger dieselbetriebene Maschinen im Straßenbau und im Schwerlastverkehr eingesetzt werden könnten. Bei der „Gabco“ wäre auch genügend Futter für die Großtiere vorhanden. Warum zögern wir?

Um den Rat der Stadt von dieser Alternative zu überzeugen, sollte er einen Informationsbesuch nach Indien durchführen mit dem Arbeitstitel: „Aachen goes elephantastic“. Der Aachener Tierpark könnte dann auch umbenannt werden in „Abul Abbas Tierpark“.

Die Unterbringung von Elefanten in Aachen dürfte übrigens das geringste Problem sein. Ich weiß zwar nicht genau, wozu ein Laufhaus in der Stadtmitte nützlich sein soll, aber es hört sich besser an, wenn das Gebäude zutreffender „Auslaufhaus“ genannt werden könnte. Darin könnten die Tiere versorgt werden und hätten genügend Auslauf. Das müsste keinem Geringeren als dem Herrn Oberbürgermeister Marcel Philipp besser gefallen. Ansonsten werden ja schon mal Kaufhäuser als alternative Unterkunft frei, zumal in diesen Konsumtempeln ja bereits städtische Ämter etabliert sind – warum nicht auch noch ein animalischer Fuhrpark des Straßenbauamtes? Auf diese Weise wird's dann auch mal tierisch ernst in Oche und die Ordensverleihung erhalte einen aktuellen Sinn.

Text & Bild:  
Manfred Weyer





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

Rundum gut versorgt!

- Nahrungsergänzung
- Medizinische Kosmetik
- Hochdosierte Vitamine & Mineralien
- Cholesterin- & Blutzuckeruntersuchung
- Lieferservice

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

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

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

## Für Abwechslung ist gesorgt

Niemand, der noch einigermaßen mobil unterwegs sein kann, muss im stillen Kämmerlein sitzen, sich langweilen, versauern oder vereinsamen. Im Aachener Stadtteil Eilendorf können ältere Menschen sich gut aufgehoben fühlen. Die Seniorin und der Senior sollten von sich aus offen auf andere Menschen zugehen und die Zusammenkünfte, die von Ehrenamtlern in verschiedenen Einrichtungen gestaltet werden, aufsuchen.

Vielfältige Angebote sorgen für Ablenkung, Unterhaltung oder Beschäftigung. Wer will, kann jeden Tag woanders hin gehen, um mit Gleichgesinnten ein paar schöne Stunden zu verleben.

In der Begegnungsstätte St. Severin in der Marienstraße ist an jedem Tag der Woche etwas los. Die regelmäßigen offenen Gruppenangebote beinhalten z.B. Stricken, Handarbeiten, Spielen, Kochen, Singen, Sitzgymnastik und bunte Programme.

Als der Freitagnachmittag im Pfarrheim vor einiger Zeit wieder zur Verfügung stand, ließ Maria Noppene (77) sich freundlicherweise auf den Vorschlag ein, für einen zweistündigen offenen Treff verantwortlich tätig zu sein. Die Ehrenamtlerin, von allen Ria genannt, heißt seit etwa sechs Monaten jede Woche in der Zeit von 15 bis 17 Uhr ihre Besucherinnen herzlich willkommen. Von den Teilnehmerinnen - übrigens dürfen sich auch die Herren der Schöpfung



*Maria Noppene wurde am 26. Mai 1941 als Maria Gielkens geboren. Sie heiratete 1963 den Aachener Josef Noppene, der im Februar 2017 verstarb. Zwei Kinder gingen aus der Ehe hervor, Hardy und Marion, die ihr drei Enkelkinder bescherten (25, 22 und 15 Jahre). Handarbeit ist das Hobby der Eilendorfer Rentnerin.*

eingeladen fühlen - wird das Konzept, das Ria entwickelt hat, sehr bejaht und dankbar angenommen.

„Wir klönen erst eine Stunde lang, ehe wir dann zu anderen Aktivitäten übergehen, die vorgeschlagen und von mir vorbereitet wurden. Wir haben schon Rosenkränze angefertigt, bei entspannender Hintergrundmusik Mandalas ausgemalt, einer Vorleserin gelauscht, gemeinsam gesungen, Karten und Bingo gespielt“, zählt Ria auf und meint, dass sie sich über noch mehr Zuspruch freuen würde.

Dieser Freitagnachmittag muss schon eine besondere Anziehungskraft für die älteren Herrschaften haben, wenn sie trotz der hochsommerlichen 34 Grad Außentemperatur den Weg in die Begegnungsstätte, die auch in den Ferien geöffnet hat, finden, um in ruhiger Atmosphäre zwei gemütliche Stunden im angenehmen Raumklima miteinander zu verbringen. Das Urteil der Besucherinnen ist einhellig. Gertrud (81) sagt: „Ich genieße die Gemeinschaft und die unterhaltsamen Spiele“, und Maria (85) betont: „Das gesellige Miteinander mit Erzählungen von früher finde ich gut.“ Marliese (78) und Marlies (86) gaben sich freudig überrascht und lobten neben allem anderen den guten Kaffee und Tee wie auch das oft gesponserte Gebäck. Anni (81) und Christel (81) heben die ruhige freundliche Geselligkeit, das gemütliche Miteinander hervor. Wilma (62), die vor zwei Jahren Witwe wurde, fühlt sich gut aufgehoben und Renate (75) meint, dass die Gemeinsamkeit über Einsamkeit hinweg hilft. Die 93-jährige Marita freut sich immer sehr auf die wöchentliche Abwechslung, wurde aber diesmal, wie auch einige andere Teilnehmerinnen durch die enorme Sommerhitze ausgebremst.

Ehrenamtlerin Noppene setzt sich schon seit Jahrzehnten für Gemeinschaft ein und ist im Besitz des Ehrenamtspasses. Neun Jahre lang betreute sie als Katechetin Kommunionkinder. 20 Jahre war sie Mitglied des Pfarrgemeinderats, 25 Jahre beschäftigte sie sich mit den Sternsängern, nähte auch Umhänge und ihr vor eineinhalb Jahren verstorbener Ehemann Josef versorgte die Gruppen mit selbstgestalteten Leitsternen. Seit über 30 Jahren ist Ria für die Pfarr-Caritas im Einsatz. Sie war im Strickkreis, wo sie 43 Paar Kindersocken für ein wohlütiges Projekt erstellte. Socken strickt sie heute noch. Solange ihre Gesundheit, die sie auch schon mal im Stich ließ, es erlaubt, will sie sich einsetzen. „Senio“ wünscht ihr weiterhin Kraft und gute Einfälle und dankt für ihr Engagement.

Der offene Freitags-Treff findet jede Woche von 15 bis 17 Uhr in der Begegnungsstätte, Pfarrheim St. Severin, Marienstr. 58 in Eilendorf statt.

Christine Kluck  
Fotos: Heinrich Kluck



# Peters Nachtgedanken

*Als ich dich zum ersten Mal sah, wirktest du auf mich sehr groß und sehr modern, um nicht zu sagen mondän. Aber es ging ein beeindruckender Liebreiz von dir aus, dem ich mich nicht entziehen konnte. Fortan habe ich mich mit dir beschäftigt, und bald erkannt: Es könnte etwas werden mit uns.*

Du hast mich fasziniert! Ich habe keine Mühe gescheut, habe vieles darangesetzt, mich einzulassen auf dich. Es war nicht einfach, doch ich bin bereit, vieles deinetwegen zu lassen.

Und so liege ich nun in diesem breiten Bett, ermattet und erschöpft. Ich genieße diese erste Nacht hier, wissend, dass ich noch lange nicht am Ziel bin – am Ziel meiner Träume und Vorstellungen, am Ziel meiner Pläne. Ich werde dich in jeder Beziehung geduldig kennenlernen, doch auch temperamentvoll und voll Freude soll es zugehen. Ich möchte nichts verderben wie ein ungestümer jugendlicher Liebhaber. Ich möchte Zeit haben, mir Zeit nehmen, denn es gilt, die vielfach schimmernden Facetten wie bei einer bezaubernden Geliebten zu entdecken. Ob wir schließlich eine glückliche Verbindung von langer Dauer eingegangen sind, wird sich zeigen.

Ich weiß, es wird ein wenig dauern, bis mir dein Duft vertraut ist. Ein edles Parfüm wird schließlich erst unverkennbar durch die warme Haut der schönen Frau, die es aufgelegt hat. Dann aber ist es ausschließlich ihr Duft, ihr ganz persönliches Merkmal.

Du wirst für mich unverwechselbar sein. Du bist einmalig! Es ist wie nie zuvor.

Ich bin ganz sicher, ist auch heute Abend noch vieles fremd und neu. Nur meine Hausschuhe stehen wie sonst auch vor dem Bett. Und im Badezimmer zeugt bislang nur mein Rasierzeug von meinem Hiersein. Aber ich bin zufrieden und glücklich, und ich bin dankbar für die Chancen des Neuen, die du mir bietest. Ich lausche deinem Atem, horche erwartungsvoll in die Dunkelheit hinein. Ich bin gewillt, die Dinge im neuen Licht zu sehen und im neuen Glanz. Denn Verstaubtes habe ich zurückgelassen und unnötigen Ballast abgeworfen. Ich freue mich auf den neuen Tag!

Kleine Unzulänglichkeiten werde ich mit Großzügigkeit und Fantasie meistern. Wie wohligh war das entspannende Bad bei Kerzenlicht, und auf dem Weg



Bild: Sube/pixelio.de

ins Schlafgemach warf der antike Silberleuchter Schatten an die Wand.

Bereits hinter mir gelassen habe ich die Schwierigkeiten der vergangenen Tage mit dreimaligem Pommes frites-Essen und späterem Geschirrabwasch in der Badewanne. Freilich nicht die gesündeste Art der Ernährung und gewiss nichts Gutes für meinen ohnehin strapazierten Rücken. Aber bei einer jungen Liebe erwartet man schließlich auch kein Mittagessen „wie bei Müttern“!

Die Kücheneinrichtung in meiner bisherigen Wohnung wurde bereits vor zwei Tagen abmontiert und wird leider erst morgen am späten Abend komplett aufgebaut werden. Die Romantik mit dem alten Kandelaber ist in Wahrheit nur eine Zwecklösung, weil ich es nicht geschafft habe, rechtzeitig alle Lampen aufzuhängen, zweifelsohne eine sehr romantische Lösung, die zur Nachahmung empfohlen sei.

Nach ein paar Stunden erholsamen Schlaf steht einem ausgedehnten Frühstück nichts im Wege. Sekt habe ich kalt gelegt. Ich werde in meinem vertrauten Sessel sitzend meinen neuen Ausblick genießen, später zur Feier des Tages eine Pfeife anzünden und in der neuen Wohnung ein wenig Tabakduft verbreiten. Ich werde mir Gedanken darüber machen, welches Bild welche Wand

verzierern wird, aber das muss nicht sofort entschieden sein. Und ich werde akzeptieren, dass manche Dinge immer ein Provisorium bleiben werden.

Ich freue mich auf Mußstunden allein, auf Zeit zu zweit und auf unterhaltsame Stunden mit Freunden in meiner neuen Wohnung.



Ingeborg Lenné



## Seminar „Leben mit Demenz“

**AOK Rheinland/Hamburg,  
Karlishof am Markt, 52062 Aachen**

**von 06.09.2018 bis 11.10.2018**

*jeweils mittwochs,*

von 17:00 bis 18:30 Uhr

**Helene-Weber-Haus,  
Oststr. 66, 52222 Stolberg**

**14.09.2018 17:00-20:00 Uhr**

**15.09.2018 10:00-16:00 Uhr**

**AWO Tagespflege,  
Anne-Frank-Str. 2, 52134 Herzogenrath**

**06.10.2018 10:00-16:00 Uhr**

**09.10.2018 17:00-20:00 Uhr**

**Caritas Tagespflege St. Brigida,  
Rathausplatz 20, 52152 Simmerath**

**22.10.2018 17:00-20:00 Uhr**

**29.10.2018 17:00-20:00 Uhr**

## Pflegekurs „Pflege zu Hause“

**AOK Rheinland/Hamburg,  
Karlishof am Markt, 52062 Aachen**

**von 05.09.2018 bis 21.11.2018,**

*11 x 90 Minuten, jeweils mittwochs,*

von 10:00 bis 11:30 Uhr *oder*

von 17:30 bis 19:00 Uhr

**Senioren-und Betreuungszentrum  
der StädteRegion Aachen,  
Johanna Neumannstr. 4, 52249 Eschweiler**

**von 06.09.2018 bis 22.11.2018,**

*11 x 90 Minuten, jeweils donnerstags,*

von 18:30 bis 20:30 Uhr

**Die Teilnahme  
ist kostenlos!**

**Anmeldung bei**

Christiane Rühlmann

Tel.: (0241) 464-262

E-Mail: [christiane.ruehlmann@rh.aok.de](mailto:christiane.ruehlmann@rh.aok.de)

[www.pflege-regio-aachen.de](http://www.pflege-regio-aachen.de)

## 22 SCHWEDENRÄTSEL

Name byzantinischer Kaiser	▼	Milderrung	männl. Vorname	Saiteninstrument	▼	▼	Schanktisch
franz.: nach Art von (2 W.)	▶	▼	▼	persönliches Fürwort	▶		
Bewohner d. Obernilgebiets	▶						Haartracht
Weltorganisation (Abk.)	▶	12		Abk.: Akkumulator	▶		1
Bücher herausgeben	▶						
▶				Raub-, Pelztier		Apostel der Grönländer	
Stadt in Frankreich	nordital. Burg ruine		Teil des Gartens Provinz in Belgien	▼			
englisch: Kuba	7				deutsche Vorsilbe	▶	
einen Anstoß geben	▶						
▶					einsam, verlassen		englisch: und
Mittel-europäer, Magyar		Zeichen-tinte		Insel im griech. Mythos (lat. Name)	▶		
gehärtetes Eisen	▶					Abk.: französisch	
engl.: Sonne	▶			laufend (Abk.) Schiffsrisiken-Versicherer	▶		
▶		5					Sehorgan
Freizeit-handwerker	Reisender, Ausflügler		Vorname der Minnelli	▶			
Herrscherstuhl	▶					verbraucher Schmierstoff	
▶			Herbstblume		Abk.: Aktiengesellschaft	▶	
Windstoß		Figur in „Die Fledermaus“	▶				
▶	3				Pastetenart (engl.)		Lichtschutzfaktor (Abk.)
Raubtier-nahrung		Strom in Italien		Magnetende	▶		
besondere Art einer Gattung	▶						
Fußball-treffer	▶			Fußballmannschaft	▶	10	

schweiz.: Lohn, Gehalt	▼	Stadt an der frz. Riviera	▼	zögernder Mensch	▼	Kunststoff	▼
Teil des Messers		Urbevölkerung Amerikas		Abk.: Ablage	▶		
▶		11					Moment
engl. Frauenkurzname	▶			3. u. 4. Fall von wir	▶		
Hochherzigkeit	▶				4		
▶	9					Zahlwort	lat.: inwendig, innen
Schwertlilie	Anpassungsvorrichtung		Figur in „Der Fliegende Holländer“	▶			
dagegen, kontra	▶					Ort einer Behörde	Filmpreis in den USA
franz. Adelsprädikat	▶		Kw.: atlant. Bündnis Heiligenbild	▶			
▶							
Zarenherrschaft		Lederstreifen		Abk.: Turn- und Sportclub	▶		
Heeresfuhrwesen, Train	▶				6		Nestor-papagei
unbestimmter Artikel	▶			Abk.: schwed. Krone Himmelsrichtung	▶		
▶							Niederwild
Zierpflanze	Inselstaat der Antillen		Staat der USA	▶			8
südspan. Wein-stadt	▶						Palast in Paris
▶			österr. mundartlich: hiesig			sächliches Fürwort	▶
begeisterter Anhänger		leichte Vertiefung	▶				
▶			2			Adresskürzel im Internet	Abk.: Ankunft
Hühner-vogel		Abk.: Landrat		westliche Großmacht (Abk.)	▶		
schrill tönen	▶						
böse, schlimm	▶			Rhein-Mündungs-arm	▶		

Die Buchstaben von 1 bis 12 ergeben eine Aachener Sehenswürdigkeit.





