

Marc Buchholz (CDU)

ist neuer Oberbürgermeister in Mülheim

Seit März 2019 war Buchholz Beigeordneter der Stadt Mülheim für Bildung, Soziales, Jugend, Gesundheit, Sport und Kultur. Er ist 52 Jahre alt, verheiratet, hat zwei Kinder und wohnt in Duisburg Neumühl.

Als die drei wichtigsten Aufgaben in seinem neuen Amt in Mülheim sieht Marc Buchholz:

1. Das verlorene Vertrauen in die Rathauspitze zurückzugewinnen
2. Die Ansiedlung neuer Gewerbebetriebe, Schaffung und Erhaltung von Arbeitsplätzen
3. Eine attraktive „Runderneuerung“ der Innenstadt und - genauso wichtig - die Stärkung der Stadtteile

Die Redaktion von *Alt? na und!* gratuliert Marc Buchholz zu seinem neuen Amt und wünscht ihm (und uns Mülheimern) gutes Gelingen bei der Realisierung seiner Vorhaben. Und wir freuen uns sehr, dass er, wie schon die Oberbürgermeister(innen) vor ihm, die Schirmherrschaft über die Seniorenzeitung übernommen hat.



Das Geleucht auf der Titelseite

Die Landmarke auf der Halde Rheinpreußen - an der Gutenbergstraße in Moers - in Form einer Grubenlampe, übrigens mit 30 Metern Höhe die größte der Welt, ist eine der eindrucksvollsten und schönsten Landmarken im Ruhrgebiet. Von Duisburg aus über die A42 kommend, bietet sie einen Blickfang für viele Autofahrer. Sie wurde von Otto Piene (1928-2014) entworfen und am 17. September 2007 eingeweiht. Neben der beeindruckenden Aussicht auf das Rheintal und die umliegenden Industrieanlagen, fasziniert diese Landmarke durch ihre Illumination bei einsetzender Dunkelheit, von April bis Oktober bis 23 Uhr und in den Wintermonaten bis 21 Uhr. Bei freiem Eintritt begehbar ist das Geleucht einschließlich der Aussichtsplattform in 10 Metern Höhe von April bis Oktober Mi, Do, Sa, So 14-18 Uhr und von November bis März Sa, So 13-18 Uhr geöffnet. Nähere Informationen finden sich unter: www.das-geleucht.de

Die Halde ist Eigentum des *Regionalverband Ruhr*. Sie erhebt sich 103,5 m über dem Meeresspiegel und ist frei zugänglich. Für den ca. 1,5 km langen Aufstieg empfiehlt sich festes Schuhwerk und bei Dunkelheit eine Taschenlampe. FAM

Was wird aus meinem Ehrenamt?



Eine Information der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. (BAGSO)

Sie geben Sport- oder Kochkurse, betreuen Kinder, engagieren sich für kulturelle Projekte oder hilfsbedürftige Menschen. Für mehr als 30 Millionen Deutsche ist ihr Ehrenamt ein wichtiger Teil des Lebens. Wie wirkt sich Corona auf dieses Engagement aus? Im 10. BAGSO-Podcast erzählen drei Ehrenamtlerinnen, welche Erfahrungen sie gemacht haben.

Barbara Canton, Ansprechpartnerin für die Ehrenamtlichen der AWO in Berlin, gibt Hinweise, welche Besonderheiten Freiwillige und Organisationen im Moment beachten müssen.

Den BAGSO-Podcast gibt es unter:
www.bagso.de/podcast

Pflege zu Hause

Etwa ein Viertel der Pflegebedürftigen wird in Deutschland vollstationär in einem Pflegeheim betreut. Doch bevor sie einen Verwandten in einem Pflegeheim betreuen lassen, erwägen manche Angehörige, den Pflegebedürftigen zu sich nach Hause zu holen und selbst die Pflege zu übernehmen. Was ist dann zu bedenken?

Sind die eigenen vier Wände zur Pflege geeignet?

Erfüllt das Haus oder die Wohnung die Anforderungen für altersgerechtes Wohnen: von der Barrierefreiheit über ein elektrisches Pflegebett bis hin zum Notrufsystem. Häufig sind Umbauten erforderlich oder es müssen Hilfsmittel angeschafft werden. Für bauliche Veränderungen im Rahmen der Pflege können Menschen mit Pflegegrad einen Zuschuss bis zu 4.000 Euro bei der Pflegekasse beantragen. Informationen zu Hilfsmitteln bietet unter anderem der Online-Ratgeber „Hilfsmittel für die häusliche Pflege“ vom Bundesministerium für Gesundheit unter:

www.bundesgesundheitsministerium.de/leistungen-der-pflege/pflegehilfsmittel

Kurzzeitige Arbeitsverhinderung

Bei einem akuten Pflegefall in der nahen Verwandtschaft dürfen sich Angehörige kurzfristig bis zu zehn Tage von der Arbeit freistellen lassen. Die unbezahlte Freistellung muss jeder Betrieb gewähren.

Längerfristige Vereinbarung von Beruf und Pflege

In Betrieben mit mindestens 16 Beschäftigten haben Arbeitnehmer zusätzlich das Recht auf Pflegezeit für maximal sechs Monate. Dabei handelt es sich um einen vorübergehenden Wechsel in Teilzeit oder eine unbezahlte Freistellung. Eine teilweise Freistellung nach dem Familienpflegezeitgesetz ist in Betrieben ab 26 Beschäftigten möglich. Hier können Beschäftigte ihre wöchentliche Arbeitszeit auf bis zu 15 Stunden reduzieren und das für maximal 24 Monate.



Finanzielle Hilfen für pflegende Angehörige

Tritt eine kurzzeitige Arbeitsverhinderung ein, sollte umgehend Pflegeunterstützungsgeld beantragt werden. Der Antrag sollte so schnell wie möglich an die Pflegeversicherung geschickt werden, denn diese Lohnersatzleistung wird frühestens ab dem Tag des Antrags gezahlt. Sowohl für Pflege- als auch für Familienpflegezeit können Angehörige ein zinsloses

Darlehen beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA) beantragen. Zudem können Pflegebedürftige ihr Pflegegeld als finanzielle Anerkennung an den pflegenden Angehörigen auszahlen. Wer die Pflege eines nahen Angehörigen für mindestens zehn Stunden an zwei Tagen pro Woche übernimmt, kann sich diese Zeiten von der Rentenversicherung anrechnen lassen.

Pflege zu Hause bewältigen

Viele unterschätzen die körperlichen und psychischen Auswirkungen der häuslichen Pflege. Wer sich überfordert fühlt, sollte sich Unterstützung durch professionelle Pflegekräfte holen. Diese können beispielsweise Bereiche, die Angehörige selbst nicht leisten können oder wollen, abdecken. Dazu lassen sich die Leistungen aus der Pflegepflichtversicherung für private Pflege (Pflegegeld) und professionelle Pflege (Pflegesachleistungen) kombinieren.

Detaillierte Auskünfte in und für Mülheim erteilen der Pflegestützpunkt, Telefon 0208 4553515 sowie die Seniorenberatungsstellen, Telefon 0208 4555058 und 0208 4555059. Informationen gibt es auch beim Bundesfamilienministerium unter www.wege-zur-pflege.de, das auch ein Pflegetelefon eingerichtet hat: 030 20179131.

GSTB/Foto: Pixabay



Ob Vermögen zu Lebzeiten schon verschenkt oder besser erst nach dem Tod vererbt werden soll - eine gute, rechtzeitige Planung ist für Erblasser das A und O beim Nachlass.

In dem neu aufgelegten Ratgeber "Richtig vererben und verschenken"

klärt die Verbraucherzentrale über den richtigen Zeitpunkt sowie die rechtlichen Möglichkeiten und die steuerlichen Rahmenbedingungen auf. Dabei hilft er auch, die persönlichen Lebensumstände zu berücksichtigen und erklärt die aktuelle Rechtsprechung und alle relevanten erbschaftsteuerrechtlichen Regelungen. Den Ratgeber 3. Auflage 2020, 256 Seiten, 14,63 Euro (bis 31.12.2020) finden Sie im Online-Shop der Verbraucherzentrale unter:

<https://www.ratgeber-verbraucherzentrale.de/recht-versicherungen/richtig-vererben-und-verschenken-46006742>

Weitere Ratgeber zu den Themen Altersvorsorge und Rente, Bauen und Wohnen, Energie und Umwelt, Essen und Trinken, Familie und Kinder, Geld und Finanzen, Gesundheit und Pflege, Recht und Versicherungen finden Sie unter www.ratgeber-verbraucherzentrale.de



Gewalt gegen Frauen

... findet hinter verschlossenen Türen statt, unter einem großen Mantel der Verschwiegenheit. Gepeinigte Frauen schämen sich und haben oft das Gefühl, dass es an ihnen liegt, dass sie bestraft werden für „falsches“ Verhalten. Während meiner Berufstätigkeit hatte ich es mit unzähligen Frauen zu tun, die mir ihre Gewalterfahrungen anvertrauten.

