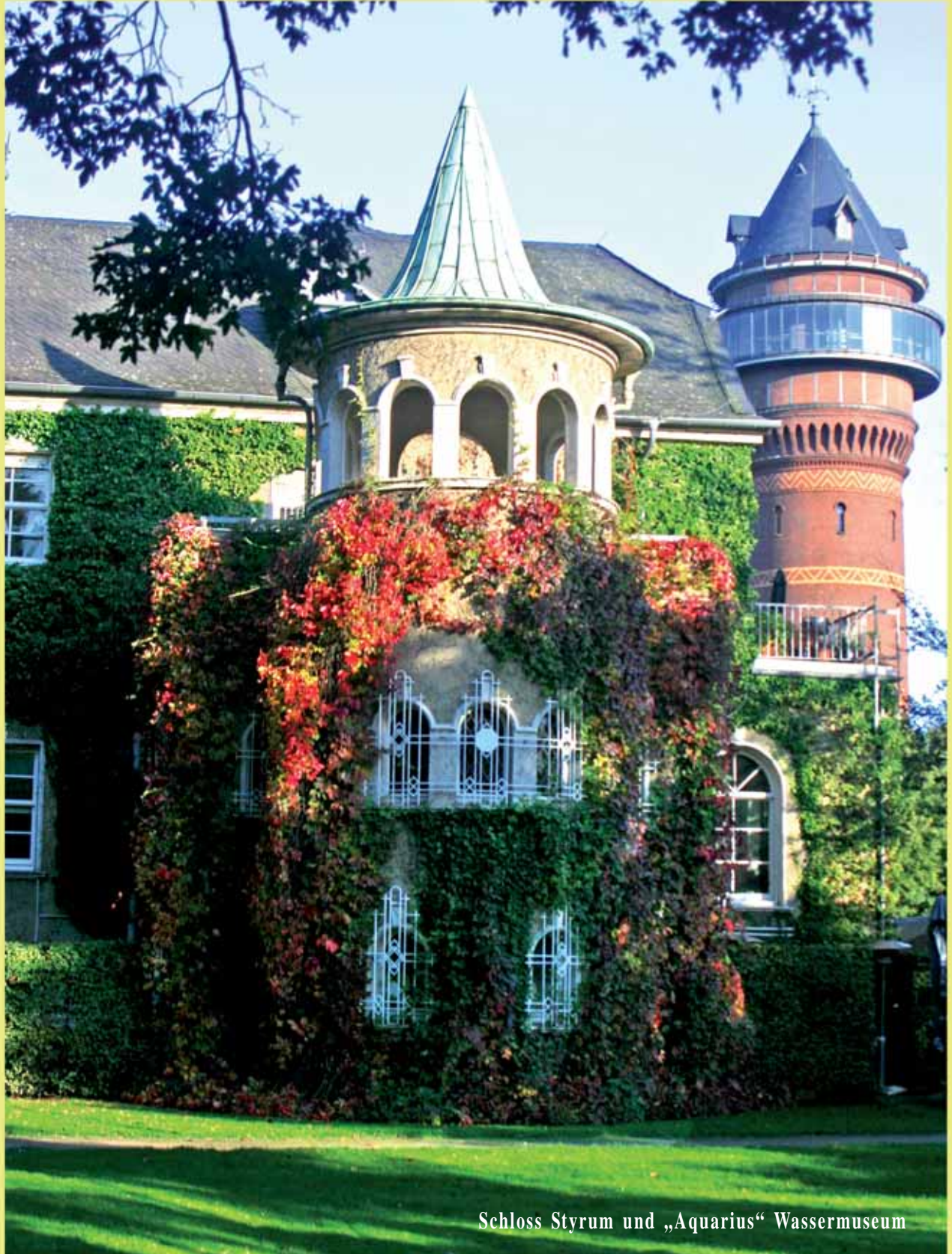


Ausgabe 86 Sept. - Dez. 2012

Alt? na und!

Mülheimer Seniorenzeitung seit 1989



Schloss Styrum und „Aquarius“ Wassermuseum

„Wertstadt“ Mülheim an der Ruhr

Planungen zur Wiederbelebung der Mülheimer Innenstadt

Mülheim an der Ruhr verfügte in den 1970er Jahren noch über eine funktionierende und lebendige Innenstadt, mit der Schlossstraße als Haupteinkaufsstraße, die damals Vorzeigecharakter besaß. Doch die Zeit bleibt nicht stehen. Fehler und Versäumnisse in der Innenstadt-Entwicklung (Stichworte: Baupolitik und Verkehrsführung), eine den damaligen Annahmen konträr verlaufene Einwohnerentwicklung sowie negative Veränderungen der Sozialstrukturen trugen mit dazu bei, dass der Mülheimer Innenstadtbereich zu einer partiellen „Schlimm-City“ mutierte. Doch jetzt bietet das Projekt „**Innovationen für die Innenstädte**“, ein Forschungsprojekt des Bundes, die Möglichkeit, sich als Bürger gleichberechtigt neben den Experten in die Stadtplanung aktiv einzubringen. Am 26. März 2012 startete unter Leitung und Moderation von Prof. Kegler und seinen Mitarbeitern von der Bauhaus-Uni Weimar das Projekt zur Wiederbelebung der Innenstadt unter dem Projekttitel „**Wertstadt**“. Zu Projektbeginn wurden im sogenannten „Charrette-Verfahren“ (öffentliche Planungs-methode mit direkter Bürgerbeteiligung) Ideen gesammelt, strukturiert und diskutiert, um daraus dann schrittweise einen Masterplan zur weiteren Innenstadtentwicklung ableiten zu können. Aktives (Mit-) Gestalten an Stelle von meckern und Miesmacherei war und ist gefordert. 450 Vorschläge zur Belebung der Innenstadt in der „Charrette-Woche“ vom 26. bis 30.03.2012 spiegelten eine rege Mitwirkung der Bürger wider. Eine aus diesem Ideenfundus



entwickelte Zukunftscollage präsentierte Prof. Harald Kegler am Ende der Woche.

Zusammengefasst beinhaltet sie:

- In der **kurzfristigen Perspektive** sollen diverse Vorschläge zur *Zwischennutzung des leer stehenden Kaufhofs* umgesetzt werden: u. a. Umgestaltung des Areals der alten Anlieferzone zu einem Bürgergarten mit Café, Durchführung eines Schüler-Fotowettbewerbs zum Thema „5. Juli, Eröffnung des Parksommers“.
- Die **langfristige Perspektive** zeigt Mülheim als „**Netzstadt**“. Mit anderen Worten: *attraktive Ost-West-Verbindungen zur Ruhr* (Schloss-, Wall- und Leineweberstraße, letztere mit Boulevardcharakter) sowie die Aufwertung der *Nord-Süd-Achsen* (Friedrich-Ebert-Straße, Löhberg und Viktoriastraße). Damit sollen sowohl die Alleinstellungsmerkmale Mülheims, die Ruhr und die Altstadt, hervorgehoben als auch die übrigen innerstädtischen Fixpunkte erlebbarer gemacht werden. Dabei soll das Areal um den Rathausmarkt ein Schwerpunkt der Entwicklung sein; Radweg auf der alten Güterbahntrasse, Neu-

gestaltung der Bahnbögen mit Cafés, Ateliers sowie die Belebung des Rathausmarktes als Veranstaltungsort und Treffpunkt.

- Eine langfristige Lösung zum Thema **Kaufhof** gibt es noch nicht. Das breite Meinungsspektrum reicht von Teilabriss, Umbau und Wiedereröffnung bis hin zum vollständigen Abriss. Die Kaufhof-Diskussion macht eins deutlich: Alle möglichen Nutzungskonzepte müssen mit Rücksicht auf den Kaufhofeigentümer zwangsläufig auch dem Wirtschaftlichkeitsaspekt Rechnung tragen.

Prof. Kegler und sein Team werden im Rahmen des auf drei Jahre ausgelegten Forschungsprojektes weiter an der Auswertung der Vorschläge arbeiten. In der Projektwoche wurde eine Vielzahl von Ideen gesammelt, vieles wurde angestoßen. Die Bürger wünschen sich mehr Attraktivität und Aufenthaltsqualität in der Innenstadt. Dies erscheint auch dringend nötig, wenn man liest, dass Mülheim mit derzeit 24% den höchsten Seniorenanteil (Bürger älter als 65 Jahre) im Ruhrgebiet aufweist. Ein Bad Sassendorf an der Ruhr kann nicht die Mülheimer Zukunftsperspektive sein. Angesichts leerer Haushaltskassen und berechtigter Wirtschaftlichkeitsinteressen des Kaufhof-Eigentümers bleibt eine erfolgreiche Realisierung vieler Ideen und Vorschläge allerdings sehr fraglich. Halten wir es vorerst mit Kaiser Franz: „Schau‘n mer mal“!

