

Alt? na und!

Mülheimer Seniorenzeitung seit 1989



Atmosphärische Störungen

Erich Kästner

Die Bäume schielen nach dem Wetter.
Sie prüfen es. Dann murmeln sie:
„Man weiß in diesem Jahre nie,
ob nu raus mit die Blätter
oder rin mit die Blätter
oder wie!“

Aus Wärme wurde wieder Kühle.
Die Oberkellner waren blass
und fragten ohne Unterlass:
„Also, raus mit die Stühle
oder rin mit die Stühle
oder was?“

Die Pärchen meiden nachts das Licht.
Sie hocken Probe auf den Bänken
in den Alleen, wobei sie denken:
„Raus mit die Gefühle
oder rin mit die Gefühle
oder nicht?“

Der Lenz geht diesmal auf die Nerven
und gar nicht, wie es heißt, ins Blut.
Wer liefert Sonne in Konserven?
Na, günstigen Falles
wird doch noch alles
gut.

Es ist schon warm. Wird es so bleiben?
Die Knospen springen im Galopp.
Und auch das Herz will Blüten treiben.
Drum, raus mit die Stühle
und rin mit die Gefühle,
als ob!

Frühling

Zugegeben, in jüngeren Jahren haben mich die jahreszeitlichen Wechsel wenig beeindruckt. War ich doch mit vielen anderen und damals so wichtigen Dingen beschäftigt.

Und heute: Ich genieße es und freue mich über jeden neuen farbigen Tupfer in der Landschaft, den uns der Frühling beschert.

Es beginnt zumeist schon sehr früh im Januar. Dann recken sich die Schneeglöckchen manchmal noch durch eine feine Schneedecke hervor. Zumeist geschützt unter Sträu-



chern und Bäumen künden sie uns von nahenden wärmeren Tagen.

In unserer Stadt haben wir den riesigen Vorteil, dass sich unmittelbar an das Zentrum Parks und Außenlandschaften anschließen, die uns einladen, sich dieser Farbenpracht zu erfreuen. Im Thyssenpark sprießen früh herrliche Krokusse in allen Farben und Schattierungen. In der „MüGa“, dem Park der früheren Landes-Gartenschau, zeigen sich Osterglocken und, was ich so

besonders mag, kleine blaue Blü-
tenteppiche nahe der Ruhr, die
leider eine Zeit lang vom Sand des
Ruhrbania-Beach zugedeckt waren.

Dann, oft über Nacht, zeigen sich
in den Bäumen erste, ganz zarte
Blättchen und legen der Landschaft
ein grünes Tuch über.

Sträucher treiben
weiße Blüten aus.
Um uns herum zwit-
schert und pfeift es
von allen Bäumen.
Die Vogelwelt sam-
melt Nistmaterial
und auf dem Thys-
senteich und in der
Broicher Schlagd
kann man Hauben-
taucher beim Hoch-
zeitstanz beobach-
ten.

Bald stehen auch die Tische und
Stühle der Gaststätten und Eisdie-
len wieder vor der Tür und einige
Wagemutige sieht man, noch dick
eingemummelt, die ersten Sonnen-
strahlen genießen. Dabei rücken sie
mit den Stühlen dem Gang der Son-
ne nach.

Auch wenn ab und zu der Winter
noch einmal sein kühles Gesicht
zeigt, wissen wir, jetzt ist Frühling.
Genießen wir ihn mit allen Sinnen!

Text: DS, Foto: S. Grünig, Thun,
www.natur-welten.ch

Am

18. April 2010 findet von 11.00 bis 17.00 Uhr
im FORUM der Stadt Mülheim wieder der

Tag der älteren Generation

statt.

Sie finden *Alt? na und!* am Stand des Kulturbetriebs.
Besuchen Sie uns! Wir freuen uns auf Sie!

In dieser Ausgabe

Frühling/Tag der älteren Generat....	2
Patientenverfügung/Ratgeber.....	3
Rat u.Hilfe / Einsam? / Beharrlichkeit/ Aktivtag Styrum / Rätsellösungen.....	4
Hilfe kommt/ Selbst ist die Frau.....	5
Bisschen Haushalt/Reife Leistung....	6
„Pedelec“ / Nicht wörtlich nehmen...7	
Kleine Zeitreise / Guten Tag.....	8
Der Tag heute	9
Studieren im Alter / Kindermund....	10
Tage danach / Lächeln/Kollega.....	11
Spielplätze / „Nackter Heinrich“... ..	12
Einzelzimmer / Früher glaubte.....	13
Früher / Omas Tasche.....	14
Silberrätsel / GeJo.....	15
Mülheim -älter als 1000 Jahre.....	16

Impressum

überparteilich, überkonfessionell
Schirmherrschaft:

Oberbürgermeisterin D. Mühlenfeld

Herausgeber:

Seniorenredaktion der Heinrich-
Thöne-Volkshochschule, Bergstr. 1
45479 Mülheim an der Ruhr
E-Mail: redaktion@alt-na-und.de
Internet: www.alt-na-und.de

Redaktionsteam:

Brigitte Block (BB), Gudula Bostel-
mann (GB), Doris Bröker (DB),
Marga Dzendzalowski (MD), Anna-
Maria Früh (FAM), Fred Gnuschke
(FG), Monika Gruber (MG), Adele
Kroner (AK), Thomas Lehnik (TL),
Rosemarie Mink (RM), Gudrun
Prüssmann (GP), Edith Ramin
(era), Erich Rosenkranz (ER), Norbert
Scharf (NOS), Walter Schnöller (SW),
Marianne Schrödter (MAS),
Dorothea Stehkämper (DST), Eva
Stoldt (ev), Gabriele Strauß-
Blumberg (GST-B, Redaktionsleitung),
Hans-Dieter Strunck (DS), Günter
Tübben (GT)

Auflage: 6.700 Exemplare auf 100%
chlorfrei gebleichtem Papier

Druck: Hausdruckerei der Stadt
Mülheim an der Ruhr

Briefe und Beiträge:

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

P a t i e n t e n v e r f ü g u n g

In Anbetracht der medizinisch-technischen Möglichkeiten werden seit Jahren Patientenverfügungen verfasst, etwa in der Hoffnung, den Sterbevorgang nicht mehr unzumutbar hinauszuzögern oder um Schmerzen weitgehend zu vermeiden. Manchmal will der Betroffene den Tod auch hinauszögern, also eine Maximalbehandlung erreichen.

Seit dem Beschluss des Bundesgerichtshofes vom 17.03.2003 (Az.: XII ZB 2/03) binden Patientenverfügungen als Ausdruck des fortwirkenden Selbstbestimmungsrechts den Betreuer. In der Bevölkerung wurde jedoch die allgemeine Verbindlichkeit derartiger Erklärungen zu recht angezweifelt, da die Verbindlichkeit für Ärzte genau genommen fehlte. Diese sahen sich bei der Umsetzung der Festlegungen in den Patientenverfügungen verunsichert, da über ihnen das Damoklesschwert ernstester rechtlicher Konsequenzen schwebte. Der Gesetzgeber war hier gefordert, um Rechtssicherheit für die beteiligten Kreise zu schaffen. Die vom Bundestag am 18.06.2009 beschlossenen Regelungen zur Patientenverfügung sind zum 01.09.2009 in Kraft getreten. Aufgenommen wurden sie in die Vorschriften des BGB zur rechtlichen Betreuung.

Im Folgenden sollen ein paar Eckpunkte skizziert werden:

Was ist eine Patientenverfügung?

Es handelt sich nach § 1901 a Abs. 1 Satz 1 BGB um Festlegungen, ob man in bestimmte, zum Zeitpunkt der Festlegung noch nicht unmittelbar bevorstehende Untersuchungen seines Gesundheitszustandes, Heilbehandlungen oder ärztliche Eingriffe einwilligt oder sie untersagt.

Wer kann nun eine Patientenverfügung treffen?

Dies ist nur noch einwilligungsfähigen Volljährigen gestattet. Einwilligungsfähig ist jemand, der Art, Bedeutung und Tragweite eines ärztlichen Eingriffs erfassen kann.



Wie muss eine wirksame Patientenverfügung aussehen, welcher Form bedarf sie?

§ 1901 a Abs. 1 Satz 1 BGB verlangt hierfür - anders als die vorangegangene Praxis - die Schriftform, was bedeutet, dass die Erklärung, sei sie nun z. B. eigenhändig geschrieben, ein maschinell erstelltes Dokument oder ein angekreuztes Formular, original unterschrieben sein muss. Statt der Unterschrift ist auch ein notariell beglaubigtes Handzeichen zulässig. Will jemand die Verfügung widerrufen, so ist dies formlos zulässig.