- Da war die junge Frau mit drei Kindern, die mindestens einmal in der Woche mit Prellungen und blauen Flecken die Geschichte vom „Treppensturz“ erzählte. Sie war mit einem Choleriker verheiratet, der seine Aggressionen nicht unter Kontrolle hatte und auf seine Frau einschlug, wenn ihn die Fliege an der Wand störte. Sie ging davon aus, dass sie immer etwas falsch machte, wenn er ausrastete. Von dem Recht auf körperliche Unversehrtheit hatte sie noch nie gehört.

- Oder die Kurdin mit dem gebrochenen Nasenbein, die nicht weiß, dass Vergewaltigung in der Ehe und körperliche Gewalt Straftat sind. Sie hatte durch ihre Kultur oder Religion verinnerlicht, dass sie dem Manne untergeordnet ist und alles erdulden müsse.

- Eine zweiundsiebzigjährige Frau wollte wissen, ob sie Unterhaltansprüche hätte, wenn sie ihren Mann verlassen würde, seit vierzig Jahren werde sie von ihm geschlagen und gedemütigt. In den zurückliegenden vier Jahrzehnten habe sie immer gehofft, dass ihr Mann aufhöre,

seinen Jähzorn und seine Unbeherrschtheit an ihr auszulassen. Seit er nicht mehr arbeitet, ist es aber noch schlimmer geworden. Heute beschimpft, schikaniert und erniedrigt er sie, auch wenn andere Menschen dabei sind. Sie habe immer geglaubt, dass sie ohne ihren Mann nicht existieren könne und habe auch der Kinder wegen die Gewalt ausgehalten, aber jetzt könne sie nicht mehr und wolle sich endlich von dem Tyrannen befreien. Keine der Frauen wollte Anzeige erstatten und wenige hatten den Mut, sich endgültig zu trennen. Zu groß war die Angst vor den Konsequenzen, zu klein das Selbstbewusstsein, es schaffen zu können.

Ich habe diese Beispiele ausgewählt, weil sie auch heute noch genau so stattfinden. Die Polizei, Ambulanzen, Ärzte, verschiedene Beratungsstellen und Frauenhäuser werden fast täglich mit dieser Gewalt konfrontiert.

Das Thema der Gewalt gegen Frauen ist so alt wie die Welt denken kann, sie ist kultur- und altersunabhängig. Entgegen mancher Vorurteile hat sie auch nichts mit dem Bildungsstand zu tun.

Erklärungstheorien, warum Frauen Opfer von Gewalt werden, gibt es mehrere. Die frühkindliche Sozialisation spielt sicher eine Rolle. Frauen, die schon als Kind Gewalterfahrungen erlebten oder mit ansehen mussten, wie die Mutter geschlagen wurde, entwickeln vielleicht eine tolerierende Haltung zur Gewalt.

Männer, die diese Gewalt gegen Frauen ausüben, bringen ihre Missachtung Frauen gegenüber zum Ausdruck und leben ihre Macht und Gewalt-Fantasien ungebremst an Frauen aus.

Wie kann man diese Gewaltspirale aufhalten? Vielleicht durch eine weltweite Ächtung von Gewalt, vielleicht durch eine wirklich gewaltfreie Erziehung und gelebte Gleichberechtigung in unserer Gesellschaft. Vielleicht kann man Frauen, die ein geringes Selbstwertgefühl haben, Mut machen, sich zu wehren und nicht zu dulden, dass sie geschlagen werden. Vielleicht sollten gewalttätige Männer öfter vom Gesetzgeber zur Rechenschaft gezogen werden und Beratungsstellen aufsuchen und Therapieangebote annehmen, um ihr inakzeptables Verhalten zu verändern. Aufmerksame und einfühlsame Mitmenschen können wichtige Hilfestellung geben, indem sie nicht wegschauen, die Polizei informieren und vielleicht den Frauen Hoffnung machen, dass sie ein eigenständiges Leben ohne Gewalt führen können.

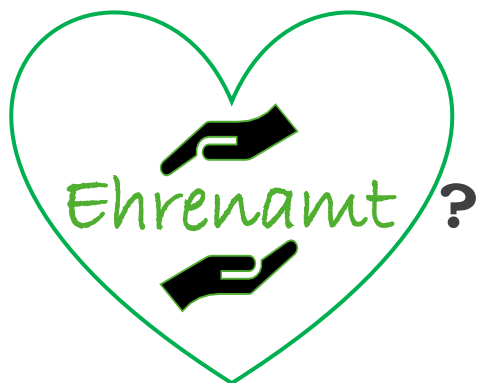
Der Gesetzgeber hat einiges zur Unterstützung von betroffenen Frauen geregelt. So ist jede Form von körperlicher Gewalt und die Vergewaltigung in der Partnerschaft strafbar. Nach Meldung bei der Polizei werden Frauen und ihre Kinder durch ein Kontakt- und Zutrittsverbot der Wohnung vor dem Täter geschützt. Zudem ist der Schutz der Kinder eine verpflichtende Aufgabe eines jeden Bürgers und jeder Institution, vorrangig des Jugendamtes. Frauen, die sich trennen und über kein eigenes Einkommen verfügen, haben Anspruch auf Sozialleistungen.

Es gibt Beratungsstellen bei den Wohlfahrtsverbänden, beim Weißen Ring für Gewaltopfer, Frauenberatungsstellen und Frauenhäusern, die Hilfestellung zu existenziellen Themen geben und auch familienrechtliche Fragen beantworten.

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ bundesweit 08000 116016 oder www.hilfetelefon.de
Telefonnummer des Mülheimer Frauenhauses: 0208-997086

TI/Foto: Pixabay

Alles anders Was wird aus dem



Es wird sich wohl noch jeder von uns an den letzten Jahreswechsel erinnern können. Mit guten Vorsätzen, Erwartungen, Hoffnungen oder Plänen startete jeder individuell ins neue Jahr. Doch es kam alles anders. Eine Pandemie hat unseren Alltag lahmgelegt. Von heute auf morgen war nichts mehr wie es war. Wer anfänglich noch hoffte, dass es nur eine vorübergehende Erscheinung wäre, wurde bald eines Besseren belehrt.

In dieser Zeit sind fast alle ehrenamtlichen Tätigkeiten weggebrochen.

Handelt es sich doch bei den „Ehrenamtlern“ in überwiegendem Maße um die sogenannte Risikogruppe jenseits der 60 Jahre mit eventuellen Vorerkrankungen. Die wollte man besonders schützen und stellte sie mehr oder weniger unter Hausarrest. Das war sicherlich gut gemeint, führte aber auch zwangsläufig zu einer Ausgrenzung, die unter Umständen auch als Diskriminierung verstanden werden konnte. Das Alter selbst kann nicht als Vorerkrankung gewertet werden.

Tatsächlich war niemand auf so ein Szenario vorbereitet und es hatte niemand Erfahrung im Umgang damit. Darum waren die ergriffenen Maßnahmen sicherlich sinnvoll und haben ein schlimmeres Ausmaß auf jeden Fall verhindert. Dennoch müssen wir gemeinsam nach Wegen suchen, die dadurch „abgehängten Personengruppen“ und deren unterschiedliche Bedürfnisse wieder aufzufangen und ihnen unsere Hilfe zuteilwerden zu lassen. Angst ist dabei ein schlechter Begleiter und keinesfalls ein Heilmittel. Es ist sicherlich nicht egal, ob ich mich anstecke, weil ich dadurch andere Menschen in Gefahr bringe.

Wir sollten Abstand halten, Gedränge vermeiden und auch den ungeliebten Mundschutz tragen. Wenn alle diese Regeln beachten, ist ein Weg in die Normalität unter veränderten Voraussetzungen durchaus möglich und vor allen Dingen wünschenswert.

Das Ehrenamt ist eine grundsätzlich freiwillige Tätigkeit, zu der sich niemand gedrängt fühlen sollte, aber es kann für alle Beteiligten eine große Bereicherung sein.

Sämtliche Hilfsorganisationen und Initiativen arbeiten darum mit Hochdruck an Hygiene-Konzepten, die ein Ehrenamt wieder ermöglichen und niemanden in der sozialen Isolation zurücklassen. Dazu stehen Mülheims Sozialplaner, Herr Marx, das CBE (Centrum für bürgerschaftliches Engagement) sowie der Seniorenbeirat in ständigem Austausch mit allen Organisationen. Mit vereinten Kräften wird es gelingen, das Ehrenamt wieder aufzunehmen – in welchem Bereich auch immer, denn ohne Ehrenamt ist unsere Gesellschaft um so Vieles ärmer.

SW

Neues für Senioren vom



In Zusammenarbeit mit 47 Mülheimer Sportvereinen gab der MSB eine umfassende Infobroschüre heraus, die einen guten Überblick über das facettenreiche Sportangebot unserer Stadt bietet.

Die Sprechstunden zum Thema Seniorensport sind nach wie vor sehr gefragt. Die Beratungen sind ein Quartiersangebot in Styrum, Sedanstrasse 20 E. Alle zwei Wochen donnerstags können sich Interessierte nach Voranmeldung in der Zeit von 10 bis 12 Uhr beraten lassen. Anmeldung bei Silvia Holtei, Telefon 30850-42,

E-Mail: silvia.holtei@msb-mh.de
Das Angebot läuft bis 31.12.2020.

