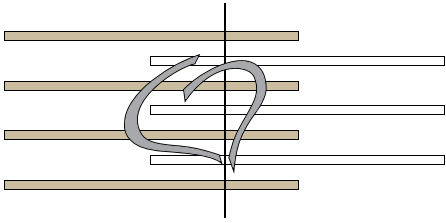


Das Magazin für Junggebliebene in Gelsenkirchen.

GENIOR

04/2019

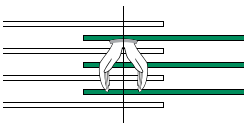
KOSTENFREI



St. Augustinus
Gelsenkirchen GmbH

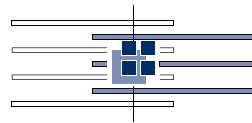
- **Wohnort.Nah**
- **Lebens.Wert**
- **Menschen.Würdig**

Unsere Senioreneinrichtungen in Gelsenkirchen



St. Augustinus
Heime GmbH

St. Vinzenz-Haus
Pflege- und Betreuungseinrichtung
Kirchstraße 32
45879 Gelsenkirchen
Telefon 0209 170040
info@sanktvinzenz.eu



Elisabeth-Stift GmbH

Alten- und Pflegeheim St. Josef
St. Barbara-Straße 5
458941 Gelsenkirchen
Telefon 0209 7099-0
info@altenheim-stjosef.eu



**Seniorenzentrum
St. Hedwig**
Ahornstraße 33
45892 Gelsenkirchen
Telefon 0209 704-201
info@kkel.de

Inhaltsverzeichnis

Titel:	Seite:	Titel:	Seite:
ZWAR in Gefahr	4	Gereimtes	16, 22
Wasser in verschiedenen Formen	6-26	Rätsel (und Lösungen)	53-54 (58)
Wissenswertes Berichte ...	28-32, 36, 42, 44, 45, 49, 51	Buchbesprechung	52, 53, 57-58
Überregionale Veranstaltungen	38, 40, 47, 48	Einzeltermine	14-15
Aus Ortsteilen und Verbänden	33, 34	Terminkalender	59-62
Geschichten aus dem Leben	41, 44, 46, 50		

Impressum:

Herausgeber: Stadt Gelsenkirchen, Volkshochschule, Ebertstr. 19, 45879 Gelsenkirchen
Redaktion: Volkshochschulkurse: 50plus aktiv und GE-nior-Redaktion, e-Mail: werner.rothmann@web.de · ZWAR-Gruppen: Beckhausen, Bismarck, Bulmke, Hassel/Bülse, Neustadt/Ückendorf, Schalke, Buer, Erle, Horst/Heßler, Resse/Resser-Mark, Altstadt/Rotthausen/Feldmark, Bismarck/Bulmke/Hüllen, GE-Nord (türkischsprachig), GE-Süd (türkischsprachig) · Projektwerkstatt 50plus · Seniorenbeirat der Stadt Gelsenkirchen
Anzeigen: achim schrecklein verlag - druck&graphik, postallee 41, 45964 gladbeck, Tel. o 20 43 – 48 39-0, e-Mail: info@druck-graphik.de
Layout/Satz/Druck: achim schrecklein verlag - druck&graphik, postallee 41, 45964 gladbeck, Tel. o 20 43 – 48 39-0, e-Mail: info@druck-graphik.de
Erscheinungsweise: 3 mal jährlich · April | August | Dezember

Hinweis zum Titelbild:

Das Foto ist passend zu unserem Hauptthema Wasser, zu dem wir im Inneren des Magazins etliche unterschiedliche Artikel zusammengestellt haben.

Es zeigt die Wasserfontäne mit Regenbogenfarben im Kaisergarten im Nachbarort Oberhausen bei herrlichem Sonnenschein im Februar 2019.

Foto: Werner Rothmann

TRAUERANZEIGE

Die Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter, der Senioren- und Behindertenbeauftragte der Stadt Gelsenkirchen, die Mitglieder des Generationennetz Gelsenkirchen e.V. und alle, die ihn kannten, trauern um Manfred Swars.

Manfred Swars

27. August 1946 – 6. März 2019

Manfred war SeNa der ersten Stunde. In seinem Engagement als Seniorenvertreter/Nachbarschaftsstifter brachte er seine guten Kenntnisse über die Möglichkeiten und Rechte für schwerbehinderte Menschen in Gelsenkirchen mit ein.

„Manni“, so wie ihn seine Freunde nannten, beteiligte sich gerne an gemeinschaftlichen Aktivitäten und sorgte mit seiner freundlichen Art für eine offene Gesprächsatmosphäre.

Wir vermissen ihn.



ZWAR in Gefahr!

Die Landesregierung will Ende 2019 die Gelder für die ZWAR-Zentralstelle einsparen. Das sind etwa 500.000 Euro pro Jahr. Diese Zentralstelle hat z.B. wesentlich geholfen bei der Gründung und Betreuung der mittlerweile 19 selbstorganisierten Gruppen in Gelsenkirchen mit ihren über 100 Interessengruppen und mehr als 1 000 „Mitgliedern“, besser Beteiligten. Denn Mitgliedschaft, Mitgliedsbeiträge und Vorstände gibt es bei ZWAR nicht. (Näheres zu ZWAR Gelsenkirchen unter www.zwar-gelsenkirchen.de)

ZWAR heißt „Zwischen Arbeit und Ruhestand“ und wurde vor 40 Jahren ins Leben gerufen, als die Stahlwerke und letzten Gruben dicht machten und viele Arbeiter zu früh in die Rente geschickt wurden und oft mit der gewonnenen freien Zeit nichts Rechtes anzufangen wussten. Das Thema ist heute durch, aber für Ältere stellt sich doch immer wieder die Frage, wie kann ich (kostengünstig)

meine freie Zeit gestalten, wie finde ich Gleichgesinnte, wie entgehe ich der Isolation – gerade wenn ich Freunde oder gar Partner/in verliere, wenn die sozialen Kontakte beim Ausscheiden aus dem Betrieb wegbrechen.

Die ZWAR-Gruppen sind Netzwerke für ein selbstbestimmtes Leben Älterer, für die Entdeckung und Förderung der eigenen Interessen, gegen Vereinsamung, für Engagement und Nachbarschaft und wirken somit präventiv gegen frühzeitige Hilfs- und Pflegebedürftigkeit und Depression. ZWAR die Luft abzdrehen, wie es NRW-Minister Laumann vorhat, ist in jeder Hinsicht kurzsichtig. Für relativ wenig Geld werden bei ZWAR Strukturen aufgebaut, die sich weitgehend selbst tragen und vielfältigen Ertrag bringen für die Gesundheitsvorsorge Älterer, für die Stabilität von Stadtvierteln und die Gewinnung von ehrenamtlich Engagierten.

Das hat auch die Stadtverwaltung Gelsenkirchen frühzeitig erkannt. Oberbürgermeister Baranowski war bei den meisten Gründungsver-sammlungen anwesend und hat die Entwicklung immer wohlwollend begleitet. Er wird sich auch dafür stark machen, dass die ZWAR-Städte gegen die ministerialen Absichten mobil machen. Alle, denen gutes Altern am Herzen liegt, sollten sich nicht abfinden mit der Absicht, ZWAR abzustellen. Dazu gibt es die Möglichkeit, eine Petition zu unterschreiben, die an verschiedenen Stellen ausliegt und auch online unterschrieben werden kann:

<https://www.openpetition.de/petition/online/ruecknahme-der-streichung-der-foerderung-der-zwar-zentralstelle-nrw-durch-das-land-nrw>

W. Reckert

Projektwerkstatt 50plus,
ZWAR-Gruppe Buer



ZWARlerinnen beim Nachbarschaftsfest Buer

Foto: Ewering

Ihr privater Gesundheits- und Pflegedienst für ganz Gelsenkirchen



- Ambulante Pflege Tag und Nacht
- 24-Stunden-Pflege-Notruf
- Tagespflege
- Demenz-Wohngemeinschaften
- Ambulant Betreutes Wohnen
- Servicewohnen
- Hauswirtschaftliche Hilfe
- Essen auf Rädern
- Pflegeberatung
- Beratungsbesuche für Pflegegeld-Bezieher

APD Ambulante Pflegedienste Gelsenkirchen GmbH

Pastoratstraße 1
45879 Gelsenkirchen

Tel. 0800 9230500 (gebührenfrei)
Fax 0800 9230520 (gebührenfrei)

info@apd.de
www.apd.de



WASSER

ermöglicht unterschiedliche Betrachtungsweisen

Die Einen denken dabei an ein Element aus der Esoterik oder an Sternzeichen. Für sie ist das Element Wasser das stärkste Element, denn Wasser macht, was es will. Es ist eine der mächtigsten Naturgewalten und hat enorme Zerstörungskraft. Gleichzeitig ist Wasser die

Grundlage allen Lebens auf der Erde. Andere sehen die technischen und wirtschaftlichen Möglichkeiten der Nutzung und Gewinnmaximierung, während wir als Redaktionsteam noch andere Aspekte der Wassernutzung und -anwendung betrachten wollten. Auf den nachfolgenden

Seiten finden Sie, was wir oder Andere über Wasser zu Papier gebracht haben und hoffen, dass Sie genauso viel Spaß beim Lesen haben, wie wir bei der Zusammenstellung der Beiträge.

Redaktionsteam

TRINKWASSER

eines der meistkontrollierten Lebensmittel der heutigen Zeit

Solange die Menschheit besteht, ist Süßwasser-Trinkwasser der Ursprung unseres täglichen Lebens. Die Qualität des Wassers wird heute durch Normung und Hygieneparameter gesetzlich auch über das Bundesseuchengesetz geregelt.

So hat sich im Laufe der Zeit, um diese Kriterien zu erfüllen, die sogenannte Wasseraufbereitung durchgesetzt. Das heißt, dass Wasser - je nach Verwendungszweck - eine gewisse Aufbereitungsstufe durchlaufen muss. Dieses fängt mit der Filtration über Kiesbett, Nanofiltration, Ultrafiltration, Ionen- und Kationenfiter bis zur Osmose an. Leider kann es passieren, dass man auch mit

zugelassenen Wasseraufbereitungsmitteln eine Zudosierung mengenproportional durchführen muss, um die gesetzlichen Parameter zu erreichen. Diese Vorgaben sind in der TWVO (Trinkwasserverordnung) genau definiert und richten sich immer nach der Rohwasseranalyse und nach Art der Verwendung des benötigten Wassers.

Kommen wir wieder auf unser Trinkwasser zurück. Unsere Versorger, die diesen Normen und Vorschriften unterliegen, haben also die Pflicht, ihr Wasser - unser Trinkwasser - in ihrem Leitungssystem uns bis zum Eingang „Hausanschluss/Wassermuhr“ in dieser Qualität zu liefern.

Diese Qualität überwacht das Hygieneinstitut als amtliche Stelle, trotz der eigenen Wasserproben, die der Versorger selbst erstellt. So ist immer gewährleistet, dass unser Trinkwasser unserem hohen Lebensmittelstandard entspricht.

Bei DIN-gerechter Hausinstallation ist es also möglich, unser Trinkwasser jederzeit als eines der reinsten Lebensmittel zu schätzen und zu genießen. Diese Grundlage gilt natürlich bisher nur im gesamten europäischen Raum und leider nicht weltweit.

Uli Pesch

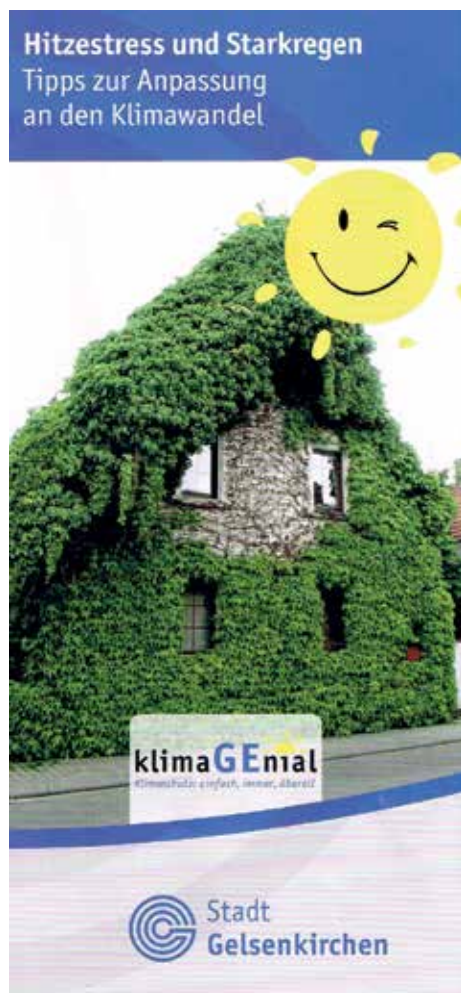
ZWAR Neustadt/Ückendorf
Redaktionsmitglied



Das Wasserwerk in Haltern wird von Gelsenkirchener Senioren besichtigt

„Trinken Sie stündlich ein Glas Wasser“

Mit dieser Aufforderung beginnen die Autoren vom Referat Umwelt (Stadt Gelsenkirchen) ihre Aufzählung von Hilfsmaßnahmen, die wir bei großer Hitze ergreifen können oder sollen, veröffentlicht in dem Flyer „Hitzestress und Starkregen – Tipps zur Anpassung an den Klimawandel“. In der Broschüre werden die BürgerInnen der Stadt dazu aufgefordert, z.B. für mehr Grün in der Stadt zu sorgen, ihren Wohnraum gegen Hitze und Starkregen zu schützen und nicht zuletzt auf sich selbst in Hitzeperioden zu achten.



Da wir vom Seniorenzeitungsteam uns mit dem Thema Wasser und damit auch mit Trinkwasser auseinandergesetzt haben, ist uns dieser Satz „Trinken Sie stündlich ein Glas Wasser“ sofort aufgefallen, und wir haben uns weiter gefragt: Welches Wasser? Mineralwasser aus Plastik-

oder Glasflaschen, Trinkwasser aus der Wasserleitung?

Wasserversorger, Umweltschützer und Kommunen lassen seit Jahren verlauten, dass unser Trinkwasser/Leitungswasser das am besten überprüfte Wasser ist und darüber hinaus gesund, preiswert, umweltschonend (da es keiner Produktion von Plastikflaschen oder Glasflaschen bedarf, kein Transport nötig ist), köstlich erfrischend und immer da!!!!!!

Nun ist es ein Leichtes, im eigenen Haushalt auf Leitungswasser umzusteigen, was viele von uns schon seit Langem tun, denn man spart Geld, Zeit und Anstrengung, das Mineralwasser zu beschaffen. Was aber macht man, wenn man unterwegs ist und in einem heißen Sommer wie dem letzten nicht literweise Wasser mit sich herumschleppen will? Wir haben uns erkundigt, im Internet, bei Gelsenwasser und beim Referat Umwelt der Stadt, wo wir unterwegs unsere Wasserflaschen oder Trinkbecher auffüllen können.

Im Internet haben wir herausgefunden, dass es in einigen Städten



sogenannte öffentliche Trinkwasserbrunnen oder -anlagen gibt, beispielsweise in Bochum acht, in Dortmund ca. 20 und in Berlin 60 – und sie scheinen vielerorts im Kommen zu sein.

Eine Nachfrage bei Gelsenwasser hat ergeben, dass keine solche Anlage in Gelsenkirchen von dort betrieben werde, sie seien jedoch bemüht, Trinkwasserspender nicht im öffentlichen Raum, sondern in Firmen, Praxen und Geschäften zu fördern. Diese Trinkwasserspender gibt es ja auch tatsächlich schon in einigen Geschäften zu sehen.

Bei einer Nachfrage beim Referat Umwelt sind wir erfreulicherweise auf offene Ohren gestoßen: Auch dort wurde bei der Erstellung obengenannter Broschüre festgestellt, dass öffentlich zugängliche Trinkwasseranlagen in Gelsenkirchen rar gesät sind. Eine einzige befindet sich vor dem Gebäude des Referat Umwelt in Buer (im Übrigen von Gelsenwasser vor Jahren an die Stadt übergeben). So hat man sich laut Referat Umwelt dazu entschlossen, das Thema Trinkwasserbrunnen im Rahmen der Zukunftsinitiative „Wasser in der Stadt von morgen“ (www.wasser-in-der-stadt-von-morgen.de) mit in die Aufgaben der Stadt zur Klimaanpassung aufzunehmen. Es besteht also die Hoffnung, dass sich dort etwas bewegt. Wäre es nicht schön, wenn für unsere neuen Plätze im Zentrum auch an Trinkwasserbrunnen gedacht würde? Geklärt werden müssten, so wurde mir gesagt, jedoch im Vorhinein Fragen wie Anschlussmöglichkeit, Unterhaltung, Pflege und Ausschreibung zum Bau solcher Anlagen.

Wünschenswert erscheint es uns darüber hinaus jedoch, wenn auch in anderen Bereichen wie öffentlichen Gebäuden, Bahnhöfen, Schulen, großen Firmen und Geschäften an

Trinkwasseranlagen gedacht würde, die Einsparung an Plastikflaschen und -bechern könnte groß sein. Eine Initiative in Berlin, gefördert vom Bundesumweltamt, macht es vor: „atip:tap“ (Was so viel bedeutet wie „Ein Tipp: Leitungswasser“). Sie unterstützt und fördert Schulen darin, durch Projekte, z.B. im Sozialkundeunterricht, diese Anlagen im Schulleben zu verankern. Schüler und Schülerinnen werden durch Planung und Aufstellung einer solchen Anlage dazu motiviert, statt Süßgetränke aus Plastikflaschen Trinkwasser in eigene Gefäße zu zapfen. Hier ein Beispiel einer Anlage:

Die Initiative unterstützt auch den Aufbau von öffentlichen Trinkwas-



serbrunnen im „Kiez“ zusätzlich zu den vorhandenen 60 in Berlin, auch anderen Kommunen wie zum Beispiel in Schleswig-Holstein steht sie beratend zur Seite.

Das Redaktionsteam wird auf jeden Fall am Ball bleiben und sich zu gegebener Zeit bei Gelsenwasser und Referat Umwelt nach Entwicklungen in dieser Frage erkundigen.

Ruth Raeder
50plus aktiv

WASSER, SEEN UND WANDERWEGE



In den letzten Monaten war uns der Wettergott wohl nicht besonders gut gesonnen. Nach dem langen, superheißen Sommer folgten Wochen mit Sturm, Regen, Schneematsch und Graupelschauern, also alles nicht geeignet für lange Wanderungen und Spaziergänge. Daher nutzte ich kürzlich einen sonnigen und regenlosen Tag, einen Ausflug zum Berger See zu machen.

Herrlich, den See zu umrunden und den schönen Ausblick zu genießen. Bäume, Sträucher, Wolken und Sonne spiegeln sich im Wasser wider. Er ist abwechslungsreich, der Rundgang um den See, erquickend für Augen und Seele. Etliche Leute waren mit Kind, Hund, auf Fahrrädern oder joggenderweise unterwegs, um frische Luft zu tanken.

Der Berger See, der 1930 aufgestaut

wurde, ist mit einer Länge von ca. 600 Metern und einer Breite von ca. 300 Metern die größte Wasserfläche in Gelsenkirchen. Mit dem Bootsverleih und der nebenliegenden großen Spielwiese sowie dem Kinderspielplatz ist er ein attraktiver Anziehungspunkt für Familien, Ausflügler und Erholungssuchende. Seit fast 50 Jahren findet in den Berger Anlagen das weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannte und beliebte Sommerfest Schloss Berge mit einem Höhenfeuerwerk über dem Berger See statt.

Wer seine Wanderungen und Spaziergänge gerne am Wasser unternimmt, hat in unserer Stadt noch etliche weitere Möglichkeiten. Nicht weit vom Berger See entfernt gibt es den nur unwesentlich kleineren Ewaldsee. Das im Zuge des

Autobahnbaus entstandene - von naturnahen Wäldern umgebene - Stillgewässer bietet mit der darin befindlichen Insel zahlreichen Pflanzen und Tieren einen optimalen Lebensraum, darunter einer Vielzahl von verschiedenen Wasservogelarten, auch potenziell gefährdete Arten wie die Reiherente und der Haubentaucher. Bis zur Schließung der Zeche Ewald diente er als Kühlwasser-Reservoir.

In unmittelbarer Nähe der ZOOM-Erlebniswelt wächst im Bereich des alten Kohlehafens Graf Bismarck zwischen direkt angrenzenden Waldflächen im Süden und dem Rhein-Herne-Kanal im Norden das Stadtquartier „Graf Bismarck“. Am Kanal entlang entsteht eine Freizeitzone, die schon jetzt erlebbar ist. In Verbindung mit der futuristischen



Der medizinische Standort Bergmannsheil Buer blickt auf eine über 85-jährige Tradition zurück, die von medizinischen Innovationen und der Fürsorge für unsere Patienten geprägt ist. In optimalen Strukturen mit engagierten Mitarbeitern das Beste für unsere Patienten zu erreichen, ist gestern wie heute unser erklärte Ziel.

In den zehn Fachabteilungen des Krankenhauses und der orthopädischen Rehabilitationsklinik werden jährlich über 20.000 Patienten stationär und 42.000 Patienten ambulant behandelt.

Die Kliniken sind mehrfach für ihr Qualitätsmanagement ausgezeichnet worden und als überregionales Traumazentrum zertifiziert. Wir wollen, dass sich unsere Patienten als Gäste wohl fühlen und motiviert den Weg zu Genesung und Erholung beschreiten.



45894 Gelsenkirchen • Schernerweg 4
Tel. 0209 59002-0 • Fax 0209 5902-591
Email: info@bergmannsheil-buer.de
www.bergmannsheil-buer.de



45894 Gelsenkirchen • Adenauerallee 32
Tel. 0209 5902-100 • Fax 0209 5902-101
Email: gesund@reha-am-see.de
www.reha-am-see.de

PR -Text-

Hernien endoskopisch operieren

Bauchwandbrüche, auch Hernien genannt, treten nicht so selten auf. Alleine in Deutschland werden jährlich rund 178.000 Leistenbrüche operiert und die Anzahl der Bauchwandbrüche ist nur wenig geringer. „Für Leisten-, Nabel und Narbenbrüchen gibt es eine Vielzahl von Operationstechniken. Welche OP-Methode sinnvoll ist, hängt von Lage und Größe der Hernie ab, aber auch vom Alter eines Patienten und seinen möglichen Nebenerkrankungen“, sagt Privat-Dozent Dr. Markus Utech, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Bergmannsheil Buer. Hier wird in der Regel minimal-invasiv mit einem endoskopischen Verfahren operiert - ein schonendes Verfahren, das den meisten Patienten die schnellere Rückkehr in den Alltag ermöglicht.

Hernien-Experte Utech rät den Betroffenen, bei Beschwerden mit der Operation nicht zu lange zu warten – sie ist zumeist unumgänglich: „Der Leistenbruch ist in den meisten Fällen ungefährlich. Doch es kann zu Komplikationen kommen, wenn zum Beispiel Teile des Darms in der Bruchpforte eingeklemmt werden.“



Priv-Doz. Dr. med. Markus Utech

Das Bergmannsheil Buer ist mit dem Siegel „Qualitätsgesicherte Hernienchirurgie“ ausgezeichnet und nimmt an einer langjährigen Studie zur Qualitätssicherung teil.

Kontakt:

Bergmannsheil Buer
Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie
Priv-Doz. Dr. med. Markus Utech
Tel 0209 5902-374
allgemeinchirurgie@bergmannsheil-buer.de
www.bergmannsheil-buer.de

Fußgängerbrücke über der Einfahrt zur Marina, in der es 80 Anlegeplätze für Freizeitkapitäne geben wird, ist der Bereich mit bereits entstandenen Restaurationen gut zu erkunden. Ein Fahrgastschiffanleger verschafft Ausflugsschiffen des Rhein-Herne-Kanals einen direkten Anschlusspunkt an das Gelände. Nur einige Kilometer weiter auf dem Kanal in westliche Richtung gelangt man zum Nordsternpark. Dieser Park ist ein beliebtes Ziel für Entspannung und Freizeitspaß direkt am Kanal. Neben Wanderungen und Fahrrad-

fahrten besteht hier die Möglichkeit für Kinder, sich an dem großzügigen (Wasser-) Spielplatz zu vergnügen. Eine am Rhein-Herne-Kanal gelegene Freilichtbühne ist vornehmlich im Frühjahr und Sommer regelmäßig Schauplatz für Open-Air-Konzerte. Vor der imposanten Kulisse des Parks kann man wilde Rockkonzerte, stimmungsvolle Klassik und Events zur ExtraSchicht erleben. Dann gibt es noch in den Parks der verschiedenen Stadtteile Gelsenkirchens unterschiedlich große Wasserflächen, die teilweise mit



Wasserfontänen ausgestattet sind. Beispielhaft zu nennen sind: Buercher Stadtwald, Berger Schloss-
teich, Bulmker Park, Stadtgarten, Revierpark, Von-Wedelstaedt-Park und Lohmühlenteich. In Gelsenkirchen ist zu dem Überschrift-Thema viel zu erkunden, man muss sich nur auf den Weg machen.

Marlis Rothmann
Redaktionsmitglied

„WASSER“ANWENDUNGEN

Kapitän Petersen begrüßt seine neuen Gäste. „Ich heiße sie herzlich willkommen auf meinem Schiff. Ja liebe Gäste, man braucht nur eine Handbreit **Wasser** unterm Kiel, und schon geht es los. Nun möchte ich Ihnen meine Mannschaft vorstellen:

Hier rechts neben mir, der lange Blonde mit den schönen blauen Augen, das ist Jan. Jan ist ein Stiller, er redet nur, wenn er will. Nun, bekanntlich sind stille **Wasser** tief. Neben Jan steht Tom, da passen Sie auf. Tom ist mit allen **Wassern** gewaschen, trotzdem ist Tom ein echter Seebär“, meint der Kapitän.

„Nun kommen wir zu dem Kleinen hier, das ist Friedel. Manchmal ist Friedel sehr nahe am **Wasser** gebaut. Er hat Heimweh, aber es wird langsam immer besser. Die zwei mit den blauen Mützen, das sind Lars und Pit. Sie sind Brüder und meist wie Feuer und **Wasser**. Doch sollte es mal dicke kommen, dann halten sie zusammen wie Pech und Schwefel, denn Blut ist dicker als Wasser.“

Da lacht der Kapitän: „Der Seemann, der dort an der Reling steht und aussieht wie ein Schluck **Wasser** in der Kurve, ja, das ist Kurt. Kurt fühlt sich immer wohl, wie ein Fisch im **Was-**

ser, nur gestern, da hat er zu tief ins Glas geguckt.

Meine lieben Gäste, befolgen sie immer die Anweisungen meiner Mannschaft, denn wir möchten nicht, dass jemand über Bord geht. Sie wissen ja, dass **Wasser** keine Balken hat. Somit wünsche ich Ihnen einen tollen Aufenthalt und viel Spaß auf meinem Schiff. Also, Leinen los und mit voller Kraft voraus, Herr Steuermann.“

Edelgard Sochaczewski
Redaktionsmitglied

BRUNNEN

Der Brunnen ist eine Anlage zur Förderung von Grundwasser und uferfiltriertem Wasser.

Schachtbrunnen sind kreisrunde oder betonierte Schächte, die bis in die wasserführende Schicht abgesenkt werden. Das Wasser wurde früher mit Schöpfeimer oder Haspelrad gehoben.

Bei noch älteren Anlagen wurde das Wasser durch einen langarmigen Hebel mit Schöpfgefäß (Ziehbrunnen) gehoben, oder es wird gepumpt. Dabei wird eine Pumpe mit darunter hängendem Saugrohr und Saugkorb in den Schacht eingebaut und durch ein Gestänge betätigt, das zum Pumpschwengel führt. Dieser ist an dem über den oberen Brunnenende stehenden Auslaufständer befestigt.

