

Quartierspunkt Mülheim -Heißen -Süd

Am 14. April 2018 wurde in Mülheim-Heißen, Kleiststr. 20, ein Quartierspunkt von der Stadt Mülheim und der SWB-Service-Wohnungsvermietungs- und -baugesellschaft mbH eröffnet. Nach Renovierung stellt der SWB eine 100 qm große, helle Wohnung kostenlos zur Verfügung, als **Anlauf- und Beratungsstelle**. Im Vorfeld wurden die Wünsche und Erwartungen der Bürger in einer Quartierswerkstatt zusammengetragen. Zum Beispiel: Wie können nachbarschaftliches Miteinander gestaltet und wie Freizeit sinnvoll genutzt werden? Wo bekommt man Unterstützung und Hilfe in Lebensfragen oder eine Beratung über Wohnen im Alter? Auch der Wunsch nach mehr Bänken im Quartier wurde erfasst. Was den Menschen wichtig ist und sie bewegt, hier kann und soll es vorgetragen werden. Eine **Herzenssprechstunde** ist bereits angelaufen. 10 bis 15 Teilnehmer haben sich zusammengefunden und setzen sich für die Etablierung des Nachbarschaftsstützpunktes ein. Ideen werden gesammelt und deren Umsetzung geplant. Ehrenamtliches Engagement ist auch hier gefragt und wichtig. Beim beste-



henden **Themenforum** handelt es sich um Informationsveranstaltungen. Es werden kostenlos Vorträge zu unterschiedlichen Themen angeboten. So findet am 25. Oktober 2018 um 18 Uhr ein **Themenforum** statt. Eine Anmeldung ist erforderlich, da die Teilnehmerzahl aufgrund der Räumlichkeiten begrenzt ist. Der **Mülheimer Sportbund** bietet einmal monatlich donnerstags eine Beratung über die von Sportvereinen angebotenen quartiersbezogenen Sportangebote an. Anmeldung ist nicht nötig. Der nächste Termin ist der 25. Oktober 2018 von 14 bis 16 Uhr. Für das Quartiersmanagement ist von Seiten der Stadt Mülheim Anna Schewerda zuständig, gemeinsam mit Michael Moldenhauer von

heitliche Aufklärung können Sie eine kleine Schachtel mit 15 Karten, die Übungen aus dem Alltagstrainingsprogramm enthalten. Sie benötigen dazu weder Sportgeräte noch Sportbekleidung. Diese Übungen können überall durchgeführt werden. Kontakt: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Maarweg 149-161, 50825 Köln, Telefon 0221 8992-0, E-Mail: info@aelter-werden-in-balance.de

Anna Schewerda, Sozialamt, Telefon 0208 455-5909, E-Mail: anna.schewerda@quartierspunkt.de
Michael Moldenhauer, SWB, Telefon 0208 45002-173, E-Mail: michael-moldenhauer@quartierspunkt.de
Weitere Informationen zum Quartierspunkt erhalten Sie in Kürze auch online unter www.quartierspunkt.de
Tex und Foto: CH

Neues vom



Hervorragend angenommen wurde der **Alltags-Fitness-Test (AFT)**, den der Mülheimer Sportbund kürzlich im Rahmen des Programms **„Fit im Alter“** und in Saarn durchführte. **„Trainieren mit Heike“** absolviert Heike Klingenspohr jeweils freitags von 10 bis 11.30 Uhr im Evangelischen Wohnstift Uhlenhorst, Broicher Waldweg 95, 45478 Mülheim, für Interessierte vielfältige Übungen für Körper und Geist. Anmeldungen direkt im Wohnstift, Telefon 0208 58070. Außerdem bietet der Mülheimer Sportbund neuerdings im **Quartiers-**

punkt Heißen-Süd, Kleiststraße 20, 45472 Mülheim, regelmäßig eine Beratungsstunde | wo " **V j g o c " "Fit im Alter“** und in Saarn durchführte. **„Trainieren mit Heike“** absolviert Heike Klingenspohr jeweils freitags von 10 bis 11.30 Uhr im Evangelischen Wohnstift Uhlenhorst, Broicher Waldweg 95, 45478 Mülheim, für Interessierte vielfältige Übungen für Körper und Geist. Anmeldungen direkt im Wohnstift, Telefon 0208 58070. Außerdem bietet der Mülheimer Sportbund neuerdings im **Quartiers-**

heitliche Aufklärung können Sie eine kleine Schachtel mit 15 Karten, die Übungen aus dem Alltagstrainingsprogramm enthalten. Sie benötigen dazu weder Sportgeräte noch Sportbekleidung. Diese Übungen können überall durchgeführt werden. Kontakt: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Maarweg 149-161, 50825 Köln, Telefon 0221 8992-0, E-Mail: info@aelter-werden-in-balance.de

Bei der Bundeszentrale für gesund-



Beigeordneter Ulrich Ernst besuchte die Redaktion



Am 15. Mai 2018 besuchte der städtische Beigeordnete Ulrich Ernst die Redaktion von *Alt? na und!* in Begleitung von Annette Sommerhoff, der Leiterin der Heinrich-Thöne-Volkshochschule. Ulrich Ernst ist zuständig für den umfangreichen Geschäftskreis des Dezernates V, das die Bereiche Bildung, Soziales, Jugend, Gesundheit, Sport und Kultur und damit auch die Betreuung der Mülheimer Volkshochschule umfasst.

Die Seniorenzeitung *Alt? na und!* entsteht in einem Kurs der Volkshochschule. Die Redaktion hat daher ein großes Interesse, Informationen über den aktuellen Zustand des VHS-Gebäudes an der Bergstraße und über die künftigen Planungen zu erhalten. Aus diesem Grunde haben die Redaktionsmitglieder Fragen zur Volkshochschule zusammengestellt, die Ulrich Ernst ausführlich beantwortet hat. Hierfür bedankt sich die Redaktion bei Herrn Ernst und gibt im Folgenden einige seiner Antworten zusammengefasst wieder.

Sind in den letzten Jahren Haushaltsmittel für die Sanierung der VHS veranschlagt worden und was wurde mit dem Geld gemacht?

In den vergangenen Jahren waren im städtischen Haushalt immer Beträge für Sanierungen und Brandschutzmaßnahmen vorgesehen, auch für die VHS. Diese Mittel reichten nicht für alle Maßnahmen. Die Verwaltung hat daher entschieden, die Mittel unter Beachtung einer Prioritätsliste auszugeben. Es wurden zunächst Sanierungsmaßnahmen in Kindergärten und Schulen durchgeführt. Das ist auch für die nächsten fünf Jahre so: Etwa 190 Mio. Euro stehen für die bauliche Sanierung aller städtischen Gebäude bereit. Dieser Betrag ist eine Obergrenze, die aufgrund der Vorgaben der Aufsichtsbehörde nicht erhöht werden kann. Auch diese Mittel werden unter Beachtung der Prioritätsliste ausgegeben für Sanierungsmaßnahmen in den Kindergärten und Schulen.

Warum wurde das gravierende Ausmaß der Schäden, die zur Schließung der VHS führten, erst 2017 erkannt? Schon vor 2017 waren bei Begehungen der VHS durch das Bauordnungsamt Brandschutzmängel festge-

stellt worden und man hatte angefangen, diese zu beseitigen. Als dann 2017 im Rahmen dieser Baumaßnahmen in den Räumen und Fluren Zwischendecken geöffnet werden mussten, wurde entdeckt, dass sich durch die Verlegung von Leitungen viele Löcher in den Decken und Wänden befinden. Dadurch sind die Übergänge zu den Nachbarräumen nicht vorschriftsmäßig abgeschottet, sodass sich im Falle eines Brandes der Rauch äußerst schnell in alle Räume ausbreiten könnte. Aufgrund dieses gewaltigen Sicherheitsrisikos haben Bauaufsicht und Feuerwehr die sofortige Schließung des Gebäudes angeordnet.

Stimmt es, dass die Stadt monatlich 6.000 Euro für die Bewachung des VHS-Gebäudes ausgibt?

Ein solcher Betrag war nur für die erste Zeit nach der Schließung notwendig, solange sich für die Abwicklung der Schließung noch Personen im Gebäude befanden. Heute betragen die Ausgaben für die Bewachung etwa 200 Euro monatlich.

Hat die Stadt ein Gutachten in Auftrag gegeben, das Aussagen über die künftige Vorgehensweise (Renovierung des bestehenden Gebäudes, Neubau auf einem zu kaufenden oder einem städtischen Grundstück oder Anmietung eines bestehenden Gebäudes) enthalten soll?

Die Stadt hat ein solches Gutachten in Auftrag gegeben, um Entscheidungshilfen für das weitere Vorgehen zu erhalten. Im Falle der Volkshochschule sind eine Fülle von Planungsaspekten zu berücksichtigen und verschiedene Alternativen gegenüberzustellen. Die Kosten für diese Leistungen werden voraussichtlich 900.000 Euro betragen. Es ist davon auszugehen, dass das Gutachten Anfang 2019 vorliegen wird.

Warum dauert das so lange und warum ist das Gutachten so teuer?

Die Stadt Mülheim muss die Vorschriften des öffentlichen Vergaberechts beachten. Für die Durchführung einer öffentlichen, europaweiten Ausschreibung werden mehrere Monate benötigt.

Die Erstellung eines Gutachtens richtet sich zum einen nach dem Umfang der zu ermittelnden Planungswerte. Darüber hinaus unterliegt die Erstellung des Gutachtens den Vorschriften der Honorarordnung für Architekten- und Ingenieurleistungen, die verbindliches Preisrecht für Ingenieurleistungen ist. Das fertige Gutachten beinhaltet Planungen und Berechnungen, die bei der Umsetzung der Baumaßnahmen erforderlich sind und bei deren Realisierung dann nicht mehr anfallen.

