Leben ohne Internet – geht's noch?

Ergebnisbericht zu einer Umfrage der BAGSO

(Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.)

Menschen, die keinen Zugang zum Internet haben, stoßen in nahezu allen Lebensbereichen auf Schwierigkeiten. Das ist das Ergebnis der BAGSO-Umfrage „Leben ohne Internet – geht's noch?", an der von Mai bis Juli 2022 mehr als 2.300 Menschen ab 60 Jahre teilgenommen haben. Die Studie gibt erstmals einen umfassenden Einblick, welche subjektiven Erfahrungen von Ausgrenzung ältere Erwachsene ohne Zugang zum Internet machen und welche Lebensbereiche betroffen sind. Besondere Schwierigkeiten bereitet demnach die Digitalisierung der öffentlichen Verwaltung und von Bürgerdiensten sowie des Banksektors. Betroffen sind nicht nur Ältere, die das Internet gar nicht nutzen, sondern auch diejenigen, deren digitale Kompetenzen für die oft komplexen Anforderungen nicht ausreichen. Dringend gewünscht und benötigt werden weiterhin klassische Zugangswege: telefonische, postalische und persönliche Erreichbarkeit und gedruckte Materialien und Formulare.
Dieser Text und weitere Informationen stehen auf der Internetseite www.bagso.de

Das sieht die Redaktion von Alt? na und! genauso. Andererseits: Wir können die Zeit aber auch nicht zurückdrehen. Deswegen tut man gut daran zu versuchen, sich mit dieser digitalen Revolution zu arrangieren und mit der neuen Technik vertraut zu machen. Zum Glück gibt es in Mülheim vielfältige, niederschwellige Angebote, gerade für Senioren, die dabei helfen. Hier sind zwei davon:

Im Nachbarschaftshaus Heißen findet jeden Montag das Internet- und Smartphonecafé statt: 13.30 – 15 Uhr für Anfänger und 15.30 – 17 Uhr für Fortgeschrittene. Hier wird der Umgang mit den digitalen Geräten anhand der Fragen und Probleme der Teilnehmenden geübt.
Jeden dritten Dienstag im Monat gibt es von 14 – 17 Uhr den Linux-Treff (Linux ist ein sicheres Betriebssystem).
Alle Kurse sind kostenlos (eine kleine Spende wird erbeten) und auch für ältere Menschen gut geeignet. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, man kann einfach hingehen oder auch vorher anrufen.
Veranstaltungsort ist auf der Hingbergstraße 311, Telefon 0208 20586927 TI

Das Netzwerk Broich führt Beratungen und Kurse für Senioren und Seniorinnen durch, die Probleme mit der Bedienung ihrer digitalen Geräte haben. Nach den Sommerferien werden neben einem Einsteigerkurs auch zwei weitere Kurse zu den Themen "Dateiverwaltung" und "Sparen in und mit dem Internet" aufgelegt. Ein besonderes Angebot zum Erfahrungsaustausch und zur Hilfe bei Anwendungsproblemen ist der sogenannte "Computertreff", immer freitags 10 - 12 Uhr. Alle Veranstaltungen sind kostenlos. Eine kleine Spende wird gerne gesehen, sie wird einem caritativen Zweck zugeführt. Veranstaltungsort ist das Gemeindehaus an der Wilhelminenstraße 34 in Mülheim-Broich. Anmeldungen nimmt Wolfgang Wacke unter Telefon 0208 55213 entgegen. GT

Treffen in der Seniorenbegegnungsstätte:

besser gemeinsam als einsam!

Kennen Sie das? Sie sitzen alleine an ihrem Frühstückstisch und denken: Ach, wäre das nett, wenn ich mal ein bisschen Gesellschaft hätte! Dieser Wunsch ist durch aus realisierbar, allerdings nicht bei Ihnen zu Hause, sondern in Ihrem Stadtteil. Es gibt in fast jedem Bezirk eine Begegnungsstätte für Bürger, insbesondere für Senioren. **Dort gibt es Angebote für fast jeden Geschmack.**
In einigen Einrichtungen fängt der Tag mit einem Frühstückstreffen an oder mit einem Mittagstisch. Wer sich bewegen möchte, kann zur (Sitz-)Gymnastik gehen oder beim Tanztee den Nachmittag verbringen. Wer es etwas ruhiger mag, kann am Gedächtnistraining oder an verschiedenen Gesellschaftsspielen teilnehmen. Manchmal werden Computer- oder Englisch- Kurse angeboten oder der Umgang mit dem Handy oder Smartphone kann geübt werden. Es gibt Angebote zu den Jahresfesten oder auch Ausflüge und vieles mehr. Egal, wo Sie gerne mal reinschnuppern möchten, eins wird garantiert: Sie sind nicht allein und können in Gesellschaft nette Gespräche führen.
Träger der Begegnungsstätten sind die Wohlfahrtsverbände, Trägervereine, Nachbarschaftsvereine, sowie die Wohnungsgesellschaften MWB und der SWB. Die Organisation und Bewirtschaftung wird von Honorarkräften und Ehrenamtlern durchgeführt.
Wenn Sie erfahren möchten, wo in ihrer Nähe ein Seniorentreffpunkt ist, fragen Sie Ihre Nachbarn oder besorgen Sie sich die Broschüre „Informiert, Aktiv & Versorgt, Wegweiser für die ältere Generation der Stadt Mülheim an der Ruhr". Das Informationsheft finden Sie in allen städtischen Einrichtungen am Informationsstand im Eingangsbereich. Sollte es vergriffen sein, fragen sie bei den Mitarbeitern nach. TI

Die Stadt Mülheim an der Ruhr mit ihrer Senioren- und Wohnberatung verbunden mit den PIA-Stadtdiensten möchte gerne einen neuen, über das gesamte Stadtgebiet verteilten Telefonkreis ins Leben rufen. Was war Auslöser für ein solches Projekt? Nicht nur, aber vermehrt auch als eine Folge der Coronapandemie, haben zunehmend Menschen einen Verlust ihrer Kontakte, Aktivitäten oder anderer Zusammenkünfte zu beklagen. Ein durch viele Faktoren möglicher Verlust an Mobilität kann ebenfalls ein Gefühl der Einsamkeit hervorrufen, das durch Teilnahme an dem geplanten Vorhaben einen Ausgleich finden soll. Hierbei spricht man täglich zu einer vereinbarten Uhrzeit in einer festgelegten Reihenfolge miteinander. Ein solcher „Rundrufkreis“ soll aus 5 bis 6 Personen bestehen und ähnlich eines sogenannten Hausnotrufs eine gewisse Sicherheit bieten. Darüber hinaus können auch neue Bekanntschaften entstehen, verbunden mit der Möglichkeit zur Absprache gemeinsamer Unternehmungen. Positive Rückmeldungen aus der Stadtmitte, wo ein solcher Kreis bereits seit Längerem besteht, sind bereits gesammelt worden und lassen ein gutes Gelingen erwarten. Bei Interesse melden Sie sich gerne telefonisch bei den genannten Ansprechpartnerinnen an. Im Rahmen eines Informationstreffens lernen sich Interessierte dann kennen, können Fragen geklärt und Absprachen getroffen werden. Hierzu wird auch bei Bedarf wird ein Fahrdienst organisiert. WW

Eppinghofen hält zusammen „Ein Fest mit 100 Nationen“

Unter diesem Motto planen der Eppinghofer Bürgerverein e.V., das Stadtteilmanagement Eppinghofen und das Netzwerk der Generationen gemeinsam mit zahlreichen Kooperationspartnern und -partnerinnen ein großes Straßenfest auf der Eppinghofer Straße. Ziel des Festes ist, die Begegnung zwischen Menschen verschiedener Herkunft, unterschiedlicher Altersgruppen und Kulturkreise in Eppinghofen zu fördern. Alle Mülheimer Bürger und Bürgerinnen sind herzlich eingeladen.
An circa 40 Ständen gibt es unterschiedliche Angebote und es wird ein buntes und abwechslungsreiches Programm für Groß und Klein geboten.

Kreisel an der Eppinghofer und Heißener Straße

Wann: 4. Juni 2023
Wo: Eppinghofer Straße 77 – 109
(Ecke Parallelstraße bis Verteilerkreis)
Uhrzeit: 11 – 18 Uhr
Eintritt: frei Foto: FAM

OB Marc Buchholz zu Gast bei Alt? na und!

„Trotz zahlreicher Krisen: Wir haben in Mülheim einiges bewältigt."

Marc Buchholz ist seit Oktober 2020 Oberbürgermeister der Stadt Mülheim und damit Chef der Verwaltung. Anfang April besuchte der 55-jährige studierte Sozialmanager und frühere Dezernent für Bildung, Soziales, Jugend, Gesundheit, Sport und Kultur die Redaktion von Alt? na und!

