

Aus unserer Sicht

Die Ratinger Seniorenzeitung

11/2022



www.seniorenrat-ratingen.de



Unser Thema: Großer Seniorentag

Zukunft des Seniorentreffs Mitte

Betrüger haben Senioren im Visier

Serie: Mein erstes Auto

Das „Haus zum Haus“ und seine Geheimnisse

Rätselseite & Buchtipps

KOSTENLOS!

Zum Mitnehmen

RATINGEN



Die Immobilienrente – weil Geld auch im Alter eine Rolle spielt

Die eigene Immobilie kann mehr als nur mietfreies Wohnen im Alter zu garantieren.

Endlich Zeit: Im Ruhestand wollen ältere Menschen Radtouren unternehmen, sich mit Freunden treffen oder durch Einkaufsmeilen flanieren. Und natürlich wollen sie so lange wie möglich selbstbestimmt zuhause leben. Doch trotz eigener Immobilie ist das Geld häufig knapp, weil die gesetzliche Rente klein ist, und keine größeren Ersparnisse vorhanden sind.

In der Immobilie gebundenes Vermögen nutzen

Wie gut, dass die eigene Wohnung oder das Haus mehr als nur mietfreies Wohnen

gewährleisten. Sie sind ein Vermögen, das ihre Besitzer in Form einer Immobilienrente nutzen können, ohne aus der gewohnten Umgebung ausziehen zu müssen.

Die Deutsche Leibrenten Grundbesitz AG kauft Immobilien von Senioren ab 70 Jahren. Der neue Eigentümer gewährt den Kunden ein lebenslanges Wohnrecht und eine Leibrente. Beides wird an erster Stelle im Grundbuch gesichert. Das macht die Immobilienrente zu einem sehr sicheren Produkt der Altersfinanzierung. Zudem profitieren die Senioren von flexiblen Vertragskonditionen. Ein ausführliches Beratungsgespräch hilft ihnen, sich für die Variante zu entscheiden, die für ihre persönlichen Bedürfnisse die beste ist.



Marcel Krieger
Deutsche Leibrenten Grundbesitz AG
Niederlassung Düsseldorf

Informieren Sie sich jetzt ausführlich über die Immobilienrente: Marcel Krieger freut sich auf das persönliche Gespräch mit Ihnen.

T 0211.88 250 412

E duesseldorf@deutsche-leibrenten.de



www.deutsche-leibrenten.de/duesseldorf

Impressum

Herausgeber:

Die Vorsitzende des Seniorenrates der Stadt Ratingen, Ingrid Herden

Redaktion

Koordination, Konzept, Gestaltung:
Dangelmeyer, Joachim (JD)

Autoren dieser Ausgabe:

Dangelmeyer, Joachim (JD)
Kuklick, Udo (uk)
Müskens, Hans (müs)
Raßloff, Erhard (er)
Schroeder, Dr. Jürgen (JS)
van Waasen, Sabine (svw)

V.i.S.d.P.:

Dangelmeyer, Joachim
c/o Seniorenrat der Stadt Ratingen
Minoritenstraße 2-6
40878 Ratingen

Hotline des Seniorenrates:

Telefon 0157 / 333 60 422

Titelseite:

Marktbrunnen
(Foto: Joachim Dangelmeyer)

Druck:

WIRmachenDRUCK GmbH
Mühlbachstraße 7
71522 Backnang

Ausgabe & Auflage:

2/2022 / 5.000 Exemplare
Erscheinungsweise: vierteljährlich

Redaktionsanschrift:

Aus unserer Sicht
Seniorenrat der Stadt Ratingen
Minoritenstraße 2-6
40878 Ratingen

Mail: aus-unserer-sicht@gmx.de

Nächste Ausgabe: September 2022

Redaktionsschluss: 29. August 2022

Kontakt

Der Seniorenrat ist ab sofort noch besser erreichbar: telefonisch über das neue Bereitschaftshandy zu den üblichen Tageszeiten unter der Nummer

0157 / 333 60 422

oder auch per E-Mail unter

info@ratingen-seniorenrat.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

seit fast vier Monaten beherrscht der Krieg in der Ukraine die Schlagzeilen und Nachrichten. Leid und Zerstörung haben unvorstellbare Ausmaße angenommen. Im Schatten dieses Krieges ist jedoch ein anderes Thema aus dem Fokus der Aufmerksamkeit gerutscht, das für die ganze Menschheit dramatische und existenziell bedrohliche Dimensionen hat: die Klimakrise. Viele denken dabei auch an die zerstörerische Flutkatastrophe vor einem Jahr zurück, erinnern sich an Hitzewellen in den Sommern der Jahre davor mit Temperaturen weit über 30 Grad. Besonders zu schaffen macht das gesundheitlich geschwächten und älteren Menschen. Doch wie kann man sich effektiv vor Hitze schützen? Was hilft wirklich und worauf müssen gerade Seniorinnen und Senioren achten? Viele Tipps und praktische Hinweise zu diesem Thema gibt es in dem „Hitzeknigge“, der vom Bundesum-



weltamt erarbeitet und mit lokalen Informationen der Stadt Ratingen ergänzt wurde. Die Broschüre kann auf der Homepage des Seniorenrates durchgeblättert oder hier abgerufen werden: www.klima-ratingen.de/service/hitzeknigge.php

Zum Luftfächeln eignet sich natürlich auch diese neue Ausgabe der Seniorenzeitung, die wie immer randvoll mit interessanten Themen und Geschichten ist. Viel Spaß und gute Unterhaltung!

Herzlichst

Ihr Joachim Dangelmeyer

— Anzeige —

HOTEL - RESTAURANT
Europäischer Hof
ZWÖLF STERNE FÜR SERVICE MIT HERZ
★★★★★★★★★★★★★★★★

*Feste feiern
wie sie fallen*

Zu Gast beim „Singenden Wirt“
Es erwartet Sie ein Gasthaus mit typisch rheinischer Prägung:
Bürgerlich und gemütlich, persönlich und familiär
und dazu mit viel Sonne im Herzen.

Das Hotel
Es geht auch in schön...
...und vor allen Dingen **PERSONLICH**.
Schlafen Sie bei uns wie in Abrahams Schoß
und genießen Sie am Morgen
unser leckeres Frühstück.
Bei uns werden Sie sich
nicht nur wohl,
sondern wie zu Hause
fühlen.

Heinz Hülshoff
STIMMUNG GARANTIERT

Wir freuen uns
auf Sie!

Gastronomie Heinz Hülshoff
Mülheimer Str. 13, 40878 Ratingen
www.hotel-europaeischerhof.de
Tel.: 02102 100 48 40



Sicher & gesund

Seit Wochen wird geplant, organisiert und koordiniert für den großen Seniorentag, den der Ratinger Seniorenrat am 4. September 2022 in und vor der Stadthalle veranstaltet. Neben zahlreichen Messe- und Infoständen gibt es verschiedene Mitmach-Aktionen und interessante Vorträge zu seniorenrelevanten Themen: Gesundheit, Sicherheit, Medizin, aber auch Freizeit und Kultur. Hier ein Überblick.

Fit und munter den Lebensabend genießen – wer will das nicht? Fragt man Seniorinnen und Senioren, was ihnen im Alter das Wichtigste ist, so landen „Gesundheit“ und „Sicherheit“ bei den Antworten immer ganz weit vorne. Auf der „Wunschliste“ ganz oben stehen außerdem Selbstständigkeit, Mobilität, soziale Kontakte und Lebensfreude. Um all das geht es deshalb auch beim großen Ratinger Senioren-

tag am Sonntag, 4. September von 11 bis 16 Uhr in der Stadthalle am Europaring, den der Seniorenrat der Stadt organisiert und durchführt. In der Halle und im Umfeld davor werden verschiedene Informations- und Messestände aufgebaut, an denen Institutionen, Behörden, Firmen, Praxen und auch Einzelpersonen ihre Angebote und Dienstleistungen für Senioren darstellen und erklären. Daneben gibt es auch

praktische Angebote, Aktivitäten und Mitmach-Aktionen. Abgerundet wird das Programm durch Vorträge von Experten, Ärzten zu verschiedenen Themen. Dazu können die Besucher*innen dann auch Fragen stellen oder sich weiterführende Informationen geben lassen.

„Es ist dem Seniorenrat für die vielen älteren Menschen in Ratingen ein Herzensanliegen, ein solches Projekt anpacken zu können“, sagt Vorsitzende Ingrid Herden. Seit dem Frühjahr ist das Organisationsteam intensiv zugange, ein möglichst breit gefächertes und attraktives Programm zusammenzustellen. „Es ist schon ein enormer organisatorischer Aufwand“, stellte Dieter Hamm fest, der die Weichen gestellt und das Projekt maßgeblich

auf den Weg gebracht hat. „Der Teufel steckt wie so oft im Detail. Immer wieder musste umgeplant, angepasst oder neu überlegt werden“, räumt Uwe Herden ein, der zahllose Telefonate führte, Kontakte knüpfte, Termine abfragte und sich Zu- oder Absagen einholte. Ergänzend wurde eine kleine Broschüre erstellt, die im Vorfeld und am Seniorentag selbst über die vielen Angebote, Vorträge und Aktionen auf einen Blick informieren soll. Sie wird zusammen mit der aktuellen Ausgabe dieser Seniorenzeitung schon im Juni an vielen Stellen in allen Ratinger Stadtteilen zur Mitnahme ausgelegt.

Gegliedert ist das Angebot am Seniorentag in drei Schwerpunkte: Messe- und Infostände, Vorträge und Mitmach-Aktionen.

Messe- und Infostände

Der Seniorenrat der Stadt Ratingen wird an einem Stand über seine Arbeit und weitere Vorhaben informieren. Mitglieder des Gremiums stehen als Ansprechpartner für Fragen und Auskünfte zur Verfügung. Natürlich gibt es auch einen Stand mit Informationen über die Ratinger Seniorenbegegnungsstätten.

Der Förderverein der Feuerwehr stellt sich und seine Arbeit vor und informiert über die Notfallbox, die eigentlich in jeden Seniorenhaushalt gehört. Die Box und ein Aufkleber, der im Wohnungseingangsbereich auf die Notfallbox aufmerksam macht, dienen dazu, wichtige medizinische Dokumente zu hinterlegen, die der Rettungsdienst so im Falle eines Einsatzes so schneller finden kann, um noch wirkungsvoller helfen zu können.

Die Idee der Notfallbox wur-



Reisen im Alter: Längst hat sich die Branche auf die immer größer werdende Zielgruppe der Senioren eingestellt und bietet spezielle Touren und Reiseformen an. Ein Reisebüro gibt einen Überblick. Foto: AdobeStock_190432535

de 2015 von einem Mitglied des Seniorenrates an den koordinierenden Notarzt des St. Marien Krankenhauses herangetragen, der sie in den Arbeitskreis Rettungsdienst des Kreisfeuerwehrverbandes Mettmann einbrachte. Dann wurde ein einheitlicher Info-Flyer zur Notfallbox entwickelt, der seit fünf Jahren im Kreis Mettmann verteilt wird.



Dass mit zunehmendem Alter Sehkraft, Gehör, Wahrnehmungsfähigkeit und Reaktionsvermögen abnehmen, ist ein normaler biologischer Vorgang. Allerdings können derlei Einschränkungen

auch negative Auswirkungen auf hochkomplexe Tätigkeiten wie Autofahren haben. Das belegen nicht zuletzt auch die steigenden Unfallzahlen mit Beteiligung von Senior*innen. Eine Ratinger Fahrschule informiert deshalb an ihrem Stand über das Thema „Teilnahme am Straßenverkehr im Alter“ – ein heikles Thema, das in seinen möglichen Konsequenzen in der Gesellschaft auch kontrovers diskutiert wird.

Über die zahllosen Angebote und Möglichkeiten, auch im (hohen) Alter zu verreisen, informiert ein Reisebüro. Ob spezielle Seniorenreisen mit ärztlicher Begleitung oder besonders altersgerechte Unterkünfte, ob komfortable (Fluss-)Kreuzfahrten, Hausabholung oder Kurreisen – der Reisemarkt hat sich längst auf die Zielgruppe Senioren eingestellt, die häufig durchaus zahlungskräftig ist.

Natürlich werden auch von verschiedenen Ausstellern Informationen zu gesundheitlichen und medizinischen Themen gege-

ben. So informiert eine podologische Fachpraxis über „Fußpflege und Behandlung von Beschwerden“, denen im Alter eine immer größere Bedeutung zukommt.

Ein örtlicher Pflegedienst stellt seine vielfältigen Dienstleistungen im ambulanten Pflegebereich und Unterstützung in Haushalt und Betreuung vor.