Die endgültige Entscheidung über den zukünftigen Standort der VHS soll auf der Basis der dann vorliegenden Zahlen und Fakten im Frühjahr nächsten Jahres fallen, wobei es bisher heißt, dass die kostengünstigste Variante genommen werden soll.

Text: ERA / GST-B / Foto: FAM

Vorsicht Falle !

Stellen Sie sich vor, ich würde Sie anrufen und Ihnen vorgaukeln, dass ich Ihre Enkelin bin und dringend 5.000 Euro von Ihnen will und in einer Stunde meinen Freund vorbeischicke, der das Geld abholt - würden Sie dieser Aufforderung nachkommen? Ich hoffe nicht! Wahrscheinlich durchschauen Sie diese Betrugsmasche und rufen die Polizei an. Schon länger bemüht sich die Polizei um Aufklärung und warnt vor Trickbetrügern, falschen Polizisten, erfundenen Amtspersonen oder eben falschen Enkeln. Da wäre der sogenannte **Enkeltrick**: Kriminelle suchen sich aus dem Telephonat klingenden Vornamen heraus, sie kennen weder die Person noch deren Umfeld und beginnen das Telefonat mit einem Namen und schon wird eine Notlage geschildert, für die der Anrufer dringend Geld braucht. Die Polizei rät: Seien Sie immer misstrauisch, wenn jemand am Telefon seinen Namen nicht nennt und Sie diesen raten sollen. Erzählen Sie nichts über Ihre familiären oder finanziellen Verhältnisse. Will der unbekannte Anrufer Geld von Ihnen, legen Sie auf. Übergeben Sie niemals Geld an fremde Personen!

Das gilt auch für den **falschen Polizisten**, der mit Geschichten über eine drohende Gefahr für Ihr Vermögen Druck auf Sie ausübt. Merken Sie sich, dass die Polizei niemals bei Bürgern anruft und sich nach deren Vermögen erkundigt und dies schon gar nicht bei Ihnen abholt. Sollte auf Ihrem Telefondisplay die Nummer 110 mit oder ohne Vorwahl erscheinen, können Sie absolut sicher sein, dass es nicht die Polizei ist. Die echte Polizei würde nie unter dieser Notfallnummer anrufen.

Dann wäre da noch der Trick mit dem **Gewinnspiel**, bei dem sich Kriminelle als Rechtsanwalt oder Notar ausgeben und von Ihnen vor der Zustellung Ihres vermeintlichen Gewinns eine Bearbeitungsgebühr

verlangen, die Sie auf ein Konto - meist ins Ausland - überweisen sollen.

Rufen Sie auch keine **gebührenpflichtigen Sondernummern** an * 2 ; 2 2 " í " 2 3 : 2 " í 2 3



Klüger gegen Betrüger!

können sehr hohe Telefonkosten entstehen. Auch sollten Sie niemals am Telefon persönliche Daten oder Bankverbindungen bekanntgeben.

Hier noch eine Zeitungsnotiz vom 3 : 0 7 0 4 2 3 : " k p " f g t Trick ist uralte. Ob es der falsche Handwerker-, der Zettel- oder der Ein-Glas-Wasser-Trick ist, immer wollen sich Unbekannte Zutritt zu Ihrer Wohnung verschaffen. Die Polizei sagt: **Eine Ihnen unbekannte Person gehört nicht in Ihre Wohnung!** Sprechen Sie durch die geschlossene

Tür oder Türsperre und lassen Sie sich einen Dienstausweis zeigen. Wenn Sie unsicher sind, rufen Sie bei dessen Firma oder Behörde an. Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen.

Sie können auch einen neuen Termin vereinbaren, der echte Handwerker wird dafür Verständnis haben. Wird der Unbekannte zudringlich, sprechen Sie laut oder rufen um Hilfe. Sie sollten auf jeden Fall die Polizei unter 110 anrufen, wenn Ihnen die Situation verdächtig erscheint oder Sie Opfer einer Betrugsmasche geworden sind. Sollten Sie Opfer eines **Taschendiebstahls** geworden sein, rufen Sie sofort den

Sperr-Notruf 116 116

an, um Ihre Zahlungskarten sperren zu lassen und melden sich auch bei der Polizei, die Ihnen hilft, zeitnah alle Konten zu sperren.

Kriminelle suchen sich bewusst ältere Menschen als Opfer aus. Zum einen sind diese oft nicht mehr

so beweglich und in ihrem Reaktionsvermögen verlangsamt, zum anderen auch häufig alleinstehend und ein wenig einsam. Der Wunsch nach sozialem Kontakt und die Höflichkeit der Senioren werden von Kriminellen schamlos und bewusst ausgenutzt.

Sollten Sie Fragen zu diesem Thema haben, können Sie sich eine kostenlose Informationsbroschüre der Polizei in Ihrer Sparkasse holen.

Sie können sich auch informieren beim Kriminalkommissariat Essen 0 Kriminalprävention/Opferschutz, Telefon 0201 829 4444 oder bei der Polizeiinspektion 4, Mülheim, Von-Bock-Straße 50, Telefon 0201 829 3481

Wanderung im Mülheimer Norden

Wer in Mülheim ans Wandern oder Spaziergehen denkt, dem fallen zunächst die Wege entlang der Ruhr, im Rumbachtal oder im Broich-Speldorfer Wald ein. Dass auch der Norden im Stadtteil Dümpten eine gute Gelegenheit für eine etwa einstündige Wanderung in schöner Natur bietet, ist nicht allen bekannt. Vielleicht haben Sie schon einmal etwas über das Hexbachtal gehört? Dieses Tal liegt auf der Grenze zwischen Essen und Mülheim



Es wurde früher auch *š N ® r r m g l w 'e 0 Å j c m .* Der Name Hexbach hat übrigens nichts mit Hexen zu tun, sondern mit der Hexel, wie die Hainbuche früher genannt wurde. Das gesamte Gebiet gehört zusammen mit dem ebenfalls als Naturschutzgebiet ausgewiesenen Winkhauser Tal zum regionalen Grünzugsgebiet, das schon 1920 vom Ruhrkohlen-siedlungsverband als schutzwürdig ausgewiesen wurde, um die Zersiedlung zwischen den Städten Essen, Mülheim und Oberhausen zu verhindern.

Ein guter Ausgangspunkt für die Wanderung ist der Parkplatz am Friedhof an der Oberheidstraße. Für nicht motorisierte Personen bietet sich die Endhaltestelle der Straßenbahnlinie 104 an. Vom Parkplatz aus geht es etwa 100 Meter die Oberheidstraße entlang bis zur Einmündung des Zufahrtswegs des Dümptener Bauernhofs der Familie in der Beek. An Erdbeerfeldern vorbei wandert man etwa bis zum Ende der von den

ten Zufahrtstraße zum Hofladen, *š N ® r r m g l w 'e 0 Å j c m .* kurz vor dem Hof ab in einen schmalen Fußweg und gelangt ans Ende der Bonnemannstraße, in die man links einbiegt. Nach weiteren 100 Metern geht es scharf rechts zum Ausgangspunkt des Hexbachtals.

Von nun an wandert man unter Bäumen leicht bergab dem Bach nach. Hier kann es schon mal matschig sein und es empfiehlt sich, festes Schuhwerk zu tragen. Weiter gelangt man zu einer Kreuzung mit einem Nebenbach. Jetzt muss man sich links halten und kann den - nach der Verwüstung *f w t e j " f g p " U n d e r S t a d t* Essen breit ausgebauten Weg benutzen. Der Bach ist von da an allerdings kaum zu erkennen, denn er ist durch viel Buschwerk verdeckt. Dafür ist der Weg jetzt sehr bequem zu gehen und einige neue Bänke laden zu einer Pause ein. Nach insgesamt einer halben Stunde wird die Straße Hexberg erreicht. Sie liegt - wie auch der breite Weg vorher - auf Essener Gebiet. Wenn man sie rechts bergauf spa-

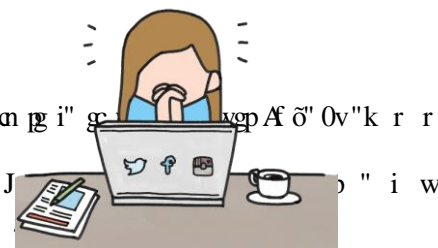
einladenden Biergarten der *š V c n u õ 0 p Y n g g p f g v "* sich nach links, lädt auf Mülheimer Gebiet der Biergarten *f g t " I c u v u v ® v v g "* her nur Mühlbach-Gaststätte genannt) zur Rast ein. (Nach den Öffnungszeiten sollte man sich vorher erkundigen.) Als Rückweg kann man nun am Reiterhof Lugge vorbei den Gänseweg benutzen. Er führt schneller aber steiler bergauf zum Sportplatz Wenderfeld. Von dort geht es dann

über die Straße Voßkuhle zurück zum Ende des Hexbachs und weiter - wieder beim Dümptener Bauernhof vorbei - zur Oberheidstraße zurück. Wer unterwegs nicht einkehren konnte oder mochte, hat dann noch Gelegenheit, vor der Kreuzung der Oberheidstraße mit der Aktienstraße im *š E c h g " F g n " U e i n a n d e r e j w " t* Möglichkeit, das Hexbachtal zu erreichen, bietet das Ende der Borbecker Straße, die von der Endhaltestelle Oberdümpten der Linie 102 erreicht wird. Auf der Straße Hexberg kommt *o c p " f k t g m v " c o " D k g t i* *š V c n u õ 0 p Y n g g p f g v "* anders herum wandern. Bequemer ist es, mit dem Auto die Borbecker Straße bis zum Ende der Kreuzung mit dem Hexberg bis zum Parkplatz *j k p v g t " f g t " I c u v u v ® v v g "* fahren, um von dort aus loszugehen. Wem der gesamte Weg zu lang er- *u e j g k p v . " m c p p " c o " U n d e r S t a d t* *f g t h g n f õ " r c t m g p " w p f* Voßkuhle hinab den Bachweg erreichen.