Nach der Corona Zwangspause wird das Nordic-Walking-Projekt für Krebs-Patientinnen, die Spaß an Bewegung haben, fortgeführt. Treffpunkt dieser Veranstaltung ist der Haupteingang am Evangelischen Krankenhaus, Mülheim, Wertgasse 30, jeweils am Montag um 14.30 Uhr. Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich. Anmeldung bei Heike Janz, Telefon 309-4184, E-Mail: heike.janz@evkmh.de

Die Beratungen sowie das Walking-Projekt sind kostenlos. Strenge Hygiene- und Abstandsregeln werden bei der Durchführung der Angebote gewissenhaft eingehalten.

CMJ /
Dr. Claudia Pauli, Pressestelle MSB

Silvester

Wenn´s alte Jahr

erfolgreich war,

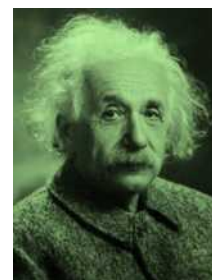
Dann freue dich auf´s neue.

Und war es schlecht,

Ja, dann erst recht.

Albert

Einstein



Kleine Vorpremiere rührt zu Tränen

"Das ist doch kein Leben in Mantua" - so lautet der Titel eines Films, den die Contilia, Trägerin mehrerer Seniorenstifte, finanziert hat. Acht Monate wurde 2019 in Essen, Bochum und Italien von einem professionellen Filmteam gedreht. Die Schauspieler - 22 Hauptcharaktere und 70 Komparsen - waren hauptsächlich Bewohner und Bewohnerinnen und einige Mitarbeiter der Contilia Seniorenstifte sowie Angehörige der Bewohner.

Im Sommer 2019 bekam *Alt? na und!* das Angebot, einen Tag lang die Dreharbeiten zu besuchen. (Wir berichteten darüber in Ausgabe 116, Seite 16.) Und wir waren eingeladen, die Premiere am 27. März 2019 im Kino Lichtburg in Essen mitzuerleben.



Aber dann kam Corona. Die Premiere wurde auf unbestimmte Zeit verschoben, was vor allem die (teilweise recht betagten) Darsteller sehr traurig machte. Im Juli 2020 konnten die Senioren nun endlich in ganz kleinem Rahmen und unter allen gebotenen Sicherheitsmaßnahmen ihren Film in

der Lichtburg Essen ansehen: "Der rote Vorhang öffnete sich und alle tauchten ein in die rührende Geschichte von Karl und Hannah, oder besser Romeo und Julia - die Grenzen verwischten zwischen den beiden Erzählsträngen. In dem Film geht es um die Liebe und die Frage, ob man wohl jemals zu alt ist, zu lieben. Nach dem Film waren sich alle einig, dass Liebe kein Alter kennt. Und das ist auch gut so."

schreibt Katja Grün, Mitarbeiterin bei Contilia auf der Seite www.contilia.de

Alle Beteiligten hoffen, dass man die "große Premiere" bald nachholen kann und dass der Film im nächsten Jahr in Programmkinos gezeigt werden kann.

GST-B/Foto: Contilia

Noch mehr nachbarschaftliche Kommunikation

In *Alt? na und!* Ausgabe 117 habe ich berichtet, wie ich im letzten Jahr zum 1. Mal im Vorgarten Hibiskus angepflanzt hatte. Diese Pflanze produzierte nicht nur wunderschöne pinkfarbene Blüten, sie sorgte auch dafür, dass Kontakte mit vielen Nachbarn zustande kamen, die ich zuvor entweder nur vom Sehen oder überhaupt nicht kannte. Das hätte ich nie für möglich gehalten - wirklich toll! "Was präsentieren Sie uns denn im nächsten Jahr?", wurde ich im Herbst gefragt. Hier ist die Antwort: Das vermeintlich winterharte Blütenwunder schnitt ich im letzten November etwa 10 cm über dem Boden ab. Wie bekannt, war der Winter recht warm und so kamen schon in den ersten Märzwochen Anfragen von vorbeigehenden Nachbarn „Wann kommt denn Ihr Wunderblüher wieder?“ Und jetzt begann der Frust, denn es tat sich nichts, absolut nichts bei der Pflanze.

So kaufte ich Ende April einen neuen Hibiskus mit anderer Blütenfarbe, der problemlos mit dem Wachstum begann. Mein Denkfehler - wie sich



herausstellen sollte - war: Selbst nach einem warmen Winter fängt das Wachstum 4 bis 6 Wochen später als bei anderen Pflanzen an, besonders wenn kein Treibhaus benutzt wurde, wie ich in der Gärtnerei hörte. Und,

oh Wunder, Anfang Mai bildete auch der alte Hibiskus neue Triebe und es begann ein „Wettrennen“ beider Pflanzen. Im Juni hatte das alte pinkfarbene Blütenwunder das neue eingeholt, Ende Juli erreichte die alte Pflanze bereits eine Höhe von 170 cm, 50 cm höher als im letzten Jahr und 50 cm höher als die neue Pflanze. Ab Mitte August trugen dann beide Pflanzen wunderschöne Blüten, so kontrastreich wie ich es bisher selten erlebte.

Und das Schöne an diesen Pflanzen: Für mich als eher introvertiertem, zurückhaltendem Menschen ergeben sich, wenn ich das Haus verlasse oder im Vorgarten arbeite wieder - wie schon im vorigen Sommer - interessante, wunderbare Gespräche sowie nette, freundliche Worte von allen Vorbeikommenden und Fotografen jeden Alters. Man könnte wirklich meinen, dass sich alle mit mir freuen. Ich finde das toll!

Text und Foto: AD



unterwegs in Mülheim

Aus der Geschichte des Mülheimer Stadtteils Heißen

Der im Osten der Stadt Mülheim gelegene Stadtteil Heißen liegt an den westlichen Ausläufern der mittelalterlichen Handelsstraße Hellweg. Urkundlich wird Heißen erstmals im Jahr **796** erwähnt, weil eine Fläche aus dem Waldgebiet „Silva heissi“ veräußert wurde. Neben Waldungen und Weiden gab es in dieser Gegend fruchtbare Ackerböden. Jahrhunderte später wird aus der Ortschaft die Bürgermeisterei Heißen. **1910** wird die bis dahin selbstständige Gemeinde in die kreisfreie Stadt Mülheim eingemeindet.

Über die Förderung der Steinkohle, die hier bis ins 20. Jahrhundert hinein entscheidend das wirtschaftliche Geschehen prägte, gibt es viel zu berichten. Der Legende nach soll ein Bauer, vermutlich im **13. Jahrhundert**, nicht schlecht gestaunt haben, als er auf seinem Feld in Heißen eines Tages fremdartiges Material entdeckte. Er hatte gerade seinen Acker gepflügt und dabei diese dunklen Steine ausgegraben. Später stellte sich heraus, dass es sich um Kohle

handelte. Diese Entdeckung im landwirtschaftlich geprägten Heißen war der Beginn einer neuen Ära. Unterlagen aus dem Mülheimer Stadtarchiv zufolge wurde Kohle in Heißen seit dem **16. Jahrhundert** abgebaut. Da die Steinkohle damals noch oberflächlich vorhanden war, konnte sie ziemlich leicht durch einfaches Ausgraben abgetragen werden.

Später trieb man tiefer im Tal waagerechte Stollen in die hügelige Landschaft, wie beispielsweise an der Hingbergstraße oder am Eppinghofer Bruch. Als die Kohlebestände dort abgebaut waren, ging der Bergbau zur Errichtung von Tiefschächten über.

Diese Art der Förderung wurde entscheidend durch den Einsatz von Dampfmaschinen ermöglicht. Hier ist Franz Dinnendahl zu erwähnen, der erstmals **1803** in Essen Dampfmaschinen für die Zechen hergestellt hat. Aus den ersten Schächten in Heißen entwickelten sich dann rasch große Bergwerksanlagen wie beispielsweise die Zechen Rosendelle, Blumendelle, Wiesche oder Humboldt. Auch auf den Zechen Tutenbank, Kämpgeswerk oder Sellerbeck wurden beachtliche Kohlemengen gewonnen.



Die ständig steigende Kohleförderung hatte Auswirkungen auf die Entwicklung der Ruhrschifffahrt und der Eisenbahn. Die Kohle aus den Heißener Zechen musste zu den Händlern transportiert werden. Dieser Transport erfolgte über die Ruhr bis zum Rhein in sogenannten Aaken. Damit die Kohle zur Ruhr kommen konnte, wurden seit Beginn des **19. Jahrhunderts** Schiebewagen oder Pferdebahnen genutzt. Ein für Heißen bedeutsames Transportmittel war die **1839** in Betrieb genommene Sellerbecker Pferdebahn. Diese Bahn hatte eiserne Schienen und wurde - begünstigt durch die abschüssige

Lage - bei der Talfahrt nur gebremst. Auf der Bergfahrt wurden die leeren Waggons von mitgeführten Pferden wieder hinaufgezogen. Die Kohleschifffahrt auf der Ruhr musste Ende des **19. Jahrhunderts** eingestellt werden, weil die Konkurrenz durch die Eisenbahn zu mächtig war. Eine der bekanntesten Eisenbahnlinien war die Bahnstrecke Heißen – Altendorf (Essen), die durch den Heißener Bahnhof führte. Nach dem 2. Weltkrieg zeichnete sich der Niedergang der Kohle früh ab, weil im Ausland geförderte Kohle deutlich preiswerter war. Bis ins Jahr **1966** hinein wurden dann alle Heißener Zechen geschlossen.