Text: UG - Fotos: DS



„De Mölmsche“

Ein Denkanstoß

Wie viele von den rund 170.000 Bewohnern unserer Stadt hier geboren wurden und sich „echte Mölmsche“ nennen können, weiß ich nicht. Nehmen wir der Einfachheit halber alle Bürger unter diesen Begriff. Der „Mölmsche“ an sich liebt seine Stadt, gilt als friedfertig, der Obrigkeit und Verwaltung gegenüber jedoch als kritisch. Diese Eigenschaft ist uralt und währt schon, seit die Grafen von Broich nach dem Aussterben der Herren von Mülheim, auch das Kirchspiel Mülheim „verwalteten“. Die Mülheimer hatten sich dem Grafen gegenüber besondere Rechte erstritten, auf deren Einhaltung sie energisch pochten und weitergehende Forderungen rundweg ablehnten. Das ist zwar Geschichte, aber im Grundsatz hat sich an der Einstellung wenig geändert.

Diese Mölmschen Eigenarten spiegeln sich vermutlich auch in einer repräsentativen Umfrage zum „Leitbild“ der Stadt wider, nach der 90% der Bürger gerne in unserer Stadt leben.



Ungeachtet dessen findet ein Teil der Bürger, dass viele Dinge verbesserungswürdig sind.

Auch wenn „die Stadt“ bei einem großen Teil der Kritikpunkte gar nicht zuständig ist, werden sie ihr angekreidet. Natürlich ist unsere Innenstadt alles andere als attraktiv geworden, daran werden vermutlich auch City-Manager/-innen, Charrette-Verfahren und Leitbild-Diskussionen nichts ändern.

Aber nur „Meckern“ kann auch nicht zielführend sein.

Zigarettenstummel auf die Straße zu werfen oder den Hund auf öffentlichen Wiesen sein „Geschäft“ machen zu lassen, gleichzeitig aber die Verschmutzung der Stadt zu beklagen, ist alles andere als hilfreich.

Das gilt auch beim Beklagen von Leerständen in der Schloßstraße oder den Außenbezirken, wenn man zum Einkaufen selber in die Zentren der umliegenden Städte fährt. Mangelnde Nachfrage bei großem Angebot führt automatisch zum Rückgang der Einkaufsmöglichkeiten. Das gilt auch für das Angebot auf dem Wochenmarkt.

Wenn die beklagten Zustände nur Mülheim betreffen, wäre etwas faul. Aber ob in Dortmund, Delmenhorst oder Gießen, die innerstädtischen Probleme sind leider überall gleich.

Vielleicht aber können wir alle daran mitwirken, dass sich etwas verändert.

Aus dem : „Man müsste mal ...“, „Es sollte doch möglich sein ...“, „Man könnte doch ...“, „Es wäre schön, wenn ...“, müssen wir unsere Ideen in die Gestaltung der Zukunft einbringen. Getreu dem Slogan:

Wir sind Mülheim!

Denn lebens- und liebenswürdig ist unsere Stadt allemal. Lassen Sie uns daran arbeiten, dass dies so bleibt.

„Mölm boven aan!“ DS

Er kommt: Der Bürgerbus!

Bericht aus der Sitzung des Seniorenbeirats am 15.6.2012

Nach langjährigen Bemühungen der Mülheimer Bürger sowie der Unterstützung durch **Alt? na und!** und dem Seniorenbeirat ist es nun so weit. Voraussichtlich im Oktober dieses Jahres wird der achtsitzige Bürgerbus in Styrum seine Fahrten aufnehmen. Der Linienplan ist bereits festgelegt. Es wird drei verschiedene Strecken mit eigens gekennzeichneten Haltestellen geben, die ungefähr im Ein-Stundentakt angefahren werden. Die Haupthaltestelle ist „Sültenfuß“ im

Ortskern von Styrum. Der Bürgerbus ist von Montag bis Freitag von 9.00 bis 18.00 Uhr und am Samstag von 9.00 bis 14.00 Uhr unterwegs. Eine Bürgerbus-Fahrkarte kostet 1,50 Euro bzw. eine 5er-Karte 6,00 Euro. Fahrkarten sind beim Busfahrer erhältlich. Kinder unter sechs Jahren können kostenlos mitfahren. Der Bürgerbus möchte in erster Linie Senioren befördern; steht aber auch allen Personen zur Verfügung. Der Bus wird von ehrenamtlich

tätigen FahrerInnen gelenkt und wir von **Alt? na und!** wünschen diesem Projekt alles erdenklich Gute, viel Erfolg und eine Menge glückliche Fahrgäste.

Weitere Informationen u.a. über die genaue Streckenführung erhalten Sie unter www.bürgerbus-styrum.de

DB



Bürgerbus
Styrum

Unser Rathaus

Alt? na und! besucht das renovierte Historische Rathaus

Mülheim strahlt an diesem Junitag. Blankgewaschen von vielen Schauern, in frischen, kräftigen Farben liegt es ausgebreitet da - etwa 50 Meter unter uns. Wir stehen auf dem Rathhausturm und blicken fasziniert in alle Richtungen.

Der Pressesprecher der Stadt Mülheim, Volker Wiebels, hat uns, den Mitgliedern der Redaktion **Alt? na und!**, bei seiner Führung durch das sanierte „Historische Rathaus“ zuerst diesen Überblick verschaffen wollen - tolle Idee!

Die Sicht ist ungewöhnlich gut. Direkt unter uns das halbrunde Dach der neuen Rotunde mit dem Informationszentrum der Stadt Mülheim, der begrünte Innenhof mit der mächtigen alten Kastanie und der noch im Bau befindliche Teilkomplex des Projekts Ruhrbania mit geplanten Büros, Wohnungen und Lokalen. Dahinter die Ruhr, die Schlossbrücke, die Stadthalle, das Müga-Gelände, immer weiter, weiter geht unser Blick und immer ins Grüne! Von der anderen Seite des Turmumlaufs aus sehen wir jenseits der Friedrich-Ebert-Straße den Teil des Rathauses, in dem sich der Große Sitzungssaal befindet. Die historische Altstadt erkennen wir zwischen vielen Häuserdächern an ihren aufragenden Kirchtürmen. Wir entdecken viele vertraute Einzelheiten. Wiebels berichtet uns derweil über die Entwicklung und den Wiederaufbau Mülheims nach dem verheerenden Bombenan-

griff 1943. Priorität hatte nach Kriegsende die Schaffung von Wohnraum und Infrastruktur.

Das 1912 bis 1915 errichtete und im Zweiten Weltkrieg größtenteils zerstörte Rathaus wurde in den Jahren 1954 bis 1956 restauriert, in den 70er Jahren erweitert und schließlich von 2008 bis Ende 2011 saniert, wobei historisierende Nachbauten früherer Elemente dem alten Gebäude wieder Glanz und Schönheit verleihen.

Abwärts über viele Treppen, vorbei am alten Uhrwerk der vorübergehend zeigerlosen Turmuhr, weiter mit einem gläsernen Aufzug, gelangen wir in die repräsentative dritte Etage. Im Innern des sanierten Rathauses fällt vor allem eines auf: Die Flure und Treppenhäuser, die Räume und Säle sind hell, breit und hoch. Durch große, zum Teil historische Fenster mit altem Glas kommt viel Licht von außen herein. Neue, teils indirekte Beleuchtung und die alten ausladenden Kronleuchter schaffen eine fast heitere Atmosphäre und rücken die restaurierten Stuckdecken, Säulengänge und kunstvoll umrahmten Türen mit verschiedenen plastischen Motiven ins rechte Licht.

Einer der schönsten Räume ist die Bibliothek mit zwei Galerien und sternförmigen Fenstern. Hier lassen sich sogar die Verwaltungsvorschriften und Archivbände angenehm lesen.

Wiebels führt uns in Fraktionsbesprechungsräume mit alten, lederbezogenen, großen Tischen und neuester Technik.

Wir treten auf den breiten Bal-



kon, von dem aus viele Jahre lang die Reden am 1. Mai gehalten wurden - die jubelnden Mülheimer denken wir uns dazu. Im Großen Sitzungssaal nehmen wir noch vor der feierlichen Einweihung Platz.

Mein geheimer Wunsch an diesem wichtigen Ort: Mögen die Gedanken und Entscheidungen unserer Ratsvertreter so hoch und hell sein wie dieser Saal!

Auch die Schönheit und Harmonie des historischen Trausaals mit seiner Stuckdecke, der Holzvertäfelung an den Wänden und dem prächtig geschnitzten Tisch zieht heute wieder viele Paare an, ihren besonderen Tag nicht bei einem „Event“ in der Luft oder unter Wasser, sondern ganz bodenständig genau hier zu beginnen.