Heute werden meistens die Rohrbrunnen (Bohrbrunnen) gebaut. Wir benutzen diese Brunnen kaum noch

als Trinkwasserbrunnen. Wir haben ja ein gut funktionierendes Trinkwassernetz.

Bei uns in Gelsenkirchen ist es auch möglich, einen Brunnen zur Bewässerung zu bauen.

Der Antragsteller muss Eigentümer des Grundstücks sein oder eine Vollmacht des Eigentümers vorlegen. Unter Umständen muss die Entnahme von Grundwasser genehmigt werden. Für Brunnen können Anträge beim Referat Umwelt gestellt werden. Eine geologische Untersuchung ist bei manchen Brunnen nötig.

Für den Bau eines Brunnens gibt es extra Bohrer, die Erdbohrer. Das Brunnenbohrgerät kann man mit Muskelkraft oder auch elektrisch betreiben. Neben dem Bohrer benötigt man noch eine Kiespumpe oder Plunsche (Ventilbohrer). Das ist ein offenes Stahlrohr. Es füllt sich mit

Sand, wenn man es auf den Grund der Bohrung herabfallen lässt. Zieht man es dann mit Schwung nach oben, verschließt sich das Rohr unten mit einem Klappdeckel. Somit kann man den Inhalt nach oben ziehen. Die Plunsche muss aber jedes Mal entleert werden, das heißt, die Erde, die sich darin befindet, wird entfernt.

Die untere Bodenschutzbehörde der Stadt führt bereits seit mehr als 10 Jahren ein Grundwasserkataster. Es werden im gesamten Stadtgebiet in regelmäßigen Abständen die Grundwasserstände gemessen. Dadurch kann man auch mögliche Belastungen des Grundwassers feststellen. Natürlich gibt es nicht nur diese Brunnen, sondern Gelsenkirchen hat auch viele schöne Springbrunnen.

Renate Janowitz
50plus aktiv

Tipp: Anzeige vorlegen
und zum Brunch ein Glas
Sekt gratis erhalten.

MARITIM
Hotel Gelsenkirchen



Für Leib und Seele genau das Richtige!

Schlemmen Sie im Parkrestaurant mit tollem Blick auf den Stadtgarten! Zum Beispiel mit unseren **täglich wechselnden Mittagsgesamten** von 12 bis 14.30 Uhr, bei denen saisonale Köstlichkeiten ab 6,50 € gereicht werden. Zum **traditionellen Familienbrunch** laden wir jeden Sonntag von 12 bis 14.30 Uhr. Schon ab 27 € pro Person bedienen Sie sich von unserem reichhaltigen Buffet. Für einen kleineren Rahmen trommeln Sie die Verwandten zusammen und **feiern bei uns ab 10 Personen**.

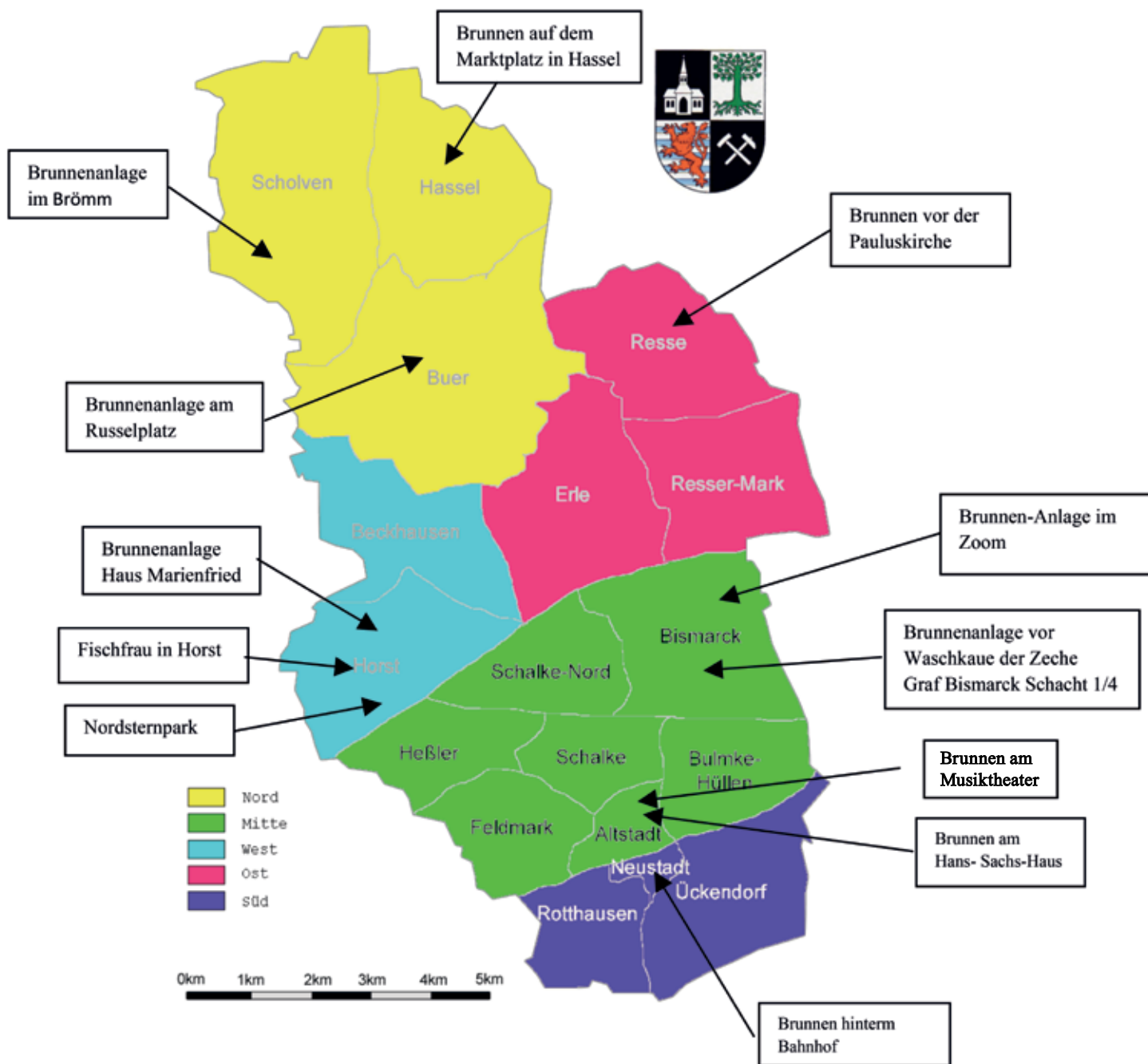
Und da es zur warmen Jahreszeit nichts Schöneres gibt, als gemütlich beisammen zu sitzen und **bei leckeren Speisen die Sonne zu genießen**, eröffnet unser Pub die Terrassensaison.

Maritim Hotel Gelsenkirchen · Am Stadtgarten 1 · 45879 Gelsenkirchen
Telefon 0209 176-2030 · info.sge@maritim.de · www.maritim.de

Betriebsstätte der Maritim Hotelgesellschaft mbH · Herforder Straße 2 · 32105 Bad Salzuflen

BRUNNEN IN GELSENKIRCHEN

B/upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/e/e7/Karte_Gelsenkirchen_Stadtbezirke.png



Leider konnten wir keine aktuellen Fotos von den Brunnen-Anlagen hinzufügen, da diese jahreszeitbedingt noch nicht in Betrieb genommen wurden.

Jürgen Gollnick
Redaktionsmitglied

erwin pfeil

Bestattungsinstitut seit 1928

Individuelle **Beratung** führt
zu **individuellen** Preisen.

Wir sprechen ganz offen darüber.

Sie entscheiden
in welchem Umfang.

ERWIN PFEIL GMBH
HAUPTSTRASSE 73 - 45879 GELSENKIRCHEN

TEL. 02 09/23 63 3

www.erwin-pfeilbestattungen.de

Hof Holz
Leben gemeinsam erleben



Leben gemeinsam erleben.

Frühstück • Mittagstisch • Kaffee & Kuchen • Abendessen
Für jede Generation.



Holz Betriebsgesellschaft gGmbH, Braukämperstraße 80, 45899 Gelsenkirchen
Di. – Do. 9 – 18 Uhr Freitag/Samstag und Sonntag bis 22.00 Uhr Küche
Tel.: 0209/408 583 00 Fax: 0209/408 583 029 E-Mail: info@hof-holz.com

Hof Holz
Leben gemeinsam erleben



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband Gelsenkirchen e.V.



JACKE wie HOSE
Der DRK-Kleidershop

Start in den Frühling mit frischer Mode !

Erfreuen Sie sich an
unserem Frühlings-
sortiment und tollen
Jubiläumsangeboten.
Wir freuen uns auf Sie!

**125
Jahre**
Deutsches
Rotes
Kreuz
Kreisverband Gelsenkirchen e.V.

Die DRK-Kleidershops „Jacke wie Hose“

Crangerstraße 267 - 45891 Gelsenkirchen - Erle & Ahstr. 7 - 45879 Gelsenkirchen - Altstadt
0209 9 83 83-0 - info@drk-ge.de - www.drk-ge.de

DIE KÖTTELBECKE

Wenn ich im Internet bei WIKIPEDIA das Wort „Köttelbecke“ eingebe, komme ich zu folgender Erklärung: „Köttelbecke“ ist im Ruhrgebiet eine umgangssprachliche Bezeichnung für ein kleines, ehemals natürliches, aber heute stark kanalisiertes Fließgewässer, das für die Abwasserentsorgung von Industrie, Bergbau und Kommunen verwendet wurde und wird. Die ruhrdeutsche Bezeichnung setzt sich aus den Begriffen „Köttel“, eine umgangssprachliche Bezeichnung für Kot (auch gebräuchlich in der Form Hundeköttel, Hasenköttel) und Becke, eine häufige verwandte, aus dem Niederdeutschen stammende Bezeichnung für Bach, zusammen.

Zu aktiven Zeiten des Bergbaus gab es keine Alternativen zu dieser Form der offenen Abwasserentsorgung, da unterirdische Kanäle ebenso wie Bachkanäle bedingt durch Bergschä-

den regelmäßig abgesunken beziehungsweise beschädigt worden wären.

„Köttelbecken“ gab es in fast allen Ruhrgebietsstädten zwischen Duisburg und Dortmund und darüber hi-

naus, eben dort wo auch Bergwerke waren. In Gelsenkirchen war es z. B. der Hüller Bach, der Sellmannsbach, der Schwarzbach in der Neustadt oder der Springebach in Erle.

Aus ökologischen Gründen wird seit



Konzert

So. 07. Juli 2019, 17.00 Uhr,
Schloss Horst, Turfstr. 21
45899 Gelsenkirchen



**„Ein Sommernachtstraum –
der Traum von der wahren Liebe“**

2. Westfälisches Schlosskonzert 2019
mit caterva musica

Eintritt: 16,00 Euro im VVK,
18,00 Euro an der Abendkasse
13,00 Euro (Schwerbehinderte/
Mitglieder C M)

**Reservierungen bei
Frau Lieberoth,
Schloss Horst,
Tel.: 0209 1696159**



Consol Theater

Do. 23.05.2019, 19.00 Uhr
**DENN SIE WISSEN NICHT,
WAS SIE GLEICH SPIELN**

Kurze oder lange Szenen, lustig
oder dramatisch, aber immer
aus dem Moment heraus ge-
spielt.

Improtheater mit den
Random Scenes

Sa. 13.07. bis So.21.07.2019
EUROPEFICTION-CAMP IN GE

Eröffnungsprogramm des
Gelsenkirchener Erzählfrühlings 2019
Geschichten und Wortakrobatik für
Erwachsene

5 Theater im Ruhrgebiet gehen eine bilaterale
Kooperation mit 4 Theatern aus anderen euro-
päischen Ländern ein und zeigen welche The-
men sie theatral bearbeitet haben.

Consol Theater
Bismarckstr. 240, GE (45889)



einigen Jahren versucht, diese Art der oberflächigen Abwasserentsorgung zu beenden, da die kanalisierten Fließgewässer aus Sicherheitsgründen eingezäunt werden müssen, oft für starke Geruchsbelästigungen ursächlich und bei Kontakt gesundheitsgefährdend sind. Nicht zuletzt wird eine Renaturierung auch aus ästhetischen Gründen der Umfeldverbesserung angestrebt. Bergsenkungen und andere Gegebenheiten erschweren diese Bemühungen. Die Emscher wird aktuell im Rahmen des Projekts „Umbau des Emschersystems“ (Darüber werden wir an anderer Stelle schreiben) verändert. Die klassische Köttelbecke soll bis etwa 2020 aus dem Landschaftsbild des Ruhrgebiets verschwunden sein. In meiner Jugend gab es „die Köttelbecke“ in Gelsenkirchen-Bulmke. Sie floss quer durch den Bulmker Park und hatte für uns keinen anderen Namen. Heute weiß ich, dass es der Sellmannsbach ist. Wir Jugendlichen hatten Respekt vor den weichen Rückständen in diesem Rinnsal mit

dem vielsagenden Namen „Köttelbecke“ und hüteten uns davor, da reinzufallen. Natürlich ist es irgendwann doch mal passiert. Friedhelm Wessel, ein Ruhrgebiets-Autor, aus Oberhausen stammend und jetzt in Castrop-Rauxel lebend,

hat einem seiner Bücher, erschienen 2015, den Titel gegeben: „Unsere allerschönste Ecke, die Halde an der Köttelbecke“.

Hans-Günter Iwannek
Redaktionsmitglied



Ausstellung

Vernissage am

Sa. 27. April 2019, 18 Uhr,
danach samstags
14 – 17 Uhr

Fotodokumentation:

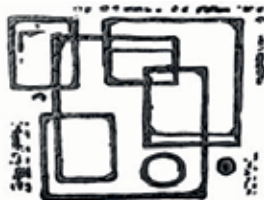
**Türkische Parallel-
gesellschaft in GE**

Dieter Grundmann hat die Entwicklung türkischen Lebens in Gelsenkirchen dem Leben in Istanbul gegenübergestellt



geöffnet: Samstag von 14.00 – 17.00 Uhr
oder nach Vereinbarung

KUNSTKIOSK · 45894 GE, Nordring 33
Telefon 0209 - 9332929



**KUNST
KIOSK**

Kulturraum

„die flora“

So. 12.05.2019, 16.00 Uhr

„Die Halqa von Babylon“

Der „Marktplatz der Geschichten“
Im Rahmen des ErzählFrühling 2019
Eintritt: noch offen

Fr. 17.05.2019, 20.00 Uhr

„Brotzeit mit Brunow“

Kabarett mit Thorsten Brunow und Gäste;
am Klavier: Esad Cakir

Ein Projekt im Rahmen des stadtweiten
Diskurses „Gelingendes Leben“

Eintritt: 14,00 Euro, ermäßigt 10,00 Euro

Mi. 22.05.2019, 19.00 Uhr

„Entlang der Emscher – eine Flussreise,
Bildervortrag mit literarischen Texten“

Hubert und Isabel Kurowski berichten über die
Emscher in Geschichte, Gegenwart und Zukunft
- Eintritt: frei

Kulturraum „die flora“

Florastraße 26 · 45879 Gelsenkirchen



KLEINE SCHWATTE!

Eine Reverenz an die Emscher

Wild sprangst Du einst in Deinem Lauf,
und nichts hielt Dich beim Wandern auf,
Dein Bett war nie am selben Ort,
mäandern war Dein Lieblingssport.

Bis dann der Moloch zu Dir kam
Dir Jugend und die Unschuld nahm,
und Dich besudelt und geschändet, wie eine Dirne Dich verwendet.

Dass einer mal mit Dir mal was hatte, gesteht doch keiner, kleine Schwatte!
Jede andre wäre reiner!, so klagt man und man schämt sich Deiner.

Obwohl ein jeder Dich benutzt, Dich gar in Deinem Bett beschmutzt,
leugnet man Dich, man kennt Dich nicht.

Du kleine Schwatte! Unperson! Du stinkst! – schimpft man mit Unterton.
Wobei doch das, was bei Dir riecht, genau aus denen selber kriecht.

Der Unrat, der sie stört im Leben, und den sie an Dich weitergeben.

Nur sie mag Dich: die Wasser-Ratte. Arme Emscher! Kleine Schwatte!

Lothar Lange (2008)



KLEINE WASSERPRINZESSIN

Wenn ich an Wasser und Seen denke, fällt mir immer ein Ereignis aus meiner Kindheit ein. An den Vorgang kann ich mich nicht selber erinnern, ich war noch zu klein, aber er wurde so häufig von meinen Geschwistern und Eltern erzählt, dass ich mittlerweile die Bilder in meinem Kopf zu haben glaube.

Ich hatte gerade laufen gelernt und saß die meiste Zeit noch in einem Kinderwagen, als meine Eltern mit uns vier Kindern an einem sonnigen, warmen Sonntag in einem nahegelegenen Park spazieren gingen. Wie es damals üblich war, waren wir Kinder für den Sonntagsspaziergang schick gemacht, ich hatte ein weißes Blüschen und ein blaues Tellerröck-

chen an. Meine Eltern setzten sich auf eine Bank, ich wurde aus dem Kinderwagen gelassen und konnte mit meinen Geschwistern auf der Wiese spielen. Da ich ein unternehmungslustiger, quirliger Zwerg war, dauerte es nicht lange, bis ich mich einem in der Nähe liegenden Teich näherte. Die Neugier siegte, und es gab keinen Halt mehr: mit einem „Platsch“ saß ich im Wasser. Meine Geschwister fingen laut zu schreien an, sie hatten eigentlich auf mich aufpassen sollen. Meine Mutter kam herangeeilt, und als sie mich sah, fing sie nicht etwa zu schimpfen, sondern laut zu lachen an. Mein blaues Strickröckchen breitete sich um mich weißen Mittelpunkt her-

um auf der Wasseroberfläche aus, sodass ich wie eine große schwimmende Wasserblume aussah.

Ich wurde von meinem Vater, der inzwischen auch gekommen war, unter großem Geschrei aus dem Wasser gezogen, tropfnass in den Kinderwagen gesetzt und von einer verärgerten Familie nach Hause begleitet. Sie alle hatten sich den Sonntagsausflug anders vorgestellt. Von einer Erkältung blieb ich dank des schönen Wetters zum Glück verschont.

Meine Mutter aber nannte mich seit diesem Tage immer ihre „kleine Wasserprinzessin“.

Gertrud Strack
50plus aktiv

So lässt es sich leben.



Zuhause bei der ggw:

Mit **fast 5.000 Mietwohnungen** im gesamten Stadtgebiet von Gelsenkirchen bietet Ihnen die ggw für jede Lebenslage das passende Zuhause:

- Moderne, preiswerte Mietwohnungen
- Spezielle Angebote für Senioren
- Umfassender, kompetenter Service
z.B. Winterdienst und Flurreinigung
- Sicheres Wohnen in allen Lebenslagen
- Attraktive Mieteraktionen

Darler Heide 100 · 45891 Gelsenkirchen
Fon: 0209 706-0 · Fax 0209 706-1050
ggw-gelsenkirchen.de

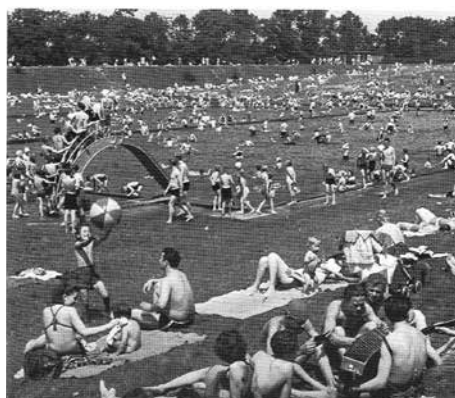
g|g|w:

gelsenkirchener gemeinnützige
wohnungsbaugesellschaft mbh

Pack die Badehose ein...

nimm dein kleines Schwesterlein und dann nischt wie raus ...

Wer kennt nicht das Lied, das einst eine kleine Berliner Göre (Conny Froboess) sang? Mir fiel es ein, als ich einen Bericht, der sich mit dem Thema Wasser befasst, für unsere GE-nior schreiben wollte. Conny wollte zum Wannsee und ich – im Schlepptau meine kleine Schwester – wollte nach Grimberg. In den großen Ferien war es für mich das Ausflugsziel schlechthin. Als Verpflegung für einen langen Tag nahmen wir eine Decke, einen Henkelmann, gefüllt mit Kartoffelsalat, hartgekochte Eier, Butterbrote und Getränke mit und los ging's. Wir mussten früh los, denn es gab lange Schlangen beim Einlass, und es passierte nicht selten, dass man vor geschlossenen Kassen stand. Da war dann guter Rat teuer, denn nebenan im Rhein-Herne-Kanal kostete es zwar keinen Eintritt, war aber für Nichtschwimmer gefährlich. Wir wohnten im Stadtteil Hüllen – inzwischen auch wieder – und hatten einen ziemlich langen Weg, natürlich zu Fuß, vor uns. Aber das machte nichts, denn es ging ja zum **Freibad Grimberg!**



Schon allein das Wort löst in mir unglaublich viele Erinnerungen aus. Dieses Freibad im Stadtteil Erle war einzigartig. Es war großzügig angelegt, ausgestattet mit einem Springturm über 10 m und einem 50 m Sportbecken mit acht Bahnen. Ich kann mich gut erinnern, dass wir als Erwachsene später mal mit einer Clique (4 Pärchen) von einem Besuch der Cranger Kirmes kommend, in Grimberg „gestrandet“ waren und ein Wettschwimmen dort bestritten haben. Grimberg hatte außerdem ein Familien- und ein Kinderbecken. Alle Becken lagen ein wenig tiefer, so dass rundherum etwas erhöht Liegeflächen mit Baumbestand vorhanden waren. Und nicht zu vergessen, die sogenannte „Sandwüste“, die den Abschluss der Badebecken bildete. Auch mit meinen Kindern habe ich dieses Freibad besucht, und meine Tochter hatte da ein stolzes, wenn auch ziemlich schmerzhaftes Erlebnis. Der erste Sprung vom Fünfmeterbrett stand an. Wir warteten am Beckenrand und gestikulierten mit den Händen und forderten sie damit auf, zu springen. Endlich, end-

lich sprang sie und kam leider etwas schief im Wasser auf. Kein richtiger Bauchklatscher, aber doch schmerzhaft. Der Bademeister, der sich das alles angesehen hatte, kam sofort und fragte nach.

Bis auf ein nicht so schönes Erlebnis, denke ich mit ganz viel Wehmut an dieses Freibad zurück. Mein Sohn war gerade 8 Jahre alt, als er unter der Brause ausrutschte und sich eine Wunde am Kopf zuzog. Wir mussten mit einem Rettungswagen in die Klinik, wo die Wunde genäht wurde. Eröffnet wurde das Freibad Grimberg im Jahre 1928. Auch während des 2. Weltkrieges wurde es, so hat es mir meine Mutter erzählt, eine



ganze Weile offengehalten. Leider wurde diese wunderbare Anlage im Jahre 1983 geschlossen und das tut heute noch weh.

Kaum etwas ist für uns so selbstverständlich wie Wasser. Und kaum etwas ist so schön, wie nach einem langen Spazierweg im Hochsommer endlich ins erfrischende Nass zu springen. Zu spüren, wie die Lebensgeister zurückkehren. Sich anschließend von der Sonne trocknen zu lassen.

Wie die Bäderlandschaft in Gelsenkirchen in Zukunft aussehen wird, darum wird derzeit gerungen. Fest steht, dass das Zentralbad in der Innenstadt abgerissen und nach

einem adäquaten Ersatz gesucht wird. Angedacht war, ein neues Hallenbad im Revierpark Nienhausen zu integrieren. Dies ist aber hoch umstritten, weil es – gerade für den Schulschwimmsport - schlecht zu erreichen ist.

Am ehesten würde sich das Areal der ehemaligen Polizeiwache, wenige Meter vom momentanen Zentralbad entfernt, eignen. Auch die Idee, ein neues Zentralbad im Sportparadies anzusiedeln, ist hoffentlich vom Tisch.

An Freibädern gibt es in Gelsenkirchen: Den Gesundheitspark Nienhausen an der Feldmarkstraße, das Jahnbad an der Kanzlerstraße und das Sport-Paradies an der Adenauer Allee.



Heidi Lücke
50plus aktiv

Fotos: Uwe Rudowitz und Institut für Stadtgeschichte, Gelsenkirchen



Apothekerin Anja Müller

Cranger Str. 296 · 45891 Gelsenkirchen

Tel. 02 09/7 23 62 · Fax 02 09/77 97 86

info@alte-apotheke-erle.de · www.alte-apotheke-erle.de

Sie haben einen Pflegegrad?

Wir haben bis zu 40 Euro monatlich für Sie und noch viele weitere Tipps und Hilfen rund ums Thema Pflege.



VOLKSKRANKHEIT VENENSCHWÄCHE...

...wir sagen Ihnen, was Sie gegen müde, schwere, trockene und angeschwollene Beine machen können!

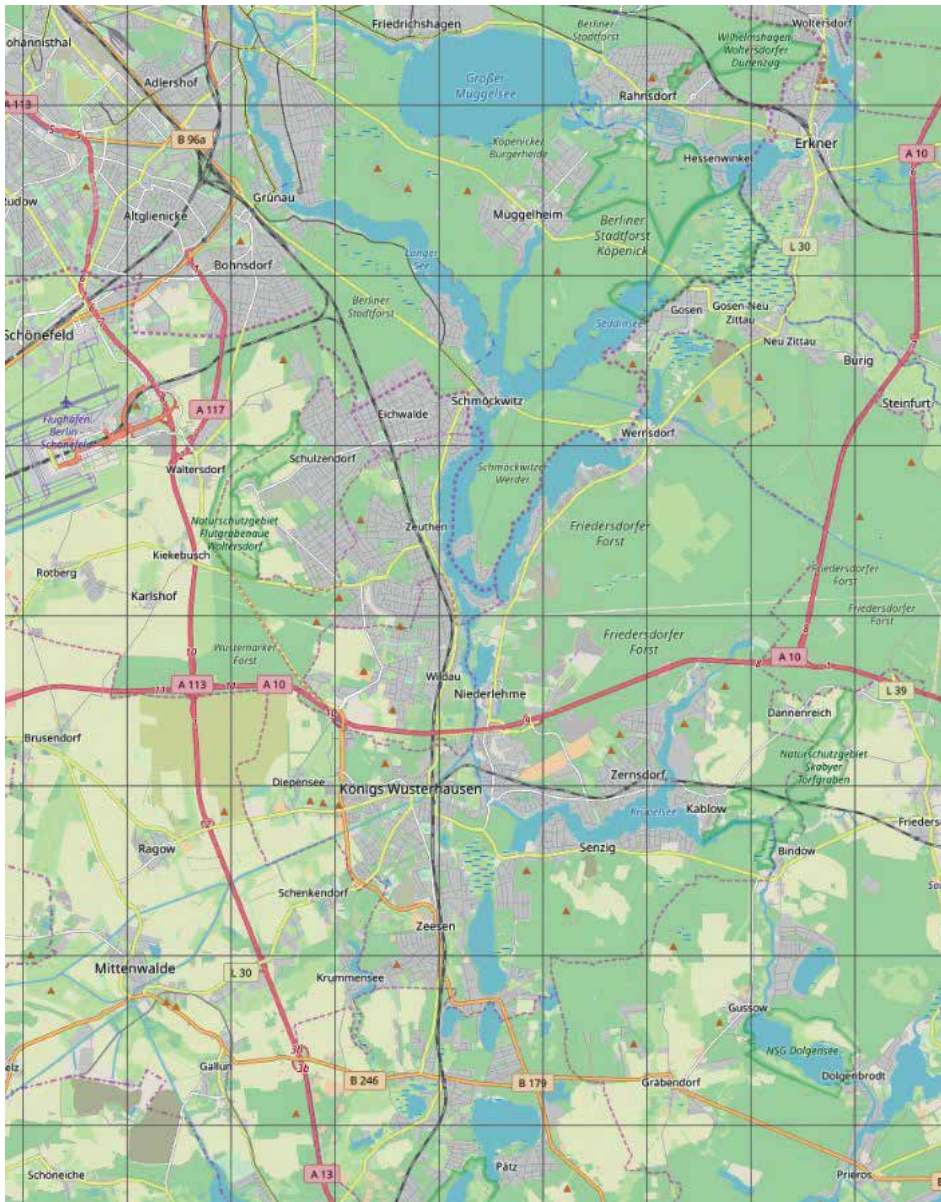
Wie kommt ein Bungalow auf das Wasser?