## Dein Körper und du

*Dass der Körper immer etwas von sich geben muss - stets zur unrechten Zeit: mitten auf der Wanderung, die zur Qual wird, wenn du nicht rechtzeitig eine Gelegenheit findest, dich zu erleichtern. Dieser Körper, der gehegt und gepflegt sein will und so undankbar reagiert.*

Der mit Schnupfen antwortet auf zu leichte Bekleidung und mit Halsschmerzen, wenn er durch den Regen laufen musste. Der mit Knieschmerzen aufwartet, wenn die Tour ihm zu lang war. Immer muss er bei Laune gehalten, dein Körper, stets gefüttert oder getränkt werden. Und ist doch nie zufrieden. Das Sprunggelenk braucht eine Bandage, der Bauch eine Wärmeflasche, der Rücken eine Massage. Zu allem Überfluss braucht die Haut Creme gegen Faltenbildung, Sonnenöl gegen Sonnenbrand. Bei Regen darfst du den Schirm nicht vergessen, bei Wind nicht die Thermojacke, von spezieller Winterkleidung und Stiefeln ganz zu schweigen. Schuhe brauchst du für alle Gelegenheiten. Vor allem passend sollen sie sein, sonst handelst du dir Blasen ein an Fersen und Zehen.

Wie viel Pflaster hast du in deinem Leben schon verbraucht? Wie viele Tabletten gegen Kopfschmerzen? Wie viele Mittel gegen Durchfall oder Verstopfung? Denkst du immer daran, welche Speisen das eine oder das andere auslösen? Dein Körper verlangt eine ausgewogene Ernährung.

Nicht zu viel, sonst wird er zu dick, nicht zu wenig, sonst leidet er unter Mangelerscheinungen. Trinkt er lieber Wasser, lieber Bier, lieber Wein? Du musst es herausfinden.

Zuviel Alkohol macht ihn übermütig, allzu viel sogar süchtig. Immer ist es gerade nicht recht, wie du dich verhältst. Zu süß darfst du nicht essen, sonst droht Diabetes, zu salzig erst recht nicht, das macht hohen Blutdruck.

Ach, es ist eine Last mit deinem Körper. Trotzdem, du hast keinen anderen, musst damit vorlieb nehmen, was dir gegeben wurde. Zu allen Überfluss will er immer beschäftigt sein, dein Körper. Langeweile macht ihn unzufrieden. Nichtstun lässt ihn nur auf dumme Gedanken kommen.

Damit er auch schön ist, gehst du ins Fitness-Studio, kaufst neue Garderobe, gibst Geld aus für modischen Schnickschnack. Lässt dir beim Frisör die Haare schneiden oder kräuseln und färben. Wenn deine Haare dich verlassen wollen, nimmst du ein Haarwuchsmittel. Aber dein Körper schert sich einen Dreck um deine Haarwünsche und dein Kopf wird kahl und kahler.

Überhaupt ist der Mensch von allen Lebewesen dasjenige, dem von Natur aus am wenigsten mitgegeben wurde: kein Fell, keine Wolle, keine Schuppen, keine Federn. Du bist gezwungen, deinen Körper mit fremden Federn zu schmücken. So wirst du zum Räuber und Ausbeuter. Raffst Geld zusammen, nur um deinen Körper ernähren und kleiden, um dir ein Dach über dem Kopf leisten zu können.

Aber eines Tages wirst du Ruhe haben, deine letzte Ruhe. Dann wird sich die Natur rächen. Du hast dein Leben lang von Tieren und Pflanzen gelebt. Jetzt leben viele kleine Lebewesen von dir: ausgleichende Gerechtigkeit!



Inge Gerdom



Radelnde  
Musiktherapeuten  
in der Euregio

*Musik: Die Berührung  
zwischen Gott und der Seele.*



Unsere Leistungen und Ziele:

- Lebensfreude wecken,
- Angehörigentlastung,
- Klassische Musik / Kaffeehausmusik / Folklore und christliche Lieder mit Gesang, Geige, Akkordeon,
- Gemeinschaftliche Singkreise,
- Konzerte zu allen Anlässen (Geburtstag, Hochzeit, Beerdigung, Feste ...)
- musikalische Gestaltung von Gottesdiensten,
- Einzelmusiktherapie zu Hause für demente und/oder bettlägerige Menschen,
- Klangmassage und Hildegard von Bingen
- Gruppen- und Einzeltherapie für behinderte Menschen.



Bärbel  
Ehlert  
+31/641155626



Susanne  
Förster  
+49/241/607546

[www.Radelnde-Musiktherapeuten-Euregio.com](http://www.Radelnde-Musiktherapeuten-Euregio.com)

[www.hildegard-singer.de](http://www.hildegard-singer.de)

# Tausendsassa Dirk Chauvistré blickt voller Ideen nach vorne



*Jung oder alt? Für Dirk Chauvistré ist das keine Frage, sondern eine Lebenseinstellung. Mit gerade 50 Jahren ist er überall mittendrin, steht auf den Bühnen und pflegt viele verschiedene Aktivitäten. Bekannt ist der Aachener als der Aachener Karnevalsprinz Dirk III. im Jahr 2005. Er ist nach wie vor aktiv im Karneval sowie seit 2014 als Mitglied im aktuellen Ensemble der Stadtpuppenbühne Öcher Schängchen und als ein Teil des Gesangsduos „De Pöngche“ zusammen mit Ulrich Havermann. Als ehemaliges Mitglied der Noppene-Garde der Erholungsgesellschaft hatte er sogar einmal in Berlin einen Auftritt als Stadtpolizist beim berühmten „Hauptmann von Köpenick“. Anlässlich seines besonderen runden Geburtstages erzählt der Forster im 50plus Senio Magazin mehr über sein bewegtes Leben, in dem er stets dem Brauchtum verbunden ist.*

## Herr Chauvistré, wie fühlt man sich mit 50?

Ich bin mir natürlich bewusst, dass ich seit meinem 50. Geburtstag nun auf die 60 zugehe. Mein Vater ist heute mit 88 Jahren noch rüstig. Als ich ein Kind war, überlegte ich, wie es wohl im Jahr 2000 sein wird. Da war ich 32 Jahre jung und heute können die 2000 geborenen Kinder schon ihren Führerschein machen. Die Zeit vergeht nun schneller als früher. Mich hält meine Arbeit, der Umgang mit den Kindern in der Domsingschule jung. Aktuell habe ich viele Pläne, möchte unter anderem ein neues Denkmal in der Altstadt realisieren. Mehr dazu verrate ich demnächst. Und wenn ich dann irgendwann im Ruhestand bin, möchte ich gerne wieder als Schöffe tätig werden, was ich schon einmal sehr gerne gemacht habe.

## Was sind ihre frühesten Kindheitserinnerungen an den Karneval?

Meine karnevalistischen Wurzeln liegen bei meinen Eltern. Meine Mutter Hedwig machte sich seit Jahren für den Kinderkarneval in Forst stark. Mein Vater Leopold gehörte zum Hofstaat von Hugo (I.) Holl, der im Rosenmontagszug auf einem Elefanten ritt. Bei der „1. Forster KG När-rischen Elf“ war ich Kindermundschenk. Meine karnevalistische Heimat war früher die Noppene-Garde der Erholungsgesellschaft von 1837. Die Noppeneys sind mit Pickelhaube und dicker Zimm ein fester Bestandteil im Öcher Fastelovvend. Die Galasitzung der Noppene-Garde wird einmal im Jahr aus den Reihen der Erholungsgesellschaft mit eigenen Programmpunkten bestückt, vergleichbar mit dem Pfarrkarneval.

## War es ein Kindheitstraum, Prinz Karneval zu werden?

30 Jahre nach Hugo I. eine tragende Rolle im Karneval meiner geliebten Heimat zu spielen, war mein besonderer Wunsch. Und so wurde ich Prinz Dirk III. mit einem Hofstaat, zu dem viele aktive Noppeneys, Freunde und Kollegen zählten. Mein Hofstaat schlüpfte in Rollen der männlichen Schängchen-Puppen, denn die Aachener Stadtpuppenbühne liegt mir ebenfalls sehr am Herzen. Unter dem Motto „Vür danze än senge än losse de Poppe spränge“ haben wir einen authentischen, volksnahen Karneval auf die Bühnen gebracht. Besonders war dabei mein schwarz-gelbes Prinzenornat in den Stadtfarben, das es so noch nie gegeben hatte.

## Wie geht es mit dem Duo „De Pöngche“ weiter?

Ich war von 2005 bis zur Auflösung 2013 Sänger bei den „Jonge vajjen Beverau“, einer Formation aus dem ehemaligen Hofstaat von Hanns Bittmann. Ich wollte danach weiter im Öcher Fastelovvend unterwegs sein, um das traditionelle Aachener Liedgut zu erhalten, zu pflegen und durch neue Kompositionen



*Dirk Chauvistré ist 50 Jahre alt. Der Forster war in früheren Jahren als Anzeigenberater tätig und arbeitet heute in leitender Funktion in der pädagogischen Nachmittagsbetreuung an der Domsingschule Aachen. Er war Aachener Karnevalsprinz des Jahres 2005.*



und Texte zu erweitern. Mit Ulrich Havermann habe ich deshalb das Gesangsduo „De Pöngche“ gegründet. Unsere

Schließlich ist die wunderschöne Altstadt mit Marktplatz, Rathaus und Dom mein absoluter Lieblingsplatz.

dienst am Rursee gearbeitet, was ich später für den Karneval aufgegeben habe. Die Arbeit mit Kindern und jungen Menschen macht mir viel Freude und hält mich sicher jung. Wenn ich in den Sommerferien zwei Wochen meines Urlaubs ehrenamtlich als Rettungsbootsführer für den Wasserrettungsdienst an der Küste arbeite, kehre ich jedes Mal glücklich und zufrieden zurück. Ich glaube, ich habe einen guten Draht zu den Jugendlichen, die mitmachen.



erste CD heißt „Echte Öcher“. Wir singen immer live und zweistimmig, haben in der nächsten Session bereits viele Auftritte geplant. Das Lied „Ronk Maat än Mönster“ wird natürlich auch dabei sein.

**Sie sind auch aktiv in der DLRG?**

Seit meiner Geburt bin ich Mitglied der „Deutschen Lebensrettungsgesellschaft“, habe lange im Rettungswacht-

**Welche Hobbys pflegen Sie außerdem noch?**

Seit 2005 bin ich bei den Hindernisrichtern, den sogenannten „Pferdeschwänzen“, auf dem Internationalen Reitturnier CHIO Aachen dabei. Außerdem bin ich bei der Stiftung Nele und Hanns Bittmann für Kinder in Not aktiv.

*Nina Krüsmann*





Volkshochschule Aachen

Das neue Programm

---

**Einmischung** erwünscht!

[www.vhs-aachen.de](http://www.vhs-aachen.de)



Volkshochschule Aachen





## Ein Sommer wie zur Kinderzeit

*Am Siebenschläfertag war das Wetter wunderbar und, wie der Volksmund sagt, bleibe es sieben Wochen lang schön. So war es in diesem Jahr und ich erinnerte mich an die Sommer meiner Kindheit. Das Wetter war warm, beständig schön und ich wusste am Abend, der morgige Tag würde wieder genauso sonnig und trocken sein, mit Gerüchen nach Heu, mit einer Mittagsruhe, in der man lediglich das Gackern eines Huhns vom nahe gelegenen Bauernhof vernahm.*

Meine Kindheit verbrachte ich in einem kleinen Dorf. Der Schulweg führte durch Wiesen, über kleine ausgetretene Pfade und nach Schulschluss schlenderte ich nach Hause zurück, überhörte nicht das Zirpen der Heuschrecken, das Wiehern der Pferde und von weitem ebenfalls zu hören, den herannahenden Zug, der dem Ende seiner Fahrt, dem nahegelegenen Bahnhof entgegenrollte. Meine Mutter wusste, wie sehr ich diesen Schulweg liebte, die Blumen am Wegesrand, die gleißende Stille der

heißen Sommertage, und so konnte ich mich ab und zu kurz ins Gras legen, ohne zu fürchten, dass es Ärger geben könnte durch diese kleinen Verspätungen.

Am Abend war es natürlich die Pflicht von mir und meinem Bruder, den Garten zu wässern, die Schafe, wir hatten zwei Muttertiere und immer ein Lamm, mit Wasser zu versorgen und, wenn nicht allzu viele Hausaufgaben zu erledigen waren, traf man sich noch am Nachmittag mit ein paar anderen Kindern aus dem

Dorf, um am nah gelegenen Bach herum zu plantschen. Eine Traumkindheit.

Natürlich entging uns Kindern nicht, dass die Erwachsenen mit Sorge über die anhaltende Trockenheit sehnlichst auf Regen warteten. Das Getreide wuchs nicht, die Früchte blieben klein, selbst der Bach wies immer weniger Wasser auf. Um die Hoffnung auf baldigen Regen zu stärken, wurde im sonntäglichen Gottesdienst verkündigt, dass eine Prozession durch Wiesen und Felder stattfinden würde, um Regen „zu erleben“. Der Zeitpunkt dafür war sehr früh am Tag gewählt, noch vor Schulbeginn, und so ging unser Pastor voran, im Gefolge die Kinder und alle, die Zeit dazu zur Verfügung hatten. Singender und betender Weise erhoffte man sich Erfolg von dieser Bittprozession. Oft kam wirklich das ersehnte Nass von oben, ob durch unsere Bitt-Prozession oder dadurch, dass es nach Wochen wirklich eine Wetteränderung gab, bleibt offen.

Dieser Sommer 2018 jedoch erinnerte mich so sehr an die Sommer der Kinderzeit, dass ich es wert finde, meine Kindheitserinnerungen aufzuschreiben. Zwar lag ich nicht mehr im Gras und hörte dem Zirpen zu, auch ist das geliebte kleine Dorf längst einem großen Vorstadtort gewichen, dafür sah ich jedoch täglich der untergehenden Sonne zu in der Gewissheit: Morgen wird es wieder einen wunderbaren Sommertag geben. Das Sommerparadies meiner Kindheit befand sich nun in meinem Garten.

Irmgard Albrecht



## Kennen Sie das Dorf Linum in Brandenburg?

Bei unserer Erkundungstour der Dorfkirchen in Brandenburg stießen wir auf den kleinen Ort Linum. Das Straßendorf liegt an der alten Berlin-Hamburger Poststraße zwischen Fehrbellin und Kremmen, ca. 45 km nordwestlich von Berlin. Von weitem sahen wir schon die gewaltige neogotische Backsteinkirche mit Storchennest und Königskrone. Als wir vor der Kirche parken wollten, kamen wir an eine kleine Straße, die den Namen „Luise Hensel“ trug. Wir waren überrascht,

hier in einem Dorf eine Straße mit solch einem Namen zu finden.

In unserem brandenburgischen Kirchenführer stand, dass man sich den Schlüssel für die Besichtigung der Kirche im Pfarrhaus nebenan besorgen könnte. Wir stiegen aus, um zum Pfarrhaus zu gehen. Da kam uns schon freudestrahlend eine Diakonisse entgegen, die unser Kommen bemerkt hatte. „Herzlich willkommen, Ihr Aachener“, begrüßte uns die schon sehr betagte Diakonisse Anneliese Wilke.

Sie erklärte uns, dass ihre geliebte Luise Hensel hier im evangelischen Pfarrhaus in Linum geboren sei, und zeigte uns an der Kirche eine Gedenktafel für Luise

## Ein beliebtes Haustier

*Die Rede ist nicht von Hund, Katze oder Hahn, sondern vom Esel, dem „Fundament“ der Bremer Stadtmusikanten, für den ich hiermit unbedingt eine Lanze brechen möchte.*



Oft werden von den Menschen negative Dinge fälschlich mit dem Esel in Verbindung gebracht. So bezeichnet man als „Eselei“, wenn ein Mensch eine große Dummheit begangen hat. Auch heißt es oft: Stur wie ein Esel, nicht alle Esel haben vier Beine, was man dem Esel predigt, ist verloren, wenn dem Esel zu wohl ist, geht er auf's Eis tanzen, usw.

