

**TITELSEITE**

**SEPARAT**

# Panoramablick über Mülheim an der Ruhr

## Neue Webcam auf der Stadthalle installiert

Ein atemberaubender Blick auf die Ruhr und die Innenstadt von Mülheim an der Ruhr wird mit der neuen Panorama-Webcam (eine Videokamera, die ihre Aufnahmen direkt über das Internet liefert) übertragen. Die hat die Mülheimer Stadtmarketing und Tourismus GmbH (MST) im Rahmen eines Gewinnspiels gewonnen. Sie ist auf dem Dach der Stadthalle Mülheim installiert und in Betrieb genommen worden. Die Panorama-Webcam bietet eine beeindruckende Sicht von der Eisenbahnbrücke bis zum

Wasserbahnhof und ermöglicht, die Schönheit der Stadt am Fluss in Echtzeit zu erleben. Gestochen scharfe Bilder bieten ein optimales Betrachtungserlebnis. Eine Laufschrift im oberen Bildrand weist auf aktuelle Events und Erlebnistouren in Mülheim hin. Außerdem werden die aktuellen Wetterdaten aus Mülheim angezeigt.

„Wir freuen uns sehr über die Installation der neuen Panorama-Webcam auf der Stadthalle“, sagt Marc Baloniak, Prokurist und Leiter der

Tourismusabteilung der MST.

„Die Webcam zeigt Mülheim aus einer neuen Perspektive.“

Die Aufnahmen werden in kurzen Abständen aktualisiert und sind rund um die Uhr einsehbar.

Zu sehen sind die Aufnahmen auf der Seite:

[muelheim-tourismus.de](http://muelheim-tourismus.de)

Illustration: pixabay



## Mülheim engagiert sich

### Der Verschönerungsverein von 1879

Bis vor wenigen Jahren gab es in Mülheim noch einen echten Hingucker: Der Wasserbahnhof mit seiner farbenprächtigen Blumenwiese und der einzigartigen Blumenuhr. Ein Postkartenmotiv wie aus dem Bilderbuch und ein Aushängeschild, das auch viele auswärtige Besucher anzog. Und was ist heute, im Sommer 2023? Welch armseliges Bild: Der Wasserbahnhof dümpelt vor sich hin, davor eine Rasenfläche in schlichem braun-grün und die Blumenuhr zierte eine trostlose Bepflanzung mit Bodendeckern. Nur gut, dass sich im März dieses Jahres engagierte Bürger gefunden und den Verschönerungsverein gegründet haben mit dem Ziel, das Areal wieder aufzuhübschen.

Viel Glück bei dieser Herkulesaufgabe!

Was vielleicht nur die wenigsten wissen: Einen Verschönerungsverein hat es schon einmal gegeben. Mülheim im Jahre 1879, die hohe Zeit der Industrialisierung. Die Wirtschaft brummt, für Landschaftspflege fehlt der Blick. Das stößt einigen Bürgern sauer auf, sie tun sich zusammen und

gründen einen Verein unter dem Motto: Unsere Stadt soll schöner werden. Und es sind absolute Hochkaräter aus Politik und Wirtschaft, die im Laufe der nächsten drei Jahrzehnte das Wirken des Vereins prägen. Etwa die beiden Bürgermeister Karl von Bock und Pollach und Paul Lembke, Hugo Stinnes und August Thyssen, Margarete und Dr. Hermann Leonhard oder auch der Kommandant der 159er, wie das 8. Lothringische Infanterieregiment Nr. 159 im Volksmund liebevoll genannt wird. Sie initiieren und realisieren bahnbrechende Projekte, die bis heute aus dem Mülheimer Stadtbild nicht wegzudenken sind. Am Kahlenberg entstehen im oberen Teil Sportanlagen nebst Clubhaus, am Hang wird das Gelände zum Bau des Bismarckturms erworben und unmittelbar am Ruhrufer entspannt man sich in dem neuen Ausflugslokal „Am Kahlenberg“, als spätere Jugendherberge noch vielen Mülheimern bestens bekannt. Die Ruhranlagen zwischen



Traurig:  
der Mülheimer Wasserbahnhof im Juni 2023

Schlossbrücke und Eisenbahnbrücke laden zum Flanieren ein und gelten in Fachkreisen „als ein Gartendenkmal ersten Ranges“. Der Witthausbusch wird konzipiert und wächst über einen Zeitraum von mehr als 10 Jahren peu a peu zu dem noch heute viel besuchten Erholungspark heran.

1913 löst sich der Verein auf. Er sieht seine Ziele durch die Installation einer städtischen Gartenverwaltung und die dadurch gewährleistete Fortsetzung seiner Arbeit als erfüllt. Eine Neuauflage dieser großartigen Erfolgsgeschichte ist – bei nüchterner Betrachtung – 2023 wohl nicht in Sicht. Oder?

Text und Foto: GT

# Eine Oase der Ruhe und Besinnung

## Der Mülheimer Altstadtfriedhof: ein Ausflug in die Geschichte der Stadt



Altstadtfriedhof Mülheim an der Ruhr

**Allerheiligen, November, der graue Herbst – die nahende dunkle Jahreszeit ist besonders gut dafür geeignet, Friedhöfen einen Besuch abzustatten. Seit ich in Mülheim wohne, suche ich immer wieder mal den Altstadtfriedhof in der Mülheimer Innenstadt auf – ein wunderbarer Ort, um spazieren zu gehen, die Gedanken zu sortieren, zu Ruhe und Besinnung zu kommen in einer lauten, von Stress und Hektik getriebenen Welt.**

Der Mülheimer Altstadtfriedhof wurde 1812 eingeweiht. Waren bis dahin die Verstorbenen in unmittelbarer Nähe der Kirche auf dem Kirchhügel bestattet worden – was der Kirche eine lukrative Einnahme durch die Gruftgelder verschaffte – musste der Friedhof auf Grundlage einer Anordnung Napoleons für die französisch besetzten Gebiete auch aus hygienischen Gründen außerhalb der Ortschaft neu angelegt werden.

Zunächst noch in kirchlicher Verantwortung ging der Friedhof wenige Jahre später in die städtische Verwaltung über.

listete der Stadt eingetragen wurde, wodurch die historische Substanz an Grabmalen, Mauern, Gebäuden und Baumalleen gesichert werden konnte. Vom Rat der Stadt wurde 1987 die Wiedereröffnung für Urnenbeisetzungen beschlossen.

### Ein Spaziergang durch die Mülheimer Stadtgeschichte

Betritt der Besucher den Friedhof durch das markante, mit roten Ziegeln verkleidete Torhaus an der Kettwiger Straße, folgt er den Wegen und Pfaden inmitten von üppigem Grün und alten, zumeist verwitterten Grabsteinen, auf denen die Inschriften verblasst oder nicht mehr lesbar sind. Imposante und kunstvoll gestaltete Grabmale laden zum Verweilen und Entziffern der alten Inschriften ein. Sie geben Aufschluss über die Wirtschafts- und Sozialgeschichte der Stadt.

Zahlreiche bedeutende Mülheimer Persönlichkeiten des 19. Jahrhunderts und deren Familien wurden auf dem Altstadtfriedhof bestattet.

Nach der Eröffnung des Hauptfriedhofs an der Zeppelinstraße im Jahre 1915 wurden immer weniger Verstorbene auf dem Altstadtfriedhof beigesetzt, so dass die parkähnliche Anlage mehr und mehr verwilderte. 1967 wurde der Friedhof vollständig geschlossen, bis er schließlich 1984 in die Denkmal-

Bürgermeister und hohe Beamte, Kaufleute und Industrielle sowie Kulturschaffende fanden hier ihre letzte Ruhestätte.

Unter anderem findet man hier das Grabmal der Familie von Bürgermeister Weuste, unter dessen Führung zwischen 1822 und 1847 Handel und Gewerbe in Mülheim aufblühten und die Stadt ihren dörflichen Charakter verlor. Das Grabmal des Textilfabrikanten Johann Caspar Troost, die Familiengrabstätte des Eisen- und Stahlindustriellen Josef Thyssen, die Familiengruft des Großhandelskaufmanns Hugo Stinnes oder die des Lederfabrikanten Ludwig Lindgens sind nur die bekanntesten unter den zahlreichen historischen Gräbern des Altstadtfriedhofs. Auf zwei großen, von Bäumen umgebenen Grabfeldern sind aber auch zahlreiche Grabsteine mit kyrillischen Inschriften zu finden. Diese sind Zeugnis der unter der nationalsozialistischen Gewaltherrschaft in verschiedenen Mülheimer Betrieben eingesetzten russischen Zwangsarbeiter, die die dortigen Strapazen nicht überlebten.