Wenn es auf's Wasser ging, war ich schon immer sofort dabei. Deshalb war ich auch nicht abgeneigt, als meine Frau einen Hausbooturlaub vorschlug. Aus Zeitgründen musste der aber in den Herbstferien stattfinden.

Also den Computer anwerfen und siehe da, es gab ein tolles Angebot, sowohl von den Schiffen wie auch vom Fahrgebiet. Vom Spreewald hat sicher schon jeder gehört, aber zwischen Spreewald und Berlin gibt es noch mehr Wasser.

Im Internet gab es weiterhin hervorragende Videos über die Fahrgebiete, Innenansicht und Ausrüstung der Schiffe sowie Tipps zur Fehlersuche, z.B. wie schalte ich den Kühlschrank wieder an, wenn die Gasflasche leer war, und wie lege ich mit dem Schiff ab und auch wieder an? Gibt es eine Landstromversorgung, eine Dusche und WC? Wie viel Frischwasser ist an Bord, und gibt es einen Fäkalientank? Eine Menge an Fragen, die alle geklärt werden mussten. Nachdem alles zur Zufriedenheit geklärt war,

Hafen festlagen und schon für den Winterschlaf fertig gemacht wurden.



Bald war das passende Schiff gefunden: Ein Bunbo 1000 (Bungalowboot) war noch frei, welches sogar führerscheinfrei gefahren werden darf.

ging es zur Buchung. Bei der Ankunft in Königs Wusterhausen waren wir überrascht von der Anzahl der Schiffe, die da im

Die Ausrüstung zumindest von unserem Schiff war perfekt, besser als in jedem Ferienhaus in Holland oder Spanien. Als Highlight gab es eine Terrasse mit Hängematte und Grillschale, in der abends auch ein kleines Holzfeuer zum Glas Rotwein genossen werden konnte. Traditionell gehen wir am Abend des ersten Urlaubstages zum Essen aus. So auch hier. Zum Hafen gehörte ein kleines Restaurant, welches wir ausprobieren wollten. Nichts wie rein, einen Tisch aussuchen und auf die Bedienung warten. Die kam jedoch nicht, obwohl das Lokal sehr übersichtlich besucht war. Nach 10 Min. Wartezeit haben wir uns erlaubt, ein Lebenszeichen von uns zu geben und auf uns aufmerksam zu machen. Endlich kam die Bedienung und erklärte, dass es hier nur Selbstbedienung gäbe, was bei mir eine gewisse Verspannung hervorrief. Trotzdem kamen wir zur Bestellung. Das frische Zanderfilet direkt vom Fischer nebenan mit Kürbisstampf war ein Gedicht. So ziemlich das beste Essen, was ich je in einem Hafen genossen hatte. Als Zeichen des Friedens und weil wir die letzten Gäste waren, gab es noch einen Nachschlag vom Kürbisstampf.

In der Absicht, Gas zu sparen, regelte die beste Ehefrau die Heizung für die Nacht etwas zu stark herunter. Wir froren erbärmlich. In den folgenden Nächten war uns der Gasverbrauch egal. Man lernt ja nie aus. Am nächsten Morgen war erst ein-

mal Nebel angesagt. Ein paar Schiffe sind trotzdem losgefahren. Das sah lustig aus, wie ein U-Boot, was gerade auftaucht. Nach einer Stunde war der Nebel weg und wir machten uns auch auf den Weg. Zuerst war es etwas ungewohnt, ohne Ruder zu fahren, da das Bunbo nur mit dem Außenbordmotor gelenkt wurde und ich die ersten 200 m ein paar Schlangenlinien fuhr. Zum Glück war der Krüpelsee breit genug, und ich fuhr keine Macken in andere Boote. Mit seinen 15 PS fuhr man ganz schön schnell, und wer noch nie ein Boot gesteuert hat, tat gut daran, den Gashebel nicht ganz durchzudrücken.

Schon nach kurzer Zeit verließen wir unseren See und fuhren auf der Dahme (mit h), die dann nach ca. 3 km in die Spree mündet. Soweit wollten wir aber gar nicht. Bei herrlichem Sonnenschein genossen wir die wunderschöne, herbstlich gefärbte Umgebung. Hier war das Naherholungsgebiet der Berliner. Bootssteg reihte sich an Bootssteg. Dahinter, im Wald versteckt, sah man mehr oder weniger große Ferienhäuser, manchmal auch richtig große Villen.



Das war der Berliner Speckgürtel. Viele Wassersportvereine hatten hier ihr zu Hause, ebenso wie sich einige Ausflugslokale im Sommer eine goldene Nase verdienten. Natürlich alle mit eigenem Bootssteg. Jetzt, um diese Jahreszeit war alles ruhig, die Ferienhäuser leer, und das Wasser teilten wir uns mit den Enten, Schwänen und was sonst noch auf und unter Wasser so herumfleucht. Wir waren fast alleine. Einfach herrlich. Ich kam mir vor wie in Finnland. Gegen Mittag hörten wir ein Knurren aus der Magengegend, und passend dazu sahen wir ein Schild "Kud-

dels lustige Stube". Da saßen sogar einige Gäste an den Gartentischen in der Sonne, und der Bootssteg war nicht belegt. Sehen, Festmachen und abschließen waren eins. Die anderen Gäste waren Radfahrer, und die Futterten schon ganz munter. Also haben auch wir voller Vertrauen bestellt und wurden nicht enttäuscht. Endlich hatten wir einmal Zeit, ein kleines Pläuschchen mit der Bedienung zu halten. Wir hatten Glück, denn am nächsten Tag wurde das Restaurant geschlossen: auch hier kehrte die Winterruhe ein.

Nach dieser Stärkung konnten wir weiterfahren. Die Fischerhütte am Wölzinger See war jetzt unser Ziel, denn davon schwärmten alle Einheimischen. Der Fischer war leider nicht mehr da. Daher hatten wir keinen Landstrom und mussten mit dem Strom haushalten, sonst hätten wir am nächsten Morgen Schwierigkeiten mit dem Starten des Motors haben können. Unser Außenbordmotor hatte zwar ein Startseil, an dem man im Bedarfsfall kräftig ziehen kann, bis der Motor anspringt. Oft verliert man aber dabei auch das Gleichgewicht und dann geht's ab in das Wasser. Im Sommer ist das ja vielleicht ein Vergnügen, aber jetzt musste ich das nicht haben.

Trotz unserer Strom-Sparmaßnahmen sprang der Motor aber nicht an. Also haben wir das Schiff einfach schwarz an den Landstrom angeschlossen. Jetzt müsste der Motor doch anspringen. Müsste.... Also beim Heimathafen anrufen und um Rat fragen. Anscheinend war dies ein Problem, welches öfter vorkommt. Ich sollte den Gashebel nach oben schieben und dann wieder zurück in die Nullstellung, bis es einrastet. Nun sollte es klappen. Tat es auch. Man lernt halt nie aus und schon waren wir unterwegs nach Wolzig. Die Einfahrt in den Kanal nach Wolzig konnten wir zuerst nicht erkennen. Erst beim Näherkommen sahen wir die schmale Fahrrinne. Nach ca. 50 m sollte auf der rechten Seite ein Gemeindegarten sein. War auch so, denn Seekarten lügen ja nie. Nur über das Alter der Anlagen geben sie leider keine Auskunft. Morsch hoch

drei, da wollten wir nicht anlegen und verzichteten daher auf unsere Frühstücksbrötchen, ach nee, hier heißt das ja Schrippen.

Zurück durch den Wölzinger- und Langen See nach Pieros. Dort gab es wieder einen Gemeindegarten und einen Supermarkt, der jetzt auch noch offen war. Also haben wir erst einmal einen Großeinkauf gestartet und uns auf Selbstversorgung eingerichtet. Ein wunderschöner Ort, der sich alle Mühe gab, den Anschluss an den westlichen Standard herzustellen.

Kaum waren wir zurück an Bord, ging es auch schon los. Schon den ganzen Morgen hatten wir den komischen Himmel beobachtet und daher den Wetterbericht abgehört. Es sollte bis Windstärke 9 gehen. Mit meinem Segelschiff bin ich erst bei Windstärke 4 ausgelaufen. Mit diesem Schiff durften wir aber nur bei bis zu 3 Windstärken auslaufen, was auf Grund der Kastenbauweise unseres Bungalowbootes verständlich war. Ich schätze, dass wir so zwischen Windstärke 5 und 6 hatten. Das hieß aber, dass erst einmal für eine seefeste Vertäuung des Schiffes gesorgt werden musste. Jetzt endlich war das Wackeln erträglich. Nur schwebte über uns ein wunderschöner Kastanienbaum, der jetzt im Spätherbst voller ausgereifter Kastanien hing und auch wackelte. An schlafen war daher nicht zu denken, weil die Kastanien unentwegt auf uns niederprasselten.

Am nächsten Morgen haben wir das Schiff daher noch vor dem Frühstück erst einmal aus der Gefahrenzone verlegt. Jetzt hatten wir die Zeit, den Ort einmal mehr oder weniger richtig kennenzulernen. Was uns sofort auffiel, war der viele freie Raum zwischen den Häusern, Kirche und Dorfplatz. Trotzdem wirkte alles sehr kuschelig und gemütlich. Die meisten Häuser waren gut renoviert. Nur wenigen sah man aber immer noch den „Chic“ der DDR an: klein, runzelig und ohne Farbe.

Nach 2 Tagen hatte sich der Sturm soweit gelegt, dass wir die „Heimreise“ antreten konnten. Der Wind war aber immer noch so stark, dass

er mein Sitzpolster am Steuerstand wegblies und dem Neptun opferte.



Unterwegs wurden wir ein wenig müde und haben eine kleine Pause für den Mittagsschlaf eingeschoben. Dazu legten wir uns in Ufernähe vor einen Arbeitskahn des Berliner Wasserschutzamtes. Statt mühsam mit dem Anker zu hantieren, nutzten wir die beiden „Ankerrohre“. Das sind Rohre, die per Flaschenzug einfach ins Wasser gelassen werden können und so das Abtreiben verhindern sollen. Eine Superidee, wenn das Wasser entsprechend flach ist. Dazu hatten wir ein Handlot im Boot, welches man auch benutzen sollte. Das haben wir aber nicht getan, denn am Ufer ist es doch immer flach, oder? Nach einer halben Stunde wurde die beste Ehefrau wach und sah, dass wir irgendwo in der Flussmitte trieben. Schnell raus, Motor an und erst einmal aus der Gefahrenzone fahren. Glück muss man halt haben, denn das nächste Schiff näherte sich schon.

Zum Abschluss unserer Reise musste natürlich auch ein Museumsbesuch drin sein. Die Kultur will ja auch ihr Recht haben. Königs Wusterhausen hat da zwei bemerkenswerte Museen zur Auswahl. Für mich als Funker stand das Radiomuseum auf dem Funkerberg an erster Stelle. Von hier wurde 1920 das erste Radiokonzert Deutschlands übertragen. Diese damals neue, noch in den Kinderschuhen steckende Technik wurde während des ersten Weltkrieges als militärischer Sender benutzt. Nach dem Krieg wurde es von der Post übernommen.



Wer jetzt im Geschichtsunterricht aufgepasst hat, weiß, welche Sehenswürdigkeit es in Königs Wusterhausen noch gibt: ein Königsschloss. Normalerweise stehen die ja alle in Bayern, aber hier in Preußen haben wir auch einen großen, nicht unerheblichen Anteil an Deutschlands Geschichte. Hier steht nämlich das Schloss von Friedrich Wilhelm dem I, dem Soldatenkönig und Vater von

Friedrich dem Großen. Als Hobby hielt er sich seine „langen Kerls“, die schon auf Grund ihrer Größe den Feinden der Preußen Angst und Schrecken einjagten, den König aber fast in die Pleite trieben. Wozu aber ist man König: die Steuern rauf und alles stimmt wieder. Weil das Regieren aber so anstrengend war, traf sich der König abends mit seinen Getreuen zum Tabakskollegium, in dem alles diskutiert wurde. Darüber freuen sich noch heute alle Schüler, denn hier wurde die Schulpflicht beschlossen. Gefreut hat sich Friedrich Wilhelm auch über sein Schloss,



welches er mit 10 Jahren zum Geburtstag geschenkt bekam und das damals noch Wusterhausen hieß. Kurzerhand wurde es in Königs Wusterhausen umbenannt. Leider war die Woche im Hausboot jetzt vorbei und auch wir haben uns in Königs Wusterhausen und Umgebung königlich wohl gefühlt.

Jürgen Sachse
ZWAR-Gruppe AFR

Gedicht Verfasser unbekannt

König Zecher –
Wirft Becher runter ins Meer,
Knappe her!
Knappe munter.
Springt runter.
Kommt wieder ans Land.
Becher in der Hand.

König sagt: Wer nochmal wagt sich rein,
Darf Tochter frei`n.
Knappe voll Liebessinn,
Springt wieder rin.
Knappe verschwunden,
Becher nicht wiedergefunden.
Schiller Gedicht geschrieben,
Tochter alte Jungfer geblieben.
Überschrift: **Der Taucher**

Aus dem Gedächtnis wiedergegeben.

Werner Rothmann, ZWAR-Gruppe Neustadt/Ückendorf



Eine gute Adresse für zuverlässige Pflege

Die SeniorenHäuser der Stadt Gelsenkirchen
www.sh-gelsenkirchen.de

Wohnen & Pflege
SeniorenHaus
Haunerfeldstraße

Wohnen & Pflege
SeniorenHaus
Fürstinnenstraße

Wohnen & Pflege
SeniorenHaus
Schmidtmanstraße

Wohnen & Pflege
SeniorenHaus
Schonnebecker Straße

Eine eigenbetriebsähnliche
Einrichtung der



Stadt
Gelsenkirchen

Wohnen & Pflege
SeniorenHäuser
der Stadt Gelsenkirchen

Emscher - Umbau im Wandel der Zeit

Die Emscher ist 83,1 km lang, hat ihre Quelle in einem Teich in Holzwickede am Haarstrang in ca. 147 m über dem Meeresspiegel und mündet zurzeit bei Dinslaken Eppinghoven bei ca. 18 m über NN in den Rhein.

Der ursprüngliche Fluss hat ein Wassereinzugsgebiet von ca. 775 Quadratkilometern Größe und fließt zwischen Lippe und Ruhr von Osten in Richtung Westen.

Vor mehr als hundert Jahren wurde aus der dünn besiedelten Agrarlandschaft ein industrieller Ballungsraum, und damit wurde die natürlich fließende Emscher von den Menschen in ein offenes Abwassersystem umgebaut.

liên führte dies zu einer steigenden Seuchengefahr. Da die beteiligten Kommunen und Großbetriebe aus eigenem Antrieb nicht in der Lage waren, das Problem zu lösen, wurde schließlich 1899 die Emschergenossenschaft als Zwangsvereinigung der betroffenen Kommunen und einleitenden Großbetriebe gegründet.

Neben der Abwasserreinigung, der Sicherung des Abflusses, dem Hochwasserschutz und der Gewässerunterhaltung wurden im Laufe der Zeit das Flussbett 3 Meter tiefer gelegt, Deiche zum Ausgleich von Bergsenkungen errichtet, Ufer befestigt und begradigt und die Zuflüsse, die das

wurden erste Pläne für die Säuberung der Emscher vorgelegt, wobei vor allem neue Klärwerke in Dortmund, Bottrop und an der Emschermündung eine Entlastung bringen sollten.

1991 entschied dann die Emschergenossenschaft, dass das gesamte Emschersystem komplett ökologisch umgestaltet werden soll.

Dabei stehen zwei Maßnahmen im Vordergrund. Eine unterirdische Ableitung der Abwässer in einem Rohrsystem und die ökologische Umgestaltung der Emscher sowie ihrer Nebenläufe mit dem Ziel, die Bäche und den Flusslauf im „Neuen



Baustellenbesichtigung 2014 am Pumpwerk Gelsenkirchen

Ab der Mitte des 19. Jahrhunderts begann durch die voranschreitende Industrialisierung im Ruhrgebiet auch ein starkes Bevölkerungswachstum. Der erhöhte Trinkwasserbedarf wurde durch das Ruhr- und Lippegebiet gedeckt. Das Abwasser und das Grubenwasser der Bergwerke wurde vor allem ab der 2. Hälfte des 19. Jahrhunderts in die Emscher entlassen. Das Emscherwasser war durch die Einleitungen stark belastet. Das geringe Gefälle, der geschwungene Flusslauf und vom Bergbau hervorgerufene Absenkungen des Bodens verursachten Ende des 19. Jahrhunderts zahlreiche Überschwemmungen. Durch die mitgeführten Fäka-

umliegende Land entwässern, über Pumpen in die Emscher geleitet.

Über all die Jahre sprachen die Bewohner des Ruhrgebiets nicht vom Fluss Emscher, sondern von der Köttelecke, die mit ihren Geruchsbelästigungen für manchen Ärger sorgte. Nachdem am Ende des 20. Jahrhunderts kaum noch Zechen, Kokereien oder Stahlwerke im Emscherraum vorhanden waren und das Problem der starken Bergsenkungen deutlich geringer wurde, kam die Forderung nach einer Beseitigung der Kloake des Ruhrgebietes durch unterirdische Ableitung der Abwässer. Bei der „Internationalen Bauausstellung Emscher Park“ 1989 – 1999

Emschertal“ naturnah zu gestalten. Der Abwasserkanal Emscher soll alle Abwässer, die bisher in die Emscher - oder vorher in die der Emscher zufließenden Bäche - geleitet wurden, aufnehmen und diese komplett unterirdisch durch Rohre abführen.

Diese Stahlbeton-Rohre sollen einen Innendurchmesser von 1,4 bis 2,8 m haben und parallel zur Emscher in 8 bis 40 m Tiefe unter der Erdoberfläche verlegt werden. Die Gesamtstrecke von der Kläranlage Dortmund-Deusen bis zur Emschermündung bei Dinslaken soll 51 km betragen, wobei einige Abschnitte als Zweirohrstrecke verlegt werden sollen. Ein natürliches Gefälle der Rohr-



Eintransport der Tunnelbohrmaschine
Foto: Rupert Oberhäuser/EGLV



Wartungsroboter im Einsatz
Foto: Markus Greulich/EGLV

verlegung soll durchschnittlich 1,5 m pro km betragen und damit eine Fließgeschwindigkeit von 4 km/h ermöglichen.

Damit man bei dem gewünschten Gefälle nicht zu tief unter die Erde muss, werden drei Pumpwerke vorgesehen, die das Abwasser auf ein höheres Niveau anheben und danach das natürliche Gefälle wieder nutzbar machen.

Ein solches Pumpwerk ist auch in Gelsenkirchen gebaut worden. Es hebt mit 11 Pumpen rund 12.800 Liter Abwasser pro Sekunde knapp 26 Meter hoch. Die Baugrube hatte einen Durchmesser von ca. 50 Metern und war auch fast 50 Meter tief. Am 21.11.2014 gab es eine Besichtigungsmöglichkeit der damaligen Baustelle, an der ich auch teilgenommen habe.

Ein weiteres Pumpwerk in Bottrop ist nahezu identisch mit der Anlage in Gelsenkirchen, dient aber dazu, das Abwasser in die benachbarte Kläranlage der Emschergenossenschaft zu heben. Dafür gibt es in diesem Pumpwerk 10 Maschinen, die 8.100 Liter pro Sekunde ca. 32 Meter hochpumpen.

Das Pumpwerk in Oberhausen und die Zuleitung zur 3 Kilometer entfernten Kläranlage Dinslaken-Emschermündung ist noch im Bau und soll 2020/2021 fertig werden.

Für die Erstellung des Abwasserkanals Emscher werden über 100 Schachtbauwerke benötigt, von denen während der Bauphase der unterirdische Rohrvortrieb erfolgt und nach Fertigstellung Wartungsroboter eingesetzt werden können.

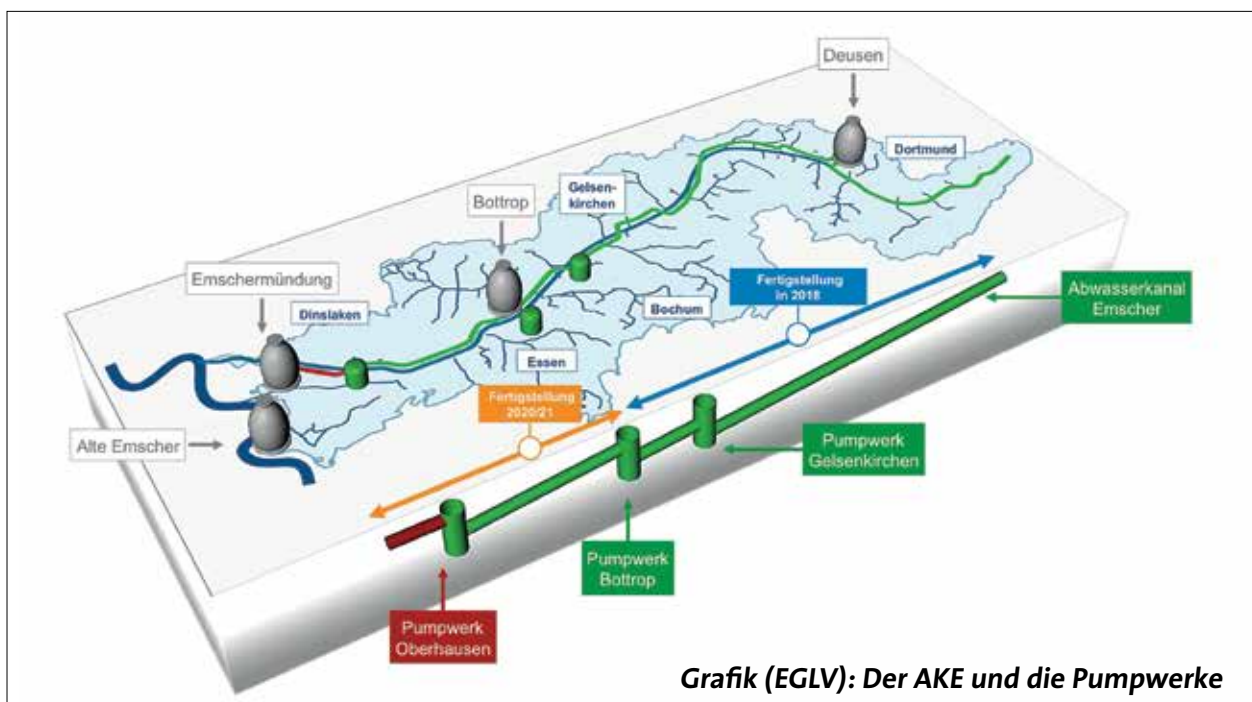
Die Planung des gesamten unterirdischen Abwassersystems ist so angelegt, dass bei Ausfall aller Pumpwerke ein Abwassertransport durch die gegebenen geometrischen Höhen nach dem Prinzip der kommunizierenden Röhren erfolgen kann.

Das Gesamtsystem soll nach der Fertigstellung des letzten Bausteines im Jahr 2021 in Betrieb gehen, und dann wird es sicherlich noch eine ganze Weile dauern, bis die Emscher wieder als natürlicher Fluss bezeichnet werden kann.

Lassen wir uns überraschen, welche Fische dann geangelt werden können.

Werner Rothmann

ZWAR-Gruppe Neustadt/Ückendorf



Grafik (EGLV): Der AKE und die Pumpwerke

Eine Märchenreise nach VENEDIG...



viele hübsche Meerjungfrauen. Der Prinz weiß dies aus Erfahrung, denn er war in seinem ersten Leben schon einmal da. Er war gerade mit Arielle, einer Meerjungfrau, unterwegs. Übermütig spielten sie in der Bugwelle eines Kreuzfahrtschiffes, da beamten ihn Sonnenstrahlen zum Himmel hoch. Mit vielen anderen kleinen Wassertropfen bildete er eine Regenwolke... und die

Vom Wasser haben wir's gelernt. Es hat nicht Ruh bei Tag und Nacht, ist stets auf Wanderschaft bedacht... gleich dem kleinen Wellenprinzen. Der sprudelt neugierig auf das Weltgeschehen, aus einer Quelle, im Schlosspark hervor. Höflich wünscht er der kleinen Meerjungfrau vom Märchengrund einen schönen, guten Morgen. Einladend hält sie ihm die gestreckte Hand entgegen, als wenn sie ihn festhalten will. Frosch-

regnete über dem Märchengrund in Buer wieder ab.

Ja..., Wasser befindet sich nun mal in einem steten Kreislauf.

Venedig... ist seine nächstgrößere Station, da will er eine Rast einlegen.

„Wir haben noch einen weiten Weg vor uns“, ruft der Frühlingssturm und trägt ihn mit sich fort, gen Süden. Ein größerer Strom, der zum Meer fließt, das ist's. Auf nach Köln zu den Heinzelmännchen. Die werden wohl

weiterhelfen. Da geht's ab in den Rhein, rechts am Loreley-Felsen vorbei. Die Hexe sitzt auf ihrem Felsen. Sie ist gerade mit dem Kämmen ihres goldschimmernden Haares beschäftigt. Ein kurzer Blick nach oben, und... Schreck lass nach, fast wäre er doch von einem Ausflugsdampfer überfahren worden. Am Westerwald vorbei, wo im grünen Wald die Drossel singt. Sie hält



gerade mit einer Vogelschar die Generalprobe fürs Frühjahrskonzert ab. Als er aber auf seiner Wanderung am Odenwald vorbeikommt, gerät er ein wenig ins Straucheln. Er würde gerne beim Wirtshaus im Spessart vorbeisehen, aber... Vergissmeinnicht gibt es ja überall. Mit diesem Gedanken tröstet er sich. Oh, wie ist es am Rhein so schön.

king Karl I. sitzt neben ihr. Er wartet schon soo lange auf den Befreiungskuss von ihr. Seine Glubschaugen strahlen als er merkt, dass der Wellenprinz nicht im Teiche bleiben will. Dem kleinen Vergissmeinnicht, das am Quellenrand wächst, schenkt er übermütig einen feuchten Kuss. Nun will er aber zum Meer, ins Reich des Meergottes Neptun. Dort gibt es

Schwupps, der Wind bläst kräftig, und so geht es zügig in den Bodensee, durch die Alpentäler. Erst als er in der Po-Ebene angekommen ist, schaut er wieder zum nahen Ufer, nach rechts und links. Da... ist das nicht das kleine italienische Dorf, in dem Don Camillo und Peppone leben? Sie genießen ihren Altersruhestand bei einem Glas Wein und streiten gerade darüber, wer wohl dieses Jahr die große Fronleichnam-Prozession, die stets zum Fluss Po führt, anführen wird. Die Partei oder die Kirchenmenschen?

Schade. Der Wellenprinz hat nicht die Zeit, um sich an ihrer Diskussion zu beteiligen. Er möchte pünktlich zum Auftakt des prächtigen, großen Boots-Umzugs zu Beginn des Karnevals in Venedig sein. Bestimmt sind Freunde auch schon da?