Um gutes Hören und Sehen geht es am Stand eines Augenoptikerfachgeschäftes. Beides ist von besonderer Bedeutung für die Sicherheit im Straßenverkehr. Außerdem wird über spezielle Coverbrillen informiert, die besonders für an Glaukom oder altersabhängiger Makula-Degeneration leidende Menschen geeignet sind. „Diese Brillen haben Gläser mit einer besonderen Filterwirkung im Bereich des blauen Lichtes“, erklärt Optometristin Sigrid Schürmann. Dadurch werde die Blendung verringert, der Kontrast und die Schärfentiefe jedoch erhöht. Das ist gerade beim Erfassen von Treppen-



Smartphone und Tablet müssen kein Buch mit sieben Siegeln sein. Sie bieten vor allem die große Chance, auch im Alter unkompliziert mit anderen in Kontakt zu bleiben. Foto: Petra Bork/pixelio

fen oder Bordsteinkanten wichtig und bietet ein Plus an Sicherheit – zuhause und unterwegs.

Über die vielen Hilfs- und Unterstützungsangebote für Senior*innen im Alltag und zu Hause informieren sowohl die Johanniter Unfallhilfe als auch das Deutsche Rote Kreuz. Als Beispiel sei hier der Hausnotruf genannt.

Ein Sanitätshaus präsentiert das breite Spektrum an Hilfsmitteln im Alter.

Einsamkeit ist im Alter für viele Senior*innen ein großes Problem, gerade wenn alte Freunde, Kinder und Enkel nicht in der Nähe leben. Mit Smartphone oder Tablet eröffnen sich jedoch ganz neue Kontaktmöglichkeiten.

— Anzeige —

DIE SONNE IST DA!

Jetzt eine Probefahrt* machen!

E-Mobil starten und Neues entdecken!

Riesenauswahl, Top-Preise und fachkundige Beratung!



sanitätshaus brockers
orthopädie - technik & orthopädie - schuhtechnik

**Mülheimer Straße 37
40878 Ratingen**



Foto: INVACARE

* Probefahrt vor der eigenen Haustüre gewünscht?
Terminvereinbarung unter: **Tel. 0 21 59 - 69 74 90**

ten. Dass die Bedienung solcher Geräte kein Hexenwerk ist, will ein Rater Elektronikfachmarkt auf seinem Infostand in der Stadthalle vermitteln.

Apropos Kontakt: Die Volkssolidarität Ratingen informiert an ihrem Stand über das große Angebot an Kulturveranstaltungen speziell für alleinstehende Senior*innen.

Die Diakonie im Kreis Mettmann widmet sich dem Thema „Suchtprophylaxe im Alter“ – ein echtes Tabuthema. Denn die Dunkelziffer derjenigen Seniorinnen und Senioren, die ein Problem mit Tabletten- und Alkoholkonsum haben, ist weit größer als gemeinhin vermutet.

Einen anderen wichtigen Gesundheitsbereich deckt eine Zahnarztpraxis ab: Zahngesundheit – ob Mundhygiene, feste Zähne oder Zahnersatz. Gerade im Alter ist eine an die beson-

deren Bedürfnisse und körperlichen Gegebenheiten angepasste zahnmedizinische Versorgung wichtig.

Um Bewegung, Sport und Gesundheit geht es an den Infoständen der BSG Ratingen und des TuS 08 Lintorf. Eine Praxis für Physiotherapie klärt auf, welche Möglichkeiten es gibt, Stürzen vorzubeugen.

Über die Möglichkeiten, das eigene Haus oder die Eigentumswohnung zur Aufbesserung der Rente zu verwenden und trotzdem in den eigenen vier Wänden zu bleiben, informiert ein Experte zum Thema Leibrente.

Schließlich klärt die Polizei gemeinsam mit der Verbraucherzentrale über ein Thema auf, das Senior*innen ganz besonders am Herzen liegt: Sicherheit im Alter. Besonders im Blick haben die Experten dabei die vielen Tricks, mit denen Betrüger ver-

suchen, Ältere um Geld, Schmuck und Wertsachen zu bringen. Das reicht von den berühmt-berühmten Enkeltrick- oder Schockanrufen über gefälschte WhatsApp-Nachrichten bis hin zu falschen Handwerkern oder vermeintlichen Stadtwerkemitarbeitern, die an den Haustüren klingeln.

Mitmach-Aktionen

Während des Seniorentages finden von 11 bis 16 Uhr in und vor der Stadthalle verschiedene Aktionen und Ausstellungen statt, bei denen die Besucher selbst aktiv werden und mitmachen können. Die Fragen, wie ein Streifenwagen der Polizei oder ein Rettungswagen der Feuerwehr von innen aussehen, welche Ausrüstung sie an Bord haben und wofür diese benötigt wird, lassen sich ganz simpel be-

— Anzeige —

Ein starkes Team. Gemeinsam. Für Sie. Vor Ort.

Verkaufen - Wohnalternative suchen - oder barrierefrei anpassen?
Starten Sie jetzt in eine sorgenfreie Zukunft!



Mit uns das rund-um Servicepaket für Ihre Immobilie.



Unter einem Dach. SpeeStrasse 27, 40885 Ratingen-Lintorf

Sabine van Waasen
Dipl.-Ing. Architektin / Wohnberaterin

T 02102 – 14 55 55 0
www.wohn-alternativen.de

Björn Zander
Makler IVD

T 02102 – 14 597 60
www.zanderimmobilien.de



Als Gott den Menschen erschuf, war er bereits müde, das erklärt manches. (Mark Twain)





Wie sieht ein Rettungswagen von innen aus? Am Senientag kann man das ganz entspannt auch ohne Notfall erfahren. Das Fahrzeug steht dann auf dem Vorplatz der Stadthalle.

Foto: Feuerwehr

antworten: Sowohl die Polizei als auch der Rettungsdienst der Feuerwehr sind mit einem Einsatzfahrzeug vor der Stadthalle präsent und laden zum genauen Hinschauen ein.

Kreativ sein? „Dafür bin ich zu alt!“ Dass dies nicht stimmt und viele gerade im Alter ihre kreative Ader entdecken, darauf will der Seniorenrat aufmerksam machen. Christa Baunach-Schlüter, Mitglied des Gremiums, will mit der Mitmach-Aktion „Mal doch mal“ zeigen, dass es nie zu spät ist, die eigene Kreativität zu

entdecken. Denn das ist erwiesen: Kreative Beschäftigungen vertreiben nicht nur die Zeit, sie halten das Gehirn fit, fördern die Abwehrkräfte und stärken das Selbstvertrauen. Also warum nicht sich ein kreatives Hobby suchen oder eine kreative Beschäftigung wieder aufnehmen, der man früher aus Zeitgründen nicht nachgehen konnte? Malen, Töpfern, Stricken, Bildhauern oder kreatives Schreiben. . .

Um sicheres Fortbewegen geht es bei zwei anderen Angeboten: Der Turnverein Ratingen

wird gemeinsam mit dem Sanitätshaus Höfges & Koch in der Halle eine Rollator-Teststrecke aufbauen, bei der verschiedene Untergründe simuliert werden und die richtige Handhabung dieses Hilfsmittels getestet werden kann. Vor der Stadthalle errichtet die Kreisverkehrswacht einen Parcours, mit dem der sichere Umgang mit dem Pedelec gezeigt und erprobt werden kann. Diese Fahrräder mit elektrischer Kraftunterstützung erfreuen sich bei Senioren wachsender Beliebtheit, was sich allerdings auch in steigenden Unfallzahlen niederschlägt. „Wir werden die Technik von E-Bike und Pedelec erklären und nach dem Theorieteil auch gezielt praktische Übungen durchführen“, sagt Michael Gertler von der Kreisverkehrswacht. Er weist ausdrücklich darauf hin, dass Helmpflicht besteht und eigene Räder mitgebracht werden müssen. Die Verkehrswacht bietet übrigens jeden Monat kostenlose Pedelec-Kurse auf dem Gelände der Kreisverwaltung in Mettmann an, in Ratingen ist Anfang August ein Kurs geplant. Infos gibt es bei Michael Gertler (Tel. 0176/963 963 91), die Terminübersicht findet man auf der Internetseite der Kreisverkehrswacht: www.verkehrswacht-mettmann.de

Und wenn man schon mal in Bewegung ist, kann man gleich auch noch am Stand des Bundesverbandes Senientanz vorbeischaun, wo laufend aktive Mitmach-Aktionen angeboten werden.

Wer lieber andere sich für sich bewegen lassen möchte, kann sich vor der Stadthalle an die Haltestelle für Rikscha-Fahrten stellen. Als besonderes Bonbon konnte der Seniorenrat den Düs-

— Anzeige —

Sicherheit auf Knopfdruck.
Der Johanniter-Hausnotruf.

Kontaktloser Anschluss möglich

JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Service Nummer:
02102 70070-80
www.johanniter.de/bergischesland

seldorfer Rikscha-Fahrservice „Triumvirad“ zur Teilnahme am Seniorentag bewegen. Die per Pedalkraft angetriebenen Rikschas werden interessierte Besucher auf kostenlose Rundfahrten durch die Ratinger Innenstadt mitnehmen. Und sollte das Wetter nicht so ganz mitspielen: Die Rikschas lassen sich mit einem Verdeck regenfest machen.

Unter dem Motto „Bewegt älter werden in NRW“ bietet der Turnverein Ratingen in Kooperation mit dem Kreissportbund verschiedene Fitness-Tests an. „Dabei geht es um Kraft in Arm und Bein, aber auch um Beweglichkeit und Ausdauer, Geschicklichkeit und Koordination“, sagt Fitnesstrainerin Lena Kreft. Keine Sorge: Klimmzüge muss niemand machen. Die Übungen seien eigentlich von jedem zu leisten – etwa auf der Stelle gehen oder sich auf einem Hocker vorbeu-



Kostenlose Rundfahrten durch die Ratinger Innenstadt werden die Rikscha-Fahrer von „Triumvirad“ am Seniorentag anbieten. Foto: Triumvirad

gen. Diese alltagsnahen Übungen erlauben dann Rückschlüsse über die Fitness. Natürlich gibt es auch Tipps zur Verbesserung und Beratung. Denn der Turnverein Ratingen bietet speziell auf Senior*innen zugeschnittene Kurse und Gruppen an – wie auch andere Vereine.

Eine Mitmach-Aktion der besonderen Art bietet der Seniorenchor von St. Peter und Paul, der unter Leitung von Ansgar Wallenhorst auftritt. Je nach Wetterlage singt der Chor im Foyer oder vor

der Stadthalle und lädt zum Mitsingen ein. Der Chor wurde vor 15 Jahren gegründet und umfasst insgesamt 50 Mitglieder, die zuvor schon in anderen Chören gesungen haben. „Unsere älteste Sängerin ist 92 Jahre alt“, verrät Wallenhorst. Gesungen werden vierstimmige Liedsätze, kleine Messen, aber auch weltliches Repertoire. Immer gern gesehen ist der Seniorenchor bei Auftritten in Haus Salem oder im Marienhof. Geprobt wird donnerstags (17 bis 18.30 Uhr) im Pfarrzentrum von St. Peter und Paul. Daneben gibt es noch einen Seniorenchor für Homberg, den Jacobus-Chor (Proben dienstags), und einen Singkreis.

Wer Interesse am Mitsingen hat, kann sich gerne direkt an Kantor Ansgar Wallenhorst wenden: telefonisch unter 702 482 oder per Mail unter aw@ratinger-kirchenmusik.de.



Der Seniorenchor von St. Peter und Paul sorgt für Musikeinlagen. Foto: privat

— Anzeige —

**WIR SOLLTEN
WAS RICHTIG
STELLEN:
IHREN FUSS**



Laufgut® Schmitz
GUTE SCHUHE · GESUNDE FÜSSE

**Weiche
stützende
Komfort-Schuh-
Einlagen nach
Maß**



Poststraße 22 · 40878 Ratingen · www.laufgut-schmitz.de
Telefon 02102-26395 · Mo-Fr 9.30-13.00 + 14.00-18.00 Uhr · Sa geschlossen

Vorträge

Vorträge zu verschiedenen Schwerpunktthemen runden am Seniorentag das Programm ab. Die Vorträge finden ab 11.30 Uhr jede halbe Stunde statt und dauern zwischen 15 und 20 Minuten. Danach können noch Fragen aus dem Publikum gestellt werden. Direkt im Anschluss stehen die Referentinnen und Referenten am Infostand im Foyer oder an ihrem Messestand noch für etwa eine halbe Stunde für weitere Auskünfte und Informationen zur Verfügung. Die genauen Anfangszeiten der Vorträge werden am Veranstaltungstag auf einer Übersicht ausgelegt.