Durch den Bergbau sind neben wirtschaftlichen auch beachtliche soziale Leistungen erbracht worden. So wurden in Heißen für die Bergleute viele Wohnsiedlungen errichtet. Eine namhafte Bergmannssiedlung ist die frühere Colonie Wiesche, die denkmalgeschützt als Siedlung Mausegatt / Kreftenscheer

stadtbekannt und heute noch bewohnt ist.

Durch die Mitgliedschaft in Vereinen konnten die Bergleute die raue Wirklichkeit in den Bergwerksstollen vorübergehend vergessen. Hier ist beispielhaft der „Männergesangsverein 1921 Mülheim/Ruhr-Heißen“ zu nennen, in dem es heute noch ehemalige Bergleute gibt, die als Zeitzeugen Auskunft geben können. Weitere Zeitzeugen sind die vielen bergbaubezogenen Straßennamen in Heißen. Sie erinnern bis heute an die glorreiche Zeit des Bergbaus.

ERA/Foto: Ralf Bayerlein

Seniorenbegegnungsstätte Schloss Styrum bleibt im Bestand unverändert

Pressemitteilung von Helmut Storm
(Vorsitzender des Seniorenbeirat)
vom 22.07.2020:



Im Jahr 1960 erhielt die Stadt Mülheim von der Thyssen'schen Gas- und Wasserwerke GmbH das Anwesen „Schloss Styrum“ als Schenkung. Die Schenkung ist mit der Auflage verbunden, das Gebäude für gemeinnützige Zwecke zu nutzen. Daraufhin errichtete die Stadt in den Räumlichkeiten des über 950 Jahre alten Schlosses u. a. die bundesweit erste Seniorenbegegnungsstätte,

damals noch unter dem Begriff „Altentagesstätte“. Bis 2014 wurde die Begegnungsstätte mit städtischen Mitarbeitern betrieben. Nach deren Ausscheiden übernahm der Styrumer Nachbarschaftsverein mit neuem Konzept den Betrieb. Mit dem neuen Konzept erhielten auch andere Gruppen, die im Styrumer Netzwerk zusammengeschlossen sind, die Möglichkeit, Räume des Schlosses für ihre gemeinnützigen Angebote zu nutzen. Wegen der Trennung des Ortsteils Styrum durch Autobahn und Eisenbahn haben die Räumlichkeiten im Schloss im Hinblick auf die Erreichbarkeit eine besondere Bedeutung. Um die hohen Betriebskosten für das alte Gebäude wenigstens etwas auszugleichen, werden Teile des Schlosses für gastronomische Zwecke verpachtet. Die Mülheimer Marketing- und Tourismus-GmbH (MST), der die Verwaltung des Gebäudes obliegt, wollte nun einen weiteren Raum aus dem Bestand der Seniorenbegegnungsstätte herausnehmen und ihn dem Gastronomiebereich zuschlagen, um diesen besser vermarkten zu können. Der Nachbarschaftsverein als Betreiber der Begegnungsstätte, aber auch die anderen Akteure aus dem Styrumer Netzwerk wandten sich in dieser Situation hilfeschend an den Seniorenbeirat (SB). Der Senioren-

beirat war sich durchaus bewusst, dass die MST in dieser Sache unter großem finanziellen Druck steht. Andererseits hätte eine weitere Beschneidung der Räumlichkeiten zwangsweise zur Folge gehabt, dass viele der Veranstaltungen, Kurse und Beratungsangebote, die zum großen Teil auch ehrenamtlich erbracht werden, weggefallen wären. In etlichen vom Seniorenbeirat initiierten Gesprächen wurden verschiedene Möglichkeiten erörtert, um eine für beide Seiten befriedigende Lösung zu finden. Von der MST wurde sogar ein Ersatzobjekt angeboten, das sich allerdings bei einer Ortsbesichtigung mit allen Beteiligten als ungeeignet herausstellte. Daraufhin hat der Seniorenbeirat das Gespräch mit dem Sozialdezernenten Marc Buchholz gesucht. Mit großer Freude hat der Seniorenbeirat dann zur Kenntnis genommen, dass sich die Sozialverwaltung der Argumentation des Seniorenbeirats angeschlossen und der Sozialdezernent letztlich entschieden hat, dass alle Räume in dem bisherigen Umfang für die Begegnungsstätte Styrum und das Styrumer Netzwerk erhalten bleiben.

Auskunft erteilt Daniela Arnsward,
Geschäftsstelle Seniorenbeirat,
Ruhrstraße 1, Zimmer 435,
Telefon 0208 4555041. Foto:GP

Früher Frust

Meine Uroma starb als ich acht Jahre alt war und ich hatte das große Glück, dass ich bis dahin viel Zeit mit ihr verbringen konnte. Sie besuchte meine Oma – also ihre Tochter – regelmäßig, so wie ich auch. Meine Uroma war eine lustige Frau, die mich oft zum Lachen brachte und mir immer wieder zeigte, wie toll sie es fand, eine Urenkelin zu haben. Auch an die Familienfeste im Haus meiner Oma erinnere ich mich immer noch gut - ganz besonders an die gemeinsamen Weihnachtsfeiern.

Natürlich hatte auch meine Uroma jedes Mal ein Geschenk für mich. Obwohl ich damals erst drei war, sehe ich ein Geschenk bis heute genau vor mir, wahrscheinlich weil es mehr Frust als Freude auslöste:

Ich bekam ein kleines, rechteckiges, flaches Päckchen und die Form - so dachte ich - versprach einen sehr begehrten, leckeren Inhalt, der in der damaligen Zeit noch etwas ganz Besonderes war. Voller Vorfriede packte ich aus, stutzte und sprach dann echt empört den Satz, den meine



Familie bis heute in ähnlichen Situationen zitiert: "Och nee! Und ich dachte, es wäre "Lade" drin." Anstelle der erhofften Schoko-Lade bekam ich "nur" ein paar Kniestrümpfe.

GST-B/Foto: FAM

CHRISTKIND IM STAU



Denkt euch, ich habe das Christkind gesehen,
es stand auch im Stau, mit Schlitten und Ren.
Geflucht und geschimpft hat es laut und sehr
über den wachsenden Weihnachtsverkehr.
Kein Durchkommen sei mehr auf den Straßen,
und dann noch die Pausen der Tiere zum Grasern,
die die Gewerkschaft des Himmels erkämpft,
sodass die Freude des Christkinds gedämpft,
in Ruhe und Muße zu Kindern zu fahren,
denn es ist Brauch seit rund 2000 Jahren,
dass Kinder werden reichlich beschenkt,
weil man der Geburt Jesu Christi gedenkt.
So hat das Christkind Weihnachtsstress,
wo es lieber am wärmenden Ofen säß.
Mitten im Winter ist's nun mal kalt,
die Hände am Riemen, die frieren bald.
Die Echtzeitmessung kommt zum Schluss,
dass es Fahrzeit hinzurechnen muss.
Da kann selbst dem Christkind das Lachen vergehen,
wenn es so lange im Stau muss stehen.
Doch irgendwie gelingt es ihm immer,
rechtzeitig zu sein in der Kinder Zimmer.
So mancher schaut ungläubig und ist ganz baff,
Wie hat es das durch den Verkehr bloß geschafft?
Und wieder sind alle hoch erfreut,
oh, du schöne Weihnachtszeit.

FAM



Pixabay

*Das Redaktionsteam dankt Ihnen herzlich,
liebe Leserinnen und Leser,
für Ihr Interesse an unserer
Seniorenzeitung Alt? na und!,
wünscht Ihnen frohe,
aber auch besinnliche Weihnachtstage
und einen guten Rutsch
ins Neue Jahr 2021.
Bleiben Sie vor allem gesund und
zuversichtlich in diesen schwierigen Zeiten!*

Wir sind noch da

Eigentlich ist es ein paradoxer Komparativ:

Ein „älterer Herr“ wird als jünger angesehen als ein „alter Mann“. Das gilt auch für eine ältere Dame und für eine alte Frau!

Was sind wir, die wir uns als Senioren betrachten? Ältere oder Alte? Wenn wir nur alt wären, würden wir uns ja lieber als Couch-Potatoes* verhalten als gern die anregende Gesellschaft mit Älteren zu suchen. Ja, wir haben zwar meist unsere berufliche Laufbahn beendet, unsere Kinder aus dem Haus entlassen und unsere Rente durch. Doch das darf und muss nicht alles sein! Natürlich ist unsere Restlaufzeit begrenzt und unsere Zukunftsaussichten nicht mehr auf viele gute Jahrzehnte gerichtet, doch noch sind wir da und interessieren uns für das Geschehen in unserer Umgebung und sogar der Welt. Wir treffen

uns mit Gleichgesinnten und Freunden und freuen uns, im Rahmen des Netzwerkes verschiedenen Interessen und Hobbies nachgehen zu können. Die Coronakrise wird ja nicht ewig dauern.