Da, in den zahlreichen Wasserstraßen sind sie zu sehen: die Narren... supertoll in ihrem Kostüm. Das Gesicht hinter einer Maske verborgen. Der Weg ist ihr Ziel.

Wie sich der kleine Wellenprinz darauf freut, am Abend neben einer Gondel, durch die festlich beleuchtete RIALTO-Brücke zu schwimmen. Nur die goldene Sichel des Mondes und die funkelnden Sterne werden sich dann zu dem Lied des Gondolieres im Wasser widerspiegeln. Mandolinen-Musik im Mondschein. Ohh... er liebt sie so sehr, die Romantik. Bella Amore...

Aber was ist das mit einem Male? Wer ruckelt da an seiner Schaumkrone. Gerade als er sich emporrecken will, um die Krone wieder zu richten, zieht ihn ein Sonnenstrahl aufs Neue zum Himmel hoch.

Dieses Mal aber ist der Wellenprinz zu einer kleinen weißen Wolke hinzugefügt worden.

Vielleicht siehst du sie ja mal... wenn sie am hohen Himmel steht???

Ursula Hellwig
Redaktionsmitglied



Kurse für pflegende Angehörige



■ **Pflegetrainings am Bett**

Unsere Pflegetrainer leiten Sie an, bereits während des stationären Aufenthaltes grundlegende pflegerische Fertigkeiten zu erlernen.

■ **Initialpflegekurse**

Wir vermitteln Grundkenntnisse der Krankenpflege. Sie üben die pflegerischen Tätigkeiten selbstständig und unter Anleitung.

Die nächsten Termine: 07.05., 14.05., 21.05.2019

■ **Kurse für Angehörige von Menschen mit Demenz**

Donnerstags, 9:30 bis 12:30 Uhr

Themenschwerpunkte sind u.a. Leistungsansprüche, Krisen und Konflikte im Alltag, Kommunikation, Wege zur Entlastung oder das Erleben des Erkrankten. Nächste Termine: 09.05., 16.05., 23.05.2019

■ **Café Auszeit**

Begegnung und Erfahrungsaustausch und eine Auszeit vom Alltag

An jedem letzten Dienstag im Monat, 10 bis 12 Uhr

Der nächste Termin: 30.04.2019

**Die Kurse und das Café Auszeit finden statt im Kompetenzzentrum
(Barbarastraße 2), direkt gegenüber dem Eingang zum St. Barbara-Hospital**



Pflege mit Herz!

Information und Anmeldung:
Susanne Natinger, Bereichs-
leitung Sozialdienst Kkel
Tel. 0209 504-26301 oder per
E-Mail an snatinger@kkel.de



Die Krankenhäuser der St. Augustinus Gelsenkirchen GmbH
Ihre starken Partner
in Gelsenkirchen, Gladbeck und Bottrop-Kirchellen

Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter – Erfolg der Mitbestimmung

Mit dem Leitbild der Partizipation und Generationen -solidarität möchte die Stadt Gelsenkirchen dem Anspruch älterer Menschen auf ein selbstbestimmtes Leben gerecht werden. Fast alle älteren Menschen wünschen sich auch – oder gerade – im Alter ein aktives Leben, möglichst viel Selbstständigkeit und Selbstbestimmtheit. Auch bei Schwächung der eigenen Fähigkeiten müssen ältere Menschen über ihre Lebensumstände eigenständig entscheiden können. Dafür wurden „Ermöglichungsstrukturen“ geschaffen, Strukturen, die älteren Menschen die Möglichkeit geben, ihre Zeit und ihre Erfahrungen der Stadtbürgerschaft zur Verfügung zu stellen, und solche, die Nachbarschaften herstellen und soziale Infrastruktur im Quartier fördern.

Bindungen im Quartier sind bei abnehmender Mobilität von herausragender Bedeutung für die Lebensqualität. Deshalb muss kommunale Seniorenarbeit vor allem solche Bezüge stiften. Um Partizipation und Generationensolidarität zu realisieren, bedarf es einer Bürgergesellschaft. Seniorinnen und Senioren dürfen nicht Objekte von Politik und Wirtschaft sein, sondern müssen deren Mitgestalter werden. Professionelle und bürgerschaftlich engagierte Akteure sollen fortwährend gewonnen werden, die Leitbilder Partizipation und Generationensolidarität zu realisieren. Drei Handlungsfelder werden betont, die alle durch die Zielsetzung der Verbesserung von Teilhabe gekennzeichnet sind: die Selbstorganisation und Beteiligung älterer Menschen, die Verbesserung der Bedingungen für ein selbständiges Wohnen bis zum Tode

in der eigenen Wohnung und die demenzfreundliche Stadt.

Vor dem Hintergrund, dass Nachbarschaften und Traditionsbestände zerbröseln, hat die Stadtverwaltung Gelsenkirchen gemeinsam mit dem Generationennetz Gelsenkirchen vor über 10 Jahren im Rahmen des Bundesmodells „Freiwilligendienste aller Generationen“ das Projekt Seniorenvertreterinnen/Nachbarschaftsstifter in allen Stadtvierteln Gelsenkirchens ins Leben gerufen. Mit Hilfe der Infocenter sind seitdem über 150 bürgerschaftlich engagierte Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter gewonnen worden, die in den Wohnvierteln der Stadt erste Anlaufstellen für Informations-, Beratungs- und Hilfebedarf sind und zugleich die Anliegen des Quartiers vertreten.

Die Intention des Projektes bestand darin, die bestehenden partizipativen Ansätze in der Seniorenarbeit auch auf der Quartiersebene umzusetzen und dazu feste direktdemokratische Strukturen neben den eher parlamentarischen des Seniorenbeirates zu schaffen. Die nachbarschaftlichen Freiwilligenstrukturen wurden mit den Alltagsstrukturen des Wohngebietes und den professionellen Dienstleistungs-Seniorenstrukturen im Wohnumfeld so verknüpft, dass sich Generationensolidarität und würdevolles Leben auch im vierten Lebensalter ermöglichen lassen.

Die bürgerschaftlich engagierten Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter sind für die Bürgerinnen und Bürger in den einzelnen quartiersnahen Anlaufstellen er-

reichbar. Zurzeit gibt es Seniorenvertreterinnen/ Nachbarschaftsstifter in 39 Stadtvierteln.

Sie geben bei Hilfe- und Informationsbedarf einfache Informationen weiter und benennen Ansprechpartner, sind also Lotsen in den oft unübersichtlichen und gerade für Menschen in bedrängenden Lagen kaum erreichbaren Rat-und-Hilfe-Systemen. Ein ehemaliger Buchhalter geht z. B. sehr fix mit Formularen um und schreibt für seine Nachbarschaft Anträge und hilft bei Widersprüchen. Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter bringen Aktive und Bedürftige miteinander in Verbindung, damit neue Engagementbereiche entstehen, sinnvolle Handlungsfelder aufgetan werden und Ressourcen im Quartier nicht brachliegen und damit Überforderte Unterstützung erfahren. Sie haben also eine Vermittlungsfunktion. Hier ist an alle im Quartier möglichen und gewünschten Felder generationensolidarischer Arbeit gedacht. Nachbarschaften lassen sich auch ganz einfach stiften. Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter geben selbst Anregungen und Beschwerden ihres Umfeldes weiter und vertreten so die Interessen älterer Menschen des Quartiers und nehmen auf eine seniorengerechte und familienfreundliche Gestaltung des Wohnumfeldes Einfluss: auf vernünftigen Nahverkehrstakt, abgesenkte Bürgersteige, Einkaufsmöglichkeiten oder Bänke zum Ausruhen. Über den Seniorenbeirat, die Quartierskonferenzen, Arbeitskreise und über die Verwaltung (Seniorenbeauftragter) bringen sie ihre Anliegen ein.



Eingerahmt von Julius Leberl, dem Senioren- und Behindertenbeauftragten der Stadt Gelsenkirchen (links), und Gudrun Wischnewski, der 1. Vorsitzenden des Generationennetzes Gelsenkirchen (rechts), zeigt das Foto SeNas der „ersten Stunde“ von links:

Jürgen Gollnick, Ulrich Pesch, Traude Heimhilcher, Gisela Majewski, Werner Backhaus, Herman Pelka, Christa Tüllmann und Petra Schlüter

Foto: Matthias Schäfer

Die SeNas wohnen in der Regel in dem Wohnviertel, in dem sie sich als Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter engagieren. D. h. sie bringen Ortskenntnis mit. Viele sind eingebunden in Aktivitäten lokaler Gruppen und Netzwerke. Beim Einstieg wird die Bereitschaft vorausgesetzt, dass sich die einzelnen zunächst einmal für ein Jahr zur Verfügung stellen, immer mit der Option auf Verlängerung. Alle SeNas entwickeln ihre konkrete Aufgabenstellung bezogen auf ihre Nachbarschaft in Abstimmung mit den anderen und dem Begleitteam (Seniorenbeauftragter, Mitarbeiter/-innen der Infocenter) in Form eines eigenen Arbeitsplans. Ein erster Entwurf wird während der Seminarwoche zur Qualifizierung der Seniorenvertreterinnen/Nachbarschaftsstifter erarbeitet, vorgestellt und abgestimmt.

Die Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter bekommen durch ihr Engagement viele neue Kontakte und erleben das Eingebundensein in eine lebendige Gemeinschaft aktiver Menschen und ihre zunehmende Wirksamkeit sowie Sozial- und Sachkompetenz. Sie erwerben

Wissen und Fähigkeiten durch Teilnahme an bedarfs- und beteiligungsorientierten Weiterbildungen (Themen- und Methodenwerkstätten).

Bürgerinnen und Bürger erhalten in ihren Wohnvierteln durch das Angebot der SeNas bei Bedarf niederschwellige Hilfeangebote in der Nachbarschaft, informelle Kontaktangebote im Wohnviertel, neutrale Vermittlung von Hilfeangeboten und die Möglichkeit der flexiblen Verknüpfung von bürgerschaftlichen, professionellen Hilfeangeboten und offene, nicht kontext- bzw. milieugebundene Möglichkeiten zur Einbindung in nachbarschaftliche Netzwerke. Über die SeNas werden die zur Verfügung stehenden professionellen und bürgerschaftlich engagierten Hilfeangebote immer bekannter.

Insgesamt werden Bereitschaft und Kapazität, hilfebedürftige und isoliert lebende Ältere im Wohnviertel zu erreichen, gestärkt. Viele Bürgerinnen und Bürger im Stadtteil haben Interesse daran, ihr Umfeld zu gestalten und Bedürftigen zu helfen. Diese Bereitschaft bleibt im

Quartier oft ungenutzt, weil es an Möglichkeiten fehlt. Seniorenvertreterinnen/Nachbarschaftsstifter haben hier Abhilfe geschaffen. Denn nun können sich Gestaltungswille und Hilfsbereitschaft in den Stützpunkten der SeNas entfalten und entsprechende hauptamtliche Strukturen wirkungsvoll verstärken. (Informelle) Freizeit- und Kulturangebote im Wohnviertel nehmen zu. Ideen, Impulse und Maßnahmen für eine bedürfnisgerechte Gestaltung des Wohnviertels können sich potenzieren. Die Zunahme nachbarschaftlicher Netzwerke bewirkt die Abnahme sozialer Isolation. Es entstehen nach und nach an gemeinsamen Zielen ausgerichtete transsektorale Bündnisse für mehr Lebensqualität im Wohnquartier.

Julius Leberl

Senioren- und Behindertenbeauftragter (SBB)

Stadtteilinitiativen auf der Domplatte

- „Erleben Sie lebendiges Ehrenamt“ -



Unter diesem Motto hatte die Ehrenamtsagentur Gelsenkirchen die Stadtteilinitiativen, die aktiv in und für Gelsenkirchen am Werk sind, am Samstag, 22. September 2018, auf die Domplatte an der Urbanus-Kirche in Gelsenkirchen-Buer eingeladen. Von 11.00 bis 14.00 Uhr konnten sich die interessierten Gelsenkirchener Bürger wieder über die Aktivitäten informieren und evtl. mit dem Gedanken spielen, in einer der vielen Initiativen mitzumachen.

Mitgemacht und sich repräsentiert hatten u.a. Ückendorf aktiv, Hüllen aktiv, Forum 2000, Hasseler Geschichtskreis, Netzwerk Heßler, Rotthausener Netzwerk, Bergbausammlung Rotthausen, Bürgerverein Rotthausen, Alfred-Zingler-Haus und Reparatur-Café Horst. Allein durch die räumliche Nähe der Pavillons auf der Domplatte hatten die verschiedenen Initiativen Gelegenheit, sich kennen zu lernen und sich auszutauschen.

Der Gelsenkirchener Oberbürgermeister Frank Baranowski stellte in seinem Grußwort die Initiativen als ein Vorbild für ehrenamtliche Tätigkeiten vor.

Außerdem wurde ein durchgehend buntes Bühnenprogramm mit Musik und Tanz der verschiedenen Bands und Gruppen, wie die Brassband der Gesamtschule Horst, die Minigarde der Bismarcker Funken und noch einige mehr, geboten.

Durch das Programm führte, wie immer gekonnt, Norbert Labatzki alias „Dr. Stolzenfels“ alias „Mr. Mambo“, vielen Gelsenkirchener von den Feierabend-Märkten auf dem Heinrich-König-Platz und eben an gleicher Stelle auf der Domplatte bekannt. Er wies in seiner Moderation immer wieder auf die Aktivitäten der „Gelsenkirchener Tafel“ hin, die jetzt auch vor kurzer Zeit eine neue Ausgabestelle in Gelsenkirchen-Rotthausen im Pfarrsaal neben der Kirche St. Barbara an der Danziger Straße eröffnet hat, und warb für Ehrenamtliche, die dort mitmachen wollen und können. Die Tafel war an diesem Tage auch auf der Domplatte mit dem gesamten Vorstand vertreten und bot Kaffee und Kuchen an.

Unterstützt werden die vielen Initiativen durch Zuschüsse aus dem Quartiersfond, der von der Ehrenamtsagentur verwaltet wird. „Das macht Nachbarschaftsfeste, Gruppentreffen oder alles, was zum Leben in einem Quartier dazu gehört, möglich“, so Beate Rafalski und Johannes Mehlmann von der Ehrenamtsagentur.

Hans-Günter Iwannek
Redaktionsmitglied



Senioren Wohnen



Am Klösterchen

- 1+2- Raum Mietwohnungen mit EBK, Bad, Balkon
- Senioren- und rollstuhlgerecht / mit Notruf
- umfassendes Service- und Betreuungsangebot
- eigenes Café, ruhiger Innenhof / Parkanlage
- Stadtmitte Gelsenkirchen, Wannerstraße 42
- bei Bedarf kompetente Pflege in der eig. Wohnung

Rufen Sie uns an: 02 09 / 1 52 79



In Ihrer Sparkasse



Bleiben Sie unabhängig
und selbstbestimmt –
die Private Pflegeversicherung
der UKV



S-Versicherungsservice GmbH

... und in allen Geschäftsstellen Ihrer Sparkasse Gelsenkirchen

Am Rundhöfchen 6, 45879 Gelsenkirchen

Telefon 0209/161-2782 oder -4421

www.s-versicherungsservice-ge.de

Immer da, immer nah.

PROVINZIAL

Die Versicherung der Sparkassen

Kurzzeitpflege am Rungenberg

Könnte auch heißen "Kur Zeitpflege" am Rungenberg



Wir helfen Ihnen in Krisensituationen, im Anschluss an eine stationäre Behandlung oder ermöglichen Ihnen einfach einen entspannenden Urlaub.

Wenn eine Pflegekraft im häuslichen Bereich ausfällt und nicht anderweitig ersetzt werden kann, helfen wir Ihnen in dieser schwierigen Situation weiter.

Nach einem Krankenhausaufenthalt unterstützen wir Sie bei der Regeneration und Mobilisation, damit Sie schnell wieder nach Hause kommen.

Wir ermöglichen den pflegenden Angehörigen eine Auszeit zu nehmen und ohne schlechtes Gewissen zu entspannen und wieder Kraft zu tanken.

Mit Platz für Erholung und Genesung, unterstützt durch Pflegefachpersonal, wird Ihr Aufenthalt bei uns eine willkommene Abwechslung zum Alltag sein.



Seit
2001
für Sie da

Was kostet Ihr Aufenthalt "Am Rungenberg"?

Durch Ihre Krankenkasse, Pflegekasse gegebenenfalls das Sozialamt wird Ihr Aufenthalt bei uns, bedingt durch Ihre falls vorhandene Pflegestufe, zum Teil frei von Zuzahlung.

**Gerne helfen wir Ihnen bei der Antragstellung bei Behörden und Kassen. Noch Fragen?
In einem unverbindlichen Beratungsgespräch stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.**



Tel.: 0209-3 89 87-0 FAX.:0209-3 89 87-29

www.kurzzeitpflege-mikfeld.de info@kurzzeitpflege-mikfeld.de

APM Altenpflege Mikfeld GmbH, Horster Str.160a, 45897 Gelsenkirchen

„Kulturbegleiter/innen Gelsenkirchen“

Eine neue Initiative von: Ev. Kirchenkreis Gelsenkirchen / Wattenscheid, Generationennetz Gelsenkirchen e.V. und Volkshochschule Gelsenkirchen.

Der nachfolgende Flyer macht auf diese neue Initiative aufmerksam und fand beim Redaktionsteam allgemein positive Zustimmung zur Veröffentlichung in unserem Magazin.

Werner Rothmann
Redaktionsmitglied



**Kulturbegleiter/innen
Gelsenkirchen**

Die Initiative „Kulturbegleiter/innen Gelsenkirchen“ ermöglicht es Menschen, die aufgrund einer psychischen, geistigen, neurokognitiven oder körperlichen Beeinträchtigung auf eine Begleitung angewiesen sind, an kulturellen Veranstaltungen in Gelsenkirchen teilzunehmen. Voraussetzung ist, dass dem/der Kulturbegleiter/in keine Kosten entstehen.

Kontakt:

Generationennetz Gelsenkirchen e.V.
Martina Mail
Tel.: 0209 169-5422 oder 0157 33031698
martina.mail@gelsenkirchen.de

Die „Kulturbegleiter/innen Gelsenkirchen“ sind eine Initiative vom Ev. Kirchenkreis Gelsenkirchen / Wattenscheid, dem Generationennetz Gelsenkirchen e. V. und der Volkshochschule Gelsenkirchen.

Helau AWO, helau Rotthausen, helau Gelsenkirchen

Rita Stimper, 1. Vorsitzende der AWO Düppel, begrüßte in der Aula der Dahlbusch Schule Gelsenkirchen die bunt gekleideten Jecken mit der Frage: „Wo seid ihr, das närrische Volk, wo sind die Karnevalsjecken? Ich sehe, es geht euch gut, und die Stimmung ist prima. Dann kann unsere Karnevalsfeier 2019 losgehen.“

Die 70 anwesenden Karnevalsjecken hatten Spaß, Freude und sahen in ihren Kostümen prachtvoll aus. Zu passender Musik kam das Tanzbein voll zum Einsatz, es wurde geschunkelt



und gesungen. Die Stimmung in der AWO Rotthausen Düppel war großartig, es konnte nicht besser sein.

Als flotte Putzfrauen von der Kolone Saubermann kam der Vorstand mit tollen Kostümen daher, putzen und fegen, das war gar nicht schwer. Das Publikum ließ sich gern vom witzigen Vortrag des Vorstandes begeistern. Die „Putzfrauen“ verwöhnten die Jecken mit alkoholfreier Bowle, Süßes, Berliner Ballen und leckerem Kaffee.

Der Höhepunkt der Feier waren die

Auftritte der Bismarcker Funken. Die Junggarde der Funken verzückten die Karnevalisten mit wunderbaren Darbietungen. Sie sahen in ihren fantastischen Kostümen putzig aus, es war einfach großartig.

Rita Stimper bekam einen Karnevalsorden von Frau Evi Hoffmann, der Vorsitzenden Vizepräsidentin der Bismarcker Funken, überreicht.

Für die Karnevalsjecken war es ein gelungener närrischer Nachmittag.

Rita Stimper
1.Vorsitzende



PR-Text

KLEIN ABER OHO!

Die Frühjahrsshow bis zum 16.06.2019

Erasmus Stein, die kleine Quasselstrippe mit Zauberkraften, ist unterhaltsam, spontan und erfrischend anders! Seien Sie dabei, wenn der Kugelblitz der Magie auf spektakuläre Artisten trifft und sie das Publikum in eine Parallelwelt entführen.

Die Zwillingbrüder **ROMAN UND SLAVA** beeindrucken mit einer perfekt synchronen Stepptanz-Performance! Ihre Karriere führte sie in die großen int. Varietés sowie die weltweit berühmten Revuethater **Moulin Rouge** und **Crazy Horse**! Die hübsche **GERALDINE PHILADELPHIA** präsentiert eine schwingvolle Ring-Jonglage. Dabei jongliert sie mit bis zu sechs Hula-Hoop-Reifen gleichzeitig, balanciert diese auf der Stirn und lässt sie elegant um ihren Körper schwingen. **JENNY KASTEINs** Herz schlägt für die Drahtseil-Artistik. Und so springt sie nach Handstand und Spagat durch einen mit Papier bespannten Reifen, und das alles auf einem dünnen Drahtseil! Das **DUO ICE** zeigt beeindruckende Partnerakrobatik. Während das Paar anmutig und zugleich kraftvoll die schönsten Bilder kreiert, regnet es auf die Bühne. Als **DB-ART** zeigt Daniil eine beeindruckende Darbietung am **Flying Pole**. Dabei hängt er an einer vertikal von der Decke schwebenden Stange und hält sich scheinbar mühelos nur mit seinen Händen oder Kniekehlen fest. Die **GRUPPE WILD** präsentiert einen atemberaubenden Mix aus Akrobatik, Tanz und Spitzen-Artistik!

Freuen Sie sich auf ein Feuerwerk aus Witz und Wunder, wenn Erasmus Stein auf atemberaubende Akrobaten trifft, und sie gemeinsam die Realität auf den Kopf stellen. **Regie: Sammy Tavalis**

VARIÉTÉ
et cetera

BOCHUM

ARTISTIK.COMEDY.GASTRONOMIE.

TICKET

0234
13003

08. MÄRZ – 16. JUNI 2019

KLEIN ABER
OHO!

TICKETS
ab 17,- EUR

SHOW Do., Fr., Sa. 20 Uhr & So. 19 Uhr

WWW.VARIETE-ET-CETERA.DE Herner Str. 299 | Bochum

Neuer Erfolg bei Ückendorf+

Das Netzwerk Ückendorf+ eröffnet erste öffentliche Pinnwand.



Willi Müller bei der Arbeit

Es ist geschafft. Am Samstag, dem 09.02.2019, wurde die erste von mehreren geplanten Pinnwänden in Gelsenkirchen-Ückendorf zum Leben erweckt.

Unter unserem Motto „Mehr Miteinander statt Nebeneinander“ wurde die Pinnwand von Volker Bruckmann und Willi Müller im Ausgangsbereich des Baumarktes Holz Meyer erstmals bestückt und somit ihrem Zweck übergeben.

In Verbindung mit der bereits auf der Website Ueckendorf-aktuell.org realisierten und sehr gut bestückten digitalen Pinnwand und dem ebenso realisierten und sehr umfangreichen Online-Terminkalender ergibt sich schon jetzt ein großer Informationsfluss bezüglich der sozialen Aktivitäten unseres Stadtteils.

Hier gilt unser Dank dem Baumarkt, der sich spontan bereit erklärte, einen entsprechenden Platz zur Verfügung zu stellen, und auch das Sponsoring der Wand (Erstellung und Montage) gern übernahm.

Ab sofort kann jetzt jeder Kunde hier die geplanten Veranstaltungen von Ückendorfer Institutionen einsehen und auch entsprechend planen. Sportvereine, Sommer- und Straßenfeste von Vereinen und Firmen, Veranstaltungen durch die Stadtverwaltung und vieles mehr kann hier veröffentlicht und dem interessierten Bürger nähergebracht werden. Möglicherweise sieht auch die eine oder andere Unternehmung /Verein hier eine Möglichkeit, seine Aktivitäten zu veröffentlichen.

Entsprechende Plakate, möglichst im Format DIN A2, aber mindestens DIN A3, können zu diesem Zweck im Stadtteilbüro (Bochumer Straße 109) oder im Mehrgenerationenhaus (Bochumer Straße 85) abgegeben werden.

Sie haben Fragen oder möchten sich an unserer Arbeit beteiligen? Scheuen Sie sich nicht, über das Kontakt-



Michael Tenbrink Holz Meyer, (l) Willi Müller (m) und Volker Bruckmann (r)

formular auf der Website ueckendorf-aktuell.org, Kontakt mit uns aufzunehmen.

Kordula Küper
Ückendorf+



Die Pinwand in ihrer ganzen Pracht

Foto: Willi Müller

Fotos: © Astrid Becker

Lust, Deine Zeit **sinnvoll** zu verbringen?
Komm zu uns ins **Ehrenamt**.



Deutsches
Rotes
Kreuz



DRK-Kreisverband Gelsenkirchen e.V.
Im Sundern 15 • 45881 Gelsenkirchen
info@drk-ge.de • www.drk-ge.de

 0209 **9 83 83-0**

- Hausnotruf
- Menüservice
- Erste Hilfe & Rettung
- Sanitätsdienst
- Kleidershop
- Fahrdienste
- Blutspende
- Bevölkerungsschutz
- Flüchtlingshilfe
- Jugendrotkreuz
- Ehrenamt

„Die Behandlung rettet ihm das Leben“

Eine Reportage aus dem Caritas Baby Hospital in Bethlehem



George ist ein fast zehnjähriger Junge aus Bethlehem. Er leidet an einer seltenen Krankheit. Seit vielen Jahren wird er im Caritas Baby Hospital betreut. Das Krankenhaus übernimmt zum großen Teil die Behandlungskosten. Ohne diese Unterstützung wäre George schon lange gestorben.

Sein erstes Weihnachtsfest verbrachte der kleine George notfallmäßig im Caritas Baby Hospital. Rasch erkannte man dort, dass er in Lebensgefahr schwebt. Der Neugeborene wurde in eine Klinik nach Jerusalem überwiesen, wo komplexe chirurgische Eingriffe durchgeführt werden können. Die Diagnose lautete: Morbus Hirschsprung. Anfänglich waren die Ärzte überzeugt, dass nach einer Darmoperation alles gut sei. Doch es stellte sich heraus, dass George an einer besonders schweren Form dieser seltenen Krankheit leidet. Innerhalb von zwei Jahren wurden ihm daher der gesamte Dickdarm und Teile des Dünndarms entfernt.

„Dass George lebt, grenzt an ein Wunder“, sagt Dr. Hiyam Marzouqa, Chefärztin im Caritas Baby Hospital. Dort wird George betreut, seit alle Operationen durchgeführt sind. Mindestens zwei Mal im Monat bekommt er für mehrere Stunden eine lebensrettende Infusion. In all den Jahren hat George dort Freunde gefunden – aber nicht etwa gleichalt-

rige Kinder, sondern viel mehr beim Personal. Da ist sein Lieblingspfleger, seine Lieblingskrankenschwester – und Hiba Sa’ady, seine Lieblingssozialarbeiterin. Sie begleitet George und die ganze Familie seit seiner Geburt.

Zerplatzte Zukunftsträume

„Die Diagnose traf die Eltern wie ein Schock. Alle Zukunftsträume zerplatzten in diesem Moment“, erinnert sich die Sozialarbeiterin an die ersten Begegnungen mit Georges Eltern. Diese Erfahrung macht die Sozialarbeiterin immer wieder, wenn Eltern erfahren, dass ihr Kind eine chronische Erkrankung hat und ein Leben lang mehr oder weniger auf Unterstützung und Pflege angewiesen sein wird. Daher seien viele Gespräche nötig, um die Familie zu ermutigen, ihr Kind so anzunehmen, wie es ist. Auch für Georges Eltern war es zu Beginn schwierig, mit dieser seltenen Erkrankung umzugehen. „Während der Vater in den letzten zehn Jahren stiller und in sich gekehrter geworden ist, mobilisiert die Mutter jeden Tag unglaubliche Kräfte und ist stärker und selbstsicherer geworden“, beschreibt Hiba Sa’ady, wie sich die Eltern durch

Georges Erkrankung verändert haben.