Dabei ist der Esel ein intelligentes Tier mit einem sehr guten Gedächtnis, der sich Worte und Menschen hervorragend merken kann. Der Laie verkennt z.B. vollkommen, dass der Esel nicht störrisch ist, sondern eigene Entscheidungen treffen will. Wenn ein Esel Angst hat, bleibt er auf der Stelle regungslos stehen, ein Pferd dagegen ergreift sofort die Flucht. Ein weiterer Vorteil ist, dass der Esel lange

Hensel, die vor allem auch durch das später von Felix Mendelssohn Bartholdy vertonte Nachtgebet „Müde bin ich, geh' zur Ruh“ berühmt wurde.

Sie war genauestens über das Leben und Wirken von Luise Hensel informiert und wusste über die erzieherischen Tätigkeiten von ihr am St.-Leonard-Stift in Aachen Bescheid. Hier unterrichtete sie u.a. drei Schülerinnen, die später Ordensgründerinnen wurden: Clara Fey, die Gründerin des Ordens der Schwestern vom armen Kinde Jesus, Franziska Schervier, die Gründerin des Ordens der Armen-Schwestern vom Heiligen Franziskus, und Pauline von Mallinckrodt, die Gründerin der Kongregation der Schwestern der Christlichen Liebe.

ohne Wasser und Nahrung auskommt, und deshalb am häufigsten in den Ländern des Mittelmeerraumes als Last- oder Reittier vorkommt, was auch die Herkunft des Ur-Esels aus Afrika bestätigt, der auch der Stammvater einiger Zebraarten sein soll. Weil der Esel also weniger schreckhaft, trittsicherer, ausdauernder und temperaturunempfindlicher ist als das Pferd, hat man schon vor Urzeiten versucht, beide zu kreuzen. So entstand der Maulesel (Kreuzung eines Pferdehengstes mit einer Eselsstute) und das Maultier (Kreuzung eines Eselhengstes mit einer Pferdestute). Doch zurück zum Esel! Auf der ganzen Welt ist der Hausesel mittlerweile anzutreffen. Es ist keine Überraschung, denn schauen einem die großen treuen Augen an und wackelt der Esel mit seinen langen Ohren, hat er sich schnell einen Platz im Herzen seiner Bewunderer erobert. Bei Wanderungen in Urlaubsländern, auch in Deutschland, kann man sogar einen Esel mieten, der das Gepäck willig von Ort zu Ort trägt.



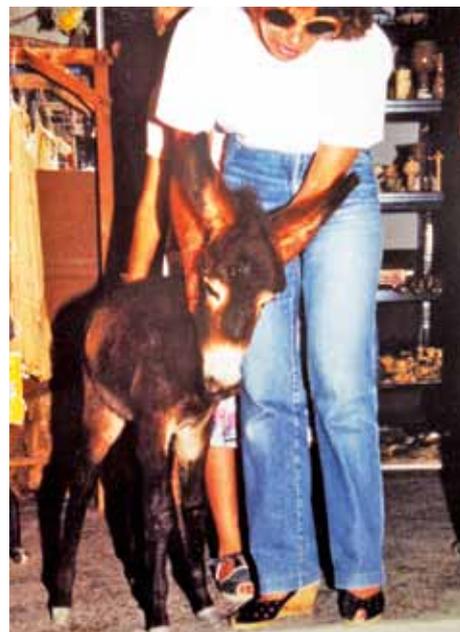
Oft gibt es aber auch positive Zuschreibungen, die vom Esel ein günstigeres Bild zeichnen. Wer kennt nicht die Geschichten von den Bremer Stadtmusikanten,

Nachdem wir uns eingehend über Aachen unterhalten hatten, führte sie uns durch die neugotische Kirche. König Friedrich I., der die Vergrößerung der Kirche bezahlt hatte, stiftete 1711 der Linumer Kirche auch eine eiserne Turmkrone. Ein kleinerer Turm auf dem Dach der Kirche dient heute als Storchquartier, deshalb wird Linum auch als das Storchendorf bezeichnet.

Nach der interessanten Führung haben wir uns bedankt und herzlich verabschiedet.

So klein ist die Welt!

Sigrid Steins



dem Kuckuck und dem Esel, vom Goldesel, oder der zugegebenermaßen oft sehr hilfreichen „Eselsbrücke“? Schon in der Antike wird berichtet, dass die schöne Kleopatra ihre Schönheit nur einem täglichen Bad in Eselsmilch zu verdanken hätte. Oder denken wir an den triumphalen Einzug Jesus in Jerusalem auf dem Rücken einer Eselin. Allgemein und nicht nur bei Kindern sehr beliebt ist inzwischen der Esel als Stofftier.

Kürzlich berichtete ein Fernsehsender von einem Eselsfreund, dessen Hausesel an Altersschwäche eingegangen war. Auf Anraten seiner Frau bemühte sich der Eselsfreund um Nachwuchs bei einem Züchter. Wie war das Erstaunen seiner Frau zu Hause aber groß, als ihr Mann anstatt mit den vereinbarten zwei, mit einer kleinen Herde von sechs Grautieren vom Züchter zurückkehrte. Zu seiner Entschuldigung sagte er: „Als ich die kleine Gruppe so innig beisammenstehen sah und sie mich mit ihren großen Augen ansahen, brachte ich es nicht übers Herz, sie auseinander zu reißen und zu trennen.“

Auch ich bin zugegebenermaßen ein großer Eselsfreund, dazu haben meine vielen Wanderungen durch griechische, kleinasiatische und zypriotische Landschaften, wie auch durch Nordafrika, wo ich überall auf vielfältige Weise Eseln begegnet bin, unbedingt beigetragen. Deshalb darf ich wohl mit einem kräftigen „liiaaah“ schließen!

Text und Fotos:  
Christian Graff





*Egal, ob nach nur einem Monat, zum Geburtstag oder zu einem anderen Erinnerungstag, ich höre immer wieder die nachdenklichen Aussagen „wie die Zeit vergeht“, „die Zeit verfliegt“ oder das Gegenteil: „Ich bin froh, dass die Zeit vorbei ist. So viel Schreckliches ist passiert, das möchte ich nicht noch einmal erleben.“ Ich rede vom subjektiven Zeitempfinden, das bei jedem Menschen anders ist. Über allem schwebt unerreichbar die objektive Zeit, die einfach ungerührt weitergeht, Tag für Tag. Die Zeit ist etwas Unheimliches, sehr facettenreich.*

Schon viele Jahre ist es her, als ich ihnen zum ersten Mal begegnete ... Ich saß auf dem Sofa und blätterte in einem Magazin mit Kunstbildern, bezaubernd schönen Fotos von Gemälden: luftig leicht, betörend in den Farben, gemalt von Paul Klee, Pierre-Auguste Renoir, Vincent van Gogh und vielen anderen Künstlern. Dann sah ich ein Bild ganz im Gegensatz dazu: ein Date Painting von On Kawara, ein nüchternes Bild, das ein Kalenderdatum zeigt, das Entstehungsdatum des Bildes. Ich wurde neugierig, wollte Genaueres erfahren.

Date Paintings sind eher einfache, auch meditative Datumbilder. Die Date Paintings geben der Zeit ein Datum, einen Stempel, sind gleichsam der Fingerabdruck eines Tages, unverwechselbar.

### Wer war der Künstler?

On Kawara (02.01.1933-10.07.2014) heißt er, ist ein japanischer Künstler, der die Zeit zählte, die Zeit in seinen Datumbildern festhielt. On Kawara war ein bedeutender Konzeptkünstler mit einem eigenwilligen Kunststil. Entwickelt wurde die Konzeptkunst in den 1960er Jahren. Entscheidend ist die Idee des Künstlers, sein Konzept, weniger die bildliche Anschauung. Entscheidend ist nicht die ästhetische Umsetzung des Gesehenen; der Betrachter muss das Gesehene weiterdenken.

On Kawara malte u.a. auf kleinen Leinwänden, die einfarbig in Rot, Blau oder

Grau gehalten waren. Es waren ungerahmte Leinwandbilder, die nur in Querformat beschrieben wurden. Auf sie malte der Künstler in Weiß das Datum des jeweiligen Tages. Auf diese Weise sind im Laufe von fast 50 Jahren mehrere Tausend Date Paintings entstanden. Für sie hat der Künstler jeweils eine Aufbewahrungsbox gefertigt, gelegentlich noch versehen mit einem Untertitel und einem Ausschnitt aus einer Tageszeitung des Ortes, an dem das Bild entstanden war. On Kawara reiste viel, New York war sein Hauptwohnsitz.

Der Konzeptkünstler On Kawara wurde auch in Aachen mit einem Preis für seine künstlerischen Leistungen geehrt. Er erhielt 1992 im Ludwig Forum den Kunstpreis der Stadt Aachen. Der Kunstpreis wird seit 1983 alle zwei Jahre vom Verein der Freunde des Ludwig Forums für internationale Kunst und der Aachener Wirtschaft verliehen. Mit dieser Stiftung ist ein Preisgeld und eine Ausstellung verbunden.

### Die Zeit-Metapher

Datumbilder sind nicht lieblich. Auf den ersten Blick sind sie gar langweilig, immer gleich, Zahlen für Zahlen. Auf den zweiten Blick wollen sie mir aber etwas sagen. Die Datumstabellen visualisieren für mich die Einmaligkeit jedes Tages. Jeder Tag ist ja morgen schon Vergangenheit. Die objektive Zeit läuft immer weiter, wenn ich sie nicht gleichzeitig für mich anhalte, ihr meinen Sinn gebe:

eine subjektive Zeit, die dem Datum einen Rahmen gibt.

On Kawara malte Datum für Datum. Ich bin gehalten, ihm im Sinn der Konzeptkunst meinen Stempel aufzudrücken. Sonst vergeht ein Tag wie der andere, ich muss dem ständigen Termindruck etwas entgegenhalten. So mit Gehalt gefüllt, verraten die Tage etwas über mein Leben, ähnlich wie Fotos oder Briefe. Die Date Paintings sind verwandt mit dem Tagebuch.

### Tagebuch

Eine ältere Dame erzählte: „Seit 40 Jahren schreibe ich Tagebuch, ganz gewissenhaft, oft halte ich ausführlich den Tag fest, auf einer ganzen Seite.“ Ob sie besondere Ereignisse oder Alltägliches zu Papier bringt, verriet sie nicht, nur so viel: „Meine Kinder sollen jetzt noch nichts aus dem Tagebuch lesen, das ist ganz persönlich, eine Art Autobiografie. Das Tagebuch soll ein Erbstück für meine Kinder sein, nach meinem Tod können sie es öffnen. - Ich bin felsenfest davon überzeugt, dass jeder ein Tagebuch schreiben kann, uninteressante Menschen gibt es nicht“, fügte sie hinzu.

Ich mache seit Jahrzehnten etwas viel Bescheideneres: keine gemalte Zeit, kein ausführlich geschriebenes Tagebuch - einen Taschenkalender mit Stichworten zu Ereignissen des Tages, einem Notizbuch ähnlich. Seit 40 Jahren schreibe ich für jeden Tag Stichwörter von dem, was mir wichtig war und gebe damit jedem Tag ein Gesicht. Die Stichwörter sind meine Gedächtnisstütze. Bisweilen sehe ich einen lachenden Smiley, der mir zeigt, dass ich an diesem Tag besonders glücklich war. Wenn mir der Grund einfällt, kann ich erneut schmunzeln. Angemerkt: Ich benutze keine Geheimschrift mehr, wie ich sie als Jugendlicher benutzte - andere durften damals ja nicht alles wissen.

Carpe diem, „Pflücke den Tag“ schreibt um 23 v. Chr. der römische Dichter Horaz - wie einen Apfel, der mich zum Genießen anlacht, eine Verlockung ... Doch halt: Er könnte faul sein, dann ist das Genießen können eine Täuschung. Auch jeder Tag besitzt seinen Reiz, aber er kann auch ungenießbar sein.

Alfred Kall



# Die Bastei - Aachens geschichtsträchtiges Etablissement

„Laila, küsse mich und quäle mich,  
denn ich liebe nur dich, oh Laila!“  
Das war der Refrain des Songs, der  
mir bis heute im Ohr geblieben ist.

Es war der Hit und die Erkennungsmelodie der Band, die live zum Tanz in der 1. Etage der Bastei aufspielte. Auf den Namen der Kapelle, wie der Tanzbesucher damals noch eine Band nannte, bin ich erst wieder nach Jahren gestoßen. Es war die niederländische Gruppe „Regento Stars“ mit ihrem Sänger Bruno Majcherek. Den habe ich noch vor Augen, wenn er bei „Laila“ seine Hosenträger spannte und „flitschen“ liebte. Wir Schulfreunde kamen gerade von der Tanzschule und die Bastei war unser Einstieg ins Tanzleben. Der Song ist uns allen deshalb im Gedächtnis geblieben, weil er kurz nach Erscheinen auf Schallplatte verboten wurde. Das Lied wurde wegen des Refrains auf den Index gesetzt. Anschließend war die Single nur noch im nahe gelegenen Ausland zu erhalten. Die Niederländer waren damals schon toleranter. In Vaals wurde die Scheibe unter der Ladentheke verkauft, also auch dort nicht ganz legal. Für uns Jungs stand das Tanzen auf der ersten Etage der Bastei im Vordergrund. Es waren immer genügend junge Damen da.



Der über 100-jährige Bau der Bastei, gelegen an der Kreuzung Krefelder Straße/Ludwigsallee, hat eine markante Halbrund-Fassade. In erster Linie war das Etablissement seit der Gründung eine Nachtbar. Im Parterre befand sich der eigentliche Club mit den Attraktionen des Nachtlebens. Nicht wenige Aachener werden sich an rauschend-verruchte Abende erinnern, an Auftritte von Zarah



Leander, Rudolf Schock, Gerhard Wendland und zahlreicher anderer Berühmtheiten dieser Zeit. Aber auch an den „Ball der einsamen Herzen“, an Striptease, Rotlicht und viel Plüsch. Die Bastei war bis in die 70er Jahre eine Anlaufstelle für Nachtschwärmer aus dem Dreiländereck.

Nachdem das Haus in seiner ursprünglichen Funktion aus Sicherheitsgründen nicht mehr geeignet ist, wird es Ende der 70er Jahre geschlossen und scheint dem Verfall ausgesetzt. 1995 zieht überraschend das „Theater K“ in die Räumlichkeiten und bespielt die Bastei mit rund 3.000 Vorstellungen fast 20 Jahre lang. 2014 ist endgültig Schluss.

Vor ein paar Jahren hatte ich das Vergnügen, noch einmal die Räumlichkeiten besichtigen zu können. Plötzlich war ich um fast 60 Jahre zurück versetzt. Es hatte sich kaum etwas verändert. Der

marode Charme dieser Zeit umwehte diesen Ort immer noch. Die Bühne auf der Etage und die Tische und Stühle um die Tanzfläche drapiert, alles schien noch wie früher zu sein.

Seit 2016 ist der Bau in Besitz der Immobiliengesellschaft „AC-Projekte“ und, da nicht unter Denkmalschutz, zum Abriss verurteilt. Eine Aussage der Firma lässt Hoffnung aufkommen: „Eine Sanierung ist nicht ausgeschlossen!“

Seit Anfang 2018 wohne ich vis-a-vis dieses Hauses. Blicke ich auf diese traurige markante Ecke mit dem rostigen Schriftzug „BASTEI“, dann erfasst mich etwas Wehmut und ich glaube, leise Musik zu hören: „Laila, küsse mich ...“

René H. Bremen



Bilder: © aachener bild- und tonarchiv e.V.