Nunmehr werden alle Beteiligten an die Patientenverfügung gebunden, also auch Pflegepersonal und die Ärzte. Diese müssen zuvor prüfen, ob die in der Patientenverfügung geschilderte Situation der aktuellen Lage entspricht. Sind sich die behandelnden Ärzte und die für die Durchsetzung der Patientenverfügung zuständigen Personen (Betreuer oder Bevollmächtigter) nicht einig über die weiteren Schritte, muss das Betreuungsgericht (bis 31.08.09 Vormundschaftsgericht), eine Abteilung des Amtsgerichts, eine Entscheidung treffen.

Sofern sie sich einig sind, bedarf es einer gerichtlichen Entscheidung hingegen nicht.

Die Verbindlichkeit der Patientenverfügung besteht unabhängig von Art und Stadium der Erkrankung des Betreuten. Es kommt also nicht darauf an, ob der Sterbevorgang bereits eingesetzt hat. Aktive Sterbehilfe ist jedoch nach wie vor strafbar.

Abschließend ist noch anzumerken, dass niemand verpflichtet ist, eine Patientenverfügung zu fertigen und eine solche nicht zur Bedingung eines Vertragsschlusses (z. B. Heimvertrag) gemacht werden darf. TL

Ratgeber zur Betreuung

Die Verbraucherzentrale hat zusammen mit dem „ARD Ratgeber Recht“ eine Broschüre zum Thema Betreuung herausgebracht.

Er richtet sich an Betreuerinnen und Betreuer von Menschen, die ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können.

Gerade betreuende Familienangehörige oder Freunde kennen sich in rechtlichen Fragen oft nicht gut aus und finden hier einen praxisnahen Wegweiser bei der Entscheidungsfindung, wenn es um das Wohl des Betreuten geht (z. B. bei Bankgeschäften, Behördengängen).

Der Ratgeber „Betreuung bei Behinderung, Krankheit und Alter“ kostet 9,90 Euro und kann in der Mülheimer Verbraucherzentrale, Leineweberstraße 54, erworben werden. GB

Rat und Hilfe **Taxi-Gutscheine**

Seit gut einem Jahr gibt es in Mülheim den Taxi-Gutschein.

Der Gutschein mit vier Coupons kostet 15 Euro, hat aber einen Wert von 20 Euro.

Die Gutscheine können bei der Mülheimer Stadtmarketing und Tourismus GmbH(MST) im neuen Medienhaus, Viktoriastr. 19, erworben werden. Telefon: 0208/960960.

Leider können diese Gutscheine bisher nur bei zwei Taxiunternehmen eingelöst werden. GB



E i n s a m ?

Kurz vor Weihnachten erreichte uns der Anruf einer treuen Leserin (Jahrgang 29, Eduardstraße), die uns für unsere Arbeit und für *Alt? na und!* dankte.

Darüber haben wir uns sehr gefreut! Sie berichtete, dass sie nur noch sehr schlecht laufen könne und deshalb Kontakte und Gespräche vermisste.

Liebe Leserinnen und Leser!

Kennen Sie Menschen in Ihrer Umgebung, denen es genau so geht? Sprechen Sie mit ihnen!

Eine halbe Stunde ist nicht viel für Sie - für Menschen, die ihre Wohnung kaum noch verlassen können, manchmal schon fast eine halbe Ewigkeit. GST-B

Beharrlichkeit zahlt sich aus

Im Oktober erhielten wir einen ausführlichen Leserbrief über die Entstehung und Entwicklung einer unheilbaren Krankheit der Ehefrau des Verfassers.

Der Schreiber schildert den gemeinsamen Leidensweg, der durch diese lebensverändernde Krankheit entstand. Ein Schwerpunkt des Berichtes beschreibt den ermüdenden Kampf mit Ämtern, Behörden und öffentlichen Institutionen.

Es geht dabei u.a. um die Anerkennung eines bestimmten Behinderungsgrades, die Festlegung der Pflegestufe sowie um die Höhe des Betreuungsgeldes.

Unser Leser machte dabei die Erfahrung, dass man durchaus erfolgreicher ist, wenn man Beharrlichkeit an den Tag legt.

Sein Rat: Fragen Sie immer wieder nach. Lassen Sie sich nicht entmutigen. Wenden Sie sich an übergeordnete Stellen.

Werden Sie öffentlich, indem Sie Medien einschalten, z.B. die „Aktuelle Stunde“ (WDR), oder „Akte 09 – Reporter kämpfen für Sie“ bei SAT 1. Die Bewilligungsstellen reagieren auf solche Aktionen erstaunlich schnell und positiv.

Wenn Sie dieses Thema eingehender interessiert, können Sie unter www.alt-na-und.de diesen Leserbrief ungekürzt in unserem Gästebuch einsehen. GP

Die Arbeitsgruppe Styrum des
„Netzwerk der Generationen“

veranstaltet am

13.März 2010 von 13.00 bis 17.00 Uhr

im

Gemeindezentrum der Immanuelkirche, Albertstr. 86,

den

Styrumer Aktivtag 50+.

Zahlreiche Anbieter stellen Angebote und Dienstleistungen für die Generation 50+ vor.

Außerdem gibt es ein kleines Bühnenprogramm mit dem Akkordeonspieler Jürgen Köhnen.

Der Eintritt zu dieser Veranstaltung ist frei.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Für Besucher mit Mobilitätsproblemen ist ein Fahrdienst eingerichtet.

Informationen bei Frau Schäfer, Tel.: 0208/37749860.

Rätsellösungen

Silbenrätsel: Ehrengast-Igel-N Ä-Sudoku-Wohltat-Zopf-Eiland-in Flagrant-Differenz-Reklame-Einzel-immerfort-Interview-Muli-sauber-Ampel-UFA-schlau-Eingriff-schade-Caravan-Heim-Rauferei-Inserat
Lösung: Eins zwei drei im Sause Schritt läuft die Zeit, wir laufen mit.
Geflo: Laubbaum und Nachtschlampe

Hilfe kommt

Auf dem Bürgersteig vor meinem Haus steht eine Straßenlaterne. Sie ist wichtig, denn sie beleuchtet eine Hofeinfahrt, eine Bushaltestelle und einen Briefkasten. Eines Tages war die Laterne kaputt und die von vielen Menschen aufgesuchte Stelle lag im Dunkeln. Und das war ärgerlich.

Als sich an dieser Situation auch nach drei Wochen noch nichts geändert hatte, schimpften meine Nachbarn auf die Stadt, die doch schon längst hätte Abhilfe schaffen müssen und auf die Busfahrer, die doch schon längst die defekte Lampe irgendwo hätten melden müssen. Man war sich einig: Keiner kümmert sich mehr heutzutage. Ja, die Welt ist schlecht!

Mir wurde das irgendwann zu bunt. Ich rief bei der Stadt an. In der Kommunikationszentrale, Telefonnummer 455-0, meldete sich eine freundliche Dame. Ich schilderte ihr das Problem mit der defekten Straßenlaterne und bat sie, mich an die zuständige Stelle weiter zu leiten. „Das ist nicht nötig“, sagte sie. „Ich schreibe mir das jetzt auf und dann leite ich das für Sie weiter.“

Oh je, dachte ich, das kennt man ja schon. Die Wege solcher Mitteilungen sind lang, irgendwo wird meine Nachricht „versacken“, hinterher weiß keiner mehr davon und passieren wird erst recht nichts. Das war an einem Montag. Zwei Tage später wurde es gegen 17.30 Uhr allmählich dunkel. Aber nicht wirklich, denn die Laterne beleuchtete hell die Einfahrt, die Bushaltestelle und den Briefkasten.

Liebe Stadtverwaltung: Danke für die prompte Reparatur!

Liebe Leserinnen und Leser: Wenn Sie ein Problem haben, rufen Sie bei der Stadt an. Hilfe kommt.
GST-B

Selbst ist die Frau

Das kennen Sie bestimmt auch: Die Sonne scheint, es wird Frühling und im Fernsehen war gestern die 1000. Sendung „Wohnungverschönerungen von Tine, Trine und Co“.

