

Sommerfest
Samstag, den 20.08.2016,
ab 17:30 Uhr
Sonntag, den 21.08.2016,
ab 11:00 Uhr

PÖSSEM Aktuell

*Das Dorfblättchen für
Werthhoven*

22. Jahrgang | Nr. 160

Samstag, 13. August 2016 | Ausgabe: 2/2016

LIEBE WERTHOVENER BÜRGERINNEN UND BÜRGER,

wenn wir so rund um Werthhoven spazieren gehen und uns umschaun, dann vermissen wir die goldgelbe Farbe der reifen Weizenfelder. In diesem Sommer sehen die Getreideähren vielerorts eher grau aus. Macht man sich einmal die Mühe und schaut sich eine Ähre genauer an, so sehen wir viele kleine schrumpelige graue, so genannte Schmachtkörner. Diese sind hauptsächlich auf eine Pilzkrankheit (Fusarium) zurückzuführen, die durch die nasse Witterung zur Weizenblüte – ja, richtig gelesen, auch Weizen blüht – optimale Bedingungen hatte.

Reif ist der Weizen inzwischen allemal, aber die unbeständige Witterung, zögert die Ernte immer weiter hinaus. Jeder zusätzliche Regentag gibt einer weiteren Pilzart mehr Entwicklungszeit. Die Äcker werden immer dunkler und unansehnlicher. Schuld daran sind Schwärzepilze, die sich auf dem abgestorbenen Pflanzenmaterial der Halme und Spelzen angesiedelt haben. Dort fühlen sie sich bei hoher Luftfeuchtigkeit besonders wohl, sehr zum Leidwesen der Landwirte. Trotz intensiver Pflege der Bestände, drohen Ertrags- und Qualitätseinbußen und damit auch sinkende Einnahmen.

Achten wir einmal darauf, wenn die Landwirte in den nächsten Tagen die abgetrockneten Weizenbestände mit Volldampf abernten. Der Mähdrescher zieht dann eine große schwarze Staubwolke hinter sich her und nicht viele Landwirte in unserer Gegend kommen in den Genuss einer Klimaanlage mit Filtersystem auf dem Drescher!

Wir alle merken in diesem Jahr einmal wieder sehr deutlich, dass Landwirtschaft unter freiem Himmel und eben nicht in einer wetterunabhängigen Produktionshalle stattfindet.

Vielleicht mal eine Gelegenheit, sich mehr für unsere heimische Landwirtschaft zu interessieren und nicht nur den ständigen Horrormeldungen zu lauschen. Auch wenn wir versuchen objektiv zu bleiben, bleibt eine tiefe Verunsicherung, wenn wir ständig hören wie krebserregend Glyphosat ist und wie verantwortungslos der Anwender mit der Chemie umgeht.

Sprechen wir nicht über die Landwirtschaft, sondern sprechen wir mit den Landwirten und informieren uns; so wie der Kinder- und Jugendtreff des Bürgervereins es kürzlich gemacht haben.

Hans-Joachim Duch

MIT PAUKEN UND TROMPETEN

Kita Maulwurfshügel zu Gast beim Bundeswehr-Musikkorps

Am 21. Juni 2016 fuhren alle Kinder der Kita Maulwurfshügel in Werthhoven mit ihren Erzieherinnen Katharina Kluth, Jutta Ebert und Ruby Ludwig sowie einigen Eltern nach Siegburg zu einem Kinderkonzert.

Christoph Scheibling, Kindergartenleiter und Leiter des Musikkorps, hatte die gesamte Kita zu einem Kinderkonzert des Bundeswehr-Musikkorps eingeladen.



Mit dem großen Reisebus des Musikkorps wurden alle abgeholt, was bei den Kindern einen bleibenden Eindruck hinterließ. „Hier sitzt man ja ganz weit oben und kann die ganze Straße überblicken. Außerdem kann man sich anschnallen!“ - O-Ton der Kinder. Nach der „aufregenden“ Busfahrt wurden alle zum Proberaum des Musikkorps in die Siegburger Kaserne gebracht.