Im großzügigen, übersichtlichen Foyer bedanken wir uns bei Volker Wiebels für seine kurzweilige, launige Führung, die sowohl den alten Mülmschen als auch den erst vor 50 oder 25 Jahren „Zugereisten“ unserer „Historisches Rathaus“ und unsere Stadt ganz nahe gebracht hat.

Text: MAS - Fotos: DS



„Bürger schützt Eure Anlagen“

Für den Hundefreund

Dieser Hinweis erinnerte uns früher daran, pfleglich mit öffentlichen Einrichtungen umzugehen – heute ist das Schild verschwunden. Vermutlich würde es aber genau so viel Beachtung finden wie das Schild „Hunde sind anzuleinen“. Apropos Hunde. Existiert eigentlich eine Statistik, die uns sagt, ob es mehr Hunde als Kinder gibt? Wenn ich durch Mülheimer Parks, Anlagen und Wälder gehe, sehe ich kaum Kinder – aber jede Menge Hunde.

Welche Mutter möchte schon, dass ihr Kind in einer der vielen „Tretminen“ landet, die die Vierbeiner hinterlassen? Morgens, mittags und abends gehen Frauchen und Herrchen mit Bello, Harras und Tiene Gassi und sobald sie sicher sind, dass keine Autos ihren Liebling gefähr-

den, wird die Leine gelöst. „Hol Stöckchen!“ oder „Hol Bällchen!“ sind beliebte Aufforderungen an die Vierbeiner. Bei diesen Aktivitäten kommt es allerdings immer wieder dazu, dass die kleinen Lieblinge ihr „Geschäft“ auf Wiesen und in Beeten hinterlassen. Eine üble Sache, die man vielfach auch auf Gehwegen findet. Spreche ich die „Tierfreunde“ darauf an, bekomme ich häufig die Antwort: „Ich zahle doch Hundesteuer, da kann die Stadt das doch wegmachen!“

Meine Antwort, dass auch ich Steuern zahle, aber dennoch darauf verzichte, es den Hunden gleich zu tun, löst ungläubiges Kopfschütteln aus.



Schuld sind nicht die Hunde sondern die Hundehalter und denen geht es jetzt ans Portemonnaie:

Zwei Mitarbeiter des Ordnungsamtes sollen dafür sorgen, dass unsere Anlagen zukünftig hundekotfrei werden.

Ob das gelingt? Zu wünschen wäre es!
DS

Mülheim - ein gefährliches Pflaster

„Eine Warnung“



Als wir vor etwa 25 Jahren nach Mülheim gezogen sind, haben wir in den ersten Monaten viele Spaziergänge gemacht, um unsere nähere Umgebung kennenzulernen und Anregungen für die Gartengestaltung zu bekommen. Bei unserem Weg durch die Markenstraße fiel uns eines Tages ein schön bepflanzter Vorgarten auf, in dem unter einem Baum ein kleiner, länglicher Hügel aufgeschichtet war. Neugierig traten wir näher und entdeckten darauf eine Tafel, deren Inschrift unser leicht amüsiertes Lächeln gefrieren ließ:

„Hier ruht das Herrchen, dessen Hund immer in unseren Vorgarten geschissen hat“

Wir blickten uns vorsichtig um und gingen sehr zügig weiter. In Mülheim sind wir bis heute geblieben – *ohne Hund*.
MAS

Emma und ich

Emma ist süße drei Jahre und ein piffiges kleines Mädchen. „Komm, wir spielen einkaufen. Ich verkaufe!“, entscheidet sie und drückt mir ein Körbchen in die Hand. Ich mache also mit und sage: „Heute gibt es bei mir Nudeln, bitte ein Paket Nudeln, was kostet das?“ Und sie sagt etwas so Entzückendes, dass ich sie dafür in den Arm nehme: „Eins und einzig dreißig.“
Na, das hört sich aber süß an und

ich zähle in ihre kleine Hand: „Eins und einzig dreißig.“

Fünf Minuten später: „Und jetzt fahren wir mit der Lokomolok nach Hause.“ „Heißt das nicht Lokomotive?“ „Nein, ich bau uns jetzt eine Lokomolok“, meint Emma. Na, warum eigentlich nicht, auch schön. Sie stellt das Kinderstühlchen hin und dahinter einen großen Stuhl. Das kleine Mädchen hat durchaus Fantasie. Und los geht die Fahrt.

Schon hat Emma wieder eine neue Idee: „Ich wünsche mir zum Geburtstag einen Eisbär, weißt du?“ „Mal sehen, ob das klappt, vielleicht aus Stoff?“, frage ich vorsichtig. Da kommt von Emma die überzeugende Antwort: „Oma Block, einen Eisbär aus Eisbär natürlich.“ BB



Die Dohle

Vogel des Jahres 2012

1971 begann der Naturschutzbund, der Öffentlichkeit Vogelarten vorzustellen. Man wollte damit auf den starken Artenrückgang aufmerksam machen. Für 2012 hat der Naturschutzbund (NABU) die Dohle zum Vogel des Jahres gewählt und möchte damit auf ihre Probleme hinweisen. Früher galten die Dohlen und ihre gefiederten Verwandten als Unglücksbringer. Auf mittelalterlichen Abbildungen sind sie sogar häufig mit Hexen zu sehen. Dass die Dohle an Sympathie gewann, dazu haben Studien des Verhaltensforschers Konrad Lorenz beigetragen, der viel über ihre Lernfähigkeit und Intelligenz herausfand und von ihrem hoch organisierten Sozialleben beeindruckt



war. Die so oft zu Unrecht geschmähten Rabenvögel sind nämlich gesellig und kontaktfreudig, begabt und clever.

Menschen und Dohlen lebten über Jahrhunderte einträchtig miteinander. Als ursprüngliche Steppenbe-

wohner hatten sie sich in der menschlichen Nachbarschaft gut eingerichtet. Waren sie den Menschen doch nützliche Helfer in der Landwirtschaft bei der biologischen Schädlingsbekämpfung, weil sie Heuschrecken, Käfer, Würmer und Schnecken verzehren. Aber heute werden immer mehr Grünflächen versiegelt oder zur Schädlingsbekämpfung flächendeckend Pestizide eingesetzt. Gleichzeitig finden die Dohlen in unseren Städten und Dörfern immer weniger Nistmöglichkeiten, sodass ihr Bestand stark gesunken ist und geschützt werden muss. Wer den Vögeln zum Beispiel mit Nistkästen helfen will, kann auf der Internetseite der NABU (www.nabu.de) Näheres erfahren.

Text: RM - Foto: Chr. Falk (Nabu)

„Spielereien mit Schallplatten“

Wenn Sie diese Überschrift lesen, wissen einige von Ihnen wahrscheinlich sofort, um wen es in diesem Artikel geht: „Heinrich Pumpernickel“, der allseits beliebte und bekannte Chris Howland, der uns einen guten Teil unseres Lebens im Kino, Fernsehen und Radio begleitet. Er moderierte „Musik aus Studio B“ und seine Titel „Doch die Mutter ist immer dabei“ und „Das hab ich in Paris gelernt“ sind den meisten von uns noch bekannt.



Chris Howland, Jahrgang 1928, lebt mit seiner Frau Monika in Rösrath bei Köln. Er hat sich bis heute nicht zur Ruhe gesetzt und Sie können ihn jeden Sonntag bei „Spielereien mit Schallplatten“ von 16.05 bis 17.00 Uhr im WDR 4 Radio hören. Dort legt er Platten auf, die zum Erinnern, Mitsingen und Tanzen anregen und dazu, das Radio auch mal so laut aufzudrehen, wie wir es von den jungen Leuten kennen.

Text: DB - Fotomontage: DS

Hilfsbereitschaft

Frau Müller-Mümmelmann sitzt im vollbesetzten Café und beißt herzhaft in ihr knuspriges Brötchen. Dabei fallen ein paar Krümel in ihren Ausschnitt!!! Da Krümel nun einmal pieken, hat sie keine andere Wahl ... Der nette ältere Herr neben ihr fragt freundlich: „Kann ich Ihnen beim Suchen helfen?“ DB

Gefährlich

Als ich neulich meinen alten Arbeitskollegen Helmut traf, stöhnte der über viele Leiden, die er zu ertragen habe. Der Rücken sei kaputt, die Beine wollten nicht mehr so richtig. Ich riet ihm, er solle doch einmal zum Arzt gehen. „Nee“, sagt er da zu mir, „datt is mir zu gefährlich!“

Dreck reinigt

Mein kleiner Enkel, fünf Jahre alt, tollt draußen herum und wird zum Abendessen gerufen. Als er schon am Tisch sitzt, sagt die Mama: „Du musst Dir aber erst noch mal durchs Gesicht waschen!“ Darauf der Kleine: „Mama, das geht nicht, meine Hände sind so schmutzig!“ GT

Erzähl es niemandem!