Ich schaue mich in meiner Wohnung um. Frühjahrsputz wird diesmal nicht reichen. Da fehlt eine Schraube, dort wackelt es, hier müsste gestrichen werden usw. Ich stelle fest, meine Wohnung sieht aus wie eine Baustelle! Auch ein paar Frühlingsblumen muntern hier nicht auf.

Ein Blick auf den letzten Kontoauszug offenbart, einen richtigen Handwerker kann ich mir nicht erlauben. Und auch ist weit und breit kein uneigennütziger, handwerklich begabter Mann in Sicht.



Aber in der Tageszeitung finde ich eine Anzeige

„Bohren für Frauen“.

Vorsichtig rufe ich dort erst einmal an, es könnte ja auch etwas Zweideutiges sein. Es meldet sich das Evangelische Familienbildungswerk. Beruhigt gehe ich zu der angegebenen Adresse:

Selbstbauzentrum
an der Aktienstrasse 23 – 53.
Meine Sorge, ich könnte alleine sein, ist unbegründet. Etwa zehn Frauen zwischen 50 und 70 Jahren,



ein paar also auch in meinem hohen Alter, warten schon.

Ein sympathischer junger Mann begrüßt uns, stellt sich und seine Idee mit diesem Kurs vor. Dann geht es gleich los. Jede von uns bekommt eine Bohrmaschine in die

Hand gedrückt. Die Unterschiede werden erklärt, die Funktionen, die Technik. Ich soll mit einer Schlagbohrmaschine (allein das Wort lässt mich zurück zucken) in eine Fliese bohren. Die darf dabei aber auf keinen Fall kaputt gehen. Erst bin ich ängstlich, dann immer mutiger, es klappt. Ich bin stolz wie Oskar. Auch die anderen Frauen schaffen es und lachen erleichtert, geht doch, ist gar nicht so schwer. Der Meister präsentiert uns, wie wir korrekt elektrische Leitungen verlegen.

Damit wir nicht übermütig werden zeigt er uns anhand von Bildern, was passiert, wenn wir nicht vorsichtig sind. Schreckliche Verbrennungen sehen wir und sind bestürzt. Im kleineren Team verlegen wir nun Leitungen, und siehe da, alle Lampen brennen.

Ein Teil der Frauen trifft sich dort jede Woche. Sie lernen tapezieren, Fliesen verlegen und vieles andere mehr.

Auf meine Frage, ob sie alle Single wären, bekomme ich erstaunt als Antwort: Nein – sie hätten schon Männer, aber die kämen einfach nicht aus dem Quark oder wären handwerklich eher ungeschickt. Ihnen aber mache es Spaß, hier im Club Gleichgesinnter zu lernen, ihre heimischen Reparaturen selbst zu erledigen. Das kann ich nur bestätigen!
Text: DST, Fotos : Internet

Das bisschen Haushalt ...

Heute möchten wir eine berufstätige Hausfrau und Mutter über einen ganz normalen Wochentag erzählen lassen:

„Der Wecker beendet pünktlich um 5.00 Uhr meine Nachtruhe. Nachdem ich das Frühstück vorbereitet habe, versuche ich, die einzelnen Familienmitglieder durch den Kaffeeduft in die Küche zu locken. Wenn Mann und Töchter dann das Haus verlassen haben, sehe ich noch bei meiner im Hause lebenden Mutter nach dem Rechten und mache mich, versehen mit ihren guten Wünschen, auf den Weg ins Büro. Nachdem ich mich durch diverse Aktenberge gewühlt habe, kommt ein Anruf von der Schule unserer Jüngsten. Ich möge sie doch bitte sofort abholen, sie sei erkrankt. Nur keine Panik! Ganz ruhig bleiben, sie hat sich wahrscheinlich nur mit dem Fischbrötchen, das sie unbedingt zum Frühstück essen wollte, den Magen verdorben. Und genauso ist es auch. Tochter mit Eimer ins Bett gepackt und erstmal für den Rest der Familie das Mittagessen zubereiten. Für den Nachmittag haben sich die Schwiegereltern angekündigt und möchten gerne einen selbstgebackenen Kuchen haben. Waschen und Bügeln erledige ich mal eben zwischendurch. Die Handwerker, welche im dritten Anlauf versuchen, das Garagentor zu reparieren, müssen auch noch von mir eingewiesen werden. Deshalb verschiebe ich die Großeinkäufe auf den Abend, Ladenschlussgesetz sei Dank!

Wenn mein Mann dann von seinem Billardabend nach Hause kommt und mich fragt, ob ich einen schönen Tag hatte, kann ich ihm nur noch mitteilen, dass ich den Tag genutzt habe - bevor ich auf der Couch einschlafe!“



DB

REIFE LEISTUNG - vom „Eisenmann“ Reinhold Humbold

Ist Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, der „Ironman Hawaii“ ein Begriff?

Das ist der älteste und gleichzeitig auch bekannteste und spektakulärste Triathlon-Wettkampf (Schwimmen, Radfahren, Laufen) der Welt. Er wird seit 1978 jährlich im Oktober auf der Inselgruppe Hawaii im Pazifischen Ozean ausgetragen. Er gilt als einer der schwierigsten Ausdauerwettkämpfe. Der Teilnehmer mit der schnellsten Gesamtzeit in seiner Altersklasse gewinnt.



In Deutschland wurde dieser Sport 1981 durch einen Fernsehbericht vom „Ironman Hawaii“ bekannt. Ein ganz besonderer Teilnehmer an diesem Wettkampf ist der aus Unterhaching bei München stammende Reinhold Humbold. Er ist 61 Jahre alt und hat bereits sechs Mal an diesem härtesten Wettkampf der Welt teilgenommen und ihn – kaum zu glauben – zum fünften Mal in Folge in seiner Altersklasse gewonnen. Ich muss gestehen, dass mir schon allein beim Aufschreiben schwindelig geworden ist. Verlangt werden nämlich: ohne Pause 3,8 km Schwimmen im Pazifik, 180 km Radfahren durch die Lavawüste Hawaiis und ein 42,195 km langer Marathon-Lauf. Das alles zum Teil bei einer Hitze von über 40 Grad Celsius. So genannte Mumuku-Fallwinde erschweren die Bedingungen zusätzlich.

Das hat Reinhold Humbold im Oktober 2009 in 10:27:28 Stunden geschafft und hatte damit stolze 24 Minuten Vorsprung zum Zweitplatzierten seiner Altersklasse. Das Tages-Training des „Eisenmanns“ zu Hause: Morgens um sechs Uhr Schwimmen in einem Fitnessstudio, anschließend mit dem Fahrrad zur Arbeit und abends wieder zurück - und dann noch joggen. Herzlichen Glückwunsch auch von der Redaktion **Alt? na und!** für diese wahrlich reife Leistung!

Text: RM, Foto: Erdinger

Wenn Wege und Straßen steiler werden – PEDELEC!

Der Frühling lädt uns ein, die Helligkeit und Sonne im Freien zu genießen. In dieser Jahreszeit ist das Radfahren ein sehr beliebter Ausgleichssport. Mit zunehmendem Alter treten jedoch bei vielen Menschen Probleme auf, die eine solche Fortbewegung erschweren.

In dieser Situation kann ein Fahrrad mit Elektromotor hilfreich sein, das unter dem Begriff „Pedelec“ im Handel erhältlich ist. Der in die Nabe integrierte Motor greift unterstützend ein, sobald die eigene Kraft nicht ausreicht eine Steigung zu überwinden.

So etwas hat allerdings seinen Preis. Für ein Qualitätsrad müssen Sie mindestens 1.600 Euro anlegen. Wichtig ist: Lassen Sie sich bei verschiedenen Anbietern ausführlich beraten und achten Sie dabei auf folgende Punkte:

- Die Qualität der Batterie entscheidet über die Reichweite und das Gesamtgewicht des Rades.
- Ein Rücktritt gibt vielen Radfahrern ein zusätzliches Sicherheitsgefühl.
- Ein Kraft- und Drehmomentsensor ist energiesparender als ein Drehsensor und erhöht die Reichweite.
- Machen Sie mit dem Rad eine längere Probefahrt und überprüfen Sie die Bedienbarkeit.

Die Leistung des Pedelecs hängt in erster Linie von der Art des eingebauten Akkus ab. Zurzeit stellt die Lithium-Ionen-Batterie die beste Technik dar. Die pflegliche Behandlung des Akkus ist ganz besonders wichtig, denn mit etwa 500 Euro ist er das teuerste Bauelement des Fahrrads. So muss der Akku alle 3 bis 6 Monate nachgeladen werden, wenn das Fahrrad nicht benutzt wird.