## KLEIS

Gesundheitszentrum  
**KLEIS**  
Stolberg

**TRI-O-med**  
G M B H  
Eschweiler

APOTHEKE  
AUF DER HEIDE  
Breinig

INDA  
APOTHEKE  
Kornelimünster

Rathausstraße 86  
52222 Stolberg  
Fon (02402) 2 38 21  
Fax 57 05

Aachener Straße 30  
52249 Eschweiler  
Fon (02403) 78 84-0  
Fax 78 84-19

Auf der Heide 37  
52223 Stolberg  
Fon (02402) 34 08  
Fax 3 09 48

Schleckheimer Str. 38  
52076 Aachen  
Fon (02408) 39 33  
Fax 68 72

Kosmetikstudio | podologische Fußpflege | Fon (02402) 76 59 66

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

# Der Kürbis – Ein Drama in vier Akten

Die Begebenheit ereignet sich im Jahr 1946 in Mitteldeutschland, Jahr eins nach dem Krieg. Mein kleines Elternhaus, kaum beschädigt, war für unsere Familie (vier Personen) gedacht. Im Krieg waren die Großeltern zu uns gezogen. Nach dem Krieg wurde noch eine dreiköpfige Vertriebenenfamilie mit Haushaltshilfe einquartiert. Dazu kam noch unsere eigene Haushaltshilfe. Trotz der Enge war es eine gut funktionierende Wohngemeinschaft, bestehend aus meiner Mutter (mein Vater galt als vermisst), meiner Schwester Bärbel (vier Jahre alt), mir (sieben Jahre alt), unseren Großeltern (Omi und Opi), unserer Haushaltshilfe Ilse, der Familie Dr. Richter mit Klein-Lily (zwei Jahre alt) und deren Haushaltshilfe Lena.

## 1. Akt

Frau Richter (allein in der Kammer): Zwiebeln brauche ich auch noch für das Mittag ... Keinen Platz hat man ... Alles steht umher ... Nicht einmal zu den Zwiebeln kann man ... Und das Fenster steht auch noch auf. Immer noch der alte Kürbis! Mindestens vier Pfund Zucker brauch' ich dazu. So viel bekomme ich ja doch nicht zusammen. Es ist schrecklich, andere haben alles und unsereiner kann nicht einmal einlagern. Ich ärgere mich schon, dass ich ihn überhaupt gekauft habe. (Stößt mit dem Fuß an den Kürbis.) Au! (Legt ihn auf das Fensterbrett.) So. (Bückt sich.) Fünf Zwiebeln genügen. (Sie steht auf und stößt, als sie sich wendet, mit dem Ellenbogen gegen den Kürbis. Der Kürbis rollt, fällt aus dem Fenster und schlägt – zerspringend – mit lautem Knall unten auf.) Lena! Lena! Ach, mir ist doch eben der Kürbis aus dem Fenster gefallen! Sie müssen ihn heute noch zubereiten. Nehmen Sie Süßstoff dazu.



## 2. Akt

Omi (hat den Knall gehört, in der Küche für sich): Da hat doch wieder einer geschossen!

## 3. Akt

Bärbel (bei der Küchentür für sich): Da liegt 'n Kürbis ... Der ist geplatzt. (laut) Omi, vor dem Fenster, der Kürbis, der ist geplatzt.

Omi: Rede nich' so dummes Zeug, ein Kürbis platzt nich'. (Tritt vor die Küchentür.) Der ist doch wirklich geplatzt. Wie der bloß platzen kann!

Bärbel (ruft ins Wohnzimmer): Mami, der Kürbis draußen, der ist geplatzt!



Mami (von ihrer Schreibearbeit aufsehend, streng): Bärbel, ein Kürbis platzt nicht. (milder) Weißt Du, ein Kürbis kann überhaupt nicht platzen.

Bärbel: Ja, aber die Omi hat auch gesagt: 'Der ist geplatzt.'

Mami: Na warte, ich komme gleich. (Sie legt ihre Schreibutensilien zusammen in die Schublade, erhebt sich und schreitet hinaus.) Nu tatsächlich, der ist geplatzt. Seht euch das mal an, der ist tatsächlich geplatzt. Bärbel, Du hast recht gehabt, der ist geplatzt.



Omi: Und ich habe es der Ilse immer gesagt, die soll die Kürbisse alle einmachen. Nun ist wieder einer liegen geblieben. Es ist ja kein Wunder, wenn das Zeug platzt! Die Ilse hört aber auch nie darauf, was man sagt. (Sie entfernt sich langsam verklingend.) Das kann man ihr hundertmal sagen und nie wird es gemacht ...

Opi (erscheint in der Küchentür und geht in das Wohnzimmer): Tach! Na, ist der Dieter noch in der Schule?

Mami: Du, Pawa (Papa), uns ist doch ein Kürbis geplatzt.

Opi (versteht nicht gleich): Was für ein Kürbis?

Mami: Na, ein richtiger Kürbis. Die Ilse

hat ihn draußen liegen lassen und nun ist er zersprungen.

Opi (ärgerlich): Gibt's doch gar nicht, wie wird denn ein Kürbis platzen?! (Steht auf und geht hinaus.) Na ja, der ist geplatzt. (heftig) Und das liegt eben daran, dass ihr die Sachen nicht hereinholt. Der hätte schon längst hereingeholt werden können.

Mami: Aber wie kann er denn platzen?

Opi: Na, das ist doch ganz klar! Das Zeug muss doch platzen, wenn Frost ist. Der ist eben in Frost und da ist er eben geplatzt. Warum lässt die Ilse auch alles liegen? (ruft hinein) Hundertmal kann man ihr das sagen, aber wenn man nicht selber Ordnung macht, wird nichts. Hundertmal kann man es dem Mädgen sagen.

## 4. Akt

Ilse beim Zubereiten des Kürbisses.

Lena (hereinkommend): Hm, Sie haben einen Kürbis! Ach, ich muss ja heute auch noch einen einwecken. Frau Richter hat gesagt, wir haben noch einen. (Sie geht hinaus und will den Kürbis holen. – Kommt schnellstens wieder herein und pflanzt sich vor Ilse auf. – Nach einer Weile): Ilse, was ist das für ein Kürbis?

Ilse: Hm?

Lena (unruhig werdend, nach einer Pause): Ilse! Was ist das für ein Kürbis?!

Ilse (lakonisch): Seh'n sie doch!

Lena (geht abermals hinaus und sucht. Nach einer Weile hereinkommend, hitzig) Ilse, wo haben Sie den Kürbis her?!

Ilse (abgrundtief): So'n Gejammer!

Lena: Ilse, der Frau Richter ist heute ein Kürbis aus dem Fenster gefallen und jetzt liegt er nicht mehr draußen. Wo haben Sie den Kürbis her?!

Ilse (von jäher Erkenntnis erleuchtet, legt sie augenblicklich das Messer hin und wischt mit der Hand den Kürbis ab. Nach einer Weile, breit und anhaltend): Hihhi ...

Lena (bemächtigt sich des Kürbisses, zunächst völlig verdutzt. – Nach einer Weile laut) Huhuhu ...

Eheleute Hausbechner (eine befreundete Familie, die sich mittlerweile eingefunden hat): Hihhi ... huhuhu ... hohoho ...

Echo (aus weiter Ferne in der Stimme des Doktors): Huhuhu ...



Dieter Schmidt

nach Aufzeichnungen seines Großvaters Franz Höhn (Fotos: privat)

## Pilger-Tradiziuene

*Ejjene September joeve sich de Öcher noch jedder Johr beij de Konelles-Oktav noh Mönster ze Foß op Lapp. All beänens än sengens trock mer een Trüppchere, Verwandte än Bekannde, dörch et Mönsterländche derhenn. Dat wor en Tradiziuene, die jedderenge än jedder Stand huech een lehre hejil. En Tradiziuene wor et ävver ouch, sich at ongerweägs aan lecker Mönsterbeäre ze vermaache!*

### Mönsterbeäre-Zitt (Lied)

Op d'r Konelles sing Oktav  
doe trocke fröjher alle Öcher brav  
noh Knellemönster för hem ze veriehere,  
än noh d'r Säje een en Wietschaff ezechiere.  
Alleng vörav, doe knappet jedderenge jeär  
at op d'r Brand en Mönsterbeär.

Refrain:

D'r Brand erop, d'r Brand erav, dat es ejal,  
vür ejße Mönsterbeäre hej op jedden Fall. (2x)

Met Bier än Kaffie ejje Liiv,  
met Knellesbrötche än en eäde Piif  
dong mer zelejß dan wier op Heäm aan trecke,  
net ohne ongerweägs sich döchtig eenzedeeke  
met Mönsterbeäre va de allerbeißte Zooet;  
än dobej song dan jong än ooot.

Richard Wollgarten  
ÖcherPlatt e.V.



## Pilgertraditionen

*Im September machten sich die Aachener noch jedes Jahr zur Korneli-Oktav nach Kornelimünster zu Fuß auf den Weg. Betend und singend zog man in kleinen Gruppen, Verwandte und Bekannte, durch das Münsterländchen dorthin. Das war eine Tradition, die jeder und jeder Stand hoch in Ehren hielt. Eine Tradition war es aber auch, sich bereits unterwegs an leckeren Münsterbirnen gütlich zu tun.*

### Münsterbirnen-Zeit (Lied)

Zur Korneli-Oktav,  
da zogen früher alle Aachener brav  
nach Kornelimünster, um ihn zu verehren,  
und nach dem Segen in eine Wirtschaft einzukehren.  
Jedoch vorher, da biss jeder gern  
schon in Brand in eine Münsterbirne.

Refrain:

Nach Brand hinauf, von Brand herab, das ist egal,  
wir essen Münsterbirnen hier in jedem Fall. (2x)

*2018 findet die Korneli-Oktav vom 9. bis 16. September unter dem Leitwort statt: „Gibt ihr ihnen zu essen!“ Wer die Münsterbirne probieren möchte, kann bis Mitte September eine Anfrage zu Bezugsquellen per E-Mail an Slow Food Aachen richten: aachen@slowfood.de.*

Refrain:

D'r Brand erop, d'r Brand erav, dat es ejal,  
vür jelde Mönsterbeäre hej op jedden Fall. (2x)

Dan, een die Mönsterbeäre-Zitt  
wor mänche Öcher Duemjroev ouch net witt.  
För bellig aan son Mönsterbeär ze komme,  
woed stellchens een ene Mönsterbeäreboom jeklomme.  
Mär grad d'r Bur, deä hau dat miestens janet jeär,  
än jouv en döcks jät op die „Beär“.

Refrain:

D'r Brand erop, d'r Brand erav, dat es ejal,  
vür schwelle Mönsterbeäre hej op jedden Fall. (2x)



Mit Bier und Kaffee im Leib,  
mit Korneliusbrötchen und einer irdenen Pfeife  
ging man zuletzt dann wieder heimwärts,  
nicht ohne sich unterwegs tüchtig einzudecken  
mit Münsterbirnen von der allerbesten Sorte;  
und dabei sang dann jung und alt.

Refrain:

Nach Brand hinauf, von Brand herab, das ist egal,  
wir kaufen Münsterbirnen hier in jedem Fall. (2x)

Dann, in der Münsterbirnen-Zeit  
war mancher Aachener Lausbusch auch nicht weit.  
Um billig an so eine Münsterbirne zu kommen,  
wurd heimlich in 'nen Münsterbirnenbaum geklommen.  
Nur grad der Bauer, der hatte das meist gar nicht gern,  
und gab ihnen oft eins auf die „Birne“.

Refrain:

Nach Brand hinauf, von Brand herab, das ist egal,  
wir stibitzen Münsterbirnen hier in jedem Fall. (2x)

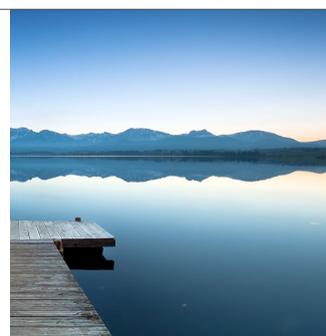


KRÜTTGEN  
BEERDIGUNGSMITTEL GmbH

Bestattungen, Bestattungsvorsorge,  
Begleitung in der Trauer über die Beisetzung hinaus, Auflösung des digitalen Erbes

Bestattungsinstitut Krüttgen GmbH, Steinstraße 57a, 52080 Aachen  
0241 - 55 11 35

www.bestattungen-krueetgen.de, info@bestattungen-krueetgen.de



# Der Sinn des Schmerzes

*Der Schmerz ist nicht nur ein Signal dafür, was im Körper Unregelmäßiges passiert, sondern er hat eine eminente kulturelle Bedeutung.*

Schmerz ist das, was unser Gehirn jeweils interpretiert und unsere soziale und kulturelle Lage an Codes vorgibt. Am besten lässt sich der Schmerz mit einem Text vergleichen, den wir interpretieren müssen. Die Zeichen des Textes werden gelesen je nach Erfahrung und kulturellem Standard des Rezipienten. Es ist wie bei der Hypochondrie: Alles was in einem Buch über Krankheiten gelesen wird, entdeckt ein Hypochonder an sich selbst. Seine Buchlektüre wird zu einer Körperlektüre.

Was die quälende, unlustbetonte Empfindung in einem auslöst, ist individuell verschieden und zum Teil gruppen-spezifisch konditioniert. Jedenfalls reichen Schmerzdefinitionen, die ihn lediglich als Resultat der Reizungen von Nervenzellen, als einen elektrischen Impuls, der durch die Nerven schießt, interpretieren, nicht mehr aus. Schmerz ist ein zerebrales Ereignis: Wir erleben ihn entsprechend unseren Deutungen, durch unsere Sinnzuschreibungen.

Niemand kann den Schmerz eines anderen auf sich nehmen oder ihn zum eigenen machen. Im Schmerz ist jede(r) mit sich allein und ins Schweigen eingeschlossen, es sei denn, ein Übermaß zwingt zu schreien. Aber auch der Schrei ist monologisch und eigentlich sprachlos.

## Der Sinn des Schmerzes

In seiner „Geschichte des Schmerzes“ polemisiert David B. Morris gegen den „Mythos der Zwei Schmerzen“, gegen den gewöhnlichen Dualismus von psychischer und physischer Qual. Die Schulmedizin habe den Schmerz lediglich als Symptom behandelt, als ein bloß biochemisches Produkt. Gegen die „Irrtümer traditioneller Schmerzdeutung“ will er ein neues Verständnis setzen, das in letzter Konsequenz ein neues Selbstverständnis des Menschen einleitet. Der Weg dazu ist die Wiedergewinnung eines Sinns der Schmerzen, also eine Haltung, die ihn nicht medikamentös verdrängen will, sondern sich ihm stellt. Morris ist der Überzeugung, dass die



Sinnfragen durch den Schmerz ausgelöst werden, der deshalb die „Grundlage für jeden kulturproduktiven Akt“ ist.

Der Schmerz verändert Anschauungen und Verhaltensweisen, und er wandelt sich selbst: Zwischen dem viktorianischen, hysterischen Schmerz, dem stoischen oder christlichen oder gar dem des Holocausts liegen Welten. Dass er mehr ist als eine bloße Gefühlsregung, können folgende Exempel belegen.

## Prometheischer Schmerz

Prometheus raubte dem Himmel das Feuer und brachte es den Menschen als freundliche Gabe. Dafür wurde der Titan grausam bestraft. Er wird an den Kaukasischen Felsen gekettet, wo ihm ein Adler die Leber herausreißt, die aber jede Nacht nachwächst. Von seinen unsäglichen Qualen wird er vorerst befreit: Ein Pfeil des Herakles tötet den Adler. Eine endgültige Erlösung von den Schmerzen wird es für ihn aber nur geben, wenn einer der Unsterblichen bereit ist, Prometheus das Leiden abzunehmen. Die Ähnlichkeiten mit Christus liegen auf der Hand: die Mittlerrolle des Prometheus zwischen den Göttern und den Menschen, seine Leiden und die Erlösung. Prometheus ist - so sagt es sein Name - der Vorausdenkende, der Vorausschauende. Er galt vielfach sogar als der Schöpfer des Menschengeschlechts. Aus Lehm und Wasser habe er die Menschen geformt, so wird in Mythen erzählt. Jedenfalls ist er der große Wohltäter und Freund des Menschengeschlechts. Nicht nur das Feuer, auch alle Künste und Fertigkeiten hat er den Irdischen gebracht - und insofern ist er der Vater der Zivilisation.