Text: GH/ Foto: CH

Unzufrieden mit dem Internet

Meine Enkelin, 11 Jahre alt, hat Langeweile. Was tut das Kind von heute? Es geht an den *E q o r w v g t . " t w h v " f k g " U w e j o c u e j v k p " g d g k q " q N a n g i " g w e p A f õ " O v " k r r* Beeindruckt von der großen Menge der anzuklickenden Seiten wählt sie eine speziell für *O ® f e j g p " c w u 0 " U r ® v g t " h t c i g " k e j " u k g < " š J* *y c u õ . " k u v " f k g š " c g o o " r c p t h v c g p " i C " p f v g y t h " R a n n a m a l w i e d e n D e i* *nen Kleiderschrank auf!* Dafür brauche ich keinen Computer, das sagt mir Mama schon *q h v " i g p w i 0 õ*



Text: GST-B / Bild: pixabay

Leserbrief

Mölmisch Platt in der Pflege

š Y k t " r h n g i g p k' R g 'v B g v m B ö g n p # ö ' * G

Ein ortsfremder Pastor wird zu einer dementen 90-Jährigen gerufen. Es kommt zu keiner wirklichen Verständigung, die Dame redet zwar, aber nur im Ortsdialekt. Vor ihrer Demenz sprach sie ausschließlich Hochdeutsch. Der Pastor berichtet mir davon, und ich mache mich schlau. Tatsächlich handelt es sich um ein bekanntes Phänomen, das in der Fachliteratur oft beschrieben wird. Die Senioren fallen zurück in ein Stadium früher Prägung und alles Spätere kann nicht mehr erinnert werden (Alzheimer, Schlaganfall). Da es aber sehr wichtig ist, eine aufgeschlossene Atmosphäre herzustellen, in der man Demente irgendwie noch erreichen kann, bemühen sich die Pflegeeinrichtungen, deren Biografie zu beachten und ihrem Personal sogar

mundartliche Hilfestellung an die Hand zu geben. Im Internet findet man Hinweise auf mindestens zwei Broschüren, in denen Listen mit Wörtern und Redewendungen aus dem Pflegebereich zu finden sind (siehe Angaben am Ende dieses Texts). Inzwischen arbeiten viele Senioreneinrichtungen nach der Methode von Erwin Böhm, die unter dem Begriff š R u { e j q i t c h k u e j g jene Fähigkeiten unterstützt, die der Mensch unwillkürlich in sich trägt oder durch das Milieu unbewusst mitbekommen hat. Sie scheinen am ehesten gegen das Vergessen resistent zu sein und geben den alten Menschen das Gefühl, zuhause zu sein. Andere Einrichtungen richten sich nach ähnlichen Pflegeleitlinien von Monika Krohwinkel und fragen in einem

Biographie-Bogen gleich zu Anfang nach Fremdsprachen und Dialekten. Inwieweit das rückwirkend für Sprachen/Dialekte gilt, die in der Jugendzeit der heute 90-jährigen Dementen öffentlich gesprochen wurden, während sie heute fast ausgestorben sind (wie das Mölmisch Platt), wäre noch zu klären. Klar ist jedenfalls, wie wichtig das Recht auf die einmal ererbte Sprache grundsätzlich ist. Auch wenn in Mülheim an der Ruhr eine Mundartbroschüre für Pflegekräfte vielleicht nur noch in Einzelfällen konkrete Anwendung fände, wäre es als generelle Information über pflegetypische Mölmische Redewendungen nicht ohne Wert und könnte durchaus auch pflegerischen Gesprächen mit nicht-dementen Mölmischen Senioren zu Gute kommen.

Ein paar Beispiele:

- Heben Sie bitte das Gesäß an. = Böarend Che-i mol dat Äächeterde-il em bettschen.
- Strecken Sie bitte den Arm / das Bein aus
ich möchte Ihnen das überziehen. = Maakend Che-i ees dän Arm / das Be-in lang, ick will
Ou dat öwwertrecke.
- Soll ich Ihnen ein Kissen in den Rücken legen? = Ssall ich Ou en Kööbe achter dän Rögge steeke?
- Ich schlage mal eben die Bettdecke zurück. = Ich schlaa´ eewes de Bettdecken tertück.

1. Die Broschüre š R n c v v f g w v u e j " k p " f g t " R e h : n g i g ö " | w o " N g u g p " w p f "
http://web.bbswhs.de/media/pdfs/altenpflege/Plattdeutsch_in_der_Pflege.pdf
 Diese Broschüre kann man kostenlos, auch in größerer Anzahl, bestellen unter der E-Mail-Adresse:
plattdeutsch-pflege@bbswildeshausen.de
 (Ansprechpartnerin: Hella Einemann-Gräbert)

2. Zum Bestellen (Portogebühr) gibt es die Bt q u e j Ä t g " ó R R r e w v ' k j u g' r e r q v j ' h ö <
<http://www.platt-in-brandenburg.de/projekte/platt-help-erstes-zweisprachiges-arbeitsmaterial-fuer-die-pflege>

H t c p | " H k t n c " 1 " U v c o

Gesucht gefunden

Geht es Ihnen auch manchmal so, dass Sie etwas suchen und einfach nicht finden können? Es martert Sie die Frage: Wo könnte ich es hingelegt haben? Unglücklich darüber, dass Sie sich nicht erinnern, wird überall, selbst an den unmöglichsten Stellen nachgesehen. Da kommen zuweilen Dinge zum Vorschein, die Sie vielleicht schon lange vermissten, nur eben nicht gerade jetzt. Manchmal ist aber die Freude groß, das Gesuchte doch wiedergefunden zu haben, wie die Brille auf dem Kopf, den Schlüssel im Gefrierfach oder das Dokument hinter der Kommode. Neulich las ich von einem Glücklichen, der hatte seine Lebensfreude wiedergefunden. Toll!

Text: FAM / Bild: pixabay



Mülheimer Senioreneinrichtungen (16)

Senioren pension Haus Gloria

2009 bis 2011 wurde der neue Anbau eingeweiht, der 24 Einzelzimmer mit eigenem Bad beherbergt. Im Anschluss daran erfolgte die aufwändige Sanierung und Renovierung der Villa, bei der der wohnliche Charakter des Hauses erhalten blieb. Hier befinden sich die Aufenthalts- und Therapieräume sowie das Büro der Heim- und Pflegedienstleitung. Ziel der Arbeit ist es, die körperliche und geistige Selbstständigkeit der Bewohner möglichst lange zu erhalten. Das häusliche, gemütliche Ambiente bietet älteren Menschen eine gute Alternative zum klassischen Altenheim.

- Name:** Altenheim Haus Gloria
- Anschrift:** Schwerinstraße 16, 45476 Mülheim an der Ruhr, Telefon 0208 38851055
- Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln:** von Mülheim Hbf mit der S-Bahnlinie 112 direkt zum Anbau Fußweg; Bus-Nr. 344 in Mülheim-Styrum
- Lage:** eine restaurierte und renovierte, ehemalige Villa einschließlich eines in 2009 eingeweihten Anbaus in Mülheim-Styrum
- Gesellschaftsform:** Stiftung des privaten Rechts
- Geschäftsführung:** Volker Simons (Einrichtungsleitung)
- Ansprechpartner/in im Haus:** Volker Simons (Einrichtungsleitung)
- Pflegedienstleitung:** Karin Fensterseifer
- Anzahl der Pflegeplätze:** 24 Pflegeplätze in 2 Wohnbereichen
- Anzahl an Pflegepersonal:** 4 Voll- und 12 Teilzeitkräfte (67 % Pflegefachkräfte), 1 Auszubildende
- Anzahl der Zimmer:** 24 EZ
- Ehrenamtliche im Einsatz:** ca. 6 Personen
- Möglichkeiten der Rehabilitation:** Bewegungstherapie, Physio-, Logo- und Ergotherapie durch externe Dienstleister
- Freizeitgestaltung:** umfangreiches, hauseigenes Kulturprogramm (Singkreise, Zeitungsleserunde, Gedächtnistraining, Spiele, Basteln etc.), externe Freizeitprogramme (Kino, Theater, Musik)
Kooperation mit KiTa / Familienzentrum
- Gottesdienst:** wöchentlich ökumenischer Gottesdienst
- Zimmerausstattung:** 15 m² große Einzelzimmer mit Bad, teilweise direkter Zugang zur Terrasse; Telefon-/TV-/Internet-Anschluss und Notrufanlage; individuelle Gestaltung möglich
- Essens-/Besuchszeiten:** Frühstück ab 8.30 Uhr, Mittagessen ab 12 Uhr, Abendessen ab 18 Uhr, eigene Küche, keine Einschränkung der Besuchszeit
- Zusatzangebote:** eigene Wäscherei, Fußpflege und Friseur durch externe Dienstleister, fachärztliche Kooperationen mit regelmäßigen Visiten, regelmäßig Zahnarzt- und HNO-Arztbesuche, Kooperation mit Palliativ Netzwerk Duisburg sowie ambulantes Hospiz in Mülheim
- Sonstiges:** keine Kurzzeitpflege