Die Stadt Mülheim bietet an, Grabstätten von historisch bedeutsamen Persönlichkeiten durch Übernahme einer Patenschaft zu erwerben, zu erhalten und zu pflegen. Kontakt: [joerg.goetzie@muelheim-ruhr.de](mailto:joerg.goetzie@muelheim-ruhr.de)

Die Mülheimer Stadtmarketing und Touristik GmbH (MST) bietet Führungen über den Altstadtfriedhof an. Termine können unter Telefon: 0208 9609615 erfragt werden.

Quellen: [rheinruhronline.de](http://rheinruhronline.de), Stadtarchiv Mülheim an der Ruhr

Text und Foto: EMO

# Eine Ombudsperson für Mülheim an der Ruhr

Nach § 16 Wohn- & Teilhabegesetz Nordrhein-Westfalen (WTG NRW) hat der Ausschuss für Arbeit, Gesundheit und Soziales der Stadt Mülheim an der Ruhr in seiner Sitzung am 20. März.2023

## Wolfgang Wenner

für die kommenden 4 Jahre als Ombudsmann bestellt.

Zu den Bereichen, in denen Sie sich bei Konflikten zwischen Ihnen und Leistungsanbietern aus dem großen Bereich der Pflege, Versorgung und Betreuung an Wolfgang Wenner wenden können, gehören insbesondere:

- Art und Weise der Pflege und Betreuung
- Unterkunft und Verpflegung
- Barbetragverwaltung und allgemeine, finanzielle Unstimmigkeiten
- medizinische Betreuung
- organisatorische Abläufe in den Einrichtungen und Diensten
- Gewalt in der Pflege
- Probleme allgemeiner Art

Wolfgang Wenner wird als Ombudsperson versuchen, zwischen den am Konflikt beteiligten Parteien eine Lösung zu finden. Das kann schriftlich oder in persönlichen Gesprächen bei Ihnen zu Hause, in der Einrichtung oder während der Sprechzeiten im Büro von Wolfgang Wenner als neutralem Ort erfolgen. Eine Ombudsperson ist zur Verschwiegenheit verpflichtet. Alle Tatsachen und Hintergründe, von denen er in einem Beschwerdefall Kenntnis erhält, werden streng vertraulich behandelt.

Ein Aktivwerden als „Schlichter“ erfolgt ausschließlich aufgrund Ihrer persönlichen Anfrage.

Dieses Angebot kann besonders auch für Konfliktlösungen genutzt werden, bei denen eine Einschaltung der Heimaufsicht als Ordnungsbehörde aus Ihrer Sicht (noch) nicht notwendig erscheint. Wolfgang Wenner entscheidet dann im Einzelfall, ob eine Hinzuziehung der Heimaufsicht zwingend



Ombudsmann Wolfgang Wenner

erforderlich ist. Das Ombudsverfahren ist ein kostenloses Angebot.

### Kontakt:

Wolfgang Wenner, Sozialamt,  
Ruhrstraße 1,  
45468 Mülheim an der Ruhr,  
Telefon: 0208 455 59 70

### Mail:

ombudsperson@muelheim-ruhr.de  
Persönliche Sprechzeiten:  
mittwochs 10 – 12 Uhr im Sozialamt,  
4. Etage, Raum 432

SW/ Foto: FAM

## Informationen aus dem Seniorenbeirat

In der Sitzung am 22. April 2023 wurde Monika Schick-Jörres zur neuen Vorsitzenden gewählt. Der bisherige Vorsitzende Paul Heidrich ist jetzt Stellvertreter.

Vertreterinnen des Diakonischen Werks (DW) und des Arbeiter Samariter Bundes (ASB) stellten die Arbeit des Betreuungsvereins Mülheim-Ruhr vor.

Schwerpunkt ist die gesetzliche Betreuung für Menschen, die aus gesundheitlichen Gründen, kurzfristig oder dauerhaft, nicht in der Lage sind, ihre geschäftlichen Angelegenheiten zu regeln. Zusätzliches Angebot ist

die Beratung zur Vorsorgevollmacht und Patienten-Verfügung sowie die Schulung und Begleitung von ehrenamtlichen Betreuern und Betreuerinnen.

Neu in Mülheim-Ruhr ist die **kommunale „Antidiskriminierungs-Stelle“**. Bürger und Bürgerinnen können sich dort beraten lassen, wenn sie sich zum Beispiel aufgrund ihrer Hautfarbe, Religion, ihres Geschlechts oder Alters diskriminiert fühlen.

Ansprechpartner ist Hakan Caliskan,  
Telefon: 0208 4551545 oder

Mail: hakan.caliskan@muelheim-ruhr.de

Ein kurzer Bericht zur **Lage der gerontopsychiatrischen Betreuung in der Stadt** hebt hervor, dass die ärztliche Versorgung zwar gewährleistet ist, aber in der Pflege ein Randthema bleibt.

In der stationären sowie in der ambulanten Pflege gibt es aber meistens keine speziellen Therapie-Angebote. Angestrebt ist - analog zur Palliativpflege - ein Netzwerk der Fachkräfte zu erstellen.

TI

# Das Ruhrparlament

Seit dem Zusammenbruch der Weimarer Republik und dem Berliner Mauerfall hat Deutschland die Demokratie und damit die Macht des Volkes weiter gestärkt und dafür unter anderem regionale Institutionen geschaffen. Eine dieser regionalen Institutionen ist das Ruhrparlament.

## Was ist das Ruhrparlament?

Seit vielen Jahren erfüllt der Regionalverbands Ruhr (RVR) den gesetzlichen Auftrag, das Zusammenwachsen der 53 Ruhrgebietsstädte zur Metropole Ruhr voranzubringen. Seine Aufgabe ist es, das Wohl der Metropole Ruhr als Netzwerker, Koordinator, Impulsgeber, Dienstleister oder Projektträger zu fördern. Entscheidungen dazu fällt die Versammlung des Verbandes, das Ruhrparlament. Es ist die einzige, demokratisch legitimierte und verlässliche regionale Klammer der Metropole Ruhr. Es erarbeitet den Regionalplan. Das sind verbindliche Leitlinien für die Planungen in den Ruhrgebietsstädten. Die Städte wiederum beschließen, wie sie diese Leitlinien umsetzen. So entstanden in den letzten Jahren zum Beispiel stadtgrenzenübergreifende Projekte wie die „Route der Industriekultur“ oder der „Emscher Land-

schaftspark“, die der RVR nicht nur plant, sondern auch finanziell unterstützt.

## Wer wird als Mitglied gewählt?

Die Mitglieder des Ruhrparlaments werden direkt von den wahlberechtigten Bürgerinnen und Bürgern während der Kommunalwahl gewählt. Die Kandidatinnen und Kandidaten werden vor der Wahl von ihren Parteien oder Wählergruppen aus den Reihen der Kommunalpolitikerinnen und -politikern auf eine Wahlliste gesetzt. Sie müssen die allgemeinen Wählbarkeitsvoraussetzungen erfüllen. Die gewählten Politikerinnen und Politiker sind ehrenamtlich tätig, sie erhalten nur eine geringe Entschädigung für ihre Arbeit.

Die Bürgerinnen und Bürger der Metropole Ruhr haben am 13. September 2020 zum ersten Mal per Direktwahl über die Zusammensetzung der Verbandsversammlung mit ihren 91 Sitzen entschieden. Sechs Parteien sind derzeit im Ruhrparlament vertreten: SPD 29 Sitze, CDU 27 Sitze, die Grünen 20 Sitze, AfD 7 Sitze, die Linke 4 Sitze und FDP 4 Sitze.

**Ausschüsse im Ruhrparlament:** Wirtschaft und Beteiligung, Rechnungsprüfung, Wahlprüfung, Kultur,

Sport und Vielfalt, Digitalisierung, Bildung und Innovation, Planungsausschuss, Mobilität, Klima, Umwelt und Ressourceneffizienz und der Betriebsausschuss Ruhr Grün.

## Warum ist das wichtig?

Im Ruhrparlament werden für die Region wichtige Entscheidungen zur politischen, sozialen und wirtschaftlichen Förderung getroffen.

Die Wirtschaftsförderung der Metropole Ruhr kümmert sich zum Beispiel um Gewerbeflächen, Grünflächen, Freizeitangebote oder das Marketing bei möglichen Investoren.

Zur Realisierung regionaler Projekte setzt es sich dauerhaft für die Akquise von Fördermitteln ein.