Herr Scheibling begrüßte die Kinder herzlich und lud sie zu einer spannenden Märchengeschichte von „der goldenen Blume“ mit Musik ein. Während des halbstündigen Konzertes hörten die Kinder fasziniert der Geschichte zu und waren begeistert von der Musik. Im Anschluss an das Konzert hatten die Kinder noch die Gelegenheit, die Musikinstrumente anzuschauen und auch auszuprobieren. Die Musiker beantworteten geduldig alle Fragen und erklärten, wie man die Instrumente benutzt und wie man z.B. der Trompete oder der Posaune Töne entlockt. In der nächsten halben Stunde wurde es folglich sehr laut im Proberaum, da die Kinder natürlich alle Musikinstrumente ausprobieren mussten.

Die Kinder erlebten einen wunderschönen Vormittag und fuhren mit vielen neuen Eindrücken mit dem Reisebus wieder zurück zur Kita. Vielen Dank an Herrn Scheibling und sein Orchester, die uns diesen schönen Tag ermöglichten.

Kita

ENE MENE MEI, DIE SCHÖNE KINDERGARTENZEIT IST BALD VORBEI.



Am Freitag, den 1. Juli 2016 war die Aufregung im Kindergarten Maulwurfshügel recht groß. Vier Vorschulkinder mit ihren Erzieherinnen Katharina Kluth, Ruby Ludwig und Jutta Ebert gingen am Nachmittag auf große Fahrt.

Mit Fahrgemeinschaften der Eltern fuhren die Schukis nach Altenahr ins verwunschene Langfigtal. Am Ufer der Ahr, inmitten von Wäldern und Steilfelsen, liegt die Natur-Jugendherberge Altenahr. Dort angekommen wurden die Zimmer mit den schönen Hochbetten ver-

teilt. Die Kinder hatten sich schnell geeinigt, wer mit wem in einem Zimmer übernachtete. Gepäck wurde verstaut, Betten gerichtet und schon ging es los. Zuerst eine Stärkung mit Erdbeertörtchen und Muffins, dann schnell in die kurze Hose geschlüpft, Stiefel oder Badeschuhe an und auf ging es zum Mariensteinsuchen an die Ahr. Mit Adleraugen entdeckten die Kinder im klaren Wasser der Ahr glitzernde türkisfarbene Steine. Eifrig wurde gesammelt, denn die so genannten Mariensteine bringen laut den Einheimischen Glück. Blätterschiffchen schwammen davon, und flache Steine hüpfen nach Kinderhand durchs Wasser.

Nach 18.00 Uhr hieß es auf zum Abendessen. Hier ließ sich jeder das Abendmenü schmecken, denn man hatte durch die frische Luft kräftig Hunger bekommen. Zur späten Stunde und mit Taschenlampen bewaffnet, brachen alle zur Nachtwanderung auf. Diese führte über den Krokodilfelsen, vorbei an den Baumgesichtern der Wichtelschlucht, nach Altenahr hinunter. Von jedem Aussichtspunkt konnten die Kinder die wildromantische Ruine der Burg Are einsehen und das Verlangen wuchs, dort hoch zu steigen. Die Kinder entdeckten immer wieder etwas Neues. Dort eine geheimnisvolle Tür, an der anderen Seite ein kleiner Turm, der einer Kapelle gehören konnte, und dort eine große Aussichtsplattform, wo man ganz Altenahr übersehen konnte. Beim Abstieg kamen wir am Winzerverein vorbei. Nach einer kleinen „Wein“-Probe mit Traubensaft ging es zur Jugendherberge zurück und alle schliefen müde und glücklich gegen 23.00 Uhr ein.

Am nächsten Morgen waren alle Eltern und Geschwister der Schukis um 8.30 Uhr zum Frühstück in die Jugendherberge eingeladen. Anschließend war der große Moment gekommen: Das Kindergartenteam verabschiedete die Kinder nach zwei Jahren liebevoller und lehrreicher Betreuung als Schulkinder, überreichte ihnen von den Eltern gebastelte Schultüten und wünschte ihnen für ihren weiteren Weg alles Gute. Auch die Eltern hatten ein großes Dankeschön für die Erzieherinnen, ein vorgetragenes Gedicht, ein wunderschön von den Kindern angemaltes Vogelhaus für den Garten und Restaurant-Gutscheine.