Wie viele Kilometer mit einem Elektrofahrrad zurückgelegt werden können, hängt von der Fahrstrecke und dem eigenen Kraftaufwand ab. Im flachen Gelände hält die Leistung länger an als in einer bergigen Landschaft. Es gibt Akkus mit einer Reichweite bis zu 80 km in der Ebene.

Im Übrigen benutzen nicht nur ältere Menschen ein solches Fahrrad. Es wird von Schülern in gebirgigen Regionen gefahren, ersetzt manchmal einen Zweitwagen und Berufstätige erreichen frisch ihren Arbeitsplatz.

Mit einem Elektrofahrrad wird die Natur wieder leichter „erfahrbar“. Die Hilfe des Elektromotors bringt dabei Erleichterung.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein sonniges Frühjahr und einen Sommer mit vielen Fahrten in schöner Natur.



GP

Nur nicht alles wörtlich nehmen

Na, lieber Leser, erinnern Sie sich noch? Meine letzte Geschichte zu diesem Thema hatte ich beendet mit dem Hinweis, man könne schneller in Teufels Küche kommen, als man denke.

Gleich stellt sich doch die Frage: Wes Teufels Küche ist denn da gemeint?

Etwa die des ehemaligen Kommandanten Fritz Teufel, der traurige Berühmtheit erlangte, weil er in einem Berliner Amtsgericht auf den Richtertisch gesch... hat und auch sonst für einen eher liederlichen Lebenswandel stand? Ich wage mir ja gar nicht vorzustellen, wie es in seiner Küche ausgesehen haben mag, wenn er noch nicht mal die Zeit gefunden hat, ordentlich auf's Klo zu gehen.



Oder sollte es sich etwa um die Küche jenes unfreundlichen Herrn handeln, der üblicherweise mit Hörnern, einem langen Schwanz und Pferdefuß anzutreffen ist? Nach allem, was man so hört, sollen dort ja außerordentlich ungünstige klimatische Verhältnisse herrschen. Von deutlicher Überhitzung ist die Rede, ja, es wird sogar hin und wieder von akuter Verbrennungsgefahr gesprochen. Also, da würde ich mich bestimmt nicht wohl fühlen, wo es mir doch schon in der Sauna zu heiß ist.

Nein, nach meinem Dafürhalten kann es nur die Küche von Erwin Teufel sein, dem vormaligen Minis-

terpräsidenten von Baden-Württemberg. Das war ein gestandener Mann, wohlgenährt und mit guten Manieren, dessen Küche sich mit Sicherheit in einem Top-Zustand befunden hat. Bestimmt hatte er auch eine gut ausgebildete Küchenhilfe, die den Laden in Schuss gehalten und dafür gesorgt hat, dass die Gäste ordentlich bekocht wurden. Keine Kotreste auf der Arbeitsplatte, klimaanlagengesteuerte Wohlfühltemperaturen, freundliches Personal – kurzum: Wenn ich schon in Teufels Küche kommen muss, dann nur in diese, wenn ich bitten darf.

Es sei denn, es hat schon jemand anderes ein Auge drauf geworfen.

Na, lieber Leser, ahnen Sie, wie es weitergeht?

GT

Eine kleine Zeitreise

Auf Grund kriegsbedingter Evakuierungen wurde ich nicht wie meine Eltern und Großeltern in Mülheim geboren, sondern in Geisa, einem kleinen Ort in der Rhön.

Einige Monate später atmete ich allerdings schon Mülheimer Luft, in der ich mich heute noch wohl fühle.

Doch der Wunsch, meinen Geburtsort einmal zu besuchen, ließ mir besonders in letzter Zeit keine Ruhe.

Im letzten Sommer war es so weit. Anlässlich einer Fahrt nach Weimar machte ich einen Abstecher in den landschaftlich sehr schönen Thüringer Wald und – mit Herzklopfen – nach Geisa.

Vor mir lag ein gepflegtes, einladend schönes Städtchen mit einem kleinen Schloss, einem großen Rathaus und einem imposanten Gerichtsgebäude – alles im alten Stil renoviert.

Auf der Suche nach dem Krankenhaus (dem Ort meiner Geburt) erhielt ich im Rathaus die Adresse

eines Gebäudes an der Brücke über die Ulster. Heute sei dort ein Altenpflegeheim untergebracht.

Ich muss gestehen, dass ich auf dem Weg dahin richtig aufgeregt war.

Ich fand das schön restaurierte Haus, ging hinein. Voller Freude über die Schönheit des Ortes und die offene Freundlichkeit der Menschen erzählte ich der netten Dame am Empfang meine Geschichte.

Sie hörte mir lächelnd zu. Und als ich geendet hatte, verstärkte sich dieses Lächeln: „Wissen Sie was, ich habe alle Krankenhausakten bis 1939 aufbewahrt. Wann wurden Sie geboren, und wie hieß Ihre Mutter? Während ich mich auf die Suche mache, schauen Sie sich doch einmal unsere Ausstellung mit Fotos von früher an.“

Ich war ganz gerührt von so viel freundlichem Entgegenkommen und fand auch bald besagte Ausstellung: Ehrwürdige Schwestern mit großen ausladenden Hauben und ein Foto von Dr. Ackermann, der sich so warmherzig um meine Mutter gekümmert hatte.

In diesem Moment hatten die vielen Schilderungen für mich ein Gesicht bekommen und ich genoss diese Situation sehr.

Nach kurzer Zeit kam die Dame zurück und überreichte mir das kopierte „Krankenhausblatt“ mit den Daten meiner Mutter eng verbunden mit meinen eigenen.

Das erneut in mir aufsteigende warme Verbundenheitsgefühl zu meinen inzwischen verstorbenen Eltern kann ich kaum beschreiben.



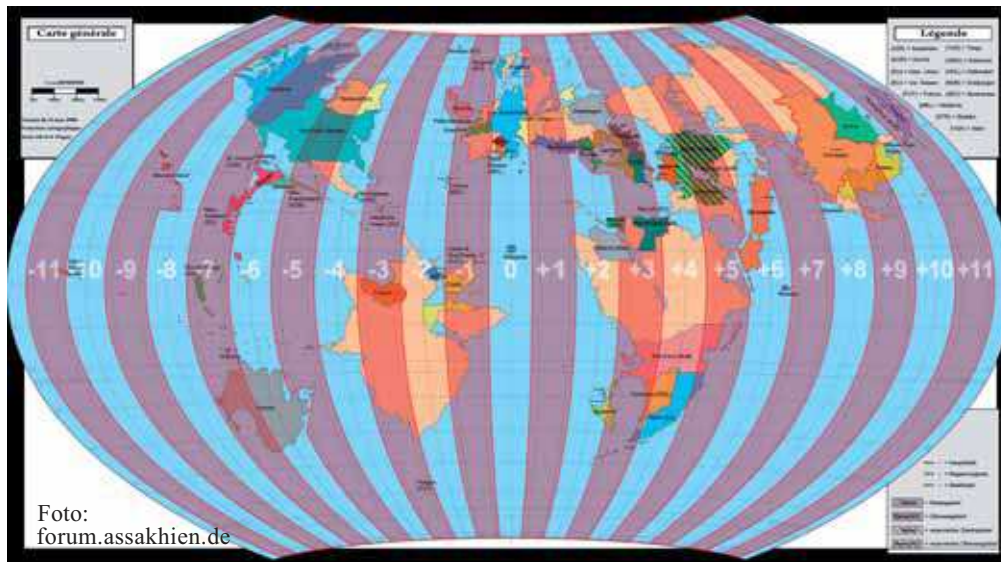
Text und Foto: MG

Guten Tag, Frau Büchsenschütz!

Heiter und mit einem gütigen Lächeln begrüßt mich die 93-jährige zierliche Mülheimerin. Ich komme in ein Zimmer, das keine Veränderung mehr braucht: Harmonie wie in einem Märchenbuch von anno dazumal.