In den vielen Beratungsgesprächen hat sich zwischen der Familie und ihr, aber besonders zwischen George und ihr, eine ganz besondere Beziehung entwickelt. Immer wieder malt er für sie Bilder, die er mit „George liebt Hiba“ unterzeichnet. Der Junge hat sich „in mein Herz geschlichen“, gesteht auch die Sozialarbeiterin. Dabei betreut sie jedes Jahr unzählige kleine Patientinnen und Patienten im Caritas Baby Hospital. Aber George sei anders, außergewöhnlich und auch vorbildlich. „Kinder mit deutlich weniger schweren Erkrankungen haben nicht annähernd so viel Energie und Lebensmut wie George, den seine Krankheit unübersehbar zeichnet.“ Die Sozialarbeiterin ist überzeugt, dass viele Familien mit einer Krankengeschichte wie der von George längst aufgegeben und aufgehört hätten zu kämpfen.

Eine Goldmedaille beim Lesewettbewerb

Trotz Einschränkungen lebt George ein einigermaßen normales Leben mit seinen Eltern und seiner kleinen Schwester Sidra. Er geht in eine christliche Schule, und es stört ihn



wenig, dass er wegen der Krankheit nicht am Sportunterricht teilnehmen kann und gerade mal halb so viel wiegt wie seine Klassenkameraden. „Dafür bin ich im Lesen besser“, erklärt er stolz. „Darin habe ich sogar eine Goldmedaille gewonnen.“ Auf seinem Stuhl im Klassenzimmer liegt ein dickes Polsterkissen, damit er gut an die Tafel sieht. Die körperlichen Nachteile in der Schule macht George mit seiner raschen Auffassungsgabe und Intelligenz wett. Am Anfang fragten die anderen Kinder, warum er einen Schlauch in der Nase trägt. „Das hat mit meiner Krankheit zu tun“, gab er knapp zur Antwort. Damit sei alles gesagt, findet George. „Es langweilt mich, immer nur darüber zu reden.“ Über diesen Schlauch, die Nasen-Magen-sonde, wird er rund um die Uhr mit sättigender Milch versorgt. George kann und soll zwar alles essen – besonders mag er Hühnchen und Pizza – aber sein Körper nimmt aus der normalen Nahrung nicht genügend Nährstoffe auf. Die fehlenden Kalorien, lebenswichtigen Proteine, Enzyme und Vitamine werden ihm via Tabletten, Tropfen und Infusionen verabreicht.

Sein Wunsch ist Befehl

Einmal hat George darauf bestanden, die Sonde für einige Tage zu entfernen. Er wolle stattdessen „ganz viel zu essen“. Aber innerhalb kurzer Zeit verschlechterten sich seine Werte drastisch. Da hat George eingesehen, dass es ohne die künstliche Zusatzernährung nicht geht. Seither entfernt Georges Mutter Riham die Nasensonde nur zum Wechseln. Überhaupt übernimmt sie zuhause alle pflegerischen Aufgaben. „George möchte das so. Und sein Wunsch ist mir Befehl.“ Die 34-Jährige lächelt liebevoll. Oft schläft sie nur drei Stunden in der Nacht. Auf die Frage, wie sie das alles durchstehe, antwortet sie ohne zu überlegen: „Meine Kraft ist ein Geschenk Gottes.“ Die Mutter würde es sich nie erlauben, vor George Müdigkeit, Angst oder gar Tränen zu zeigen. Das ist ein Hinweis, den ihr die Sozialarbeiterinnen im Caritas Baby Hospital gegeben



Bildmaterial: www.kinderhilfe-bethlehem.de/presse/bilder-fuer-druck/

haben. „Positive Energie überträgt sich auf die Kinder genauso wie negative.“ Daher zeigt sie sich immer stark vor den Kindern, lässt sich ihre Gefühle nicht anmerken. Mehr noch, es ist, als trage Riham einen Schalter in sich, mit dem sie die Sorgen wegnipsen kann, wenn sie mit den Kindern zusammen ist. „Alles liegt in Gottes Hand. Ich habe in den vergangenen Jahren gelernt, nur im Moment, nur im Jetzt zu leben.“ Trotz eines regelmäßigen Einkommens haben die Eltern keine Möglichkeit, neben den laufenden Ausgaben und den Schulgebühren auch für die Kosten der Behandlung aufzukommen. Sie besitzen, wie die meisten Familien in Palästina, keine Krankenversicherung. Hinzu kommt, dass Krankenkassen die anspruchsvolle Behandlung und die umfassende Betreuung, die das Caritas Baby Hospital anbietet, nicht zahlen würden. „Wir sind dankbar, dass das Krankenhaus einen Großteil der Kos-

ten übernimmt“, sagt Riham. „Die Behandlung rettet ihm das Leben.“ Wenn Georges Mutter Medikamente, Milchpulver oder Schläuche für die Magensonde braucht, geht sie bei der Sozialarbeiterin vorbei und diskutiert mit ihr, inwieweit das Caritas Baby Hospital die Familie finanziell unterstützen kann. George findet diese Besprechungen langweilig. Außerdem ermüdet ihn selbst der kurze Weg zwischen dem Behandlungsraum und dem Büro der Sozialarbeiterin.

Seit langem schon freut sich George auf seinen Geburtstag. Noch ist er unschlüssig, was er sich wünschen soll. Eine Gitarre? Eine Trommel? Schelmisch grinsend schiebt er nach: „Am besten beides.“ Er ist schlagfertig und selbstbewusst und liebt das Leben, auch wenn es nicht immer einfach ist und er oft Schmerzen hat. Aber er lässt sich von der Krankheit nicht unterkriegen. „Ich doch nicht.“

Text: **Livia Leykauf**

RITA WILL ES WISSEN

Komödie mit Jeanette Biedermann und René Heinersdorff
30.05.2019 – 30.06.2019, Theater im Rathaus Essen



Frank hat den Job als Leiter einer Erwachsenenbildungsstätte mehr aus finanziellen Gründen angenommen. Denn desillusioniert, wie er im Laufe der Jahre geworden ist, kann diese neue „Herausforderung“ nur schrecklich werden. Und es kommt wie von ihm befürchtet: es wird schrecklich! Rita, eine muntere, junge Friseurin auf der Suche nach sich selbst, tötet ihm mit ihrem ziellosen und „unverbildeten“ Herumstochern in der englischen Literatur den

letzten Nerv. Aber Ritas Unbeirrbarkeit und ihr großer Ehrgeiz sowie ihr gesunder Menschenverstand, an dem sie Frank unverblümt teilhaben lässt, wirbeln seine Welt und Ansichten kräftig durcheinander. Die Komödie „RITA WILL ES WISSEN“ von William Russel, unter der Regie von Hugo Egon Balder, wird im Theater im Rathaus Essen, Rathausgalerie, Porscheplatz 1 in 45127 Essen, aufgeführt. Termine: 30.05. – 30.06.2019 (Di. – Sa. Vorstellungsbeginn 19.30 Uhr, So. und Feiertag 18.30 Uhr).

Eintrittspreise: 20 – 30 Euro, Einzelkarten-Ermäßigung für Schwerbehinderte ab 70 GdB 30%, Schüler/ Studierende 30%. Bestellungen und Reservierungen von Karten und Gutscheinen sind an der Theaterkasse möglich, aber auch telefonisch unter Tel. 0201/2455555 oder per E-Mail über service@theater-im-rathaus.de. Weitere Infos im Internet unter www.theater-im-rathaus.de.

Text: *Brigitte Sdun*
 Foto: Robert Jentzsch,
 Dennis Haentzsch



Digitale Helfer für Diabetiker

Blutzuckerwerte lassen sich per App abrufen

Mal Überzuckerung, mal Unterzuckerung – wer Diabetes hat, muss ständig auf seinen Blutzuckerspiegel achten und die Insulinmenge ausrechnen. Mittlerweile gibt es dafür zum Glück digitale Helfer. Die mySugar App beispielsweise erleichtert den Alltag für Betroffene wesentlich. Sie ist ein ebenso einfacher wie effek-

tiver Diabetes-Manager: Die Blutzuckerwerte werden per Bluetooth direkt vom Messgerät auf das Tablet bzw. Smartphone übertragen. Die App bietet praktische Übersichten wie ausführliche Analysen der Diabetesdaten von bis zu 90 Tagen. Sie schätzt auf Basis der eingetragenen Werte den Blutzuckerlangzeit-

wert. Außerdem ermöglicht die App Kontakte zu zertifizierten Coaches, die als Berater jeder Zeit zur Verfügung stehen. Die Kosten für die App werden von einigen Krankenversicherungen erstattet.

Brigitte Sdun



Start in den Frühling mit frischer Mode!

Erfreuen Sie sich an
unserem Frühlings-
sortiment und tollen
Jubiläumsangeboten.
Wir freuen uns auf Sie!



Die DRK-Kleidershops „Jacked wie Hose“

Crangerstraße 267 - 45891 Gelsenkirchen - Erle & Ahstr. 7 - 45879 Gelsenkirchen - Altstadt
0209 9 83 83-0 - info@drk-ge.de - www.drk-ge.de

- PR-Text -

Hausnotruf – selbst-bestimmtes sicheres Leben

Heute fahren wir zum zweiten Mal zu einem älteren Ehepaar. Hausnotrufgerät anschließen, Vertragsabschluss und Schlüssel-übergabe. Das klingt so simpel, ist es aber nicht.

„Es steckt doch viel mehr dahinter, eine Lebensgeschichte und das starke Verlangen nach ein wenig Freiheit und Selbstbestimmung, auch wenn körperliche Einschränkungen, oder gerade deshalb, einem scheinbar die Freiheit nehmen“, sagt Timm zu mir auf dem Weg zum Termin.

Ich unterhalte mich auf der Hinfahrt ein wenig mit Timm, unserem Auszubildenden, ich habe ihn bereits in der letzten Ausgabe vorgestellt.

Mich interessiert, wie er als junger Mensch mit dem Thema Hausnotruf umgeht und was ihn bewegt, bei uns eine Ausbildung zu machen.

„Jeder von uns hat doch Großeltern, um meine mache ich mir manchmal Sorgen, wenn es denen nicht gut geht. Außerdem kann mir auch etwas Schlimmes passieren, ein Unfall zum Beispiel. Was mache ich denn dann, wenn ich plötzlich nur noch eingeschränkt leben kann. Ich finde es wichtig, Menschen mit dem Hausnotruf Sicherheit zu geben.“ Vor Ort angekommen, packt Timm alle nötigen Unterlagen zusammen und wir machen uns auf den Weg in den dritten Stock eines Mehrfamilienhauses. Oben empfängt uns eine kleine, zierliche Dame. Ich erfahre von

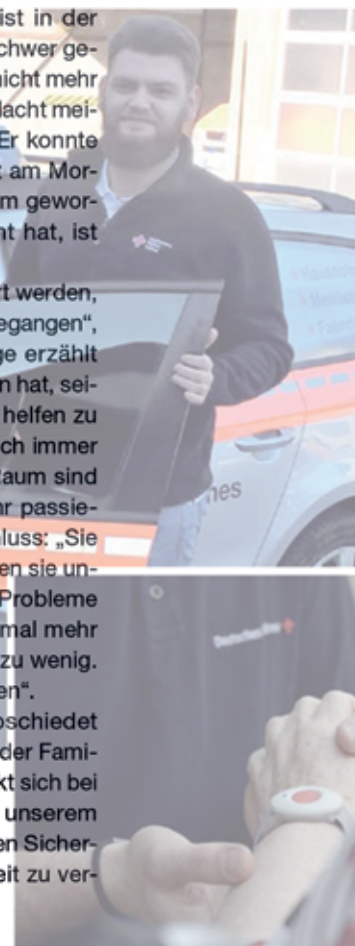
Timm, dass sie 80 Jahre alt ist. Im Wohnzimmer erwartet uns ihr Ehemann, 91 Jahre mit Pflegegrad 3. Er sitzt im Rollstuhl und ist schwerhörig. Wir werden von beiden freundlich aufgenommen. Für beide ist das ein besonderer Moment, heute geben sie Fremden schließlich den Schlüssel von ihrem Zuhause, ihrem Rückzugsort. Die Tochter kommt etwas später auch dazu, begleitet den Termin und regelt das vertragliche für ihre Eltern. Die Haushaltshilfe des Paares ist gerade dabei, ihre Arbeit zu verrichten. Timm lässt sich nicht aus dem Konzept bringen. Mit einer unerschütterlichen Ruhe erklärt er freundlich und geduldig alle wichtige Zusammenhänge. Er schließt das Hausnotrufgerät an und testet über die Zentrale, ob alles funktioniert.

Dann erklärt er auf nochmaliger Nachfrage des älteren Mannes, was mit dem Hausschlüssel passiert. Der 91-Jährige ist erleichtert, als er erfährt, dass dieser absolut sicher in einem Hausnotruf-tresor aufbewahrt wird und kein Unbefugter sich den Schlüssel nehmen kann. Von der Tochter erfahren wir, was geschehen ist, bevor ihre Eltern sich schließlich für den Hausnotruf entschei-

den haben: „Meine Mutter ist in der Nacht auf dem Weg ins Bad schwer gestürzt, sie konnte sich alleine nicht mehr aufrichten und hat die ganze Nacht meinen Vater um Hilfe gerufen. Er konnte sie natürlich nicht hören. Erst am Morgen ist mein Vater aufmerksam geworden, bis er uns dann erreicht hat, ist noch mehr Zeit vergangen.“

„Meine Mutter musste operiert werden, zum Glück ist noch alles gut gegangen“, erklärt sie uns. Der 91-Jährige erzählt uns, dass es ihm sehr leidgetan hat, seiner Frau in jener Nacht nicht helfen zu können. Schließlich hat sie sich immer um ihn gekümmert. Alle im Raum sind sich einig, das soll nicht mehr passieren. Timm sagt noch zum Schluss: „Sie sind jetzt sicher bei uns. Nutzen sie unseren Hausnotruf, sobald sie Probleme haben, drücken sie lieber einmal mehr auf den Notknopf, als einmal zu wenig. Wir sind da, um ihnen zu helfen.“ Wir werden freundlich verabschiedet und spüren die Erleichterung der Familienmitglieder und man bedankt sich bei uns. Ich erahne, was Timm, unserem Azubi, so gut gefällt. Menschen Sicherheit zu geben und Dankbarkeit zu vernehmen, fühlt sich gut an.

Anja Happe



ALLES WAS SIE WOLLEN

**Komödie mit Herbert Herrmann und Nora von Collande
25.04. bis 26.05.2019, Theater im Rathaus Essen**

Die erfolgreiche Theaterautorin Lucie hat eine Schreibblockade. Bisher lieferte ihr missglücktes und chaotisches Privatleben den Stoff für ihre Stücke. Doch jetzt ist Lucie glücklich, auch glücklich verheiratet, wie sie sagt. Nun fehlt ihr jegliche Inspiration zum Schreiben, das Papier bleibt weiß. Wenn irgendjemand sie doch nur ein bisschen unglücklich machen könnte.

Das Leben meint es gut mit ihr und eine defekte Badewanne führt zu einer Begegnung mit Thomas, ihrem Nachbarn. Beide könnten unterschiedlicher nicht sein. Sie ist rastlos und selbstbezogen, er in sich ruhend, ein bisschen schwerfällig. Dennoch kommen die beiden einander näher und entwickeln einen gewagten Plan, um Lucies Kreativität wiederzubeleben.

Die Uraufführung der Komödie „ALLES WAS SIE WOLLEN“ von Matthieu Delaporte & Alexandre de la Patellière, unter der Regie von Herbert Herrmann, findet im Theater im Rathaus Essen, Rathausgalerie, Porscheplatz 1 in 45127 Essen statt.



Termine: 25.04. bis 26.05.2019 (Di. – Sa. Vorstellungsbeginn 19.30 Uhr, So. und Feiertag 18.30 Uhr).

Eintrittspreise: 20 – 30 Euro, Einzelkarten-Ermäßigung für Schwerbehinderte ab 70 GdB 30%, Schüler/ Studierende 30%.

Bestellungen und Reservierungen von Karten und Gutscheinen sind an

der Theaterkasse möglich, aber auch telefonisch unter Tel. 0201/2455555 oder per E-Mail über service@theater-im-rathaus.de. Weitere Infos im Internet unter www.theater-im-rathaus.de.

Text: **Brigitte Sdun**

Foto: Copyright by Thomas Grünholz

Wahl-O-Mat für ältere Menschen

26. Mai 2019 - Wahlaufruf „JA zu Europa“

Die BAGSO ruft alle Wahlberechtigten auf, am 26. Mai 2019 ihre Stimme für ein vereintes und demokratisches Europa abzugeben. In dem Wahlaufruf „JA zu Europa“ heißt es: „Wir Älteren wissen: Die Europawahl gibt uns die Chance, über die Zukunft Europas mitzuentcheiden. Wir haben es in der Hand, ob Europa seine Potenziale entfalten kann, oder ob es in egozentrischen Nationalismus zurückfällt.“

Die Bundeszentrale für politische Bildung (bpb) hat sich etwas Besonderes ausgedacht! Der Wahl-O-Mat ist eine Internetanwendung, die eine Entscheidungshilfe für aktuell anstehende Europa-, Bundestags- und Landtagswahlen bietet. Den Wahl-O-Mat der bpb gibt es seit 2002. Mittlerweile hat er sich zu einer festen Informationsgröße im Vorfeld von Wahlen etabliert. Er wurde bisher über 71 Millionen

Mal vor Wahlen genutzt. Die Webseite des Wahl-O-Maten gibt Hintergrundinformationen zu der jeweils anstehenden Wahl. Seit Kurzem gibt es eine Anleitung für Erwachsenenbildner, wie der Wahl-O-Mat in Bildungsveranstaltungen für SeniorInnen eingesetzt werden kann. Weitere Informationen unter: www.bpb.de/politik/wahlen/wahl-o-mat/ und www.wissensdurstig.de.

Brigitte Sdun

Schöne neue Informationswelt

Haben Sie heute schon im Internet gesurft? Nein? Wenn Sie mit dem ÖPNV unterwegs waren, haben das vermutlich alle Ihre Mitreisenden getan. Jedes Kind hat ständig sein Smartphone zur Hand. Auch ältere Damen hört man oft sagen: "Moment. Ich google das mal eben." Denn auch die älteren Menschen sind heutzutage vollumfänglich medienkompetent. Sie bedienen sich unterschiedlicher Suchmaschinen und sind mit wenigen Klicks auf den Internetseiten der ganzen Welt zu Hause.

Politiker haben es heute schwer. Jeder ihrer Schritte, jede Handbewegung kann heute im Internet erscheinen. Das zu einer politischen Rede mitgelieferte: "Es gilt das gesprochene Wort." Hat heute eine neue Qualität bekommen. Denn das gesprochene Wort ist nun allseits und nicht mehr nur den Konferenzteilnehmern oder engeren Vertrauten eines Politikers bekannt.

Vieles wird eingewandt gegen diese Form der Information. Manches mit Recht. Was uns im Internet begegnet, ist selten ausgewogen und nicht immer sorgfältig recherchiert. Was wir hier erfahren, können wir deshalb oft nur nach gründlicher Überlegung in unseren Meinungsbildungsprozess einbeziehen. Manchmal müssen wir zusätzlich Hintergrundinformationen einholen und

das verifizieren, was wir im Internet erfahren haben. Natürlich beziehen wir viele dieser Informationen auch wieder aus dem Internet, denn es ist eine Informationsquelle, aus der jeder schöpfen kann.

Das Internet speist sich aus professionellen Quellen, aber auch Menschen, die andere als wirtschaftliche Interessen haben, sogar Amateure und Laien versorgen uns im Internet mit Bildern, Videos und Texten.

Dafür wird das Internet von den Massenmedien kritisiert. Hier werde kein seriöser Journalismus betrieben, kritisieren Befürworter der Printmedien. Das stimmt oft. Es ist vermutlich aber nicht der Grund, aus dem diese über schwindende Leserzahlen klagen. Das liegt vielleicht auch an der mangelnden Attraktivität mancher Zeitungen und Zeitschriften, die sich ihre Kritik an der journalistischen Qualität der Internetpublikationen auch selbst zu Herzen nehmen sollten. Zeitschriften verhehlen aus langer Tradition oft nicht, welche Geschäftsinteressen sie vertreten. Die Artikel in vielen Frauenzeitschriften stehen gleich neben der einschlägigen Werbung. Hier fehlt es so sehr an der Unabhängigkeit, dass man da eigentlich nicht von Journalismus sprechen kann. Wenn es um das Internet geht, legen Vertreter der Printmedien allerdings strengere Maßstäbe an.

Ob die Berichterstattung ausgewogen ist, steht noch einmal auf einem anderen Blatt. Wo es schon an der Unabhängigkeit der Berichterstattung fehlt, wird man sich diese Frage gar nicht stellen.

Doch ist Journalismus die einzige seriöse Informationsquelle? Und gibt es nicht auch im Internet seriösen Journalismus?

Das Internet bietet viele Publikationsmöglichkeiten. Wer möchte, kann sich dort journalistisch betätigen. Die Newsportale vieler großer Tageszeitungen machen doch vor, wie das geht. Sie sind meistens aktueller als die Printausgabe und erlauben zudem Leserkommentare. Wer im Internet publiziert, trägt zum Weltwissen bei. Dem User steht es frei, welche Informationen er auswählt und wie er die unterschiedlichen Informationen bewertet.

Darin unterscheidet sich das Internet gar nicht so sehr von den Printmedien. Denn auch was diese verbreiten, sollte man auf seinen Wahrheitsgehalt gründlich prüfen. In der Hinsicht war man früher manchmal kritischer, als kaum jemand dem ungeprüft Glauben schenkte, was in der Zeitung stand.

Brigitte Dreischer
Redaktionsmitglied



verlag
druck & graphik
achim schrecklein

postallee 41
45964 gladbeck
tel. 0 20 43 : 48 39-0
fax 0 20 43 : 48 39-39
info@druck-graphik.de

Drucksachen : Digitaldruck : Gestaltung : Web-Design

produktion. publikation. kommunikation.

Die Umwelt schützen und bares Geld sparen

– der Stromspar-Check im Quartier Gelsenkirchen-Ückendorf/Neustadt

Ob für den nächsten Ausflug aufs Land, einen Besuch im Restaurant oder als Taschengeld für die Enkel – Geld „auf die hohe Kante legen“ machen in Deutschland vor allem Senioren gern. Das geht natürlich, indem mal auf das eine oder andere für eine gewisse Zeit verzichtet wird. Was viele nicht wissen: Es lässt sich auch langfristig einiges einsparen, und zwar im eigenen Haushalt – durch Strom. Klar, Strom kann man nicht für klamme Zeiten unters Kopfkissen legen, aber es ist dennoch möglich, schnell und einfach Strom zu sparen. Warum das eine gute Idee ist? Ganz einfach: Um die Umwelt zu schützen und konkret auch bares Geld zu sparen. Gerade Haushalte mit einem niedrigen Einkommen sollten mögliche Einsparpotenziale erkennen und nutzen. Dafür gibt es seit 2010 das bundesweite Projekt „Stromspar-Check Kommunal“, wodurch kostenlose Beratungen zum Themenbereich Energie- und Wassersparen angeboten werden. In NRW befinden sich diese Stromspar-Checks in rund 200 Städten und Gemeinden. Eines dieser kommunalen Angebote befindet sich in Gelsenkirchen-Ückendorf/Neustadt. Hier informieren und unterstützen zwei Stromsparhelfer Anwohner, die ein geringes Einkommen haben (z.B. Hartz IV, Wohngeld, Sozialhil-

fe, Grundsicherung). Sie sitzen im Mehrgenerationenhaus, in der Bochumer Straße 85, und beraten zu ihren Sprechzeiten jeden Mittwoch von 8:30 bis 14 Uhr. Besucher jeder Altersgruppe sind hier willkommen. Besonders mit Senioren sind die beiden Stromsparhelfer in Kontakt. So nehmen sie stets an Seniorentreffen im Quartier teil und arbeiten eng mit Seniorenberatern zusammen. Durch diese Gemeinschaftsaktionen möchten sie auch die Menschen im Quartier besser kennenlernen, Unterstützung anbieten und so das „Wir-Gefühl“ im Viertel stärken. Doch ihre Arbeit ist auch ganz praktischer Natur: Menschen zu überzeugen, dass sich eine Beratung zum Thema Stromsparen lohnt. Denn einen kostenlosen Service des Stromspar-Checks wahrzunehmen, lohnt sich in jedem Fall: Einerseits gibt es eine Aufklärung zum Nutzerverhalten – wie man also mit kleinen Verhaltensänderungen große Mengen an Energie einsparen kann. Zusätzlich bringen die Stromsparhelfer kostenlose Energie- und Wassersparartikel im Wert von etwa 70 Euro in die Wohnung oder das Haus mit, die an Ort und Stelle direkt eingebaut werden. Damit können die Haushalte ca. 150 Euro pro Jahr an Energiekosten einsparen und leisten gleichzeitig einen wesentlichen Beitrag zum Kli-



ma- und Umweltschutz. In Bezug auf die Neuanschaffung energieeffizienter Geräte, beraten die Stromsparhelfer interessierte Anwohner ebenfalls. Vor allem alte Kühlgeräte können wahre Stromfresser sein, gerade wenn sie älter als zehn Jahre sind. Deshalb kann man unter bestimmten Bedingungen über den Stromspar-Check Kommunal noch zusätzlich einen Kühlgerätegut-schein von 150 Euro bekommen. Und dadurch, dass das Land NRW auch noch den Austausch energieeffizienter Kühlgeräte fördert, können noch weitere 50 Euro pro Person an Fördergeldern zusammenkommen. Die Stromsparhelfer informieren über die Fördermöglichkeiten und geben Hilfestellung bei den Anträgen.

Terminvereinbarungen sind unter der Telefonnummer (0209-60489319) oder E-Mail-Adresse (frank.bluhm@caritas-gelsenkirchen.de) möglich. Seit mittlerweile zehn Jahren gibt es den bundesweiten Stromspar-Check, in dem der Deutsche Caritasverband und der Bundesverband der Energie- und Klimaschutzagenturen Deutschlands (eaD) die Bekämpfung von Energiearmut und die Erreichung von Klimaschutzziele erfolgreich miteinander verknüpft haben. Gefördert wird das Projekt vom Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit im Rahmen der Nationalen Klimaschutzinitiative. Die prisma consult GmbH unterstützt alle 36 Stromspar-Check Standorte in Nordrhein-Westfalen mit energiefachlichem Know-how.

Weitere Informationen zum Stromspar-Check NRW:

www.stromspar-check.nrw



Susanne Hans
prisma consult GmbH

NEO|BETREUUNG

Wir unterstützen Sie im Alltag.



ZUHAUSE IST ES AM SCHÖNSTEN

Wir helfen Ihnen selbstständig zu bleiben.
Tel. 0209 89 99 13

DAS MACHEN WIR DOCH GERNE FÜR SIE!

- Hauswirtschaftsdienste
- Betreuungsleistungen 45b
- Einkaufsservice
- Pflegeboxen
- Unterstützung beim Umzug oder
komplette Übernahme des Umzugs,
falls doch das Senioren-/Pflegeheim
ansteht

INFO

Ab Pflegegrad 1 bezahlt diese
Leistungen Ihre Pflegekasse.