Dieser Mythos hat einen äußerst pessimistischen Einschlag, denn für seine Wohltaten wird der Titan hart bestraft. Die Zivilisation wird in diesem Mythos mit Qualen und Leiden verbunden, den negativen Seiten des Zivilisationsprozesses. Der Prometheus-Mythos erzählt von dem Zusammenhang zwischen Schmerz und Zivilisation, zwischen Leiden und Technik. Er macht darauf aufmerksam, dass alle zivilisatorischen Leistungen vom Schmerz begleitet werden.

Norbert Elias hat in seinem epochemachenden Werk über den „Prozess der Zivilisation“ ebenfalls vom massiven Triebverzicht und der damit verbundenen Leidensgeschichte gehandelt.

## Schmerzensmann

In der Philosophie des Epikur steht der Begriff der Lust im Vordergrund. Dieser Hedonismus begreift Lust vor allem als einen Zustand der Abwesenheit von Schmerz. Die stoischen Gegner setzten auf Gelassenheit und sehen es als Tugend an, sich von Schmerzen nicht überwältigen zu lassen. Hiob muss alle Qualen auf sich nehmen, um seine Standfestigkeit im Glauben zu beweisen. Und Christus, der Schmerzensmann, trägt das Zeichen seiner Passion, das Kreuz, an das er geschlagen wird, vor sich her. Schmerzen sind für Tugendproben und für den Erweis der Glaubensfestigkeit gute Prüfinstanzen.

Theologisch wurde der Schmerz oft verstanden als eine Strafe Gottes und als ein Akt der Sühne, schließlich als Ausfluss der Erbsünde. Oder er ist ein Opfer, um sich Heil und Frieden zu erwirken. Er gilt als Vorgriff, als eine Art Vorgeschmack auf die Hölle und erzeugt durch die Androhung konformes Verhalten. Im Schmerz erreicht der religiöse Mensch oft einen Zugang zum Göttlichen, indem er sich in der Imitatio Christi fühlt. Die Qualen der Kreuzigung werden aber auch inszeniert und zur Schau gestellt, so etwa früher bei den Flagellanten.

## Schmerzikonie

Eine der Ikonen des Schmerzes ist die Kreuzigungsszene des „Isenheimer Altars“ (1512/16) von Matthias Grünewald. Die Dunkelheit der Szene verhindert jeden Glanz, so dass sich hier bereits die Gewissheit ankündigt, dass eine Welt

ohne einen sinnhaften Schmerz selbst ohne einen Sinn bleibt. Ganz auf die Kreatürlichkeit wird der Mensch mit seiner Geburt und mit seinem ersten Schrei festgelegt. Das Geburtstrauma und die Geburtswehen hüllen bereits jeden menschlichen Anfang in den Schmerz. Dem angstverhafteten Dasein hat Edvard Munch mit seiner Graphik des Entsetzens („Der Schrei“) eine Formel gegeben.

### Schmerzgeschichten

Das Anwachsen des Schmerzes in der Nähe des Todes haben Leo Tolstoj („Der Tod des Iwan Iljitsch“) und Rainer Maria Rilke („Die Aufzeichnungen des Malte Laurids Brigge“) eingehend beschrieben. In Tolstoj's Geschichte beherrscht der Schmerz allmählich alles, bis die Todesschreie jeden Winkel durchdringen. Ganz ähnlich vollzieht sich das Sterben des alten Brigge: Der Alte dehnt sich aus und erfüllt mit seiner Stimme alle Räume. Der Schmerz bedeutet hier die Vorbereitung auf den Tod, der unter Qualen und Lärm seinen Einzug hält.

In der Erzählung Tolstoj's fragt die Titefigur Iwan Iljitsch, warum es ein sinnloses Leiden des Menschen gebe. Oder gibt es gar sinnvolle Schmerzen? Tolstoj bietet mehrere Antworten auf diese Fragen an.

### Moralität des Schmerzes

Zunächst wird der Schmerz als ein Faktum der Existenz angenommen. Der Schmerz ist mit der Existenz gegeben, ohne Anlass und ohne einen anderen Grund. „Warum diese Qualen? Weil das so ist und aus keinem besonderen Anlass.“ Dann wird der Schmerz als Ausdruck der Verfehlung des Daseins interpretiert, wobei die Quälerei Ursache für Rechtfertigungen ist. „Warum? Warum dieses ganze Entsetzen? Weil er nicht richtig gelebt habe ...“. Der Schmerz kann in die Verzweiflung treiben, in der ein Mensch sich wie in einer extremen Grenzsituation befindet. „Wie, wenn in der Tat mein ganzes Leben, mein ganzes bewusstes Leben nicht das Wahre gewesen ist?“ Schließlich plädiert Tolstoj für eine Art Moralität des Schmerzes, nämlich für die Forderung, so zu leben, dass Schmerz jeder Art vermieden wird - besonders im Miteinander der Menschen, aber auch gegenüber allen Kreaturen.

Diese klassische russische Schmerz-Legende gibt noch eine Reihe anderer Fragen zu bedenken. Der Schmerz ist

für andere stets eine indirekte Wahrnehmung: Zeichen werden wahrgenommen, nicht der Schmerz selbst. Deshalb muss er in der Perspektive des anderen immer zuerst rekonstruiert werden. Tolstoj schreibt aus der Sicht des Leidenden: „Ihm war, als presse man ihn mit seinen Schmerzen in einen engen, schwarzen und tiefen Sack und presse ihn immer weiter hinein und könne ihn doch nicht ganz hineinpressen. Dabei vollzog sich dieses Entsetzliche mit großer Qual für ihn.“



Matthias Grünewald: Das erste Wandelbild vom Isenheimer Altar, Colmar

Da der Schmerz ganz individuell ist, kann er gemeinsam nur in einer kommunikativen Situation erschlossen werden, z.B. im Patientengespräch. Die Leiden des anderen erfordern Empathie, Einfühlungsvermögen und Sprache: der sympathetische bzw. dialogische Akt erschließt den Schmerz des anderen. Der Schmerz ist meist mit anderen Empfindungen verbunden und muss aus dieser Mischung erst herausgefiltert werden.

Besonders bedrückend ist der dumpfe, bohrende, alles nivellierende Schmerz. Er wird zum Regisseur aller Empfindungen und der Lebenseinstellung, weil er wie eine Totalisierung wirkt. Tolstoj: „Es war alles gleich, es war alles ein und dasselbe; der bohrende, auch nicht einen Augenblick aussetzende, quälende Schmerz; das Bewusstsein des so hoffnungslos immer weiter fortziehenden, aber immer noch nicht ganz fortgegangenen Lebens.“

### Schmerzutopie und Weltschmerz

Marquis de Sade konzipierte seine Schmerzopern als Utopien, wobei den Opfern seine Utopien buchstäblich auf den Leib geschrieben werden. Der Sadismus hat bei seinem Namensgeber noch einen anderen Zweck als die bloße Lust am Quälen.

Ganz anders sind die Vertreter des Weltschmerzes zu betrachten. Sie leiden an dem Gegensatz von Endlichem

und Unendlichem, an den Grenzen der Welt und ihrem grenzenlosen Verlangen nach Erweiterung ihres Selbstbewusstseins. Dabei geraten sie in melancholische Verluststimmungen und leiden an der Todesgewissheit. Sie klagen oft ihr Schicksal den Sternen. Viel konkreter sind dagegen die Schmerzbeschreibungen in der neueren Literatur, etwa bei Thomas Bernhard in „Frost“, einem exzessiven Schmerzprotokoll.

### Sprache des Schmerzes

Es ist schwer, für den Schmerz eine eigene Sprache zu finden, weil der Schrei nicht immer zugelassen wird. Virginia Woolf bemerkte dazu: „Für das einfachste Schulmädchen, wenn sie sich verliebt, sprechen Shakespeare oder Keats; aber wenn ein Leidender einem Arzt seine Kopfschmerzen schildern soll, versiegt die Sprache sogleich.“ Diese Schwierigkeiten hängen mit der Ambivalenz und Komplexität von Schmerzempfindungen zusammen.

### Identitätsbeschädigung

Selbstwahrnehmung und Selbsterfahrung sind mit dem Schmerzerlebnis gegeben. Ich bin nicht mein Schmerz, aber der Schmerz ist meiner und nur meiner, womit er sich in die Seele und in die Identität hineinfrisst. Er ist authentisch und markiert die Fragilität, die Zerbrechlichkeit aller Beziehungen und Möglichkeiten des Lebens. In jedem Falle ist der Schmerz eine schwere Verwundung, eine Verletzung der Identität einer Person, die bis zur Identitätsberaubung gehen kann. Insofern kann der Schmerz als eine gravierende Identitätsbeschädigung begriffen werden.

Im 21. Jahrhundert wird eine solche Auslieferung an den Schmerz zunehmend vermieden. Aspirin im Alltag und Anästhesie in der Klinik ermöglichen ein fast schmerzfreies Leben. Schmerz vor und nach Aspirin ist jeweils etwas anderes. Die Schmerztablette gehört zu den Requisiten des gewöhnlichen Lebens und hat in Aspirin ein Mittel, das für die Schmerzkultur folgenreich war und zu den umwälzenden chemischen Mentalitätstransformatoren zu rechnen ist. Die Algesiologen richten heute Schmerzkliniken ein, um vor allem die chronischen Leiden zu therapieren.

Prof. Helmut Bachmaier  
www.senline.ch



EINFACH

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

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

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

MITTEL

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

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

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

SCHWER

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

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

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

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 „Essen auf Rädern“, Hausnotruf  
und Ambulante Pflege erleichtern das Leben zu Hause.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf:

Telefon 0241 91838-0  
info.aachen@johanniter.de  
www.johanniter.de/aachen

Unverbindliche  
Beratung!

**DIE JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben



## Ein Tag wie Samt und Seide

Oktober ist schon was Besonderes! Der Sommer ist vorbei, es ist Herbst. Es ist der Monat mit bunten leuchtenden Farben. In diesem Jahr wollte er nicht golden werden. Es war grau, trüb, stürmisch, es regnete tagelang. Und dann waren sie da, die goldenen Tage, die uns immer auf's Neue verzaubern. Und gleichzeitig wurde ich angerufen, ob ich nicht Lust hätte, bei einem Werbefilm mitzumachen? Was für eine Frage, natürlich hatte ich Lust!

Gedreht wurde in einem Park. Meine Aufgabe: Lu, ein kluger kleiner Hund, durfte das Stöckchen, das ich warf, nicht holen. Er machte das doch sonst so gerne, aber heute war es anders. Die kleine Szene musste mehrmals wiederholt werden. Erschwerend kam hinzu, bei dem schönen Wetter waren viele Frauchen



und Herrchen mit ihren Hunden im Park unterwegs. Die bellten, liefen herum, wollten mitspielen. Lu, das gescheite Hundemädchen, wurde abgelenkt.

Richtig in die Reihe kam unsere kleine Szene erst, als die fremden Hunde an

der Leine und brav in gewisser Entfernung zuschauten.

Ja und was danach geschah, war einmalig. Die Hundemeute, es waren bestimmt ein Dutzend Vierbeiner, stürmte los, den kleinen Hügel hinauf, hinab, rund herum, umkreiste uns. Die Hunde hüpfen, sprangen hin und her, bellten, Lu, die kluge Hundedame natürlich auch. Sie bewegte sich frei nach dem Motto: „Nun geht's rund, sagt der Hund, und beißt sich in den Schwanz.“

Schade, wir verstehen die Tiersprache nicht. Aber das war Freude pur für Tier und Mensch. Das Drehteam lud mich noch zum Mittagessen ein. Die Einladung nahm ich gerne an. Was für ein Tag! Er gehörte zu denen, wo man glaubt, hier hat jemand Regie geführt und sich was sehr Schönes ausgedacht. Danke, vielen Dank!

Josefine Kühnast



## Geheime Kammern

„Mein Schmuck ist weg“, sagt Anna, als wir am Frühstückstisch sitzen. „Wieso?“, frage ich.

„Er ist weg, ich kann ihn nicht finden.“ - „Das heißt doch nicht, dass er weg ist, wenn du ihn nicht finden kannst“, entgegnete ich. „Was soll das denn heißen?“, fragt sie leicht gereizt.

„Kann es nicht sein, dass du vergessen hast, wo du ihn hingelegt hast. In deinem Nachtkommodchen ist er nicht?“ - „Der Schmuck ist in einem kleinen Täschchen aus Chinaseide und das Täschchen ist nicht mehr da, wo ich es hingetan habe. Nein, im Kommodchen ist er nicht.“

„Wir werden uns mit den Jahren immer ähnlicher. Ich habe auch keinen Schmuck. Meinen Ehering trägst du. Die Manschettenknöpfe kann ich nicht mehr benutzen, die Hemden haben keine Löcher mehr. Ich hätte den Schmuck besser in den Safe bei der Sparkasse eingeschlossen.“ - „Und wenn ich einmal etwas echten Schmuck tragen möchte, ist er nicht da.“ - „Ja, so wie jetzt.“

Nach einer Woche eine Rückfrage: „Ist der Schmuck noch immer verschwunden?“ - „Ja, ich habe noch nicht intensiv



danach gesucht.“ - „Scheint ja nicht so wichtig zu sein, oder?“ - „Natürlich ist es wichtig. Dabei ist schließlich der Ring, den du mir zur Verlobung geschenkt hast, und der Ring, den mein Vater mir geschenkt hat, als unser Andreas geboren wurde. Ich bin noch nicht dazu gekommen, danach zu suchen.“ - „Ach so.“

Nach drei Monaten meine Frage: „Ist das Schmucktäschchen nicht aufgetaucht?“ - „Nein, sonst hätte ich es dir gesagt. Ich werde unsere Ursula bitten, mit mir zu suchen, die findet immer alles.“

Ein paar Tage später eine fröhliche Stimme aus dem Obergeschoss: „Kannst du mal eben zu mir kommen?“ Triumphierend schwenkt Anna ihr Schmucktäschchen. „Guck mal, was ich gefunden habe. In dem Fach der Frisierkommode zwischen den Strümpfen hat es gelegen. Ich muss es hinein gesteckt haben, als

ich in Eile war. Man soll alles immer an die gleiche Stelle tun, habe ich ja immer schon gesagt. Ich zeige dir jetzt, wo ich das Täschchen hinlege, damit du auch weißt, wo es ist. Hier im Schrank, zwischen die Sachen, die da liegen.“ - „Hm, das ist genau die Stelle, wo Einbrecher sofort nachsehen und alles rausschmeißen.“ - „Ach was, das findet niemand.“

Erwin Bausdorf



**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](http://www.laos-it.de)



# Käse

„Ein Dessert ohne Käse ist ein Mädchen ohne Augen.“

(J. A. Brillat-Savarin, 1755-1826)\*

Gelb und schnittfest, bröckelig, cremig-mild, mit Löchern und ohne, braun mit Karamellgeschmack, schimmelig oder sogar mit lebenden Milben – die ca. 5.000 bekannten Käsesorten sind in ihrem Aussehen ebenso vielfältig wie in Geschmack und Geruch. Vor allem letzterer lässt manchmal nur Kennern das Wasser im Mund zusammenlaufen ... über den Siegeszug eines Milchproduktes, das heute auf der ganzen Welt genossen wird.

Käse ist eines der ältesten Lebensmittel und wurde vermutlich schon in der Steinzeit entdeckt, als Jäger in den Mägen junger Urochsen geronnene Milch fanden. Als die Menschen 10.000 v. Chr. begannen, Ziegen, Schafe und Rinder zu züchten, hatten sie mehr Milch zur Verfügung, die als solche aber nur begrenzt haltbar war. Durch die Herstellung von Käse hatten sie nicht nur eine Möglichkeit, die Milch für schlechte Zeiten aufzubewahren, sondern auch eine angenehme Erweiterung des Speiseplans. So gibt es früheste Abbildungen der Käseherstellung aus Mesopotamien, Ägypten und Rom. Im Mittelalter erfanden die Mönche in den Klöstern viele neue Sorten. Aber wie entsteht Käse eigentlich?