Als Zweitjüngste von sieben Kindern blieb sie unverheiratet. Der Vater hat ihr fürsorglich das Haus vermacht. 1945 besaß sie einen Bastelladen in der Teinerstraße/Ecke Wertgasse, der bald florierte. Frau Büchsenschütz hat der Not gehorchend nach dem Krieg Dinge angeboten, die jeder brauchte. Vor allem Holzsachen, Sägen, Beize, Schneidersachen etc. „Mein Laden war wie ein Gerümpel“, lacht sie verschmitzt. Es gab eigentlich alles, was man zu der Zeit noch selbst mit den Händen machte. „Ich war ein gefragtes Wesen“, sagt sie und schmunzelt dabei. Als nach Jahren die Konkurrenz zu groß wurde, gab sie den Laden auf, nicht aber ihre handwerkliche Arbeit. Sie macht auch heute noch Laubsägearbeiten, die sich sehen lassen können. Sie malt in einem Aquarellkurs Bilder und wundert sich selbst, dass es ihr so gut gelingt. Ihre Wollteppiche sind ein Beweis ihrer tollen Knüpfarbeit. Und sie lernt noch Gedichte auswendig. Ich kenne Frau Büchsenschütz aus einem Literaturkreis, an dem sie immer noch interessiert teilnimmt. Von den vielen Erfahrungen, die sie besitzt, kann sie heute noch zehren. Ich glaube, die Glücksgöttin hat sie mit dem Finger angeknipst. „Ich werkele weiter, solange ich noch Zeit bekomme zum Leben.“ Und mit einem zuversichtlichen Lächeln legt sie mir mehrere kleine Holzfiguren in die Hände. „Die nehmen Sie jetzt mit nach Hause!“ – „Auf Wiedersehen Frau Büchsenschütz!“

BB



Der Tag heute ist morgen schon gestern

Es ist Frühling, die Tage werden länger. Ja, aber nur, was den Anteil der Stunden mit Tageslicht anbelangt, denn der Tag hat doch immer 24 Stunden, oder? Nein!

Zweimal im Jahr erleben wir eine Zeitumstellung. Ab dem letzten Sonntag im März um 3 Uhr nachts gilt die Sommerzeit, was erfordert, dass wir die Uhren eine Stunde vorstellen. Dieser Tag hat also nur 23 Stunden. Von wegen Tage werden länger. Im Oktober, bei der Rückkehr zur Normalzeit, gleichen wir durch eine Doppelstunde die im Frühjahr verlorene Zeit wieder aus. Dadurch hat dieser Tag 25 Stunden.

Aber auch für Reisende können Tage kürzer oder länger sein. Wieso? Früher hatte jede größere Stadt eine eigene Zeitrechnung, denn astronomischer Mittag war bei örtlichem Sonnenhöchststand und entsprach 12 Uhr. Bei Reisen von einem Ort zum anderen musste andauernd die Uhr umgestellt werden. Mit dem Aufkommen zunächst des Bahn- und später des Flugverkehrs wurde für die Fahr- und Flugpläne eine Vereinheitlichung der Uhrzeit erforderlich, um nachvollziehbare Ankunfts- und Abfahrtszeiten angeben zu können.

Auf einer internationalen Konferenz wurde die Erde zunächst in 24 Stundenzonen à 15 Längengraden eingeteilt, wobei im Jahre 1883 Greenwich bei London als Ort festgelegt wurde, durch den der Nullmeridian verläuft. Er ist Ausgangspunkt für alle Zeitberechnungen, weswegen man in England noch von „Greenwich Mean Time“ (GMT) spricht. Heute gibt es Zeitzonen, die sich nicht mehr nur an Längengraden orientieren, sondern auch an politisch Gewolltem. Z.B. haben Länder mit großer West-Ost-Ausdehnung wie die USA oder Russland 6 bzw. 11 Zeitzonen, China jedoch nur eine. Überall in einer Zone gilt die gleiche Uhrzeit und das gleiche Datum.

Unsere Zeitzone nennt sich „mitteleuropäische Zeit“, kurz MEZ, im Sommer MESZ. Die Ausrichtung auf die MEZ führt allerdings dazu, dass an manchen Orten 12 Uhr nicht gleich Mittag bedeutet. Der astronomische Mittag auf der Insel VAR-DØ, Finnland, ist bereits um 10:53 Uhr, der am KAP FINISTERRE, Spanien, hingegen erst um 13:37 Uhr.

Alle Zeitzonen beziehen sich auf die 1968 eingeführte „koordinierte Weltzeit“ (UTC= Universal Time

Coordinated. So ist die MEZ = UTC+1, die MESZ= UTC+2). Die UTC gilt z.B. für den Luftverkehr, den Schiffsverkehr, die Raumstation ISS, im Amateurfunk, in der Antarktis oder auch in E-Mails.

Reisen wir nun aus unserer Zeitzone in Richtung Osten, müssen wir die Uhr vorstellen, in Richtung Westen zurückstellen. Und schon hat der Tag weniger oder mehr als 24 Stunden. Spannend wird es, wenn wir im Bereich der Datumsgrenze (180. Längengrad) Zeitzonen wechseln, denn dann ändert sich nicht nur die Stunde, sondern auch der Tag. Zur Jahrtausendwende gab es Reiseangebote, wo mehrfach zwischen Zeitzonen gependelt wurde. Hatte man gerade das neue Jahrtausend mit Sekt und Selters begrüßt, konnte man in eine Zeitzone jetten, wo noch Sylvester gefeiert wurde. Wechseln zwischen zwei Jahrtausenden, ein „Carpe diem spezial“. FAM

Adresse für Leserbriefe

Senioren-Redaktion der
Heinrich-Thöne-Volkshochschule
Bergstr. 1 - 3
45479 Mülheim an der Ruhr

E-Mail: redaktion@alt-na-und.de

Was bildet weiter und hält geistig fit? STUDIEREN IM ALTER

„Das wollte ich immer schon“ werden einige Leserinnen und Leser sagen. Sie sind bereits im Ruhestand, möchten aber nicht nur spazieren gehen, fernsehen oder mit Enkeln spielen.

Lernen und Bildung sind ja auf kein bestimmtes Alter beschränkt, sondern Begleiter durch das gesamte menschliche Leben.



Zusätzliche Bedeutung bekommt das lebenslange Lernen nicht zuletzt durch die steigende Lebenserwartung. Mehr als 50 deutsche Hochschulen bieten Senioren die Möglichkeit zum Studieren. Senioren mit Abitur können sich wie die jünge-

ren Kommilitonen für ein reguläres Studium einschreiben und einen Abschluss erwerben.

Fast jede deutsche Universität bietet aber auch ein Gasthörer-Studium an und fast 40.000 Studierende nutzen diese Möglichkeit. Als Gasthörer fachübergreifend zu schnuppern, das wird besonders geschätzt. Man braucht dazu kein Abitur und eine Abschlussprüfung gibt es auch nicht. Eine wunderbare Voraussetzung, sich ohne Stress aufs Studieren einzulassen. Sie melden sich einfach im Sekretariat der Hochschule an und können gegen eine Gebühr von durchschnittlich 100 Euro an allen für die Senioren offenen Vorlesungen und Seminaren teilnehmen. Es ist auch möglich, in der Mensa zum Studententarif zu essen.

Ich war im Studierendensekretariat der Uni Duisburg-Essen in Duisburg, Geibelstr. 41, und habe dort das Gasthörer-Verzeichnis mit allen Veranstaltungen und das Anmeldeformular bekommen.

Einige Universitäten (in NRW z.B. Münster, Dortmund und Wuppertal) bieten ein spezielles Senioren-Studium an, das auch ohne Abitur möglich ist. Sehr beliebt sind bei diesen Vorlesungen und Seminaren

für Senioren-Studenten die Fächer Geschichte, Philosophie und Psychologie.

Besonders beachtenswert ist das „Studium Generale“. Dieses Fächer übergreifende Angebot mit wechselnden Professoren bietet ein sehr breites Spektrum an Wissen, ist nicht einschreibungspflichtig und steht allen Interessierten kostenlos offen.

Haben Sie Lust auf Lernen bekommen? Umfangreiche Infos sind abrufbar im Internet unter

www.senioren-studium.de
und/oder
www.uni-due.de.

Übrigens gibt es an der Universität Duisburg-Essen sogar eine „Kinder – Uni“. Im Jahr 2009 erlebten Mädchen und Jungen zwischen 8 und 12 Jahren schon zum sechsten Mal spannende und abwechslungsreiche Vorlesungen in einem Hörsaal. Und die Kinder waren begeistert. Die Planungen für die nächste „Kinder-Uni“ in Duisburg laufen bereits.

Sind das nicht phantastische Möglichkeiten, die Jung und Alt nutzen können? Man lernt eben nie aus!