Aktuelle Kostensätze in Euro/Monat bei vollstationärer Pflege (Stand 1.1.2018)

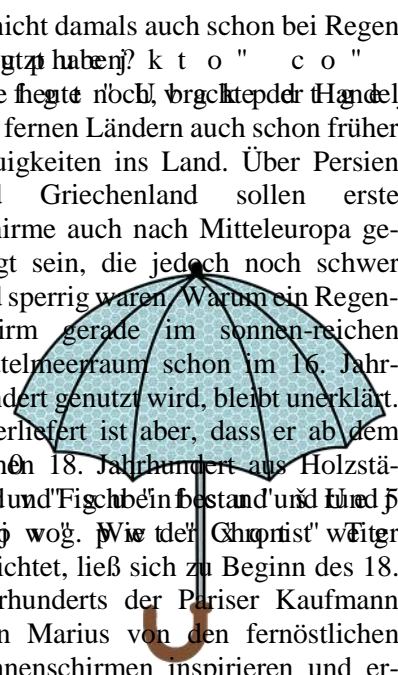
Haus Gloria	Pflege-grad	Gesamtkosten	Zuzahlung/Pflegekasse	Restkosten / Eigenanteil
Einzelzimmer	1	4 0 ; 5 9 "	3 4 7 " p	4 0 : 3 4 " p
	2	5 0 4 9 7 "	9 9 2 " p	4 0 7 2 7 " p
	3	5 0 9 8 9 "	3 0 4 8 4 " p	4 0 7 2 7 " p
	4	6 0 9 : 2 "	3 0 9 9 7 " p	4 0 7 2 7 " p
	5	6 0 7 3 2 "	4 0 2 2 7 " p	4 0 7 2 7 " p

Der Regenschirm

Sicher kennen Sie noch den Schlager
 š Wp v g t " g k p g o " T
 C d g p f õ . " f g p " C n g z
 1941 schrieb und der von verschiede-
 nen Interpreten gesungen wurde.
 Auch wenn das sinnvolle Accessoire
 zu dieser Zeit schon recht bekannt
 war ó Männer konnten sich damit
 nicht anfreunden, galt es doch als
 weiblich. Das hat sich inzwischen ge-
 ändert. Man kann Exemplare in allen
 Größen und Farben erwerben, für Da-
 men und für Herren und auch schon
 h Ā t " š m n g k p g u " I g n
 C d g t " u g k v " y c p p " i
 f c e j õ . " f c u " l c " p
 sondern auch vor Sonne schützen
 kann? Die Chronisten berichten, dass
 schon im Jahre 800 der Abt Alcuin
 von Tours dem Bischof von Salzburg
 ein solches Exemplar mit den Worten
 | w u c p f v g < " š K e j " u
 dach, damit es von deinem verehrens-
 y g t v g p " J c w r v g " f
 Allerdings zeigen alte chinesische
 Darstellungen einen Sonnenschirm
 schon vor 4.000 Jahren als Herr-
 schaftssymbol der weltlichen und
 geistlichen Führer. Warum soll man

es nicht damals auch schon bei Regen
 ggengt haben? k t o " c o "
 Wie heute noch, brachten der Handel
 mit fernen Ländern auch schon früher
 Neuigkeiten ins Land. Über Persien
 und Griechenland sollen erste
 Schirme auch nach Mitteleuropa ge-
 langt sein, die jedoch noch schwer
 und sperrig waren. Warum ein Regen-
 schirm gerade im sonnen-reichen
 Mittelmeerraum schon im 16. Jahr-
 hundert genutzt wird, bleibt unerklärt.
 Überliefert ist aber, dass er ab dem
 frühen 18. Jahrhundert aus Holzstä-
 ben und Fischebein bestand und für
 Kilo wog. Wie der Chronist weiter
 berichtet, ließ sich zu Beginn des 18.
 Jahrhunderts der Pariser Kaufmann
 Jean Marius von den fernöstlichen
 Sonnenschirmen inspirieren und er-
 fand einen leichteren und zusammen-
 klappbaren Regenschirm, den er mit
 wasserabweisendem Material aus-
 stattete. Auch wenn es damals noch
 m g k p g " š D w p v g p " D n
 gab - - dass eine französische Prinzes-
 u k p " u k e j " 3 9 3 4 " g k
 zugelegt hatte, sprach sich bei der Da-
 menwelt des Landes schnell herum

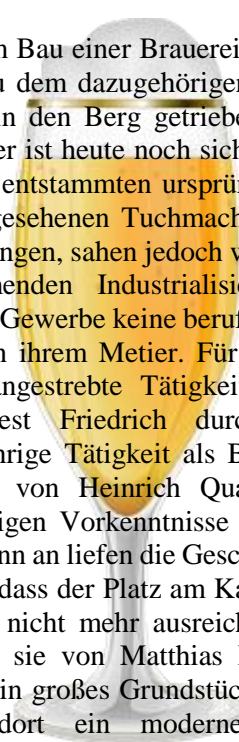
und schon gehörte ein solches Stück
 | w o " š o w u v " j c x g õ . " y
 gen." Da Frankreich damals bei den
 herrschenden Klassen in Deutschland
 tonangebend war ó Friedrich der
 Große sprach zum Beispiel besser
 französisch als deutsch ó hat es sicher
 nicht lange gedauert, bis zumindest
 f k g " š J k i j " U q e k g v { õ
 einen Regenschirm mit sich trug.
 F g t " š M p k t r u õ " y c t " |
 dings noch nicht erfunden. Den ließ
 sich der Bergassessor a.D. Hans
 Haupt aus Breslau 1934 patentieren.
 Dieses zusammenklappbare und
 leicht "zu transportierende Modell
 hatte er schon 1928 erfunden, weil es
 ihn störte, neben seinem Gehstock ei-
 nen zusätzlichen langen und starren
 Regenschirm tragen zu müssen. Man
 sieht, Not macht erfinderisch.
 Übrigens, einen kleinen Bruder des
 š M p k t geüch immer in meiner
 Tasche, man weiß ja nie. Und wenn
 der Wind eine Stange H t
 verbiegt - - wie gut, dass ich in unse-
 rer Nachbarstadt Esser noch einen c r
 Regenschirmmacher gefunden habe.
 (Quelle: u.a. Wikipedia) CH



Mülheimer Bier für die Brote

Ich fahre gerne mit dem Rad; am
 liebsten längs der Ruhr. Auf dem
 Weg dorthin komme ich in Saarn re-
 gelmäßig an der Ecke Heuweg/Alte
 Straße an einem alten, von Bäumen
 und Ranken umwucherten Gemäuer
 vorbei. So ähnlich, denke ich dann,
 muss es bei Dornröschen ausgesehen
 haben, als sie aus ihrem 100-jährigen
 Schlaf erwachte. Die Ruine mit ihrem
 durchaus morbiden Charme ent-
 stammt jedoch nicht der Phantasie der
 Gebrüder Grimm; vielmehr handelt es
 sich um die kläglichen Reste der
 Ibing-Brauerei, die dort seit nunmehr
 50 Jahren dem Verfall anheim gege-
 ben sind.
 1863 erwarben Friedrich und Richard
 Ibing, damals 29, beziehungsweise 24
 Jahre alt, am Kassenberg in Broich
 zwei Grundstücke und begannen hier

mit dem Bau einer Brauerei. Der Zu-
 gang zu dem dazugehörigen, fast 80
 Meter in den Berg getriebenen Fel-
 senkeller ist heute noch sichtbar. Die
 Brüder entstammten ursprünglich ei-
 ner angesehenen Tuchmacherfamilie
 in Hattingen, sahen jedoch wegen der
 zunehmenden Industrialisierung in
 diesem Gewerbe keine berufliche Zu-
 kunft in ihrem Metier. Für die nun-
 mehr angestrebte Tätigkeit brachte
 zumindest Friedrich durch seine
 mehrjährige Tätigkeit als Brauer im
 Betrieb von Heinrich Quattelbaum
 die nötigen Vorkenntnisse mit. Von
 Anbeginn an liefen die Geschäfte gut;
 so gut, dass der Platz am Kassenberg
 alsbald nicht mehr ausreichte. 1870
 kauften sie von Matthias Rauen in
 Saarn ein großes Grundstück, errich-
 teten dort ein modernes Brau-



ereigebäude und ließen auf der gegen-
 über liegenden Straßenseite des Heu-
 wegs gleich drei Wohnhäuser für ihre
 Mitarbeiter bauen. Die Expansion be-
 förderte den steten Aufstieg der
 Ibing-Brauerei, die schnell zu den
 drei führenden Bierproduzenten in
 Mülheim gehörte. Zweifelsohne er-
 höhte es die Reputation beträchtlich,
 als ihr Bier auf der Weltausstellung
 1859 in Paris mit einer Goldmedaille
 ausgezeichnet wurde. Auch nach dem
 Tod der beiden Firmengründer ver-
 blieb das Unternehmen zunächst in
 der Hand der Familie. 1931 musste je-
 doch wegen rückläufiger Umsätze mit
 der ortsansässigen Teutonen-Brauerei
 des aus Dänemark stammenden Con-
 rad Fuglsang fusioniert werden,

weiter auf Seite 9

dessen Sohn Heinrich die Brauerei ab 1937 alleine führte. Eine Blütezeit erlebte das Geschäft während des 2. Weltkriegs. Exklusiv wurden die U-Boote der deutschen Kriegsmarine mit Ibing-Bier beliefert, was den jährlichen Bierausstoß in rekordverdächtige Höhen trieb. Auch wenn dank dieser Beziehungen die Zeit des Krieges ohne nennenswerte Einbußen überstanden wurde und in der Nachkriegszeit größere Investitionen

vorgenommen werden konnten - dem zunehmenden Konkurrenzdruck der Großbrauereien war Ibing auf Dauer nicht gewachsen. Nach dem Tod von Heinrich Fuglsang im Jahre 1951 übernahm noch einmal mit Erich Ibing, einem Enkel des Gründervaters Friedrich, ein Vertreter der Familie die Geschäfte - allerdings nur bis 1955. Nach mehrfachem Eigentümerwechsel gelangte das Unternehmen 1967 in den Besitz der Brauereikette

Š U e j y c d g p d t @ w ö . " f k g
 onsbetrieb noch im gleichen Jahr einstellte. Anfang 1968 war endgültig Schluss. Die letzten Lagerbestände waren verkauft und die nach der š D g Ð t i c w g t g k ö " y q j n " Mülheimer Brauerei wurde für immer geschlossen. Seitdem liegt das Gelände brach und dümpelt einer ungewissen Zukunft entgegen.
 * S w g n n g < " š O Ñ n j g k o g t
 von Bernd Brinkmann) GT

Schmökern Sie auch gern? Die Schmöckerstube ist umgezogen.