Wie wird ein Notruf richtig abgesetzt? Diese Frage wird von ei-

nem Vertreter der Feuerwehr beantwortet und erklärt. Denn mit ein paar lebensrettenden Informationen kann jeder Menschenleben retten. Wichtig sind dabei vor allem die W-Fragen: Was ist passiert? Wo ist es passiert? Wie viele Personen benötigen Hilfe? Welche Verletzungen/Erkrankungen liegen vor? Und ganz wichtig: Warten auf Rückfragen. Bei einem Notfall ist der Anrufende der einzige erste Ansprechpartner für die Rettungsleitstelle. Deswegen sollte man auf jeden Fall so lange am Telefon bleiben, bis man gesagt bekommt, dass man auflegen kann. Die Rettungsleitstelle beendet das Gespräch. Notrufe lassen sich bei Handys oder Smartphones auch ohne Pincode-Eingabe absetzen. Alles Wichtige kann man auf einen

Blick hier noch einmal nachlesen:



„Natürlich gibt es noch weitere wertvolle und interessante Tipps für die Besucher“, sagt Feuerwehrchef René Schubert. So werde man auf die lebensrettende Wirkung von CO-Warngeräten hinweisen: In den heißen Sommern habe es zuletzt mehrere Fälle gegeben, dass durch die extremen Außentemperaturen der Kaminzug von Niedertemperaturheizungen zu gering geworden ist und das giftige Kohlenmonoxid nicht nach draußen geleitet wurde. Ein CO-Warner rettet dann Leben.

— Anzeige —

So sehen Sieger aus!

Jetzt auch wieder mit Präsenzveranstaltungen

HausplusRente®
Ihr Eigenheim als Geldquelle!

Das Original seit 2009
N°1

19x in Deutschland

Bester Immobilien Verrenter
Nr.1
Laut wissenschaftlicher Studie 2022

Ausgezeichnet als bester Immobilienverrenter*.

*Laut Studie bbw Hochschule University of Applied Sciences 2022

Rufen Sie uns einfach an. Wir beraten Sie gerne.

- ✓ Nießbrauch-Immobilien-Verrentung
- ✓ Verkauf mit Rückmietung
- ✓ Teilverkauf
- ✓ Leibrente

Rufen Sie uns einfach an und lassen sich unverbindlich vom Testsieger beraten:

☎ 0211 / 740 75 10

Mehr Informationen unter:
www.hausplusrente.de

HausplusRente GmbH • Bahnstraße 16
40212 Düsseldorf • duesseldorf@hausplusrente.de

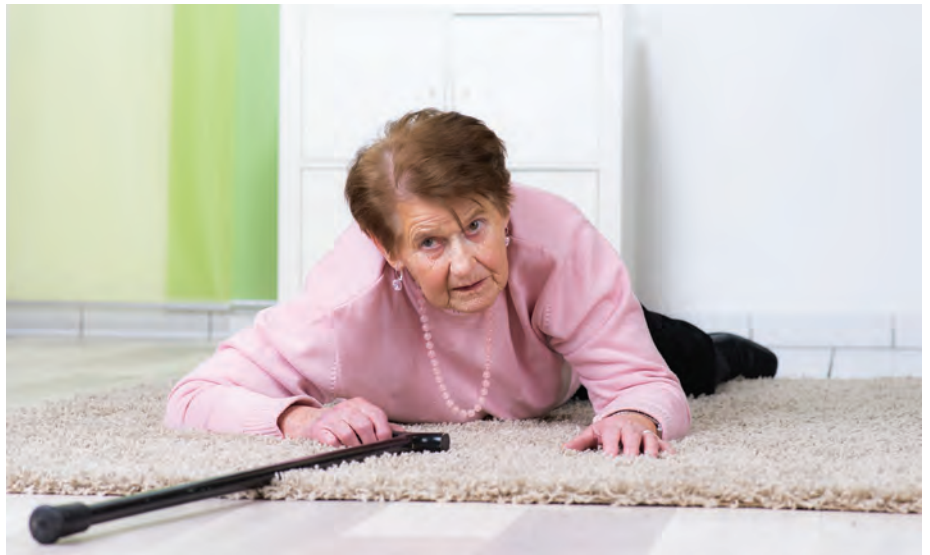
München | Augsburg | Berlin | Bernau a. Chiemsee | Düsseldorf | Frankfurt | Hamburg | Köln | Stuttgart und weitere

Um medizinische und gesundheitliche Themen geht es bei mehreren Vorträgen: So wird Prof. Dr. Klara Brixius von der Sporthochschule Köln über die neusten Erkenntnisse in Sachen „Sport im Alter“ referieren. Ein Zahnarzt und Implantologe spricht über das Thema „Feste Zähne im Alter“ und die entsprechenden medizinischen Möglichkeiten.

Um die Gesundheitsgefahren durch Gürtelrose, Keuchhusten und Grippe geht es in einem weiteren Vortrag. Noch immer halten viele Gürtelrose für einen lästigen Hautausschlag. Tatsächlich ist Gürtelrose aber eine ernstzunehmende Infektionskrankheit und darüber hinaus ziemlich weit verbreitet. Auch Erkrankungen durch Keuchhusten und Pneumokokken werden häufig unterschätzt. Gegen all diese Krankheiten wie auch gegen Grippe gibt es Impfungen.

Die Volkskrankheit Diabetes steht im Fokus eines Vortrages des Rater Diabetologen Dr. Martin Stetzkowski.

Um die Frage „Wo und wie will ich im Alter wohnen?“ dreht sich der Vortrag von Sabine van Waasen. Die Architektin und Expertin für Seniorenimmobilien zeigt, welche Möglichkeiten es im Themenbereich Seniorenwohnen in Ratingen gibt. „Viele glauben, man hätte noch so viel Zeit und könnte im Fall der Pflegebedürftigkeit sich immer noch mit dem Thema beschäftigen. Leider ist das ein Trugschluss, denn dann reicht es oft nur noch für Kompromisslösungen“, sagt van Waasen. Erfreulich sei, dass die aktuellen Neubauprojekte auch barrierefreien Wohnraum in die Stadt bringen. Die Versorgungssicherheit wie etwa beim betreuten Wohnen bekomme aber auch immer größere Bedeutung. Wer jedoch im



Viele alte Menschen haben Angst vor Stürzen. Dagegen lässt sich aber etwas tun - etwa mit Prophylaxe-Kursen. Foto: AdobeStock_105670204

gewohnten Umfeld bleiben will, sollte das Zuhause barrierefrei anpassen. „Dabei denkt man als erstes an das Badezimmer. Eine bodengleiche Dusche ist aber nicht nur unter dem Thema Sturzprophylaxe zu sehen, sondern ermöglicht allen, gleich welchen Alters, ein Plus an Komfort.“

Apropos Sturzprophylaxe: Die Referentin einer Physiopraxis weist auf die vielen Möglichkeiten der Vorbeugung vor Stürzen hin. Im Alter fehlt oft die Kraft zum Auffangen und die Muskeln werden nicht mehr so schnell angesteuert. „Zuerst muss man die Angst

verlieren. Und schnelles Reagieren bei einem Sturz kann man Schritt für Schritt trainieren“, sagt Physiotherapeutin Katrin Sperb. Der berüchtigte Oberschenkelhalsbruch bedeute leider immer noch für viele alte Menschen von heute auf morgen Pflegeheim.

Auf großes Interesse dürfte gewiss auch der Vortrag der Polizei zu „Enkeltrick und Betrug am Telefon“ stoßen. Schließlich vergeht kaum eine Woche, in der Kriminelle – trotz aller Aufklärung – immer noch erfolgreich Senioren um ihre Ersparnisse und Wertsachen bringen. (JD)

— Anzeige —



Die Alltagsbegleiter
IHR WOHLBEFINDEN LIEGT UNS AM HERZEN

Wir unterstützen Sie gerne:

- Hilfe im Alltag und im Haushalt
- Entlasten Sie beim Einkaufen
- Betreuungsleistungen
- Gemeinsame Aktivitäten
- uvm.

Bereits ab Pflegegrad 1 besteht Anspruch auf 125€/Monat für Entlastungsleistungen.



Die Alltagsbegleiter Ratingen • Lintorfer Straße 45 • 40878 Ratingen
kontakt@diealltagsbegleiter-me.de • Tel.: 02102 - 7031630
www.diealltagsbegleiter.de

Treff Mitte auf dem Prüfstand

Begegnungsstätte Minoritenstraße: Renovierung, Ausbau, Kernsanierung?

Typisch 1970er-Jahre: Mit seinem Bungalow-Stil sieht man dem Seniorentreff Mitte an der Minoritenstraße seine Entstehungszeit unschwer an. Auch das Flachdach und die verlinkerte Fassade lassen keinen Zweifel aufkommen, dass das Gebäude ein wenig aus der Zeit gefallen ist. Was an sich nicht schlimm ist. Schlimm sind aber die Bausubstanz, die Raumaufteilung, das Platzangebot. All das entspricht längst nicht mehr den Erfordernissen einer zeitgemäßen Begegnungsstätte für Ältere. Denn nicht einmal Barrierefreiheit ist im ganzen Gebäude gegeben: Die Rampe am Eingang ermöglicht es zwar, mit Rollstuhl oder Rollator ins Haus zu kommen, dann aber sind die Besucher*innen auf diese Ebene beschränkt. Andere Bereiche sind wegen Absätzen oder Treppen nicht erreichbar.

Auch die Elektrik und die Sanitärinstallation haben ihre beste Zeit schon hinter sich.

Zuletzt wurde deshalb von vielen – auch in der Stadtverwaltung – der Treff Mitte als Auslaufmodell beziehungsweise Übergangslösung gehandelt: Mit den Planungen, auf dem Gelände der alten Feuerwache an der Lintorfer Straße neben einem großzügigen Mehrgenerationen-Wohnprojekt auch eine neue Seniorenbegegnungsstätte zu errichten, wäre der Standort an der Minoritenstraße sowieso aufgegeben worden.

Nur: Die Pläne für das genossenschaftlich orientierte Projekt liegen auf Eis oder haben sich zerschlagen – je nach Sichtweise. Die Stadt will das Areal für die nächsten Jahre weiter selbst nutzen, überdies soll es Asbestbelastungen in manchen Gebäudetei-

len geben. Die Bürger, die schon viel Geld in die für das Projekt gegründete Genossenschaft „WIR“ (Wohnen innovativ in Ratingen) gesteckt haben, sehen ihre Pläne und Träume platzen. Mittlerweile sind Juristen eingebunden.

Geplatzt sind damit vorerst aber auch die Aussichten für den neuen Seniorentreff. Der alte an der Minoritenstraße bleibt also auf nicht absehbare Zeit unverzichtbar. Aus diesem Grund hat der Seniorenrat Anfang März den Bürgermeister angeschrieben und gebeten, die Sanierung des Treffs Mitte in die Planungen der Stadt aufzunehmen. „Wir bitten die Verwaltung, sich einen Überblick über den Sanierungsstand des Seniorentreffs Mitte zu verschaffen und den Seniorenrat zu informieren.“ Auf Nachfrage gab es Mitte Mai die Auskunft, dass zunächst eine Begehung geplant

— Anzeige —

Zahnmedizin für Senioren



Dr. Monika Boß

ZAHNARZTPRAXIS

Lintorfer Markt 2 in Lintorf

Telefon 3 31 57

Sprechzeiten:

Mo. bis Do. von 8.00 - 20.00 Uhr

Fr. von 8.00 - 16.00 Uhr



www.drbooss.de

Der Seniorentreff Mitte hat mehr als 50 Jahre auf dem Buckel. Platzangebot und Bausubstanz lassen sehr zu wünschen übrig. Das merken die Besucherinnen und Besucher, aber auch das Personal bei jeder Gelegenheit.

Foto: Stadt



sei. Zugleich wurde angedeutet, dass die Pläne für einen neuen Seniorentreff noch nicht endgültig vom Tisch seien, weil möglicherweise noch juristische Auseinandersetzungen folgen. Und da die Pläne noch nicht vom Tisch sind, würden vorerst auch keine umfangreichen Sanierungsmaßnahmen erfolgen.

Bei der Begehung des Treffs Ende Mai durch Fachämter der Stadtverwaltung wurde der schlechte bauliche Zustand kon-

statiert. Aber auch das unzureichende Raumangebot mit all seinen negativen Auswirkungen kam zur Sprache. So müssten ständig Tische und Stühle hin- und hergeschleppt werden, je nachdem, wie die Räume gerade genutzt werden. Bei Veranstaltungen – wie etwa dem beliebten Frühstück – muss die Teilnehmerzahl aus Platzgründen stark beschränkt werden, was sowohl bei den Besucher*innen als auch beim Personal für Frust sorgt.