An die letzten Kriegsjahre mit den Bombennächten können sich einige von uns erinnern; die schweren Nachkriegszeiten haben allerdings die meisten noch aktiv miterlebt. Wir haben alles überstanden und dürfen zu Recht darauf stolz sein, dass sich der Wohlstand in der Bundesrepublik nicht zufällig ergeben hat. Wenn heute die jungen Leute ihre eigenen Erfahrungen machen wollen und keinen Wert auf Ratschläge legen, die auf unseren Erfahrungen beruhen, so ist das normal und immer so gewesen. Wir sollten uns davor hüten, ihnen unsere Weisheiten aufzudrücken. Aber in unserer Gemeinschaft sich

auszutauschen, das wollen wir gern noch pflegen. Dabei sollten wir uns nicht auf die Nerven gehen und stets nett und mit genügend Verständnis auf die Verschiedenheiten unserer Charaktere und Eigenarten reagieren. Wir sind ja alles gestandene Menschen mit viel Lebenserfahrungen. Auf Erziehungsbemühungen können wir daher inzwischen gern verzichten. Wenn wir auch davon ausgehen müssen, dass immer wieder jemand aus unserem Kreis wegen einer schweren Erkrankung oder durch den Tod ausscheiden wird, so wollen wir dankbar dafür sein, dass wir ja noch da sind und sogar für die Gemeinschaft noch nützlich sein können.

Paul Steinhauer

(84 Jahre, Mitglied im Netzwerk Broich)

*Anm. der Red.: Klischee einer Person, die einen Großteil ihrer Freizeit auf einer Couch (oder einem Sessel) mit Fernsehen, Essen und Biertrinken verbringt.



Zu dem Begriff Winter habe ich bestimmte Bilder im Kopf: Es ist kalt, sehr kalt, minus 15 Grad Celsius. Ohne dicke Winterjacke, Schal, Mütze, Handschuhe, Thermohose und gefütterte Stiefel kann ich nicht nach draußen gehen. In drei Tagen ist Weihnachten und wir fahren ins Ferienhaus in den Westerwald. Bei der Ankunft ist das Haus nicht beheizt,

die Fensterscheiben sind mit dicken Eisblumen bedeckt und die Toilette und die Wasserleitungen sind eingefroren. Wir müssen aus der Scheune Holz holen und den Ofen einheizen. Mit dem Föhn und dem Elektroheizlüfter müssen wir die eingefrorenen Rohre und das Klo auftauen.

Aus dem Haus nebenan kommen hilfsbereite Nachbarn, sie bringen Glühwein, heiße Schokolade und Heizlüfter zur Unterstützung. Von ihnen bekommen wir noch die Information zum Wetterbericht: Es sind starke Schneefälle für die nächsten Tage vorhergesagt und es wäre ratsam, wenn wir genügend Holz ins Haus holen würden. Die Schlafzimmer im Obergeschoss sind eiskalt und wir müssen mit Wärmflaschen, heißen Steinen, dicken Socken und Pullovern die ersten Nächte verbringen. Die Wettervorhersage war zuverlässig. Bereits am nächsten Abend fallen die ersten dicken Schneeflocken und es schneit ohne Unterlass. Am Morgen des Heiligen Abend liegen

bereits vierzig Zentimeter Schnee und so müssen wir mit dem Schlitten in den Wald, um unseren Tannenbaum nach Hause zu transportieren.

Es ist ein Bilderbuch-Weihnachten, die weiße Pracht glitzert im Mondlicht und es schneit und schneit bis auf eine Höhe von einem Meter dreißig. Wir sind eingeschneit, der Schneeflug hat kapituliert, aus dem Dorf kommt kein Fahrzeug raus oder rein. Wir bauen zwei Meter hohe Schneefrauen und Schneepferde und schaufeln Tunnel zum Nachbarn, mit denen wir im regen Lebensmittel- und Getränkeaustausch stehen.

Im Radio kommt die Nachricht, dass in Schleswig-Holstein ein Zug eingeschneit ist und die Reisenden aus der Luft versorgt werden mussten. Da haben wir es besser! Wir können diese wunderbare Winterzeit einfach nur genießen und in Erinnerung behalten. Ach du schöne Winterzeit - lange bist du vorbei und ach, wie würde es mein Herz erfreuen, kämst du doch endlich einmal wieder. TI

Mittagsschlaf Eine geheime Kraftquelle

Als ich ein Kind war, sollte ich jeden Mittag nach dem Essen eine Weile schlafen. Da ich meist keine Lust hatte, mich mitten am Tag hinzulegen und die Augen zuzumachen, versteckte ich oft vorher ein Buch oder ein Spiel unter dem Teppich und las oder brachte mit Spielen die Zeit herum, denn müde war ich fast nie. Es galt aber offenbar schon damals als gesund, ja fast selbstverständlich, Kinder einen Mittagsschlaf machen zu lassen.

In meinen letzten Berufsjahren fielen mir mittags manchmal die Augen zu. Wenn es ging, legte ich dann meinen Kopf auf meine ausgebreiteten Arme auf den Schreibtisch, war oft für kurze Zeit „ganz weg“ und fühlte mich anschließend etwas frischer, um bald wieder zur besten Form des Tages zu kommen.

Es hat einfach gutgetan.

Nun bin ich seit vielen Jahren nicht mehr berufstätig, kann die Tage einteilen und gestalten wie es mir gefällt,

kann Pflichten und Aufgaben übernehmen, mich im Garten müde arbeiten, Vokabeln lernen, lange Spaziergänge machen und mich dann genussvoll ausstrecken. Ich merke, dieser alte Rhythmus mit dem kurzen Schlaf in der Mittagszeit gibt mir für den Rest des Tages wieder Schwung. Natürlich geht es nicht nur mir so. Ich höre es auch von Freunden und Bekannten, manchmal leicht verschämt, als sei dieser kleine Schlaf nur etwas für Schwächlinge. Tatsächlich aber sind die positiven Auswirkungen der zusätzlichen Schlafphase am Mittag inzwischen gut erforscht und bestätigt. Zum Beispiel tritt hierdurch eine Erhöhung der Konzentrations- und Leistungsfähigkeit ein und sogar bei Herzerkrankungen soll eine Besserung bewirkt



werden. Es sei nur wichtig, so die Forscher, dass die Dauer des Mittagsschlafs etwa 15 bis 20 Minuten nicht übersteigt, weil nach dieser Zeit die Tiefschlafphase erreicht wird. Beim späteren Aufwachen hieraus stellt sich am Tage kein erfrischender Effekt ein, sondern eher weitere Müdigkeit. Der Maler Dali soll dies

verhindert haben, indem er beim Einschlafen einen Löffel über eine Blechschale hielt, der beim tiefen Entspannen seiner Muskeln in die Schale polterte und ihn weckte.

Übrigens: Ein moderner Begriff für den guten alten Mittagsschlaf ist „Powernap“, was wörtlich „Kraft-Nickerchen“ heißt. Wollen wir also den kurzen Genuss zum Kraftschöpfen nutzen!

MAS/Bild: La Siesta von van Gogh

Ich weiß gar nicht, ob der Begriff "Katzentisch" in unserem heutigen Sprachgebrauch überhaupt noch eine Rolle spielt. Er steht für ungünstige Platzierung, das heißt, nicht zur Tischordnung gehörend. Früher war der Katzentisch dem Chauffeur vorbehalten und in Gaststätten befindet er sich direkt neben der Tür oder im schlimmsten Fall neben den Toiletten. Bei Familienfeiern sitzen die kleineren Kinder gern an diesem separaten Tisch, weil man da nicht so sehr Acht geben muss, dass die Tischdecke beschmutzt oder gar Geschirr zerdepert wird. So habe ich das als Kind erlebt. Letztendlich waren wir auch froh, nicht bei den Alten sitzen zu müssen. Vor einigen Jahren habe ich eine andere Variante dieses Katzentisches erlebt, und zwar die des Ausgrenztseins, den Platz im Abseits. Dieses Gefühl geht mir heute noch unter die Haut, wenn ich daran denke. Ich habe meinen ersten Single-Urlaub in einem malerisch gelegenen Familienhotel an der Cala Mondragó auf Mallorca verbracht. Es liegt direkt an einer schönen Sandbucht in einem Naturschutzgebiet. Als ich dort ankam und mich an der Rezeption anmelden wollte, entdeckte ich neben



Katzentisch

den üblichen Ausflugsflyern und Postkarten einen Zettel, mit dem man sich zu einem Barbecue anmelden konnte, das am nächsten Abend stattfinden sollte. Ich füllte den Zettel aus und freute mich schon auf das Grillfest in dem hübsch angelegten Hotelgarten.

Als es dann soweit war, brachte mich der Patron höchstpersönlich zu einem Tisch, der zu meinem Erstaunen abseits der anderen eingedeckten Tischreihen stand. Es war ein Einzeltisch oder besser gesagt DER Katzentisch, der aus heutiger Sicht voll und ganz den Corona-Richtlinien entsprochen hätte. Ich nahm etwas irritiert Platz und sah aus dem Augenwinkel, dass sich die anderen Tische mit Paaren und Familien füllten.