Das Ruhrgebiet steht im nationalen wie auch internationalen Wettbewerb der Regionen um Menschen und Investitionen. Seine Struktur mit mehreren Zentren, seine Veränderungsfähigkeit und seine vielfältigen Talente bilden gute Voraussetzungen, diesen Wettbewerb erfolgreich zu bestehen.

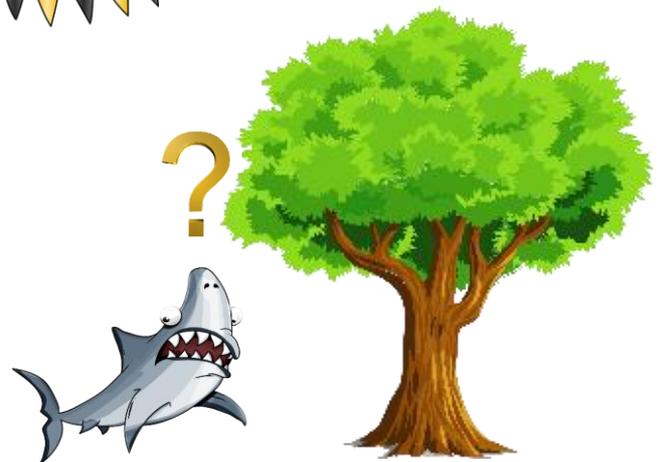
Der enge Schulterschluss mit anderen Regionen, Land, Bund und Europäischer Union ist für eine gelingende Entwicklung unverzichtbar.

JF

# Lebensweisheit

„Jeder ist ein Genie!  
Aber wenn Du einen Fisch danach beurteilst,  
ob er auf einen Baum klettern kann,  
wird er sein ganzes Leben denken,  
er sei dumm.“

Albert Einstein



Illustrationen: Pixabay

# ChatGPT und Co.: Chance oder Risiko?



Théâtre d'Opéra Spatial (Weltraum-Opern-Theater), KI-Kunst von Jason M. Allen 2022

Neulich zerbrachen sich ein Uni-Kumpel und ich den Kopf über eine Übungsfrage für ein Biochemie-Testat. Jegliche Recherchen im Internet verliefen im Sande und so kurz vor dem Testat konnten wir keinen Dozenten mehr fragen. In der Not fragte mein Kumpel also „ChatGPT“, das uns zu unserer Überraschung eine eindeutige und begründete Antwort geben konnte, die sich hinterher als wahr herausstellte. „ChatGPT“ ist zurzeit in aller Munde und wirft eine Jahrzehnte alte Debatte über künstliche Intelligenz (KI) wieder auf.

## Was ist „ChatGPT“?

ChatGPT steht für „Generative Pre-trained Transformer“ und ist ein kostenloses Programm, das künstliche Intelligenz nutzt, um in einem textbasierten Dialog (daher oft der Begriff „Chatbot“) Fragen eines Nutzers zu beantworten. Veröffentlicht wurde es im November 2022.

Die Idee ist nicht neu, doch was diesen Chatbot besonders macht, ist, dass er sehr schnell lernt und innerhalb von Sekunden teils sehr spezifische Fragen verständlich und kurz beantworten kann. Selbst bei wissenschaftlichen Fragestellungen schafft

es ChatGPT fast immer eine Antwort zu geben mit Angabe von Quellen, die zu dieser Antwort führen. Hervorzuheben ist auch die flüssige und natürlich klingende Antwort die der Chatbot gibt.

## Veränderungen in Universität und Schule

Dieses neue Werkzeug ist besonders für Studierende sowie für Schüler interessant, da es jetzt deutlich einfacher ist, Fragestellungen zu beantworten. Es geht sogar noch viel weiter: Man kann sich mehrseitige Hausarbeiten zu einem spezifischen Thema schreiben oder Referate erstellen lassen.

Als Reaktion darauf kritisierten in den vergangenen Monaten viele Bildungsträger sowie Forscher den Chatbot, da viele Texte, die an Schulen oder Universitäten geschrieben werden, nun kaum mehr unterscheidbar von denen einer KI sind. Außerdem flogen mehrere Schüler in den Abiturprüfungen auf, da sie ChatGPT zur Bearbeitung der Aufgaben nutzten. Experten halten es dennoch für nicht zielführend, ChatGPT einfach zu verbieten, sondern es zu nutzen, um Literatur für Hausarbeiten zu finden

oder sich in bestimmte Themen einzuarbeiten.

Zudem existieren nun Programme, mit denen Texte, die von KI erzeugt wurden, identifiziert werden können.

## KI mit Defiziten

Trotz des vielversprechenden Auftakts solcher Chatbots sind diese an einigen Stellen noch immer defizitär. So ist es nicht selten, dass ChatGPT Quellen erfindet oder falsche Antworten gibt, die zu Desinformation führen, wie beispielsweise, dass Elefanten die größten eierlegenden Säugetiere seien. Auch befindet sich die Forschung im ständigen Wandel, wodurch neue Erkenntnisse das Bild auf bestimmte Themengebiete verändert, die jedoch ChatGPT nur schwer erfassen kann.

## KI erzeugt Bilder

Mittlerweile ist es möglich, dass solche Programme auch Bilder erzeugen können. Im September 2022 gewann das Gemälde eines Künstlers in den USA einen Kunstpreis, das mithilfe von KI erstellt wurde.

Die von der KI erzeugten Bilder entstehen, indem der Nutzer mit Worten beschreibt, wie das Bild aussehen soll. Es können sehr realitätsnahe Bilder erzeugt werden, die von echten nicht mehr zu unterscheiden sind. Es entfachte eine Debatte über Grenzen der Kunst, aber auch, wozu sie missbraucht werden könnte, um Desinformation zu betreiben. Ein harmloses Beispiel ist ein KI generiertes Bild von Papst Franziskus, in dem er eine stylische, weiße Daunenjacke trug. Viele, so wie ich selbst, hielten es anfangs für echt, bis es sich als unecht herausstellte.

Künstliche Intelligenz wie ChatGPT entwickelt sich rasant weiter und stellt uns vor Fragen und Herausforderungen. Am Ende hängt es davon ab, ob man diese neuen Technologien annehmen und verantwortungsbewusst nutzen wird.

Quelle: Wikipedia

IK

# BAGSO-Projekt führt ältere Menschen an Künstliche Intelligenz (KI) heran

## Was ist überhaupt KI?

Immer öfter begegnen wir dem Begriff KI. Doch was steckt überhaupt hinter dem Begriff der Künstlichen Intelligenz? Und wie können ältere Menschen von KI-Technologien profitieren? Unter Künstlicher Intelligenz werden Computermodelle verstanden, die in der Regel große Mengen an Daten verarbeiten, um daraus Muster zu erkennen, Erkenntnisse zu gewinnen und Vorhersagen zu treffen. Damit ahmen solche Anwendungen menschliche Intelligenz nach und können dazu beitragen, Probleme zu lösen, Produktivität zu steigern und Menschen zu entlasten.

Bundesseniorenministerin Lisa Paus sagte: „Künstliche Intelligenz kann dazu beitragen, im Alter selbstbestimmter und sicherer zu leben. Darum fördert das Bundesseniorenministerium das Projekt „KI für ein gutes Altern“. Das Projekt sorgt dafür, dass ältere Menschen die Möglichkeiten, die Künstliche Intelligenz bietet, kennenlernen, aber auch die damit verbundenen Risiken kritischen einschätzen können.

„KI kann das Leben Älterer bereichern und erleichtern, aber es gibt auch Risiken: Stereotype Altersbilder in der KI können Ältere diskriminieren. Die BAGSO will helfen, das zu

verhindern; durch Aufklärung der Älteren, aber auch durch Druck auf Hersteller und Entwickler, damit sie Ältere rechtzeitig beteiligen – noch ehe ein Produkt auf den Markt kommt. „Auch dafür machen wir uns stark“, sagte die BAGSO-Vorsitzende Dr. Regina Görner.

Einen ersten Überblick über das, was KI ist und was sie für ältere Menschen leisten kann, sowie die Adressen von 42 KI-Lernorten, die die BAGSO in ganz Deutschland betreibt, finden Sie auf der Seite [www.ki-und-alter.de](http://www.ki-und-alter.de)

Quelle: Pressemeldung der BAGSO

# Gleichberechtigung - Realität oder Utopie?

In unserem Grundgesetz aus dem Jahre 1949 ist die Gleichberechtigung zwischen Frauen und Männern im Artikel 3 Abs. 2 fest verankert. Jedoch musste der Satz: „Männer und Frauen sind gleichberechtigt“ von den in der Politik aktiven Frauenrechtsorganisationen hart erkämpft werden und wurde erst 1957 im Grundgesetz fest verankert. Die Umsetzung in das alltägliche Leben war und ist ein schwieriges Unterfangen. So wurde das Familienrecht im Bürgerlichen Gesetzbuch erst 1977 geändert. Bis dahin hatten Ehemänner in den Familien das Sagen. Ohne ihre Erlaubnis durften Ehefrauen nicht arbeiten, kein eigenes Konto haben und waren per Gesetz zum ehelichen Beischlaf verpflichtet. Der Mann war das Familienoberhaupt, bestimmte den Erziehungsstil für die Kinder und verwaltete das Geld. Die Ehefrauen bekamen ein Haushaltsgeld und, wenn der Ehemann großzügig war, sogar ein Taschengeld.