Eine Buchempfehlung

Es war mucksmäuschenstill als in der vollbesetzten Saarer Buchhandlung Lillian Crott Berthung und Randi Crott aus ihrem Buch „Erzähl es niemandem!“ lasen.

Randi Crott ist Radio- und Fernsehjournalistin und hat sich mit diesem bewegenden Buch auf die Suche nach der Geschichte ihrer Familie gemacht.

Diese beginnt im April 1942 in Harstad, einem nordnorwegischen Städtchen. Ihre Mutter Lillian ist 19 Jahre alt, als sie den 28-jährigen deutschen Soldaten der Wehrmacht Helmut Crott kennen- und lieben lernt. Das war schon schwierig genug in Zeiten des grausamen Krieges. Aber der Mann in Uniform hatte auch noch ein lebensgefährliches Geheimnis: Seine Mutter war Jüdin. Lillian teilte er dieses mit und bat sie inständig: Erzähl es niemandem! Da wusste sie, dass sie diesen Mann liebte und nie mehr verlassen würde. Es begann eine schlimme Zeit, in der sie auch immer wieder getrennt wurden.

Doch sie gaben ihre Liebe trotz aller Widerstände nie auf. 1947 gelang

Lillian auf abenteuerliche Weise mit Unterstützung von hilfsbereiten Menschen die Flucht nach Deutschland. In Düsseldorf wartete Helmut mit roten Nelken und schloss sie endlich in seine Arme.

Am 5. April 1948, sechs Jahre nach ihrem Kennenlernen in Harstad, heirateten sie in Wuppertal, wo auch Tochter Randi geboren wurde. Fünf Jahre später zog die Familie nach Mülheim, und hier lebt Lillian Crott heute noch. Helmut Crott verstarb 2008 und fand seine letzte Ruhestätte in Norwegen.

Diese ergreifende Geschichte ihrer Eltern beschreibt Randi Crott einfühlsam mit ganz viel Herzenswärme und hat uns Zuhörer an diesem Leseabend sichtlich bewegt. Ihre Mutter Lillian hatte nämlich erst im Alter von 80 Jahren mit ihren Aufzeichnungen begonnen, ihre sorgsam gehüteten Tagebücher und viele



Briefe immer wieder gesichtet, gelesen und zu ihrer spannenden Geschichte zusammengefügt. Randi Crott hat sie durch intensive Recherchen in Archiven und Büchern über die Zeit der deutschen Besatzung Norwegens und ihre jüdischen Wurzeln sinnvoll ergänzt und ihr ist dabei erst richtig klar geworden, wie sehr ihre Mutter damals für ihre Liebe kämpfen musste und was sie alles dafür auf sich genommen hat.

Lillian Crott Berthung durfte im August ihren 90. Geburtstag feiern und kann nun nach 10 arbeitsreichen Jahren mit der Fertigstellung dieses berührenden Buches auf ein wirklich erfülltes Leben zurückblicken.

Das 288 Seiten starke Buch „Erzähl es niemandem!“ ist im DuMont Buchverlag erschienen und kostet 19,99 Euro (ISBN Nr. 978-3-8321-9640-0).

Text: RM - Foto: WDR5

Hier wird vorgelesen

Wer gerne gut gesprochener Lyrik lauscht, sei es von Autoren selber oder von anderen Sprechern gelesen und wer sich ein bisschen mit Computer und Internet auskennt, dem bieten sich unter anderem folgende Möglichkeiten:

www.lyricline.org

Eine Webseite, deren zahlreiche Autoren sich nach Sprache, Edition und Übersetzung sortieren lassen. Unterschieden werden Gegenwartslyrik, Lyrik für Kinder und „das hörbare Erbe“. Letzteres gesprochen von Autoren, die schon verstorben sind. Ist der gewünschte Autor ge-

funden, werden die Gedichte aufgezeigt, die zur Verfügung stehen.

Auch über die Biographie des Poeten, Publikationen und verliehene Preise kann durch Anklicken dieser Rubriken etwas in Erfahrung gebracht werden. Weiterführende Links werden genannt, sofern vorhanden.

www.sprechbude.de

Diese Seite bietet Podcasts (Hördateien) an, die kostenlos angesehen oder heruntergeladen werden können (ggf. Lizenzbestimmungen beachten). Gedichte und sogar Theaterszenen werden vorgetragen, teilweise mit Bil-

dern oder Filmausschnitten unterlegt. Über „Podcasts Rubriken“ können alle Autoren angesehen werden, deren Werke aufgezeichnet vorliegen. Auch hier ist es zum Teil der Autor selber, der liest. Da aber eine ganze Reihe von Klassikern (Goethe, Shakespeare ...) im Verzeichnis aufgeführt ist, werden deren Werke von anderen Sprechern vorgetragen. Kurzinformationen oder Links zu Autor oder Sprecher ergänzen diesen Internetauftritt.

Mit diesen beiden Möglichkeiten hat jeder Lyrikliebhaber ein breites Angebot, sich Poesie vortragen zu lassen und zu genießen. FAM

Fundsache 765/11

Vorfreude ist die schönste Freude



Es war an einem schönen Herbsttag des vergangenen Jahres, als ich bei einem Spaziergang in den Ruhrauen durch etwas silbrig Glänzendes, versteckt in einem Gebüsch, abgelenkt wurde. Bei näherem Hinsehen entdeckte ich ein schmuckes Fahrrad, auf dessen Rahmen in großen Buchstaben „Trekking-Rad made in Germany“ prangte. Drei Tage später lag das Gefährt noch immer da. Nun wurde ich stutzig. Ich meldete mei-

ne Beobachtung und den Fundort der Polizei. Die Ordnungshüter schienen die Sache ernst zu nehmen, denn noch am gleichen Tag rief drei Mal jeweils ein anderer Sachbearbeiter zurück und ließ sich unter akribischer Benennung meiner persönlichen Daten immer wieder den genauen Hergang schildern.

Ich erfuhr des Weiteren, dass der Vorgang bei der Polizeibehörde unter der Asservatenummer 765/11 geführt wurde und das Rad nach einer Wartezeit von sechs Monaten in meinen Besitz übergehen würde, sollte sich der Vorbesitzer bis dahin nicht gemeldet haben.

Die Aussicht auf ein passables Zweirad stimmte mich hoffnungsfroh. Am 18.4.2012 war es dann soweit. Ich wurde informiert, ich könne das Rad im Präsidium an der Von-Bock-Straße abholen. Bei der

Übergabe erklärte der Polizist, das Hinterrad schleife ein wenig und als ich mich verabschiedete, meinte ich ein verschmitztes Lächeln in seinem Gesicht zu erkennen. In der Tat: Das Hinterrad lief etwas schwergängig. Aber damit nicht genug.

Die Sattelstange hielt mein Gewicht nicht und rutschte durch, so dass ich fast auf der Stange saß. Eine Pedale war auch verbogen und erlaubte nur ein stark eierndes Treten. Und von den 21 Gängen ließen sich nur zwei schalten. Insgesamt war das Fahrvergnügen doch stark eingeschränkt, und als ich nach höchst anstrengender Fahrt zu Hause verschwitzt unter der Dusche stand, wusste ich auf einmal sehr genau, warum der Vorbesitzer sein Rad ins Gebüsch geschmissen hatte.

Gleich am nächsten Tag habe ich es dem Klüngelskerl übergeben.

Text: GT - Foto: Internet

„Informiert, Aktiv + Versorgt“

Wegweiser für Senioren

Über 40 Jahre wohne ich nun schon im schönen Mülheim, jedoch erst jetzt bin ich auf eine sehr interessante und informative Broschüre unserer Stadt aufmerksam geworden.

Hierin fand ich eine Vielfalt von Informationen über Einrichtungen und Angebote, speziell für unsere Generation.

Schwerpunktthemen sind:

- Information und Beratung: z.B. Verbraucher-, Schuldner-, Ernährungs- und Seniorenberatung, Pflegestützpunkte
- Gesetzliche Sozialleistungen: z.B. Wohngeld, Pflegeversicherung, Altersrente
- Aktive Freizeit: z.B. „Netzwerk der Generationen“, Bildungseinrichtungen, Begegnungen
- Gemeinsames Handeln: z.B. Centrum für Bürgerschaftliches Engagement“, Seniorenbeirat
- Gesundheit: z.B. Krankenhäuser, Gesundheits- und Sozialdienste, Selbsthilfegruppen
- Häusliche Versorgung: z.B. Hausnotruf, Ambulante Pflege zuhause, Lieferservice
- Wohnen und Pflege: z.B. Betreutes Wohnen, Tages- oder Heimpflege, Altenpflegeheime, Ambulantes/ Stationäres Hospiz, Pflegewohngeld

Zu diesen und anderen wichtigen Themen – und dies ist nur ein Ausschnitt – gibt es Adressen, Erklärungen und Hinweise zwecks umfangreicherer Einzelheiten.