OB Marc Buchholz

Bei seinem Amtsantritt war die Corona-Pandemie die erste große Herausforderung für Buchholz, zu einer Zeit, als die Infektionszahlen erstmals auch in Mülheim in die Höhe schnellten. Doch es blieb nicht die einzige Krise in seiner bisherigen Amtszeit: Erst brach sich im Sommer 2021 das Hochwasser den Weg über die Ufer, dann kam der Krieg nach Europa mit all seinen Herausforderungen für die Kommunen wie die Unterbringung der Flüchtlinge, die Bewältigung der Energiekrise und der Gasmangellage. Inzwischen konnten Corona- und Ukraine Krisenstab beendet werden, die Verwaltung wieder zu ihrem Tagesgeschäft zurückfinden.

Grünflächen erhalten und alte Industrieflächen reaktivieren

Mülheim ist eine Stadt mit vielen Grünflächen, und das soll auch so bleiben, so der Oberbürgermeister. Für die Selbecker Höhe, den Auberg und das Fulerumer Feld kann er sich allenfalls eine Randbebauung vorstellen. Industrie und Gewerbe möchte er in Abstimmung mit den Eigentümern auf bestehenden Industrieflächen ansiedeln und damit höherwertig entwickeln und vermarkten, wodurch neue Arbeitsplätze geschaffen werden könnten.

Wohnraum schaffen

Neben nachhaltigen Gewerbeflächen will Buchholz in den nächsten Jahren auch Wohnraum entwickeln – aufgrund der Konkurrenz zu den Nachbarstädten auch zu höheren Mietpreisen. Das Land NRW stellt Mittel für geförderten Wohnraum bereit. Über das stadteigene Wohnungsunternehmen SWB und Mülheims Wohnungsgenossenschaft MWB soll es eine Mischung von frei finanziertem und gefördertem Wohnungsbau geben. Dafür kommt das Lindgens-Areal ebenso in Frage wie die Parkstadt auf dem ehemaligen Tengelmann-Gelände.

Die Innenstadt entwickeln

Nach Jahren des Stillstands kommt mit der geplanten Umgestaltung des Rathausmarktes und den Ideen zur Bebauungsplanung des Ruhrufers zwischen Radschnellweg und Konrad-Adenauer-Brücke wieder Bewegung in die Entwicklung der Innenstadt. Es werden aber wohl noch einige Jahre vergehen, bis die Planung und Umsetzung durch den Rat der Stadt entschieden sind. Vielleicht wird Marc Buchholz dieses Mega-Projekt dann weitervorantreiben können.

Wir von der Redaktion Alt? na und! freuen uns jedenfalls, ihn bis dahin und vielleicht auch darüber hinaus begleiten zu können, und Sie, liebe Leserinnen und Leser, auf dem Laufenden zu halten. Denn der Oberbürgermeister hat den Wunsch geäußert, zukünftig in regelmäßigem Dialog mit unserer Redaktion zu bleiben. Und diesem Wunsch möchten wir gerne nachkommen.

Text: EMO/ Foto: FAM

2 x 2 = ?

Beim Psychologen. Drei Männer unterziehen sich einem Intelligenztest. „Wie viel ist 2 x 2?" fragt der Psychologe den ersten. „5.000", antwortet der. Der Psychologe verzieht das Gesicht. „Ich respektiere Ihr Bemühen", sagt er „aber das kann ich beim besten Willen nicht gelten lassen." - „Wie viel ist 2 x 2?" fragt er den zweiten. „Mittwoch", antwortet der Kandidat. Der Psychologe ist entsetzt, schüttelt nur den Kopf und fragt sogleich den dritten Probanden: „Wie viel ist 2 x 2?" - „Vier", kommt es wie aus der Pistole geschossen. „Donnerwetter!" freut sich der Psychologe, „Sie haben den Test bestanden. Wie sind Sie so schnell darauf gekommen?" - „Ganz einfach: Ich habe 5000 durch Mittwoch geteilt." Gefunden von GT

Sucht im Alter

Eine Sucht ist grundsätzlich kein Ausdruck von Schwäche oder Versagen. Es gibt vielfältige Ursachen und Umstände, die dazu führen können. Die Sucht im Alter ist in der Gesellschaft ein Tabuthema und wird als Problem häufig ignoriert oder unterschätzt, weil sie auch nicht einfach zu erkennen ist. So können Stürze, nachlassende körperliche Leistungsfähigkeit, Antriebs- oder Interesselosigkeit oder auch Stimmungsschwankungen Folgen und Hinweise auf eine Abhängigkeit sein, aber es können ebenso Anzeichen einer Depression, einer Demenz oder Zeichen des normalen Alterns sein. Viele Menschen leben im Alter alleine und haben weniger soziale Kontakte. Kommt dann noch eine eingeschränkte Mobilität hinzu, wird die Einsamkeit noch größer. Es ist also äußerst schwierig, die tatsächlichen Ursachen für bestimmte Symptome herauszufinden. Wichtig ist es, sich Hilfe zu suchen uns sie zuzulassen – übrigens nicht nur bei sich selbst.

Medikamente

Medikamentenabhängige Personen können sich oftmals gar nicht vorstellen, in eine Abhängigkeit gefallen zu sein, da ihnen die Medikamente ja ärztlich verordnet wurden. Umso wichtiger ist es zu verstehen, dass eine vermehrte Medikamenteneinnahme auch eine zusätzliche körperliche Belastung darstellt und zu beachten ist auch, dass Flüssigkeitsmangel die schädlichen Nebenwirkungen der Medikamente verstärkt. Schlaf- und Beruhigungsmittel können bereits nach kurzer Zeit in eine Abhängigkeit führen. Sind dem Patienten diese Zusammenhänge nicht bewusst, kann daraus leicht ein Problem erwachsen, das die allgemeine Lebensqualität stark beeinflusst und einschränkt. Wenn Sie nach der Einnahme eines Arzneimittels körperlich erkennbare Veränderungen wahrnehmen, sollten Sie einen fachlichen Rat einholen. Führen Sie einen Medikamentenplan, der Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin Anhaltspunkte für mögliche Wechselwirkungen liefern kann. In Ihrer Apotheke schaut man sich den Plan bestimmt gerne bezüglich der Wechselwirkungen an und gibt zusätzliche hilfreiche Informationen.

Alkohol

Ein Glas Alkohol kann man in aller Regel auch im Alter genießen. Man kann jedoch im Laufe der Zeit in eine Regelmäßigkeit verfallen, die irgendwann nicht mehr guttut. Hinzu kommt, dass der Alkohol mit zunehmendem Alter stärker wirkt und der Körper zugleich mehr Zeit braucht, ihn wieder abzubauen. Alkohol ist ein Zellgift und somit immer schädlich. Es ist auf jeden Fall ratsam, alkoholfreie Tage und Zeiten einzulegen. Wer Medikamente nehmen muss, sollte wegen der Wechselwirkungen ganz auf Alkohol verzichten. Es ist auch zu bedenken, dass beispielsweise Hustensäfte und verschiedene beliebte Stärkungsmittel teilweise bis zu 80% Alkohol enthalten, was kombiniert mit anderen Medikamenten verhängnisvolle Auswirkungen haben kann.

Prävention

Grundsätzlich ist es überaus wichtig, nach Beendigung der Berufstätigkeit eine befriedigende Lebensperspektive zu finden. Das kann ein Hobby sein, aber auch das Ehrenamt bietet unzählige Möglichkeiten, seine persönlichen Fähigkeiten und Erfahrungen in unterschiedlichsten Bereichen einzubringen. Das bringt Zufriedenheit und ist eine Bestätigung, auch weiterhin gebraucht zu werden. Ein aktiver und dem Leben zugewandter Mensch wird nicht so schnell in Depressionen fallen und auch nicht so leicht in Einsamkeit versinken. Ein strukturierter Alltag, eine innere Zufriedenheit und soziale Kontakte können so manches Glas Alkohol oder ein Medikament ersetzen. Manchmal braucht es Unterstützung – für uns selbst oder für unsere Mitmenschen.

Unter **www.starkbleiben.nrw.de** finden Sie hilfreiche Informationen und auch Anregungen für Gespräche zu diesem Thema. Diese Informationen hat die ginko Stiftung für Prävention aus Mülheim bereitgestellt, die sich auch um die Prävention in Mülheim kümmert. Wenn es um Suchtberatung für ältere Menschen geht, gibt es qualifizierte Fachkräfte bei den Beratungsstellen der Caritas und der Diakonie in Mülheim. Auch hier hilft die ginko Stiftung gerne mit Kontakten weiter:

Landeskoordinierungsstelle
Suchtvorbeugung NRW,
Kaiserstraße 90,
45468 Mülheim an der Ruhr,
Telefon 0208 3006931,
Mail: info@ginko-stiftung.de,
www.ginko-stiftung.de

SW/quelle: ginko Stiftung
Foto: FAM

Wichtiger Hinweis zu dieser Ausgabe von Alt? na und!