Dabei gäbe es durchaus Potenzial, aus dem Treff eine attraktive Begegnungsstätte zu machen – mit mehr Räumen, moderner Ausstattung und zeitgemäßer Technik. Dafür wären aber tiefgreifende Maßnahmen als nur eine Renovierung erforderlich. Ob Aufstockung des Gebäudes oder Ausbau des unteren Bereichs, Einbau eines Aufzugs für Barrierefreiheit, eines ist klar: Das wird kosten – und dauern. Eine schnelle Lösung gibt es nicht. (JD)

Alles neu im Seniorentreff Ost

Während der coronabedingten Schließung der Seniorenbegegnungsstätten blieben zwar deren Türen für die älteren Besucher verschlossen, dahinter hat sich aber einiges getan – besonders im Treff Ost an der Carl-Zöllig-Straße. Dort wurden die Räume modernisiert und komplett neu ausgestattet, auch mit neuem Geschirr. Die Eingangshalle erinnert an ein gemütliches Wohnzimmer, hinter dem Haus lädt eine große Terrasse mit Tischen und Stühlen

zum Verweilen unter freiem Himmel ein.

Nach der Wiedereröffnung können die Seniorinnen und Senioren sich nun nicht nur am aufgefrischten Ambiente und der pfiffigen Ausstattung erfreuen, sondern auch eine neue Leiterin begrüßen: Seit 1. April leitet Ganna Sapsovych den Treff in Ost. Sie ist noch in der Einarbeitungsphase und wird noch weiter ausgebildet. Ihr Motto: Den Besuchern das Gefühl vermitteln, einen schönen

Tag im Treff erlebt zu haben.

Übrigens: Um es Älteren zu erleichtern, einen Treff zu besuchen, ist in allen städtischen Einrichtungen der Donnerstag zum offenen Treff geworden – ohne Kurse und Angebote. Im Vordergrund soll für die Besucher stehen, mit anderen zu plaudern oder einen Kaffee zu trinken.

Die sechs städtischen Treffs sind Montag bis Freitag von 9 bis 12 und von 13 bis 17 Uhr geöffnet (außer Eggerscheidt).

Theaterspaß für Alt und Jung

Naturbühne Blauer See: Pippi Langstrumpf ist wieder da

In Erinnerungen schwelgen, mit den Enkeln einen tollen Nachmittag verbringen, mal wieder herzlich lachen: Auch für „ältere Semester“ gibt es genügend Gründe, mal wieder die Naturbühne am Blauen See zu besuchen. Diesen Sommer zieht Pippi Langstrumpf in die Villa Kunterbunt und nichts ist wie vorher.

Auf alle großen und kleinen, alten und jungen Fans des rothaarigen Wirbelwinds, des stärksten Mädchens der Welt, der Sachensucherin, der Spunkerfinderin, Seeräubertochter und Prinzessin von Takatukaland wartet ein unterhaltsames und actionreiches Familientheater auf einer der schönsten Naturbühnen Deutschlands. Bis zum Oktober kann man ein Wiedersehen feiern mit Thomas und Annika, Frau Prysselius, Ephraim Langs-



Von Juni bis Oktober gibt es am Blauen See wieder große Familienunterhaltung mit Pippi Langstrumpf. Foto: TheaterConcept

trumpf, den beiden tollpatschigen Polizisten Kling und Klang und natürlich dem Mädchen mit den roten Zöpfen.

Spektakuläre Verfolgungsjagen um den Koffer voller Gold, um Pippi, die im Waisenhaus un-

tergebracht werden soll, obwohl sie doch einen Papa hat und der sogar König von Takatuka ist, mitreißende Musik und liebevoll inszenierte Details mit Witz und Charme machen das Freilufttheater für alle Altersklassen zu einem besonderen Erlebnis – unabhängig vom Wetter, da alle Sitzplätze überdacht sind.

Dank einer Kulturförderung konnten die Eintrittspreise gesenkt werden: Erwachsenen zahlen 15 statt 18 Euro, Kinder zehn statt zwölf Euro. Karten unter: www.theaterconcept.de oder Telefon 01805/300 411

► **Alle Termine:**

Juni: 05./06./11./12./18./19./25./26./29.

Juli: 02./03./06./09./10./13./16./17./20./23./24./27./30./31.

August: 03./06./07./13./14./20./21./27./28.

September: 03./04./10./17./18./24./25.

Oktober: 01./02./03.

— Anzeige —

Gesundheitsorientiertes Training für Jung und Alt.
In den Sportangeboten oder im Studio an den Geräten.



Basketball • Bogensport • Boule • Floorball • Handball
Lauffreß • Leichtathletik • Reha-Sport • Schwimmen • Tanzen
Tischtennis • Turnen • TuSfit • Volleyball • Gesundheitssport

Wir bewegen Lintorf!



Turn- und Sportverein 08 Lintorf e.V.
Brandsheide 30 • 40885 Ratingen
02102 / 74005-0 • www.tus08lintorf.de

Bessere Haltestellen gefordert

AG 60plus drängt auf mindestens zwei Sitzgelegenheiten

„Wir freuen uns auf das 9-Euro-Ticket und wollen mit dem Bus oder der Bahn fahren. In Ratingen sind wir relativ gut an das Netz der Rheinbahn angeschlossen“, sagt der Sprecher der Arbeitsgemeinschaft 60Plus der SPD, Karl-Ludwig Schröder. Doch die Freude über das günstige Ticket verfliegt oft schnell: „Wenn man die Haltestellen sieht, ist man gerade als älterer Mensch von deren Ausstattung enttäuscht“ stellt Joachim Dörner (Vorsitzender der AG60 Plus) fest. So stehe oft nur das Schild mit dem Fahrplan am Straßenrand. „Immer wieder sehe ich Senioren, die gebückt, am Stock oder Rollator, bei Regen oder in der Sommerhitze, auf ihren Bus warten. Das sollten wir als Stadtgesellschaft nicht einfach übersehen.“

Dieser Zustand werde seit Jahren von vielen, oft älteren oder gebrechlicheren Nutzern des ÖPNV bemängelt. Von der Idealvorstellung eines Schutzhäuschens seien die meisten Senioren schon längst abgerückt. Wurde



das Thema doch alle Jahre wieder politisch belebt, um dann von der Verwaltung als nicht machbar kommentiert zu werden. „Einwände wie kein Platz, zu schmaler Bürgersteig, kein öffentlicher Grund, zeugen eher von mangelndem politischen

Willen. Aus der Perspektive einer fußgängerfreundlichen Stadt ein nicht hinnehmbarer Zustand“, meint Schröder.

Die AG 60plus hat sich vom Zustand der Haltestellen ein Bild gemacht und nun die Initiative ergriffen. Um für Abhilfe zu sorgen und den Seniorinnen und Senioren das Warten auf Bus oder Bahn angenehmer und damit attraktiver zu machen, haben die SPD-Senioren einen Antrag an die Fraktion gestellt, mit dem Ziel an allen Haltestellen des ÖPNV, soweit noch nicht geschehen, zumindest zwei Sitzgelegenheiten einzurichten.

Und es soll geprüft werden, inwieweit an den Haltestellen (wenigstens ein minimaler) Wertschutz ermöglicht werden kann. Vorrangig sollte die Ringbus-Linie 015 berücksichtigt werden.

— Anzeige —



HÖRGERÄTE | AKUSTIK WITTECK

MEISTERBETRIEB FÜR MODERNE HÖRSYSTEME

Speestraße 28 | 40885 Ratingen-Lintorf |
Telefon 02102 - 15 58 80 | Fax 02102 - 15 58 82

**Inhabergeführter
Meisterbetrieb**

- Erstellung eines persönlichen Hörprofils
- Anpassung auch zuzahlungsfreier Hörgeräte
- Tinnitus-Bestimmung / Tinnitus-Beratung
- Hausbesuche
- Parkplätze direkt vor dem Geschäft
- Rollstuhlgerechter Eingang

**KOSTENFREIER
HÖRTEST**



BESSER HÖREN, MEHR ERLEBEN.

Mit Weltkugel und Haifischzähnen

Serie „Mein 1. Auto“: Udo Kuklick liebte seinen Ford 15 M

Was der ausschlaggebende Grund für die Anschaffung eines Autos war, kann ich heute nicht mehr nachvollziehen. Irgendwie war 1964 mit 21 Jahren das Jahr, in dem nach dem Abitur endlich das Leben begann. Studieren wollte ich nicht, mich reizte mehr die Industrie, in erster Linie alles, was mit Feuer und Stahl zu tun hatte.

Man fühlte sich ja so erwachsen, da musste doch ein Auto her. Bei einem der Streifzüge durch Düsseldorf, die per Fahrrad ge-

macht wurden, entdeckte ich in der Nähe des Hauptbahnhofs einen Straßenhändler, der Autos auf dem Hof an der Straße hatte.

Mir fiel sofort ein Ford 15 M auf, donaublau-metallic, der mir für 800 Mark angeboten wurde. Km-Stand? Uninteressant. Hauptsache blau, meine Lieblingsfarbe. Der Vater musste ja arbeiten, also ging die Mutter mal mit. Nur gucken! Geld hatte sie dennoch eingesteckt. Wie Mütter nun mal sind: Muss das sein? Ist das überhaupt

nötig? Der Sohn war für derlei Einsprüche nicht zugänglich. Der musste es sein und kein anderer. Ich wusste damals noch nicht, was man mit der „Inneneinrichtung“ machen konnte, mit der vorderen durchgehenden Sitzbank.

Endlich hörte die Zeit auf, in der ich mit der Straßenbahn Linie 4 bis Adlerstraße zur Ausbildungsstätte Stahlwerk Carp + Hones auf der Jägerhofstraße gelangte. Die prompte Reaktion: Ach, guckt mal, der Stift kommt jetzt mit dem Auto – nobel, nobel!

Der erste Unfall ließ dann aber nicht lange auf sich warten. Von der Berufsschule kommend übersah ich als Linksabbieger in der Innenstadt eine von rechts heran-nahende Straßenbahn. Na ja, meinem Auto fehlten nur die beiden Scheinwerfer und die Weltkugel. Die vorderen „Haifischzähne“ hatten nichts mit abbekommen. Die Reparaturkosten hielten sich derweil in Grenzen. Aus Schaden wird man klug. Zukünftig übersah ich keine Straßenbahnschienen mehr und kreuzte die auch nur wie ein sicherndes Waldtier den Waldweg.

Im Sommer gab es dann den ersten Urlaub. Die Eltern hatten sich als Ziel den nördlichen Schwarzwald ausgesucht. Erwartungsvoll das Gepäck verstaut, denn man brauchte ja jetzt nichts mehr schleppen. Der Kofferraum war proppenvoll, die Rückbank war derart beladen, dass die Mutter nur noch so gerade hinten Platz nehmen konnte. Obwohl sie die Chefin war, saß der Vater, der mit allem vorher nichts zu tun

— Anzeige —

Bio-Gottschalks-Mühlenbrot

Kennen Sie schon unser aromatisches Roggen-Mischbrot?



Ein Roggenmischbrot aus unserem Bio-Klassik-Backprogramm. Mit 70% Bio-Roggenvollkornmehl und 30% Bio-Weizenauszugsmehl. Feine, lockere Krume - knusprig-kraftige Kruste.

Ratingen-Lintorf
Speestraße 24
Mo-Fr 7:00 - 18:30
Sa 7:00 - 14:00
So 8:00 - 11:00


Ihr Bäcker Schüren
VOLLWERT- UND KLASSIK-BACKWAREN
www.IHR-BÄCKER-SCHÜREN.DE

Ratingen-Stadtmitte
Oberstraße 26
Mo-Fr 8:00 - 18:30
Sa 8:00 - 14:00

hatte, vorne. Bei dem Gedanken, dass jetzt die Autobahn unsere Strecke war, kamen allgemeine Unsicherheiten auf. Selbst die Anfahrt Richtung Mettmann zur A3 wurde zur schweißtreibenden Etappe.

Ab dort das Hildener Kreuz, Leverkusen, Köln und Siebengebirge mit großen Augen staunend passiert. Wir fuhren auf Limburg zu und sahen schon die Spitzen des Doms, als vor uns die Fahrzeugschlange abrupt stehen blieb. Nur ich nicht. Als ich die Situation begriff, wollte ich mich links mit der fast nagelneuen Leitplanke treffen. Da zog die Schlange plötzlich wieder an, so dass ich wieder Platz hatte und der Wagen sich mit quietschen Reifen einmal um die eigene Achse drehte. Und da sah ich dann den hinter mir fahrenden Wagen frontal auf mich zukommen. Vater klammerte sich an der Wagentür fest, die Mutter haben wir dann auf dem nächsten Rastplatz aus dem Gepäckberg befreit.