## Von der Milch zum Käse

Milch enthält alles, was ein Jungtier braucht: Fett, Milchzucker, Wasser, Mineralstoffe und Proteine. Den Teil der Proteine, die später zum Käse werden, nennt man Casein (von lat. caseus). Um Käse herzustellen, muss das Casein gerinnen und fest werden. Das kann durch Milchsäurebakterien geschehen, wobei der sogenannte Sauermilchkäse entsteht, zum Beispiel Frischkäse und Quark. Durch Gerinnung mit dem tierischen Verdauungsferment Lab aus Kälbermägen oder mikrobiellen Lab wird Labkäse (Süßmilch-

käse) hergestellt. Dazu gehören Schnittkäse wie Gouda, Hartkäse mit geringem Wassergehalt wie Pecorino und Weichkäse mit höherem Wasseranteil wie Camembert. Von der Milch bis zum fertigen Käse ist oft ein langer Weg ...



Um den in Deutschland so beliebten Gouda herzustellen, beginnt man mit dem Dicklegen (Gerinnung) der Milch mit Hilfe von Milchsäurebakterien und Lab. Der fest gewordene Milchanteil, Dickete genannt, wird dann mit einer Käseharfe, einem rechenförmigen Instrument aus gespannten Drähten, zerteilt. Dadurch entsteht der sogenannte Käsebruch, der sich vom flüssigen Anteil, der Molke, abtrennen lässt. Durch Erhitzen gibt der Käsebruch mehr Molke ab, und der Wassergehalt des Käses lässt sich genau festlegen. Wird der Bruch anschließend in Formen gefüllt und die Molke herausgepresst, entsteht ein Käselaiab. Ein Bad in Salzlake entzieht dem Käse noch mehr Wasser und trägt zum späteren Geschmack bei. Sein eigentliches Aroma entfaltet er durch die Reifung, wenn er gelagert wird. Viele Käse bekommen dabei Löcher – aber wie?

## Bakterien am Werk

Gärungsprozesse sind für die Löcher verantwortlich: Zugefügte Bakterien zersetzen Bestandteile der Milch, wobei Kohlendioxid entsteht, das im Käse Blasen bildet. Das Gas bleibt bis zum Anschneiden im Käse, da die Käserinde eine feste

Schutzschicht darstellt. Sie entwickelt sich, wenn der Laib immer wieder mit Salzlake eingerieben wird, die der Oberfläche Feuchtigkeit entzieht. Löcher können aber auch anders entstehen: Beim Tilsiter zum Beispiel wird der Käsebruch beim Einfüllen in die Form nicht so stark gepresst wie beim Gouda. Dadurch bleiben zwischen den Bröckchen kleine unregelmäßige Hohlräume.

Mancher Käse zwingt den einen, sich die Nase zuzuhalten, während der andere von seinem intensiven Aroma begeistert ist. Für diese Stinkkäse sind, wie bei der Gärung, auch Bakterien verantwortlich. Die Käselaiabe von Limburger und Harzer Roller werden durch Einreiben speziell behandelt, damit Rotschmiere-Bakterien auf ihnen siedeln. Dabei entsteht die halbweiche rötliche Rinde. Die Stoffwechselprodukte der Bakterien bestehen aus leicht flüchtigen „stinkigen“ Schwefelverbindungen, aber auch Buttersäure, die in Schweiß enthalten ist. Damit Edelschimmelkäse wie Roquefort eine faulige Schärfe entwickeln, werden sie mit essbaren Schimmelsporen behandelt. Guten Appetit!

## Denkwürdiges

Käse lässt sich auf den Röntgengeräten bei der Kontrolle am Flughafen nur schwer von Plastiksprenstoff unterscheiden. Liegen dann noch Kabel von den Kopfhörern daneben, braucht man sich nicht wundern, wenn man das Mitbringsel aus dem Urlaub vorzeigen muss.

In Norwegen wird ein brauner Käse aus Molke hergestellt, der durch Karamellisieren des enthaltenen Milchzuckers und Hinzufügen von Sahne einen herzhaft-süßen Geschmack bekommt. Der hohe Anteil an Fett und Zucker macht den Käse leicht brennbar, was 2013 dazu führte, dass ein LKW mit 27 Tonnen Braunkäse vier Tage in einem Tunnel brannte, bis er gelöscht werden konnte.

Würchwitzer Milbenkäse hat einen salmiakartigen Geruch und wird durch Fermentation mit Hilfe von Milben hergestellt, die am Ende lebend mitgegessen werden. Der Käsemilbe wurde auf dem Würchwitzer Dorfplatz sogar ein Denkmal errichtet. Wenn das kein Siegeszug ist!

Dr. Christine M. Hendriks  
Chemikerin



\* französische Autorin, vor allem des Buches über Tafelfreuden „Die Physiologie des Geschmacks“, 1825





## InMemoriam

bestatten begleiten begegnen

**TAG DER OFFENEN TÜR:** Am 22. September 2018 laden wir Sie von 11.00 – 16.00 Uhr ein. Eine gute Gelegenheit sich den Themen Tod und Bestattung behutsam zu nähern.

**Aachener Bestatterinnen** Regina Borgmann & Lisa Höfflin,  
 Eifelstraße 1b, 52068 Aachen, **Telefon. 0241. 55 91 79 87.**  
 Infos & Veranstaltungshinweise: [www.inmemoriam-web.de](http://www.inmemoriam-web.de)

# Pippes, der Zaunkönig: Rasselbande

Wenn junge Vögel das Nest verlassen, ist es für sie selbst ein großes Abenteuer, für ihre Eltern jedoch purer Stress. Sie halten nämlich die Jungvögel noch einige Zeit zusammen. Da das Jungvolk zwar flügge ist, sich aber noch nicht sofort selbst ernähren kann, werden die hungrigen Schnäbel von den Altvögeln noch eine Zeitlang gestopft – nun außerhalb des Nestes! Daher sollte man Jungvögel außerhalb des Nestes ruhig den Eltern überlassen. Diese kümmern sich nämlich so lange um sie, bis sie ganz flügge und selbstständig sind, was in der Regel nur ein bis zwei Tage dauert.



Zu meiner Freude hatte ich solche „Nestaufösungen“ schon mehrmals bei Meisen beobachtet. Während die Altvögel sorgenvoll herumflatterten und die Jungen warnten und herbeiriefen, wuselten diese ohne jede Scheu und unbefangen in meinem Garten um mich herum.

Eines Tages flatterten jedoch keine jungen Meisen um mich herum, sondern fünf junge Zaunkönige! Die kleinen flauschigen Federbällchen waren in den ersten Stunden so zutraulich und kamen mir so nahe, dass ich sie hätte berühren können, was ich aus Respekt vor der Natur allerdings nicht machte.

Die Vögelin landeten allein, zu zweit oder sogar zu dritt neben mir im Fliederbusch. Zwei ließen sich sogar auf der Gartenbank nieder und warteten dort geduldig, bis sie von den Alten gefüttert wurden.

Als sich das Gewusel etwas beruhigt hatte, landete – oh Wunder! – Pippes neben mir und sah mich herausfordernd an. Er war sichtlich stolz und meinte keck: „Na, ist das nicht eine schöne Rasselbande, die ich da allen Widernissen zum Trotz heute ins Leben führen kann?“

Voller Lob erwiderte ich: „Das hast du hervorragend hinbekommen und ich

danke dir dafür, dass du mir deinen Nachwuchs hier in meinem Garten vorführst. Doch sag mir, wie du es geschafft hast, das Nest so gut zu verbergen, dass ich absolut nichts davon bemerkt habe?! Weder von der Brut noch von der Fütterung der Jungen im Nest?“

„Wir Zaunkönige müssen sehr vorsichtig sein, denn wir haben viele Feinde. Deswegen habe ich das Nest diesmal so gut verborgen, dass selbst du nichts davon bemerken konntest. Ich weiß zwar, dass du ein Vogelnest niemals berühren würdest, aber jemand anderes hätte dich in seiner Nähe beobachten und es dadurch finden können. Daher meine Vorsicht auch dir gegenüber.“

„Gut gemacht“, lobte ich Pippes, „und ich wünsche dir, dass du auch diese Brut wieder erfolgreich ins Leben einführst.“ – „Das hoffe ich auch“, meinte Pippes, schon im Abflug, um sich wieder um seinen Nachwuchs zu kümmern. „Denn wahrscheinlich ist dies die letzte Brut, die ich zu verantworten habe.“ Noch ehe ich etwas dazu sagen konnte, war Pippes im Geäst der nahen Hecken verschwunden.



Ich war dankbar für das, was ich soeben erleben durfte. Dass Pippes mir seine Jungen so nahegebracht hatte, war etwas ganz Besonderes und hatte wohl damit zu tun, dass es in diesem Jahr ernst werden würde mit dem Abschied nehmen. Pippes war jetzt sechs Jahre alt, für einen Zaunkönig ein wahrhaft bibliisches Alter.

Ich blieb nachdenklich, aber mit der Hoffnung zurück, dass mein gefiederter Freund mich noch einige Male besuchen würde, ehe das Unvermeidliche eines Tages eintreten würde.

Text & Fotos:  
Josef Stiel



Viele gute Gründe für Ihren Besuch in der Tagespflege:

- Nicht mehr alleine zu Hause sein
- Aufbau und Pflege von sozialen Kontakten
- Sich geborgen und gebraucht fühlen
- Keine Langeweile
- Gemeinsame Aktivitäten wie Backen, Ausflüge, kreatives Gestalten u.v.m.
- Täglich wechselndes Mittagessen in netter Gesellschaft
- Förderung vorhandener Fähigkeiten

*Am Tag in geborgener Gesellschaft  
abends wieder zu Hause*

Gute Gründe für Ihre Angehörigen:

- Professionelle Tagesbetreuung
- Angehörige können erwerbstätig bleiben
- Schaffung eigener Freiräume z. B. zur Erledigung von Einkäufen, Arztterminen oder um Kraft zu sammeln während der eigenen Freizeitgestaltung

Öffnungszeiten

Mo - Fr 8:30 Uhr - 16:30 Uhr

Beratungs- und Besichtigungstermine nach Vereinbarung

TAGESPFLEGE EILENDORF AM MARKT  
Von-Coels-Str. 256 · 52080 Aachen  
Tel. 0241 / 92 888 888  
www.eilendorf-am-markt.de  
info@eilendorf-am-markt.de



Schloss Saarbrücken

## Vier-Flüsse-Quartett mit schwimmendem Hotel

Auf einer Flusskreuzfahrt von Saarbrücken nach Stuttgart kann man in einer Woche im schwimmenden Hotel die Schönheiten von vier Flüssen erleben. Reizvolle Landschaft und Weltkulturerbestätten wechseln sich ab. Und: Auf dem Fluss ist Entschleunigung angesagt, denn der Weg ist das Ziel.



Unterwegs passiert man das „Deutsche Eck“ in Koblenz, den Zusammenfluss von Rhein und Mosel, sowie den berühmten Loreley-Felsen, das Heidelberger Schloss und die barocke Schönheit Schloss Ludwigsburg.

### Tag 1:

Per Bahn geht es nach Saarbrücken, wo eine Stadtrundfahrt vor der Einschiffung

### Tag 2:

Nach dem Drei-Gänge-Menü am Mittag auf dem Schiff geht es auf eine geführte



Berncastel-Kues, Mosel



Porta Nigra, Trier

Stadtrundfahrt nach Trier, natürlich auch zur Porta Nigra und dem neuen Denkmal für Karl Marx. Auf der Mosel wird die Reise am frühen Abend fortgesetzt.

### Tag 3:

Ausgeschlafen und nach einem Sektfrühstück in bester Laune gehen wir zu Fuß durch die historische Altstadt von Bernkastel-Kues. Fachwerk bestimmt das Stadtbild. Überall gibt es urige Weinstuben und historische Weinkeller. Einer Wanderung auf den berühmten Doktorweinberg schließt sich die Verkostung der dort angebauten edlen Weine an.

Während des Mittagessens legt das Schiff ab, um Richtung Rhein zu fahren. Am Abend tauscht man sich beim Empfang für Stammgäste bei Sekt und Häppchen über Reiseerlebnisse aus.

### Tag 4:

Am frühen Morgen wird noch vor dem Frühstück das Deutsche Eck passiert. Nach der Loreley geht es zur spannenden Besichtigung der Brücke, dem Arbeitsplatz des Kapitäns, bevor am Nachmittag Mainz am Rhein erreicht ist. Eine Stadtführerin erklärt auf einem



Deutsches Eck, Koblenz



Loreley-Felsen



Bad Wimpfen

Rundgang alles Wissenswerte über den Dom und die Erfindung des Buchdrucks durch Gutenberg. Der Besuch einer Weinstube in der Altstadt und ein Absacker auf dem Sonnendeck bei Nacht lassen den Abend nach dem Essen gemütlich ausklingen.

**Tag 5:**

Am Mittag ist Heidelberg am Neckar erreicht. Die Altstadt und das Schloss ziehen Touristen aus der ganzen Welt an. Am Abend ist auf dem Schiff „Piraten-Party“ angesagt.

**Tag 6:**

Heute geht es nach Bad Wimpfen, ein malerischer, von Fachwerk bestimmter Ort am Neckar. Nach der Besichtigung werfen sich alle in Schale: Beim Galaabend mit Sektempfang der Crew wird das Ende der Reise gefeiert. Nach dem Anlegen in Lauffen am Neckar gibt es noch einen letzten Absacker an der Schiffsbar.

**Tag 7:**

In Bad Cannstatt bei Stuttgart endet die Flussreise. Nach einer Stadtrundfahrt und einem Rundgang durch das Zentrum gibt es zum Abschied noch ein Mittagessen auf Sterne-Niveau im Gourmetlokal „Plenum im Landtag“, bevor es rundum entspannt wieder nach Hause geht.

*Nina Krüsmann*



Stuttgart



Mainzer Dom



Brücke, Heidelberg



Schloss Ludwigsburg

# 40 SCHWEDENRÄTSEL

fränkisch: Hausflur	Abgasreiner bei Dieselmotoren	Nordnordwest (Abk.)	aufwärts	Abk.: Sankt	Krümmung, Kurve	ugs.: etwas beginnen	Fußglied	Fruchtläther	Kf.: Kaufvertrag	Lernpensum	Stadt an der Aare (Schweiz)
	10		Ehrenstaffel b. Staatsbesuchen				1	Aufsehen, Skandal			
schlechte Angewohnheit					kaum hörbar	ruhelos umherirrender Mensch					Zeitungsanzeige
Abk.: Südwest			Schutzheiliger Englands	Inhaltslosigkeit			früherer äthiop. Herrschertitel	gemauertes Ufer			
unverschlossen		sieden, kochen				Handwerker; Anstreicher	Planetename				
				Be-wohner eines Erdteils	Längenmaß			schwarze Vögel		seine Lage verändern (sich ...)	6
Alpenpflanze		eine Käsesorte	südostasiat. Staatenbund (Abk.)	2			Grundschleppnetz der Fischer	3	Amts-tracht		
					Bücher-, Waren-gestell	Bewohner der Zuckerrohrinsel					
Einheit für 24 Stunden			Bekleidung der Mönche		Bilder-rätsel			Norm, Richt-schnur	Abk.: Wetter-amt		
Tier-produkt		männliche Katze				be-jahrter Mann	Zurück-setzen eines PCs				
				tschech. Name d. Stadt Pilsen		Farbe			griech. Spora-den-insel		Olympia-stadt 2004
wiederholt	Gespens		Steno-grafie-kürzel	ital. Pries-ter-titel		4		Störung, Schaden	Abk.: Self-Ex-tracting Archive		
Stativ, Stellage						Teil des Bogens	klein-licher Mensch				
				seitlich (er steht ... mir)	Pflanzen-faser		12		Hack-werk-zeug	Teil der Scheune	
Fortsetzungs-folge	8	Rasse-hund	Unge-bräuchtes				Ausrüs-tungsteil techn. Geräte	Lauf-junge, Über-bringer			
auf einem Fleck verharren					nord-amerik. Indianer	größeres Grund-stück				9	
Abk.: Telefon			Woge	franz. männl. Vorname				Stock-werk	Abtei in Ober-bayern		Fakul-täts-leiter
Schul-fach	Be-hälter, Hülle		Stech-insekt	11			Spende, Ge-schenk	Not, Misere			
					Ausruf	Be-sucher			Aufguss-getränk		
Zeichen für Titan	7		Abk.: Betriebs-rat	Halb-edelstein				Spalt-werk-zeug			Zeichen für Helium
normal, regulär						Festung im Mittel-alter			Ausruf		
falscher Weg				Wild-pfleger	5			hasten			

Die Buchstaben von 1 bis 12 ergeben einen internationalen Aktionstag.