Von Alt? na und! Ausgabe 50 an stehen alle Seniorenzeitungen auf unserer Internetseite www.alt-na-und.de zum Lesen und Herunterladen bereit. Außerdem verschicken wir einen Newsletter an viele Adressen, wenn eine neue Alt? an und! erscheint. Beide Angebote stehen aus technischen Gründen für Ausgabe 129 nicht zur Verfügung. Das tut uns leid! Wir bemühen uns, unsere Internetseite so schnell wie möglich zu reparieren. Das Redaktionsteam

Mülheimer Zeitzeugen

Familie Heckmann fotografierte diese „Fahrt ins Blaue“ 1934

Auch in Mülheim an der Ruhr gibt es noch Menschen, die den letzten Krieg in Europa nicht nur aus Geschichtsbüchern kennen, sondern diesen selbst erlebt haben und darüber berichten können. Auch nachfolgende Generationen können über geschichtsträchtige Ereignisse wie Währungsreform, das sogenannte Wirtschaftswunder und Ähnliches aus eigener Anschauung erzählen. Das sind dann Geschichten aus ihrem eigenen Leben und ihren persönlichen Wahrnehmungen zu einer Sache, einer Zeit oder einem Ereignis aus der älteren oder neueren Vergangenheit.

Im November 2011 wurde in Mülheim die ZeitZeugen-Börse gegründet. Seitdem treffen sich circa 10 bis 15 Mitwirkende monatlich im Sommerhof, Servicewohnen für Senioren am Tourainer Ring, zum gemeinsamen Austausch. Wichtig ist, so erklärt Moderator Manfred Zabelberg, das in diesem Kreis bestehende Vertrauen, um die manchmal schmerzhafte Lebenserinnerung bewusst zurückzuholen, zu verstehen und zu verarbeiten. Durch Erzählen und Reflexion des Erlebten sowie deren Niederschrift werden die erzählten Geschichten Zeitzeugnisse. Diese werden allen Interessierten zur Verfügung gestellt. Der sich daraus ergebende und gewünschte Dialog findet statt mit Schulen, Universitäten oder anderen Gruppierungen. Für die Zukunft wünscht sich die ZeitZeugenBörse insbesondere den Dialog mit jungen Menschen weiter fördern zu dürfen. Hierbei sind die Zeitzeugen ständig auf der Suche nach der bestmöglichen Form der Dialoggestaltung, wobei sie gelernt haben, dass Fragen besonders gut geeignet sind. Auch die Mitarbeit weiterführender Schulen ist in besonderem Maße wichtig. Die Zeitzeugen schreiben diese Schulen an, stellen Informationsbroschüren zur Verfügung und helfen bei der Organisation eines Besuchs oder einer Lesung aus den schriftlich niedergelegten Erinnerungen. Besonders aber freut sich die ZeitZeugenBörse über neue Mitstreiter, die bereit sind, sich ihnen anzuschließen.
Kontakt: Sommerhof, Tourainer Ring 12,
45468 Mülheim an der Ruhr, Telefon 0208 30680-015
Informationen, aber auch Texte mit Lebenserinnerungen und Biografien: zeitzeugenboerse@gmx.de WW

Leserbrief zu dem Artikel „Spezialisierte Ambulante Palliativversorung“ (SAPV)

Alt? na und! - Ausgabe 128, Seite 11

Zu Ihren Informationen in diesem Beitrag bekommen Sie meine volle Zustimmung. Seit Oktober 2022 werde ich von der SAPV betreut. Im März 2022 bekam ich die Diagnose Bauchspeicheldrüsenkrebs im fortgeschrittenen Stadium. Meine Welt stürzte ein, hatte ich doch noch so viele Pläne!

Nach mehreren Chemos und Operationen war der Tumor so groß wie zuvor und es hatten sich im Bauch Metastasen gebildet. Ich war verzweifelt. Vor mir sah ich Krankenhausaufenthalte, Chemos, Schmerzen in der noch prognostizierten Lebenszeit von circa 9 bis 12 Monaten. Nein!
Vorsichtshalber meldete ich mich im Hospiz an und hatte dort ein einfühlsames Gespräch: Was machen Sie, wenn die Schmerzen heftig sind und im Hospiz akut kein Platz frei ist? Ja, was mache ich dann? Ins Krankenhaus wollte ich auf keinen Fall! Nehmen Sie Verbindung mit der SAPV auf, riet man mir. Und das tat ich umgehend.

Seit Oktober 2022 werde ich zweimal wöchentlich von der SAPV und einmal pro Woche vom Palliativarzt betreut. Das geschieht form- und zwanglos und sehr wertschätzend. Und obwohl ich die ärztlich erwartete Lebenszeit von 12 Monaten bald hinter mir habe, kann ich weiterhin am Leben teilnehmen, bin noch zuhause, kann mich mit Freundinnen treffen, kleine Aktivitäten mitmachen, lecker essen und ins Kino gehen. Ein- bis drei Mal in der Woche gehe ich schwimmen, je nach Befinden. Wenn die Schmerzen zunehmen, kann ich bei der SAPV anrufen und mich jederzeit zusätzlich zu den zwei mündlichen Terminen beraten lassen, ebenso von meiner Hausärztin. Seit einigen Wochen besucht mich zusätzlich eine Psychoonkologin und auch diese Besuche tun mir gut. Jetzt bin ich zuversichtlich, auch Ostern in vier Wochen noch zusammen mit meinen Kindern zu erleben.
Klar kommen zwischendurch auch Tiefs, aber … Kopf hoch! Das Leben ist zu schön, um nur traurig zu sein.

Liesel Bauer

Ein Besuch bei Mario und Nette

Vor 13 Jahren wurde das Marionettentheater Mario & Nette gegründet. Es waren vier Frauen, die mit viel Freude und Elan dieses kleine Theater aufbauten. Sie wollten ehrenamtlich arbeiten und Kindern und Senioren Freude bereiten. Zunächst musste ein Probenraum gefunden werden, die Requisiten benötigten Platz. Die Puppen kamen aus unterschiedlichen Quellen, ein Grundstock war schnell zusammengetragen. Das Stadtteilbüro Eppinghofen stellte als Zwischenlösung einen Probenraum zur Verfügung, bevor der Umzug in die „Alte Dreherei“ erfolgen konnte.
Durch die Vereinsgründung im Jahr 2013 erhielt das Marionettentheater einen höheren Stellenwert. Mit der Zeit kamen neue Mitspielerinnen hinzu und aus der Anfängergruppe entwickelte sich eine geübte Puppentheatergruppe. Es werden bis heute alle Texte und Lieder von der Gruppe selbst geschrieben und die Puppen bekommen oft neue oder geänderte Kostüme. Es entstand eine mobile Probenbühne. Technische Anforderungen bezüglich der Beleuchtung mussten umgesetzt werden. Gefragt war nicht nur spielerisches Geschick, ebenso wichtig waren handwerkliches und kreatives Gestalten. Die Nachfrage nach Aufführungen nahm zu. Es meldeten sich Kindertagesstätten, Grundschulen, Jugendheime und Senioreneinrichtungen.

Das Puppenspiel macht Zuschauern Freude

Dann veränderte Corona das Leben. Keiner konnte voraussehen, wie lange der Lockdown das Spielgeschehen beeinflussen würde. Durch WhatsApp, Telefon- und Videokonferenzen hielten die Gruppenmitglieder Kontakt miteinander. Die Zeit wurde zum Schreiben und zur Vorstellung neuer Texte genutzt. Aktuell sind zwei Stücke „bühnenreif“: „Agathe“, ein Stück, das eher für Erwachsene geeignet ist, und das bekannte Märchen „Die Bremer Stadtmusikanten“, das Kindern präsentiert wird.
Veränderungen gab es während der Coronazeit auch bei den Mitspielerinnen des Marionettentheaters. Am Ende bestand die Gruppe leider nur noch aus vier engagierten Frauen. Nach dem Ende der corona- bedingten Einschränkungen wurden neue Mitspielerinnen angeworben, sodass Planung und Durchführung jetzt wieder gesichert sind. Eine positive Veränderung gibt es seit September 2022: Das Marionettentheater e.V. hat sich im Gemeindehaus der Evangelischen Kirchengemeinde Broich - Saarn etabliert, angeschlossen an das Netzwerk Broich.