In den sechziger und siebziger Jahren demonstrierten Frauen für ein Recht auf Selbstbestimmung und forderten die Legalisierung von Schwanger-

schaftsabbrüchen. Die Frauenbewegung setzte sich vehement für die Gleichstellung ein und forderte, dass Frauen paritätisch am gesellschaftlichen und politischen Leben beteiligt werden.

Und wie sieht es heute im Jahr 2023 aus, gut fünfzig Jahre später? Ja, wir hatten sechzehn Jahre eine Bundeskanzlerin, aktuell eine Außenministerin und eine Frauenquote. Es gibt Frauen als Unternehmerinnen und auch in den Aufsichtsräten. Leider liegt ihr Anteil in Führungspositionen in der Wirtschaft und der Politik immer noch im unteren Drittel. Bedauerlicherweise müssen aktuell Frauen immer noch vor Gericht ihr Recht einklagen für gleichen Lohn für gleiche Arbeit. Oder sie verdienen weniger als Männer, weil sie in Niedriglohnberufen zum Beispiel im Dienstleistungssektor arbeiten. Obwohl Frauen sich in den letzten Jahrzehnten in den schulischen und beruflichen Ausbildungen höher qualifiziert haben, sind sie überproportional nur halbtags berufstätig. Für die Kinderbetreuung und die Haushaltsführung sind Frauen, auch mit Job, zu fast 80%

alleine zuständig. Trotz Elterngeld und Erziehungszeiten bleiben viel zu wenige Männer zuhause, um die Versorgung der Kinder und des Haushaltes zu übernehmen. Auf diesem Hintergrund ist es nicht verwunderlich, dass Altersarmut weiblich ist, da auf Grund des geringeren Einkommens auch ihre Renten geringer ausfallen. Hier könnte eine Gleichstellung von Beruf und Kindererziehung Abhilfe schaffen.

Die Gleichberechtigung bleibt beim Thema Gewalt gegen Frauen völlig auf der Strecke. Zu oft behandeln Männer Frauen als ihr Eigentum. Solange Männer, deren Selbstbild von Macht und Dominanz geprägt ist, Frauen als Menschen zweiter Klasse betrachten und Frauen nicht (gesellschaftlich und politisch unterstützt) dagegen aufbegehren, ist die Gleichstellung der Geschlechter noch nicht erreicht.

Ich glaube, es gibt noch viel zu tun, und das Ringen um Gleichberechtigung ist notwendig, damit sie nicht zur Utopie wird, sondern zur Realität, wenigstens für unsere Enkelkinder.

TI

# Der E-Book-Reader

## Große Hilfe oder Schnickschnack?

„Die Nase in ein Buch stecken.“ So bezeichnete man damals die Freude am Umgang mit einem Druckerzeugnis, das „greifbar“ war. Bedrucktes Papier, fest eingebunden in einen Umschlag aus Pappe oder Leinen, meist versehen mit einem bunt illustrierten Umschlag, der stets den ersten Hinweis auf den Inhalt gab, und den man auch nicht aus dem Auge verlor, wenn man das Buch zur Seite legte. Doch mit zunehmendem Alter reichte die Distanz meiner Nase für einen ungetrübten Blick auf das Geschriebene nicht mehr aus, die Arme hätten länger und länger werden müssen. Die Hilfe nahte in Form der Bifokalbrille, mit der man sowohl lesen als auch die Umgebung über den Bücherrand beobachten konnte. Störend war nur, dass dabei der Kopf unnatürlich gedreht werden musste, sollte das Geschriebene weiterhin scharf erscheinen. Nicht weiter schlimm, die



E-Book-Reader

reine Lesebrille versprach Abhilfe. Jeder Nutzer erinnert sich bestimmt daran, wie viele dieser Gestelle beim Einschlafen während des Lesens im Bett den Geist aufgaben. Die Jugend wusste Rat: Ich habe schon ewig kein Buch mehr in der Hand gehabt, versuch doch mal meinen „E-Book-Reader“ (Ein E-Book-Reader ist ein tragbares Lesegerät für elektronisch gespeicherte Buchinhalte, die E-Books.) Heftiger Protest

meinerseits. Den Untergang eines alten Kulturgutes vorahnend, wurden mit einem Lächeln abgetan. Heimlich habe ich dann doch diesen obskuren Fremdkörper ausprobiert. Hoppsa, was war das denn? Ich konnte wieder lesen. Ohne Brille, gleichgültig bei welchem Licht, egal in welchem Winkel ich auf das Ding sah, im Bett, im Liegen, stehend, sitzend, auf der Seite, die Buchstaben so groß einstellen wie ich sie mir wünschte, alle denkbaren Titel verfügbar, nicht nur „Groschenromane“.

Die Folge aus diesem Versuch: Ich habe mir einen E-Book-Reader gekauft. Aber liebtes, altes, klassisches Buch, verzeih mir. Du hast deinen stolzen Ehrenplatz in meinem Bücherregal, den dir niemals irgendein elektronischer (sehr hilfreicher) Schnickschnack streitig machen wird.

WW/Foto: FAM

## Kindermund

Lea und Paul sind die besten Freunde. Sie sind beide drei Jahre alt, wohnen im gleichen Haus und besuchen den gleichen Kindergarten. Nachmittags spielen sie oft zusammen. Eines Tages klopft Paul mal wieder an Leas Wohnungstür. Als ihm Lea und ihre

Mutter die Tür öffnen, steht er strahlend vor ihnen.

Noch im Hausflur sprudelt es aus ihm heraus: „Wir kriegen ein neues Auto!“

„Was für eins?“ fragt Leas Mutter. „Ein blaues.“

„Und weißt du denn auch welche Marke?“

„Ja!“ Paul platzt fast vor Stolz.

„Es ist ein **Hutziwuschi!**“

Was Paul gemeint hat?

Es handelt sich um einen Mitsubishi.

GST-B

## Heinzelwerk

Heinzelwerker bieten ehrenamtliche Nachbarschaftshilfe für Senioren, Behinderte und Bedürftige:

leichte, handwerkliche Arbeiten wie beispielsweise eine Lampe aufhängen, ein Regal aufbauen, einfache Möbelreparaturen und vieles mehr.

Bei Interesse melden Sie sich bei der Diakonie, Telefon: 0208 3003 277

Einen ausführlichen Beitrag über das Heinzelwerk finden Sie in

Alt? na und!, Ausgabe 113/2019, Seite 4,

auf unserer Internetseite

[www.alt-na-und.de](http://www.alt-na-und.de) im Archiv.



Text und Foto: GST-B

# Pflegeversicherung

## Was bedeutet das?

Jeder, der Leistungen aus der Pflegeversicherung beantragt oder sich damit beschäftigt, wird möglicherweise Begriffe sehen, deren Bedeutung nicht offensichtlich sind. Daher hierzu einige Erklärungen, die aber eine ausführliche, individuelle Beratung - beispielsweise bei Ihrer Pflegekasse - nicht ersetzen können.

Bei einer Antragstellung auf Leistungen aus der Pflegekasse erfolgt eine Begutachtung durch den MDK, den medizinischen Dienst der Krankenkassen. Hierbei wird je nach Unterstützungsbedarf der pflegebedürftigen Person ein **Pflegegrad** festgelegt, der die Höhe ihres Anspruchs bestimmt. Zurzeit gibt es aufsteigend fünf Pflegegrade. Der Pflegebedürfti-

ge hat in jedem Pflegegrad die Wahlmöglichkeit zwischen **Sachleistungen**, das ist die Übernahme der Pflege durch professionelle Anbieter wie einen ambulanten Pflegedienst oder einer **Geldleistung**, das ist ein Barbetrag für die Selbstorganisation benötigter Hilfen. In jedem Pflegegrad ist die maximale Leistungshöhe begrenzt, wobei die Höhe der Geldleistungen etwa die Hälfte der Sachleistungen ausmacht. In den **Kombinationsleistungen** ist auch beides kombinierbar.