Die fröhliche Stimmung der anderen Gäste schwappte zu mir herüber, und bei mir machte sich plötzlich ein Gefühl des Nichtdazugehörens breit. Mir kamen fast die Tränen, aber ich riss mich zusammen und nahm ein paar Bissen zu mir. Dann schnappte ich mir trotzig meinen Zimmerschlüssel, um meinen Autoschlüssel zu holen und fuhr nach Santany. Dort

setzte ich mich in einem netten Straßencafé an einen Tisch mit anderen Gästen und genoss meinen alkoholfreien Cocktail in der Abendsonne. Dieses Vorkommnis hat mir offenbart, dass es gar nicht so einfach ist, sich als Single durchs Leben zu schlagen, aber ich habe natürlich dazugelernt. An den Katzentisch lasse ich mich jedenfalls nicht mehr setzen. Das sollte sich niemand gefallen lassen; denn schließlich ist unser Geld in einem Restaurant genau so viel wert, wie das von Paaren. **Bitte lassen Sie sich durch mein Erlebnis auf gar keinen Fall entmutigen. Es wäre doch schade, wenn manch Unschlüssige/r davon abgehalten würde, auch mal allein zu verreisen. Vielleicht würde man sogar DAS Highlight des Jahres verpassen.**

KN/Foto: Pixabay

Aufgegessen

Eine Gruppe Jugendlicher wollte gemeinsam Silvester feiern. Dazu sollte jeder seinen Beitrag leisten, zum Beispiel mit einem Salat, Frikadellen, Getränken oder Süßigkeiten, kurz mit irgendetwas, was zu einem gelungenen Abend beitragen konnte. Ein Teilnehmer hatte sich überlegt,

sogenannte Glückskekse beizusteuern, in die ein Zettel mit einer Lebensweisheit oder Wahrsagung eingebacken wurde. Einem anderen Teilnehmer waren diese Kekse bis dahin offenbar nicht bekannt. Er griff also beherzt zu und meinte nach einiger Zeit, dass das ein ziemlich zähes

Gebäck sei, was er nicht weiterempfehlen könnte. Worauf ein Jugendlicher meinte, dass der Geschmack ja nicht so wichtig sei, aber was denn nun auf seinem Zettel gestanden hätte. „Auf was für einem Zettel?“, war die erstaunte Frage. Es wurde ein lustiger Abend. SW

Rätsellösungen

(4) Labyrinth, (5) Rhododendron, (6) Rhythmus, (7) Zyklop, (8) Sympathie

Das verflixte H: (1) Rhabarber, (2) Galopprennen, (3) athletisch,

Wie geht es weiter: a) +13 +13 +13 usw. = 104 b) -10 -9 -8 -7 -6 -5 = 32 c) x2 x3 x2 x3 usw. = 216

Gejo: Nacht – Tisch – Lampe

Bilderrätsel: Figur aus der Jobsade von C. A. Kortum auf dem Kortum-Brunnen von K. Ehlers an der Petrikirche

Lösungsspruch: Jeder Tag ist ein Geschenk

mezzo, Sonntag, Teekanne

Silberrätsel: Jade, Einigkeit, Dienstreise, Eheglück, Regenbogen, Tausendassa, Anschrift, Glühwürmchen, Inter-

Der Kuss - in Operette und Schlager

Oh, auch heute gibt es Lieder, in denen geküsst wird. Aber Anfang bis Mitte des letzten Jahrhunderts klang nicht nur die Musik anders. Auch die Texte, in denen es ums Küssen ging, hatten eine besondere „Note“. Der Kuss wurde in einer Spanne von leidenschaftlich bis frivol besungen. Erinnern wir uns an einige Beispiele aus Operette und Schlager:

In der Operette „Paganini“ von Franz Lehár wird mit männlichem Selbstverständnis gesungen: „Gern hab´ ich die Frau´n geküsst, hab´ nie gefragt, ob es gestattet ist, dachte mir, nimm sie dir, küss sie nur, dazu sind sie ja hier.“ So geht es aber nicht, wendet die Frau von heute, zu Recht, ein, sie ist doch kein Freiwild. Überrascht reagiert dagegen ein Mann namens Ollendorf in Carl Millöckers „Der Bettelstudent“, nachdem er „Ach, ich hab´ sie ja nur auf die Schulter geküsst“ feststellen musste: „Diese adelsstolze Dame war beleidigt durch den Kuss.“ Dabei hatte dieser Mann andere Erfahrungen gemacht: „Hab an des Ganges Strand gesessen und tauschte dort so manchen Kuss.“

Frauen reagieren auf Küsse unterschiedlich. So fragt Sonja im „Zarewitsch“ von Franz Lehár im Lied „Einer wird kommen“: „Werd´ ich bei seinen Küssen erbeben?“ Im „Vilja-Lied“ aus „Die lustige Witwe“, ebenfalls Lehár, resümiert Hanna: „Als sie sich dann satt geküsst, verschwand sie zu der selben Frist.“ Einer kleinen Bedienungsanleitung kommt das Lied „Was ist an einem Kuss gelegen“ aus Johann Strauß „Der lustige Krieg“ gleich, wenn darauf hingewiesen wird, dass erzwungene Küsse keine Küsse sind, „Nur wenn er ward geküsst von Zweien, dann zählt der Kuss als echter Kuss“.

Der Schlager konnte den Kuss natürlich auch nicht ignorieren. Schauen wir erst einmal, wie dieses Thema aus der Sicht einiger Männer angegangen

wurde. Einem Typ, Sorte „Bel Ami“, wird nachgesagt: „Du verliebst jeden Tag dich aufs neu, alle küsst du und bleibst keiner treu.“ So ging es wohl auch manchem Matrosen „Abends in der Taverne“: „Heute hier, morgen dort, groß ist die Welt, schnell ein Kuss, dann ist Schluss, weil nichts mehr hält.“ Oder wie in „Heimweh“: „Kein Gruß, kein Herz, kein Kuss, kein Schmerz.“ Es sei denn „Der Onkel Doktor hat gesagt, ich darf nicht küssen, ich hab´ dazu ein viel zu schwaches Herz.“



Diejenigen, die nicht das Fernweh packte, machten es sich zuhause gemütlich. In „Ich trink den Wein nicht gern allein“ heißt es: „Wer gern einmal trinkt und gern einmal küsst, der weiß, dass die Wirkung die gleiche ist. Drum trink ich erst vor jedem Kuss, dann hab´ ich doppelten Genuss.“ Selbst beim Verlassenwerden findet der Mann schnell Trost wie in „Weine nicht, bricht eine schöne Frau dir das Herz“: „Wenn du auch

tausendmal dir sagst: ‚Keine hat so geküsst wie die!‘ Es gibt so viele schöne Frau´n, die küssen grad wie sie.“ Denn für den Mann geht das Leben wie gehabt weiter, und da schließt sich der Kreis zum Anfang bei der Operette: „Rote Lippen soll man küssen, denn zum Küssen sind sie da.“

Und wie stehen die Frauen zum Kuss? Die Damen sind auch nicht ohne. „Jede Frau sehnt sich nach dir, Casanova, denn in deinen Küssen liegt eine Welt.“ Oder es wird konkret verlangt: „Ich will ´nen Cowboy als Mann, ... denn ich weiß, dass so ein

Cowboy küssen kann.“ Auch sonst scheuen sich die Frauen nicht vor Klartext. In „Komm mit nach Madeira“ verspricht sie: „Glühende Küsse, Liebesgenüsse, süßes Erleben will ich dir geben. Nur in deinen Armen küsst ich toll wie Carmen. Komm mit süßer Boy nach Madeira, ahoi.“ Noch Fragen? Zarah Leander hatte dazu auch klare Vorstellungen: In „Eine Frau wird erst schön durch die Liebe“ singt sie: „Erst beim Küssen beginnt sie zu blühen und zu glühen heiß und wild.“ Oder: „Yes Sir, ...ich habe geliebt und ich habe geküsst, weil die Liebe doch dazu erfunden ist.“ Und ganz ungeniert fragt sie „Kann denn Liebe Sünde sein, ... darf es niemand wissen, wenn man sich küsst, wenn man einmal alles vergisst vor Glück.“ Aber ach, alle Texte sind von Männern geschrieben.

Egal, welcher Spezies Sie angehören, der Kuss ist ein vielleicht auch für Sie meist gern erfülltes Muss. So vielfältig, wie geküsst werden kann, so vielfältig wird auch in Zukunft seine musikalische Verarbeitung sein. Zum Schluss dieses kleinen Ausflugs ein Hinweis. Beherzigen Sie bitte, wann immer es geht, diesen Liedtext: „Ungeküsst sollst Du nicht schlafen geh'n, man schläft so wunderschön nach einem Kuss, von dem man träumen muss!“ Text und Foto: FAM

Deutsche Mundarten

Wer in Deutschland unterwegs ist, bekommt es mit mundartlichen Ausdrücken zu tun, die er vielleicht zunächst nicht versteht. So erging es mir zum Beispiel einmal in Berlin, als ich eine Karte für die U-Bahn lösen wollte. Die Dame am Schalter fragte mich beim Geldwechseln, ob ich nicht einen „Sechser“ hätte. Als ich sie dumm anguckte und sie merkte, dass ich aus Westdeutschland kam, herrschte sie mich an: „Fünf Pfennig!“ Ähnliches kann einem überall in Deutschland geschehen. Was in Hamburg ein „Rundstück“ ist, wird in Berlin als „Schrippe“ und in Bayern als „Semmel“ gehandelt, während man bei uns von Brötchen spricht. In Norddeutschland ist eine „seute Deern“ was in Bayern ein „fesches Deandl“ ist, also ein hübsches Mädchen. In Norddeutschland wird noch oft „Platt“ geschnackt (gesprochen).