Die Theatergruppe ist ihrem Gründungsziel treu geblieben. Sie wollen sich und anderen Menschen Freude durch ihr Theaterspiel machen. Und weil die liebevoll gestalteten Marionetten die Geschichten auf der Bühne den Zuschauern auf eine ganz besondere, mitreißende Art näherbringen, ist die Freude bei Groß und Klein gleichermaßen vorhanden.
Bei Interesse und Anfragen wenden Sie sich bitte an Renate Opitz, Telefon 0208 424246
oder schreiben Sie eine Mail an marioundnette@web.de

Text und Foto: CMJ

Ganz schön frech

Als ich in die Volksschule ging, gab es in jedem Schulhalbjahr einen Wandertag. Die Ausflüge in die nähere Umgebung, häufig zu einem interessanten, „pädagogisch-wertvollen“ Ort waren eine willkommene Abwechslung im Schulalltag.
Ende der 1950er Jahr stand ich im Kreise meiner Mitschüler und Mitschülerinnen auf dem Schulhof, gleich sollte es losgehen. Zunächst aber baute sich unser gestrenger Lehrer Herr Winkelmann vor der Klasse auf. Mit einer Handbewegung brachte er die 40 (!) Kinder zum Schweigen. Dass Mütter zur Aufsicht und Unterstützung des Lehrers die Klasse begleiteten, war damals noch nicht üblich. Aber so ganz alleine wollte er dann wohl doch nicht mit uns losmarschieren. Neben ihm stand eine uns unbekannte Frau mittleren Alters. Herr Winkelmann fragte: „Ich habe noch jemanden für unseren Ausflug mitgebracht. Könnt ihr euch denken, wer das ist?“ Eine Weile herrschte ratlose Stille, dann rief eine kecke Jungen-Stimme aus dem Hintergrund: „Deine Omma?!“ Das darauffolgende Kichern einiger Kinder endete jäh, als Herr Winkelmann mit fester Stimme klarstellte: „Nein, das ist meine Frau!“

GST-B

Musik heute:

zwischen Udo Lindenberg und Apache 207

Am 20. Januar 2023 veröffentlichten der 77-jährige Musikveteran Udo Lindenberg und der 25-jährige Rapper Apache 207 ein gemeinsames Lied namens „Komet“, das sofort die Nummer eins in den deutschen Musikcharts einnahm. Dieses Duett fand große Beachtung und sorgte für eine Überraschung, da beide Künstler ziemlich unterschiedliche Musikrichtungen vertreten. Vergleicht man die heutige Musik mit der von vor 50 Jahren, fallen viele Unterschiede auf.

Daddy cool – Tanzen bis zum Morgengrauen

In den 1970ern sah die Musiklandschaft noch ganz anders aus, mit Bands und Musikern wie Queen, ABBA, den Rolling Stones oder Peter Maffay. Ein Jahrzehnt geprägt von Krisen und Umbrüchen, das sich in der Musik widerspiegelte. Besonders die Jugend rebellierte und das Aufkommen neuer Musikrichtungen machte es möglich sich abzugrenzen. So ließ vor allem „Euro-Disco“ die Tanzflächen mit Menschen füllen, die bis in die frühen Morgenstunden zu „Daddy cool“ von Boney M. tanzten. Einige Ältere prophezeiten im Hinblick auf diese Entwicklungen den „Verfall der Musik“ mit ähnlichen Argumenten, wie sie immer noch genutzt werden in Bezug auf heutige Musik.

Apache 207 und Udo Lindenberg

Beliebt bei Jugendlichen: Hip-Hop und Deutsch Rap

In erster Linie ist Musik heute vielschichtiger als früher. Es gibt mehr Musikrichtungen und Auswahl als jemals zuvor. Sieht man sich die Musikvorlieben der Jugend an, zeigt sich folgendes Bild: Mehr als die Hälfte (54%) bevorzugen Hip-Hop/Rap, gefolgt von Rock (37%) und Rhythm&Blues (35%). Hierbei handelt es sich um eine Studie unter amerikanischen Jugendlichen. Sie gibt jedoch gute Rückschlüsse auf die bevorzugten Musikrichtungen von jungen Menschen in Deutschland, weil viele Musiker und Genres aus den Vereinigten Staaten schon lange bei deutschen Jugendlichen etabliert sind. Dieselbe Studie zeigt auch, dass sich die Musikgenres zunehmend vermischen und es keine klaren Abgrenzungen mehr gibt. Auch die Mehrheit der Jugend sagt, dass sich ihr Musikgeschmack nicht in ein spezifisches Musikgenre einordnen lässt. Die heutige Musik ist besonders durch das Aufkommen des Hip-Hops in den 1990ern und seine Etablierung im Mainstream geprägt. Der hierzulande bekannte Deutsch Rap hatte bereits in den vergangenen Jahren einige Debatten ausgelöst, gehört aber dennoch unter Jugendlichen mit Künstlern wie Bushido, Capital Bra und dem anfangs genannten Apache 207 zur wichtigsten Musikrichtung.

Ein weiteres Kennzeichen gegenwärtiger Musik ist, auf welchem Wege sie konsumiert wird. Früher dominierten die physischen Tonträger wie Schallplatten oder Kassetten und das Radio, die dann von der CD abgelöst wurden. Im Jahr 1979 gab es mit dem „Walkman“ eine große Revolution, da man nun Musik mitnehmen und überall abspielen konnte. Dieses Medium wurde wiederum von digitalen Trägern in den 2000ern abgelöst, die die nächste Revolution einläuteten. Nun konnte man per Knopfdruck nicht mehr nur auf eine Handvoll Lieder, sondern auf Millionen von Liedern zugreifen. Diese Entwicklung ging auch einher mit der Entstehung großer Musikstreamingdienste wie „Spotify“, die man zum Hören von Musik kostenlos oder für eine kleine Gebühr nutzen kann.

Kürzere Lieder bringen mehr Geld

Trotz der vielen Vorteile für Nutzer gibt es auch viel Kritik, denn das Entlohnungssystem für Künstler wird als ungerecht empfunden, da es große Künstler übermäßig bevorteilt. Auch sind Lieder heute, im Vergleich zu früher, um durchschnittlich 20 bis 30 Sekunden kürzer. Das liegt daran, dass Musiker auf diesen Musikplattformen danach bezahlt werden, wie viele Menschen einzelne Lieder für mehr als 20 Sekunden hören, was viele Künstler dazu veranlasst, Lieder ohne Vorspann oder mit Wegfall ganzer Strophen zu veröffentlichen. Musikforscher zeigten auch, dass Nummer-Eins-Hits heutzutage ähnlicher klingen, was vermutlich mit den Algorithmen für Musikempfehlungen auf den Musikplattformen zusammenhängt.

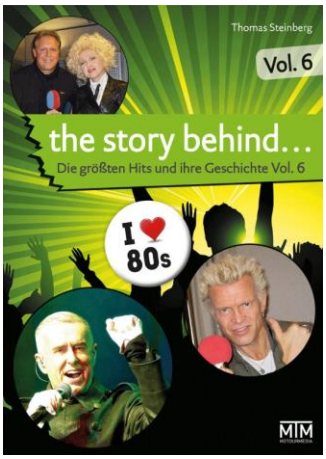
Die Musik hat sich den letzten Jahrzehnten rasant weiterentwickelt und die Diskrepanz zwischen „alter“ und „neuer“ Musik wird teilweise größer. „Komet“ von Udo Lindenberg und Apache 207 zeigt aber, wie Musik auch unabhängig von Veränderungen oder neuen Musikrichtungen zusammenwirken, sich gegenseitig ergänzen und so Menschen aus unterschiedlichen Generationen zusammenbringen kann. IK/Foto: Tine Acke

Was höre ich denn da?

Über Bücher, die Musikstücke vorstellen

Musik aus den unterschiedlichsten Sparten ist Bestandteil meines Lebens. Manchmal will ich mehr über die Musik wissen, wie sie wirkt oder was hinter den Werken steckt. Da helfen mir Bücher, die mir diesen Wunsch so gut es geht erfüllen.

Für den Popmusik-Fan



Wie entstanden Popsongs?

So habe ich in verschiedenen Büchern über die „Story behind …“, also der Geschichte hinter manchem Song nachgelesen, die Thomas Steinberg recherchiert hat. In diesen Büchern werden Hits der Popmusik auf je vier Taschenbuchseiten vorgestellt, wer sie komponiert und gesungen hat, was es dazu zu erzählen gibt und, sofern vorhanden, der Text abgedruckt. Mittlerweile sind sechs Bände bei MTM Motourmedia für je 19,95 Euro erschienen: Vol.1+2 Große Hits und ihre Geschichte, Vol.3 Weihnachts-Special, Vol.4 I♥70s, Vol.5 Rockballaden, Vol.6 I♥80s. Sie sind eine Fundgrube für Menschen, die sich über das reine Hören hinaus mit den Hintergründen zu der Musik beschäftigen wollen, die sie ein Stück ihres Lebens begleitet hat. Zum Beispiel wie es dazu kam, dass Joe Cocker aus dem Beatles-Song „With a little help from my friends“ einen Walzer machte. Eigene Erinnerungen an Begebenheiten aus früheren Jahren werden wieder wach und gelegentlich überrascht, was mitgesungen wurde, weil man den Text nicht (richtig) verstanden hat. Aber auch sonst gibt es viel zu entdecken zu den Platten, die vielleicht noch im Schrank stehen oder die im Internet - beispielsweise auf YouTube, Spotify oder Apple Music - angehört werden können.