Nach kurzer Verabschiedung brach man voller Eindrücke nach Hause auf von diesem schönen Abschiedsfest. Die ganze Aktion wurde vom Förderverein der Kita Maulwurfshügel finanziert, dem alle Beteiligten an dieser Stelle herzlich danken möchten.

Kita

ÖSTERLICHER KAFFEE DER SENIOREN IN DER KITA



Der Osterhase hoppelte durch die Kita Maulwurfshügel in Werthhoven und erfreute die Senioren, die die kleinen Maulwürfe zusammen mit ihrer Leiterin Katharina Kluth und den Erzieherinnen Jutta Ebert und Ruby Ludwig eingeladen hatten.

Bei herrlich duftenden Kaffee und leckerem Kuchen erlebten sie in geselliger Runde die märchenhaften Darbietungen ihrer kleinen Gastgeber. Eine besondere Freudemachen die Maulwürfe ihren Gästen mit dem selbstgebastelten Ostergruß, einem Blümchen mit einem Hasenstecker.

Nach ein paar schönen Stunden traten die Senioren – schon mit Vorfreude auf das nächste Treffen im Herbst- gut gelaunt den Heimweg an.

Ein herzliches Dankeschön an alle Eltern, die für das tolle Kuchenbuffet der Senioren in der Kita gesorgt haben.

Kita

UNTER WALDPIRATEN UND WICHTELN

Waldwochen in der Kita Maulwurfshügel

Wachtberg-Werthhoven - Ich mag die Bäume, ich mag das bunte Laub, ich mag die Gräser, ich merk mir jeden Strauch, ich mag die Vögel, die Tiere hier im Wald ... unter diesem Thema verwandelten sich die Kinder der Kita Maulwurfshügel im Juni für zwei Wochen wieder in eine so genannte Waldgruppe mit Waldpiraten, Wichteln und Kicherzwerge.

Frühmorgens um 8.30 Uhr wurde sich in der Kita getroffen, wurden Trinkflaschen gefüllt und der Waldtrolli gepackt. Waren alle Kinder da, wurden Rucksäcke auf den Rücken gepackt, orangefarbige Piratentücher angezogen und es ging los. Im Wald angekommen wurden die Tiere im Morgenkreis mit Liedern, Fingerspielen und kleinen Geschichten begrüßt. Dieses Jahr hatte Krümel, der kleine Drache, die Kinder

in den Zauberwald eingeladen, wo sprechende Wurzeln und anderes Geheimnisvolles auf die Kinder warteten.



Nach dem gemeinsamen Frühstück suchten die Kinder zuerst die Höhle des kleinen Drachen und bauten ihm noch weitere versteckte Waldhütten. Andere lauschten der Geschichte von den sprechenden Wurzeln oder des geheimnisvollen Kästchens. Es wurden auch Exkursionen unternommen, verschiedene Baumarten mit ihren Blättern und Früchten kennengelernt sowie Tiere im Wald oder auf den Wiesen beobachtet, wie sie dort wohnen und wo-

von sie leben. In dieser Atmosphäre bemerkten sie Dinge, die ihnen vorher nicht bewusst waren, wie ein durchs Laub krabbelnder Mistkäfer, das Rauschen des Baches oder das Rascheln der Blätter im Wind. Ein Moospolster nur zu sehen, ist etwas Anderes, als es gleichzeitig zu fühlen und an ihm zu riechen. Auch Vorlesepate Wolfgang Weiler besuchte wie jedes Jahr die Maulwürfe im Wald. Mit im Gepäck hatte er wieder spannende Geschichten von Flusi, dem Sockenmonster.

Mittags ging es immer müde und voller Eindrücke zurück zum Kindergarten, wo ein leckeres Mittagessen auf die Kinder wartete. An den Waldtagen schmeckte das Mittagessen besonders gut, so dass fast nie etwas vom Essen übrigblieb.