Die Weiterfahrt lief dann problemlos ab, bis wir hinter Baden-Baden auf einem Rastplatz feststellen mussten, dass das Auto Wasser verlor. Autotechnisch noch völlig unbeleckt, fuhr ich weiter, bis das Auto auf der Schwarzwaldhochstraße an der Kniebis qualmend stehen blieb. Ein freundlicher Mensch gab mir eine Flasche Wasser, die bis Tonbach bei Baiersbronn an jeder Tankstelle nachgefüllt werden musste. Am Ziel angekommen war die Diagnose: kompletter Wasserpumpenschaden. Nachdem der Wagen



Donaublau-metallic, mit Weltkugel und „Haifischzähnen“. Mit diesem Ford 15 M startete Udo Kuklick in sein automobiles Leben. Foto: Udo Kuklick

dort wieder flott gemacht wurde und die Urlaubskasse abnahm, fuhren wir kreuz und quer durch den Schwarzwald, Titisee, Stuttgart, Straßburg, Konstanz, Bodensee, Freiburg. Und immer hat der Wagen gehalten und mit jedem Tag wuchs der Stolz meiner Eltern über ihren fahrtüchtigen Filius.

Diese Urlaubsfahrt war noch

jahrelang Gesprächsthema in der Familie und bei Freunden. Das war auch die Zeit, wo der Einkaufstrend immer mehr Richtung Holland ging. Also, ab ins Auto und zügig nach Roermond. Die Stadt war über die bis Mönchengladbach gehende Autobahn gut und schnell erreichbar. Venlo dagegen verlangte ein hochkon-

— Anzeige —

Wenn der Alltag zuhause manchmal schwerfällt.

Egal, wann Sie uns brauchen, wir sind für Sie da.

- Betreuung zuhause
- Begleitung außer Haus
- Hilfen im Haushalt
- Unterstützung bei der Grundpflege
- Entlastung pflegender Angehöriger

Den Zeitumfang bestimmen Sie.

Kostenfreie unverbindliche Beratung.

Wir sind in Ratings für Sie da!

Rufen Sie uns an! Tel. 02 102 89443 -0

ratings@homeinstead.de

www.homeinstead.de

Jeder Home Instead Betrieb ist unabhängig und selbstständig. © 2019 Home Instead GmbH & Co. KG



Home Instead®
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

zentriertes Landstraßenfahren. Und was wurde dort eingekauft, Stoffe, Kaffee, Lebensmittel und nicht zu vergessen: Zigaretten. Die wurden packungsweise unter dem Armaturenbrett versteckt. Bei den Rückreisen an der Grenze verursachte die Frage der Zöllner „Haben Sie was zu verzollen?“ Schweißausbrüche, Schnappatmung und Farbenwechsel im Gesicht. Die Antworten blieben dann meist auch einsilbig: „Nööö“.

Natürlich stattete ich mit dem Wagen auch Besuche im Haus meiner Großeltern im Sauerland ab. Die Fahrten auf dem damaligen Ruhrschnellweg über Dortmund, Werl und Neheim-Hüsten blieben für mich stets ein teilkalkuliertes Risiko. Aber es ist immer gutgegangen.

Mit dem Ford 15M hatte ich wirklich fahren gelernt, und so konnte ich mich eines Tages an weitere Fahrzeuge gewöhnen, einen Ford 12M, einen Ford Capri (mein ganzer Stolz war ein Capri in gelb, der meinem Image der damaligen Jugend sehr entgegen kam), einen Ford 17M, einen Ford Kombi, dann Mercedes 200,



Der gelbe Ford Capri war Kuklicks ganzer Stolz. Mit ihm machte er auch einen der verrücktesten Trips seines Autofahrerlebens. Foto: U.Kuklick

Mercedes 230 und Mercedes 280. Durch den Reitsport der Tochter kamen später noch die Zugfahrzeuge Isuzu Trooper, Chevrolet Blazer und Jeep Cherokee dazu.

Mit dem zuvor beschriebenen Ford Capri verband mich noch eine Geschichte, die ich bis heute nicht vergessen habe. Was mich dabei geritten hatte, kann ich heute nicht mehr nachvollziehen. Auf jeden Fall wollte ich noch einmal nach Wien. Was macht man nicht in einem motorisierten Wahn?

Ich kaufte zwei große Benzinkanister, befüllte sie und packte sie jeweils im Kofferraum hinter die Hinterradkästen. Den Ritt auf der rollenden Bombe hatte ich nicht realisiert. Ich wollte nämlich ohne Tankstellenbesuch in einem Rutsch durchfahren: Tank leer, auf den nächsten Rastplatz, Kanister umfüllen und weiter. Als ich in Wien ankam, bin ich nicht ausgestiegen, ich bin buchstäblich aus dem Auto gefallen. Meinem Rücken hatte die Tour absolut geschadet und den

— Anzeige —

Malermeister Ernst Goebel

Das wäre schön:

Frische Farben, schöne Tapeten, neue Teppichböden ...

... aber der Aufwand!

Keine Sorge: *Renovieren mit uns macht Freude!*

Wir kümmern uns einfach um alles (Möbel, Bilder, Lampen).

Malermeister Ernst Goebel · Volkardeyer Straße 5a · 40878 Ratingen
Telefon 0 21 02 / 44 55 93 · Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Wien-Besuch nicht gerade erträglich gemacht.

Seit 2004 fahre ich aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr. Dann schaue ich mir meinen Führerschein von 1964 an und bin dennoch froh, dass der ÖPNV mich zwar langsamer, aber bequem und sorglos überall hinbringt. (uk)

Mein erstes Auto

Haben Sie auch noch Erinnerungen an Ihr erstes Auto? An tolle Touren, kuriose Pannen, unvergessene Momente? Erzählen Sie uns davon! Vielleicht haben Sie auch noch ein Foto Ihres ersten Wagens. Schreiben Sie uns: Redaktion „Aus unserer Sicht“, Minoritenstraße 2-6, 40878 Ratingen oder Mail: aus-unserer-sicht@gmx.de



So sahen früher Führerscheine aus – der berühmte „graue Lappen“. Udo Kuklick hat das Original gut verwahrt. Foto: U. Kuklick

— Anzeige —

Blumberg
SYSTEMPAPIERE

AUF DEM WEG ZUM KONZERT

Ob Konzert-, Kino- oder Parktickets, ob Haftetiketten, Thermo- oder Diagrammpapiere, ob Papiere für EKG, Ultraschall oder CTG, ob Tachoscheiben, Kassen-, Journal- oder Kreditkartenrollen, ob Apotheken- oder Tankstellenrollen - seit 1885 produzieren wir maßgeschneiderte Systempapiere für Handel und Industrie, Forschung und Entwicklung, Verkehrs- und Medizintechnik, Einrichtungen der Ver- und Entsorgung, Banken-, Kassen- und Wiegetechnik sowie Logistik und Behörden.

Alles geht. Sprechen Sie mit uns, wenn unser Papier erfolgreich für Sie arbeiten soll. Bei 270.000 verschiedenen Referenzartikeln findet sich auch für Ihr Papierproblem die richtige Lösung.

- Blumberg GmbH & Co. KG, Kalkumer Straße 46, 40885 Ratingen
Telefon 02102 3803-0, www.blumberg.de

Immer neue Betrugsmaschen Polizei warnt aktuell besonders vor Kriminellen am Telefon

Es vergeht keine Woche, in der die Kreispolizei nicht von versuchten oder erfolgten Betrügereien berichtet, bei denen es Kriminelle speziell auf Seniorinnen und Senioren abgesehen haben. Unter anderem wird auch immer wieder der berühmt-berüchtigte Enkeltrick versucht – in verschiedenen Varianten. Denn Trickbetrüger sind erfinderisch und verändern ständig ihre Taktik. Und die Polizei ist erstaunt, wie skrupellos Täter zuschlagen und die Arglosigkeit ihrer Opfer ausnutzen.

Die Kreispolizeibehörde Mettmann warnt aktuell vor einer neuen Variante der bereits bekannten Betrugsmasche des so genannten „falschen Polizeibeamten“. Hierbei geben sich Trickbetrüger am Telefon als vermeintlich echte Polizeibeamte aus – in diesem Fall als Mitarbeiter der europäischen Polizeibehörde „Europol“.



Oftmals erscheint im Display die Notrufnummer „110“, wenn Betrüger bei Senioren ihre miesen Tricks versuchen. Foto: Polizei

So gehen die Betrüger vor: Ihre Opfer, zumeist Seniorinnen und Senioren, werden von den Kriminellen zu Hause angerufen. Oftmals erscheint im Telefondisplay sogar die Rufnummer „110“. Mit geschickter Gesprächsführung gaukeln sie den Angerufenen vor,

Teil eines internationalen Ermittlungsverfahrens zu sein. Entweder, weil man selbst ein Beschuldigter einer Straftat sei, oder weil Freunde und Bekannte verdächtigt werden. Gezielt schüren die Betrüger so die Angst bei den Betroffenen und bauen Druck auf, der Ermittlungsbehörde „Europol“ zu helfen. Der Anrufer fordert im Verlaufe des Gesprächs dann auf, an ein extra eingerichtetes Konto für „Kryptowährung“ (z.B. Bitcoin) sowie an ein Konto in Übersee hohe Geldmengen zu transferieren.

Die echte Polizei stellt klar: Die echte Polizei ruft Sie niemals zu Hause an, um Sie über Ihre privaten Vermögensverhältnisse auszufragen und erst Recht nicht, um Sie aufzufordern, Bargeld auszuhandigen oder Geld auf ein anderes Konto zu transferieren. Am besten einfach auflegen. Auflegen ist nicht unhöflich! Achten Sie auch darauf, dass das Telefonat tatsächlich beendet ist.

— Anzeige —

Bewegung heilt
Ich helfe Ihnen dabei



Bequem zu Hause

Privat, Selbstzahler & alle Kassen



Mobile Physiotherapie
Saskia Reuter



Kontakt

Telefon: 0177/8478895

www.physiomobilratingen.de

E-Mail: physiomobilratingen@gmx.de

Aber auch bei anderen Betrügereien fallen den Kriminellen immer neue Tricks ein. Mit einer besonders perfiden Masche ist kürzlich eine 80-jährige Raterin um ihren Schmuck betrogen worden. Die Tatverdächtigen gaben sich zunächst als falsche Wasserwerker und anschließend als falsche Polizeibeamte aus:

Als die Dame in der Mittagszeit vom Einkaufen in ihre Wohnung zurückkehrte, wurde sie bereits im Hausflur von drei ihr unbekanntem Männern empfangen, die ihr halfen, die Einkäufe in die Wohnung zu bringen. Sie gaben anschließend vor, die Wohnung nach einem vermeintlichen Wasserschaden überprüfen zu müssen. Die Männer forderten die 80-Jährige auf, ihren Schmuck abzulegen, da dieser nicht mit dem möglicherweise verunreinigten Wasser in Kontakt kommen dürfe. Während einer der Männer mit der Seniorin im Bad am Wasserhahn stand, durchsuchten die beiden anderen die Wohnung. Plötzlich gab sich einer dieser Männer als falscher, ziviler Polizist aus und gab vor, die beiden anderen Tatverdächtigen gerade bei einem Diebstahl auf frischer Tat erwischt zu haben. Er tat nun so, als würde er die beiden anderen festnehmen und müsste dazu auch den Schmuck in Verwahrung nehmen. Später stellte die Seniorin fest, dass weiterer Schmuck fehlte und sie Opfer eines besonders perfiden Trickdiebstahls geworden war.

Die Polizei ist immer wieder auch mit ihrem Info-Mobil in der Stadt präsent. Unterstützt wird sie dabei durch das „Aktionsbündnis Seniorensicherheit“ (ASS): www.seniorensicherheit@kreis-mettmann.de

Großeltern...

Großmütter und Großväter machen ganz persönliche Erfahrungen mit ihren Enkelkindern. Kürzlich erzählte eine Nachbarin, sie habe beobachtet, wie eine 80-jährige Großmutter mit ihrer siebenjährigen Enkelin Seilchen-Springen gespielt habe. Das sei so toll gewesen, dass sie sich direkt zu Hause hingekümmert habe, um das Gesehene in ein Gedicht zu fassen. Vielleicht haben Sie als Großeltern mit Ihren Enkelkindern auch entsprechende Geschichten erlebt. Erzählen Sie es uns! (müs)

Großartig!

Es ist ein Bild zum Augenreiben,
zum Staunen - Stehenbleiben:

Gar munter hüpf't sich's da auf 80-jährigen Beinen
im Rhythmus mit nur sieben Jahren einer Kleinen.