Für den Klassik-Liebhaber

Ausgesuchte Werke

Zurzeit lasse ich mich allerdings von Musikstücken beeindrucken, die Clemency Burton-Hill, eine preisgekrönte Violinistin, in ihrem Buch „Ein Jahr voller Wunder“, erschienen bei Diogenes für 26 Euro, zusammengetragen hat. Für jeden Tag des Jahres stellt sie auf einer Buchseite einen Komponisten oder eine Komponistin, die eher der E-Musik zuzurechnen sind, mit einem von der Autorin ausgesuchten Werk oder einem Teil daraus vor und erzählt über Hintergründe oder einer damit verbundenen Geschichte. Der Leser/die Leserin erfährt Interessantes über Musikschaffende vom Mittelalter bis zur Gegenwart, von Hildegard von Bingen (geboren ca. 1098) - ja sie war auch Komponistin - bis zu Alissa Firsova, die 1986 in Russland geboren wurde und heute in Großbritannien lebt. Wie unterschiedlich die angeblich ernste Musik klingen kann ist nicht neu, wird aber durch dieses Buch noch mal Tag für Tag verdeutlicht. So lasse ich mich neben den mir schon vertrauten Stücken auf Musik ein, die ich bislang nicht kannte und begebe mich auf eine höchst unterhaltsame und nicht selten überraschende Entdeckungsreise. Hören kann ich diese Stücke, die zwischen 2 und 15 Minuten dauern, indem ich auch sie, wie oben erwähnt, im Internet aufrufe. Egal ob Klassik oder Pop, viel Spaß beim Stöbern in den genannten Büchern. FAM

Das Geburtstagsgeschenk

Marianne, eine Klassenkameradin, hatte sich zum Geburtstag eine Schallplatte, eine Single, gewünscht. Ihr Vater war daraufhin in einen Plattenladen gegangen, hatte die gewünschte Scheibe erstanden und überreichte zuhause sein Geschenk zur großen Freude von Marianne. Dabei erzählte er, dass er in dem Laden fürchterliches Gedudel gehört hatte. Gesungen wurde immer dasselbe, einfach schreckliche Musik. Dann äffte er nach, was ihn so aufgeregt hat: „Ba ba ba babara en, ba ba ba babara en. Immer nur ba ba ba. Wie kann man sich so was freiwillig anhören?“ wetterte er. „Marianne, leg doch mal auf, was ich dir geschenkt habe.“ Seine Tochter hatte es nicht so eilig: „Ach Papa, lass uns lieber erstmal Kuchen essen.“ Doch ihr Vater schien freudig gespannt auf das, was er seiner Tochter mitgebracht hatte und forderte erneut: „Komm, leg auf!“ Marianne ging mit viel Zeit zum Plattenspieler, holte die Platte aus der Hülle, legte sie auf den Plattenteller, stellte die Geschwindigkeit auf 45 Umdrehungen pro Minute ein, hob den Tonarm über die Platte und setzte vorsichtig den Tonabnehmer in die Rille. Nach ein paar Knistergeräuschen ertönte: Ba ba ba – „Barbara Ann“ in der 1966 erschienenen und weltweit erfolgreichen Version von den Beach Boys. Der Vater rang um Fassung. FAM

Ins Kino gehen

Die Lichtburg - Essens altehrwürdiges Kino

Ja, ich gehe immer noch gerne ins Kino. Aber die heutigen Kinobesuche sind in keiner Weise mit denen meiner Kindheit zu vergleichen. Teilweise fieberte ich dem Sonntag schon Tage vorher entgegen, an dem wieder ein solcher Besuch stattfinden sollte. Als ich noch ein kleines Mädchen war, ging immer mein Vater mit mir ins Kino. Damals gab es spezielle Kindervorstellungen um 11 Uhr sonntagvormittags. Besonders schön war es in der Rhein-Ruhr-Halle, die direkt hinter der Pauluskirche in Duisburg-Hochfeld lag. Eine sehr genaue Erinnerung habe ich an meinen ersten Buntfilm. Es war eine Rahmenerzählung. Sie begann und endete mit einem nächtlichen Zuhörerkreis, der draußen um ein offenes Feuer saß. Unter ihnen war ein alter Mann, der die Geschichte der „Steinernen Blume“ erzählte. Der schönste Moment im Kino war, wenn das Licht langsam erlosch, der Vorhang sich mit leisem Rauschen öffnete und aus zig Kinderkehlen ein „Aahhhh!“ ertönte. Dann war es so weit, die Vorführung konnte beginnen.

Kino in den 50ziger und 60ziger Jahren

Als ich die vierte oder fünfte Schulklasse erreicht hatte, nahmen meine Eltern mich zu ihren eigenen Kinobesuchen mit. Schon Tage vor dem Wochenende informierte man sich an den Litfaßsäulen über die Vorankündigungen der Filmtheater. Der Kinobesuch wurde immer dann etwas schwierig, wenn die Filme nicht jugendfrei waren, denn damals wurden die Besucher ja noch von einer Platzanweiserin zu ihren Sitzen geleitet. Mein Vater hatte da so eigene Ablenkungsmanöver entwickelt. Entweder suchte er umständlich nach den Eintrittskarten oder er fragte ob es auch Süßigkeiten oder Eis zu kaufen gäbe. Jedenfalls sind wir nie aufgefallen. Am Platz angekommen ließ man sich in froher Erwartung nieder und freute sich, wenn kein allzu großer Besucher oder eine Frau mit Hut in der Reihe davor saßen. Als Kind musste man zunächst noch die Wochenschau über sich ergehen lassen. Erst danach begann die Entführung in die Filmwelt. Und was waren das für tolle Filme in den 50ziger und 60ziger Jahren. Mein Vater liebte ganz besonders Revuefilme. Dabei rangierte Esther Williams, die badende Venus, mit ihrem Wasserballett ganz oben auf seiner Beliebtheitsskala. Meine Mutter dagegen schwärmte für Willi Fritsch. Ich vermute, dass mein Vater sogar etwas eifersüchtig auf diesen Schauspieler war, denn er bewertete dessen darstellerische Leistungen häufig negativ. Ich dagegen ließ mich im Kino gerne in ferne, exotische Welten entführen. Lebhaft erinnere ich mich an Filme wie „Sterne über Colombo“ mit Adrian Hoven oder „Der Tiger von Eschnapur“ mit Paul Hubschmid. Die Fremdartigkeit der Gebäude, sowie die völlig andersartige Bekleidung und Lebensweise verzauberten mich. Apropos nicht jugendfrei! Wenn eine Szene kam, die für mich nicht geeignet erschien, hielt mein Vater mir die Augen zu. Durch seine Finger konnte ich trotzdem blinzeln. Was waren das im Vergleich zu dem, was wir heute in Filmen zu sehen bekommen, für harmlose Küsse und Umarmungen.

Kino im Urlaub

Selbst während eines Ferienaufenthalts in Kärnten mussten wir nicht auf das Kino verzichten. Wir wohnten in einem kleinen Dorf in einer Pension direkt am Feldsee. Einmal im Monat kam in diesen Ort ein Wanderkino. Im ganzen Dorf hingen Plakate, auf denen der Spielfilm angekündigt wurde. Ich erinnere mich noch genau an den Titel, weil wir uns vor Erheiterung kaum beruhigen konnten. Er hieß „Tante Wanda aus Uganda“ mit Grete Weiser und Rudolf Platte. An den Inhalt kann ich mich nicht erinnern, desto mehr aber an das ganze Szenario. Die Vorführung fand im großen Festsaal der Dorfgaststätte statt. Als die ersten Besucher kamen, waren die Vorführer noch dabei, die notwendigen Geräte aufzubauen. Dann wurde das Licht ausgeschaltet. Und es war wie immer. Die Schauspieler traten in Aktion. Auch ein weiteres Kinoerlebnis im Urlaub bleibt für mich unvergesslich. Dieses Mal mit meinem Mann in Bellaria an der Adria. Im örtlichen Kino wurde einmal wöchentlich ein deutschsprachiger Film gezeigt. Erst im Nachhinein wurde uns klar, warum die Vorstellung so spät am Abend begann. Der Vorraum mit dem Ticketschalter war mit Gold und Stuck bombastisch ausgestattet. Auch die zweiflügelige Eingangstür zum eigentlichen Kino war kunstvoll mit Schnitzereien und Spiegelflächen verziert. Als diese Türe schwungvoll geöffnet wurde standen wir im Freien. Es war ein Freiluftheater. Ein Kinoerlebnis der besonderen Art.

Ich könnte noch viel mehr erzählen. Aber ich muss jetzt aufhören, denn es wird Zeit für meinen Kinobesuch am Wochenende. Ich möchte unbedingt Tom Hanks in seinem neuesten Film sehen. Tschüss bis demnächst, vielleicht im Kino.

Text und Foto: GP

Menschen in Mülheim

So geht Integration

Wer kennt das nicht! Reißverschluss kaputt, Fleck auf der Anzugsjacke, Hose zu eng – da ist guter Rat teuer. Ich weiß mir da zu helfen. Ich geh zum Griechen Panagiotis Simeonidis. Der führt mit seiner Schwester Alexandra Simeonidou seit 51 Jahren eine Reinigung und Änderungsschneiderei an der Kirchstraße, Ecke Hermannstraße, in Broich. 66 Jahre ist er jetzt alt, mithin im besten Rentenalter. Aber ans Aufhören denkt er noch lange nicht. „Wenn ich nicht mehr in meinen Laden gehen könnte, würde ich verrosten“, sagt er. Bei einem Besuch in ihrem kleinen Geschäft erzählen mir die Geschwister, wie alles begann. Europa in den 1960-er Jahren: Die Wirtschaft in den südlichen Ländern schwächelt, in der Bundesrepublik hingegen werden Arbeitskräfte händeringend gesucht.