Die 124-seitige Broschüre „**Informiert, Aktiv + Versorgt**“ Wegweiser für die ältere Generation der Stadt Mülheim wird herausgegeben vom Sozialamt der Stadt Mülheim und ist **kostenlos** erhältlich in der „Bürgeragentur“, **neue Adresse**: Rathaus, Eingang Schollenstraße (ehemals Tabak Budde), 45468 Mülheim.

Sie finden ihn als Download auch im Internet unter www.muelheim-ruhr.de (Senioren).



Modeln im besten Alter

Attraktiv und fit mit 79

Es begann mit einer Mail:

Hallo, mein Name ist M. Sch. und ich bin Fotograf aus Köln.

Am 6.11. und am 20.11. wird in einem Kölner Bio-Möbelhaus ein Shooting (Aufnahme von Werbefotos) stattfinden. Dabei geht es um Familien in schönen Wohnbereichen. Wir stellen also eine Modellfamilie zusammen und werden an diesen zwei Tagen viele schöne Bilder einer glücklichen Familie erstellen. Zu dieser Familie gehören Vater, Mutter, zwei Kinder, Opa und natürlich auch eine Oma.

Ich habe mir Ihre Sedcard (Bewerbungsunterlagen von Models) angeschaut und Sie kommen für mich als Oma für diese Familie in Frage. Hätten Sie Zeit und Lust, den Job als Oma an einem dieser zwei Tage zu übernehmen?

Mit freundlichen Grüßen

M. Sch.

Soweit, so gut, natürlich hatte ich Lust.

Nach ein paar Mails fuhr ich also nach Köln zur Erstbesprechung und um mich bei der Auftraggeberin vorzustellen. Sie musste mich ja wollen, nicht nur der Fotograf. Die Besprechung fiel positiv aus, der Vertrag wurde gemacht und unterschrieben. Am Morgen des 20.11. klingelte um 4.30 Uhr der Wecker – mich Fertig machen und in Ruhe frühstücken ist für mich ein MUSS. Meinen Koffer mit den Sachen zum Anziehen hatte

ich schon an der Tür stehen, und so konnte ich pünktlich um 6.15 Uhr aus dem Haus gehen und in Richtung Köln fahren. Es war noch dunkel und die Autobahn leer, sodass ich pünktlich in Köln beim Möbelhaus ankam.

Dort war schon das ganze Team des Fotografen beim Umräumen und Aufbauen, auch die Stylistin und meine Auftraggeberin waren anwesend. Es sollte ja eine Werbung für Möbel sein, und wir - mein Partner und ich - als „Zugabe“, die sich in solchen Möbeln wohlfühlen. Also wurde ich so geschminkt, dass ich morgens in bequemen Haussachen mit Hose, T-Shirt und Strickjacke ansehnlich aussah.

Nachdem das Fotografenteam die Küche entsprechend hergerichtet hatte, kam mein Part. Ich brühte den Kaffee, presste Orangen aus, gab meinem Partner das Glas mit dem Orangensaft, bot ihm Brötchen an, während er am Tisch sitzt und lächelte ihn an – lächelte bei meiner Arbeit, lächelte also immer. Und ständig wurde die Einstellung vom Fotografen verändert. Die ganze Küchenfrühstückszene dauerte zwei Stunden. Und dazwischen kam immer wieder die Stylistin, um mich nachzupudern.

Danach erneutes Umziehen in bequeme Kleidung des Tages, Rock, Pulli und dicke Socken, ein anderes



Make up, die Haare mehr gestylt. Die zweite Einstellung dann im Wohnzimmer. Diese Vorbereitungen dauerten 45 Minuten.

Dann saß ich auf dem Sofa hingeflüzt mit der Zeitung in der Hand über den Rand der Lesebrille schauend oder mit Partner, meine Füße auf einem Hocker. Danach kamen die Kinder und setzten sich neben uns aufs Sofa. Auch diese Aufnahmen dauerten etwa zwei Stunden, immer wieder unterbrochen von der Stylistin, die meine Lippen nachschminkte oder meine Haare zu rechtzupfte. Nach sechseinhalb Stunden war meine Arbeit beendet. Es gab Pizza für alle Anwesenden, danach fuhr ich wieder nach Hause. Dort angekommen fiel ich in meinen Sessel und schlief eine gute Stunde. Solch ein Shooting ist viel anstrengender als man es sich vorstellt. Immerhin war ich 79 Jahre und keine 20 Jahre mehr alt.

Und das Honorar? Von dem habe ich mir ein Deckbett aus Kamelflaum gekauft. ev

Fremdwörter: Knapp daneben ist auch vorbei!

Für eine Reise nach Bayern muss man auf bergiger Strecke häufig einige *Terpentinen* bewältigen. München ist eine richtige Großstadt und wird auch von vielen *Terroristen* bevölkert. Wenn man sich in der bayerischen Luft gut *klimaktisiert* hat, kann man in Schwabing den *Fäkalienmarkt* besuchen. München

ist auch eine Universitätsstadt und wenn Sie das große *Latrinum* haben, können Sie am *Konversatorium* studieren, müssen sich aber vorher *kalzifizieren*. Sie schreiben dann vielleicht eine *Habitulation*, mit der Sie alle möglichen *Barrieren* einschlagen können. In der Freizeit geht's ins Fußballstadion. Beim FC

Bayern hat sich doch tatsächlich ein Spieler eine Oberschenkelzerrung zugezogen und der Sanitäter musste ihm eine *Invasion* anlegen. Sie gehen sicher mit mir *Chloroform*, dass manche Dinge in der heutigen Zeit *hochsterilisiert* werden.

So, nun ist aber genug *phisoloviert*. DB

Drei Freunde

Eine Vereinsgründung - nicht ganz ernst gemeint

Mit Wanderfreund Theo unterwegs, unterhielten wir uns über das Vereinswesen und darüber, dass statistisch gesehen jeder Deutsche in mindestens einem Verein Mitglied ist. Dazu erzählte er mir folgende Geschichte:

„Mit zwei Freunden saß ich beim Bier in der Kneipe, als uns spontan der Gedanke kam, einen Verein zu gründen, den Verein zur Förderung der geistigen und körperlichen Erbauung und Beweglichkeit e.V.

Nun war uns klar, dass wir zu dritt zu wenig waren, um auf die Mindestmitgliederzahl von sieben für eine Vereinsgründung zu kommen. Aber schnell kamen wir zu dem Entschluss, dass abwechselnd einer von uns die noch fehlenden Mitglieder repräsentieren sollte und sich zu diesem Zweck vis à vis den beiden anderen hinzusetzen hatte. Auch die

Aufgabe des Protokollierens dieser Zusammenkunft ging reihum. Danach wurde beratschlagt, wer der geeignete Kandidat für den jeweils zu vergebenden Posten sein könnte. Bei der Abwägung des Für und Wider einer Person konnten Kampfabstimmungen vermieden werden, weil von uns keiner gegen einen anderen antreten wollte. So wurden schließlich der 1. Vorsitzende, der 2. Vorsitzende, der Schriftführer, der Kassenwart und die drei Beisitzer gewählt. Die Abstimmungsergebnisse waren, bei jeweils einer Enthaltung, immer gleich und wurden sorgfältig protokolliert. Nach jeder Wahl erhoben wir das Glas und tranken auf das Wohl des neuen Amtsinhabers. Anschließend berieten wir den Inhalt der Satzung. Es ging schon kontroverser zu, da die Interessen zunehmend wortgewaltiger vorgetragen wurden. Schließlich hatten wir als Vereinsmitglieder schon einen langen Wahlmarathon und damit ver-

bunden etliche Bierchen hinter uns. Um nicht zu vereinsmeierisch und kleinkariert zu wirken, verfassten wir die Leitlinien des Vereins in wenigen Paragraphen auf einem unserer schon mit vielen Strichen versehenen Bierdeckel. Hauptanliegen sollte sein, nicht rasten und ruhen zu wollen, sondern sich jeden Sonntag hier in der Kneipe zusammzusetzen, um über weitere Vorhaben, die dem Vereinsziel dienen sollten, zu beratschlagen.