Über die Köpfe mit dem Seile,
dann zu den Füßen ohne Weile,
immer neu im gleichen Kreise
Rauf und runter ist die Weise.
Lachen, Freude die Begleiter,
- gestolpert - schon geht's weiter.

Bis zum guten Schluss
für Hüpf'er und Betrachter ein Genuss!

(Christina Lautenschläger)

— Anzeige —

Mit Vielfalt und Lebensfreude für die Menschen in der Region!
Unsere Diakoniestationen sind an 365 Tagen im Jahr für Sie da!

Diakonie 
im Kirchenkreis
Düsseldorf-Mettmann



**Diakoniestation Mettmann/Homberg/
Erkrath/Hochdahl/Düsseldorf-Unterbach**
Bismarckstr. 39 | 40822 Mettmann
Tel. 02104 - 7 22 77

Diakoniestation Haan
Bismarckstr. 12a | 42781 Haan
Tel. 02129 - 3 47 57 30

Diakoniestation Hilden
Martin-Luther-Weg 1c | 40723 Hilden
Tel. 02103 - 39 71 71

Diakoniestation Ratingen
Angerstr. 11 | 40878 Ratingen
Tel. 02102 - 10 91 44

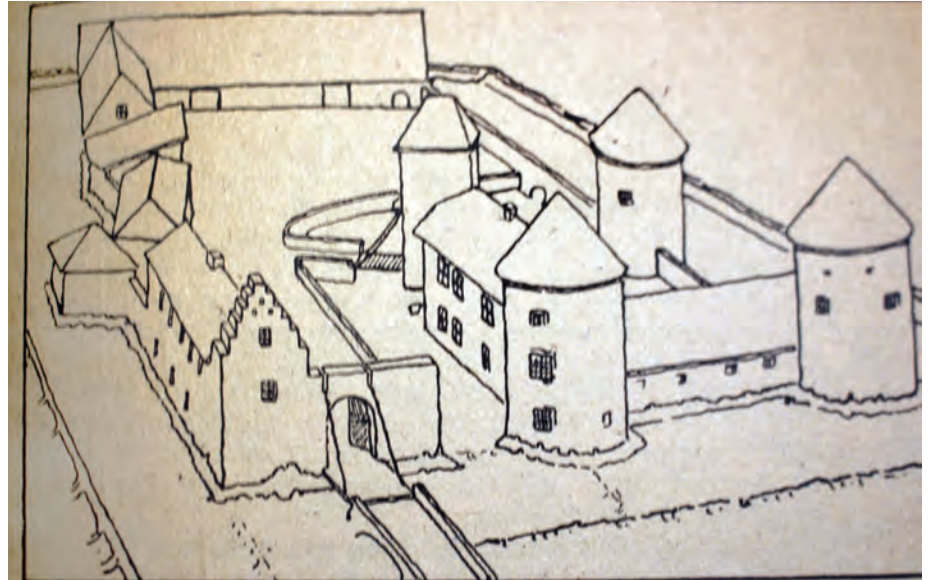


Diakoniestation | Ambulante Pflege | Stationäre Pflege | Kurzzeitpflege
Alltagshilfen | Servicegesellschaft | Soziale Betreuungsleistung | Demenz WG
www.diakonie-kreis-mettmann.de

Die Burg mit dem seltsamen Namen

Serie: Häuser mit Geschichte und Geschichten – „Haus zum Haus“

Seit meiner Kinderzeit kenne ich den Blick aus unserem Wohnzimmerfenster auf die Wasserburg Haus zum Haus. Etwa einen Kilometer war es bis zur Burg. Dazwischen waren Felder und Wiesen. Den Angerbach konnte man erahnen. Wir sahen den großen Süd-Westturm und die niedrigen Stallungen. Der Nord-Ostturm war nur eine Ruine mit einem breiten Spalt im Mauerwerk. Aus ihm wuchsen Sträucher und Bäume. Dahinter erkannte man das alte Herrenhaus. Zwischenzeitlich verschwand der Blick aus dem Fenster, weil in den 1950er-Jahren die Häuser auf der Schillerstraße und auf dem Brügelmannweg gebaut worden waren. Heute gehe ich ein Stück über den Hauser Ring, dann ist der Blick wieder frei auf die schöne Burganlage. Jetzt ist



Die quadratische Burganlage ist im 13./14. Jahrhundert entstanden.

der Nord-Ostturm keine Ruine mehr, sondern ausgebaut mit einem spitzen Turmhelm. Dahinter erkennt man noch einen weiteren Turmhelm, den es so in meiner Kindheit nicht gab.

Haus zum Haus: ein eigenwilliger Name. Kam er von der Familie Hauser, die lange Jahre auf der Burg einen Bauernhof betrieb? Eher nicht. Aber die ursprünglichen Bewohner hießen wirklich „zum Haus“. Und da sie sich an der Anger ein steinernes Haus bauten, hieß das Ganze schließlich „Haus zum Haus“.

Die Bautätigkeit hier vor dem Junkernbusch fing bereits vor dem Jahr 1000 an. Was man sich heute nicht mehr so gut vorstellen kann, ist die Tatsache, dass dieses Gebiet um den Angerbach Grenzgebiet war zwischen den Franken und den Sachsen. Außerdem war die Anger nicht so eng in ihrem Bachbett eingebunden wie heute, sondern floss hier, floss da, wo es dem Wasser gerade passte. Das heißt, die Wiesen vor dem Wald waren sumpfig. Da mussten Übergänge her, um vom einen zum anderen

— Anzeige —

Herbert Uhland – Die Seniorenbetreuung

Ihre Alternative zum Seniorenheim – die Betreuung und Pflege zu Hause

- Eigenständigkeit
- Flexibilität
- Vertrautheit der eigenen vier Wände
- Sicherheit
- Entlastung der Familie
- Individualität
- Stabilität

Melaniestr. 19 | 40489 Düsseldorf | 0203/392 98 84 | www.huhland.de
seniorenbetreuung.uhland@t-online.de

Ufer zu gelangen, sogenannte Furten. Eine solche Furt war hier, wo heute Haus zum Haus steht. Der Übergang musste geschützt werden und so entstand schon in alter Zeit wahrscheinlich ein befestigter Holzturm. Bei späteren Ausgrabungen in der Burg hat man einen alten Baumstamm gefunden, der nachweislich aus dem 8. Jahrhundert stammt, ein möglicher Hinweis auf den Vorgängerbau zur heutigen Burg.

Im 13./14. Jahrhundert ging es dann richtig los: Es entstand eine fast quadratische Burg mit vier Türmen, davon waren drei Rundtürme, der vierte war eckig. Es ist der heutige Zugang zum inneren Burghof. Über dem Durchgang kann man noch gut die Rollen für eine Zugbrücke erkennen. Denn bei Gefahr wurde nicht nur das Tor geschlossen, sondern es wurde auch noch eine Brücke über den Wassergraben hochgezogen. Dafür war es notwendig, dass dieser Turm viereckig konstruiert wurde. So war man halbwegs sicher in den eigenen vier Wänden.

Die Türme haben einen ungefähren Abstand von 30 Metern, das reichte, um damalige Angreifer abzuwehren, deren Bogen geschosse eine Reichweite von rund 20 Metern hatte. Das Ganze war natürlich noch mit hohen Steinmauern gesichert, in die das Herrenhaus und die Wirtschaftsgebäude integriert waren.

Der Rittersitz wurde schon im ältesten Kalendarium der Pfarrkirche St. Peter und Paul (1374) mehrfach als „Castrum Huys“ erwähnt. Im 16. Jahrhundert wurde die Burg durch eine Vorburg erweitert. Der Torbau mit großem rundbogigen Portal ist auch heute noch der Zugang

— Anzeige —



„de Domo“, das über mehrere Jahrhunderte die Burg bewohnte, lässt sich Anfang des 14. Jahrhunderts urkundlich nachweisen. Die Ritter zum Haus übten ganz unterschiedliche Ämter aus. Daraus entstanden zahlreiche Kontakte zur herzoglichen

Die Anlage war und ist immer auch ein beliebtes Motiv für Fotografen und Maler. Der Nord-Ostturm war bis vor wenigen Jahrzehnten eine Ruine mit klaffendem Riss im Gemäuer.

Regierung und auch zur Stadt Ratingen. So besaßen sie z. B. in der Pfarrkirche St. Peter und Paul im Chor eine Erbbegräbnisstätte. Die Pfarrer von St. Peter und Paul mussten vom 14. bis 17. Jahrhundert mittwochs und freitags in der Kapelle der Burg die heilige Messe lesen. Wo diese Kapelle im Burggelände war, ist heute nicht mehr festzustellen. Vom 17. Jahrhundert an wurde die Messe dann in die Hauser Kreuzkapelle verlegt, ein barocker Kapellenbau oberhalb der Burg und außerhalb des eigentlichen Burggeländes – am heutigen Hauser Ring.



Das Ganze lag in einem breiten, schönen Wassergraben. All das kann man noch sehr gut erkennen. Nur haben die Gebäude eine andere Nutzung bekommen: So

ist etwa die große Scheune am Ende der Vorburg heute ein wunderschöner Konzertsaal.

Das Rittergeschlecht „zum Haus“ oder „van me Huys“ oder

Von den vielen Namensträgern (zum Haus) sei nur einer erwähnt, nämlich: Johann zum Haus. Er spielte in der Landesgeschichte des 15. Jahrhunderts eine bedeutende Rolle. Er war Marschall des Herzogtums Berg. In dieser Eigenschaft wurde er reich und hatte großen Einfluss auf die Geschichte des Landes. So konnte er zum Beispiel den Herzog Gerhard in Geldfragen beraten und damit auch Vorteile für sich selbst ziehen. Später griff die Herzogin Sophia mehrfach ein, als ihr Mann schwer erkrankte und sie selbst die Regierungsgeschäfte übernahm. Daraus entwickelte sich ein lang

— Anzeige —



...wie auf Wolken!

**Im Einsatz für Ihre
Fußgesundheit**

podologische Fachpraxis
„wie auf Wolken“
Heike von Itter

Bahnstraße 25
40878 Ratingen

Tel: 02102 /7324 777
www.podologie-vonitter.de

anhaltender Konflikt zwischen ihr und Johann zum Haus. Das endete letztlich erst mit dem Tod der Herzogin im Jahre 1473.

In der nachfolgenden Zeit werden andere Namen mit Haus zum Haus in Verbindung gebracht: Familie von der Horst, Freiherr von Zweifel, Freiherr von Bawyr u.a. Dahinter stecken Erbschaften und Verkäufe. Schließlich konnte 1783 Antonius Franz Reichsgraf von Spee Haus zum Haus kaufen. Er richtete hier einen landwirtschaftlichen Betrieb ein. Das änderte sich erst wieder im Jahre 1972, als der damalige Graf von Spee die Burg der Stadt Ratingen schenkte. Die wiederum konnte sie an den Architekten Bruno Lambart (1924-2014) und an seine Ehefrau Dr. Christa Lambart im Erbbaurecht weitergeben. Jetzt erfolgte in einem Zeitraum von zehn Jahren die vollständige Restaurierung der Burganlage. Moderne Anbauten kamen hinzu, die sich aber optisch sehr geschickt in den Altbau einfügen. Mehrere Architekturpreise drücken die Wertschätzung dieser Arbeit aus. (müs)

Benutzte Literatur (Auswahl):

- Elfi Pracht-Jörns „Ratingen entdecken“, Essen 2012
- Verein für Heimatkunde und Heimatpflege (Hrsg.): Ratingen – Geschichte von den Anfängen bis 1815 (Essen 2004)
- Christa Lambart: Geschichten von der Burg – Wasserburg Haus zum Haus 1973- 1998 (Ratingen 1998)
- Jakob Germes: Ratingen im Wandel der Zeiten (Ratingen 1965)
- Heinz Büter: Aus der Geschichte der Stadt Ratingen (Angermund 1947)

Die Heinzelmännchen von Haus zum Haus

Es soll sie wirklich gegeben haben: die Heinzelmännchen von Haus zum Haus. Ähnlich wie die Geschichte von den Kölner Heinzelmännchen sollen sie nachts, wenn die Bewohner schliefen, durch die Burg gegangen sein, um zu sehen, wo es etwas zu tun gab. Da fanden sie

eine ganze Menge, was die Menschen tagsüber nicht geschafft hatten: In der Küche mussten noch Geschirr und Töpfe gespült werden, in der Nähstube fanden sie unfertige Kleider, die sie jetzt in der Nacht fertigstellten. In der Schusterwerkstatt vollendeten sie Schuhe für Groß und

— Anzeige —

Das Ratinger Brauhaus

Ein Haus mit rustikalem Flair



Das nur hier erhältliche Ratinger Alt und herzhaft rheinländische Gerichte laden alle ein, die die zünftige Atmosphäre dieser Gaststätte lieben.