Text: RM, Foto: nz-online.de

K i n d e r m u n d

Im Kindergarten: Der kleine Marcel (vier Jahre) kränkelt ein wenig und ist quengelig. Deswegen darf er bei der Kindergärtnerin auf den Arm. Die Kindergärtnerin ist eine reife Frau mit einem stattlichen Busen. Der Kleine kuschelt sich an sie und seufzt. „Ist das deine Brust?“, fragt er, schon schläfrig. „Ja, das ist meine Brust“, sagt die Kindergärtnerin. Am nächsten Tag wiederholt sich die Prozedur. Auch am dritten Tag geht es Marcel nicht gut. Zumindest behauptet er das. Also darf er wieder auf den Arm und kuscheln.

Dann hat die Kindergärtnerin frei. Dafür ist ihre Kollegin da, eine hochgewachsene, gertenschlanke junge Frau. Der Kleine baut sich vor ihr auf und mustert sie von oben bis unten. „Darf ich auf deinen Arm?“, fragt er schließlich. „Natürlich“, antwortet die junge Frau und nimmt ihn hoch. Er schmiegt sich an ihre Schulter – und stutzt. Etwas ist anders als an den Tagen zuvor, nicht so – gemütlich. Mit zweifelndem Blick fragt er: „Hast du auch eine Brust?“ „Ja“, erwidert die Kindergärtnerin, „ich habe auch eine Brust.“ Der Kleine wirkt erleichtert. Treuherzig fragt er: „Kannst du die dann morgen mal mitbringen?“

GT



Tage danach

Das ist der Titel der 19. Eigenproduktion des „Theater Mülheimer Spätlese“. Der Inhalt:

Vier junge Männer im Alter von 16 bis 19 Jahren haben einen Rollstuhlfahrer überfallen, ihn beraubt und geschlagen. Eine brutale Tat, die das Leben aller Beteiligten verändert.



Das Theaterstück zeigt jedoch nicht die Folgen für Täter und Opfer. Es stellt die Situation der Angehörigen in den Mittelpunkt. Auch das Leben von Eltern, Geschwistern und Großeltern der Täter ist aus den Fugen geraten. Sie alle versuchen, die Ereignisse zu verstehen und zu verarbeiten: Selbstkritik, Vorwürfe, Wut, Aggression, Verdrängung, viele Fragen und viel Trauer werden eindrucksvoll dargestellt.

Den Betroffenen gegenüber stehen die Unbeteiligten, Nachbarn, Bekannten und Freunde. Sie sind bestens informiert durch die Tageszeitung und schüren mit unverhohlener Freude die Gerüchteküche. Sie wussten immer schon, dass es zu einer solchen Tat kommen würde. Die Täter stammen zwar aus den unterschiedlichsten Familienverhältnissen, aber in jeder Familie „stimmt was nicht“. Die Besserwisser sind sich schnell einig: Egal, wie die Verhältnisse in den Familien der

Täter auch sein mögen, sie mussten ja zu Kriminalität führen. „Da muss man kein Psychologe sein!“ Beklemmend dargestellt werden Dummheit, Sensationslust und das Warten auf die nächste „Katastrophe“, über die man sich dann wieder besserwisserisch und genüsslich das Maul zerreißen kann.

Auf Mitgefühl und Unterstützung warten die Familien der Täter vergebens. Mit „solchen“ Leuten will man nichts zu tun haben (obwohl sie selbst ja keine Straftat begangen haben). Es fliegen sogar Steine.

„Wir brauchen keine Steine!“ sagt eine Großmutter. „Wir brauchen.....“

Der Satz bleibt unvollendet.

Das „Theater Mülheimer Spätlese“ hat wieder einmal ein ernstes Thema aufgegriffen und die Zuschauer nachdenklich gemacht. Auch mein Leben kann sich sehr schnell ändern. Neige nicht auch ich gelegentlich zu vorschnellen Be- und Verurteilungen? Und wie gehe ich mit den Angehörigen von (Straf-)Tätern um?

Mutig, ein solches Stück auf die Bühne zu bringen. Denn viele Theaterbesucher möchten lieber mit „lustigen“ Stücken von ihren Problemen und denen anderer Menschen abgelenkt werden.

Es wäre allerdings kein typisches „Spätlese-Stück“, wenn nicht auch Humor und Situationskomik gezeigt würden. Dies und die Spielfreude und -qualität des Ensembles lassen den Zuschauer so manches Mal schmunzeln.

Text: GST-B, Foto: W.Schernstein

Nur ein Lächeln!

Beim Spaziergang begegnen uns zuweilen Menschen, die allein, traurig, unglücklich oder missgelaunt unterwegs sind.



Wenn man diese Menschen anlächelt und freundlich grüßt, geschieht oft ein kleines Wunder.

Sie lächeln zurück und fragen manchmal: Kennen wir uns? Nein, wir kennen uns nicht.

Aber es macht einfach Freude, die Reaktion zu sehen und mit ein wenig Freundlichkeit eine erstaunliche Wirkung zu erzielen.

In diesem Sinne:

Haben Sie heute schon gelächelt?

DB

„KOLLEGA“?

Es war ein schöner Spätherbsttag und mein Bruder wollte seine Autoreifen wechseln. Doch seine Einfahrt zur Garage war durch ein anderes Auto zugeparkt, und so führte er sein Vorhaben auf der Straße vor seinem Haus aus.

Als er dann halb unter dem Auto lag, hörte er im Innenraum des Wagens leichtes Gepolter und er rief: „Was soll das – wer ist da?“

Ein junger Mann kam zum Vorschein und sagte:

**„Wir Kollega!
Du Reifen, ich Radio!“**

Als mein Bruder sagte: „Das ist mein Auto!“ rannte der junge Mann davon – mit leeren Händen! AK

Mehrgenerationen-Spielplätze

Der Seniorenbeirat hat sich in einer seiner letzten Sitzungen nochmals mit dem Thema „Mehrgenerationen-Spielplätze“ beschäftigt.

Die Idee war, durch seniorenrechtliche Spiel-, Sport- und Bewegungsgeräte auch älteren Menschen die Möglichkeit zu geben, sich auf Spielplätzen zu bewegen und dabei Bekannte und Freunde zu treffen. Mehrere Stellen der Stadt haben sich mit dem Thema befasst und kamen, nicht zuletzt auf Grund der Erfahrungen in anderen Städten (z.B. Gelsenkirchen), zu dem Ergebnis, dass aus vielerlei Gründen eine Umgestaltung von Grünflächen zu Bewegungsparcours für Senioren in Mülheim nicht sinnvoll ist.

Unabhängig davon finden wir aber, dass die im Rahmen der Untersuchungen aufgezeigten Möglichkeiten für sport- und bewegungsbegeisterte Senioren in unserer Stadt vielen von uns nicht bekannt sind. Daher berichten wir aus der entsprechenden Vorlage der Stadtverwaltung:

Vier öffentliche Bouleplätze bieten sich an: auf den Spielplätzen Striepensweg und Wittkampsbusch, am Raffelbergpark und an der Sportanlage Mintarder Straße.

Dazu gibt es in Mülheim eine öffentliche Sportanlage, die von Bürgerinnen und Bürgern frei genutzt werden kann. In der Zeit von 7.30 bis 18.30 Uhr ist die Sportanlage

Kahlenberg als Leichtathletikanlage freigegeben (ohne Anleitung – aber mit Beaufsichtigung). Dort gibt es auch noch einen Krafraum, der genutzt werden kann.

Am Witthausbusch ist beabsichtigt, ein großes Schachfeld anzulegen.

Sicher kennen Sie noch weitere Möglichkeiten, sich sportlich zu betätigen. Vergessen Sie dabei nicht die einfachste Möglichkeit: Wandern Sie (Mülheim hat mehr als 250 km Wanderwege) oder gehen Sie einfach spazieren. Nutzen Sie den Frühling. Lernen Sie nicht nur die Schönheit der Natur, sondern auch die unserer Stadt kennen. Nette Leute treffen Sie überall. DS

Der „nackte Heinrich“

Der Oppspring ist ein relativ dicht besiedeltes Gebiet. Das war durchaus nicht immer so. Vor mir liegt eine Postkarte aus dem Jahre 1928, die den Blick freigibt auf Freiflächen und einige wenige Häuser im Hintergrund. Dominiert wird das Gelände von einem monströsen Denkmal, das seinen Standort in etwa dort hatte, wo heute das Ruhr-Reeder-Haus steht. Die fast sieben Meter hohe Bronzefigur zeigt einen unbedeckten Fackelträger, der im Volksmund nur der „nackte Heinrich“ genannt wurde. Erschaffen wurde sie von dem Düsseldorfer Bildhauer Schreiner, in Auftrag gegeben von den Veteranen des Lothringischen Infanterieregiments 159, die mit dem Ehrenmal der im 1. Weltkrieg gefallenen Regimentskameraden gedenken, gleichzeitig aber auch die Erinnerung hochhalten wollten an die glorreiche Zeit von 1895 bis 1918, in der Mülheim, sehr zur Freude der vielen Patrioten, Garnisonsstadt war.