Kennen Sie dieses angenehme Gefühl, wenn man sich mit einem Buch in einem bequemen Sessel zurücklehnt? Bereits nach wenigen Augenblicken entschwindet man der Wirklichkeit und findet sich in anderen Welten wieder. So kann man beispielsweise bei einem Kriminalroman schnell in der Welt des englischen Adels landen, wenn Privatdetektiv Hercule Poirot seine kniffligen Fälle löst. Rasch findet man sich in früheren Zeiten wieder, wenn man Bücher mit historischen Ereignissen und Personen liest, wie zum Beispiel über die Gründung des Deutschen Reiches 1871 und den ersten Reichskanzler Otto von Bismarck. Oder man erhält durch Biografien detaillierte Einblicke in das Leben anderer Menschen.

Wenn Sie Spaß daran haben, sich in Büchern zu vergraben, dann sind Sie bei der Schmöckerstube in der Mülheimer Innenstadt genau richtig. Denn hier erhält man für viele Lesethemen gebrauchte Bücher in guter Qualität für wenig Geld. Hier können Sie sich auch direkt auf einzelne Sitzmöbel zurückziehen und wo i g d g p " x q p " š g D Ä e j in Ihre Fantasiewelt eintauchen.

Die Schmöckerstube ist ein ehrenamtlich organisiertes Bücher-Antiquariat, das vom šFörderverein Freundeskreis der Stadtbibliothek Mülheim an der Ruhr e0 X unterstützt wird. Hier arbeiten im Wechsel circa 30 ehrenamtliche Kräfte, die gespendete Bücher gerne entgegennehmen. Die Verkaufserlöse aus den Bücherspenden werden vom Freundeskreis an die Stadtbibliothek weitergeleitet. Sie

Ab Juni 2018 finden Sie uns im
MedienHaus
 Synagogenplatz 3
 (Eingang um die Ecke in der Wallstraße!)
 45468 Mülheim an der Ruhr
 Öffnungszeiten:
 Di., Do. 14-18 Uhr, Sa. 10-14 Uhr

Bei uns können Sie gebrauchte, gut erhaltene Bücher zu günstigen Preisen erwerben!

Freundeskreis der Stadtbibliothek Mülheim an der Ruhr e.V.

dienen der Anschaffung zusätzlicher Medien und zur Rekapitalisierung. Quart Projekte, die von der Stadtbibliothek aus ihrem laufenden Etat nicht finanziert werden können.

Zeitgleich mit dem Ortswechsel hat sich bei der Schmöckerstube auch eine personelle Veränderung ergeben. Nach vielen erfolgreichen Jahren hat das engagierte Ehepaar Ursula und Bernhard Haake die Leitung des Antiquariats an ein dreiköpfiges Führungsteam, dem Monika Gobs, Andrea Splittstößer und Jörg Petzold angehören, abgegeben.
 ERA

Lebensweisheit
Albernheiten im rechten Moment sind etwas ganz Köstliches.
 (Horaz)

Für den Notfall vorgesorgt?



Manchmal schlägt das Schicksal von heute auf morgen zu und lässt keine Zeit, Dinge zu regeln. Gut, wer für diesen Fall vorgesorgt hat. Egal, ob in einem Ordner oder einem anderen Behältnis, die Angehörigen oder Vertrauten sollten wissen, wo wichtige Unterlagen zu finden sind. Natürlich können diese auch bei einem Rechtsanwalt oder Notar hinterlegt werden. Auf alle Fälle hilft es denjenigen, die sich bei Krankheits-, Todesfall oder einem Unfall um meine Belange kümmern, wenn sie rasch und umfänglich auf dringend benötigte Dokumente und Informationen zugreifen können. Zu diesen zählen:

- < Persönliche Daten wie Name, Wohnort, Geburtsdatum
- < Kontaktdaten von Verwandten oder Vertrauten
- < Dokumente wie Krankenkarte, Allergiepass, Diabetikerausweis, Organspendeausweis, Schwerbehindertenausweis
- < Patientenverfügung, Versorgungsvollmacht, Betreuungsvollmacht
- < Testamentarische Verfügung, Geburtsurkunde, Familienstammbuch, Ehevertrag
- < Scheidungsunterlagen
- < Rentenunterlagen
- < Fahrzeugpapiere und Kfz-Versicherung
- < Mitgliedschaft in Organisationen und Vereinen
- < Arbeits- und Dienstverträge, Adressen des Arbeitgebers oder der eigenen Firma
- < Code/Passwort von Computer, Internet, Online-Banking und anderen wichtigen Zugängen
- < Krankenversicherungsdaten und behandelnde Ärzte
- < Angaben zu Blutgruppe, Krankheiten, Medikamenten, Operationen, Behinderungen
- < Checkliste bei Krankenhauseinweisungen (Versichertenkarte, Wäsche, Brille, Schlüssel, Hörgerät und ähnliches)
- < Angaben im Fall der Pflegebedürftigkeit (Wünsche zum Beispiel bezüglich Unterbringung, Anbieter, Pflegegrad)
- < Angaben im Sterbefall (zu benachrichtigende Personen, Bestattungswünsche, Benachrichtigung an Banken und Versicherungen, mit Nachlass betraute Person benennen, Angaben zu Vermögen und Immobilien, Strom-, Gas-, Wasserversorger informieren, Angaben zu Verträgen, Telefon und Zeitung abbestellen, Kündigungen von Mitgliedschaften)

G k p g " m q o r c m v g " \ w u c o o g p h c u u w p i " j c v m l Natpaüs O iã 45468 Mühlheim) mit " š f g o " V k v g n " š P q v h c n n o c r r g ö " j g t c w u i g i g d g p 0 " F k g u g " m c p p griff: Notfallmappe) heruntergeladen werden unter:
www.muelheim-ruhr.de/cms/shared/datei_download.php?uid=cb4843b0e29f65b5a94c3cdd7f8fb73e

Y g t " g u " i g t p g " w o h c u u g p f g t " o c i . " h Ä t " f g p " j c v " f g t " N c p f g h c n n ö " c n n g u " t w p f " w o " f c u " V j g o c " c w h i g h Ä j t v - und Versorgungs" D t vollmachten sowie Patientenverfügungen. Im Internet ist diese Broschüre zu finden unter:
http://seniorenbeirat.suhltrifft.de/images/stories/2016_Sonderheft_Vorsorge_und_Notfall.pdf
 oder kann beim Landesseniorenrat Thüringen, Prager Straße 5/11 in 99091 Erfurt bezogen werden
 (E-O c k n < " k p h q B n c p f g u u g p k q t g p t c v 0 v j w g t k p i g p 0 f g + 0 " C w e j oder sogar kostenlos zur Verfügung.

Machen Sie es sich und Ihren Vertrauten einfach und nehmen Sie sich die Zeit, die Dinge in Ihrem Sinne zu ordnen. Es ist ein gutes Gefühl, im Falle des Falles schnell und stressfrei auf alle wichtigen Unterlagen zugreifen zu können.

Text und Foto: FAM

Korrektur
 K p " f g o " D g k v t c i " š C t o " k o " C n v g t ö " *Schonvermögen für Personen, die Grundversicherung beziehen, mit 2.600 Euro angegeben. Das stimmt so nicht mehr. Die Bundesregierung hat zum 1. 4. 2017 den Freibetrag von 2.600 Euro auf 5.000 Euro für eine alleinstehende Person angehoben. Die Redaktion dankt unseren Lesern, die uns auf diese Änderung aufmerksam gemacht haben und bittet um Entschuldigung für den Abdruck des überholten Betrags.

Der Griffel

Seit Jahrzehnten beginnt das neue Schuljahr nach den Sommerferien, und etliche I-Dötzchen drücken zum ersten Mal die Schulbank. Vorab wird den Erziehungsberechtigten eine Liste mit all den Dingen gegeben, die ein Erstklässler für den Anfang braucht. Es wird genau aufgeführt, welche Bücher inklusive Einbänden, Hefte, Stifte, Malutensilien samt Zeichenblock, Sportzeug und vieles mehr zur Ausstattung in die Schultasche gehören. Diese Auflistung unterscheidet sich schon in einigen Punkten von dem, was in früheren Generationen benötigt wurde. Eine Schiefertafel, ein Griffel mit Griffelkasten, ein Schwämmchen, zum Teil in einer Dose und ein Lappen gehören längst nicht mehr zur Grundausrüstung der ersten Klasse.