Für weitere Informationen
sprechen Sie uns gerne an.



WIR GEHEN IHNEN ZUR HAND.
VERANTWORTUNGSBEWUSST.

Wir freuen uns auf Ihre Aufgaben.

Neo-Betreuung
Johannes-Rau-Allee 33 - 45889 Gelsenkirchen
Tel. 0209 89 99 13 - Mobil 0174 3406344
info@neo-betreuung.de
www.neo-betreuung.de

erwin pfeil

Bestattungsinstitut seit 1928

Individuelle **Beratung** führt
zu **individuellen** Preisen.

Wir sprechen ganz offen darüber.

Sie entscheiden
in welchem Umfang.

ERWIN PFEIL GMBH
HAUPTSTRASSE 73 - 45879 GELSENKIRCHEN

TEL. 02 09/23 63 3

www.erwin-pfeilbestattungen.de

Hof Holz
Leben gemeinsam erleben



Leben gemeinsam erleben.

Frühstück • Mittagstisch • Kaffee & Kuchen • Abendessen
Für jede Generation.



Holz Betriebsgesellschaft gGmbH, Braukämperstraße 80, 45899 Gelsenkirchen
Di. - Do. 9 - 18 Uhr Freitag/Samstag und Sonntag bis 22.00 Uhr Küche
Tel.: 0209/408 583 00 Fax: 0209/408 583 029 E-Mail: info@hof-holz.com

Hof Holz
Leben gemeinsam erleben

Raus aus der Schuldenfalle im Alter

Ratgeber der BAGSO informiert über Lösungswege

Immer mehr ältere Menschen geraten in finanzielle Not. Entweder ihr Einkommen hat sich auf einmal verringert oder plötzlich sind Kosten auf sie zugekommen, mit denen sie nicht gerechnet haben. Längst ist heutzutage nicht für alle Menschen ein sorgenfreies Alter nach dem Arbeits- und Familienleben selbstverständlich. Ältere Menschen können in finanzielle Schwierigkeiten geraten, da die Rente geringer ist als das Arbeitseinkommen oder wenn der Lebenspartner verstorben ist. Bei SeniorInnen ist die Scham besonders groß, eine Schuldnerberatungsstelle aufzusuchen.

Die Broschüre „Schuldenfrei im Alter“ will dazu beitragen, dass frühzeitig professionelle Hilfen zum Beispiel in Form einer Schuldnerberatung in Anspruch genommen werden. Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen



(BAGSO) hat mit Unterstützung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gemeinsam mit der Diakonie Deutschland nun in zweiter, vollständig aktualisierter Auflage den Ratgeber herausgegeben. Die Autorinnen Clau-

dia Lautner und Maike Cohrs vom Diakonischen Werk Köln und Region geben in der kompakten Broschüre zahlreiche Hinweise, wie man sich auf mögliche finanzielle Veränderungen im Alter vorbereiten kann. Außerdem finden sich darin Informationen zur Besteuerung der Rente, zu Hinzuverdienstmöglichkeiten sowie zu staatlichen Hilfen, wenn die Rente nicht reicht.

Der Ratgeber kann – auch in größerer Stückzahl – kostenfrei bei der BAGSO bestellt sowie unter www.bagso.de als barrierefreie Datei im Internet heruntergeladen werden. Bestellungen:

Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO), Thomas-Mann-Str. 2 – 4, 53111 Bonn, Tel. 0228 / 24999323, E-Mail: bestellungen@bagso.de.

Brigitte Sdun

Erlebnisse mit meiner Urenkelin IDA (II)

Sie kennen Ida bereits, geboren am 11.05.2018. Sie ist das Mädchen, welches kurz nach der Geburt bereits ihr erstes Gedicht veröffentlichen ließ. Acht Monate später treffen wir uns wieder. Nicht, dass es das erste Wiedersehen war!! Nein, viele Begegnungen haben unsere Gemeinsamkeit gefestigt. So treffen wir uns heute erneut, natürlich in Begleitung von Oma Mütze und der Mutter Sahra. Ein gemütliches Kaffeetrinken macht uns Mut für die folgenden Stunden, denn Ida sollte zeigen, was sie schon alles gelernt hat.

Als erstes fiel mir ihr Talent auf, Omis Grimassen naturgetreu nachzubilden. Wenn sie auch noch nicht verstand, welcher Sinn dahintersteckte, so verstand sie es, uns bei guter Laune zu halten. Große Fort-

schritte machte Ida in der Fortbewegung. Fast über das Krabbelalter hinaus erreichte sie schon mit Hilfe die aufrechte Stellung, wenn auch manchmal das eine oder andere Bein einknickte. Ein Zeichen für gesundes Wachstum.

Meine zu ebener Erde liegende Wohnung lässt es zu, diese mit meinem E-Scooter zu befahren. Ida hatte dieses Wunderwerk der Technik auf ihren Krabbeltouren längst entdeckt und zeigte sich interessiert. Ich lud sie ein, eine Spritztour zu unternehmen, was sie freudig annahm. Auf meinem Schoß sitzend erklärte ich Ida alle wichtigen Funktionen, und wir übten reichlich, natürlich unter Aufsicht der Honoratioren Mutter und Oma. Meine Fahrversuche ermunterten Ida natürlich auch, ihre Fingerfertigkeit auszuprobieren. Bei

einem Stillstand des Gerätes erreichte sie mit ihrer Hand den leicht zu bedienenden Hebel des Rückwärtsganges. Das ganze Gerät schoss mit Inhalt auf die Panoramascheibe zum Garten zu. Die Schrecksekunde endete wenige Zentimeter vor der Katastrophe. Mit Stolz, aber heilfroh stiegen wir aus dem E-Scooter.

Als Sachverständiger Ratsvorsitzender des Scooter Verein e.V. musste ich Ida hier eine gute Note verleihen. Sie hatte ihre Prüfung bestanden. Fast hätten die Erwachsenen versagt, indem sie ihre Aufsicht nicht richtig wahrgenommen haben. Doch das Gremium drückte noch einmal ein Auge zu, da sich alles in geschlossenen Räumen abspielte und keine Scheibe ihren Glanz verlor.

Günter Peter Rissel
Dorsten

GLOSSE: Gefängnis – eine echte Alternative zum Altenheim!?

Selbsthilfe in Zeiten des anhaltenden Pflegenotstands

Welch schöne, verzaubernde Idee! Setzen wir doch die Senioren in die Gefängnisse und die Verbrecher in unsere „Pflegeheime“. Durch diesen Wechsel hätten unsere alten Leute täglich kostenlosen Zugang zu einer Dusche, zu Arzneimitteln, regelmäßige Zahn- und medizinische Untersuchungen sowie die Möglichkeit zu gesunder Bewegung bei Spaziergängen in einer schönen Außenanlage mit Garten.

Sie hätten Anspruch auf Rollstühle usw., und sie würden Geld erhalten, anstatt für ihre Unterbringung Unsummen zu zahlen. Um im Notfall sofort Hilfe zu bekommen, gäbe es eine ständige Video-Überwachung. Ihre Betten würden zweimal pro Wo-

che neu überzogen und ihre eigene Wäsche regelmäßig und noch kostenlos gewaschen und gebügelt. Sie hätten alle 20 Minuten Besuch vom Wärter und bekämen ihre Mahlzeiten direkt ins Zimmer serviert.

Sie hätten einen speziellen Raum, um ihre Familie zu empfangen, Zugang zur Bibliothek, zum Gymnastikraum und zum Schwimmbad sowie physischer und psychologischer Therapie und sogar das Recht auf kostenlose Weiterbildung. Auf Antrag wären Schlafanzüge, Schuhe, Pantoffeln und sonstige Hilfsmittel legal und noch kostenlos. Außerdem hätte jede ältere Person Anspruch auf einen eigenen Fernseher, ein Radio sowie auf unbeschränktes Telefonieren.

Es gäbe einen Direktorenrat, um etwaige Klagen anzuhören, Wünsche anzubringen. Außerdem hätten die Überwacher einen Verhaltenskodex zu respektieren!

Die Verbrecher hingegen bekämen meist kalte, bestenfalls lau-warme Mahlzeiten in einem großen Speisesaal. Die wären einsam und ohne Überwachung sich selbst überlassen. Die Lichter gingen um 20 Uhr aus. Sie hätten Anspruch auf nur ein Bad pro Woche (wenn überhaupt!). Sie lebten in einem kleinen Zimmer und zahlten unter Umständen 3.000 Euro pro Monat und das ohne Hoffnung, lebend wieder herauszukommen!

Damit gäbe es doch eine gerechte Behandlung für alle!

Verfasser/in unbekannt

Alt und kriminell

Eine Glosse ist eine Glosse: die voranstehende ist verfasst worden, um den Pflegenotstand einmal drastisch darzustellen, mit all den Übertreibungen und Vereinfachungen. Wie aber sieht es tatsächlich aus, wenn ältere Menschen in Justizvollzugsanstalten ihr Leben verbringen müssen? Die Frankfurter Rundschau ist zufällig, als ich die Glosse zu lesen bekam, der Frage nachgegangen und hat festgestellt: Es gibt eine wachsende Zahl von älteren Inhaftierten in deutschen Gefängnissen. Sie hat sich in den letzten fünfzehn Jahren verdoppelt, seit 1990 sogar verdreifacht, sie macht etwa 4% der Insassen aus. Das liegt zum einen daran, dass Täter, die lange Haftstrafen verbüßen, auch inhaftiert eine längere Lebenserwartung haben als früher. Zum anderen gibt es heute mehr Straftäter und Straftäterinnen in höherem Alter. Allerdings begehen Ältere meist weniger schwerwiegende Taten – also „eher Geldwäsche als Totschlag“, wie die Zeitung ihren Artikel überschreibt. Das eigentli-

che Problem besteht aber nun darin, dass die allermeisten Gefängnisse in Deutschland nicht auf ältere Insassen eingestellt sind. Es gibt nur ein einziges im baden-württembergischen Singen, das ausschließlich für Männer über 60 Jahren konzipiert ist. In allen anderen Anstalten ergeben sich daraus schwerwiegende Probleme:

- Es gibt keine angemessene medizinische Versorgung für die im Alter häufiger auftretenden chronischen Erkrankungen und Mehrfacherkrankungen.
- Es besteht in Gefängnissen keine freie Arztwahl, das Aufsuchen von Fachärzten ist erschwert.
- Eine Barrierefreiheit ist nicht gewährleistet, die Beschaffung von technischen Hilfsmitteln ist sehr langwierig.
- Die Freizeitangebote sind nicht auf Ältere abgestimmt.
- Die Vereinsamung und psychische Erkrankungen nehmen zu, weil viele Ältere ihre Zellen nicht mehr verlassen, da sie nicht an Angeboten teilnehmen können (z.B. aus

Gründen der Inkontinenz oder weil sie der diskriminierenden Rangordnung unter den Insassen nicht mehr gewachsen sind).

- Und was geschieht in Haftanstalten mit Hinfälligen und Demenzerkrankten?

Eine Haftstrafe bedeutet für einen 40-Jährigen etwas anderes als für einen 70-Jährigen, aber was heißt das für die Rechtsprechung? In Deutschland können die Gerichte keine „Milde“ walten lassen, in Italien aber werden Haftstrafen für über 70-Jährige nur in Ausnahmefällen verhängt, dafür stehen den Gerichten die Strafmittel Hausarrest und Sozialstunden zur Verfügung (so durfte der wegen Steuerbetrugs verurteilte 77-jährige Silvio Berlusconi 2014 seine Strafe als Sozialdienst in einem Seniorenheim ableisten).

Jede/r möge nun selbst entscheiden, ob ein Tausch zwischen Gefängnis und Altenheim erstrebenswert ist.

Ruth Raeder
50plus aktiv

Mein kleiner Gedichtband...

„Ziehe bitte die gelbe, wollige Winterjacke an. Es ist kalt draußen!“ Streng erklang die Stimme der Mutter hinter mir. „Ja“, seufz... „mache ich.“ Ich hatte die Jacke im vergangenen Jahr weinend in den Kleiderschrank gehängt. Nichts wollte ich mehr von ihr wissen. Nun zählten aber die Farben Gelb-Curry wieder zu den modisch aktuellen Herbstfarben. „Vielleicht ist sie ja doch nicht so schlecht“, dachte ich jetzt. Da, in der rechten Seitentasche fand ich in einem zerknüllten Taschentuch die neue Email-Adresse meines Freundes. Wir hatten uns beim letzten Treffen gestritten. Worte gleich giftigen Pfeilspitzen sind gefallen. Es hat richtig weh getan. Der Streit war aber noch nicht verziehen und vergessen, denn: „Verzeihen heißt vergessen“, so hat meine Mutter es mich gelehrt.

Aus der linken Seitentasche schimmert es goldig. Neugierig sehe ich nach und ziehe einen kleinen Gedichtband heraus. Eine kleine Kostbarkeit. Ein bezauberndes Büchlein, in Saffian gebunden. Ich begutachte das Buch von beiden Seiten. Der Einband hat es mir angetan. Tannengrün, verziert mit kleinen rot-golde-



nen Glockenblumen. Darin... meine Lieblingsgedichte aus der Schulzeit.

Lang, lang ist's her. Das Büchlein wird wieder in die Jackentasche gesteckt und erst mal mit nach draußen genommen, in den Garten. Ich sehe, wie meine Mutti mir neugierig zusieht, so murmele ich ihr im Vorbeigehen zu: „In der Tasche ist jetzt Kultur drin, und zur Kultur zählt ja bekanntlich auch ein Gedichtband, oder?“ Erstaunt ob dieser Frage bekommt sie große Augen, zieht ihre Stirn kraus und murmelt etwas vor sich hin. Eingemummelt in eine flauschige Wolldecke setze ich mich auf die runde Holzbank unter dem roten Ahornbaum und beginne zu lesen.

... und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft zu leben. Hermann Hesse

Dann: „Die Bürgschaft“ von Friedrich Schiller, mein Lieblingsgedicht. Zu Dionys, dem Tyrannen, schlich Damon, den Dolch im Gewande, ihn schlugen die Häscher in Bande. „Was wolltest du mit dem Dolche, sprich“, entgegnet ihm finster der Wüterich. „Die Stadt vom Tyrannen befreien“... „Das sollst du am Kreuze bereuen!“

Verdächtig schimmern Tränen beim Lesen betreff dieser Freundschaft ... aber bitte, habe ich nicht auch so eine Freundin? Jeder neue Tag ist der Rest unseres Lebens, also machen wir was Schönes daraus, denn...

„Ich sei, gewährt mir die Bitte, in eurem Bunde der Dritte.“

Gute Freunde sind wie Sterne, man sieht sie nicht immer, aber sie sind immer da! Schluchz... Tränen weg-wischen, einmal tief durchatmen.

Dann: Tao Te King – Legende von der Entstehung des Buches Taoteking... auf dem Wege des Laotse in die Emigration von Bertold Brecht.

Als er 70 war und war gebrechlich, drängte es den Lehrer doch nach Ruh, denn die Güte war im Lande

wieder einmal schwächlich und die Bosheit nahm an Kräften zu. Und er gürtelte den Schuh...

Wahre Worte, sie passen heute noch. Oh ja, viele Menschen hinterlassen Spuren, nur wenige Eindrücke.

Es folgt eine Sammlung von Zitaten mit Worten der Dankbarkeit, Freude, Hoffnung, Menschlichkeit, des Mutes und Vertrauens. Worte, die bleiben.

„Leben ist nicht genug!“ sprach der Schmetterling. „Sonnenschein, Freiheit und ein kleines Blümchen muss man haben!“ von Hans Christian Andersen.



Kleine, schlichte Haikus folgen. (ein Haiku ist eine traditionelle, japanische Gedichtform)

Der Schmetterling, was er wohl träumen mag? Beim Flügelspreizen...

Die Nachtigall schaut unter den Dornen hervor... überall Rosen.

Die Sehnsucht ist es, die unsere Seele nährt, und nicht die Erfüllung. R. Browning

Nachdenklich bleibe ich sitzen.

Ursula Hellwig
Redaktionsmitglied

Das große Schlagerfest – Die Party des Jahres 2019

SA, 04.05.2019, 19:30 Uhr, König-Pilsener-ARENA, Oberhausen

„DAS GROSSE SCHLAGERFEST“ ist die Tournee zu den großen ARD-/ORF-TV-Shows und hat 2018 mit einer spektakulären Bühnenshow, enthusiastischen Fans und fantastischen Künstlern neue Maßstäbe gesetzt. Der Showmaster Florian Silbereisen versteht es wie kein anderer, sein Publikum zu begeistern und Lust auf Schlager zu machen. Auch 2019 wird er dem Publikum gehörig einheizen. Zusammen mit KLUBBB3 (Foto: Florian Silbereisen, Jan Smit und Christoff), den Stargästen Matthias Reim, Michelle, voXXclub und Shootingstar ELOY de Jong (der einstige Caught in the Act-Sänger aus den Niederlanden) sowie den Breakdancern der DDC bringt er wieder eine neue, sensationelle Show mit Partystimmung in die König-Pilsener-ARENA nach Oberhausen! Das Motto des Abends: Singen, Tanzen und Feiern, wenn die Stars mit ihrem Publikum die gemeinsame Leidenschaft

zelebrieren. Genießen Sie das Leben und den Schlager! Termin: Samstag, 04. Mai 2019, Beginn: 19:30 Uhr.

Eintrittskarten sind erhältlich an allen bekannten Vorverkaufsstellen und im Internet unter www.sem

[mel.de](http://www.eventim.de) sowie unter www.eventim.de.

Text: *Brigitte Sdun*
Redaktionsmitglied

Foto: Dominik Beckmann



WOW... Quittengelee

Die Quitte, die letzte Frucht des Jahres in Deutschland, aber... Frau sieht und staunt, jetzt im Februar gibt es sie auch im türkischen Gemüseladen zu kaufen.

Durch ihren verführerischen Duft – er erinnert an Zitrone, Apfel, Birne... einfach an einen warmen Spätsommertag - bin ich auf die Quitte wieder aufmerksam geworden. Sie ist einer der Favoriten meines Lieblingsobstes, und da habe ich mir gedacht:

QUITTENGELEE FÜR DEN LIEBLINGSMENSCHEN.

Also, los gehts...

Bevor Frau oder Mann die Quitte verarbeitet, sollte sie zärtlich gestreichelt werden, d.h. unter lauwarmem



Wasser ihren Flaumpelz abreiben, danach in kleine Stücke schneiden. Jetzt die Quitten - ca. 2 kg, mit dem Saft von 2 Zitronen ca. 45 Minuten köcheln lassen. Danach sollte dieser Brei eine Nacht lang in dem Topf ziehen.

Am nächsten Tag das Quitten-Mus durch ein Haarsieb streichen. Den Saft, den wir jetzt gewonnen haben, mit einer Flüssigkeit (nach eigenem Belieben) bis auf 750 ml erhöhen und dann mit Gelierzucker 2:1, vier Minuten sprudelnd kochen lassen.

Je nach Geschmack kann noch Cognac, Rum oder Vanille-Zucker hinzugefügt werden. In diesem heißen Zustand sollte man den Gelee in sauber ausgespülte Marmeladengläser füllen.

Am nächsten Morgen, zum Frühstück frisch gebackene Brötchen vom Bäcker holen, einen guten Kaffee kochen und den selbstkreierten Quittengelee probieren.

Ursula Hellwig
Redaktionsmitglied

Das Gehirn – Intelligenz, Bewusstsein, Gefühl

Sonderausstellung bis 27.10.2019 – LWL-Museum für Naturkunde, Münster

Einmal seinem Gegenüber in den Kopf schauen. Erfahren, was darin vorgeht, wie sich eine Persönlichkeit formt, Gefühle entstehen oder Pläne geschmiedet werden. In der deutschlandweit größten Sonderausstellung zum Thema „Gehirn“ können Besucher dieses Organ im LWL-Museum für Naturkunde in Münster erkunden.

Auf 1.200 Quadratmetern erfahren die Museumsgäste Fakten zu Themen wie Sinneswahrnehmung, Ich-Bewusstsein oder Verhaltenssteuerung. Anatomie und Evolution des menschlichen Gehirns werden facettenreich und für alle Altersgruppen geeignet erklärt. Die 13 Themenbereiche der Ausstellung zeigen die Leistungsfähigkeit und Vielfalt des Gehirns. Anhand von 770 Ausstellungsstücken wird Wissenswertes etwa zu den Leistungen und der Entwicklung dieses komplexen Organs oder über die Hirnforschung vermittelt. Die Ausstellungsmacherinnen Nicola Holm und Dr. Julia Massier haben gemeinsam mit Kuratorin Lisa Klepfer unter der Leitung von Museumsdirektor Dr. Jan Ole Kriegs 71 echte Gehirne sowie 65 Tastmodelle und 63 Medienstationen zusammengetragen und inszeniert.

Ein ganzer Ausstellungsbereich beschäftigt sich mit Schlaf und Traum, aber auch psychische Erkrankungen, Drogen und Verhaltenssteuerung werden thematisiert. In der Ausstellung geht es auch um intelligente Menschen und Tiere. Sind Künstliche Intelligenzen, in Form von Computeralgorithmen, eher Segen oder Fluch, wenn sie mehr und mehr in unseren Alltag eingreifen? Als besonderer Höhepunkt der Ausstellung gelten zwei Schnittpräparate von Albert Einsteins Gehirn, die aus dem Mütter-Museum in Philadelphia (USA) eingeflogen wurden. Ein weiteres Highlight ist einer der

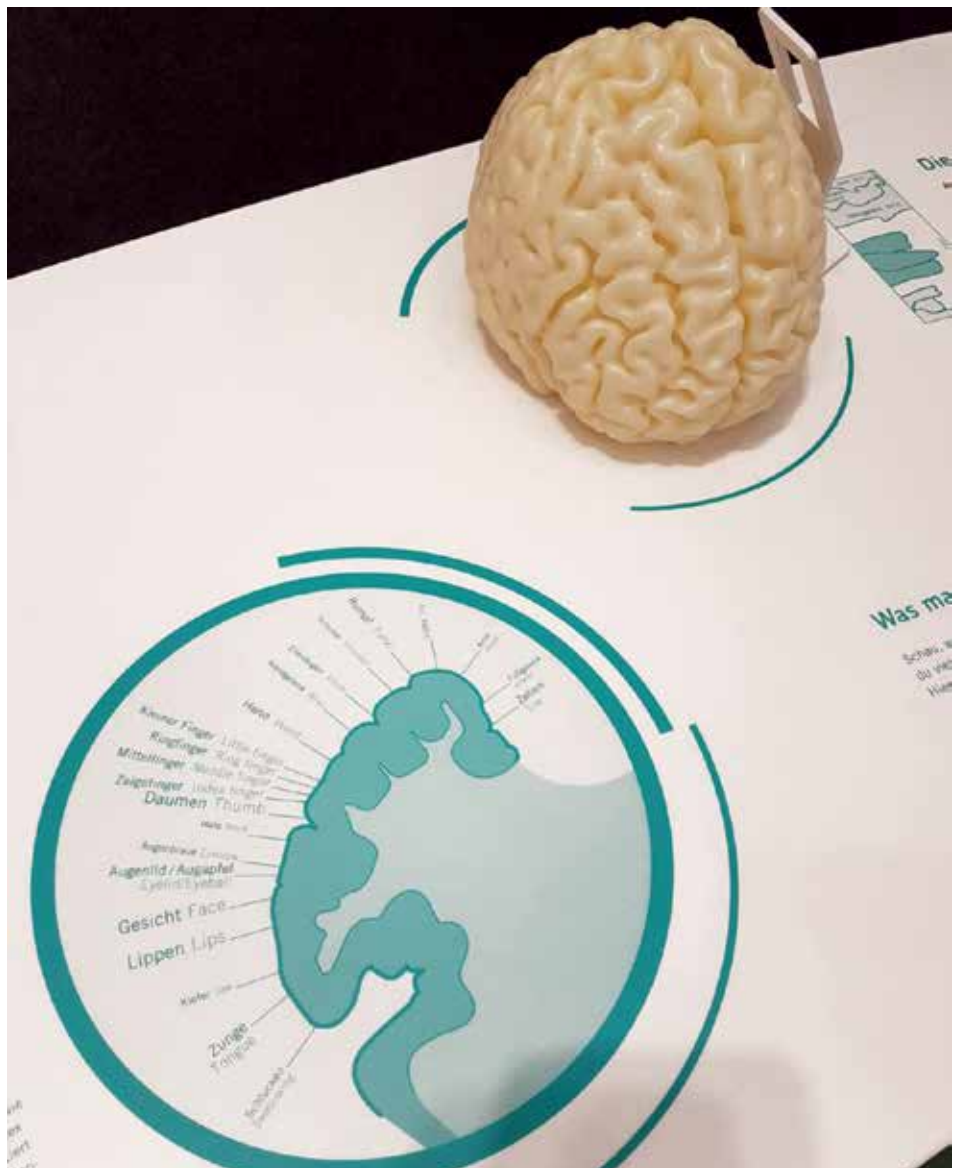
Prototypen eines Roboters auf dem Weg zur Künstlichen Intelligenz, die kybernetische Maschine „MM7 Selektor“, eine Leihgabe des Technischen Museums Wien.

Die Sonderausstellung lebt von einer Mischung an medialen und analogen Mitmach-Stationen. Besucher können zum Beispiel ihre Geschicklichkeit beim Lösen von Schloßboxen testen, ein Kooperationspiel ausprobieren, erfahren wie Tiere die Welt wahrnehmen oder ihr Kurzzeitgedächtnis überprüfen. Lassen Sie sich von handwerklich begabten

Tieren, von kreativen Maschinen und sogar von lernfähigen Pflanzen überraschen.

Die Ausstellung ist bis 27.10.2019 zu sehen im LWL-Museum für Naturkunde, Westfälisches Landesmuseum mit Planetarium, Sentruper Str. 285, 48161 Münster. Öffnungszeiten: dienstags bis sonntags von 9.00 bis 18.00 Uhr, Eintritt: 6,50 Euro Erwachsene, 4 Euro Kinder, 14 Euro Familien, Infos: www.lw.-naturkundemuseum-muenster.de

Text und Foto: **Brigitte Sdun**
Redaktionsmitglied



Sonntagsgottesdienst im Haus Marienfried

Messe für Bewohner und Gemeindemitglieder ist gut besucht

„Wenn sich eine Tür schließt, öffnet sich eine andere“. Am 3. Februar 2019 wurde die letzte Messe in der Kath. Pfarrkirche St. Laurentius in Gelsenkirchen-Horst gefeiert. Damit ging eine 113-jährige Kirchengeschichte zu Ende. Die Kirchenschließung ist eine Reaktion auf die zahlreichen Kirchaustritte und den Priestermangel. Wie die Zukunft der Kirche St. Laurentius aussehen wird, die mit Krypta, Kapelle, Turm u.a. seit dem 6. Juli 2004 auf der Denkmalliste steht, ist ungewiss.

Zwei Wochen nach der Schließung der Kirche St. Laurentius fand am 17. Februar 2019 die erste Sonntagsmesse im Haus Marienfried statt. Der Sonntagsgottesdienst, der im Nordsternsaal inzwischen zur festen Einrichtung gehört, wurde durch

die Hausbewohner und auch viele Gemeindemitglieder auf Anhieb gut besucht. Die „Messe im Altenheim“ ersetzt teilweise die Gottesdienste in der Pfarrkirche St. Laurentius, die die Begegnung von Bürger/innen fördert und für ein lebendiges Gemeindeleben sorgt.

Der Sonntagsgottesdienst findet jeden 1., 3. und gegebenenfalls 5. Sonntag im Monat um 10.00 Uhr im Nordsternsaal des Haus Marienfried, Marienfriedstr. 25 in Gelsenkirchen-Horst statt. Am 2. und 4. Sonntag im Monat wird die Messe um 10.00



Uhr im Laurentius-Saal des katechetischen Zentrums gefeiert.