Ehrenvoll geweiht und mit viel Pomp enthüllt, war das Denkmal jedoch von Anbeginn an wegen seiner missratenen Proportionen beißender Kritik ausgesetzt. Die Unterschenkel viel zu dick, die Oberschenkel viel zu dünn, die Arme muskelschwach und der Kopf – nun, ihn beschreibt die Westfälische Zeitung am 2.12.1928 so: „Das Maul ist wiederum enorm breit, und die Lippen wulstig. Die Ohren sind überaus groß und hässlich, lappig. Das scheußlichste ist die niedrige, brutale Stirn“. Vernichtend schließt der Artikel: „...das ganze Denkmal wäre eher ein passendes Symbol für den Hof eines Zuchthauses als für einen Regimentshof“. Auch der Vorstand des Vereins der ehemaligen 159-er war höchst verärgert und teilte der Stadtverwaltung mit, die Figur werde nicht als Ehrenmal anerkannt. Die Mülheimer Bevölkerung erging sich in missfälligen Äußerungen oder trieb Schabernack mit dem „nackten Heinrich“, indem

sie ihn mit Zeitungspapier beklebte oder die Fußnägel lackierte. Da nimmt es nicht Wunder, dass eines schönen Morgens im September 1933 das Ungetüm mit abgebrochener Fackel und verbogenen Gliedmaßen zerbeult am Boden lag. Unbekannte hatten es in der Nacht zuvor offensichtlich mit Hilfe starker Lastwagen vom Sockel gerissen. Ein letztes Mal war das Denkmal Anlass zu aufgeregten Gesprächen: Viele Mülheimer fanden sich am Tatort ein, drückten ihre Genugtuung aus und waren im Übrigen der Meinung, hier seien Leute vom Fach am Werk gewesen.

Was aus dem „nackten Heinrich“ letztendlich geworden ist, ließ sich wohl nicht mehr endgültig klären. Wahrscheinlich ist er verschrottet worden. Der Kopf soll allerdings noch viele Jahre dem Garten eines angesehenen Mülheimer Bürgers zur Zierde verholfen haben.

Text: GT, Foto: Stadtarchiv

Einzelzimmerzuschlag - Thema mit Variationen

Der Einzelzimmerzuschlag, ein Quell des Ärgers bei Alleinreisenden! Als besonders frustrierend müssen sie am Zielort manchmal erleben, dass ihr gegen Mehrpreis gebuchtes Zimmer nur ein kleines Fenster zum Parkplatz hat, sehr schmal ist und über eine winzige „Nasszelle“ verfügt. Da kommen schon Gedanken an Diskriminierung und Ausnutzung auf. Wie schade! Dabei sollten Urlaube doch die schönsten Zeiten des Jahres sein!

Ich habe einen kleinen Teil des riesigen „Katalog-Blätterwaldes“ durchforstet. In jeder Sparte gibt es viele Veranstalter, die u.a. Städtereisen, Kreuzfahrten, Busreisen, Wander- und Studienreisen anbieten. Im Hinblick auf die fast unendliche Vielfalt der Angebote in den verschiedenen Hotelkategorien und Begleitprogrammen ist ein umfassender Vergleich oder eine seriöse Empfehlung leider nicht möglich. Ich will aber wenigstens einige meiner Feststellungen erläutern:

Die höchsten Einzelzimmerzuschläge fallen bei Städtereisen, insbesondere bei der Buchung zentral gelegener Hotels z. B. in Paris, London, Berlin an: Aufschläge von über 80% des Grundpreises! Dafür bekommt man dann auch ein großes Doppelzimmer zur Alleinbenutzung.

Ähnlich ist die Situation bei Seereisen. Es gibt kaum Einzelkabinen. Die Möglichkeit, eine Doppelkabine allein zu nutzen, muss mit mehr als 35% Aufpreis bezahlt werden. Allerdings sind im Prospekt einer großen Reederei mehrfach im Jahr Reisen angeboten, bei denen kein Einzelkabinenzuschlag erhoben wird.

Ein Busunternehmen, das vor allem 5- bis 9-tägige Rundreisen in ganz Europa mit vielfältigem Ausflugsprogramm anbietet, berechnet Einzelzimmerzuschläge in Höhe von 10 bis 27 %, offenbar abhängig von den Forderungen der beteiligten Hotels.

Bei zwei großen Wander- und Studienreiseveranstaltern werden Einzelzimmerzuschläge in Höhe von 15-25% des Reisepreises erhoben. Hier besteht aber auch das Angebot, kostensparend ein halbes Doppelzimmer zu buchen und sich überraschen zu lassen, mit wem man es teilen wird. Da auf diesen Reisen Menschen mit weitgehend ähnlichen Interessen zusammenkommen, klappt das nach meiner Erfahrung meist prima, es sei denn, man gerät an einen Dauerschnarcher.

Aus den Beispielen ist erkennbar, dass der Einzelzimmerzuschlag prozentual umso niedriger ist, je mehr eigene Leistungen des Veranstalters neben dem Zimmerpreis in den Reisepreis einfließen.

Grundsätzlich ist der Mehrpreis für ein Einzelzimmer in Form einer Pauschale berechtigt, soweit das Hotel im Vergleich zu einem doppelt genutzten Zimmer Mindereinnahmen hat. Wir müssen aber nicht hinnehmen, dass die besondere Situation Alleinreisender unverhältnismäßig ausgenutzt wird.

Das Einholen möglichst genauer Informationen im Reisebüro, eingehende Vergleiche der Kataloge, Anfragen direkt beim Hotel, im Internet und nicht zuletzt die Befragung anderer erfahrener Urlauber kann vor Übervorteilungen und Enttäuschungen bewahren.

In diesem Sinne: Viel Freude bei der nächsten Reise!

Text u. Foto: MAS



Früher glaubte man ...

*Früher glaubte man, dass man, wenn man **Bier** trinkt, einen dicken Bauch bekommt.*



Heute weiß man, dass Bier weniger Kalorien enthält als Wein, Sekt oder sogar Milch. Es macht allerdings Appetit. Das wissen die Betreiber von Bierzelten oder -hallen und bieten deswegen fetttriefende Schweinshaxen, Würste und Brathähnchen zum Bier an.

Wer derartigen Versuchungen widersteht und Bier mit Genuss aber mäßig trinkt, braucht sich um seine Figur keine Sorgen zu machen.

(Quelle: Jürgen Brater, Lexikon der unsinnigen Regeln) Kurzfassung FG

Früher war vieles besser ...

Natürlich stimmt diese Aussage nur sehr bedingt, aber anders war es schon und in gewisser Hinsicht auch menschlicher.

Gerne erinnere ich mich daran, wie unsere Nachbarschaft im Rumbachtal zueinander stand und sich half, wenn Not am Mann war. Ich sehe noch die lachenden Gesichter, wenn man nach Feierabend auf dem Dörpel saß und sich Dönekes von früher erzählte – zum größten Teil auf Mölmsch Platt.

Auch denke ich oft mit einem Schmunzeln an die vielen lustigen Geschichten, die mein Vater aus dem Kollegenkreis der „Ruhrthaler“ mit heimbrachte. Meine Mutter und ich warteten schon darauf, wenn er abends abgekämpft von der Arbeit kam. Erfundene Geschichten von Wim Dümpel und der „schwatte“ Weier waren immer im Gespräch.

Ja, auch meine Mutter war eine Frohnatur, immer zu Streichen aufgelegt. Hatte die Nachbarin gewaschen und die Wäsche zum Trock-

nen auf die Leine gehängt, passte meine Mutter einen unbewachten Augenblick ab, nahm Nadel und Faden und nähte ein Hosenbein zu oder einen Hemdärmel. Natürlich wussten die Nachbarn, wer das gemacht hatte – aber kein böses Wort, höchstens: Warte mal, demnächst bist Du dran.