Panagiotis Simeonidis bei der Arbeit

Auch Charalampos Simeonidis aus einer kleinen Ortschaft im nördlichen Griechenland, gerade arbeitslos geworden, ist in einer finanziellen Notlage. Ermutigt durch die Erzählungen einiger Dorfbewohner, die diesen Schritt schon gegangen sind und von den Verdienstmöglichkeiten in den schillerndsten Farben berichten, macht er sich 1965 schweren Herzens auf den langen Weg in ein für ihn völlig fremdes Land; bei Daimler-Benz in Düsseldorf findet er einen gut bezahlten Arbeitsplatz. 1968 folgt ihm seine Ehefrau Fotini. Sie kann in ihrem erlernten Beruf als Schneiderin arbeiten, verfolgt aber mit Unterstützung des Ehemannes ihren Traum, sich selbständig zu machen und eine kleine Schneiderei zu betreiben. Und dieser Traum wird tatsächlich wahr! Sie hören von einem leerstehenden Eckgeschäft in Mülheim, fahren hin, werden sich schnell mit dem Vermieter handelseinig – und am 15. April 1972 eröffnet Mama Simeonidou ihre kleine Reinigung und Änderungsschneiderei. Vier Monate später ist die Familie wieder komplett. Am 15. August 1972 können die Eltern ihre Kinder endlich wieder in die Arme schließen. Nur einen Tag später steht der 16- jährige Panagiotis zum ersten Mal im Geschäft seiner Mutter und wird gleich in die Arbeit eingewiesen. Deutsch kann er nicht. Um mit der Sprache vertraut zu werden, legt er ein griechisch/deutsches Vokabelheft an, in das er die neu erlernten Fachbegriffe und Redewendungen einträgt. Für einen Sprachkurs bei der Volkshochschule, den die Eltern hätten finanzieren müssen, fehlt das Geld. 12 Stunden beträgt sein Arbeitstag, jeweils von montags bis samstags. Und dennoch, die Arbeit macht ihm Spaß. Zug um Zug eignet er sich die für die Geschäftsführung nötigen Kenntnisse an – learning by doing nennt man das wohl. Nach dem plötzlichen Tod der Mutter im Jahre 2007 führen die Geschwister das Geschäft alleine weiter. Sie meistern auch diese schwere Zeit, genau so, wie sie sich viele Jahre später auch durch die Corona-Pandemie nicht in die Knie zwingen lassen. Ob ihnen denn jemals Ressentiments oder gar Fremdenfeindlichkeit entgegengebracht worden sei, möchte ich zum Schluss noch wissen. „Nein, nie!“ antworten beide unisono. „Wie denn auch“, fährt Alexandra fort, „wir sind doch alle Christen. Wir hatten immer ein gutes Miteinander.“ Und der Bruder bekräftigt nicht ohne Stolz: „Im Gegenteil! Wir wurden von Anbeginn an akzeptiert. Ihr seid die fleißigsten Ausländer, die wir kennen, haben die Leute gesagt.“ Nein, sie leben gerne in Deutschland und fühlen sich pudelwohl in ihrer kleinen Welt inmitten von Hosen, Röcken, Knöpfen, Wäschetrommeln, Nähmaschinen und vor allem den vielen Kunden, die ihre Arbeit seit Jahren zu schätzen wissen. Text und Foto: GT

> "Wenn ich nicht mehr in meinen Laden gehen könnte, würde ich verrosten"
> Panagiotis Simeonidis

Rätsellösungen

Silbenrätsel: **Lösungswörter:** Langlauf, Einigkeit, Beifall, Ernte, Nasenspitze, selten, Fundbüro, Rosinen, Ehrenamt, Unsumme, Däumling, Eiswürfel, Emmentaler, Neuling, Tante.
Lösungssatz: Lebensfreude entgiftet die Umwelt.
GeJo: 30 n
Wie geht es weiter: A) ? = 29 (+4), B) ? = 45, 42 (x3-3), C) ? = 102 (-4), D) ? = 36, 144 (:2x4)
Bilderrätsel: Die Straßenbahn steht vor dem Depot in Speldorf.

Internationale Gartenausstellung 2027

Mülheim an der Ruhr macht mit!

„Die alle zehn Jahre stattfindende Internationale Gartenausstellung wird im Jahr 2027 von der Metropole Ruhr ausgerichtet. Der Regionalverband Ruhr (RVR) organisiert auf der Grundlage einer Machbarkeitsstudie die Gartenschau im Auftrag der 53 Städte der Region, die unter dem Motto „Wie wollen wir morgen LEBEN?“ steht. Die IGA 2027 ist die erste internationale Gartenausstellung, die nicht ein Ausstellungsgelände in einer Stadt präsentiert, sondern eine ganze Region zur Ausstellungsfläche macht.

Die Ausstellung wird drei Ebenen haben: Drei klassische Gartenschaugelände mit unterschiedlichen Schwerpunkten bilden in Duisburg, Gelsenkirchen und Dortmund die Ebene „Zukunftsgärten“. Unter dem Motto „Park- und Gartenschätze der Region präsentieren“ werden alle anderen Städte zum Teil der Gartenschau mit eigenen Projekten und Veranstaltungen in der Ebene „Unsere Gärten“. Kleingärtner*innen, Urban-Gardener und die Menschen der Region können ihren privaten Garten in der Ebene „Dein Garten“ präsentieren.

In Mülheim an der Ruhr hat der Rat der Stadt (…) 2018 den Beschluss gefasst, sich an der IGA 2027 zu beteiligen. Gemeinsam mit den Städten Oberhausen und Duisburg entstand die Projektidee der **Parklandschaft Ruhr** mit vielen kleinen und großen möglichen Projekten entlang des namensgebenden Flusses. Allein **für Mülheim an der Ruhr gibt es über 40 Projektideen**, die im Auftrag des Rates der Stadt auf ihre Realisierungs- und Finanzierungsmöglichkeiten geprüft werden. Leitprojekt ist der Grüne Stadtring am Ruhrtal zwischen RadSchnellweg 1 und Mendener Brücke. (…)“

Dieser Text und weitere Informationen sind zu finden auf der Internetseite der Stadt Mülheim an der Ruhr: www.muelheim-ruhr.de

Kleingärten

Mitten in der Stadt gibt es sie, die klimafreundlichen Gärten, die vielfältige Aufgaben erfüllen: Der Anbau von Gemüse und Obst sorgt nicht nur für eine gesunde Ernährung, sondern auch für vielseitige Bewegung beim Graben, Hacken, Pflanzen. Man investiert Zeit und Arbeitskraft und wird mit einer guten Ernte belohnt. Es werden alle Sinne aktiviert und es duftet das ganze Jahr über - mal nach feuchter Erde, mal nach reifem Obst oder blühenden Blumen. Im Sommer gibt es eine Farbenpracht, die das eintönige Grau der Stadt vergessen lässt. Der Tastsinn wird ständig herausgefordert: die Erde an den Händen, das Berühren der Pflanzen, der Transport eines Regenwurms oder das Pflücken reifer Früchte. Bei der Pause auf der Bank hört man das Summen, Brummen der Insekten und lauscht dem Vogelgezwitscher. Auch die Geschmacksnerven kommen voll auf ihre Kosten. Kirschen, Pfirsiche, Johannisbeeren, Stachelbeeren, Äpfel sind ein Hochgenuss. Dann kommt die Gemüseernte, die Erträge reichen bis in den Winter.

Nicht zu vergessen: die sozialen Kontakte. Jederzeit ist ein Gespräch mit den Gartennachbarn möglich. Da werden Pflanz-Erfahrungen, Methoden zur Schädlingsbekämpfung oder Wetterprognosen ausgetauscht.

Durch Gemeinschaftsarbeit und gegenseitige Unterstützung entsteht eine Verbundenheit, in der das Alter oder die Nationalität keine Rolle spielen. Die Vorzüge der Gartenarbeit sind nicht nur ökologisch, sondern auch psychologisch für Jung und Alt eine Bereicherung. Die Kinder werden mit der Natur und dem Wachstum von Lebensmitteln vertraut und die Älteren können auch noch mit 80 Jahren ihren Garten bestellen.

Ein anderer Vorzug der Kleingartenanlagen ist der ökologische und klimatische Aspekt. Nachweislich findet sich in den Kleingarten-Parzellen eine erstaunliche Menge verschiedener Kultur- und Wildpflanzen sowie eine Artenvielfalt an Insekten. Das ist besonders in Städten ein wichtiger Beitrag zum Klimaschutz. Diese grünen Oasen sind Sauerstoff- und Kohlenstoffspeicher, Feinstaubfilter und Frischluftschneisen für die Stadt. Der hohe Anteil unversiegelter Fläche ist von Vorteil bei immer häufiger auftretendem Starkregen und mildert die Erwärmung der Stadt bei Hitzeperioden.

Kleingartenanlagen sind in gemeinnützigen Kleingartenvereinen und Verbänden ehrenamtlich organisiert. Sie finanzieren sich über Mitgliederbeiträge und Pachtzins und haben eine Satzung, in der die Anforderungen und Regeln für die Pächter festgelegt sind. Die Grünflächen werden von der Stadt gepachtet. In Mülheim sind das 450.000 Quadratmeter, aufgeteilt in 23 Dauerkleingärten mit 1.238 Parzellen. Vor circa 200 Jahren entstanden in Deutschland die ersten Kleingartenvereine.