## Spaziergang durch den Westpark

„Ich ging im Walde so für mich hin, und nichts zu suchen, das war mein Sinn“, schrieb Goethe. Er spazierte und suchte dabei Inspiration.

Es gibt eine Spaziergangswissenschaft, Promenadologie, an der Kunsthochschule Kassel. Den Studierenden wird beigebracht, wie Spazieren ohne Ziel Erholung sein kann. (Quelle: Der Spiegel, Nr. 24/18)

So mache ich mich am Sonntagmorgen auf den Weg. Durch die Weststraße, an Lidl, Aldi, Dursty und einer „Muckibude“ vorbei komme ich zum Westpark. Die Sonne scheint und die Luft flirrt. Es ist drückend warm. Es könnte nachmittags gewittern.

Heute ist Flohmarkt im Westpark. Wer etwas verkaufen möchte, darf sich einen Platz aussuchen, seine Angebote auf der Wiese, einer Decke oder einem Tisch ausbreiten. Er muss keine Standgebühr bezahlen.

Das Wasser im Teich des Westparks ist verschwunden. Grauer, rissiger, ausgetrockneter Schlamm bedeckt den Boden des Weihers. Hindurch schlängelt sich das Wasser des Zulaufs, ein Teil des Johannisbaches. Seit ein paar Wochen ist das so. Es stinkt. Der Abfluss muss saniert werden. Der sollte lange fertig sein, doch die Baufirma hat Schwierigkeiten, das nötige Material zu beschaffen.



Der Weiher mit Wasser

Das scheint die Stimmung der Flohmarktaussteller und der Besucher nicht zu beeinträchtigen. Es wird angeboten, was endlich verschwinden soll. Die Kuschtierchen der Kinder haben ausgedient, die Spiele, die schon so oft gespielt wurden, mag niemand mehr. Tassen und Gläser, Bilder, Hüte, Mützen, Klamotten, Socken und Schuhe. Großes Interesse scheint es im Moment - es ist Mittagszeit - nicht zu geben, es sind mehr Anbieter als Kunden da.

Der Westpark hieß früher „Lochnergarten“. Der Tuchfabrikant Emil Lochner erwarb 1882 das Grundstück und 1885 war der Lochnergarten fertig. Die erste Attraktion war ein Zoologischer Garten. 50 Tiere, Schlangen, Bären, Tiger und einheimische Tiere wurden gezeigt. Um die Besucher vor Schäden zu bewahren, soll es eine handgeschriebene Warntafel gegeben haben: „Nicht am Bär packen!“ Das einzige Überbleibsel dieses Tierparks ist der noch vorhandene Weiher. Auf dem Gelände gab es einen Glaspalast, der 3.000 Personen aufnehmen konnte. Der Glaspalast diente im 1. Weltkrieg als Lazarett und brannte 1917 vollständig ab. Seine Trümmer sollen unter dem Hügel in der Wiese an der Gartenstraße verborgen



Der Weiher ohne Wasser

sein. 1920 wurde der Park als Westpark wieder eröffnet.

Heute dient der Park der Erholung. Es gibt eine Wiese für Grillfreunde, einen Platz, um Basketball zu spielen, einen Bolzplatz, Spielplätze für Kinder und eine Tischtennisplatte. Jogger drehen ihre Runden und ein Mütterchen aus dem Altenheim nebenan schiebt ihren Rollator vor sich her. Möchte jemand in der Sonne baden, so ist das auch möglich. Entenfüttern ist ein Spaß für alte Leute und kleine Kinder. Es ist zwar nicht gestattet, aber wer soll das kontrollieren?

Ganz ohne Ziel bin ich nicht unterwegs. In der Tankstelle an der Lochnerstraße kaufe ich eine Zeitung, gehe weiter zur Jakobstraße, lasse mir in der Eisdielen ein Eis für Anna einpacken und mache mich auf den Heimweg.

Nachtrag: Zum Redaktionsschluss waren die Bauarbeiten noch nicht beendet.

Text und Fotos:  
Erwin Bausdorf  
Quelle: www.wikipedia.de



**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**



# Ein Schlüssel zur Gesundheit - sekundäre Pflanzenstoffe

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

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

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

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



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

Sekundäre Pflanzenstoffe werden von den Pflanzen gebildet, um Schädlinge und Krankheiten und auch zellschädigende Strahlung abzuwehren. Bei vielen Stoffwechselreaktionen unseres Organismus entstehen aggressive Sauerstoffradikale, die eine Oxidation in den

Zellen verursachen. Dadurch können Erkrankungen wie Arteriosklerose, Krebs und allgemein Alterungsprozesse gefördert werden.

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

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

Hartmut Kleis  
Apotheker



## Wie viel Vorsorge für die Prostata?

*Prostatakrebs ist mit mehr als 57.000 Neuerkrankungen pro Jahr die häufigste Krebsart bei Männern in Deutschland. Allerdings verläuft Prostatakrebs häufig nicht tödlich, die Fünf-Jahres-Überlebenswahrscheinlichkeit ist mit 91 Prozent hoch.*

Das liegt unter anderem daran, dass die Tumoren in der auch Vorsteherdrüse genannten Prostata bei einem Teil der Patienten nur sehr langsam wachsen. Prostatakrebs tritt im Mittel in einem Alter von über 70 Jahren auf, vor dem 50. Lebensjahr ist Prostatakrebs dagegen sehr unwahrscheinlich.

### Jährliche Tastuntersuchung von der Kasse

Das gesetzliche Früherkennungsprogramm wird für Männer ab 45 Jahren angeboten. Es umfasst eine jährliche Untersuchung, bei der die Genitalien und die Lymphknoten in der Leiste sowie die Prostata selbst vom Enddarm aus abgetastet werden. Außerdem fragt der Arzt nach der Vorgeschichte und eventuellen Beschwerden. Als Ergänzung zum gesetzlichen Früherkennungsprogramm wird häufig der sogenannte PSA-Test angeboten, den die gesetzlichen Kranken-



kassen allerdings nur in Ausnahmefällen bezahlen. Bei diesem Test wird im Blut das „Prostata-spezifische Antigen“ gemessen, das bei Krebserkrankungen oft erhöhte Werte aufweist. Allerdings ist der Nutzen des Tests unter Fachleuten umstritten. Männer sollten sich deshalb im Vorfeld gut informieren. Kompetente Beratung erhalten sie z.B. bei ihrem be-

handelnden Arzt, aber auch beim Krebsinformationsdienst unter [www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de) oder unter der kostenfreien Rufnummer 0800-4203040.

### Vor- und Nachteile des PSA-Tests

Für den PSA-Test spricht etwa, dass mit seiner Hilfe Prostatakrebs früher erkannt und so die Sterblichkeit zumindest geringfügig gesenkt werden kann. Das gilt vor allem für Patienten mit aggressiven, schnell wachsenden Tumoren, die allerdings nur eine kleine Untergruppe ausmachen.

Gegen den Test spricht, dass er relativ unspezifisch ist und oft zu unnötigen Behandlungen führt. Denn wegen des meist langsamen Wachstums und häufig höheren Alters der Betroffenen verringert Prostatakrebs in vielen Fällen gar nicht die Lebenserwartung. Trotzdem werden die Betroffenen durch die Diagnose beunruhigt und belastenden Behandlungen ausgesetzt, die zu Inkontinenz oder Impotenz führen können. Die Entscheidung muss deshalb je nach Einstellung und bestehenden Risiken ganz persönlich getroffen werden.

# Gesundheits-Apps richtig nutzen

Egal ob Kalorienzähler, Pollenflugvorschau oder Tipps für Hausmittel, das Angebot der Gesundheits-Apps wächst rasant. Allein das deutschsprachige Angebot umfasst nach Schätzung der CHARISMHA (Chancen und Risiken von Gesundheits-Apps)-Studie mehr als 100.000 solcher Applikationen für Mobilgeräte. Das Angebot reicht dabei von Wellness- und Lifestyle-Apps, die positive Wirkungen auf die Gesundheit versprechen bis hin zu Apps, die als Medizinprodukte bei der Diagnose von Erkrankungen helfen.



Hilfe im Notfall bietet z.B. die kostenlose Erste-Hilfe-App des Malteser Hilfsdienstes. Mit Bildern und kurzen Texten erklärt sie Schritt für Schritt die wichtigsten Notfallmaßnahmen.

## Qualität und Nutzen

Qualität und Nutzen von Gesundheits-Apps sind oft nicht unbedingt auf den ersten Blick erkennbar. Dies betrifft beispielsweise:

- die Präzision von Messungen bei Bewegungs- und Körperfunktionsdaten,
- die Nützlichkeit von Verhaltensempfehlungen (z.B. zur Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung).

## Fragen des Datenschutzes

Eine umfassende und stets aktuelle Prüfung aller Gesundheits-Apps ist nach Einschätzung der CHARISMHA-Studie kaum realistisch. Zur Einschätzung von Qualität und Vertrauenswürdigkeit von Gesundheits-Apps stehen Ihnen aber eine Reihe von Kennzeichnungen zur Verfügung (z.B. Siegel, Zertifikate). Zudem können Sie sich an Empfehlungen bekannter Anbieterinnen und Anbieter von Gesundheitsinformationen (z.B. Krankenkassen) orientieren.

## Gesundheits-Apps sind nicht frei von Risiken

Insgesamt sind Gesundheits-Apps eine gute Möglichkeit, seine Gesundheitskompetenz zu steigern und sich zu einem bewussteren Umgang mit der eigenen Gesundheit zu motivieren. Dies gilt insbesondere, wenn Sie die richtigen Apps für mehr körperliche Bewegung, gesündere Ernährung und Gewichtskontrolle nutzen.

Wählen Sie Gesundheits-Apps immer sorgfältig aus. Wenn Sie Gesundheits-Apps mit unklarem Hintergrund nutzen, sind Risiken - zumindest theoretisch - möglich. Konkrete gesundheitliche Schäden infolge der Nutzung einer App sind zwar noch nicht bekannt geworden, jedoch können, wie bei den meisten Medizinprodukten, Mängel auftreten. Fehlerhafte Informationen durch Apps können Diagnose- und Therapiefehler zur Folge haben. Dazu gehören falsche Dosierungsempfehlungen von Medikamenten, aber auch irrtümliche „Entwarnungen“ bei Gesundheitsproblemen.

Auch Wellness- und Lifestyle-Apps sind nicht gänzlich frei von Gefahren. Wenn beispielsweise Bewegungsempfehlungen zu Fehl- und Überbelastungen führen oder Gesundheitsinformationen vermittelt werden, die Stress auslösen und das seelische Wohlbefinden beeinträchtigen können.

## Vor Installation sorgfältig auswählen

Grundsätzlich sollten Sie Zweck und Nutzen einer App immer selbst prüfen, bevor Sie sich zu einer Installation entscheiden. Bei der Auswahl der passenden Gesundheits-App sollten Sie folgenden Kriterien berücksichtigen:

Alle gesundheitsbezogenen Aussagen sollten mit Quellen belegt und Erstellungs- bzw. letztem Aktualisierungsdatum versehen sein.

Die App sollte sich nach den aktuellen Datenschutzbestimmungen richten und sich auf Berechtigungen beschränken, die für die Funktionsweise der App notwendig sind.

Möglichkeiten für Rückfragen und Anregungen sollten angeboten werden.

Es sollte ein leicht auffindbares Impressum vorhanden sein, das Informationen zu den vorher genannten Punkten und damit zur Beurteilung der Vertrauenswürdigkeit der App bereithält.

## Weitere Infos finden Sie unter:

- Chancen und Risiken von Gesundheits-Apps (CHARISMHA): [www.charismha.de](http://www.charismha.de)
- Gesundheits-App Fact Sheet des Aktionsforums Gesundheitsinformationssystem (afgis) e. V.: [www.afgis.de](http://www.afgis.de)
- SPOTLIGHT GESUNDHEIT 2/2016 der Bertelsmann Stiftung zu Gesundheits-Apps: [www.bertelsmann-stiftung.de](http://www.bertelsmann-stiftung.de)
- Übersicht der Stiftung Warentest über Gesundheits-Apps der Krankenkassen: [www.test.de](http://www.test.de)

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

## 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 – 510 530-0**

[www.fauna-aachen.de](http://www.fauna-aachen.de)



## Immer in Bewegung bleiben

Wann wurde die deutsche Fußball-Nationalmannschaft zum ersten Mal schriftlich erwähnt? Im Alten Testament: „Sie trugen seltsame Gewänder und irrten planlos umher.“

\*\*\*

Ein Schüler schläft im Unterricht. Der Lehrer weckt ihn: „Ich kann mir nicht vorstellen, dass das der richtige Platz zum Schlafen ist!“ Darauf murmelt der Schüler: „Ach, es geht schon. Es wäre nur schön, wenn Sie ein wenig leiser sprechen könnten!“

\*\*\*

Eine junge Frau rennt einem Zug hinterher, kann ihn aber nicht mehr einholen. Ein Passant, der das mitbekommt, fragt sie mit spöttischen Unterton: „Na, haben Sie den Zug verpasst?“ - „Nein“, antwortet die Frau, „ich wollte ihn nur verjagen!“

\*\*\*

Sylvia und Marco warten schon über eine Stunde vor dem Damenmodegeschäft auf ihre Mutter. Sylvia meint: „Jetzt kann es aber wirklich nicht mehr lange dauern. Siehst du? Die holen gerade das letzte Kleid aus dem Schaufenster.“

\*\*\*

Zwei Mitarbeiter des Stadtbetriebs stehen am Straßenrand. Der eine schaufelt ein Loch, der andere schaufelt es wieder zu. Herr Kwolek schaut Ihnen eine Weile zu und fragt: „Warum machen Sie das?“ - „Ach, für gewöhnlich sind wir zu dritt“, antwortet der Lochgräber. „Aber der, der die Bäume einsetzt, ist heute krank!“



Bild: Winternitz/pixelio.de

„Ein Glück, dass Sie endlich zur Untersuchung kommen, das wurde wirklich höchste Zeit!“, mahnt der Arzt. „Weiß ich doch, Herr Doktor. Drei Tage vor dem Ersten wird überall das Geld knapp!“

\*\*\*

„Ich gehe, du gehst, er geht“, trägt der Deutschlehrer vor, „wir gehen, ihr geht, sie gehen. Fritz, kannst du mir sagen, was das bedeutet?“ - „Tja, ich würde sagen: Alle sind weg!“

\*\*\*

Die Gleichstellungsbeauftragte des Bundesfamilienministeriums schickt ein Rundschreiben an alle Fußball-Bundesligavereine mit der Bitte, das heimische Stadion doch endlich mal nach einer Frau zu benennen. Der einzige Verein, der sich meldet, ist Schalke 04. Der Schalcker Präsident teilt der Beauftragten stolz am Telefon mit, dass er sich entschlossen habe, ihrem Wunsch nachzukommen. Hocherfreut fragt sie: „Wie soll das Stadion denn jetzt heißen?“ - „Dem-Ernst-Kuzorra-seine-Frau-Stadion!“

\*\*\*

„Mama, hat die Medizin schlimme Nebenwirkungen?“ - „Oh ja: Morgen kannst du wieder in die Schule gehen.“

\*\*\*

Zwei begeisterte Jogger philosophieren miteinander: „Also, wenn ich mal tot bin, soll man mich einäschern.“ - „Tatsächlich? Wieso denn das?“ - „Ich möchte in einer Sanduhr weiterlaufen!“



Bild: Janusz Klosowski/pixelio.de

## Sieben Küsse noch



Bild: Alexandra H./pixelio.de

*Sieben Küsse noch:  
den ersten  
mindestens auf Deinen Mund,  
den zweiten  
auch - na, und?  
Der dritte,  
der ist auch noch nicht zu viel!  
Der vierte  
ein geheimnisvolles Spiel!  
Den fünften  
tauschen wir mit Lachen!  
Der sechste,  
Kunststück, nur mit  
Dir zu machen!  
Der siebte zeigt:  
Wir müssen noch trainieren!  
Lass sieben gleich uns  
noch einmal probieren!*

Andreas Muschik



Bild: Gabriele Planthaber/pixelio.de

# Neue Regeln beim Elektroschrott

Seit dem 15. August 2018 gehören auch Gegenstände zum Elektroschrott, wenn sie fest verbaute elektrische oder elektronische Bestandteile enthalten. Dazu zählen z.B. Schuhe mit beleuchteter Sohle, Rucksäcke mit fest vernähter Beleuchtung, Badezimmerschränke mit fest eingebautem beleuchteten Spiegel, elektrisch verstellbare Fernsehsessel oder Tresore mit elektrischem Schloss.