Eine Tafel kennen die Kinder noch in der großen Variante an der Wand der Klasse, wenn sie nicht schon durch g k p " o q f g t p g fi ö š Ÿ ě k g g u v wurde.

Wer aber in der ersten Klasse einer Grundschule heute fragt, was ein Griffel ist, wird wahrscheinlich bei vielen ein Achselzucken ernten.



Mit dem Nichtmehrbenutzen eines Gegenstandes scheint auch der Begriff in Vergessenheit zu geraten. Dabei hat der Schiefertgriffel früher vielen Schülern geholfen, schreiben und rechnen zu lernen, denn mit ihm wurden Buchstaben und Zahlen auf die Schiefertafel geritzt. In den 1950er Jahren kamen Kreidegriffel auf, die ähnlich wie Bleistifte funktionierten, aber im eigentlichen Sinne keine

Griffel mehr waren. Das Lernpensum beschränkte sich auf die Größe der Schultafel und endete, wenn sie vollgeschrieben war. Gut war allerdings, dass bei Fehlern einfach mit dem feuchten Schwamm das Falsche weggewischt werden konnte. Aus ökologischer Sicht war dieses Verfahren sehr umweltfreundlich. Dieser Vorteil erwies sich bei gestrengen Eltern schon mal als Nachteil, wenn die mühsam erledigten Hausaufgaben mit einem Wisch und dem Mq o o g p v c t " š F c u " o c e man " q t f g p v n k e j # ö " | w wurden. Auch gefror manchem das Blut in den Adern, wenn der Griffel auf der Tafel unangenehm quiet-schende Geräusche machte. Bei vielen Älteren werden sicher Erinnerungen wach, wenn sie an den Griffel und den Beginn ihrer Schulzeit denken. Eigentlich schade, dass er zu den Erinnerungen heutiger I-Dötzchen nicht mehr zählen wird.

Text und Foto: FAM

Der neue Anzug

Es war 1991, mein damaliger Arbeitsbereich erweiterte sich um einen neuen Personenkreis. Es gab kulturelle Unterschiede, die manchmal zu Irritationen oder Missverständnissen führten, aber auch zu folgendem Schmunzelerlebnis: Eines Tages kam ein Mann zu mir in die Beratungsstelle, die Verständigung war weder in deutscher noch in englischer Sprache möglich und schreiben konnte er auch nicht. Wir waren beide ziemlich ratlos. Er gestikuliert, zeigte auf sein Hemd und die Hose und schüttelte den Kopf. Ich vermutete, dass er neue Kleidung benötigte und malte verschiedene Dinge so gut ich konnte auf und beschriftete sie entsprechend: Hose, Jacke, Hemd, Anzug,

Schuhe. Ich übergab den Zettel und zeigte ihm den Weg zur Kleiderkammer. Am nächsten Tag kam der Mann wieder in mein Büro und strahlte übers ganze Gesicht: Er hatte es in der völlig fremden Welt geschafft, sich neu einzukleiden. Ich staunte nicht schlecht und hatte Mühe, meine Überraschung zu verbergen. Er trug einen gestreiften Schlafanzug mit Winterstiefeln an den Füßen und er war offensichtlich zufrieden mit seiner neuen Garderobe.



Text: TI / Bild: clipart

Rätsellösungen

Silbenrätsel
Lösungswörter: Diana, Ingwer, erwiggen, Seilschaft, Ideal, Seitenblase, Ticker, Erholung, Imker, Niele, Heideberg, Einhorn, Riesling, Bin-senweissheit, Sesamstraße, Tranfunzel, Tohuwabohu
Lösungssatz: Dies ist ein Herbsttag, wie ich keinen sah! (Christian Friedrich Hebel)
Gedichträtsel: Christian Friedrich Hebel
Bilderrätsel: U-Bahn Schloss Broich

Ein Wohnmodell für das Alter



Wir haben mit einigen Redaktionsmitgliedern von *Alt? na und!* im Mai 2013: " f g p " š X g t g k p ches Wohnen und Leben im Alter g 0 X 0 ö " k p " f g t " N k Mülheim am Witthausbusch besucht und fanden eine äußerst gepflegte Wohnanlage in schöner Umgebung vor.

In dem großen und hellen Gemeinschaftsraum bei Kaffee und Kuchen, in aufgelockerter und fröhlicher Atmosphäre erläuterten uns die Bewohner die Entstehung und Philosophie dieses Hauses.

Es gibt 44 Wohnungen von 49,5 qm, 62 qm und einige größere Wohnungen mit allem Komfort wie Aufzug, ebenerdiger Dusche, als Balkon nutzbarer Wintergarten, Hausarbeitsraum, eigener Keller und Tiefgarage. Das Haus wurde 2003 von der Gagfah als Wohneigentumsanlage erbaut, die Wohnungen damals teils vermietet, teils verkauft. Inzwischen hat die Vonovia diese Anlage übernommen und bietet alle bisher vermieteten Woh-

nungen zum Verkauf an, wobei der Wunsch verfolgt wird, dass die jetzigen Mieter - wie es auch dem Verdringungszweck entspricht - bis zum Lebensende darin wohnen bleiben können oder bis es ohne stationäre Pflege nicht mehr geht. Voraussetzung für das Wohnen in diesem Haus ist eine Mitgliedschaft in dem Verein.

Wir haben erfahren, dass auf Gemeinschaft, Miteinander und aufeinander achten ein besonderes Augenmerk gelegt wird. Jeder kann sich mit seinen persönlichen Möglichkeiten in diese Gemeinschaft einbringen, und es ist erstaunlich, welche umfangreichen Aktivitäten sich daraus ergeben, wie zum Beispiel gemeinsames Singen, Gymnastikgruppen, gemeinsames Frühstück und Kaffeetrinken, individuelle Verabredungen, Filmvorführungen und vieles mehr. Eine Bewohner p g t k p " u r t c e j " f g u c w h " G t f g p ö . " f g p " u ren von den aufgeschlossenen und auskunftsfreudigen Bewohnern äußerst beeindruckt und haben uns ihrer

Gesellschaft sehr wohlgeföhlt. Und wir konnten auch noch das Gründungsmitglied, Helga Spindeck, kennen lernen, die im Mai das hohe Alter " von 93 Jahren erreicht hat und noch immer überaus lebendig und engagiert ist. Acht Jahre hat sie zusammen mit Ihren Mitstreitern gekämpft, bis das gemeinschaftliche **Wohnen im Alter** Realität werden konnte. Unsere Gesellschaft braucht solche Menschen mit Visionen, die hartnäckig ein Ziel verfolgen und sich auch durch holprige Wege nicht beirren lassen. Für Interessierte gibt es nachfolgende Kontakte:

- Vorsitzende: Dorothea Schäfer, Telefon 0208 374353, E-Mail: schaefer-muelheim@t-online.de
- Stellv. Vorsitzende: Marlies Schnabel, Telefon 0208 33669, E-Mail: marlies.schnabel@freenet.de
- Wohnungspreis: Katrin Uibel, 0 Y k t " Telefon 0201 1751-1497, E-Mail: katrin.uibel@vonovia.de SW

Glücklich sind die Menschen, wenn sie haben, was gut für sie ist (Platon)

Der Tag ging zu Ende. Ich saß nach meinem Spaziergang auf einer Bank an der Ruhr. Die Strahlen der langsam untergehenden Sonne ließen das Wasser sanft golden glänzen. Eine Spaziergängerin fragte, ob sie sich zu mir u g v | g p " f Ä t h g 0 " I g komme aus Düsseldorf. Aufgrund meines Alters habe ich schon lange kein Auto mehr. Doch mein Barenticket erlaubt mir, Ausflüge an schöne Orte zu machen. Ich besuche gerne andere Städte. Nach Mülheim komme ich immer am liebsten. Am Wochenende begleitet mich gelegentlich mein Sohn. Mein Barenticket können wir gemeinsam nutzen. Manchmal genieße g p " y k t " f c p p " g k p E g p " H n q v v g ö . " n

D @ t g p v k e m g v " g p v j m p k r u v " f c d g k i e s h k n p ist es, vom Wasser die bewaldeten Hügel zu sehen. Die Felder, die aufgrund ihrer unterschiedlichen Bepflanzung wie ein Schachbrett in der Natur aussehen. Und g i p k e h e n k a f . ein Stück Kuchen und eine Tasse Kaffee kann man auch gut. Ich komme gern zu jeder Jahreszeit. Im Frühling sind die blühenden Bäume meine Freude, wenn das sanfte Grün sich langsam entwickelt. Im Sommer spenden die belaubten Bäume Schatten. Im Herbst, wenn das Laub seine Farbenpracht entfaltet. Wenn sich im Winter die kahlen Äste der Bäume in den Himmel strecken k ö v e s ' i s t i g n m e t š schöf hier ah dep Ruler. j Manches ist schön.

schon g beschwerlicher k geworden k " Dennoch der gerade de schäb will ich mich an allem erfreuen. Ich bin sehr dankbar, für die Möglichkeiten, die ich habe, für die Geschenke des Lebens g p u 0 ö " F k g " F c o g " j Herzen gesprochen. Dankbarkeit und Freude erfüllen auch mich immer wieder bei meinen Spaziergängen an der Ruhr. Mein Blick folgt dem Lauf des Flusses und ich denke zum Beispiel darüber nach, woher er kommt, wohin er fließt; wer an seinen Ufern spazieren geht, spazieren gegangen ist, welche Pflanzen hier Heimat gefunden haben. Ich komme immer wieder zu dem Schluss/ Mülheims Natur ist wunderschön. CH

Ende gut! Alles gut!