In Mülheim wurde der erste 1916 gegründet. Freie Gärten werden über die Vorstände der Kleingartenvereine verpachtet.

Text und Foto: TI

Futterhaus de luxe

Wir kauften kürzlich ein neues Futterhaus für die Gartenvögel, weil das bisherige im Laufe der Jahre morsch geworden war. Wir stellten da keine besonderen Ansprüche und wurden schnell handelseinig. Nachdem es auf die vorhandene Unterkonstruktion geschraubt worden war, schaute ich zufrieden auf die Neuanschaffung und bemerkte, dass in der Mitte des Häuschens irgendetwas herunterhing. Mit einer Schere bewaffnet wollte ich das „Etwas“ entfernen und stellt in letzter Sekunde erstaunt fest, dass es sich dabei um eine winzige Glühbirne handelte, die offenbar fest verbaut war. Und dann entdeckte ich auf dem dunklen Dach noch eine Solarzelle, die mir bis dahin gar nicht aufgefallen war. Die große Überraschung kam dann nach Einbruch der Dunkelheit, denn da funzelte die klitzekleine Glühbirne in dem Futterhaus. Ich weiß nicht, wer sich das ausgedacht hat, bin aber sicher, dass das etwas am Bedarf vorbei konstruiert wurde. Ich habe jedenfalls noch nie beobachtet, dass ein Vogel bei Beleuchtung das Futterhaus aufgesucht hat. Ich hoffe aber, die Tierwelt kann sich irgendwann mit diesem Luxus anfreunden und wenn es dann soweit ist, werde ich dafür sorgen, dass noch Briefkasten und Gegensprechanlage installiert werden.

Text und Foto: SW

„Du und Fußball? In Deinem Alter?“

Ja, ich, Jahrgang 1932, hatte 80 Jahre kein Interesse an Fußball. Weder meine Freunde in der Jugend noch mein späterer Ehemann hatten Interesse daran gezeigt. In meinem Elternhaus war Sport kein Thema, ich wuchs mit Musik auf. Mein Großvater spielte Geige, meine Mutter spielte Laute, mein Vater Geige, ich selbst Flöte und Zither. Auch wurde bei uns zuhause bis 1943 sehr viel gesungen.
Dann lernte ich vor 10 Jahren meinen jetzigen Mann kennen, einen Fußballfan. Zwar kam er aus Hamburg, doch sein Fußballherz schlug für Freiburg. Ich wollte den Verein gerne kennen lernen. Wir fuhren nach Freiburg und ich erlebte eine ganz neue Welt. Das gefiel mir. **Gerade im Alter soll man immer wieder Neues lernen. Nur so kann man sein Gehirn trainieren.**

Dann kam ein Erlebnis, welches meinen Mann vom Sockel gehauen hat. Was war passiert? Ich hatte Abendkarten für ein Konzert im Berliner Dom besorgt und mein Mann wollte nachmittags zum Fußballspiel Eiserne (1. FC Union Berlin) gegen Freiburg. Die Eisernen waren gerade aus der 2. Liga in die 1. Liga aufgestiegen, mein Mann kannte sie bis dahin nicht.

Maskottchen Ritter Keule und Eva Stoldt

Wir stiegen in Reinickendorf ab und mein Mann musste von da aus eineinhalb Stunde zu dem Fußballspiel durch Berlin fahren. Reinickendorf liegt im Norden (Westberlin), das Stadion der Eisernen in Köpenick im ehemaligen Ostberlin, an der Grenze zur damaligen Ostzone. Unterwegs in der S-Bahn hatte er schon Kontakt mit den Fans der Eisernen und war erstaunt, dass er nicht angefeindet wurde. Im Gegenteil, sie halfen ihm, den Weg zum Stadion zu finden und gingen noch ein Stück mit ihm. Auch während des Spiels war er von den Gesängen der Ultras angetan, weil das ganze Stadion mitsang. Von den mitgereisten Freiburgern hörte er fast nichts.
Dann standen die nächsten Spiele in Freiburg und Berlin auf dem Programm und ich ging mit. Der Fußballvirus sprang auf mich über! Ich wurde sofort Mitglied bei den Eisernen und schenkte meinem Mann eine Mitgliedschaft zu Weihnachten. Diese Atmosphäre in Berlin im Stadion an der Alten Försterei ist ein Erlebnis besonderer Art. Und dann in Köpenick, einem Stadtteil, in dem ich mich in meine Kindheit versetzt fühle: die alten Häuser, der Fluss Dahme, das Schloss, die Straßenbahnen und Busse, die alle 5 bis 10 Minuten fahren. Hier in Köpenick fühle ich mich wohl, hier schlägt mein Herz freudig. Seitdem steigen wir in einem Hotel in Köpenick ab und können sogar - ich mit dem Rollator - ins Stadion laufen.

Text und Foto: ev

Prinzessin Luise, unsere „Königin der Herzen“

Prinzessin Luise als Malerei auf Elfenbein

Prinzessin Luise war im 18. Jahrhundert in Mülheim sehr beliebt und ist bis heute nicht in Vergessenheit geraten. Dies erkennt man an etlichen Namensgebungen in Mülheim, wie beispielsweise die Prinzeß-Luise-Straße, die Luisenschule oder das Luisental. Die Prinzessin wurde am 10. März 1776 in Hannover geboren. Nach dem frühen Tod der Mutter, die kurz nach der sechsten Niederkunft verstarb, kam sie 1786 gemeinsam mit ihren Schwestern Therese und Friederike in die Obhut ihrer Großmutter, der Landgräfin Marie-Luise-Albertine von Hessen-Darmstadt. Dort verlebte sie eine harmonische Kindheit und Jugend. Die Gräfin war eine kluge alte Dame, die ihren drei Enkelinnen in ihrem Palais in Darmstadt manche Freiheiten ließ.

Die Landgräfin verreiste häufig mit Luise und ihren Geschwistern, um Verwandte zu besuchen. Gelegentlich fuhr sie auch zum Schloß Broich, um sich in den Sommermonaten dort aufzuhalten. Die „Herrlichkeit Broich“ hatte die Gräfin von ihrem Vater geerbt. Über die Aufenthalte auf Schloss Broich gibt es vor allem Aufzeichnungen aus Briefen, die von Salomé von Gélieu, der Erzieherin von Prinzessin Luise, stammen. Die Erzieherin unterhielt mit anderen Schülerinnen einen regen Briefwechsel. Hierin schilderte sie, wie die beiden Reisen nach Mülheim verliefen.

1787 wurden Mülheimer Bauten besichtigt, wie beispielsweise die neu erbaute Ruhrschleuse oder die Papiermühle. Man unternahm Spaziergänge oder Spazierfahrten auf der Ruhr. Der Aufenthalt von 1791 zielte darauf ab, dass Luise und Friederike Menschen aller Stände treffen sollten. Den Berichten zufolge hatte Luise dabei die Gabe, auf andere Menschen einzugehen. So habe sie etwa armen Kindern Dinge aus ihrem Besitz geschenkt, Kindern vorgelesen oder Broicher Bürgern unverhofft einen Besuch abgestattet. Bei all diesen Geschichten wird die junge Prinzessin als unbefangen und verspielt beschrieben. Es wird überliefert, dass Luise so den Spitznamen „Prinzessin Husch“ erhalten habe.

Luises Leben in ihrer Jugend war geprägt durch Konfirmanden- und Schulunterricht in etlichen Fächern. Vor allem aber in der Ausbildung der französischen Sprache, sowie beim Malen und im Klavierspiel. Wichtig für ihre gesellschaftliche Stellung war auch ihre Erziehung in höfischer Etikette.

1793 heiratete sie den Kronprinzen Friedrich Wilhelm von Preußen. Aus der Ehe gingen zehn Kinder hervor, von denen drei sehr früh starben. Ihr Sohn Wilhelm wird Jahrzehnte später (1871) zum ersten Deutschen Kaiser gekrönt werden. Als im Jahr 1797 Luises Schwiegervater starb, wurde ihr Mann mit 27 Jahren König und Luise mit 21 Jahren Königin von Preußen.

Ihr Leben war jetzt eng verknüpft mit dem Kampf Preußens gegen Napoleon Bonaparte. Sie entwickelte sich von einem jungen, lebenslustigen Mädchen zu einer verantwortungsvollen und diplomatisch agierenden Königin. Mit ihrem natürlichen Charme und ihrem offenen Wesen erlangte Luise schnell große Popularität und Sympathie unter der Bevölkerung und wurde von vielen als "Königin der Herzen" verehrt.