Der **Entlastungsbetrag** steht zusätzlich bei jedem Pflegegrad zur Verfügung, beispielsweise für Hauswirtschaft: Pflegebedürftige in häuslicher Pflege haben Anspruch auf einen Entlastungsbetrag in Höhe von bis zu 125

Euro monatlich. Das gilt auch für Pflegebedürftige des Pflegegrades 1. **Kurzzeitpflege** in einer stationären Einrichtung ist (maximal vier Wochen) möglich, wenn eine pflegende Person vorübergehend ihren Aufgaben nicht nachkommen kann oder wenn eine pflegebedürftige Person zeitweise besonders intensive Pflege benötigt.

Bei der **Verhinderungspflege** übernimmt die Pflegekasse die nachgewiesenen Kosten einer notwendigen Ersatzpflege zuhause, wenn die Pflegeperson wegen Erholungsurlaubs, Krankheit oder aus anderen Gründen an der Pflege gehindert ist.

Für Maßnahmen zur **Wohnumfeldverbesserung** kann ein Zuschuss beantragt werden. WW

## Nur Mut

### oder was wir von kleinen Kindern wieder lernen können



Jeder war mal Kind. So banal wie es scheint, ist die Aussage aber nicht, denn so mancher ältere Mensch hat diese Tatsache schlicht vergessen. Dabei können einige von uns, die wir nun schon lange erwachsen sind, von Kindern wieder lernen, was uns in jungen Jahren ausgezeichnet hat. Hier geht es nicht darum, naiv oder gar kindisch zu handeln, sondern ab und zu, statt erwachsen sein zu müssen, das Kind in uns zuzulassen.

Zum Beispiel **mit Neugier durchs Leben gehen**, entdecken und erkunden, genau hinschauen, auch, wie andere ein Problem lösen. Selbst, wenn mit 70 Jahren kaum jemand mehr ein Rinnsal stauen will, so gibt es andere Themen oder Dinge, die schon immer auf der Wunschliste standen oder die erst jetzt unsere Aufmerksamkeit erlangen. Trauen wir uns, wieder neugierig und fantasievoll zu sein und uns Neuem zuzuwenden.

**Kleine Kinder sind direkt** und reden nicht um den heißen Brei herum: „Ich

will Schokolade!“ oder „Der ist doof!“ Den Menschen im Ruhrgebiet wird nachgesagt, dass auch sie gerne Klartext reden. Es ist eine Ehrlichkeit, die vielleicht sogar verletzen kann, aber der Betroffene weiß, wo er dran ist. Kein Hintenrum, kein verklausuliertes Gemauschel, sondern eine Aussage, die Klarheit schafft.

Wenn ein Kind traurig ist oder sich verletzt hat, wird es **mit seinen Gefühlen nicht hinterm Berg halten**, sondern lässt sie heraus, unmittelbar und deutlich hörbar. Genauso werden aber auch Glücksgefühle durch ungeniertes Lachen und sich Wegschmeißen vor Freude mitgeteilt. Viele Ältere unterdrücken, was sie bewegt und reißen sich zusammen. Wie befreiend es sein kann, seinen Gefühlen Ausdruck zu verleihen, wird jeder entdecken, der es einmal ausprobiert.

Kleine Kinder sind Egoisten und zwar in positivem Sinne. Sie haben ihre **existenziellen Bedürfnisse im Blick**: Essen wollen, Zuwendungen bekom-

men, Spielen gehen, Schlafen, alles dreht sich für sie um sie. Keiner wird hier aufgerufen, zum Egoisten zu werden, aber dazu, seinen Bedürfnissen nachzuspüren und sie so gut es geht zu erfüllen.

Wie häufig haben Eltern noch mit anderen Eltern über einen Streit zwischen Kindern diskutiert, während die Kinder schon längst wieder miteinander gespielt haben. Auch uns täte es gut, wenn wir bei mancher Auseinandersetzung sagen könnten: **Schwamm drüber**.

Kinder konfrontieren uns mit Themen, die wir möglicherweise lange nicht mehr im Fokus hatten. Allein die Auseinandersetzung damit bringt unser Gehirn auf Trab, zwingt uns, unsere Ansichten zu überdenken beziehungsweise hindert uns, im Festgefahrenen stecken zu bleiben. Kinder formen unsere Sicht auf die Welt, wenn wir bereit sind, von und mit ihnen zu lernen.

Text: FAM/Illustration: pixabay

# Das neue Deutschlandticket

## Ein Vergleich mit anderen ABO-Tickets oder für wen sich das Deutschlandticket lohnt

### Das Ticket-2000

Ich war viele Jahre lang im Besitz eines Ticket-2000 und habe dieses bewusst und regelmäßig benutzt. Dafür habe ich dann zuletzt monatlich 79,92 Euro entrichtet. Dieses galt für eine Zone. Bei Fahrten in mehreren Zonen konnte durch ein Zusatzticket von 3,80 Euro pro Person eine Erweiterung des ABO-Tickets vorgenommen werden. Ein monatliches Ticket für alle 4 Zonen im VRR kostet 218,70 Euro.

Dieses Ticket war auf andere Personen übertragbar, was meine Frau, meine Enkel und Kinder regelmäßig genutzt haben.

Vor 9 Uhr, nach 19.00 Uhr und an Wochenenden und Feiertagen konnte ich zwei erwachsene Personen oder drei Kinder im Alter von 6 bis 14 Jahren mitnehmen und in allen Zonen des VRR fahren.

Rund um die Uhr konnte kostenfrei ein Fahrrad mitgenommen werden.

Eine Alternative dazu wäre das Bären-ticket für Senioren gewesen, im ABO für 97,10 Euro monatlich. Dieses

Ticket ist allerdings ein persönliches Ticket und nur zusammen mit einem Lichtbildausweis nutzbar.

### Das neue Deutschlandticket

Dieses Ticket ist kein Zonenticket mehr. Es gilt deutschlandweit in allen Regionalzügen, Bussen und Straßenbahnen und ist ein rein persönliches Ticket für einen Preis von 49,- Euro pro Person und ähnlich wie das Bären-ticket nur zusammen mit einem Lichtbildausweis nutzbar.

Mitfahrgelegenheiten für andere Personen und die Mitnahme eines Fahrrads sind zu keinem Zeitpunkt mehr möglich, sicherlich ein großer Nachteil, besonders für Familien.

### Was ändert sich für uns

Mein Ticket-2000 haben wir als Familie zumeist nur an Wochenenden benutzt, weil ich dann alle kostenlos mitnehmen konnte.

Wenn ich jetzt mit meinen beiden großen Enkeln irgendwohin fahren möchte, würde der Umstieg aufs

Deutschlandticket bei ABO-Nutzung 147 Euro im Monat kosten, weil alle Mitfahrer ein eigenes Ticket haben müssten.

Ansonsten hat jeder Mitfahrer den täglichen Einzelfahrpreis zu entrichten.

Dieser liegt je nach Zone zwischen 3,00 und 16,50 Euro, Kinder bezahlen 1,90 Euro.

Der Fahrpreis für 4er-Tickets liegt zwischen 11,50 Euro und 60,30 Euro, Kinder zahlen 6,60 Euro.

Ich nutze das Deutschlandticket, weil ich zumeist allein und viel in ganz Deutschland unterwegs bin und meine kleinen Enkel noch nicht bezahlen müssen.

Familien sollten jedoch sehr genau rechnen, bevor sie ihre Tickets nutzen, da jede Person ein eigenes Ticket benötigt. Wenn man aber die vollen Züge bundesweit betrachtet, dann ist die Tendenz zum neuen Ticket wohl nicht mehr aufzuhalten.

Text: AD

# Opa, ich pass auf Dich auf!!

Nachdem die Kinder mitsamt Enkeln ausgezogen sind, haben wir unser Haus zum Teil nach unserem Geschmack umgestaltet. Dazu gehört auch unsere Küche, in der wir jetzt eine sehr gemütliche Essecke mit Sitzbank eingerichtet haben.