Allgemeine Begrüßung ist „Moin“. Die Friesen sagen noch abends „Moin“. Dabei

bedeutet „moin“ nicht etwa guten Morgen, sondern „schön“.

Durch meine Frau, eine gebürtige Düsseldorferin, erfuhr ich nach und nach auch eine Menge rheinischer Vokabeln, sodass ich bald die Karnevalsreden und -gesänge restlos begreifen lernte. Die „Bläck Fööss“ aus Köln sind nicht die schwarzen Füße (wie vielleicht ein Englischkundler meinen könnte), sondern die nackten Füße. Wer in Düsseldorf oder Köln einen „Halven Hahn“ bestellt, bekommt kein halbes Hähnchen sondern ein „Röggelchen“, also ein kleines Roggenbrötchen, in Köln mit ein bis zwei dicken Scheiben mittelaltem Gouda-Käse, in Düsseldorf mit weichem Bierkäse (meistens Harzer oder Mainzer Käse), jeweils

**Moin,
moin**

mit Gurke und „Mostert“ (Senf) serviert. Und wenn er „Flönz“ haben möchte, erhält er ein Brot mit Blutwurst. „Fukackig“ ist jemand, der dauernd kränkelt. „Mösch“ ist ein Spatz und „Pänz“ nennt man im Ruhrgebiet Blagen oder auf hochdeutsch Kinder.



**Et kütt
wie et kütt**

Zwei unserer Enkel sind in München aufgewachsen. Sehr viel echtes Bayrisch haben sie da allerdings nicht aufgenommen. Denn in München wird - bedingt durch die vielen „Zugeroasten“ - kaum bayrisch gesprochen. Deshalb engagieren Regisseure, die einen richtig bayrisch sprechenden Darsteller benötigen, Menschen vom nieder- oder oberbayrischen Land. Jedenfalls sind auch mir durch mehrfachen Aufenthalt in Bayern einige für uns nicht ohne

weiteres eingängige typische Ausdrücke geläufig geworden. Auf der „Wiesn“ (Oktoberfest) bestellt man sich zu seiner „Maß“ Bier (genau 1 Liter) ein „Hendl“ (Hähnchen) oder einen „Obatzda“ (deftiger Käse) und hat dann seine „Gaudi“ (Spaß). Ein Nichtbayer wird schon mal als „Saupreiß“ (Saupreüße = alle, die nicht aus Bayern kommen) tituiert. So hat laut Süddeutscher Zeitung einmal ein Münchener einen Japaner als „Saupreiß, japanischer“ beschimpft. Bayern sind oft zum Wandern und Skifahren in Österreich, wo auch wieder eigene Wortschöpfungen gelten. Beispielsweise muss man wissen, dass „Topfen“ Quark bedeutet. „Paradeiser“ sind Tomaten und „Zwetschgendatschi“ ist Pflaumenkuchen.

Ich selbst stamme aus Ostpreußen und bedauere es, dass das Ostpreußische inzwischen fast ausgestorben ist. In Ostpreußen gab es viele Wörter, die andernorts unbekannt waren. Das Ostpreußische ist zwar vom Ursprung her ein niederdeutscher Dialekt, jedoch durch die teilweise Vermischung mit dem alten Preußischen ziemlich eigenständig. Einige Ausdrücke, die ein Westdeutscher nicht verstehen würde, sind zum Beispiel: „Bowke“ (Bürschchen, Bengel), „Glumse“ (Quark), „Marjell“ (Mädchen), „Zagel“ (Schwanz). Wenn ein Ostpreuße einen anderen warnen oder ihm drohen wollte, sagte er nur: „Mannchen, Mannchen!“ In Bayern wird bei ähnlicher Gelegenheit der Gegner mit „Du Hirsch!“ angesprochen. Was bei allen Mundarten hinzukommt, ist die jeweilige Klangfärbung.



**DAHOAM
IS
DAHOAM**

Unverkennbar war diese beim Schriftsteller Günter Grass, der aus Danzig (Westpreußen) stammte. Auch beim russischen Schriftsteller Lew Kopelew, der nach seiner Übersiedlung nach Deutschland von Heinrich Böll aufgenommen wurde, hörte man deutlich heraus, dass er sein Deutsch an der Königsberger Universität gelernt hatte.

Wenn ich Sonnabend (Samstag) Nachmittag die Sportreportage von den Bundesligaspielen höre, erkenne ich auch am Tonfall, ob ich es mit einem Bremer oder Augsburger Reporter zu tun habe. Ich hoffe, dass die schönen Mundarten in Deutschland nicht ganz aussterben. GH

Fantasie kann nicht lügen

Wer kennt seinen Namen nicht: Baron von Münchhausen. Mit ihm verbindet man tolldreiste Geschichten wie den Ritt auf der Kanonenkugel, wie er sich selbst an seinem Haarschopf aus dem Sumpf zieht oder wie er im Innern eines riesigen Fisches überlebt und viele andere Erzählungen mehr. Hieronymus Carl Friedrich von Münchhausen, der am 11. Mai 2020 seinen 300. Geburtstag gefeiert hätte, diente als junger Offizier beim russischen Kürassierregiment, das in Riga stand und unter anderem an den russisch-türkischen Kriegen beteiligt war. Aus dieser Zeit stammen viele seiner Geschichten, die Münchhausen gerne im Freundeskreis bei abendlichem Punsch und mit Tabakpfeife erzählt hat. Später ließ er für diese geselligen Abende eigens einen Pavillon errichten, die sogenannte „Münchhausen-Grotte“, die noch heute in seinem Geburtsort Bodenwerder besichtigt werden kann. Als "Lügenbaron" ist Münchhausen in die Geschichte eingegangen. Diese Bezeichnung sei aber so nicht richtig, sagt seine Nachfahrin Anna von Münchhausen. Zu seinem 300. Geburtstag erscheint nun ihr Buch „Der Lügenbaron. Mein fantastischer Vorfahr und ich“. In ihrem Buch räumt sie mit einem Vorurteil auf: Man dürfe nicht vergessen, dass Münchhausen vor 300 Jahren gelebt habe, ohne Fernseher und Internet. Zur Unterhaltung seiner Freunde habe er Abenteuererzählungen vorgetragen, die gerade, weil sie nicht real sein konnten, als besonders unterhaltsam geschätzt wurden, ihm aber auch die Bezeichnung "Lügenbaron"

einbrachten. Gegen diese Bezeichnung hat sich der Baron stets gewehrt. Er wollte nicht lügen, sondern seine Zuhörer amüsieren.

Dabei hat Münchhausen historischen Überlieferungen zufolge seine Geschichten niemals aufgeschrieben oder gar veröffentlicht. Im Jahr 1781 hat ein anonymes Schreiben unter dem verschleierte Namen M-h-s-n, aber ohne seine Zustimmung einzuholen, im „Vademecum für lustige Leute“ eine erste Sammlung von unglaublichen Erzählungen herausgegeben. Auf diese erste Sammlung folgte 1785 eine Reihe von Abenteuer- und Lügengeschichten - diesmal ohne Münchhausens Namen zu verschleiern, die der Schriftsteller und Gelehrte Rudolf Erich Raspe in England veröffentlichte. Die Geschichten kamen in vielen Ländern gut an. Unter dem Titel "Wunderbare Reisen des Freiherrn von Münchhausen" erschienen sie 1786 auch auf Deutsch übersetzt und durch weitere Erzählungen ergänzt durch den Göttinger Dichter Gottfried August Bürger. Dass seine Geschichten niedergeschrieben werden, hat Münchhausen wohl nie gewollt. Der Umstand, dass er als Lügenbaron galt, wurde für ihn im hohen Alter noch zum Nachteil, erzählt Anna von Münchhausen. Ihr Vorfahr hatte im Alter die über 50 Jahre jüngere Bernhardine von Brunn geheiratet. Als er das als Fehler erkannte, wollte er die Ehe schnellstmöglich auflösen lassen. Seinen Schilderungen über ihre

Ansprüche und ihren Lebenswandel glaubte aber niemand. Ihre Anwälte argumentierten, es sei ja bekannt, dass er ein Lügenbaron sei. Der Baron war zutiefst gekränkt und sah sich von aller Welt verspottet. Einsam und verbittert starb er am 22. Februar 1797 in Bodenwerder.



Heute sind seine Erzählungen in über 50 Sprachen übersetzt. Anna von Münchhausen erzählt von einem Erlebnis ihres Cousins, der bei einer Reise nach Burma seinen Reisepass vorzeigen musste. Der Grenzbeamte habe ihm den Pass mit einem breiten Lächeln zurückgegeben und gesagt: „Very nice! Very nice!“.