Im Juni 1810 erkrankte Luise an einer Lungenentzündung Dennoch fuhr sie auf Einladung ihres Vaters in ihren Heimatort Neu-Strelitz. Dort verschlechterte sich ihr Zustand. Am 19. Juli 1810 starb Luise mit erst 34 Jahren. Ihr Leichnam wurde unter großer Anteilnahme der Bevölkerung nach Berlin überführt und am 30. Juli im Berliner Dom beigesetzt. Am 23. Dezember 1810 erhielt Königin Luise von Preußen im Mausoleum im Park von Schloss Charlottenburg ihre letzte Ruhestätte. Da sie früh starb, blieb sie auch in der Vorstellung der nachfolgenden Generationen stets jung und schön. Eine Büste der Prinzessin kann im Schloß Broich besichtigt werden. ERA/Foto: GP

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

Schirmherr: Oberbürgermeister Marc Buchholz

Herausgeber/Anschrift:
Stadt Mülheim an der Ruhr, Netzwerk der Generationen,
Redaktion *Alt? na und!*, Ruhrstr.1, 45468 Mülheim an der Ruhr

Verantwortlich für den Inhalt:
Gabriele Strauß-Blumberg (GST-B), Redaktionsleitung

Redaktionsmitglieder:
Arno Döhring (AD), Anna-Maria Früh (FAM), Ilias Khamous (IK), Ekkehard Molitor (EMO), Gudrun Prüßmann (GP), Eckhard Raschdorf (ERA), Erich Rosenkranz (ER), Marianne Schrödter (MAS), Eva Stoldt (ev), Cornelia Thebille (CMJ), Gerda Timper (TI), Günter Tübben (GT), Wolfgang Wenner (WW), Sigrid Wippich (SW)

Website: www.alt-na-und.de
Mail: redaktion@alt-na-und.de
Auflage: 6.000 Exemplare
Druck: Hausdruckerei der Stadt Mülheim an der Ruhr
Titelbild: FAM

Ausgabe 129 wurde gefördert durch die Stiftung Bildung und Kultur

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

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

Gejo

Wie viele „n“ finden Sie zwischen den „m“?

mmmnmmmnmmmnmmmnmmmnmm
mmnmmmmnmmmmnmmmnnmmmm
mmnmmmnnmmmmmnnmmmmnnmmm
mnnnmmnmmnmmmmnmmmmnnmnn
mmmmmmmnnmmmmmnnmmmmmm
mmnnnmmnmmmmmmmmmnnmmm

ev

Wie geht es weiter?

Die Zahlenreihen unterliegen einer bestimmten Regelmäßigkeit. Wenn Sie sie erkennen, können Sie die Reihe sinnvoll fortsetzen.
Beispiel: 6 - 12 - 18 - 24 - 30 - 42 - ?
(? = 48, immer plus 6)

A) 9 - 13 - 17 - 21 - 25 - ?
B) 2 - 6 - 3 - 9 - 6 - 18 - 15 - ? - ?
C) 118 - 114 - 110 - ?
D) 18 - 9 - 36 - 18 - 72 - ? - ?

Bilderrätsel

Wo hält diese Straßenbahn?

Foto: GP

Silbenrätsel

Silben: amt – bei – bü – däum – eh – ei – eis – em – ern – fall – fel – fund – keit – lang – lauf – ler – ling - ling – me – men – na – nen – neu – nig – ren – ro – ro – sel – sen – si – spit – sum – ta – tan – te – te – ten – un – wür – ze -

1. Ausdauersportart, auch auf Schnee
2. Übereinstimmung mit mehreren
3. Applaus
4. Einbringen der Früchte
5. im Gesicht am weitesten außen
6. nicht oft
7. Sammelort für verlorene Dinge
8. getrocknete Weinbeeren
9. unentgeltliche Tätigkeit
10. Riesenbetrag
11. kleine Märchengestalt
12. kalte Stückchen
13. Schweizer Käsesorte
14. Anfänger
15. ältere Verwandte

Aus den **ersten** und **vierten** Buchstaben der Lösungswörter, jeweils von oben nach unten gelesen, ergibt sich ein Satz des vielseitigen Schweizer Lebenskünstlers und Beraters Alfred Selacher.

MAS

Rätsellösungen auf Seite 11

Fräulein Stinnes gibt Gas

Von Mülheim mit dem Auto um die Welt: eine Frau beweist, was sie kann

Am 21. Januar 1901 wird in Mülheim ein Mädchen geboren, das einmal als eine der großen Abenteurerinnen des 20. Jahrhunderts in die Geschichte eingehen sollte, denn sie war der erste Mensch, der mit dem Auto die Welt umfuhr: Clärenore Stinnes.

Sie ist eines von sieben Kindern des Mülheimer Großindustriellen Hugo Stinnes. Im Spiel mit den beiden älteren Brüdern lernt sie schnell, sich durchzusetzen. Früh entdeckt sie ihre Leidenschaft für den Motorsport, macht mit 18 Jahren ihren Führerschein. 1924 stirbt plötzlich der Vater, an dessen Seite sie mehrere Jahre in der Firma tätig war. Die Mutter verwehrt ihr eine aktive Beteiligung am väterlichen Erbe mit der Begründung, dies sei keine Arbeit für eine Frau. Die 23-jährige – dickköpfig und mutig, wie sie ist – verlässt daraufhin die Stadt an der Ruhr und zieht nach Berlin.

Gefeierte Abenteurer:
Clärenore Stinnes und Carl-Axel Söderström 1929 in Berlin

Hier erhält sie das Angebot der Dinos Automobilwerke, an einem Autorennen durch das Ruhrgebiet teilzunehmen. Das Abschneiden bei dem Rennen ist für die Firma unwichtig, eine Frau am Steuer ist Reklame genug. Clärenore, die hier noch unter dem Namen „Fräulein Lehmann“ antritt, landet als Drittplatzierte auf dem Siegerpodest. Von nun an fährt sie an fast jedem Wochenende Autorennen, bis 1927 kann sie 17 Rennsiege fast ausschließlich gegen Männer feiern und ist damit die erfolgreichste Rennfahrerin ihrer Zeit in Europa.

148 harte Eier im Gepäck

Angespornt durch ihre Erfolge entwickelt sie die Idee, mit dem Auto einmal um die Welt zu fahren. Nach zwei Jahren der Vorbereitung und mit finanzieller Unterstützung der Autoindustrie beginnt sie ihre Fahrt am 25. Mai 1927 in Frankfurt. Zusammen mit ihr reisen der schwedische Kameramann Carl-Axel Söderström in einem Adler Standard 6 sowie zwei Mechaniker in einem Adler Begleit-LKW – im Gepäck neben der technischen Ausrüstung 148 hartgekochte Eier als Verpflegung.

Aufgeben ist keine Option

Von Frankfurt aus geht die Reise zunächst über Prag nach Istanbul, Bagdad und Teheran und weiter nach Moskau. Hier steigen die beiden Techniker aus – sie ertragen die Strapazen nicht mehr. Sibirien, die Wüste Gobi und Peking sind die nächsten Stationen. Mit dem Schiff geht es weiter nach Japan, Hawaii, Panama und Südamerika, wo sie mit dem Adler die Anden überqueren. Das Auto muss aufgrund der schlechten Straßen häufig geschoben werden und die Versorgung mit Proviant verläuft auch nicht nach Plan, oft gibt es nichts zu essen. Berge, Schluchten, Wüsten, Eis, Schlamm, Räuber, Krankheiten: Fräulein Stinnes gibt einfach nie auf. Söderström notiert in den Anden: „Die Füße waren rohes Fleisch, an ihnen hingen die Strümpfe als blutdurchtränkte Lappen. Wir waren 50 Kilometer gelaufen.“ Eine weitere Schiffspassage führt nach Kanada und von dort auf vier Rädern quer durch Amerika. Von New York aus setzen sie schließlich wieder über nach Europa.

Auf die Reise folgt die Hochzeit

46.758 Kilometer waren Clärenore Stinnes und Carl-Axel Söderström unterwegs gewesen, als sie am 24. Juni 1929 unter großem Medientrubel in Berlin ankamen. Söderström ließ sich nach der Reise von seiner ersten Frau scheiden und heiratete Clärenore. Das Paar wanderte 1930 nach Schweden aus und ließ sich auf einem Landgut des Stinnes-Konzerns nieder. Die Tochter des Mülheimer Großindustriellen arbeitete dort als Landwirtin. Neben ihren drei leiblichen Kindern boten die Söderströms noch mehreren Pflegekindern ein Heim.

Clärenore Stinnes hat die Konventionen ihrer Zeit gesprengt und buchstäblich Grenzen überschritten, unter Lebensgefahr und gegen die Naturgewalten. Als andere aufgaben, machte sie weiter, und fand nicht nur den Begleiter fürs Leben, sondern auch nach dem Ende der Reise ihren eigenen Weg. Bis zu ihrem Tod am 7. September 1990 blieben Automobile Clärenores große Leidenschaft. Trotz des großen Medieninteresses nach ihrer Reise und dem Bekanntheitsgrad ihrer Familie sind Clärenore Söderström, geborene Stinnes, und ihre Weltumrundung heutzutage der breiten Öffentlichkeit weitgehend unbekannt.

EMO/Foto: Frederking & Thaler
Quellen: Wikipedia / www.welt.de/
Stadtarchiv Mülheim an der Ruhr