Kita Werthhoven, K. Kluth

DER FRÜHLING ERHÄLT EINZUG IN DEN PÖSSEMER TREFF

Unter dem Motto „Ab ins Beet“ wurden am 19.04.2016 die Beete am Zugang zum Jugendtreff hergerichtet. Tatkräftig machten sich Betreuer und Kinder des Jugendtreffs an die Arbeit. Zuerst wurde alles Unkraut und alte Pflanzen vom letzten Jahr entfernt, bevor anschließend neue Pflanzen gepflanzt wurden. Dabei waren u.a. Himbeeren, Erdbeeren und Zitronenmelisse, in der Hoffnung, dass im Sommer leckere Erdbeeren und Himbeeren geerntet werden können und kaltes Wasser mit Zitronenmelisse getrunken werden

kann. Auch für das Auge wurde was gepflanzt und gesät, sodass wir im Sommer wieder ein schön blühendes Beet mit vielen Sonnenblumen und anderen Pflanzen genießen können.

Ein großes Dankeschön geht an alle Helfer und alle, die sich in den nächsten Monaten und die Pflege des Beetes und das regelmäßige Gießen kümmern werden.

Markus Blum

KUNSTPROJEKT „VON TÜR ZU TÜR“ DES KATHOLISCHEN FAMILIENZENTRUMS AUCH IN WERTHHOVEN



Im Rahmen des Kunstprojektes, welches aus dem Jahresthema des katholischen Familienzentrums hervorgegangen ist, haben sich insgesamt 16 Gruppen aus Wachtberg beteiligt. Ziel war es, eine Tür zu gestalten, die ein besonderes Thema hervorheben soll. Auch der Jugendtreff Werthhoven hat sich an dieser Aktion beteiligt und eine Tür gestaltet, die nun an der Kapelle in Werthhoven zu bestaunen ist. Unter dem Thema „Die Zukunft in den Händen der Jugend“ soll die Tür darauf hinweisen, dass in der heutigen Zeit oftmals Entscheidungen getroffen werden, ohne dabei darauf zu achten, dass die Zukunft der Jugend durch solche Entscheidungen maßgeblich beeinträchtigt wird.

den Inhalten der Türen und der ganzen Türaktion geben. Außerdem gibt es auf jeder Tür einen QR-Code, mit dem man zu einer App gelangt, die noch weitere Informationen bereithält.

Wer Lust hat, kann sich auf sein Fahrrad schwingen und an der Tür an der Kapelle seine Rundtour starten. Per App wird einem automatisch die Position der nächsten Tür angezeigt. Viel Spaß dabei. Es lohnt sich. Es sind viele, sehr unterschiedliche Kunstwerke bei dem Kunstprojekt entstanden.

Auf den Türen befinden sich jeweils kleine Hinweistafeln, die genauere Infos zu



Markus Blum

AUSFLUG ZUM WIESENHOF

Wie viele Liter Milch gibt eine Kuh pro Tag? Diese und weitere Fragen können die Besucher des Offenen Kinder- und Jugendtreffs Werthhoven nun beantworten. Denn zusammen mit der Jugendfachkraft der Gemeinde Wachtberg, Claudia Schmidt, und den Jugendbetreuerinnen Nicole Sitarek und Christina Lüpschen hatten sie den Wiesenhof der Familie Lüpschen in Werthhoven besucht und dort viel gelernt.



Nachdem sich alle interessierten Kinder am Treff zusammengefunden hatten, machten sie sich auf den Weg zum Wiesenhof. Vorbei an Adele samt Kind ging es über Feldwege, bis schon bald die ersten Wiesen des Wiesenhofs in Sicht waren. Dort angekommen fielen zuerst die kleinen Katzenbabys ins Auge. Nur mit der Möglichkeit, einmal auf den großen Traktor klettern zu dürfen und auf dem Fahrersitz Platz zu nehmen, konnten die Kinder von den Kleinen weggelockt werden.