Anna von Münchhausen:

„Der Lügenbaron. Mein fantastischer Vorfahr und ich“ Rowohlt Kindler Verlag, Berlin 2020, 128 Seiten,

15 Euro, ISBN-13: 978-3-46300014-5

ERA/ Bild: August von Wille

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

Schirmherr: Oberbürgermeister Marc Buchholz

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

Verantwortlich für den Inhalt:

Gabriele Strauß-Blumberg (GST-B), Redaktionsleitung

Redaktionsmitglieder:

Arno Döhring (AD), Anna-Maria Früh (FAM), Gerd Harder (GH), Rosemarie Mink (RM), Karin Nimz (KN), Gudrun Prüfmann (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: Heinrich-Thöne-VHS, Aktienstr. 45, 45473 Mülheim an der Ruhr

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

Auflage: 6.000 Exemplare

Druck: WirmachenDruck GmbH www.wir-machen-druck.de
Mühlbachstraße 7, 71522 Backnang

Titelbild: Pixabay

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

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.

Gejo

Aus den jeweiligen fünf Buchstaben können Sie drei Wörter bilden, die zusammengesetzt einen Begriff ergeben.

ACHNT – CIHST – AELMP

Viel Spaß beim Überlegen.

ev

Wie geht es weiter?

In jeder Zeile wird auf eine bestimmte Art gerechnet, sodass die jeweils nächste Zahl als Ergebnis herauskommt. Wenn man weiß, wie gerechnet wurde, kann man auch die letzte, noch fehlende Zahl der Reihe ausrechnen.

- a) 26, 39, 52, 65, 78, 91, ?
- b) 77, 67, 58, 5, 43, 37, ?
- c) 1, 2, 6, 12, 36, 72, ?

Bilderrätsel

Wo steht dieser Mann?

Foto: FAM

Silbenrätsel

Silben: an - bo - chen - de - dienst - ehe - ei - gen - gen - glück - glüh - in - ja - kan - keit - mez - ne - nig - re - rei - sa - sas - schrift - se - send - sonn - tag - tau - ter - tee - wärm - zo

- 1 Grüner Schmuckstein
- 2 Harmonischer Zusammenhalt
- 3 Fahrt im Auftrag des Arbeitgebers
- 4 Das wird jedem Hochzeitspaar gewünscht
- 5 Mehrfarbige Erscheinung am Himmel nach einem Schauer
- 6 Scherzhafter Ausdruck für einen vielseitig begabten Menschen
- 7 Postadresse
- 8 Insekt, das manchmal im Dunkeln leuchtet
- 9 Zwischenspiel bei musikalischen Werken
- 10 Besonderer Wochentag
- 11 Gefäß zum Eingießen eines heißen, aromatischen Getränks

Aus den ersten und vierten Buchstaben der Lösungswörter, jeweils von oben nach unten gelesen, ergibt sich ein Satz, der Dankbarkeit ausdrückt. **MAS**

Das verflixte H

Sind die folgenden Wörter richtig geschrieben? Wenn nicht, finden Sie die Fehler und schreiben Sie das Wort in der korrekten Schreibweise auf.

- 1) Rhabahrber _____
- 2) Gahlopprennen _____
- 3) Athletisch _____
- 4) Lahbyrint _____
- 5) Rhodohendron _____
- 6) Rhythmus _____
- 7) Zyklohp _____
- 8) Sympatie _____

Alle Rätsellösungen auf Seite 11

Roberto Ciulli - im Gespräch mit Alt? na und!

Dr. Roberto Ciulli, geboren am 1. April 1934 in Mailand, ist Doktor der Philosophie, Mitbegründer und Leiter des *Theater an der Ruhr*, Regisseur, Schauspieler und leidenschaftlicher Theatermann.

Ciulli kam 1965 nach Deutschland. Von 1972 bis 1979 arbeitete er als Schauspielregisseur in Köln. 1981 kam es zur Gründung des *Theater an der Ruhr* in unserer Stadt. Dort schuf Ciulli Theaterstrukturen, die mit der Leitung eines Stadttheaters in der damaligen Zeit nicht zu vereinbaren waren. Konsequenz setzte er seine Vorstellung vom eigenen Theater um, das nicht durch ein bürokratisches Korsett eingengt, sondern von den Bedürfnissen der künstlerischen Arbeit bestimmt werden sollte: ein freies Theater in der Rechtsform einer gGmbH. Hier wurden neben den Schauspielern auch Technik, Verwaltung und Werkstätten in den künstlerischen Prozess mit einbezogen. Das erforderte eine hohe Flexibilität vom Team. Eine besondere Herausforderung für die Ensemblemitarbeiter war die Organisation der Theaterreisen in mehr als 40 Länder, in denen das *Theater an der Ruhr* aus Mülheim einen ausgezeichneten Ruf genießt. Ciulli war der multikulturelle Ansatz in seinen Produktionen wichtig, schon bevor wir in Europa anfangen, über Migrationspolitik zu diskutieren. Regelmäßig gastieren auch Theater und Musiker aus anderen Kulturkreisen im *Theater an der Ruhr*.

Seit Anfang des Jahres gibt es die Dokumentation „Der fremde Blick“* über Sie und Ihr Leben. Wie kam es zur Entstehung dieser Bücher?

Die vorliegende Dokumentation entstand durch einen Anstoß von Alexander Wewerka, Gründer des Alexander Verlag in Berlin. Theatermenschen erzählen Geschichten. Ich habe viele Geschichten zu erzählen. Bei allem, was ich in meinem Leben tue, fließen meine Erinnerungen, mein Erlebtes mit ein. Wird zum Beispiel auf der Bühne gestritten, erinnere ich mich wie es früher war,

wenn ich Streit mit meiner Mutter hatte und gehohlet wurde. Also habe ich in dem biographischen Buch auch meine Vergangenheit verarbeitet. Zu meiner Vergangenheit gehört auch das besondere Verhältnis zu meinem Vater. Er war der zweite Mann meiner Mutter - ein besonderer Mann, ein wunderbarer Mensch. Ich habe ihm viel zu verdanken. Er war die erste Person, die mich mit der Liebe zur Literatur und Kunst infiziert hat. Leider konnte er meine Arbeiten nicht mehr erleben.

Wie wird entschieden, was im Theater an der Ruhr auf den Spielplan kommt?

Wir sitzen an einem langen Tisch zusammen und überlegen, was aktuell in der Welt los ist. Welche Not gibt es? Was wollen wir dazu sagen? Wie können wir Verantwortung übernehmen? Wenn sich das Thema erfassen lässt, überlegen wir, in welchem literarischen Werk Parallelen zu finden sind. Wir sehen unsere Verantwortung als Theatermenschen beim *Theater an der Ruhr* in gesellschaftlichen Zusammenhängen.

Was waren für Sie schwere Situationen im Leben?

Ganz eindeutig der Tod von Gordana Kosanovic (1953 – 1986). Sie war eine jugoslawische Schauspielerin, die 1980 mit mir in Belgrad gearbeitet hat. Von 1981 bis zu ihrem frühen Tod gehörte sie zu unserem

Ensemble. Sie war ein intelligenter Motor für dieses Theater. Ohne sie wären wir nicht das, was wir heute sind. Sie hat uns künstlerisch enorm geprägt. Als sie starb, hatte ich das Gefühl, alles ist weggebrochen.

Sie haben spät mit dem Segeln angefangen ...

Ja, das Segeln. Es begann in Hamburg. Dort hatte ich einen Aufenthalt als Gastregisseur. In der freien Zeit ging ich an der Alster spazieren und sah die Kinder, die dort das Segeln erlernten. Das gefiel mir und ich bekam Lust, es ebenfalls zu lernen. Damals war ich bereits 70 Jahre alt. Trotzdem erwarb ich die unterschiedlichen Lizenzen, die man zum Segeln benötigt. An dem Tag der Abschlussprüfung bestand ich die Prüfung für den Bootsführerschein und stand am Abend bei einer Premierenvorstellung auf der Bühne. Segeln war jedoch nicht mein einziges Hobby. Mit 50 Jahren hatte ich großen Gefallen am Motorradfahren und in den siebziger Jahren war ich ein begeisterter Reiter.

Seit etwa 20 Jahren spielen Sie mit Maria Neumann das Stück "Der kleine Prinz". Wird es weiter auf dem Spielplan stehen?

Ja! Ich weiß nicht, wie oft ich das Stück gespielt habe. Es soll weiterhin aufgeführt werden. Allerdings wird es wegen der Corona Krise gerade neu inszeniert. Es gibt im Stück viele enge Körperkontakte mit Maria. Wir umarmen uns, wir hassen uns an, wir küssen uns. Das muss zu Corona- Zeiten geändert werden. Es wird aber Lösungen geben.

Lieber Herr Ciulli, ich bedanke mich sehr für die Zeit, die Sie mir für dieses Interview geschenkt haben und für die vermittelten Einblicke in Ihr Leben als Theatermann aus Leidenschaft.

CMJ/Foto: Heiner Schmitz

* Alexander Wewerka, Jonas Tinius (Hrsg.): *Der fremde Blick. Roberto Ciulli und das Theater an der Ruhr. Gespräche, Texte, Fotos, Material* (Zwei Bände). Alexander Verlag, Berlin 2020, 35 Euro, ISBN 978-3-89581-491-4