Sehr häufig sind unsere Enkelinnen zu Besuch. Und wenn wir gerade beim Frühstück sind, setzen sich beide links und rechts von mir auf die Bank. Und so kommt es mitunter zu lustigen Dialogen. Einmal fragte die 5-jährige: „Opa, wie alt bist Du denn jetzt?“ Meine Antwort: „71 Jahre.“ Nach kurzem Nachdenken und Nachzählen antwortete die Kleine: "Opa, Du musst noch mindestens 11 Jahre leben. Ich möchte, dass Du der erste bist, der mich von der Disco abholt,

so wie Du es bei meiner Mama und deinen anderen Töchtern gemacht hast. Ich pass auch wirklich sehr gut auf Dich auf." Zunächst mussten wir doch alle sehr lachen. Aber die Kleine passt wirklich auf ihren Opa auf. Beim Spaziergehen achtet sie peinlich darauf, dass alle Anwesende, auch der Opa, vor dem Überqueren der Straße nicht zu nahe am Straßenrand stehen. Und nach einem hässlichen Zwischenfall, bei dem ich an einer Straßenkante gestolpert und gefallen bin und dann böse am Kopf blutete, höre ich mitunter von meiner Enkelin: „Opa, hebst Du auch immer Deine Füße an?“

Denn bei diesem Unfall war sie leider mehr als geschockt und ich gehe seitdem tatsächlich wesentlich bewusster



durch die Straßen, selbst wenn ich alleine unterwegs bin.

Text und Foto: AD



Immer wieder muss man als Bankkunde feststellen, dass Bankfilialen unverhofft geschlossen werden oder weniger Beratungspersonal in den Zweigstellen zur Verfügung steht. Das bedeutet, dass man sich als Bankkunde heute immer stärker über andere Wege behelfen muss.

Eine Möglichkeit hierzu ist das **Online-Banking**. Gemeint ist damit die Abwicklung von Bankgeschäften über das Internet, beispielsweise durch die Nutzung von Personal Computern, Tablets oder Smartphones. Damit auch Seniorinnen und Senioren bequem lernen können, wie das geht, hat jetzt der Quartierspunkt Dümpten das Projekt „SUSI-Banking“ ins Leben gerufen.

SUSI ist die Abkürzung für „Senioren-Unterstützungs- und Schulungs-Initiative“. In Kooperation zwischen der Stadt Mülheim, der kommunalen Wohnungsgesellschaft SWB, dem Centrum für bürgerschaftliches Engagement (CBE), der Sparkasse Mülheim, dem Seniorenclub Dümpten und dem Dümptener Bürgerverein



wurde jetzt im Quartierspunkt Dümpten die Anlaufstelle „Banking für Seniorinnen und Senioren“ eingerichtet. Hier wird es sowohl ein **Offline-Angebot** (ohne Nutzung des Internets) als auch ein **Online-Angebot** (mit Nutzung des Internets) geben.

Der **Offline-Bereich** beinhaltet eine Banking-Sprechstunde, persönliche Betreuung sowie Übungen zu den Themen Bankautomat, Telefonbanking, Bargeldauszahlung und Kartenzahlung im Einzelhandel.

Für den Bereich **Online-Banking** werden Schulungen mit Tablet und Handy sowie ein Basiskurs Internet/ Tablet / Handy angeboten. Dazu wird eine Demo-Version der Sparkasse Mülheim genutzt.

Dieses Pilotprojekt ist am 13. Juni 2023 zunächst in Dümpten gestartet und soll bei Bedarf auch auf andere Stadtteile ausgedehnt werden.

Zurzeit finden **Kurse für Seniorinnen und Senioren** an jedem Dienstag von 16.45 bis 17.45 Uhr statt. Interessierte Personen werden gebeten, ihre geplante Teilnahme an diesen Terminen vorher anzumelden.

Weitere Informationen erhalten Sie bei den unten aufgeführten Ansprechpartnern:

Banking-Anlaufstelle Quartierspunkt Dümpten, Oberheidstr. 136, 45475 Mülheim

Ansprechpartnerin Anna Schewerda, Telefon: 0208 45002 409,

Mail: schewerda@quartierspunkt.de oder

Ansprechpartner Harald Brinkmann, Telefon: 0208 7671 947

Michael Claßmann, Telefon: 0177 4790077

Mail: susi-banking@gmx.de

sowie: www.quartierspunkt.de

ERA/Foto: pixabay

## Kostenloses Ruderangebot für Krebspatientinnen und –patienten



Unter dem Motto „Rudern für Krebs-erkrankte – Gemeinsam begeistern“ bietet der **Mülheimer Sportbund** auch in diesem Jahr in Kooperation mit dem Wassersportverein Mülheim die Möglichkeit, das Rudern näher kennenzulernen. Betroffene können sich jeweils donnerstags von 18 bis 20

Uhr in der Sportanlage Mendener Straße 70 in 45470 Mülheim von erfahrenen Trainerinnen und Trainern die Rudertechnik erklären lassen und praktische Erfahrungen auf dem Wasser sammeln. Der Einstieg in diesen Kurs ist jederzeit möglich. Die Stiftung „Leben mit Krebs“ fördert dieses

Angebot, so dass den Teilnehmenden keine Kosten entstehen.

Informationen und Anmeldung beim Wassersportverein (WSV),

Telefon: 0172-7194250,

Mail: vorstand@wsv-muelheim.de

CMJ

### Rätsellösungen

**Silberrätsel:** Lösungswörter: dahin, Europa, Matte, Familie, Realismus, Innenstadt, Engpass, Dreiviertelakt, Lärche, Innereien, Chfesssel, Hefeteilchen, erröten, Neidhummel, Gleichnisse, Endspurt, wiederfinden, Ähnlichkeit  
**Lösungssatz:** Dem Friedlichen gewährt man gerne Frieden.  
**Gelb:** Lösungswort: Herbsttag  
**Kopfrechnen: Lösungen:** a) 24, b) 27, c) 30, d) 27, e) 30, f) 24  
**Bilderrätsel:** Wasserspiele in der MüGä

# Das digitale Erbe

## Was ist ein digitales Erbe?

Es bezieht sich auf alle digitalen Daten, die eine Person im Laufe des Lebens erstellt hat, wie zum Beispiel E-Mails, Fotos, Videos, Social-Media-Profilen und Online-Konten. Es ist schon wichtig, sich darüber Gedanken zu machen, wie mit diesen Daten nach dem Ableben umgegangen werden soll.

## Wie kann man ein digitales Erbe sichern?

Man sollte sich rechtzeitig überlegen, welcher Person das digitale Erbe anvertraut werden soll, und das sollte auch schriftlich in einer Vollmacht festgehalten werden.

Außerdem sollte eine Liste aller persönlichen Accounts (Benutzerkonten)

mit Benutzernamen und Kennworten erstellt werden, die an einem sicheren Ort aufbewahrt werden muss. Wichtig ist auch, diese Liste auf einem aktuellen Stand zu halten.

Die Hinterbliebenen können ohne eine digitale Nachlassregelung kaum Kenntnis über alle existierenden Accounts und Verträge haben und in der Regel hat der Anbieter keine Kenntnis davon, dass jemand verstorben ist. Dann laufen nach dem Tod unter Umständen Abos für Musik und Streaming über Monate weiter oder Accounts auf Facebook, Instagram oder auch WhatsApp bleiben aktiv.

## Fazit

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass das digitale Erbe immer mehr an

Bedeutung erlangen wird. Daher ist es schon wichtig, sich rechtzeitig mit diesem Thema auseinanderzusetzen und entsprechende Vorkehrungen zu treffen. Diese Vorsorge ist im Grunde einfach, entlastet aber die Angehörigen erheblich, denn das digitale Leben endet nicht zwangsläufig mit dem Tod.

Zudem kann das digitale Erbe auch einen hohen emotionalen Wert für die Hinterbliebenen haben, da es oft Erinnerungen und persönliche Informationen enthält. Im Zweifel finden Sie Hilfe bei Verbraucherzentralen oder Sozialverbänden. Die sind auf jeden Fall günstiger als kommerzielle Anbieter. SW

Quelle: Verbraucherzentrale

# Trauerbegleitung

In den ersten Stunden oder Tagen nach dem Tod eines nahen Angehörigen sind sie da: Menschen, die trösten, die in den Arm nehmen und notwendige, aber unangenehme Entscheidungen abnehmen. Da ist der Bestatter, der sich um alle Formalitäten und den Ablauf der Beerdigung kümmert. Verwandte, Freunde und Nachbarn helfen, kommen auf einen Kaffee, bringen etwas zu essen, laden zu einem Spaziergang ein. Doch schon nach relativ kurzer Zeit kehrt für die anderen der Alltag zurück, der zurück gebliebene Trauernde bleibt allein mit seinem Schmerz. Da sind die vielen Erinnerungen, die in einem Meer von Tränen ertrinken und die Nächte, die nicht enden wollen. Oft fehlt ein Mensch, mit dem man über den Verstorbenen reden möchte oder dem man sagen kann, wie schmerzhaft der Abschied ist und wie schwer einem die Trauerbewältigung fällt.