Brigitte Sdun
Redaktionsmitglied



Altenheim
Altenwohnungen
Kurzzeitpflege
Seniorenberatungsstelle

Marienfried

Altenheim Marienfried e.V.

Liebenswert Liebevoll
Liebenswürdig Lebenswert


Betreuung


Pflege


Begegnung

Altenheim Marienfried e.V.
 Marienfriedstraße 25 · 45899 Gelsenkirchen
 Tel.: 0209 - 951 95 0 · Fax: 0209 - 951 95 60
 info@marienfried.net · www.marienfried.net

Eine Seefahrt die ist lustig...

dachte ich mir, als ich im November 2018 in meiner Tageszeitung die Anzeige über eine Reiseversteigerung (Bietfieber) sah. Über 200 Reisen sollten versteigert werden. Darunter eine mit dem Namen „5 Tage Blütenzauber auf der Rhone“. Das interessierte mich und ich bot mit 50 % des Listenpreises war das Min-

Punkt 19 Uhr standen wir staunend vor einem 110 m langen Riesenschiff, der Mistral, welches in den nächsten Tagen unsere Heimat sein sollte. Das Einchecken funktionierte reibungslos, und kurze Zeit später genossen wir unseren Begrüßungscocktail und danach das hervorragende Abendessen.



destgebot. Ich bot 50 Euro mehr und hoffte auf mein Glück. Am Versteigerungsabend wuchs die Spannung. Bis 19.30 Uhr konnte geboten werden. Ich verfolgte die Versteigerung im Internet und hatte Glück.

Auf den Geschmack gekommen, versuchte meine Frau eine Donau Kreuzfahrt von Passau ans Schwarze Meer für den halben Preis zu ersteigern. Im letzten Moment wurde Sie abgefangen. Niedergeschlagen wollte Sie aufgeben, sah dann aber, dass eine Reise nach Rügen noch nicht vergeben war. Nichts wie ran, und siehe da, auch das klappte.

An einem Donnerstag im März 2019 machten wir uns auf den Weg nach Saarbrücken, übernachteten im Hotel, und um 6.30 Uhr am nächsten Morgen ging es mit dem Bus auf nach Frankreich. Lyon war das Ziel. Zuerst eine Stadtrundfahrt mit dem Bus und anschließend ein Stadtrundgang mit guter Führung. 2000 Jahre blickten auf uns herab bzw. wir auf sie, als wir von der Kathedrale auf die Stadt schauten.

So in etwa ging es in den nächsten Tagen weiter: 6 Uhr ablegen, bis 9 Uhr Frühstück, ab 9 Uhr Morgengymnastik auf dem Oberdeck, genießen der Tagescocktails, 12 Uhr Mittagessen, 14 Uhr Ankunft am nächsten Tagesziel, 15 Uhr Bustransfer zum nächsten Besichtigungspunkt (Weltkulturerbe Pont d` Arc



an der Ardèche, schlendern durch Viers incl. dem Genuss eines Pastis sowie zum Pont du Gard der Römer, Stadtbesichtigung Avignon) 19 Uhr Abendessen, 20 Uhr Unterhaltung an Bord. Unser Bus begleitete uns während der gesamten Reisezeit.



Während der Morgenstunden waren immer Schleusen im Weg. Jeden Tag 4 Stück mit einmal 23 m Höhendifferenz. Natürlich waren auch jede Menge Burgruinen zu sehen. Durch die franz. Revolution waren die aber alle zerstört und daher wirklich nur Ruinen.

Selbstverständlich war auch WLAN an Bord, so dass die Kommunikation mit den Angehörigen daheim problemlos und kostengünstig vonstattengehen konnte.

Die Bordsprache war zwar Französisch, fast alle Besatzungsmitglieder verstanden aber deutsch. Die Getränkebestellungen funktionierten auf jeden Fall hervorragend, und zwar kostenlos (bis auf Champagner und teuren Whisky). Während der Reise gab es neben einem opulenten Frühstücksbuffet eine warme Mittags- und Abendmahlzeit auf

hohem Niveau mit angenehmen kleinen Portionen, bestehend aus einem 3- oder 4-Gänge-Menü incl. Weiß- oder Rotwein, welches am Tisch serviert wurde.

Zu jeder Seereise gehört zum Abschluss ein Käpten's Dinner. So auch hier. Wie wir es aus dem Fernsehen kennen, zog das gesamte Servicepersonal mit Wunderkerzen und beleuchteter Eisbombe in den Speisesaal ein. Ein tolles Erlebnis.

Danach hieß es Kofferpacken. Um 9 Uhr ging es am nächsten Morgen mit dem Bus wieder nach Saarbrücken, wo wir gegen 19 Uhr ankamen. Obwohl wir einen Komfort-Bus mit Bordtoilette, 90 cm Sitzabstand und

Bordküche hatten, war die Fahrt zurück nach Saarbrücken trotz langer Pausen mit fast 10 Std. doch eine arge Tortur.

Gegen Ende der Reise kam der Mistral auf. Er blies mit Orkanstärke (120 km/h) recht kräftig. Angeblich kann er mit 150 km/h noch zulegen. Uns hat es aber nur während der Landgänge gestört.

Für den Namen unserer Tour (Blütenzauber) waren wir anscheinend trotz 27 Grad noch eine Woche zu früh unterwegs. Bei der Abreise war es auf jeden Fall deutlich bunter.

Alles in allem war das aber eine super organisierte Reise, speziell für

Senioren mit einer Behinderung. Viele hatten ihre Gehhilfen dabei, zwei waren mit Rollatoren unterwegs. Die Kabinen waren relativ groß, und wer das Oberdeck gebucht hatte, konnte barrierefrei zur Bar bzw. Aufenthaltsaal, in den Speisesaal und an Land gehen.

PS: Das nächste Bietfieber findet vom 01.05 bis zum 12.05.2019 im Internet statt. Ich habe mich schon angemeldet.

Jürgen Sachse

Zwar Gruppe AFR
(Altstadt, Feldmark, Rotthausen)

EUTB jetzt auch in Gelsenkirchen

Mit dem Bundesteilhabegesetz wurden im neuen § 32 des Neunten Sozialgesetzbuch (SGB IX) die gesetzlichen Voraussetzungen für ein unentgeltliches, allen Menschen mit Behinderungen (oder drohenden) und ihren Angehörigen offenes und Orientierung gebendes Angebot zur Beratung über Leistungen zur Rehabilitation und Teilhabe geschaffen.

Das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) hat am 30.05.2017 im amtlichen Teil des Bundesanzeigers die Förderrichtlinie zur Durchführung der „Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung“ veröffentlicht.

Gefördert werden niedrigschwellige Beratungsangebote zur Stärkung der Selbstbestimmung für Menschen mit Behinderungen und von Behinderung bedrohter Menschen. Zuwendungsfähig sind insbesondere Personal- und Verwaltungsausgaben. Antragsberechtigt sind juristische Personen des öffentlichen und privaten Rechts mit Sitz in Deutschland.

Der Name EUTB klingt ein wenig nach bürokratischer Umständlich-

keit. Aber die Erklärung ist eigentlich ganz einfach. Mit ihrer Arbeit wollen die Mitarbeiter der EUTB (Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung) jedoch genau das Gegenteil bewirken. Genau wie es im Gesetz steht: kostenlose Beratung der erwähnten betroffenen Menschen und deren Angehörigen.

In Gelsenkirchen wurde Anfang November letzten Jahres an der Straße

Wiehagen 8-10 in der Neustadt die Beratungsstelle für Gelsenkirchen in Anwesenheit des Sozialdezernenten Luidger Wolterhoff und des Behindertenbeauftragten Julius Leberl eröffnet. Die Mitarbeiter der Beratungsstelle wissen genau, wovon sie sprechen. Das sieht man schon an der Auswahl. Das gilt in Gelsenkirchen für den Sozialpädagogen Janis Wicker und erst recht für die Pro-



Foto von der Eröffnung der EUTB Beratungsstelle Gelsenkirchen im November 2018

jektleiterin Gülay Acar. Sie braucht schon ein Leben lang Unterstützung und ist auf Rollstuhl und Assistenz angewiesen.

Gülay Acar erklärt die Besonderheit dieser relativ neuen Einrichtung am Wiehagen: „Wir sind nur dem Ratsuchenden verpflichtet, keinem Leistungsgeber, sind völlig unabhängig. Unsere Beratung ist kostenlos, und wir haben kein Zeitlimit“.

Kein Zufall an dieser Stelle, man will nah dran sein an jenen, die sich sonst eher nicht in Beratungsstellen wagen. Güley Acar spricht sowohl Deutsch als auch Türkisch, sodass keine Sprachbarrieren auftreten.

Im Juli/August letzten Jahres begannen die beiden hauptamtlichen Mitarbeiter, ihre Arbeit vorzubereiten, dann konnte es losgehen. Von montags bis freitags in der Zeit von 10.00 bis 15.00 Uhr stehen sie in der Beratungsstelle zur Verfügung. Trotz ihrer Unabhängigkeit sind sie natürlich mit Selbsthilfegruppen und



Im Vordergrund v.l.n.r. Annette Schlatholt, Geschäftsführerin der Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) Selbsthilfe und Projektleiterin Gülay Acar

städtischen Anlaufstellen vernetzt. In der EUTB gibt es Hilfe und Unterstützung beim Ausfüllen von Anträgen, Informationen zu Fristen und vieles mehr (wer kennt schon alles?). Das Ziel ist es, Mittel und Wege zu zeigen, ein selbstbestimmtes Leben trotz Einschränkungen zu führen. Wenn es nicht anders geht, werden auch Hausbesuche durchgeführt. Bei der Eröffnung im November

letzten Jahres erklärte Annette Schlatholt, Geschäftsführerin der Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) Selbsthilfe: „Es geht auch darum, den Menschen zu helfen, wenn sie vor der Situation stehen, ihren Alltag zu gestalten mit einem kranken Kind oder eigenen Krankheiten oder Behinderungen durch einen Unfall. Daher sind auch Menschen bei der Beratung willkommen, die sich schon frühzeitig informieren möchten, welche Möglichkeiten es gibt.“

EUTB - Stelle Gelsenkirchen

Wiehagen 8-10

45879 Gelsenkirchen

Kontakt:

Telefon: 0209-58906255

Mobil: 0176 478 223 10

E-Mail: info@eutb-gelsenkirchen.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag

10.00 Uhr – 15.00 Uhr

und nach Vereinbarung.

Hans-Günter Iwannek
Redaktionsmitglied

Herzenswünsche erfüllen

Was ist wirklich wichtig in Ihrem Leben? Wenn Sie wüssten, dass Sie nur noch ein paar Monate zu leben haben, würden Sie dann die gleichen Entscheidungen treffen? Würden Sie das tun, was Sie heute tun? Mit wem würden Sie ihre Zeit verbringen? Warum stellt man sich diese Fragen nicht viel öfter? Unfassbar, wie schnell man das Wichtige im Leben immer wieder aus den Augen verliert. Man hetzt ständig von Woche zu Woche und am Ende des Lebens hätte man gern noch ein paar Wochen mehr.

Es gibt Momente, in denen einem klar wird, dass es nicht so weitergehen kann. Das Leben muss sich ändern. In einem solchen Moment

entschließt sich die Autorin Alexandra Reinwarth zu einem spannenden Selbstversuch. Sie lebt so, als wäre es ihr letztes Jahr. Dieses Experiment ändert alles: Aus Sorgen, Stress und Anspannung wurde ein Leben ohne Wenn und Aber mit völlig neuen Prioritäten und überraschenden Zielen. Die Autorin zeigt auf ihre humorvolle Art, was passiert, wenn man wirklich im Hier und Jetzt lebt. Aufgrund ihrer gemachten Erfahrungen rät sie, auf Ihr Herz zu hören und ihm zu folgen, auch wenn manchmal Zweifel, Angst, Unsicherheit und andere Menschen im Weg stehen. Lassen Sie sich von denen nicht Ihre Herzenswünsche nehmen.



Alexandra Reinwarth
Das Leben ist zu kurz für später
mgv Verlag
240 Seiten
Preis: 16,99 Euro (Softcover)
ISBN: 978-3-86882-916-7

Brigitte Sdun
Redaktionsmitglied

7	1		5		6	9	2	
		9		2	3		6	7
8		6	4		7			
6		8					3	1
	9	5	3		1			
		4	7		8	6	9	
		7		1	2	3		6
3	6		9		4			
4				3		7		9

SUDOKU Rätsel

Jürgen Gollnick
Redaktionsmitglied

Attentat ermöglichte Neuanfang

Zu Beginn ist es die große Liebe – aber plötzlich verändert sich Daniel, wird aggressiv, unberechenbar und gewalttätig. Als sich die gelernte Kosmetikerin Vanessa von ihm trennt, dreht er durch. Es folgt Telefonterror, eines Tages lauert Daniel ihr auf und schüttet Schwefelsäure in ihr Gesicht. Der 15. Februar 2016 ist für Vanessa nicht der Tag, an dem das Attentat stattfand, es ist der Tag, der ihr einen Neuanfang ermöglichte. Sie hat nur knapp überlebt und trägt schwere Verletzungen davon – doch sie kämpft. Und sie entdeckt, wie stark sie wirklich ist. Vanessa beschreibt ihr Leben sehr präzise und einfühlsam vor und nach dem Attentat bis heute. Anhand von

29 Fotos wird ihr Aussehen über den gesamten Zeitraum dokumentiert. Rückblickend denkt sie, dass das schreckliche Ereignis eine Wendung in ihrem Leben herbeigeführt hat. Sie begreift es als ein Schicksal. Seit dem Attentat hat sich Vanessas Welt um 180 Grad gedreht. Ihre Erinnerungen an Daniel verschwimmen zusehends. Sie hat jetzt einen Lebenspartner, der sie so liebt, wie sie ist. Inzwischen trägt sie eine große Verantwortung für ihre Tochter. Und Vanessa nutzt jede freie Minute, um sich um ihren Verein zu kümmern und Menschen zu helfen, die Opfer einer Gewalttat wurden. Bewegender Schicksalsbericht einer beeindruckenden Frau.



Vanessa Münstermann
Ich will mich nicht verstecken
Rowohlt Taschenbuch Verlag
288 Seiten
Preis: 10,00 Euro
ISBN: 978-3-499-63378-2

Brigitte Sdun
Redaktionsmitglied

Brückenrätsel

Rätsel

Gunst											Mittel
Holz											Haus
Sommer											Arbeit
Neben											Lauf
Dispo											Büro
Platz											Horn
Salat					T						Kasten
Radar											Mütze
Kreuz											Fahrt
Tennis											Frau
Sport											Bericht
Heil											Recht
Wein											Wagen

Jürgen Gollnick

Mitglied der Redaktion



Lösungswort -----



ZOOM
ERLEBNISWELT
Gelsenkirchen

Weltreise an einem Tag

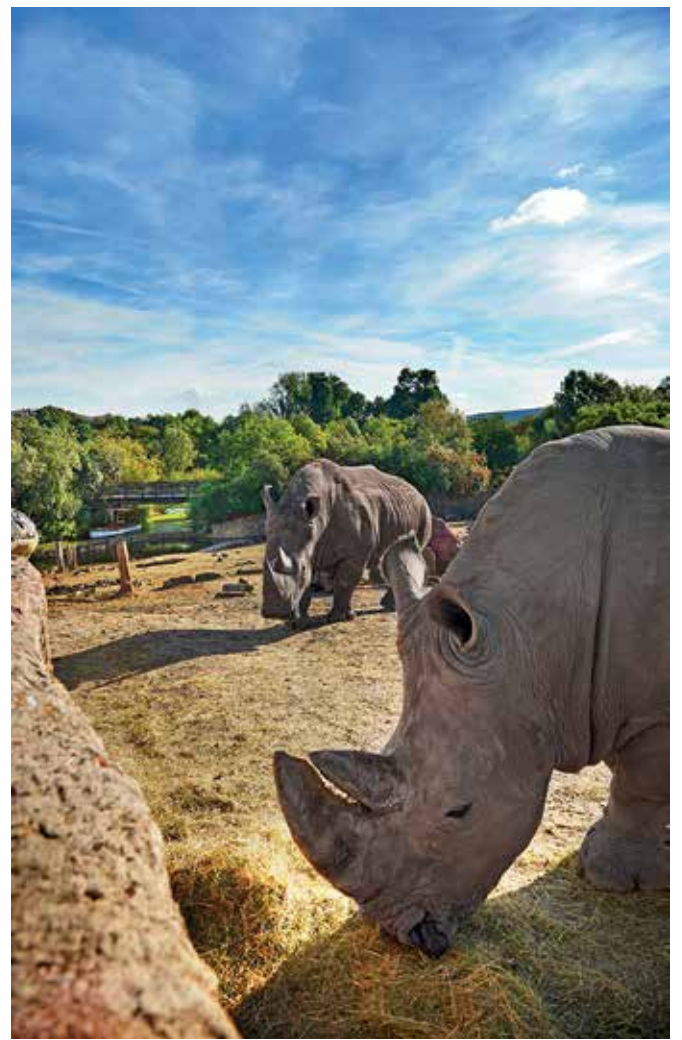
Einzigartige Abenteuer

Alaska, Afrika und Asien entdecken.

Infos unter www.zoom-erlebnisswelt.de,
info@zoom-erlebnisswelt.de und T 0209 95450



PREMIUMPARTNER



- PR-Text -

ZOOM Erlebnisswelt Gelsenkirchen

Gehen Sie auf „Weltreise an einem Tag“ in der ZOOM Erlebnisswelt Gelsenkirchen. Die Erlebnisswelten Alaska, Afrika und Asien, bieten mehr als 900 Tieren in über 100 Arten eine naturgetreue Heimat.

Die beeindruckende Landschaftsarchitektur mit ihren nahezu unsichtbaren Grenzen ermöglicht



spannende Begegnungen zwischen Mensch und Tier. Weitläufige Feucht- und Grassavannen, Dschungel und Felsmassive lassen Sie mitten in die Lebenswelt der Tiere eintauchen. Dabei begegnen Sie den exotischen Bewohnern hautnah, teilweise nur durch eine Glasscheibe voneinander getrennt. Erleben Sie im verglasten Unterwassertunnel das Revier der Seelöwen, begegnen Sie den Giraffen auf Augenhöhe und genießen Sie die tropische Atmosphäre mit unzähligen exotischen Pflanzen im ELE Tropenparadies.

Zusätzliche Attraktionen wie das „Alaska Ice Adventure“ oder die Bootstour mit der „African Queen“ machen die Abenteuerreise für Jung und Alt perfekt.

Weitere Infos unter
www.zoom-erlebnisswelt.de
oder Tel.: 0209 954 50.

ZOOM
ERLEBNISWELT
Gelsenkirchen

Weltreise an einem Tag

verlag



druck & graphik

achim schrecklein

- **Drucksachen**
- **Digitaldruck**
- **Gestaltung**
- **Web-Design**

Tel. 02043/48390

Rache üben am untreuen Mann

Berti Fischer ist Coach in Lebensfragen, Spezialgebiet Beziehungen. Sie ist selten um einen klugen Ratschlag verlegen, wenn sich ihre Klientin Rosa in Bertis kleiner Praxis in Zürich über ihren unaufmerksamen Partner beschwert.

Berti ist eine Frau, die nicht mehr in den besten Jahren ist. Sie traut ihren Ohren kaum, als Ehemann Heinrich ihr mitteilt, er habe nicht die Absicht, mit ihr alt zu werden. Aus heiterem Himmel erklärt er ihr, er werde sie verlassen. Als Heinrich meint, die Ehe mit ihr fühle sich wie ein Paar alte Pantoffeln an, fällt ihr kein passender Therapeutenpruch ein. Aber so einfach will Berti nicht aufgeben. Sie findet heraus, dass

sie nicht die einzige ist in Heinrichs Umfeld. Ihr Ehemann setzt seinen Charme wie ein Meisterjongleur ein, um so gleich bei mehreren Frauen den Eindruck zu erwecken, sie sei die wichtigste Person in seinem Leben. Berti beschließt, dass sie nicht mehr länger Heinrichs Spielball sein will. Sie sinnt auf Rache. Soll Berti sich dafür mit den anderen Frauen um Heinrich verbünden? Sie entwickelt einen Racheplan. Erst nach und nach kommt heraus, wie viele Geheimnisse die Frauen um Heinrich hüten. Wie explosiv es werden kann, wenn die Frauen sich zwischen Zürich und Ascona am Lago Maggiore verbünden, beschreibt die Autorin äußerst amüsant in ihrem ersten Roman.



Alexandra Holenstein
Das Heinrich-Problem
S. Fischer Verlag
366 Seiten
Preis: 9,99 Euro (Softcover)
ISBN: 978-3-596-70169-8

Brigitte Sdun
Redaktionsmitglied

Humorvoll das Leben gut meistern

Grit Boettcher hat die Fernseh-Zuschauer zum Lachen gebracht wie kaum eine andere. Als „So ein süßes kleines Biest“ und an der Seite von Harald Juhnke in „Ein verrücktes Paar“ ist sie Garant für gute Laune. Die beliebte 80-jährige TV-, Film- und Theaterdarstellerin nimmt ihr Jubiläum zum Anlass, in ihrer ersten Autobiographie auf ihr bewegtes Leben zurückzublicken. Grit Boettcher hat sich ein Leben voller deutscher Fernsehgeschichte und eine Karriere hart erarbeitet. Sie weiß, dass ihr Leben kein Lustspiel ist. Die Autorin hat dunkle Tage hinter sich, die sie aber nicht hart gemacht haben. Die zahlreichen Schicksalsschläge und persönlichen Krisen haben ihren Humor

gestärkt. Ihr Herz wie Augen wurden geöffnet für die kleinsten, alltäglichen schönen Dinge.

In ihrem Buch „Auf ein Lächeln“ gibt Grit Boettcher den LeserInnen erstmals Einblicke in ihr Privatleben. Sie schreibt über ihr Glück mit zwei Kindern und ihr Pech mit Männern. Zu den Schattenseiten ihres Lebens gehören der frühe Tod ihres geliebten Mannes, bittere Fehlgeburten und ein fast finanzieller Ruin. Mit ihrer Disziplin und unerschütterlichen Lebensfreude hat sie es stets geschafft, Tragödien in Komödien zu verwandeln. Im Rückblick staunt die warmherzige SchauspielerIn selbst, wie sie das alles geschafft hat. Grit Boettcher schaut wie immer nach vorn.



Grit Boettcher
Auf ein Lächeln
Eden Books (Verlag der Edel Germany)
256 Seiten
Preis: 19,95 Euro (Hardcover)
ISBN: 978-3-95910-201-8

Brigitte Sdun
Redaktionsmitglied

Auflösungen:

Sudoku Lösung

7	1	3	5	8	6	9	2	4
5	4	9	1	2	3	8	6	7
8	2	6	4	9	7	1	5	3
6	7	8	2	4	9	5	3	1
2	9	5	3	6	1	4	7	8
1	3	4	7	5	8	6	9	2
9	5	7	8	1	2	3	4	6
3	6	1	9	7	4	2	8	5
4	8	2	6	3	5	7	1	9

Jürgen Gollnick

Mitglied der Redaktion

Brückenrätsel Lösung

Gunst			B	e	W	e	i	s			Mittel
Holz			L	A	g	e	r				Haus
Sommer		S	a	i	S	o	n				Arbeit
Neben		F	l	u	S	s					Lauf
Dispo			K	r	E	d	i	t			Büro
Platz			H	i	R	s	c	h			Horn
Salat		B	e	s	T	e	c	k			Kasten
Radar	S	c	h	i	R	m					Mütze
Kreuz			P	r	O	b	e				Fahrt
Tennis				S	P	i	e	l	e	r	Frau
Sport				U	n	F	a	l	l		Bericht
Heil	P	r	o	z	E	s	s				Recht
Wein			E	r	N	t	e				Wagen

Jürgen Gollnick

Mitglied der Redaktion

Lösungswort Wassertropfen

Das Liebesleben chinesischer Frauen

Bei einem Aufenthalt in ihrer Heimat China stößt die berühmte Autorin Xinran, die seit 1997 in England lebt, auf die unglaubliche Geschichte einer sechzig Jahre verheirateten Jungfrau. Hat sie ihren Mann wirklich geliebt? Warum ist sie trotzdem noch Jungfrau? Xinran erfährt den Grund in einem offenen Gespräch mit der alten Dame. Sie führt Interviews mit ihr und den Frauen ihrer Familie. Hatten sie das Glück erfüllter Liebesbeziehungen? Die weiblichen Schicksale stehen beispielhaft für ein ganzes Jahrhundert chinesischer Geschichte: Arrangierte Ehen, Macho-Macht und Fügsamkeit. Xinran schildert Frauen beim Militär und Liebe in den Zeiten der Kulturre-

volution und unter Mao ebenso wie das Liebesleben moderner Chinesinnen, die in einer eigenen Welt leben zwischen Online-Dating und Cyber-Sex. Sie tragen im Herzen eine unerfüllte Sehnsucht. Chinesische Frauen sprechen normalerweise nicht über ihr Liebesleben. In dem Buch wird das Mutter-Tochter-Verhältnis in China, Familien-Traditionen und die Ein-Kind-Politik thematisiert. Xinran ist mit Frauen ins Gespräch gekommen, die zuvor nie gewagt haben, ihre privaten Erlebnisse zu offenbaren. Es ist ein berührendes und authentisches Buch entstanden, das ein ganzes Jahrhundert chinesischer Geschichte lebendig werden lässt.



Xinran
Sehnsucht groß wie meine Einsamkeit
Knauer Verlag
320 Seiten
Preis: 19,99 Euro (Hardcover)
ISBN: 978-3-426-21447-3

Brigitte Sdun
Redaktionsmitglied

Terminkalender

I. ZWAR-Gruppen

Bulmke:

Basisgruppe: jeden 1. Freitag im Monat, 15.00 – 16.00 Uhr
Kettelerhaus, Im Mühlenfeld 10

Kontakt: Jürgen Gollnick

Tel.: 0209 21549

E-Mail: juergen.gollnick@freenet.de

Neustadt/Ückendorf:

Basisgruppe: 14-tägig donnerstags, in ungeraden KW, 18.00 Uhr, im Mehr- generationenhaus, Bochumer Str. 85

Spieletreff: 14-tägig donnerstags, in geraden KW, 18.00 Uhr, im Nest, Bochumer Str. 11

Kontakt: Christa Tüllmann,

Tel.: 0209 4083717 oder

Werner Rothmann,

Tel.: 0209 28553,

E-Mail: werner.rothmann@web.de

Schalke:

Basisgruppe: 14-tägig montags, in ungeraden KW, 18.00 Uhr, AWO- Begegnungszentrum, Grenzstr. 47

Kartenspielen: freitags, 18.00 Uhr, Stadtteilladen Bulmke/Hüllen, Wannerstr. 128

Kegeln: 14-tägig, dienstags,

in geraden KW, 16.00 Uhr,

Seniorenzentrum, Grenzstr. 47

Computergruppe: 14-tägig donnerstags, in geraden KW,

Anfänger 17.00 Uhr, Grenzstr. 47

Fortgeschrittene 18.00 Uhr,

Grenzstr. 47

Spielegruppe: donnerstags,

16.00 Uhr, Begegnungszentrum,

Grenzstr. 47

Wandern: 14-tägig samstags,

in ungeraden KW, Treffen:

Haupteingang Sportplatz

Schürenkamp, 9.30 Uhr

Kontakt: Anneliese Somplatzki

Tel.: 0209 49417

E-Mail: asausge@arcor.de

Beckhausen:

Basisgruppe: jeden 2. und 4.