Als Wahlspruch kam uns „Wer rastet, der rostet“ in den Sinn und so verständigten wir uns auf ein Begrüßungsritual: Traf ein Mitglied auf ein anderes, sollte dieses mit WERA begrüßt und vom anderen Mitglied mit DERO beantwortet werden, den Anfangsbuchstaben der Worte des Wahlspruchs. Darauf musste mit einer weiteren Runde Bier angestoßen werden. Das Protokoll ließ mittlerweile hinsichtlich Schriftführung und Lesbarkeit sehr zu wünschen übrig.

Nun wurde noch über die Finanzen diskutiert. Die Artikulation begann schwierig zu werden. Aber auch da fand sich nach längerer Beratschlagung eine Lösung, die allen Mitgliedern gleichermaßen an die Geldbörse ging. Jeder musste einem anderen Mitglied ein Bier ausgeben. Und so mit dem Verzapfen unserer Vereinsgründung zufrieden, ließen wir die nächsten Gläser füllen. Aus dem Protokoll wurde kurzerhand ein Pa-

pierflieger gefaltet, der unter Gejohle nach einigen Kapriolen unter einer Bank verschwand.

Der Nachhauseweg förderte zutage, dass wir dem eigentlichen Anliegen unseres Vereines nicht mehr so recht folgen konnten, da die körperlichen und geistigen Befindlichkeiten unter den Umständen des Gründungsprozesses doch sehr gelitten hatten. Zwischen den zwei Häusern schwankend, die ich als mein Zuhause ausmachte, steuerte ich schließlich in die Arme meiner alten, nie rostenden Liebe. Meine Frau verdrehte die Augen und ich fragte mich, ob es bei mir oder bei ihr am Alkohol lag. Den Rest des Tages musste ich mich erst mal ausruhen, oder anders gesagt, ausgiebig meinen Rausch ausschlafen.“

Theo und ich waren uns einig, dass es schön wäre, wenn es unter den rund 580.000 eingetragenen Vereinen in Deutschland einige gäbe, die sich auch nicht bierernst nehmen. In diesem Sinne:

WERA!

Text : FAM -Foto: f-sm/Braband



Eine kurze Freundschaft

Seniorenfreude

Im letzten Sommer war ich eine Woche in Neuruppin. Ob ich spazieren ging, im Restaurant saß oder mit dem Dampfer fuhr, überall sah ich alte Menschen. Ich gehöre auch dazu und so kann ich Ältere gut verstehen, wenn sie mir etwas erzählen. Jeden Morgen beim Frühstück saß ich draußen im Garten in der Sonne. Auf dem Tisch eine lustige, bäuerlich rotkarierte Tischdecke und frische Brötchen. Allein das war schon ein bisschen Urlaub. Eine ältere Dame, sie war mit ihren beiden Töchtern da, setzte sich



immer zu mir und erzählte. Ich hörte ihr gerne zu, denn wir verstanden uns beide sehr gut. Haben wir doch alle das Gleiche erlebt, jede bloß ein bisschen anders: Kindheit, Schule, Krieg mit Bomben und Kinderlandverschickung, Arbeitsdienst, Flucht, dann ein neues Zuhause, Mann, eigene Familie, unsere Kinder, Arbeit im Beruf und jetzt das Alter. Da sind Gespräche von früher alle ähnlich, wir sind ja „Erinnerungsmillionäre“

und die Tür zum „Damals“ war plötzlich einen Spalt geöffnet. Diese „Wissen-Sie-noch-Gedanken“ taten einfach gut, sie gaben uns beiden Kraft für die Seele. Eigentlich zwei „Fremde“?

Ich glaube nicht, denn Jede schüttete der Anderen vertraut mit einer guten Prise Freude ihr Herz aus. Es war zwar nicht geplant, aber eben einfach eine Seelenverwandtschaft. Die Dame sagte, als sie sich verabschiedete, etwas zu mir, was ich bestimmt nicht vergessen werde: „Vielen Dank für diese kurze Freundschaft, ich nehme sie in mein Dorf mit nach Hause.“ BB

Übernachten bei Oma

Kinderfreude

Vor einigen Jahren stand bei mir ein Umzug an, von Dorsten nach Mülheim. Das wurde bald auch meinen Enkelkindern bekannt. Es verbreitete sich zunächst große Traurigkeit, denn die Oma war immer bereit, wenn die Mütter zum Shoppen gingen, das Kindermädchen zu sein. Bei der Oma war es doch schöner, als in den Geschäften mit der Mama. Die Oma hatte Zeit für Spiele, Basteln, Märchen-Vorlesen und Verwöhnen. Dieses sollte nun zu Ende sein, denn Mülheim war nicht gleich um die Ecke. So hatte Maximilian, der älteste der Enkelkinder, eine tolle Idee. Er besuchte ja schon die Schule und bekam auch Ferien. Es wäre doch schön, diese bei der Oma in Mülheim zu verbringen. Da gab es bestimmt viel Neues zu entdecken und

zu besichtigen. Von nun an wurde auf dem Kalender buchgeführt, wer das Wochenende oder die Ferien bei der Oma verbringen durfte. Doch die Mülheimer Wohnung ist kleiner und hat keine extra Schlafgelegenheit für Gäste. Wir fanden die Lösung: ein aufblasbares Gästebett in Form einer Matratze musste her. Nach den Besuchen lässt es sich gut platzsparend verstauen. Nun stand auch ein Wochenende für Jan, damals vier Jahre alt, an. Als ich ihn von zuhause abholte, fragte er mich: „Oma darf ich auch wie die anderen auf der ‚Maratze‘ schlafen?“ Alle lachten und Jan wirkte ein wenig beschämt. Von nun an fragten meine Enkelkinder nur noch: „Wann dürfen wir wieder auf der ‚Ma-

ratze` schlafen?“

Inzwischen sind sie schon älter und haben andere Interessen. Schade, es war immer lebhaft in der Wohnung!

Text: RP -Foto:www.gesund-sein.de



Rätsellösungen:

Silbenrätsel: Lösungswörter: Ostern – Historie – Nabob – Einbuße – Fahrstuhl – Radius – Ekstase – Umgebung – nebenbei – defekt – erfreulich – Italic – Schinderei – umsteigen – Nagasaki – Schikane – Eindruck – Ration – Lotterie – Eigelb. **Lösung:** Ohne Freunde ist unser Leben kein richtiges Leben.
Gehirn-Jogging: Gegen Schmerzen der Seele gibt es nur zwei Arzneimittel: Hoffnung und Geduld.
Kalenderrätsel: 1. Donnerstag - 2. Sonntag - 3. Samstag
Bilderrätsel: Sie sehen ein Gebäudeteil von Kloster Saarn

*Es gibt nichts Schöneres im Leben als die Freundschaft:
Du hast jemand, dem du dein Innerstes öffnen, dem du Geheimnisse mitteilen,
das Verborgene deines Herzens anvertrauen kannst. AMBROSIOUS*

In Freundschaft



Manchmal entwickelt sich aus einer zufälligen Begegnung eine Freundschaft, eine kostbare Verbindung, die uns vielleicht sogar ein Leben lang begleitet und bereichert. Es ist ein Glücksfall, wenn eine solche Brü-

cke zwischen zwei Menschen, zwischen zwei Seelen entsteht.

Vielleicht haben Sie in Ihrem Leben auch schon einmal Menschen getroffen, die Ihnen seelenverwandt waren.

Freundschaft ist etwas Beständiges und Tiefgehendes. Im wechselseitigen Geben und Nehmen entsteht ein festes Band des Vertrauens, das so leicht nichts trennen kann.

Freunde machen das Leben reicher. Sie geben Inspiration, Halt und Freude.

Aber echte Freundschaften sind selten und kostbar.

Friedrich der Große hat einmal gesagt: „Ein wahrer Freund ist ein Geschenk des Himmels“.

Ein Spruch aus Afrika gibt auch zu bedenken: „FREUNDSCHAFT ist wie eine Spur, die im Sand verschwindet, wenn man sie nicht beständig erneuert“.

Und Marie von Ebner-Eschenbach schrieb einmal: „Wirklich gute Freunde sind Menschen, die uns genau kennen und trotzdem zu uns halten“. Text: RM - Foto: Internet

Freundschaft heute

„Wahre Freundschaft soll nicht wanken ...“ fordert ein altes Volkslied und verweist darauf, dass eine Freundschaft über Zeit und Raum fortbestehen kann und auch eine Trennung daran nichts ändern muss. Ist wahre Freundschaft in unserer schnelllebigen Zeit noch „in“? „Ja!“, kann man darauf nur sagen, denn wirkliche Freundschaften sind eine Bereicherung im Leben. Freunde können wie ein Netz sein, das einen auffängt in schweren wie in schönen Tagen. Mit Freunden, Freundinnen, kann man alle Probleme besprechen im Bewusstsein, dass Vertrautheit, Vertraulichkeit und Offenheit immer gegeben sind.