Wenn ich heute an den Tag meiner standesamtlichen Trauung denke, muss ich immer wieder herzlich lachen. Aber an dem Tag selber und auch noch lange Zeit danach, war ich voller Zorn und auch Traurigkeit.

Ja, es stimmt wirklich, unsere Eheschließung begann mit einer Reihe unschöner Begleitumstände. Es fing schon damit an, dass der Vordereingang des Rathauses saniert wurde. Daher waren die schönen Arkaden verbrettert. Das Standesamt war nur durch den Hintereingang zu erreichen. Und jetzt mal ehrlich, wer will von seinem Hochzeitstag schon Hinterhof-Fotos oder verbretterte Arkaden als Hintergrund? Hinzu kam, dass meine Schwiegermutter nach Verlassen des Trauzimmers regelrecht in Panik verfiel, weil sie fest davon überzeugt war, mit diesem Schritt ihren einzigen Sohn verloren zu haben. Das äußerte sich in so lautem Schluchzen, dass die Gewölbe des Rathauses davon widerhallten. Mein Mann konnte sie kaum beruhigen, und ich war gekränkt. Der absolute Clou war unser vorbestelltes Hochzeitsessen. Wir hatten bei einem Mülheimer Gastronom einen Nebenraum reserviert und die Menuefolge, den Tischschmuck und alles Weitere ausgiebig besprochen und bestellt. Als wir das Restaurant betraten, sahen wir sofort den für unsere Gesellschaft

vorbereiteten Tisch. Er stand mitten im Restaurant; denn der reservierte kleine Raum wurde renoviert. An einem Tisch hinter uns saß zu allem Übel auch noch mein Personalchef, der mit seiner unangenehm lauten Stimme die Nebentische dominierte. Ich war den Tränen nahe. Nach diesen Erfahrungen war Mülheim, unserer Meinung nach, kein guter Ort um zu



heiraten. Kirchlich heirateten wir daher während unseres Urlaubs in Österreich, in einer wunderschönen Kirche in Villach, und zwar nur wir beide. An diesen sonnigen Tag erinnere ich mich gerne. Kein Hinterein-

gang, nein, sondern ein Pfarrer, der nach der Trauung sehr schöne Fotos von uns auf den Stufen vor der Kirche machte. Keine schluchzende Mutter, dafür Trauzeugen - die Kirchendienerin und der Organist -, die sich mit uns freuten. Und ein Tisch für zwei Personen zum Abendessen in einem Hotel war auch kein Problem. Wir aßen zum ersten Mal Chateau Briand und genossen es sehr. Die Wirtsleute unserer Pension waren ganz entzückt, dass ein Hochzeitspaar bei ihnen wohnte. Bei unserer Rückkehr war das Hotelzimmer mit Blumen geschmückt und zwei Gläser mit einer guten Flasche Wein standen für uns bereit. Spät in der Dunkelheit machten wir noch einen kleinen Spaziergang ums Haus. Dabei fiel eine Sternschnuppe. Was für ein wundervoller Abschluss dieses Tages und was für ein verheißungsvolles Zeichen! Im Nachhinein muss ich sagen, dass es von uns schon sehr mutig war, unsere Hochzeit so ganz anders zu gestalten; denn wir zogen uns den Unmut der Familie und vieler Freunde zu. Aber für uns war es richtig und genau das, was wir wollten. Immer, wenn in späteren Jahren die Hochzeit Thema war, freuten wir uns diebisch. Es kann also durchaus wichtig und richtig sein, gegen die Meinung Anderer die Courage aufzubringen, völlig anders zu handeln. Text und Foto: GP

Alles ist gut

Richtig gesund war meine Bekannte schon länger nicht mehr, aber sie war zumeist guter Dinge, dass alles wieder ins Lot kommt. Als sie aber zum wiederholten Mal ins Krankenhaus musste, stand ihr Entschluss fest: Ich komme nicht mehr alleine zurecht, also werde ich meine Wohnung schweren Herzens aufgeben und in ein Heim gehen. Das ist nun schon einige Monate her und der früher häufigere Kontakt war leider eingeschlafen. Doch in der letzten Woche rief sie mich an und ich war sehr erfreut, mal wieder ihre Stimme zu hören. Nein, alles sei gut in dem Heim und

sie hätte sich ja auch aus eigenem Entschluss dazu durchgerungen. Die Fürsorge der Pflegerinnen und Pfleger sei bestens, da gäbe es keine Beschwerden, das Essen schmecke gut ó also alles soweit in Ordnung!

Ich freute mich mit ihr, wurde aber p c e j f g p m n k e j . " c n dass ich aufgrund meiner Krankheit keine Aufgabe mehr habe, macht mir schon sehr zu schaffen. Ich brauche nichts einzukaufen, nicht zu kochen, nicht zu putzen ó alles wird erledigt. Manchmal komme ich mir ziemlich überflüssig vor. Als ich tröstend darauf verwies, dass sie dort ja nun

Mitbewohner habe, mit denen sie sich täglich über vieles unterhalten könne, sagte sie mir ein wenig deprimiert: " š K p | y k u e j g p kenne ich alle Krankengeschichten unseres Wohnbereichs ó Krankheits-P w t . ten sind nämlich das Hauptthema. Trotzdem war es die richtige Lösung. Alleine zu Hause wäre alles noch viel schwieriger. Alles andere hier ist ja in Ordnung. Ich komme schon zurecht. C n n g u " k Als sie eingeklinkt hatte fragte ich mich: Ist wirklich alles gut? Text: RM / Bild: pixabay



Der private Kegelclub ein Auslaufmodell?

Einst war Kegeln ein Volkssport. Tausende mieteten zum Spaß nach der Arbeit oder am Wochenende eine Bahn oder kegelten in einem Club. Ein lustiger Abend auf der Kegelbahn - noch vor 30 Jahren gehörte das für viele Deutsche zum festen Freizeitprogramm. Wer mit Kollegen oder Freunden kegeln wollte, musste sich oft Wochen im Voraus um die Reservierung der Bahnen kümmern. Ganz anders die Situation heute: Wartezeiten gibt es kaum noch. Dies beschreibt sowohl die aktuelle Lage der Kegelsportvereine als auch die der privaten Kegelclubs.

Mit der Mitte der 50er Jahre einsetzenden Automatisierung der Kegelbahnen, bei der der bisherige Kegeljunge (Kegelaufsteller) durch eine Aufstellmaschine ersetzt wurde, begann der Kegelboom, der sich bis in die 70er Jahre fortsetzte. Doch heute bestimmt fehlender Nachwuchs das Bild in sportlichen wie auch im privaten Clubs. Die Jungen kommen nicht nach und die Alten sterben aus. Aber es wäre wirklich schade, wenn dieses Freizeitvergnügen auf längere Sicht von der Bildfläche verschwinden würde. Wir sind ein Pärchen-Kegel-



club und treffen uns regelmäßig alle vier Wochen zum Kegelabend. Das gesellige Zusammensitzen, miteinander was machen können, sich unterhalten als auch gemeinsam Spaß zu haben, das zeichnet die gemeinsamen Kegelabende aus. Unser Kegelclub ist eher klassisch organisiert, das heißt, wir haben eine Satzung, einen Präsidenten, einen Tafel-, einen Kassen- und einen Vergnügungswart. Letzterer ist zuständig für die im 2-Jahresrhythmus stattfindenden Kegelturnen. Selbstverständlich gilt bei der Ämtervergabe der Grundsatz der Gleichberechtigung. Seit nunmehr 44 Jahren u e j k g d g p " y k t " g k p j k i g ö " M w i g n " d a p o f i " aus, dass wir noch viele weitere Jahre zusammen Spaß und Freude haben werden. Wir bedauern die seit Jahren negative Entwicklung und hoffen, dass

sie geu v q r r v " y g t f g p " sind die Gaststätten mit Kegelbahnen alt geworden, Globalisierung und Digitalisierung haben die Ansprüche der Menschen verändert. Gerade junge Menschen können mit dem Kegel- u r q t v " m c w o " p q e j " g sagt Freizeitforscher Rainer Hartmann von der Hochschule Bremen und schlägt vor: š Y g p p " e g a d n p " M wieder šip- machen wollte, müsste man es modernisieren und bräuchte andere Räume." Vielleicht erlebt das Kegeln eine Renaissance als Party-Event? Ansätze dazu gibt es bereits. In Aachen hat ein Betreiber mit seinen Kollegen zwei verstaubte Bahnen partytauglich und für ein junges Publikum attraktiv gemacht, regelmäßige Reinigung und Wartung inklusive. Es wurde WLAN verlegt, sodass die Gruppen beim Kegeln ihre eigene Musik hören können, eine eigene Zapfanlage für Fassbier installiert und ein Rundum-Wohlfühl-Service auf den Bahnen angeboten. Wir wünschen dem Kegeln als Wettkampfsport, aber insbesondere als Freizeitvergnügen weiterhin Bestand und ein dreifaches šGut Holz! Gut Holz! Gut J q n | # Text: UG / Bild: Pixabay

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

Schirmherr: Oberbürgermeister Ulrich Scholten

Die Mülheimer Seniorenzeitung *Alt? na und* entsteht in einem Kurs der Heinrich-Thöne VHS, Mülheim an der Ruhr (Herausgeber)

Verantwortlich für den Inhalt:

Gabriele Strauß-Blumberg (GST-B)
Redaktionsleitung

Redaktionsmitglieder:

Jost Fischer (JF), Anna-Maria Früh (FAM), Ulrich Gürtler (UG), Gerd Hader (GH), Christel Hermuth (CH), Adele Kroner (AK), Rosemarie Mink (RM), Gudrun Prüßmann (GP), Eckhard Raschdorf (ERA), Erich Rosenkranz (ER), Marianne Schrödter (MAS), Eva Stoldt (ev), Cornelia Thebille (CMJ), Gerda Timper (TI), Günter Tübben (GT), Sigrid Wippich (SW)

Anschrift für alle: Heinrich-Thöne Volkshochschule
Viktoriastr. 20-22, 45468 Mülheim an der Ruhr

Website: www.alt-na-und.de
Mail: redaktion@alt-na-und.de

Auflage: 6.500 Exemplare

Druck: Richard Thierbach Buch- und Offset-Druckerei GmbH,
Elbestraße 32, 45478 Mülheim an der Ruhr

Titelbild: Anna-Maria Früh

Die **Rechte** von namentlich gekennzeichneten Beiträgen bzw. Bildern liegen bei den jeweiligen Urheber(inne)n ©.