Montag im Monat, 15.00 – 18.00

Uhr, Bodelschwing-Haus,

Bergstr. 7

Kontakt: Irene Bohn,

Tel.: 0209 399804,

E-Mail: final-gonie@gelsennet.de

und Ursel Mann, Tel.: 0209 1779272,

E-Mail: urselundhannes@online.de

Hassel/Bülse:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags,

in ungeraden KW, 18.45 Uhr,

Seniorentreffpunkt Uhlenbrock,

Mühlenstraße 124

Kontakt: Günter Urban,

Tel.: 0209 630866,

E-Mail: guenter.urban@unitybox.de

Buer:

Basisgruppe: 14-tägig montags,

in ungeraden KW, 18.00 Uhr,

Gemeindehaus Apostelkirche,

Horster Str. 35, 45894 GE-Buer

Spieletreff: jeden Donnerstag, 18.00

Uhr, Gaststätte Michaelshaus

Literaturtreff: jeder erste Montag

im Monat, 19.45 Uhr, Michaelshaus

Raum 13

Fahrradfahren: 14-tägig Samstag,

Michael Schwark, Tel. 397138

Wandern: 14-tägig Sonntag, telefo-

nische Anmeldung: Doris B. 379119,

Irene R. 394884

Computergruppe: jeden

Montag (außer Ferien), 15.15

Uhr, Gesamtschule Buer-Mitte

(Selbstlernzentrum)

Kontakt: Monika Sommer-Kensche,

Tel. 01520 4885514,

E-Mail: monisommer1@gmx.de

und Michael Schwark,

Tel.: 0209 397138,

E-Mail: mschwark@gelsennet.de

Erle:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags,

in geraden KW, 18.30 Uhr, AWO-

Seniorenzentrum, Darler Heide 59

Kontakt: Werner Salewsky ,

Tel.: 0209 788678,

E-Mail: zwar.erle@gmx.de

Horst/Heßler:

Basisgruppe: 14-tägig montags,

in geraden KW, 17.00 Uhr, Paul-

Gerhardt-Haus, Industriestr. 38

Kontakt: Bärbel Hegemann

Tel. 0209 54504

E-Mail: baerbel.hegemann@gmx.de

Altstadt/Feldmark/Rotthausen:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags,

in ungeraden KW, 17.30 Uhr,

Tagespflegestätte der APD GmbH,

Pastoratstr. 1

Kontakt: Linda Czikus,

Tel.: 0209 876937,

E-Mail: carrambaxy@gmail.com

oder Sergio Tidili,

Tel.: 0209 135304,

E-Mail: geso4@web.de

oder Josef Ciesielski,

Tel.: 0209 1550139,

E-Mail: lerebell@ish.de

Resse/Resser Mark:

Basisgruppe: 14-tägig montags,

in geraden KW, 18.30 Uhr,

Seniorenwohnhaus Ahornstr. 170

Kontakt: Heidi Wittfoot,

Tel.: 0209 780832,

E-Mail: eiramediehw@gmail.com

und Reinhold Stania,

Tel.: 0209 786769,

E-Mail: kaminfreund@aol.com

Bismarck, Bulmke, Hüllen:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags,

in ungeraden KW, 18.00 Uhr, Alfred-

Zingler-Haus, Margaretenhof 10-12

Kontakt: Heinz Gossling,

Tel.: 0209 86390,

E-Mail: heinz.zwar@web.de

und Eckhard Schneider,

Tel.: 0209 811625,

E-Mail: ecszwar@aol.com

Feldmark/Rotthausen/Altstadt:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags,

in ungeraden KW, 18.00 Uhr, AWO

Quartierszentrum Feldmark

Robert-Geritzmann-Höfe 4

Kontakt: Dirk Retzkowski,

Tel.: 0176 34918596,

E-Mail: dirk.retzkowski@t-online.de

und Birgit Ahrens-Timmermann,

Tel.: 0209 201255,

E-Mail: birgit.timmermann@arcor.de

GE - Süd (türkischsprachig):

14-tägig montags, in ungeraden KW,

18.00 Uhr, Alfred- Zingler- Haus,

Margaretenhof 12,

Kontakt: Fethiye Aslan,

Tel.: 0176 21439927 und Gülten Acar,

Tel.: 0176 43696201

GE - Nord (türkischsprachig):

ZWAR - Nord trifft sich jeden

Sonntag, 18.00 Uhr, Franziskushaus,

Hagenstr. 16-18

Kontakt: Ergün Fehri,

Tel.: 02043 66124,

E-Mail: cahitergu@web.de

oder Nesrin und Mikail Zopi,

Tel.: 0172 2185239, mzopi@web.de

Türk ZWAR-Grubu her Pazar günü

saat 18.00 de, Franziskushaus,

Hagenstr. 16-18, GE-Buer adresinde

bulusuyor.

Kontakt: Ergün Fehri,

Tel.: 02043 66124,

E-Mail: cahitergu@web.de

oder Nesrin und Mikail Zopi, Tel.:

0172 2185239, mzopi@web.de

Chor der Türkischen Kunstmusik:

Jeden ersten und dritten Sonntag,

18.00 Uhr

Türk Sanat Müziği Korosu: Her ayın 1. ve 3. Pazar günü, saat 18.00 de Chor der Türkischen Volksmusik: Jeden zweiten und vierten Sonntag, 18.00 Uhr

Türk Halk Müziği Korosu: Her ayın 2. ve 4. Pazar günü, saat 18.00 de
Kontakt: Mikail Zopi
Tel. 0172 2185239
E-Mail: mzopi@web.de

Inklusiv Horst:

Basisgruppe: 14-tägig montags, in ungeraden KW, 18.00 Uhr, Fürstenberg-Saal in der Vorburg Schloss Horst, Turfstraße 21, 45899 GE
Kontakt: Karola Englisch,
Tel.: 0177 1486323
und Karsten Sohn,
Tel.: 0157 54713494,
E-Mail: karstensohn@arcor.de

Inklusiv Schaffrath:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags, in geraden KW, 18.00 Uhr, Jugendzentrum Nottkampstr. 32, 45897 Gelsenkirchen
Kontakt: Irmtraut Ruloffs,
Tel.: 02043 4025240,
E-Mail: iruloffs@gmx.de
und Jürgen Labodda,
Tel.: 0209 584540, E-Mail:
j.labodda@web.de
und Dagmar Deutmeyer,
Tel.: 0209 4029301,
E-Mail: Dagmar1231@web.de

ZWAR-GE.RUS (russischsprachig):

Basisgruppe: trifft sich jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 18.00-20.00 Uhr, Mehrgenerationenhaus, Bochumer Str. 85, 45886 Gelsenkirchen
Kontakt: Lidia Molchanova,
Tel.: 0209 15755839 und
0157 58538682
E-Mail: lidia.molchanova@gmail.com

Projektwerkstatt 5oplus:

Basistreffen: jeden letzten Mittwoch im letzten Monat jedes Quartals, 10.00 – 12.00 Uhr, in Raum 8, Vattmannstraße 2-8

Petra Schlüter, Tel.: 01714247010,
E-Mail: info@projektwerkstatt-5oplus-gelsenkirchen.de

Spieletreff: jeden 1. und 3. Donnerstag, 14.30 Uhr, Bildungszentrum, Stadtbibliothek
Spieletreff Erle: 14-tägig montags, 14.00 Uhr, Stadtteilbibliothek Erle, Cranger Str. 323

Nachbarschaftstreff Tossehof:

Jeden Dienstag 18.00 Uhr im Quartiersladen

Ansprechpartner: Martina Mail
Tel. 0157 33031698
E-Mail: martina.mail@gelsenkirchen.de

Filmcafé am Sonntag:

An jedem 3. Sonntag im Monat, ev. Gemeindehaus, Florastr. 119, 14.30 Uhr Kaffeetrinken und Filmeinführung, 15.30 Uhr Filmbeginn
28.04.2019 Komödie, Frankreich 2016, 95 Min

19.05.2019 Roadmovie, Deutschland 2003, 107 Min

16.06.2019 Drama, Australien 2016, 118 Min

Die Titel der Filme dürfen aus lizenzrechtlichen Gründen nicht genannt werden.

Tel. 0175 - 3846768 (Claudia Ferda)

Filmreihe für Senior*innen

zum Schauen und Diskutieren im Kulturraum „die flora“. Florastraße 26
Nach jeder Vorstellung gibt es bei Kaffee und Kuchen ein gemeinsames Gespräch, Eintritt: 5,00 Euro inkl. Kaffee und Kuchen

So. 05.05.2019, 15.00 Uhr

„Kleine und große Frauenwunder: Überraschungsfilm“

So. 02.06.2019, 15.00 Uhr

„Kleine und große Frauenwunder: Keiner schiebt uns weg“

So. 08.09.2019, 15.00 Uhr

Filmtitel noch nicht bekannt

Erzählcafé des Mehrgenerationenhaus Gelsenkirchen

Jeden 2. Dienstag im Monat, 14.00 – 16.00 Uhr, Bochumer Str. 85
Termine: 09. April, 14. Mai, 11. Juni, 09. Juli, 13. August

Kontakt: Meral Aslan,

Tel.: 0209/15758983

E-Mail: mehrgenerationenhaus@gelsenkirchen.de

Offene Lese-Abende:

„Kopf-kino- Sich die Welt ausmalen mit Büchern und Geschichten“

Jeden 1. Montag im Monat, 17.30 Uhr, Vorburg Schloss Horst
Ohne Anmeldung

II. Volkshochschule Gelsenkirchen

5oplus aktiv: jeden Dienstag ab 15.00 Uhr, Bildungszentrum Ebertstr. 19, Raum 123

Ansprechpartner: Ruth Raeder

Tel. 0234 5840010

E-Mail: ruth.raeder@googlemail.com

Redaktionssitzung Seniorenzeitung

GE-nior: jeden 2. und 4. Dienstag, ab 16.30 Uhr, Bildungszentrum Ebertstr. 19, Raum 123

Ansprechpartner: Werner Rothmann
Tel. 0209 28553

E-Mail: werner.rothmann@web.de

III. Kunstmuseum Gelsenkirchen

Mit Oma und Opa ins Museum:

1x im Monat, samstags von 15.00 - 17.30 Uhr, Anmeldung erforderlich

Ansprechpartner: Tel. 0209 1694130

E-Mail: kunstmuseum@

gelsenkirchen.de

Seniorenprogramm Bildgespräche:

jeden 2. Donnerstag im Monat, 15.00 Uhr (bitte vorher anfragen),

Kunstmuseum Buer, Horster Str. 5-7

Ansprechpartner: Tel. 0209 1694130

E-Mail: kunstmuseum@

gelsenkirchen.de

05.05.2019 15.00 Uhr

Öffentliche Führung in der Sammlung der Kinetik

09.05.2019 15.00 Uhr

Spaziergang durch die Gemäldesammlung mit Highlights von Max Liebermann bis Gerhard Richter

11.05.2019 17.00 Uhr

Künstlergespräch zu dem Werk „Stadt-Gegenstadt“ von Arne Schmitt

17.05.2019 15.30 Uhr

Zeit widmen – Führung für Menschen mit Demenz und Familienangehörige

Anmeldung unter:

Tel 0209 1694130

19.05.2019 11.30 Uhr

Eröffnung der Ausstellung „DUO – Skulpturen und Objekte von Enrique Asensi“ in Kooperation mit den Flottmann-Hallen Herne
Kostenfreier Shuttelbus nach Herne, Anmeldung unter:

kunstmuseum@gelsenkirchen.de

25.05.2019 15.00 Uhr

Mit Oma und Opa ins Museum, zum Thema „Bewegung im Licht“ (Enkelkinder ab 7 Jahren)

Anmeldung unter: Tel 0209 1694130

26.05.2019 15.00 Uhr

Öffentliche Führung „StadtKunst“, leichte Radtour durch Horst (Treffpunkt: Torbogen Schloss Horst)

15.06.2019 15.00 Uhr

Kunst am Baum: Programm für Erwachsene und Kinder im Baum-Skulpturenpark Schloss Berge.
Anmeldung unter: Tel 0209 1798120

16.06.2019 15.00 Uhr
 Öffentliche Führung „StadtKunst“,
 Kunstwerke rund ums MIR,
 Treffpunkt: Musiktheater im Revier
Termine Ausstellungen:
09.08.2019 19.00 Uhr
 Eröffnung der Ausstellung
 „Raum & Objekt XV“

IV. Selbsthilfegruppen

Alzheimer Gesellschaft Gelsenkirchen e.V. Für Angehörige von Menschen mit Demenz

Amalie-Sieveking-Haus
Hans-Böckler-Allee 2
45883 GE-Feldmark
 jeden 1. Mittwoch im Monat
 18.00 - 19.30 Uhr, jeden 3. Mittwoch
 im Monat 17.00 - 18.30 Uhr (parallel
 Betreuung erkrankter Angehöriger
 nach Vereinbarung)
Ansprechpartner:
 Fr. Rita Brandt-Matz
 Tel. 0209 94574177
 Mobil: 0177 9296518
 E-Mail: ar.matz@t-online.de
 Fr. Katharina Komorek
 Tel. 0209 94115-40
 E-Mail: Katharina.komorek@
 johanneswerk.de

Franziskus Haus
Hagenstr. 16-18, 45894 GE-Buer
 jeden 3. Dienstag im Monat
 18.00 - 19.30 Uhr
Ansprechpartner:
 Fr. Annette Schlömer
 Tel. 0209 933144-10
 E-Mail: Annette.Schoemer@
 curanum.de

Ambulante Hilfen und Pflege
Caritasverband
Goldbergstr. 11a, 45894 GE-Buer
 jeden 1. Montag im Monat 16.00 -
 18.00 Uhr (nach Vereinbarung)
 Fr. Rita Arendt
 Tel. 0209 933380
 E-Mail: ambulante-pflege-buer@
 caritas-gelsenkirchen.de

St. Josef Hospital
Rudolf-Bertram-Platz 1
45899 GE-Horst
 jeden 2. Montag im Monat Treff
 16.00 Uhr
 Caritas-Fachstelle Demenz
Ansprechpartner:
 Fr. Petra Hermann
 Tel. 0209 15806-46 od.
 0209 5047126

E-Mail: horizont@caritas-
 gelsenkirchen.de
 E-Mail: demenzberatung@kkel.de

Elisabeth Krankenhaus
Cranger Str. 226, 45891 GE-Erle
 jeden 1. Donnerstag im Monat,
 15.00 - 16.30 Uhr
Ansprechpartner:
 Fr. Kerstin in der Beek
 Hr. Dr. Willi Leßmann
 E-Mail: kerstin.inderbeek@
 elisabethkrankenhaus-ge-de
 Beratungstelefon: 0209 70030

Evangelische Kirchen-
Gemeinde Bulmke
Florastr. 119, 45889 GE-Bulmke
 jeden 2. Mittwoch im Monat, 17.00
 - 18.30 Uhr (parallele Betreuung von
 Angehörigen nach Vereinbarung)
Ansprechpartner:
 Fr. Rita Brandt-Matz
 Tel. 0209 94574177
 Mobil: 0177 9296518
 E-Mail: ar.matz@t-online.de

Caritas Altenzentrum Haus St. Anna
Märkische Str. 19
45888 GE-Bulmke Hüllen
 jeden 1. Donnerstag im Monat, 16.30
 - 18.00 Uhr (parallele Betreuung von
 Angehörigen nach Vereinbarung)
Ansprechpartner
 Sozialer Dienst St. Anna:
 Fr. Andrea Hundert
 Tel. 0209 389090
 E-Mail: andrea.hundert@
 caritas-gelsenkirchen.de
 Fr. Rita Brandt-Matz
 Tel. 0209 94574177
 Mobil: 0177 9296518
 E-Mail: ar.matz@t-online.de

Gruppe für türkisch-stämmige
Angehörige „Yalniz Degiliz“
Nienhof – Tagesstätte
Wilhelmstr. 77, 45891 GE-Erle
 jeden letzten Donnerstag im
 Monat 19.00 - 21.00 Uhr, Demenz-
 Servicezentrum für Menschen mit
 Zuwanderungsgeschichte
 Serpil Kilic, Tel. 0209 6048329
 E-Mail: serpil.kilic@
 awo-gelsenkirchen.de

Begleitete Selbsthilfe-Gruppe
für Menschen mit Demenz
„Wir Sprechen für uns“
Im St. Josef-Hospital
Rudolf-Bertram-Platz 1
45899 GE-Horst
 Montags von 11.00 - 12.00 Uhr
 (m.d.B. um vorherige
 Terminabsprache)

Ansprechpartner: Fr. Heike Lorra
 (städt. Beratungsstelle Pfad)
 Tel. 0209 169-2405
 Fr. Marita Ingenfeld (Fachstelle
 Demenz), Tel. 0209 15806-46 oder
 0209 504-7126
 E-Mail: demenzberatung@kkel.de

Angehörigengruppe im
Evangelischen Seniorenstift
Husemannstr. 104
45879 Gelsenkirchen
 jeden 2. Mittwoch im Monat,
 18.30 - 20.00 Uhr
Ansprechpartner:
 Fr. Kirsten A. M. Czerlikowski
 Tel. 0209 160-66305 oder
 0151 51182091
 E-Mail: czerlikowski@evk-ge.de

Demenzsprechstunde für alle mit
Fragen zum Thema Demenz
Infocenter Maelostraße
Maelostr. 8, 45894 GE-Buer
 jeden 1. Montag im Monat, 16.00
 - 17.30 Uhr (Terminvereinbarung
 ratsam) im Gebäude der AOK-Buer
 Raum E02
 Dr. Hinrich Meyer
 Tel. 0209 3602103 oder
 Mobil: 0157 33031697
 bernd.hellbusch@gelsenkirchen.de
 andre.kaufung@gelsenkirchen.de

Osteoporose-Selbsthilfegruppe
Gelsenkirchen-Altstadt
Funktionstraining:
 Trockengymnastik, mittwochs,
 ab 15.30 Uhr
Treffpunkt: Convenio, Bulmker Str. 117
Funktionstraining:
 Wassergymnastik, freitags,
 ab 16.00 Uhr
Treffpunkt: Marienhospital
 Ückendorf, Abteilung
 Physiotherapie, Virchowstr. 135
 Info: Ingrid Schmukat
 Tel. 0209 83886

Prostata Selbsthilfegruppe
Gelsenkirchen-Buer e. V.
Treffpunkt: jeden ersten Dienstag
 im Monat, 18.00 Uhr, Seminarraum
 der REHA-Klinik Bergmannsheil,
 Schernerweg 4, 45894 GE-Buer
 (Haupteingang: Links durch die
 Lobby, dem langen Gang bis in den
 neuen Gebäudetrakt folgen)
Ansprechpartner: Karl Dahm
 Tel.: 0209 64696

07.05.2019
Prostatakrebs und palliativmedizi-
nische Versorgung zu Hause
Vortrag findet im MCBB
Besprechungsraum Nordstern statt.

04.06.2019

Gesunde Lebensführung bei Prostatakarzinom

02.07.2019

Die gutartige Vergrößerung der männlichen Prostata (Benigne Prostatahyperplasie BPH oder BPS)

06.08.2019

Was Sie über Darmkrebs wissen sollten

Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Gelsenkirchen

Treffpunkt: Jeden 1. Dienstag im Monat ab 15.45 – 17.30 Uhr in der Mitarbeitercafeteria, Evangelische Kliniken, Munkelstr. 27, 45879 Gelsenkirchen

Ansprechpartner:

Evangelische Kliniken Tel.: 0209-16051615 und 16051616 (Neurologie)

Christa Thomalla

Tel. 0209 145724 (ab 18.00 Uhr)

Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew Gruppe Gelsenkirchen

Jeden Montag 19.15 - 20.00 Uhr
Im Therapiebad Salvea am Medical Center Bergmannheil Buer Zum Ehrenmal 21, 45894 GE-Buer

Jeden Freitag 8.00 - 8.45 Uhr
im Gesundheitspark Nienhausen Feldmarkstr. 201, 45883 GE-Feldmark anschließend Gesprächskreis für Jedermann in der Cafeteria ab 9.30 Uhr

Ansprechpartner:

Hans-Friedrich Löffler

Tel. 0209 597704

E-Mail: h-f-loeffler@gelsennet.de

Selbsthilfegruppe Schwerhöriger und Ertaubter Gelsenkirchen

Caritas Liebfrauentift

Ruhrstr. 27, 45881 Gelsenkirchen

Treffpunkt: Jeden 2. Mittwoch im Monat 15.00 - 18.00 Uhr

Kontakt: Tel. 01575 3646058

E-Mail: seifert61@gmx.de

Alfred-Zingler-Haus, Bulmke

Margaretenhof 10, Tel. 84307

alfred-zingler-haus.info

Reparaturcafé: jeden 1. Montag im Monat, 18.00 Uhr,

Arabisch für Interessierte: jeden Mittwoch, 17.00 Uhr

Häkeln und Stricken mit Steven:

jeden Donnerstag, 18.00 Uhr

NABU Forum offenes Treffen

Naturschutzbund GE: letzten Donnerstag im Monat

Offener Treff FOLKfriends: letzten Freitag im Monat, 20.00 Uhr

Gehörlosen Rommé Club: 14-tägig Samstag oder Sonntag, 14.00 Uhr

Quartiersladen Tossehof

Ravenbusch 2, 45888 Gelsenkirchen

Detlev Czackowski

Tel. 0209 80086595

Bridge: 14-tägig montags, 14.00 - 17.00 Uhr

Fr. Otto, Tel. 811899

Montag: 15.30 - 17.00 Uhr

Bingo und andere Spiele

Dienstag: 16.00 - 17.00 Uhr

Nordic walking für Senioren/innen

Treffpunkt vor dem Quartiersladen

18.00 - 20.00 Uhr

Spieletreff (offen für alle)

Lesen, spielen, klönen usw.

Mittwoch: 9.30 - 11.00 Uhr

Gedächtnistraining (Anmeldung erforderlich) 11.00 - 12.00 Uhr

Seniorengymnastik (Anmeldung erforderlich)

16.30 - 19.00 Uhr

Tossehof-Chor (offen für Alle)

Donnerstag: 16.00 - 17.00 Uhr

Nordic walking für Senioren/innen

Treffpunkt vor dem Quartiersladen

Freitag: 10.00 - 11.30 Uhr

Gedächtnistraining (Anmeldung erforderlich)

Seniorengruppe Bulmke-Hüllen

trifft sich 2-mal im Monat. Immer am 2. und 4. Dienstag.

Am 2. Dienstag zum Kaffeetrinken, um 15.00 Uhr im Cafe & Bistro im Tossehof

Am 4. Dienstag zum Spaziergang,

um 15.00 Uhr. Treffpunkt:

Minigolfanlage im Bulmker Park

Ökumenisches Zentrum St. Ida

Emscher Bruch 63-65, Resser Mark

jeden letzten Dienstag im Monat,

19.00 Uhr, Integrativer Chor

Kontaktstelle für Diabetiker

Weber-Apotheke, Weberstr. 22, Gelsenkirchen

jeden 2. und 4. Freitag im Monat, 15.00 - 17.00 Uhr

(ab dem 9. Januar 2015)

Ansprechpartner auch außerhalb der Sprechzeiten: Claus Laven

Mobil: 0176 802 454 30

V. Einzeltermine

19.05.2019 10 – 14 Uhr

Selbsthilfetag, Bergmannheil Buer, Schernerweg 4

29.06.2019 10 – 14 Uhr

Aktionstag „GE-meinsam Barrieren abbauen“, Auf der Bahnhofstraße in Gelsenkirchen

Technik-Sprechstunde

Hilfe bei technischen Problemen

Jeden 2. und 4. Mittwoch

Von 16.30-19.30 Uhr

Sie benötigen Hilfe bei Smartphone, Tablet und Co?

Als Technikbotschafter steht Ihnen Ulrich Wirth zur Verfügung.

Quartiersladen Tossehof, Ravensbusch 2, 45888 Gelsenkirchen

Treffen der Quartiersreporter*innen

Jeden 2. Mittwoch im Monat,

18.00 Uhr, im Medienzentrums der Stadtbibliothek Gelsenkirchen

Ebertstraße 19, 45875 Gelsenkirchen

VI. Reparatur-Cafés in Gelsenkirchen

Reparatur Café im Alfred-Zingler-Haus

Jeden ersten Montag im Monat von 18.00 bis ca. 20.00 Uhr im Alfred-Zingler-Haus, Margaretenhof 10-12

in Bulmke (45888)

Reparatur Café Horst

Jeden ersten Mittwoch im Monat von 17.00 bis 19.00 Uhr

Im Städtisches Jugendzentrum, Buerer Straße 86 in Horst (45899)

Reparatur-Michel

Jeden ersten Mittwoch im Monat von 17.00 bis 19.00 Uhr

In der Kirche St. Michael, Valentinstraße 40 in Hassel (45896)

VII. Spaziergangsgruppen

Buer

jeden Sonntag, um 14.30 Uhr,

Treffpunkt: vor der Schauburg, Horster Str.

Klaus Reimer, Tel.: 0209/63540

Bulmke-Hüllen

Jeden 2. Dienstag im Monat 15.00 Uhr, Treffpunkt: Minigolfanlage

Bulmker Park

(bei schlechtem Wetter im Café & Bistro im Tossehof Markt)

Brigitte Grabemann,

Tel. 0209 17709138

Erle

jeden 1. + 3. Donnerstag im Monat 11.00 Uhr, AWO-Seniorenzentrum

Darler Heide 59

Ursula Großmann

Tel.: 0162 860 76 68

Horst

nach telefonischer Vereinbarung

Helga Töpfer, Tel.: 0209 513498

Alle, die Interesse haben entweder mit zu gehen oder selbst eine Spaziergangsgruppe zu leiten, können sich

beim **Generationennetz Gelsenkirchen e. V.**, Tel.: 0209 1696666 melden.

Wir bieten Ihnen
Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.



Seniorenzentren



SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.

Seniorenzentrum Gelsenkirchen-Buer

Darler Heide 59 • 45891 Gelsenkirchen
Fon: 0209 - 7030
sz-ge-erle@awo-ww.de

Seniorenzentrum Uhlenbrock

Mühlenstraße 124 • 45896 Gelsenkirchen
Fon: 0209 - 60060
sz-ge-hassel@awo-ww.de

Seniorenzentrum Gelsenkirchen-Horst

Marie-Juchacz-Weg 16 • 45899 Gelsenkirchen
Fon: 0209 - 951930
sz-ge-horst@awo-ww.de

Seniorenzentrum Gelsenkirchen-Schalke

Grenzstraße 49-51 • 45881 Gelsenkirchen
Fon: 0209 - 40940
sz-ge-schalke@awo-ww.de

Mehr zu uns unter: awo-seniorenzentren.awo-ww.de

MitMenschen.
FürMenschen.

Caritas
Gelsenkirchen

Selbstständig leben. Wir unterstützen Sie.

Caritasverband für die Stadt Gelsenkirchen e. V.

Das Leben genießen,
aktiv sein und sich auch
mal umsorgen lassen:

Wir helfen Ihnen, dies
individuell und selbst-
bestimmt zu tun.



Foto: istockphoto.com

Dabei unterstützen wir Sie:

- Renovieren, reparieren, Laub fegen, Fenster putzen, Transporte – alles rund um **Wohnen und Garten**.
- **Begleitung** zum Einkauf, zu Ärzten und Behörden, beim Spaziergang.
- Die Küche bleibt kalt? Wir sorgen für leckere **Mahlzeiten**.
- Spieleabende, Vorträge, Filme, Klönen bei Kaffee und Kuchen – bei uns ist **immer was los**. Bestimmt auch in Ihrer Nähe.
- Bei **Pflegebedürftigkeit** weitgehend selbstständig leben? Ja, denn wir stimmen unsere Pflegehilfen auf Ihre Bedürfnisse ab – ambulant und stationär.

Tel. 0209.15 80 60 | www.caritas-gelsenkirchen.de | Kirchstraße 51 | GE