Sportlich wird es auf unseren Kegelbahnen.

Zusätzlich bieten wir insgesamt fünf getrennte Räume für Ihre Feierlichkeiten an. Unser Spiegelsaal ist für bis zu 180 Personen ausgelegt. Mit eigener Bar, Tanzfläche, Licht- und Tonanlage stehen wir ohne zusätzliche Kosten zu Ihrer Verfügung.

Gastronomische Vielfalt im Glanze alter Zeiten.

Besichtigung ist jederzeit möglich, keine zusätzlichen Raumkosten.

Info und Reservierung unter: www.poensgen.net
kontakt@poensgen-gastronomie-ratingen.de



Gastronomie seit 1983

Bahnstraße 15
Ratingen-Mitte
Telefon 02102/21981
Fax 0211/4089557

Öffnungszeiten:
 Die.-Fr. ab 16.00 Uhr,
 Küche ab 16.00 Uhr
 Wochenende und Feiertage
 ab 11.00 Uhr,
 Warme Küche ab 11.00 Uhr durchgehend



Auch Ratingen hatte seine Heinzelmännchen – die Heinzelmännchen von Haus zum Haus. Foto: H. Müskens

Klein, in den Ställen versorgten sie die Tiere, in den Gärten zupften sie Unkraut und wässerten die Pflanzen. Es gab viel zu tun für die Heinzelmännchen. In der Kölner Sage stand die neugierige Frau eines Schneiders nachts auf, streute Erbsen auf die Treppe, so dass die Heinzelmännchen kopfüber herunter purzelten und für immer verschwanden. Jetzt mussten die Menschen selbst wieder alles bewerkstelligen. Im Haus zum Haus soll es ähnlich zugegangen sein. Auch hier gab es einen neugierigen Menschen, der die fleißigen Helfer über-

raschte. Es war ein Burgvogt. Dieser neugierige Mann hatte gehört, dass die Heinzelmännchen viel Gold besaßen. Deswegen wollte er sich der fleißigen Helfer bemächtigen. Er lauerte ihnen auf und trieb sie in einer Ecke zusammen. Jetzt steckte er sie alle in einen großen alten Bronztopf, um sie zu erpressen. Somit wäre jetzt Schluss mit der nächtlichen Unruhe und er bekäme das Gold. Gott sei Dank konnten die Heinzelmännchen aber aus dem Topf entwischen, als der Burgvogt sie einen Moment aus den Augen verlor. Weg waren sie!

Wahrscheinlich wussten sie von dem unterirdischen Gang, den es zwischen der Burg und der Stadt Ratingen gab. So konnten sie für immer entkommen.

Der Topf hat sich bis heute erhalten und wird im Schloss zu Heltorf aufbewahrt: ein großer, dreibeiniger Kessel aus uralten Zeiten, über deren eigentliche Verwendung man bis heute rätselt. Aber den Namen „Heinzelmännchentopf“ hat er immer noch und so wissen wir überhaupt, dass es diese kleinen Helfer wohl gegeben hat. Ob sie von hier nach Köln weitergezogen sind und dort auf die neugierige Schneidersfrau traf, ist eher spekulativ.



In Köln am Rande des Roncaliplatzes, dem Dom gegenüber, gibt es zur Erinnerung an die Geschichte von den Heinzelmännchen einen schönen, großen Brunnen. Da sind sie alle dargestellt, wie sie nachts tätig werden. Auch kommt die Frau des Schneiders mit der Lampe die Treppe herunter und vertreibt sie. Der Brunnen wurde von dem Architekten Heinrich Renard entworfen. Und bei diesem Namen sind wir wieder in Ratingen. Denn dieser Heinrich Renard hat den Erweiterungsbau von St. Peter und Paul am Ende des 19. Jahrhunderts vollendet, nachdem sein Onkel, der Baumeister Heinrich Wiethase, während der Bauphase verstorben war. Von Heinrich Renard besitzt das Kirchenarchiv eine schöne Entwurfzeichnung der Kanzel, die heute im Kirchenraum zu sehen ist.

— Anzeige —

LEBEN, WOHNEN, BEGEGNEN
in Ratingen wird mit unserer Hilfe noch wertvoller!

Wohnen mit Assistenz bewahrt Ihre Selbstständigkeit 

Behindertenfahrdienst macht Sie mobil 

Hausnotruf gibt Ihnen Sicherheit 

Erste Hilfe hält Sie gesund 

Und auch sonst haben wir einiges zu bieten!

 **Deutsches Rotes Kreuz**

www.drk-ratingen.de · Hochstraße 42 · 40878 Ratingen
Tel. 021 02-251 51 · Fax 021 02-309 8093

Vor einigen Jahren haben Jungen und Mädchen der Anne-Frank-Schule in einem Musical die Geschichte von den Heinzelmännchen in der Stadthalle aufgeführt und dafür viel Applaus bekommen. Teil des Musicals war das Lied von Heinz Hülshoff, dem singenden Wirt, das er über diese Geschichte getextet und komponiert hatte.

Hier der für das Musical leicht veränderte Refrain-Text:

Die Heinzelmännchen von Haus zum Haus,
Sie kennen sich mit deinen Sorgen aus.
Sie kommen des Nachts angerannt,
Bist du gestresst, abgespannt.
Denn: Die Heinzelmännchen von Haus zum Haus
Geh'n wachsam schauend durch Garten und Haus,
Und tut dir was weh, hast du irgendwie Pein:
Dann lass mich dein Heinzelmännchen sein.

Die Kinder ergänzten den Refrain durch einen Rap:

1. Nun habt ihr's vernommen,
in Köln hat's begonnen.
Doch dort war es dann leider aus.
Es ging aber weiter,

und das stimmt uns heiter,
in Ratingen sind sie zu Haus.

2. In uralten Schriften
stand's mit Kohlestiften.
Tatsächlich war dort zu lesen:
Die Männchen, die kleinen,
die trösten beim Weinen
und sind in der Burg oft gewesen.

3. Es gibt in der Näh'
ein Schloss von Graf Spee
und dort einen Heinzelmännchenkessel.
Sie haben gebrasselt,
gesägt und gerasselt.
Die Großen, die gähnten im Sessel.

4. Und so wird es bleiben
wie zu alten Zeiten:
Du kannst mir ein Heinzelmännchen sein.
Und du bist für mich da,
und ich bin für dich da,
ganz gleich, ob ich groß oder klein.

(müs)

— Anzeige —



PFLEGEUNION

Ambulant sicher versorgt

Nur 3 Schritte zur bestmöglichen ambulanten Pflege:

- ✚ Kontaktaufnahme
- ✚ Kostenlose und unverbindliche Beratung
- ✚ Wunschleistungen buchen

02102/101 62 95



Kardiologe und Geriater verstärkt das Team

Konstantinos Chondros bereichert als Kardiologe und Geriater das Ärzteteam um Chefärztin Sonja Baumgard im Marien-Krankenhaus. „Ich freue mich, dass wir mit Konstantinos Chondros einen ausgewiesenen Spezialisten auf dem Gebiet der Kardiologie und Altersmedizin gewinnen konnten“, sagt Krankenhaus-Geschäftsführer Alexander Hammer (Foto links). „Damit bauen wir unsere medizinischen Kompetenzen weiter aus.“

Auch Chefärztin Sonja Baumgard freut sich auf den neuen Oberarzt: „Mit ihm möchten wir uns hier in Ratingen insbesondere in der geriatrischen Versorgung weiterentwickeln. Zudem

wird er mit unserer langjährigen Oberärztin zusammenarbeiten, die die Leitung der Subsektion Kardiologie übernimmt.“ Und auch die Zusammenarbeit mit der Unfallchirurgie soll beispielsweise durch geriatrische Visiten weiter vorangetrieben werden.

Chondros ist Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie mit der Zusatzbezeichnung Geriatrie. „Ich freue mich sehr darauf, mich mit meiner fachlichen Expertise in die medizinische Versorgung der Ratinger Bevölkerung einbringen zu dürfen“, sagt der 49-Jährige, der in Ratingen wohnt.

„Mit der Etablierung und dem



Foto: SMK R

Ausbau der zusätzlichen geriatrischen Kompetenz verfolgen wir das Ziel, den Gesundheitszustand unserer älteren Patienten noch zielgerichteter zu verbessern. Wir wollen Selbstständigkeit und Lebensqualität im Rahmen ihres Aufenthaltes bei uns erhalten oder so weit wie möglich wiederherstellen“, erklärt Alexander Hammer.

— Anzeige —



AUFSTEIGEN UND ABFAHREN

Werden Sie mobil
mit dem stabilen

MoVi~

zum Stehen
oder Sitzen

www.tuenkersscooter.de

 **TÜNKERS**[®]
Erfindergeist serienmäßig.

Rätsel

Wer weiß es?

- 1. Unter welchem Namen ist der Mount Godwin Austen besser bekannt?**
A: Kilimandscharo
B: Tafelberg
C: Pinatubo
D: K 2
- 2. „Sieh da, sieh da, Timotheus, die Kraniche des ...“?**
A: Ibykus
B: Octopus
C: Homunculus
D: Kumberness
- 3. Was bedeutet „carpe diem“ sinn- gemäß?**
A: bissiger Hund
B: Nutze den Tag
C: Gott sei Dank
D: Sei begrüßt
- 4. Was man „in petto“ hat, das hat man wörtlich übersetzt...?**
A: in der Brust
B: in der Hosentasche
C: im Hinterkopf
D: im Ärmel
- 5. Gegen wen gewann Borussia Mönchengladbach im Mai 1978 ein Bundesligaspiel mit 12:0?**
A: Hamburger SV
B: VfB Stuttgart
C: MSV Duisburg
D: Borussia Dortmund
- 6. In welchem Jahr konstituierten sich die Grünen als Bundespartei?**
A: 1978
B: 1979
C: 1980
D: 1981

Auflösung nächste Seite

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

mit freundlicher Unterstützung von www.sudoku-aktuell.de

	16	19		12	8			9	11
14			5			20	4		
8			24				14		
	3	3			7				
8				19				16	4
29				13			14		
		15				6			
	10					4			
	9				11	10			9
10			6				14		
16				17			3		

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

	16	19		12	8		9	11		
14	9	5	5	4	1	20	4	1	3	
8	7	1	24	8	7	9	14	6	8	
	3	2	1		7	4	1	2		
8	1	3	4	13	8	7	4	16	4	
29	2	8	3	7	9	14	7	4	3	
		15	5	3	7	6	2	3	1	
	10	7	2	1	11	10	4	3	1	9
10	2	8	6	2	3	1	14	6	8	
16	7	9		17	8	9	3	2	1	

Lösungen

- 1 D (K 2)
- 2 A (Ibykus)
- 3 B (Nutze den Tag)
- 4 A (in der Brust)
- 5 D (Borussia Dortmund)
- 6 C (1980)

— Anzeige —

TESTSIEGER

Stiftung Warentest **GUT (2,0)**
TOPRO Troja 2G Premium

test

Im Test:
 12 Rollatoren,
 davon 2 mit
 GUT (2,0)
 Ausgabe 3/2019
www.test.de

19YS65

HÖFGES
K+OCH
 Ratinger Sanitätshaus

Machen Sie die
 Probefahrt!



7 Jahre
 Garantie

Gratis Rollator - Sicherheitscheck
 Bremsen, Griffhöhe, Funktionskontrolle
 und Tipps für ein besseres Handling

Sanitätshaus Höfges & Koch
 Calor - Emag - Str. 5 40878 Ratingen Tel. 02102 - 22144
 Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9°° - 18°° Samstag 9°° - 13°°

Zeit für die Gemeinschaft spenden

Ehrenamt: Es gibt so viele Möglichkeiten sich einzubringen

Wir brauchen das Ehrenamt! Diese Feststellung machen wir, wenn wir Tag für Tag unsere Umgebung aufmerksam betrachten. Dies beginnt im Kleinen bei der nachbarschaftlichen Hilfe und endet beim professionellen ehrenamtlichen Einsatz bei Notfallseelsorge, freiwilliger Feuerwehr und in der Hospizarbeit – besonders in Krisenzeiten. Das sah man zuletzt bei der Coronapandemie und aktuell bei der Versorgung der ukrainischen Kriegsflüchtlinge.