Gerne „arbeitete“ sie auch mit Wäscheklammern. Die klemmte sie mit Vorliebe an meinen Mantelkragen oder an Omas Hut, da wippte die Klammer besonders lustig hin und her. Mutter hatte eine diebische Freude, wenn Oma mit der Klammer wieder aus der Stadt nach Hause kam und nichts gemerkt hatte.

Oder am 1. April: Meine Güte musste man da aufpassen, jeder trieb mit jedem seinen Schabernack.

Mutter meldete sich telefonisch bei wildfremden Leuten als Postangestellte. Man möge doch bitte einmal die Telefonschnur nachmessen. Wenn dann die Antwort kam, wurde geraten aufzupassen, damit diese im nächsten Jahr nicht länger sei.

Und gab es einmal Streit in der Nachbarschaft, wurde der intern beigelegt, man rannte nicht gleich zum Anwalt. Schon fast natürlich war, dass wir Jungen das Obst in Nachbars Garten holten, selbst wenn wir eigene Obstbäume hatten. Wurden wir erwischt, gab es ein paar „hinter die Löffel“. Erzählten wir das daheim, gab es die Löffelparade noch einmal. Vermutlich nicht, weil wir es getan hatten, sondern weil wir uns hatten erwischen lassen.

Ach was könnte ich noch alles erzählen ... aber Sie, liebe Leser, kennen das ja sicher auch noch von früher. Text: DS, Foto: Internet

Omas Tasche

2009 war wie immer Weltkinder-tag in der MüGa. Diesmal habe ich beim Weltladen mitgeholfen. Ich war von der großartigen Idee begeistert, große und kleine Einkaufstaschen aus einfachem Leinen von Kindern selbst bemalen zu lassen. Na, das war vielleicht ein Spaß und ein riesiges Gedränge. Ach, was haben sich die Kinder gefreut und auch die Mütter und sogar Omas machten mit. Ist das nicht toll? Auch ein kleiner vierjähriger Junge kam und wollte einen Fußball malen. Es klappte nicht so gut und ich sagte: „Vielleicht hilft dir dein Opa dabei.“ Er sah wirklich ein bisschen aus wie

ein Opa, etwas rundlich und grauhaarig. Aber er sagte prompt: „Was heißt hier Opa, ich bin der Papa!“ Dass ich mich 100 Mal entschuldigte, ist wohl klar und mir war es schrecklich peinlich. Aber der Papa konnte prima malen und zeichnete für seinen Sohn einen tollen Fußball. Und der Papa sagte zu ihm: „So, DER Ball schießt nur Tore.“ Dann meinte er gut gelaunt: „Jetzt zeichne ich für Sie mal eine Tasche.“ Er hatte mir also verziehen. Er malte einen Schaukelstuhl mit einer Oma und einen mit einem Opa, die in einem gemütlichen Zimmer sitzen, mit einer Katze auf dem Sofa



und Blumen am Fenster. „So, das ist jetzt Ihre Tasche!“ Und oben steht in Riesenschrift: „Omas Tasche“ und unten hat er hingeschrieben: „Von Franz, Tims Papa!“

Text und Foto: BB

Silbenrätsel

Am – ber – ca –
 de – du – dif – ei –
 ei – ein – eh – fa
 – fe – fe – fla –
 fort – gast – gel –
 gran – griff – heim
 – i – im – in – in
 – in – kla – ko –
 land – lei – li –
 me – mer – mu –
 n ä – ner – pel –
 ra – rau – rat – re
 – ren – rei – renz
 – sau – scha –
 schlau – se – so –
 tat – ter – ti – u –
 van – view – wohl
 – zopf

Die ersten und letzten Buchstaben von oben nach unten gelesen, ergeben einen Spruch von Wilhelm Busch.

1. Besonderer Besucher.....
2. Stacheltier.....
3. Die Anfangsbuchstaben von Nordpol und Ärger.....
4. japanisches Zahlenrätsel.....
5. Teil einer Frisur.....
6. Linderung.....
7. Insel
8. auf frischer Tat
9. Abweichung.....
10. Werbung.....
11. Gleichförmigkeit.....
12. andauernd.....
13. Befragung.....
14. Maulesel.....
15. fleckenlos.....
16. Lichtzeichenanlage.....
17. Filmfirma in Potsdam.....
18. clever.....
17. Operation.....
18. betrüblich.....
19. Wohnwagen.....
20. Wohnung.....
21. Prügelei.....
22. Annonce.....

Anmerkung: Einige Lösungswörter sind einsilbig

BB



Welche Begriffe verstecken sich hinter diesen Buchstaben?

(leicht) = AAUUBBLM

(schwer) = AAEICCHHMLNPSTT



Mülheim – älter als 1000 Jahre!

Als im Jahre 1093 der Gaugraf Bernher in Mülheim Gericht hielt, besiegelte er mit den Edlen von hier, den Brüdern Conradus, Waldgerus und Lambertus de Mühlenhem (Mülheim), Lambertus de Diumte (Dümpten), dessen Sohn Baldricus und Burkhardus de Bruiche (Broich) die Übertragung eines Hofes Dahl in der Honschaft Schuir an das Kloster Werden.

Sicher hat er dabei nicht an die historische Dimension des Augenblicks gedacht - ist dieser Eintrag im Klosterbuch Werden doch die erste Erwähnung der späteren Stadt Mülheim an der Ruhr.

Die Tatsache, dass Mülheim als Gerichtsort nachgewiesen wird, ist von großer Bedeutung, hebt es doch den Ort von den übrigen Ortschaften der Umgebung deutlich ab und bezeugt, dass hier schon länger eine Ansiedlung bestanden haben muss.

Der Mülheimer Hof lag vermutlich auf Höhe des heutigen Kirchenhügels und war mit einer Mauer umgeben. Denn der heutige Muhrenkamp bezeugt noch den „Alten Hof in den Mauern“. Ob früher hier eine Burg gestanden hat, ist nicht belegt.

Auch in der Umgebung gab es zunächst nur einzelne Hofstellen. Die ersten urkundlichen Erwähnungen von Ansiedlungen im Mülheimer Ruhrtal sind uns aus Menden bekannt. Zwischen 809 und 827 schenkte ein Mann namens Erpo dem Abt von Werden vier Morgen Mendener Land und 843 ließ er eine weitere Schenkung folgen. 836 schenkte Oddag von Menden ebenfalls Land an dieses Kloster.

Aus der Zeit um die Jahrtausendwende belegen weitere Urkunden Ansiedlungen in Styrum, Saarn, Speldorf, Raadt, Winkhausen und Mülheim.

Natürlich kann in diesem Zusammenhang noch nicht von Vororten gesprochen werden, handelt es sich doch zumeist um Einzelhöfe oder Bauernschaften, in denen die Höfe, oft an Bachläufen, weit verstreut lagen.



Selbst im Mittelalter reichte das Dorf Mülheim in etwa von der Adolfstraße bis zur Wallstraße und der Gracht.

Hier, an den Ausläufern des Bergischen Landes und dem Übergang zur Rhein-Tiefebene lag die viel genutzte Furt des Hellwegs durch die Ruhr. Zwischen Mülheim und Broich bestand einst eine breite Auen-Landschaft,

die sich nach heutigen Begriffen bis zur Eppinghofer Straße hinzog. Der Name Auerstraße erinnert noch daran.

Zudem war das walddreiche Gebiet von vielen Bächen durchflossen. Wie wir aus Bodenfunden wissen, zogen schon früh Jäger und Sammler durch dieses Gebiet und als die Menschen sesshaft wurden, bot es sich an, hier Höfe zu errichten.

Die Anfänge einer Schifffahrt auf der Ruhr werden ebenfalls durch Klosterurkunden aus dem Jahre 1033 bezeugt.

Wenn auch die Burg Broich erst 1188 urkundlich erwähnt wird, so ist nach Erkenntnissen der Ausgrabungen von 1965 davon auszugehen, dass dort schon um 850 eine Burganlage bestanden hat.

Man sieht: die Geschichte unserer Stadt birgt viele interessante Geschehnisse.

Die Stadtwerdung 1808 ist dabei zwar eine wichtige, aber nur kleine Randerscheinung.

Dieses Erbe zu bewahren, haben sich u.a. der Geschichtsverein und das Stadtarchiv Mülheim zur Aufgabe gemacht. Ihre interessanten Berichte und Vorträge wecken auch weiterhin unsere Neugier.

Text: DS, Quelle: Jahrbücher

heinrich-thöne



mülheim an der ruhr