Ausgabe 110 gefördert durch die Stiftung Bildung und Kultur, Essen

Der Inhalt von Leserbriefen muss sich nicht mit der Meinung der Redaktion decken. Eine Abdruckgarantie wird nicht gegeben. Die Redaktion behält sich das Recht auf Kürzung vor. Leserbriefe werden nicht zurückgeschickt.

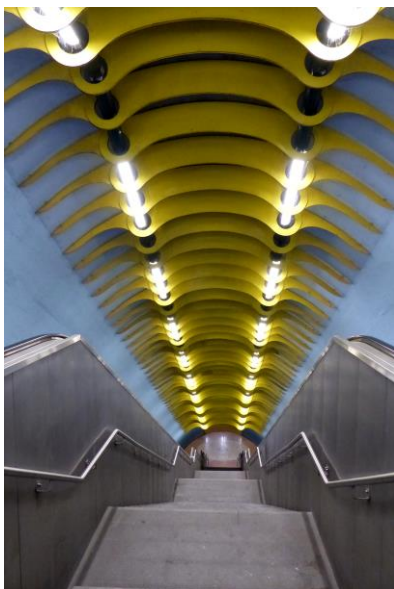
Wer verfasste dieses Gedicht?

Dies ist ein Herbsttag, wie ich keinen sah!
 Die Luft ist still, als atmete man kaum.
 Und dennoch fallen raschelnd fern und nah
 Die schönsten Früchte ab von jedem
 Baum.
 O stört sie nicht, die Feier der Natur!
 Dies ist die Lese, die sie selber hält.
 Denn heute löst sich von den Zweigen nur,
 Was von dem milden Strahl der Sonne
 fällt.

- A. Rainer Maria Rilke
- B. Christian Friedrich Hebbel
- C. Theodor Fontane
- D. Christian Morgenstern



Bild: Pixabay



Wo ist das in Mülheim zu sehen?
 Foto: GT

Silbenrätsel

al ó berg ó bin ó bla ó bo ó cken ó del ó dia ó ein ó er ó er ó fen ó
 fun ó gen ó hei ó heit ó ho - horn ó hu ó hu ó ide ó im ó ing ó ker ó
 ling ó lung ó na ó nie ó ries - sam ó schaft ó se ó se ó sei ó seil ó
 sen ó stra ó ße ó te ó ti ó to ó tran ó wa ó weis ó wer ó wür ó zel

1. Römische Göttin der Jagd
2. Gewürzpflanze (Knolle) mit wärmender Wirkung
3. Methode, jemanden mit bloßen Händen umzubringen
4. Bergsteiger, die durch ein Seil verbunden sind
5. Vollkommenheit, die nur in der Wunschvorstellung existiert
6. Rundes, leichtes Gebilde, das in die Luft steigt und zerplatzt
7. Leises Geräusch mechanischer Uhren
8. Nach Krankheit oder schwerer Arbeit brauchen wir sie
9. Bienenzüchter
10. Los, das nicht gewinnt
11. Romantische Stadt am Neckar
12. Fabeltier, beliebt bei vielen Mädchen
13. Rebsorte, die besonders an der Mosel kultiviert wird
14. Scheinbar neue Erkenntnis über allgemein Bekanntes
15. Titel einer lehrreichen Kindersendung im Fernsehen
16. Abfällige Bezeichnung für einen langweiligen Menschen
17. Wirrwarr, großes Durcheinander

Aus den ersten und dritten Buchstaben der Lösungswörter von oben nach unten gelesen ergibt sich die Anfangszeile eines Herbstgedichts.

MAS

Bestattungsvorsorge – die Feuerbestattung

F c u " V j g o c " š D g u v c v v w p i ö " k u v " k p "

der Regel nicht sonderlich beliebt und wird gerne verdrängt, bezeichnet es doch eine Situation, mit der man sich nicht gerne auseinandersetzen möchte.

Bestattungsvorsorge ist allerdings die letzte Möglichkeit der Selbstbestimmung am Ende des Lebens eines Menschen zur Verwirklichung eigener Vorstellungen.

Seit Jahren ist zu beobachten, wie Traditionen sowie religiöse und familiäre Bindungen an Bedeutung verlieren. Die Kosten rücken verstärkt in den Mittelpunkt. Bestattung und Grab dienen immer weniger der Repräsentation, vielmehr wächst bei vielen das Bedürfnis nach einem persönlichen, manchmal auch unkonventionellen Abschied. Auch die Grabpflege spielt eine nicht unerhebliche Rolle. Oftmals leben die Hinterbliebenen nicht mehr im näheren Umkreis, können ein Grab nicht selbst pflegen und wären mit jahrelangen Grabpflege-Kosten belastet, was möglicherweise nicht im Sinne des Verstorbenen wäre. Man kann also schon über Form und Ablauf seiner Beerdigung nachdenken.

Die Friedhofsgebühren der jeweiligen Städte sind recht unterschiedlich. So hat der Bund der Steuerzahler kürzlich die Gebühren von 57 NRW-Kommunen mit mehr als 80.000 Einwohnern verglichen. Dabei lag Mülheim im Vergleich im oberen Drittel.

Neben der traditionellen Erdbestattung im Einzel-, Doppel- oder Reihengrab wird zunehmend die Feuerbestattung gewählt. Es gibt in Mülheim mittlerweile unterschiedliche Bestattungsangebote zur Feuerbestattung:

Urnenreihengrab – Nutzungszeit 25 Jahre mit der Möglichkeit der Verlängerung.

Die Lage des Grabes wird von der Friedhofsverwaltung vorgegeben.

Urnenwahlgrab – Nutzungszeit 30 Jahre mit der Möglichkeit der Verlängerung. Dort können 4 Urnen beigesetzt werden. Die Lage des Grabes kann zusammen mit der Friedhofsverwaltung bestimmt werden.

Urnengemeinschaftsgrab - Nutzungszeit 25 Jahre.

Das Grab wird gärtnerisch gepflegt. Auf dem Grab steht ein Gedenkstein mit den Namen der Verstorbenen. In jeder Grabstätte werden insgesamt 16 Urnen beigesetzt. Diese Bestattungsart gibt es auf den Friedhöfen Broich, Heißen,

Speldorf und Styrum sowie dem Alten Dümptener Friedhof und dem Hauptfriedhof.

Urnenwand- oder Urnen-Stelenkammer – Nutzungszeit 30 Jahre mit der Möglichkeit der Verlängerung.

Es können bis zu 3 Urnen beigesetzt werden. Die Urnenwand- oder Urnenstelen-Kammer kann zusammen mit der Friedhofsverwaltung bestimmt werden. Es gibt sie zurzeit auf den Friedhöfen Speldorf, Styrum und auf dem neuen Dümptener Friedhof. Am Broicher Friedhof ist kein Neukauf mehr möglich.

Hainbestattungsgrab für Urnen: **Hauptfriedhof-Buchen / Heißener Friedhof-Birken**

Urnengräber mit einer Ruhefrist von 25 Jahren, einschließ-

lich Namensinschrift auf dem Gemeinschaftsgrabmal und Rasenpflege.

Anonymes Urnengrab - Nutzungszeit 25 Jahre

Über die genaue Lage des Grabes wird keine Auskunft erteilt. Die Beisetzung findet ohne Angehörige statt. Der Rasen auf dem Grab wird von der Friedhofsverwaltung gepflegt. Ein anonymes Urnengrab gibt es nur auf dem Altstadtfriedhof.

Partnergrabstätte für 2 Urnen auf dem Hauptfriedhof, Doppelurnengrab für 30 Jahre, einschließlich Grabpflege durch die Friedhofsverwaltung.

Urnenfach in der Auferstehungskirche Heilig Kreuz, Tiegelstraße

Die Urne wird in der Kirche in einer Gemeinschaftsgrabkammer oder an einem ausgewählten Platz für 20 oder 25 Jahre beigesetzt.

Ein **Ausstreuen der Asche** ist nur auf einem speziellen Grabfeld auf dem Hauptfriedhof möglich.

Die Beisetzung einer Urne in einem bestehenden Erdbestattungsgrab ist unter bestimmten Umständen möglich, jedoch nur bei Wahlgräbern, nicht bei Reihengräbern.

Für welche Bestattungsart man sich letztendlich entscheiden möchte, kann man am besten mit einem Bestatter in Ruhe besprechen. Er kann auch über die jeweiligen Kosten informieren.

Es ist eine Überlegung wert!

Text: SW /Foto: GST-B (Friedhof Broich)