Wirkliche Freunde erkennen die Situation des Anderen und sind zur Stelle, wenn man sie braucht – man muss sie nicht erst um Beistand bitten. Gegenseitige Kritik wird toleriert, sogar erwartet, ohne sich in einen Schmollwinkel zurückzuziehen. Aber wird mit den Begriffen „Freundschaft“ und „Freunde“ heute nicht auch allzu leichtfertig umgegangen? Schnell werden flüchtige Bekannte zu Freunden, Gleichgesinn-

te zu Wanderfreunden, Sänger und Kegler setzen noch einen drauf und werden zu Brüdern.

Geradezu absurd erscheint mir die Bezeichnung „Freunde“ bei Facebook. Mein Enkel Moritz hatte mit seinem „Freund“ gewettet, dass er an einem Tage weitere 150 Freunde im Internet findet. Er fand sie. Na, dann gute Freundschaft! Nicht nur hier wird der Begriff „Freund“ zur reinen Floskel. Die DDR nannte eines ihrer Kreuzfahrtschiffe „Völkerfreundschaft“, was die Regierung nicht davon abhielt, ihre Bürger auch in „befreundeten“ Ländern nur bedingt an Land zu lassen.

Freundschaften können nur zwischen Menschen entstehen. Beziehungen zwischen Staaten werden generell nach den jeweiligen Interessen gepflegt. Die deutsch-französische Freundschaft beispielsweise ist mehr ein politisches Schlagwort als Reali-



tät. Dabei können gute bis freundschaftliche Beziehungen der Regierungschefs durchaus nützlich sein. Überhaupt sollte man in der Politik mit dem Begriff Freundschaft vorsichtig umgehen.

Sie kennen doch sicher die Steigerung: Feind – Erzfeind – Partei-freund.

Und vom Unterschied zwischen Freund des Hauses und Hausfreund haben Sie wohl auch schon gehört.

Trotz allem: „Wer die Freundschaft aus dem Leben streicht, nimmt die Sonne aus der Welt.“, sagte Cicero schon vor mehr als 2.000 Jahren und das gilt auch heute noch!

Text: DS - Foto: Internet

Menschenfreundin ...

... auf vier Beinen im Wohnstift Raadt

Mein Name ist Lilly und ich bin eine waschechte, dunkelhaarige Mallorquinerin; aber auf der Insel Mallorca kann ein Hundeleben sehr gefährlich sein und so habe ich beschlossen auszuwandern. Mein Herrchen habe ich mir dann selbst ausgesucht und einen wirklich guten Fang gemacht. Andreas Rost ist ein Super-Typ und ich habe ihn voll im Griff, meistens jedenfalls. Denn natürlich muss ich auch gehorchen und deshalb ist er für mich der „Chef“. Er ist Einrichtungsleiter im Ev. Wohnstift Raadt und da ich eine sehr umgängliche und zurückhaltende Mischlingshündin bin, darf ich ihn täglich zu seinem Arbeitsplatz begleiten. Ich habe natürlich in der Hundeschule gelernt, dass man sich älteren Menschen gegenüber vorsichtig, sensibel und geduldig verhält. Die Bewohner anzuspriegen oder abzulecken ist für mich selbstverständlich tabu. Ich habe eine

ganz besondere Wirkung auf Menschen, die an Demenz erkrankt sind. Sie blühen im Kontakt mit mir auf, kommen aus ihrer Lethargie heraus und versuchen, aktiv zu werden.

Da ich kein Hund bin, der viel Gebell macht, mögen mich alle sehr gut leiden. Nur wenn jemand ungebeten in das Büro meines Chefs kommt, knurre ich manchmal vorsichtshalber. Ansonsten bin ich nicht zum Wachhund geboren und würde auch einen Einbrecher freundlich empfangen und ihm die Taschenlampe halten. Im Büro habe ich meinen Ruheplatz, einen Wassernapf und ein bisschen Spielzeug. Zwischendurch



lege ich mich auch mal aufs Ohr und muss ein bisschen entspannen, nachdem wir unsere Gasirunde gedreht und ich das Außengelände inspiziert habe.

Wenn Rollstuhl- oder Rollator-Fahrer über den Flur kommen, mache ich sofort Platz und gehe zur Seite, auch, damit meine Pfötchen nicht unter die Räder kommen. Auf meine linke weiße Pfote bin ich besonders stolz.

Meine Nase führt mich aber auch in die Nähe der Küche und der Speiseräume. Ja, ja ich weiß - für mich natürlich **Zutritt verboten**. Aber es gibt immer jemanden, der ein Leckerchen für mich bereithält. Wie heißt es doch so schön: „Schau mir in die Augen, Kleines!“ Und meinem Blick kann sowieso keiner widerstehen.

Text und Foto: DB

Morgenwonne

Ich bin so knallvergnügt erwacht.
Ich klatsche meine Hüften.
Das Wasser lockt. Die Seife lacht.
Es dürstet mich nach Lüften.

Ein schmuckes Laken macht einen Knicks
Und gratulliert mir zum Baden.
Zwei schwarze Schuhe in blankem Wachs
Betiteln mich „Euer Gnaden“.

Aus meiner tiefsten Seele zieht
Mit Nasenflügelbeben
Ein ungeheurer Appetit
Nach Frühstück und nach Leben.



Joachim Ringelnatz (1883-1934)

Nervende Haushaltsgeräte

Die Zukunft hat schon begonnen

Früh morgens ruft mein Wecker mit einer Stimme so kalt wie ein tiefgefrorenes Huhn: „Zeit aufzustehen!“ Erwartungsvoll steige ich auf die Waage in der leisen Hoffnung, Abnehmen im Schlaf klappt auch bei mir. Leider aber sagt meine Waage laut und deutlich mit strenger Stimme: „Sie haben zugenommen.“ An manchen Tagen macht mir deren Mitteilungsbefürnis einfach schlechte Laune. Außerdem spricht sie deutsch, englisch, französisch, russisch und spanisch. Sie kann also schon mal viel mehr als ich. Enttäuscht - mal wieder nix mit der Gewichtsabnahme - nehme ich den Schlüssel, um die Zeitung aus dem Briefkasten zu holen. Der Schlüsselanhänger hat eine Alarmfunktion. Er erinnert mich so schrill an meine Medikamenteneinnahme, als wäre ich nicht nur debil, sondern auch stocktaub. Glücklicherweise ist meine Kaffeemaschine billig, schlicht, stumm. Ich freue mich auf den Kaffee. Zum Frühstück genehmige ich mir ein Ei.

Mein Eierkocher, ein Geschenk von guten Freunden, heißt Schantall, er singt fröhlich und unbekümmert, während das Ei kocht: „Ich wollt ich wäre ein Huhn.“ Es gab auch eine Eieruhr mit Carmina burana, ich durfte wählen. Später brüllt meine Waschmaschine mit einer Stimme,

die den Himmel beinahe zum Einsturz bringt „Stopp!“ Bestimmt war ich wieder einmal zu großzügig mit dem Seifenpulver. Entnervt sage ich: „Ach halt die Klappe.“, bin aber froh, dass ich nicht die Waschmaschine Hermine zu Hause habe, eine echte Quasselstrippe, die Erfindung von Wissenschaftlern der Uni Regensburg. Sie hält einem einen Vortrag, wie man die Wäsche optimal wäscht, macht Vorschläge zu Temperatur und Schleudergang, verweigert störrisch wie ein Esel verkehrte Einstellungen. Nein, ich möchte nicht mit meiner Waschmaschine diskutieren. Siemens hat sogar einen Herd herausgebracht, mit dem man tatsächlich Dialoge führen kann. Er gibt Anregungen zu Garzeiten, macht Rezeptvorschläge und verweigert trotz meiner jahrelangen Erfahrung als Hausfrau den Stich guter Butter oder den Schuss Sahne an manchen Menüs. Sicher nur geeignet für fanatische Gesundheitsapostel. Das Fraunhofer Institut entwickelte einen Kühlschrank, der laut und vernehmlich sagt, wenn Milch, Joghurt, Butter usw. fehlen.



Dieser Kühlschrank bestellt dann ganz unverfroren über eine Internetverbindung im Supermarkt nach. Bezahlt wird monatlich per Abbuchung. Der absolute Renner aber ist ein Staubsauger, der schon bevor er saugt, erst mal meckert, wenn der Staubbeutel geleert werden muss. Ist er dann zufriedengestellt, fragt er laut beim Saugen: „Ist das eine Maus oder eine Wollmaus?“, ruft dazu triumphierend: „Weg mit dem Fussel! Weg mit dem Fussel!“

So wäre also peinlicherweise auch gleich die ganze Nachbarschaft informiert, wie es um die Sauberkeit bei mir bestellt ist.