Hilfreich kann hier eine Trauerbegleitung sein. Die Kontaktaufnahme ist relativ einfach, zum Beispiel ein Anruf bei Pfarrer Christoph Pfeiffer. Er ist Kontaktperson des ökumenischen Trauernetzes in Mülheim an der Ruhr. Er führt zuerst ein Einzelgespräch

und lädt dann zum Trauercafé ein. Wer neu dazu kommt, wird an der Tür begrüßt und erhält eine Einführung, wie der Ablauf im Trauercafé ist. Es beginnt um 17 Uhr mit Kaffee und Kuchen und endet um 18.30 Uhr. Hier kommt jeder zu Wort, kann von sich und seiner Trauer erzählen oder erst mal nur zuhören. Jeder, der zum Trauercafé kommt, hat die Erfahrung gemacht, wie langwierig und schmerzhaft die Bewältigung der Trauer ist. Man ist hier in einem geschützten Raum unter Gleichgesinnten und kann lernen, seine Trauer zuzulassen, sie nicht zu verdrängen und darüber zu reden. Es treffen sich Junge und Ältere, Alleinstehende und Familienmitglieder, sie haben Verständnis füreinander und tauschen ihre Erfahrungen aus. Das ist eine große Hilfe, um zu lernen, dass trotz der Trauer und des Verlustes das eigene Leben weitergeht. An den Treffen im Trauercafé kann man ein Jahr lang teilnehmen, danach besteht die Möglichkeit, sich an eine der Freizeitgruppen der Netzwerke anzuschließen. Ferner werden zweimal im Jahr „Stille Tage“ angeboten, einmal in einem Kloster und in Westkapelle in den Niederlanden.



Nachdem die Trauer bearbeitet wurde, kommt nun die Begleitung ins neue Leben. Wer möchte, kann auch an einem Trauerseminar der evangelischen Familienbildungsstätte teilnehmen gegen eine Gebühr von einmalig 80 Euro. Die Einzelgespräche und das Trauercafé sind kostenfrei und konfessionsunabhängig, sie sind für alle Glaubensrichtungen offen. Derzeit sind fünf ausgebildete Trauerbegleiter ehrenamtlich tätig. Das Trauercafé findet im Gemeindehaus Holunder Straße 5 in Mülheim-Saarn statt und ist mit der Buslinie 133 zu erreichen.

Kontaktadresse: Ökumenische Trauerarbeit Gemeinde Broich-Saarn, Pfarrer Christoph Pfeiffer, Telefon: 0208 43909274, Mail: pfeiffer@kirche-muelheim.de  
Trauerbegleiter Bernd Heßeler, Telefon: 0208 4378400, Mail: bernd.hesseler@web.de

TI / Foto: pixabay

# Kennen Sie das Museum Insel Hombroich?



Insel Hombroich

Nein? Wenn Sie Interesse an Kunst und Natur haben, dann kann ich Ihnen einen Besuch sehr empfehlen.

Es ist ein Museum in der Nähe von Neuss, welches 1987 von Karl-Heinrich Müller gegründet wurde. Er war ein deutscher Maler, Kunstsammler und Kunstmäzen, geboren 1936 in Düsseldorf und dort 2007 verstorben.

Auf der Insel, die von Ausläufern der Erft umschlossen wird, gibt es einen verwilderten Park von 1816 mit historischem Baum- und Pflanzenbestand. Der Gartenarchitekt Bernhard Korte

gestaltete diese wunderschöne und außergewöhnliche Park- und Auenlandschaft.

Der Bildhauer Erwin Heerich entwarf dafür zehn begehbbare Skulpturen. In ihnen ist die Kunstsammlung des Stifters Müller zu sehen. Diese umfasst Weltkunst des 20. Jahrhunderts, neben archäologischen Funden, Grabbeigaben, Roll- und Knopfsiegeln, Amuletten und Dingen, die noch gar nicht alle wissenschaftlich erfasst sind. Die Konzeption für die Ausstellungspräsentation stammt

von dem Maler Gotthard Graubner. Er wollte, dass Kunst und Kulturgegenstände in einen Dialog eintreten.

Das Museum realisiert eine Situation, die nach Paul Cézanne „Kunst parallel zur Natur“ zeigt, und vom Stifter so gewollt war.

Seit 1997 ist das Museum gemeinsam mit der Raketenstation Hombroich und dem Kirkeby-Feld Teil der Stiftung Insel Hombroich. Es ist ein Landschaftsschutzgebiet und bietet Lebensraum für viele Tier- und Pflanzenarten.

Zum Konzept des Museums gehört, dass es keine Beschilderungen und didaktische Hinweise gibt. Das allerdings, musste ich feststellen, macht es ausländischen Gästen schwer, sich auf der Informationskarte über Wege und Gebäude zu informieren.

Ich selber habe die Insel zum ersten Mal 2005 besucht und war sehr beeindruckt.

Diese wunderbaren alten Bäume, die versteckten Sitzbänke, diese Blütenpracht - einfach wunderschön. Momentan kann man nur den großen Rundgang sowie die Flussinsel betreten. Auf dieser befindet sich die Orangerie mit den Khmer-Köpfen aus dem 12. und 13. Jahrhundert.

Zurzeit werden die beiden größten Ausstellungspavillons saniert und sind nicht geöffnet, das Labyrinth und das 12-Räume-Haus. Wegen Umbau und Renovierung sind einige Wege gesperrt. Zusätzlich entsteht ein neuer, barrierefreier Zugang zum Museum.

Als ich am 1. Mai 2023 dort war, gab es nur einen barrierefreien Eingang zum Kassenhaus. Das fand ich, mit Rollator unterwegs, sehr frustrierend, zumal es danach Treppen und viele Kieswege gab.

Text und Foto: ev



## Mathe - Olympiade

Klein-Fritzchen kommt von der Schule nach Hause und hat eine Bronzemedaille um den Hals.

„Donnerwetter“, wundert sich der Papa, „wo hast Du die denn gewonnen? Hattet ihr Sportfest?“

„Nein“, antwortet Fritzchen, „die hab ich in Mathe gewonnen.“

„In Mathematik?“ staunt der Papa,

„was habt ihr denn da gemacht?“

„Wir hatten Mathe - Olympiade und mussten eine Rechenaufgabe lösen.“

„Und, war die Aufgabe denn schwer?“ will der Vater wissen.

„Das kann man wohl sagen“, erwidert Fritzchen, „der Lehrer hat gefragt: Wie viel ist  $3 \times 7$ , und ich hab gesagt: 16! - und da war ich der Drittbeste!“



gefunden von GT/Illustration: pixabay

# Gegen die Einsamkeit

„Die Landesregierung NRW will den Kampf von ehrenamtlichen Initiativen gegen die zunehmende Einsamkeit von Menschen stärker unterstützen.“ Das sagte Ministerpräsident Hendrik Wüst. Geplant wird zurzeit eine „Einsamkeitskonferenz“ mit Betroffenen. Aufgrund von wissenschaftlichen Ansätzen soll das Phänomen besser erforscht werden. „Dazu gehöre neben der klassischen Alters-einsamkeit, wenn Partner oder Freunde versterben, das Berufsleben endet oder die Kinder das Elternhaus verlassen, auch die neue Einsamkeit von Kindern und jungen Leute gerade nach der Corona-Pandemie. Über 14 Prozent der Menschen in NRW fühlen sich einsam. (...) Unter Einsamkeit versteht man das subjektive Gefühl, dass zwischen den erwünschten und tatsächlichen sozialen Beziehungen eine Lücke klafft.“

**Der Ministerpräsident verwies auf das „Silbertelefon“, eine bundesweite**

**Hotline (Telefon: 08004708090) für Menschen ab 60, die anonym mit einem anderen Menschen sprechen möchten.**

Quelle: Auszüge aus einem Artikel in der NRZ vom 3.6.2023, Seite 2

Bei allen Bemühungen, etwas gegen Einsamkeit zu tun, muss man sich letztendlich doch selbst auf den Weg machen, um Kontakte und Aktivitäten zu finden. In Alt? na und! Ausgabe 129 finden Sie dazu beispielsweise einen Bericht über die Mülheimer

Seniorenbegegnungsstätten (Seite 2) und den Mülheimer Telefonkreis (Seite 3).

**Auch die Mitarbeit in der Redaktion von Alt? na und! bietet eine interessante Aufgabe und Kontakte zu Gleichgesinnten. Melden Sie sich unter [redaktion@alt-na-und.de](mailto:redaktion@alt-na-und.de)**

Eine weitere Möglichkeit, neue Menschen kennenzulernen, bietet ein

## Offenes Back-Café im AKA 103

Das Offene Back-Café befindet sich in Oberhausen - an der Stadtgrenze zu Mülheim-Styrum - Akazienstraße 103 in 46049 Oberhausen. Die Adresse ist Namensgeber für das Café AKA 103. Hier backt seit September 2022 ehrenamtlich eine feste Gruppe von Frauen im Alter von 58 bis 72 Jahren einmal im Monat Kuchen und Torten.