Bis auf wenige Ausnahmen fallen alle Geräte, die Strom - ob aus der Steckdose, dem Telefonkabel oder einer Batterie - für ihre Funktion benötigen, unter das „Elektro- und Elektronikgerätegesetz (ElektroG)“. Neu dabei sind z.B. Pedelecs bis max. 25 km/h, Photovoltaikmodule, Nachtspeicheröfen und Leuchten. (Vorsicht bei Nachtspeicheröfen: Enthalten alte Heizkörper Asbest, müssen die Öfen fachmännisch abgebaut und verpackt werden.) Wenn bei diesen Gegenständen der elektr(on)ische Bestandteil fest mit dem Produkt verbunden ist oder nur unter großer Anstrengung und nicht ohne Beschädigung ausgetauscht werden kann, ist das gesamte Produkt Elektroschrott.

Es gibt Möbelstücke und andere Produkte, bei denen die Elektrik/Elektronik nicht fest eingebaut ist. Diese Teile können einfach abmontiert und defekte Teile ausgetauscht bzw. nachgerüstet werden. Dazu gehört z.B. der Badezimmer- oder Wohnzimmerschrank, bei dem die Beleuchtung nur angeschraubt wurde. Hier fallen nur die elektrischen Bestandteile unter das Gesetz und müssen bei den Sammelstellen bzw. dem Handel zurückgegeben werden.

## Was fällt nicht unter Elektroschrott?

Nicht-schadstoffhaltige Lampen, also Glühlampen und Halogenlampen, können weiterhin über die graue Restmülltonne entsorgt werden. Mechanisches Spielzeug wie aufziehbare Figuren gehören ebenfalls in die Restmülltonne. Batterien und Akkus, die ohne das Gerät, in dem sie stecken, weggeworfen werden sollen, müssen nach wie vor zum Handel zurück gebracht werden oder werden von den kommunalen Sammelstellen zurückgenommen. Tonerkartuschen können entweder bei Sammlungen von Händlern zurückgegeben werden (freiwillige Angebote) oder gehören in die graue Restmülltonne. Autoradios gelten als fest in das

Auto eingebaute Geräte und fallen deshalb nicht unter das ElektroG. Sie gehören deshalb grundsätzlich in die graue Restmülltonne. Warmwasser- und Klimageräte werden als „feste Installationen“ gewertet und fallen ebenfalls nicht unter das ElektroG.

Bild: Karl-Heinz Laube/pixelio.de



Neben den kommunalen Sammelstellen gibt es weitere Anlaufstellen, wo Sie ausgediente Elektrogeräte loswerden können: Geschäfte mit einer Verkaufsfläche von mehr als 400 m<sup>2</sup> müssen kostenfrei Altgeräte zurücknehmen. Verkauft das Geschäft neben Elektrogeräten auch andere Waren, zählt nur die Fläche mit elektronischen Produkten als Verkaufsfläche. (Falls sich der Händler weigert, etwas anzunehmen, kontaktieren Sie das zuständige Ordnungsamt Ihrer Gemeinde.) Bei Online-Händlern zählt die Lagergrundfläche, auf der Elektrowaren stehen.

Eine freiwillige Rücknahme durch den Handel ist immer möglich: Dieser Service muss für Verbraucher kostenlos sein, lediglich Transportkosten dürfen vom Händler in Rechnung gestellt werden.

## Welche Gerätegrößen müssen zurückgenommen werden?

Geräte mit einer Kantenlänge unter 25 Zentimetern (also jede Seite des Gerätes darf nicht länger sein) müssen immer zurückgenommen werden - unabhängig davon, ob Sie das Gerät in dem bestimmten Laden gekauft haben oder dort nun ein neues Gerät kaufen.

Für größere Geräte gilt das Prinzip alt gegen neu: Wird ein Gerät gekauft, muss ein Gerät der gleichen Kategorie (z.B. Fernseher gegen Fernseher) kostenfrei zurückgenommen werden. Das gilt auch, wenn das Gerät (z.B. Waschmaschine) nach Hause geliefert wird. In diesem Fall müssen Sie beim Abschluss des Kaufvertrags dem Händler mitteilen, ob ein Altgerät bei Auslieferung mitgegeben wird. Dieser Service muss beim stationären Handel immer kostenlos sein, beim Online-Handel können gegebenenfalls Kosten anfallen, denn hier gelten Sonderregelungen: Online-Händler können entscheiden, ob sie die kostenlose Versendung der Altware ermöglichen, die kostenlose Rücknahme bei Anlieferung oder nur die kostenlose Rückgabe an einer Sammelstelle in zumutbarer Entfernung. Beim Online-Kauf sollten Sie sich deshalb nach den Rückgabekonditionen erkundigen.

## Warum ist ein Recycling sinnvoll?

Werden Elektrogeräte nicht recycelt, gehen große Mengen wertvoller und knapper werdender Metalle unwiederbringlich verloren, aber auch Schadstoffe werden nicht sicher entsorgt. In den Geräten stecken oft Schwermetalle wie Quecksilber, Blei und Cadmium, aber auch Flammschutzmittel und FCKW. Für alle gilt: Sie können Gesundheit und Umwelt gefährden. Umgekehrt lassen sich aus Geräten auch wertvolle Stoffe gewinnen wie etwa Gold, Platin, Kupfer und sortenreine Kunststoffe. Je nach Gerätetyp müssen laut ElektroG zwischen 75 und 85 % der gesammelten Altgeräte verwertet werden.

Altgeräte, die nicht sachgerecht entsorgt werden, können die menschliche Gesundheit und Umwelt gefährden. Dies gilt ganz besonders, wenn Altgeräte als Gebrauchsgüter oder illegal nach Asien oder Afrika exportiert werden. Dort gefährden täglich Menschen ihre Gesundheit, um mit primitiven Mitteln die Rohstoffe (z.B. Kupfer aus PVC-Kabeln) aus dem Elektroschrott wieder nutzbar zu machen. Zudem verseuchen die vielen Schadstoffe Böden und Luft.

Quellen: Pressemitteilung der Stadt Herzogenrath, Stiftung Elektro-Altgeräte Register (stiftung ear)

## Leichte Kost

Ich weiß nicht, welches Wetter sein wird, wenn dieser Beitrag erscheinen wird. Im Moment herrscht noch der „ewige Sommer“ mit Temperaturen deutlich über 30°. Da stehen ausschließlich einfache Spiele auf dem Programm. Das Gehirn soll mit nur wenigen

Regeln belastet werden. Zugleich sollen die Spiele aber bestens die Zeit vertreiben und vor allem viel Spaß bereiten. Und solche Spiele erfreuen auch bei kühlerem oder gar schlechtem Wetter. Viel Spaß mit unseren Empfehlungen!

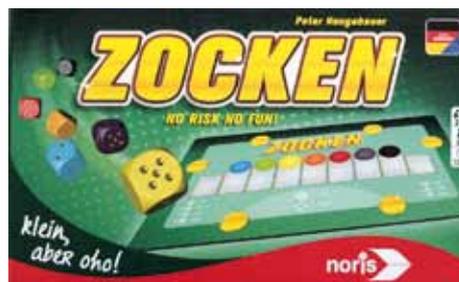


Berthold Heß



Zocken

Sieben Würfel in sieben unterschiedlichen Farben, einen Spielplan und ein paar Chips, mehr braucht es nicht für ein spannendes Zockerspiel. Der Plan zeigt sieben Ablagefelder in den Würfelfarben. Dazu kommen zwei Eckfelder und ein RAUS!-Feld. Der aktive Spieler wirft jeden Würfel einzeln und legt ihn auf die Ablage. Dabei müssen die Würfelaugen eine ansteigende Reihe bilden. Ist ein Wert zu groß oder zu klein, kommt er auf das betreffende Eckfeld. Sind die Eckfelder voll und das Ergebnis passt nicht, wandert der Würfel ins RAUS!. Bei der Endabrechnung gibt es Pluspunkte, wenn kein Würfel im RAUS! liegt. Sehr viele Pluspunkte gibt es, wenn ein Würfel auf dem Feld gleicher Farbe steht. Würfel im RAUS! zählen Minus. Riskiert man, auf die passende Farbe zu setzen, auch wenn dann die weiteren Würfel vielleicht ins RAUS! wandern? Damit auch die Konkurrenten beteiligt sind, können sie wetten, ob der aktive Spieler eine bestimmte Mindestpunktzahl erreichen wird. Da fiebern alle mit. Höchstspannung und Schadenfreude sind angesagt!



**Zocken** von Peter Neugebauer, 2-6 Pers.  
ab 8 J., ca. 30 Min., Noris Spiele, **ca. 9 €**

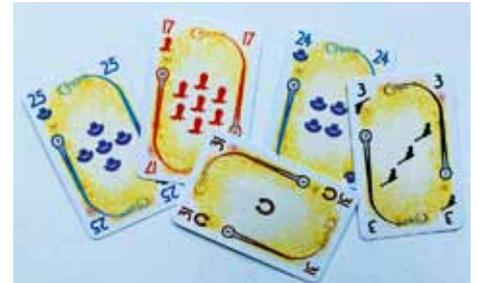


Party Bugs

Kakerlaken feiern eine Party. Jeder von uns hat einen Satz mit 13 Karten. Sie zeigen die Party-Kakerlaken in verschiedenen Kostümen und mit unterschiedlichen Werten. Ziel ist es, möglichst niedrige Karten zu bekommen, denn die Werte zählen am Ende Minus. Karten liegen in der Mitte. Wer muss sie nehmen? Alle Spieler decken gleichzeitig eine Karte auf. Wer den niedrigsten Wert gelegt hat, nimmt als erster, dann folgen die anderen in aufsteigender Reihenfolge. Wer jedoch seine 13 ausgelegt hat, muss alle Karten nehmen. Sind alle Karten ausgespielt, gewinnt derjenige mit den wenigsten Minuspunkten. Es ist gut, gezielt Karten zu nehmen. Wer nämlich zwei gleiche Werte besitzt, darf diese vor der Wertung abwerfen. So kann ein großes Minus schnell reduziert werden. Die Schadenfreude ist groß, wenn man seine Konkurrenten falsch einschätzt und besonders miese Karten bekommt. „Party Bugs“ ist ein turbulentes Spiel mit witziger Grafik. Es ist schnell gelernt und macht sehr großen Spaß.



**Party Bugs** von Martino Chiacchiera, 2-6 Pers.  
ab 8 J., ca. 15 Min., Abacus Spiele, **ca. 8,50 €**



Texas Showdown

Nein, scharf geschossen wird nicht beim „Texas Showdown“. Stattdessen wird raffiniert gestochen, denn das ist ein sehr originelles und spannendes Kartenspiel. Der Kartensatz zeigt die Werte von 0 bis 74. Die Werte sind in Gruppen mit unterschiedlicher Farbe zusammengefasst. Je höher die Werte werden, umso weniger Karten hat eine Farbgruppe. Man will möglichst wenige Stiche machen, denn jeder Stich zählt einen Minuspunkt. Eine Karte wird ausgespielt. Der nächste Spieler muss nun eine Karte gleicher Farbe legen. Hat er diese Farbe nicht auf der Hand, darf er eine beliebige Karte spielen. Der nächste Spieler muss nun eine der ausliegenden Farben bedienen. So kann es passieren, dass im Stich mehrere Farben vertreten sind. Gewertet wird die Farbe, die im Stich am meisten vertreten ist. Wer den höchsten Wert dieser Farbe gespielt hat, erhält den Stich. Stiche mit mehreren Farben ergeben ein ganz ungewohntes Spielgefühl. Weil man Stiche vermeiden will, muss man ebenfalls ganz anders als gewohnt spielen. Das ist aber schnell gelernt und macht einen großen Spaß. Ein schöner Showdown!



**Texas Showdown** von Mark Major, 3-6 Pers.  
ab 10 J., ca. 30 Min., Amigo Spiele, **ca. 8 €**

### Kopf & Zahl 15

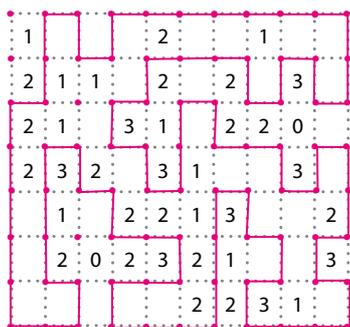
**Produkt**

121 : 11 = 11

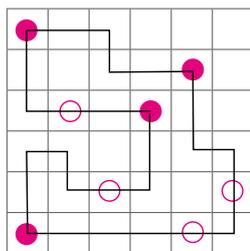
**Magisches Quadrat**

10	16	1	7
6	9	8	11
3	4	13	14
15	5	12	2

### Rundweg I



### Rundweg II

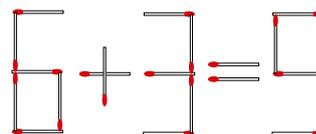


### Durchgeschüttelte

**Wörter**

- Molkerei
- Languste
- Blutegel
- Netzwerk
- Reinfall
- Getriebe
- Schamane
- Reisbrei

### Streichholz-Rätsel



### Zahlenkolonne

1	4		3	2
3		2	4	1
2	3	1		4
	1	4	2	3
4	2	3	1	

### Sudoku 18

**E**

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

**M**

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

**S**

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

### Sudoku 34

**E**

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

**M**

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

**S**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

### Schwedenrätsel 22

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

# „ZU GROSSES AUTO. ZU KLEINE PARKLÜCKE.“

Das Leben passiert. Wir versichern es.

Jetzt bis zum 30. September mit dem  
Kfz-Frühentscheidervorteil Ihren Bonus sichern.

Geschäftsstelle **André Lütz**  
Severinstr. 115 · 52080 Aachen  
Telefon 0241 9519057  
a.luetz@gs.provinzial.com

Immer da. Immer nah.

**PROVINZIAL**



## Da bleiben keine Fragen offen.

Genossenschaftliche Beratung für die Region Aachen

Mein Leben lang.

Ehrlich, verständlich und glaubwürdig  
– die Finanzberatung, die erst zuhört und dann berät  
auf Augenhöhe und ohne Fachchinesisch.

**Aachener Bank**





**LANDHAUS  
KÜCHE**  
von appetito

*Jetzt 3 x Gold probieren!*  
LECKERES AUS DER LANDHAUSKÜCHE

Probieren Sie unsere 3 DLG-preisgekrönten  
Mittagsgerichte zum Sonderpreis für  
je **6,39 €** inkl. Dessert. Mit besten  
regionalen Zutaten gekocht und  
von freundlichen Kurieren  
heiß ins Haus gebracht.

Täglich  
für Sie heiß  
gebracht!

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

apetito AG, Bonifatiusstr. 305, 48432 Rheine



# Pflege- bedürftige Kinder daheim versorgen.

**AOK**  
Die Gesundheitskasse.

Neuer kostenloser Pflegekurs für  
Eltern und Angehörige – vom 04.09.  
bis 02.10.2018 – jeweils dienstags von  
10 bis 12 Uhr im Aachener AOK-Haus  
am Markt.

Infos und Anmeldung:  
Christiane Rühlmann  
Tel.: 0241 464-262  
oder per E-Mail:  
christiane.ruehlmann@rh.aok.de  
www.pflege-regio-aachen.de