Dann wurde es inhaltlich: Was essen Kühe? Und wie schmeckt Weizen eigentlich als pures Korn? Nach einer kleinen Kostprobe durften die Kinder Enteneier in die Hände nehmen und mit Hühnereiern vergleichen. Die Schale fühlt sich anders an und Enteneier scheinen auch etwas größer zu sein. Kurz vor dem hauseigenen Gemüsegarten konnten auch die dazugehörigen Tiere beobachtet werden. Auf einer Wiese tummelten sich Gänse, Enten, Hühner und auch eine Wachtel hatte hier ihr zuhause.

An weiteren Fahrzeugen und Anhängern vorbei ging es zum Herzstück des Hofes zum Kuhstall. Neben circa 140 Milchkühen und Bullen konnten die Kinder hier auch die Nachzucht in abgetrennten Bereichen streicheln. Das absolute Highlight war ein noch namenloses, frisch geborenes Kalb, welches die Kinder nach einiger Diskussion auf den Namen „Lola“ taufte. Im Melkstand konnten die Kinder sehen, wie 14 Milchkühe gleichzeitig gemolken wurden. Einige Fakten über Milch später durfte jeder die frische Wiesenhofmilch gleich vor Ort probieren.



Rechtzeitig vor dem nächsten Regenguss schafften es alle wieder zurück zum Treff. Dort konnten die Kinder die restlichen Fragen des zuvor ausgeteilten Quiz beantworten. Auf die drei Kinder, die alle Fragen am Genausten beantwortet haben, wartet in den nächsten Tagen noch eine kleine Überraschung im Offenen Treff.

Ein besonderer Dank gilt der Familie Lüpschen, die diesen schönen Nachmittag möglich gemacht hat, sowie der „Hoftochter“ und Jugendbetreuerin Christina, die durch ihre persönliche Führung einen Blick hinter die Kulissen des Hofes gestattete.

... und nun wissen wir es auch: Es sind circa 25 Liter Milch, die eine Kuh am Tag durchschnittlich gibt.

Der Offene Kinder- und Jugendtreff Werthhoven, Weißer Weg 9, öffnet seine Türen:

- **Dienstag**
von 17.00 bis 19.00 Uhr für Kinder ab sechs Jahren
von 19.00 bis 21.00 Uhr für Jugendliche ab zwölf Jahren
- **Freitag**
von 16.00 bis 18.00 Uhr für Kinder ab sechs Jahren
von 18.00 bis 20.00 Uhr für Jugendliche ab zwölf Jahren
- **Samstag**
von 14.00 bis 17.00 Uhr für Kinder ab sechs Jahren.

Claudia Schmidt
Jugendfachkraft Gemeinde Wachtberg

DER BÜRGERVEREIN GRATULIERT



Zur Erstkommunion

*Dorian Czubek, Leon Eregger, Helena Jacob,
Nicolas Jacob, Liam Teschke, Sinead Teschke*

Zur Konfirmation

Lasse Burek, Joelle Francis



Käthe und Georg Weber zur Goldhochzeit



*Carina Ersfeld und Jesus Perez
zur Geburt ihres Sohnes Luis*

*Anke und Andreas Gerzmann
zur Geburt der Tochter Lena*

Maria Schreiber zum 80. Geburtstag

BüV

UNWETTER ÜBER WERTHHOVEN

Am 04.06.2016 so gegen 14:00 Uhr begann das Unwetter. Viele Werthhovener wussten zu berichten, ein solches Unwetter bisher noch nicht erlebt zu haben. Selbst die Unwetter von 2013 und 2010 wurden bei weitem übertroffen.



Durch Starkregen und Hagel stieg der Pegel des Mehlemer Baches, der hier noch Kernbach heißt, binnen Minuten in bisher nicht gekannten Ausmaßen an.

Der im Bereich "Alter Hof" neu gestaltete Einlauf in die Verrohrung, die dann unterhalb des "Auf dem Driesch" weitergeführt wird, konnten den Ansturm der Wassermassen nicht aufnehmen und ergossen sich über die Grundstücke auf die Ahrtalstraße.