Das Café ist eine Initiative der Ruhrwerkstatt Kultur - Arbeit im Revier e.V. Am darauffolgenden Tag laden die Bäckerinnen alle interessierten Besucher und Besucherinnen zur Verköstigung ein. Kuchen, Torten und Getränke werden gegen einen geringen Preis angeboten, wobei der Besuch des offenen Cafés an keinen Verzehr gebunden ist.

Das Back-Café ist offen für alle interessierten Bürger und Bürgerinnen jeden Alters und stellt ein zusätzliches Angebot zur Teilhabe am Leben in



ein vielversprechendes Angebot

der Gemeinschaft und gegen Einsamkeit und soziale Isolation dar. Das Back-Café öffnet jeden 4. Mittwoch im Monat jeweils von 15 Uhr bis 17 Uhr im AKA 103, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Nutzen auch Sie das Angebot, um sich in einer angenehmen Atmosphäre mit Gleichgesinnten zu treffen.

Gerne können Sie auch bei der Backgruppe mitmachen, dafür müssen Sie sich allerdings anmelden.

Anmeldung für die Backgruppe und Informationen zum Back-Café erhalten Sie unter

Telefon: 0208 3019620 oder

[badnjevic@paritaet-nrw.org](mailto:badnjevic@paritaet-nrw.org)  
Text: GST-B/Foto: pixabay

## 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

**Redaktionmitglieder:**

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](http://www.alt-na-und.de)

**Mail:** [redaktion@alt-na-und.de](mailto:redaktion@alt-na-und.de)

**Auflage:** 6.000 Exemplare

**Druck:** Hausdruckerei der Stadt Mülheim an der Ruhr

**Titelbild:** Pixabay

*Ausgabe 130 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

Versuchen Sie aus diesen 9 Buchstaben ein Wort zu bilden:

a b e g h r s t t

ev

### Kopfrechnen

Berechnen Sie so schnell wie möglich die Quersummen dieser Zahlen:

- a) 6729 .....
- b) 58392 .....
- c) 77394 .....
- d) 652932 .....
- e) 3922167 .....
- f) 3853663 .....

### Bilderrätsel



Erkennen Sie den Ort?

Foto: GP

### Silbenrätsel

**Silben:** ähn – che – chef – chen – da – den – der – drei – en – end – eng – er – eu – fa – fe – fin – gleich – ham – he – heim – in – in – keit – lär – lich – lie – lis – mat – mel – mi – mus – ne – neid – nen – nis – pa – pass – rea – rei – ro – rö – se – sel – ses – spurt – stadt – takt – te – ten – teil – tel – vier – wie

- .....
- 1. zuhause
- .....
- 2. Erdteil, auf dem wir leben
- .....
- 3. Unterlage, zum Beispiel zum Turnen
- .....
- 4. eng verbundene, meist verwandte Gruppe
- .....
- 5. Wirklichkeitssinn
- .....
- 6. Zentrum eines größeren Ortes
- .....
- 7. sehr schmaler Durchgang
- .....
- 8. Walzertakt
- .....
- 9. Nadelbaum, der im Herbst gelb wird
- .....
- 10. Brust- und Bauchorgane von Schlachttieren
- .....
- 11. Sitzmöbel des Vorgesetzten
- .....
- 12. frisches, luftiges Gebäck
- .....
- 13. spontane Verfärbung der Gesichtshaut
- .....
- 14. Einer, der anderen nichts gönnt
- .....
- 15. erzählte Beispiele aus der Bibel
- .....
- 16. letzte Kraftanstrengung vor dem Ziel
- .....
- 17. etwas Verlorenes erneut sehen
- .....
- 18. Aussehen, das dem eines anderen gleicht

Aus den **ersten** und **dritten** Buchstaben, jeweils von oben nach unten gelesen, ergibt sich ein Satz von Friedrich von Schiller. MAS

# Auf den Spuren von Picasso

Pablo-Ruiz Picasso wurde am 25. Oktober 1882 in Malaga/Spanien geboren. Er starb am 8. April 1973 in seinem Haus in Mougins in der südfranzösischen Provence. Weltweit wurden in diesem Jahr zu seinem fünfzigsten Todestag Sonderausstellungen von der französischen und spanischen Regierung sowie von kommunalen und privaten Institutionen organisiert.

Picasso wird an vielen Orten für seine Kunst wertschätzend gefeiert. Er galt als genialer Künstler, ein Popstar der Kunstgeschichte, bahnbrechend für die Zeit, in der er lebte und arbeitete.

Er arbeitete als Maler, Bildhauer, Grafiker und Bühnenbildner. Insbesondere durch seine Malerei im Stil des Kubismus begründete er (zusammen mit Georges Braque) zu Beginn des Jahrhunderts eine revolutionäre, künstlerische Bewegung, die ihn zu einem der einflussreichsten Künstler aller Zeiten machte. In den späteren Lebensjahren erlernte Picasso das Töpferhandwerk im provenzalischen Ort Vallauris.

Ich war im April in Südfrankreich und anlässlich seines Todestags entschloss ich mich, Picassos Spuren zurückzuverfolgen.

## Orte eines Künstlerlebens

Gern hätte ich mit dem Chateau Vauvenarges in der Nähe von Aix en Provence begonnen. Im Park dieses Schlosses liegen Picasso und seine zweite Ehefrau Jacqueline begraben. Da dieser Ort mittlerweile in Privatbesitz ist, kann er nicht besichtigt werden.

Auch das letzte Wohnhaus von Picasso in Mougins/Provence, in dem er elf Jahre bis zu seinem Tod lebte, ist nur aus der Ferne zu betrachten. Das Haus stand dreiunddreißig Jahre leer und wurde kürzlich verkauft. Aber es



Skulptur Picasso „Mann mit Schaf“

gibt viel Interessantes aus dem Leben von Picasso in der Gegend von Mougins anzuschauen. Zum Beispiel fuhr Picasso täglich aus seinem Landhaus nach Vallauris - ebenfalls ein kleiner Ort im hügeligen Hinterland von Cannes - in das Keramik-Atelier Madoura. Er ließ sich das Töpferhandwerk erklären und schuf dort unvergessliche Skulpturen und Gebrauchsgegenstände wie Teller, Vasen und Krüge in seinem unverwechselbaren Stil. Das Atelier und viele seiner Arbeiten sind in diesem Dorf zu betrachten.

Es gibt ein Picasso-Museum und eine Kapelle, in der Picasso sein größtes Werk schuf: Er bemalte Decke und

Wände zum Thema Krieg und Frieden. Auf einem kleinen Platz direkt gegenüber dem Museum steht „Der Mann mit Schaf“, eine Bronze-Skulptur, die Picasso dem Ort geschenkt hat. Ein echter Picasso, der zum Greifen nah ist. Dieser Ort Vallauris gilt als Fundgrube für Picasso Fans.

Wer sich für den Künstler interessiert und die Cote d'Azur besucht, darf auf keinen Fall das Picasso-Museum in Antibes versäumen. Es liegt direkt am Meer und die Lichtverhältnisse der Ausstellungsräume sind beeindruckend und bestens geeignet, um die Gemälde, Skizzen und Grafiken „im Licht des Südens“ zu präsentieren. Ein besonderes Erlebnis verbinde ich mit dem kleinen Glasbläser-Ort Biot, abseits der Touristenwege im Hinterland, etwa zwanzig Kilometer von Antibes entfernt. Hier gibt es ein Hotel, dessen Gründerin, Madame Mimi, als junge Frau - heute ist sie hoch in den Achtzigern - die be-

kanntesten Künstler der 50er Jahre zu Gast hatte. Sie ist eine Zeitzeugin und bei ihr gibt es Fotodokumente und Original Werke der damaligen Künstler zu bestaunen. Einige Fotos zeigen Madame Mimi mit Pablo Picasso, Victor Vaserey (1906-1997) und Ferdinand Leger (1881-1955). Im Gewölbekeller ihres Hotels kann auf Anfrage eine Vielzahl an hochkarätiger Kunst des 20. Jahrhunderts bestaunt werden. Ein privates Museum, das man so nicht erwartet.

Zahlreiche Veranstaltungen zum Todestag von Pablo Picasso fanden im April in der Umgebung von Antibes statt. Der Strand „Plage du Soleil“ wurde im Gedenken an den Künstler in „Plage Pablo Picasso“ umbenannt.

Text und Foto: CMJ