Geräte, die mich als Trottel darstellen, lösen bei mir ärgerliche Empfindungen aus und können mich ziemlich zornig machen. Außerdem ist es mir peinlich, mit Dingen zu reden. Ich will mich nicht mit meinen Haushaltsgeräten unterhalten, Wollmaus hin, Wollmaus her.

Stumme Diener sind mir lieber.

Text: DST - Bild: pc-service.ch

Alt? na und! - Mülheimer Seniorenzeitung seit 1989 - überparteilich - überkonfessionell

Schirmherrin:
Oberbürgermeisterin
Dagmar Mühlenfeld

**Herausgeber und
Anschrift für Leserbriefe:**
Seniorenredaktion der
Heinrich-Thöne-Volkshochschule
Bergstr. 1 -3
45479 Mülheim an der Ruhr
E-Mail: redaktion@alt-na-und.de
Internet: www.alt-na-und.de

Ausgabe 86 gefördert durch die
Stiftung Bildung und Kultur

Titelbild: DS

Impressum

Redaktionsmitglieder Ausgabe 86
Brigitte Block (BB), Doris Bröker (DB), Marga Dzendzalowski (MD), Anna-Maria Früh (FAM), Fred Gnuschke (FG), Monika Gruber (MG), Ulrich Gürtler (UG), Christel Hermuth (CH), Adele Kroner (AK), Rosemarie Mink (RM), Waltraud Mrotzek (WM), Rita Präckelt (RP), Gudrun Prüssmann (GP), Erich Rosenkranz (ER), Walter Schnöller (SW), Marianne Schrödter (MAS), Dorothea Stehkämper (DST), Eva Stoldt (ev), Hans-Dieter Strunck (DS), Günter Tübben (GT)

Redaktionsleitung
Gabi Strauß-Blumberg (GSt-B)

Auflage
6.500 Exemplare
auf 100% chlorfrei gebleichtem Papier

Druck
SETPOINT Medien
47475 Kamp-Lintfort

Briefe und Beiträge
Für eingereichte Manuskripte wird keine Abdruckgarantie gegeben. Rücksendung erfolgt nicht. Kürzungen und sinngemäße Änderungen bleiben vorbehalten. Alle Rechte von namentlich gekennzeichneten Beiträgen sowie die Verantwortung für deren Inhalt liegen bei den VerfasserInnen in Wort und Bild.

Die nächste Ausgabe erscheint im Dezember 2012



Gehirn-Jogging

Schmerzen gibt es Seele nur Gegen
zwei Hoffnung und Arzneimittel:
der Geduld.

Bringen Sie die 12 Wörter in die richtige Reihenfolge,
und beginnen Sie mit „Gegen“.

ev

Kalenderrechnen

1. Der Tag, der vor heute liegt, ist Montag.
Welcher Tag ist also übermorgen?
2. Heute ist Dienstag.
Welcher Tag war drei Tage vor morgen?
3. Gestern waren es noch fünf Tage bis Montag.
Welcher Tag ist übermorgen?

Mülheimer Bilderrätsel



Welches Mülheimer Gebäude
ist hier zu sehen?



DB

Silbenrätsel

Die ersten Buchstaben von oben nach unten und die letzten von unten nach oben gelesen, ergeben ein Sprichwort

1. Kirchliches Fest.....
2. Geschichte.....
3. reicher Mann.....
4. Verlust.....
5. Aufzug.....
6. Halbmesser.....
7. Verzückung.....
8. Nachbarschaft.....
9. außerdem.....
10. fehlerhaft.....
11. begrüßenswert.....
12. Bezeichnung für eine Schrift.....
13. Anstrengung.....
14. Messgerät.....
15. die Bahn wechseln.....
16. Hafen in Japan.....
17. Bosheit.....
18. Empfindung.....
19. Anteil.....
20. Auslösung.....
21. Dotter.....

ben - bei - bob - bu - bung - de -
de - di - druck - ei - ein - ein - ek -
er - fahr - fekt - freu - ga - ge -
gelb - gen - his - ita -ka - ki - lic -
lich - lot -me - mo - na - na -ne -
ne -on - os - ra - ra - rei - rie -sa -
schi - schin - se - ße - sta - stei -
stuhl - te - ter - tern - ther - ti - to
- um - um - us -

BB



Was bewegt Senioren?

Sie dürfen uns glauben, liebe Leserin, lieber Leser, dass uns die Probleme, Gedanken, Wünsche und Erwartungen von Senioren am Herzen liegen. Mehrfach im Jahr diskutiert das Redaktionsteam von **Alt? na und!** ausgiebig darüber, welche die Seniorenthemen sind und wie wir sie in den Beiträgen in der Seniorenzeitung **Alt? na und!** berücksichtigen könnten.

Nur, zu einem Ergebnis sind wir bisher nicht gekommen. Interessant war, dass auch uns besuchende Vertreter des Seniorenbeirates nicht viel Informatives zu dem Thema beitragen konnten.

Das Thema beginnt mit der Frage, von welchem Alter an ist ein Mensch ein(e) Senior(in)? Ab 50, 60 oder erst ab 70 Lebensjahren?

Wikipedia, das „allwissende“ Internetlexikon, weiß hier Rat:

Senior bezeichnet einen älteren Menschen, einen Menschen im Rentenalter oder Ruheständler. Als gesellschaftliche Gruppe sind Senioren unter anderem als Zielgruppe des Marketings relevant, die mit Schlagworten wie „Best Ager“ belegt werden.

Das würde bedeuten, dass wir uns mit den Menschen beschäftigen müssten, die 60 bis 65 Jahre und älter sind.

Haben Senioren Angst vor Einsamkeit und nachlassender Mobilität? Wenn man den Beilagen der Tagespresse glaubt, interessieren sich diese Menschen in erster Linie für Rollatoren, Treppenlifte und seniorengerechte Wohnungseinrichtungen. Ist das wirklich so?

Unsere Erfahrung lehrt uns, dass es in dieser Altersgruppe Menschen gibt, die noch ein intensives, aktives Leben führen. Sie „jetten“ um die Welt, man findet sie am Nordkap genau so wie im fernsten Asien. Sie treiben Sport, betreuen Enkel und pflegen aktiv Hobbys. Und wer meint, dass 80-Jährige nur noch ruhig daheim im Sessel sitzen und Seifenopern im Fernsehen schauen, der sollte einmal eine unserer Redaktions-sitzungen besuchen.

Aber gilt das nicht in gleichem Maße für den größten Teil der Senioren? Natürlich wissen wir, dass mit dem Alter Einschränkungen einhergehen können. Körperliche Gebrechen, Anfälligkeiten für Krankheiten, Demenz und Alzheimer sind in unserer Altersgruppe leider oft vertreten. Die Senioreneinrichtungen in unserer Stadt legen dafür ein beredtes Zeugnis ab.

Auch die Altersarmut bzw. geringe finanzielle Grundlagen verhindern nicht selten, im Alter so aktiv und engagiert zu leben, wie es mancher ältere Mensch gerne möchte und könnte.

Aber auch das ist nur ein Teilaspekt.

Sie sehen, liebe Leserin, lieber Leser: Wir wissen nicht wirklich, was Sie gerne in **Alt? na und!** lesen möchten. Da bleibt uns kein anderer Weg, als Sie wieder einmal zu fragen:

Was bewegt Sie? Wo drückt Sie der Schuh? Welche Veränderungen in unserer Stadt sind für Sie wichtig?

Ihre Antworten und Anregungen sind uns wichtig.

**Bitte schreiben
oder mailen Sie uns!**

(Adresse siehe Seite 14)

Oder rufen Sie uns an!

Am

Mittwoch, 26.9.2012

und am

Donnerstag, 27.9.2012

in der Zeit von

14.00 bis 16.30 Uhr

**ist ein Redaktionsmitglied
von *Alt? na und!***

für Sie

telefonisch erreichbar.

Telefon-Nummer:

455 4357

Bitte rufen Sie nur in dieser Zeit an. Zu anderen Zeiten steht die Telefonnummer nicht für **Alt? na und!** zur Verfügung.

**Sagen Sie uns, was Sie bewegt!
Teilen Sie uns mit, was Sie in
Ihrer Seniorenzeitung lesen
möchten! Wir nehmen Sie ernst!**

Natürlich werden wir keine Probleme lösen können, aber wir werden sie an die Öffentlichkeit bringen.

**Nutzen Sie die Gelegenheit! Wir
freuen uns auf Ihren Anruf!
Ihre Redaktion**