Hinzu kamen extrem starke Hangabflüsse im Bereich Birresdorfer Straße/Zum Tal, die sich bis auf die Ahrteilstraße ausweiteten. Auch der Bach der parallel "Zum Rheintal" und "Im Vogelsang" verläuft trat dieses Mal extrem über die Ufer, so dass sich die braunen Sturzbäche durch die Gärten der Anlieger, ca. 60cm hoch wälzte. Diese waren so stark, dass sogar ein Fahrzeug bis auf das übernächste Grundstück geschwemmt wurde.

Selbst Grundstücke und Wohnungen, die durch starke Betonblöcke, auf Grund der Erfahrungen aus der Vergangenheit, gesichert wurden, liefen wieder voll.

Ebenso ergossen sich die Fluten wieder im Bereich Nußbäumchen/Fuchskaule sowie Kapellenstraße.



Thomas Franz

IMPRESSUM

Herausgeber: Bürgerverein Werthhoven 1972 e.V.
Redaktion: Hans-Joachim Duch (hjd), Am Feldpütz 6a
Telefon: 0228-344324, E-Mail: h.j.duch@t-online.de

Gestaltung: Thomas Franz, Auf dem Driesch 1
Verteilung: BüV
Auflage: 450, erscheinungsweise: unregelmäßig

**Für die einzelnen Beiträge ist der jeweilige Verfasser selbst verantwortlich.
Der Inhalt spiegelt nicht in jedem Fall die Meinung des Bürgervereins wider!**



EINLADUNG ZUM SOMMERFEST DES BÜRGERVEREIN WERTHHOVEN



***Am 20./21. August 2016 auf der Festwiese
am Pössemer Treff***

Auch in diesem Jahr findet unser traditionelles Sommerfest wieder am letzten Ferienwochenende statt. Wir hoffen, ihr hattet erholsame Ferien und freut euch schon auf ein tolles letztes Ferienwochenende hier bei uns im Dorf.

Am Samstag starten wir in diesem Jahr bereits

um 17.30 Uhr um besonders Familien mit kleinen Kindern die Möglichkeit zu geben, die Köstlichkeiten unseres 5-Sterne-Grills genießen zu können. Dazu reichen wir frische Salate, erntefrische Champignons an einer hausgemachten Knoblauchcreme und knusprige Fritten.

Gegen den Durst servieren die Kellner Kühles vom Fass und süffige Sangria aus der Karaffe.

Für die Kinder und Jugendlichen ist auch in diesem Jahr der Jugendtreff bis 22.00 Uhr geöffnet und übernimmt gerne die Betreuung der Kinder.

So ist für einen gemütlichen Abend mit Familien, Freunden und der Dorfgemeinschaft alles vorhanden, nur ihr fehlt noch.

Am Sonntag starten wir um 11.00 Uhr mit einem zünftigen Frühshoppen mit Spezialitäten vom Grill.

Ab 12.00 Uhr ist der Jugendtreff wieder geöffnet, mit ein paar Überraschungen für die Kinder und Jugendlichen. Außerdem bieten die Kinder und Jugendliche selbstgemixte alkoholfreie Cocktails an.

Um 14.30 Uhr wird das reichhaltige Kuchenbuffet mit den verschiedensten Variationen aus den besten Küchen Werthhovens eröffnet.

Um 15.00 Uhr findet im Mehrzweckraum wieder Aktion „Pössemer Gesundheitssport“ statt. Lasst euch von etwas Neuem überraschen.

In diesem Jahr haben wir den Bonpreis geändert, damit wir die Preise besser anpassen können. Der neue Bonpreis beträgt 0,75€. Wie ihr wisst können die Bons des Bürgervereins über verschiedene Feste genutzt werden damit „Restmengen“ in der Hosentasche nicht verfallen. Daher tauschen wir „alte“ Bons auf freiwilliger Basis bis Samstagabend um 19.00 Uhr an der Kasse ein. Bitte begeben euch direkt, wenn ihr die Festwiese betretet, dorthin!

**Ladet alle Freunde und Bekannte ein und feiert mit uns bei strahlendem
Sonnenschein ein tolles Sommerfest.**

EINWEIHUNG DES AUSSICHTSPUNKTES „WACHTBERGER HÖHE“ AM 11. SEPTEMBER 2016

Liebe Wachtbergerinnen und Wachtberger,

vor geraumer Zeit hat unser Verein unweit der höchsten Erhebung der Gemeinde Wachtberg den neuen Aussichtspunkt "Wachtberger Höhe" eingerichtet; er befindet sich oberhalb von Werthhoven am Wanderweg (W) „Rund um Wachtberg“ und bietet eindrucksvolle Fernblicke auf das Siebengebirge und die nördlichen Ausläufer des Westerwaldes.

Wir wollen diesen Aussichtspunkt nun im Rahmen einer kleinen Feier einweihen und laden Sie hierzu herzlich ein.

Die Einweihung findet am Sonntag, dem 11. September 2016, ab 11:00 Uhr, statt.

Da sich der Aussichtspunkt im Landschaftsschutzgebiet befindet, ist er nicht mit dem Auto zu erreichen. Die Teilnahme an der Feier sollte daher mit einer kurzen Wanderung verbunden werden.

Als Ausgangspunkte für Wanderungen bieten sich unter anderem an:

- der Wanderparkplatz am Fraunhofer-Institut: Entfernung 2 km – ca. 30 Min
- der Parkplatz am EKZ: Entfernung 3 km – ca. 45 Min
- Fritzdorf (Ortsmitte): Entfernung 4 km – ca. 60 Min

Die nächstgelegene öffentliche Straße ist die Straße „Am Nußbäumchen“ in Werthhoven.

Wir würden uns freuen, Sie bei der Einweihungsfeier begrüßen zu können.

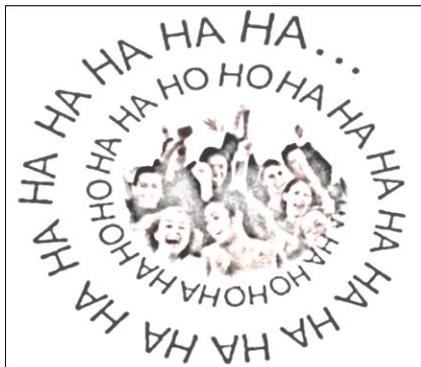
Freundliche Grüße



(Dr. Christoph Abs)
Stellv. Vorsitzender

Für telefonische Rückfragen stehen wir unter der Rufnummer (0228) 34 33 66 und am Tag der Veranstaltung unter der Mobil-Nr. 0160 93 70 38 92 zur Verfügung

„ HAPPY HOUR “



Lachyoga im Yogaraum, Ahrtalstr. 31, mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr

Natürliches Lachen überlassen wir Erwachsenen heute meist dem Zufall, entweder gibt es einen Anlass zu lachen oder nicht. Wir lachen zwischen 10 und 15 mal am Tag während Kinder dies ca. 300 mal pro Tag tun.

Aber: LACHEN KANN MAN TRAINIEREN !

LACHYOGA ist ein einzigartiges Konzept, bei dem jeder ohne Grund lachen kann. Dazu braucht es weder Humor, Witz oder Comedy. Die „Lachübungen“ werden kombiniert mit Bewegung, tiefer Atmung und Entspannung. Jede Kurseinheit entspricht einer körperlichen Anstrengung wie etwa Joggen oder Walken von einer halben Stunde.

Durch Lachen produziert unser Körper Glückshormone, selbst dann, wenn wir nur so tun als lachten wir. Wenn wir fröhlich sind, verändert sich unser Blick aufs Leben. Mit regelmäßigem „Lach-Training“ können wir eine Geisteshaltung erlangen, die uns hilft, auch in herausfordernden Zeiten lebendig und positiv zu bleiben.

Zudem ist Lachen ansteckend und verbindet Menschen, egal, welche Sprache sie sprechen oder wie sie leben.

Einstieg jederzeit möglich.

Bequeme Kleidung und evt. ein Paar Socken sind gut.

Mehr Informationen bei:

Beate Landmann Telefonnr.: 0228-34 89 80



Beate Landmann