Die Mehrheit der Ehrenamtlichen in Deutschland ist über 50 Jahre alt. Das sind also die Vor-Ruheständler, die ihre Freizeit sinnvoll nutzen möchten in dem sie eine „Zeitspende“ geben. Jedoch wissen viele nicht, wem sie ihre Zeit „spenden“ können. Diese noch ungeschlossenen Spenderinnen und Spender finden die richtigen Ansprechpartner*innen bei der Miteinander. Freiwilligenbörse Ratingen. Dort werden sie verbandübergreifend beraten und auch vermittelt. Die Kontaktaufnahme ist unkompliziert: Einfach eine Mail schreiben an info@freiwilligenboerse-ratingen.de oder anrufen unter 02102/711 6854. Dann werden die Mitarbeiter*innen des Vermittlungsteams Kontakt mit Ihnen aufnehmen. Wer noch etwas warten möchte, hat bei der „Meile des Ehrenamtes“ am Samstag, 17. September, von 10 bis 13.30 Uhr die Möglichkeit, auf dem Kirchplatz St. Peter und Paul das emsige Team kennenzulernen und sich beraten zu lassen.

Die Miteinander.Freiwilligen-



„Wir haben aus dem Modell einmal alle ehrenamtlichen Leistungen herausgerechnet.“ Karikatur: Thomas Plaßmann

börse Ratingen bietet in nächster Zeit folgende Infoveranstaltungen:

► **Donnerstag, 23.06., 17 – 19 Uhr:** Erfahrungsaustausch und Infoveranstaltung zu dem Thema „Senioren-sicherheit – Enkeltrick und Co.“ Kriminalhauptkommissarin **Ilka Steffens** von der Kreispolizeibehörde Mettmann berät.

► **Donnerstag, 25.08., 17 – 19 Uhr:** Infoshop zum Thema „Hasskriminalität und Zivilcourage“. Zu diesem Thema berichten die Polizeihauptkommissarinnen **Kristin Schöffl** und **Stefanie Lösing** von der Kreispolizeibehörde Mettmann.

► **Donnerstag, 08.09., 17 – 19 Uhr:** Infoshop zum Thema **Tipps und Tricks zur Hausaufgabenbetreuung.**

Die Veranstaltungen finden statt im Konferenzraum des SkF Ratingen, Düsseldorf Straße 40. Anmeldungen: engagement@freiwilligenboerse-ratingen.de

Woche des Ehrenamtes

- 12.09., 18-19 Uhr: Ökumen. Gottesdienst zur Eröffnung der Woche des bürgerschaftlichen Engagements in der Ev. Stadtkirche, Lintorfer Str. 18.
- 15.09., 17-19 Uhr: Workshop: Aktuelles Vereins- und Steuerrecht mit RA Michael Röcken – gemeinsam mit der VHS. Poststr. 23, Raum 202. Anmeldung: vhs@ratingen.de.
- 15.09., 17-19 Uhr: Infos rund um das Ehrenamt in Ratingen im Konferenzraum des SkF Ratingen, Düsseldorf Straße 40. Anmeldungen an: engagement@freiwilligenboerse-ratingen.de
- 17.09., 10-13.30 Uhr: Meile des Ehrenamtes auf dem Kirchplatz St. Peter und Paul und auf dem Rathausvorplatz.

So gibt's die Energiepauschale auch für Rentner

Der Bundesrat hat der Energiepauschale in Höhe von einmalig 300 Euro „für alle aktiv tätigen Erwerbspersonen“ zugestimmt: Sie werden noch im Jahr 2022 einmalig eine Energiepreispauschale in Höhe von 300 Euro als Zuschuss zum Gehalt ausgezahlt bekommen. Ausgeklammert sind dabei Rentner, was schon oft kri-

tisiert wurde. Rüstige Rentner können aber über einen Umweg an die Pauschale kommen – wenn sie (vorübergehend) einer Beschäftigung nachgehen.

Inzwischen kursieren Tipps in den Medien, dass es ausreicht, eine Stunde für zwölf Euro die Enkelkinder zu hüten, sich das Geld überweisen zu lassen und in der

Steuererklärung anzugeben. Das würde dann schon zum Empfang der Pauschale berechtigen. Experten sind skeptisch: Denn gerade Verträge zwischen nahen Angehörigen werden vom Finanzamt ganz genau unter die Lupe genommen und geprüft. Und eine einzige Stunde die eigenen Enkel babysitten, dürfte kaum als Beschäftigungsverhältnis anerkannt werden. Wer aber ständig auf Enkel aufpasst, Rasen mäht, beim Bügeln oder Putzen hilft, sollte sich als Haushaltshilfe anstellen lassen. Die Eltern melden Opa oder Oma über das Haushaltsscheckverfahren bei der Minijob-Zentrale an. Die zieht zweimal im Jahr geringe Steuer- und Sozialabgaben ein vom Arbeitgeber, also hier von den Eltern.

Oder man nimmt für zwei oder drei Monate anderswo einen Minijob an. Man muss ja nicht so viele Stunden arbeiten, dass man auf 450 Euro kommt. Aber zweimal die Woche zwei Stunden am Stand auf dem Biomarkt oder bei einer Hausaufgabenbetreuung aushelfen, können eine nette Abwechslung sein, ein bisschen Geld in die Kasse spülen – und zur Energiepreispauschale verhelfen.

Eine zweite Möglichkeit wäre, in der Steuererklärung Einnahmen aus einer selbstständigen Tätigkeit anzugeben. Vielleicht engagieren Sie sich freiberuflich gelegentlich als Dolmetscher oder gehen einer unterrichtenden oder erziehenden Tätigkeit nach? Dafür braucht man keine Gewerbeanmeldung und muss auch sonst keinen großen Aufwand betreiben.

— Anzeige —



**Wir pflegen nicht nur Menschen.
Wir pflegen auch Beziehungen.**

Perspektive Mensch – seit 175 Jahren.

Haus Bethesda-Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz

Haus Bethesda liegt auf dem weitläufigen Gelände des Fliedner Krankenhauses in Ratingen. Die fünf Wohngemeinschaften bieten 52 stationäre Plätze für Menschen mit Demenz.

► Wohngemeinschaften

Im Mittelpunkt steht der an Demenz erkrankte Bewohner. Die Wohngemeinschaften (52 Plätze) bieten die nötige Normalität.

► Vertrauensvolle ganzheitliche Pflege

Ein qualifiziertes, gerontopsychiatrisch geschultes Pflorgeteam gewährleistet eine bedürfnisorientierte individuelle Pflege.

► Eingestreuete Kurzzeitpflege

Bei zur Verfügung stehenden freien Plätzen ist eine Kurzzeitpflege für Menschen mit Demenz möglich.

► Betreuung in der Häuslichkeit

Dieses Entlastungsangebot ist für pflegende Angehörige.

Haus Bethesda-Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz

Gisela Neldner (Einrichtungsleitung) • Thunesweg 58 • 40885 Ratingen
Telefon: (02102) 30 37 00 • info.haus-bethesda@fliedner.de



Aus Ernas Sicht

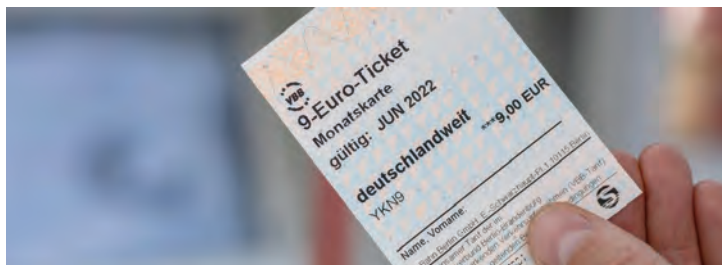
Trotz der bewegten Zeiten auch die kleinen Freuden genießen

Die Sonne scheint und ich sitze mit aufgeklapptem Laptop auf meinem „blumigen“ Balkon und überlege mir, was ich Euch alles berichten kann. Dies ist in diesen bewegten Zeiten nicht so einfach. Aus meiner Sicht gehen die Tage wie im Fluge vorbei, und so ist es auch mit den Ereignissen, die uns beglücken und belasten.

Zum Abschluss meines letzten Briefes an Euch hatte ich die Hoffnung, dass die Kämpfe in der Ukraine bald beendet sind. Dies ist nun fast 100 Tage her und die täglichen Berichte lassen kein Ende dieses Gemetzels erkennen. Jeden Abend bete ich, dass die Verantwortlichen nun schnell zu einem gütlichen Ende kommen. Dabei sind meine Gedanken besonders bei den Kindern, die unter dem „Streit“ der Erwachsenen leiden müssen. Sehr viele ukrainische Mütter sind mit ihren Kindern auch nach Ratingen gekommen und wurden hier sehr gut aufgenommen, untergebracht und versorgt. Auch in dieser Zeit zeigt sich wieder, wie unentbehrlich das ehrenamtliche Engagement ist, um solche sozialen Kraftakte stemmen zu können.

Aus den unterschiedlichsten Gründen, die uns tagtäglich in den Medien dargestellt werden, wirken sich die Folgen des Krieges auf uns tägliches Leben aus. Unsere Regierung versucht diese Einbußen durch verschiedene Maßnahmen abzufedern. Eine davon ist die Einführung des 9-Euro-Tickets,

das für die Monate Juni bis August gilt. Diese drei Tickets zum Preis von jeweils neun Euro habe ich mir direkt gekauft. Nun plane ich verschiedene Fahrten mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu Zielen, die ich mit meinem Pedelec nicht erreiche und für die mir das Ticket zu teuer ist. So zum Beispiel nach



Bonn, Köln und Koblenz, aber auch in schöne Städte im Ruhrgebiet und am Niederrhein. Über meine Reisen werde ich dann berichten.

Ein Bekannter erzählte mir, dass die Stadt Monheim am Rhein,

nicht weit von uns, ihren Bewohner*innen dieses Ticket schenkt. Seit dem 1. April – kein Scherz – gibt es dort die „Monheim-Card“, mit der man alle öffentlichen Verkehrsmittel in Monheim und Langenfeld nutzen kann. Obendrein gibt es jetzt automatisch dieses 9-Euro-Ticket. Das ist doch eine tolle Idee für die Mobilität unserer Nachbarn. Mal sehen, ob es solche Überlegungen auch für Ratingen geben wird. Die „Ratingen Card“ gibt es ja schon, jedoch mit einer sehr schmalen Ausstattung.

Apropos Ehrenamt. Das emsige Team der Miteinander.Freiwilligenbörse Ratingen hatte alle ehrenamtlich Engagierten unserer Stadt zu einer Veranstaltung „Engagiertes Ratingen – Neustart miteinander“ eingeladen.

— Anzeige —

ELEKTRO RILL
Elektro - Hausgeräte
Tel. 0 21 02 / 87 22 75

MENS
iele
EFF
AEG

Verkauf und Kundendienst
Ganz in Ihrer Nähe
An der Lilie 1, 40878 Ratingen

Wir sind für Sie da !

der“ in die Stadthalle eingeladen. Als aktive Nachbarschaftshelferin habe ich auch teilgenommen und einen sehr kurzweiligen und informativen Abend mit Musik, Kabarett, Kunst und guten Gesprächen genossen. Eine sehr gute Idee für ein „Danke“ an unsere unbezahlten Helferinnen und Helfer, die unsere Gesellschaft zusammenhalten.

Wenn Ihr unsere Rateringer Seniorenzeitung in den Händen haltet, ist es (fast) Sommer. Der kalendrische Sommeranfang ist am 21. Juni um 11.13 Uhr und somit auch die Sommersonnenwende. Danach werden die Tage langsam wieder kürzer.

Also: Genießt die Zeit und bleibt gesund!

Eure Erna

TuS 08 bietet wieder „Sport im Park“

Seit Mai bietet der TuS 08 Lintorf wieder ein kostenloses Sportprogramm im Lintorfer Drupnas-Park an. Montags findet um 10 Uhr Qi Gong und donnerstags um 9 Uhr Rückenfit statt.

Zu diesen Angeboten sind nicht nur TuS-Mitglieder, sondern alle Lintorfer Bürgerinnen und Bürger herzlich eingeladen.

Ab Juni wird das Outdoor-Angebot durch ein Training im Dr.-Wolff-Outdoor-Campus, der direkt vor dem Gesundheitszentrum „TuSfit“ an der Brandsheide 30 installiert ist, ergänzt. Diese Einheit findet immer freitags um 11:30 Uhr statt. „Draußen.Gesund.Trainieren.“ Unter fachkundiger An-



leitung kann dort ein effektives Ganzkörpertraining durchgeführt werden. Mitzubringen sind bequeme Sportkleidung und ein großes Handtuch.

Weitere Fragen werden unter 02102 / 740 05-0 beantwortet.

— Anzeige —

Hausnotruf Düsseldorf. Hilfe auf Knopfdruck.



Mit dem Hausnotruf ist Hilfe nur einen Knopfdruck entfernt. Für ein sicheres Gefühl zu Hause, jederzeit. Mehr Infos:



www.hausnotruf-duesseldorf.de
per Telefon: **0211 2299 - 2500**
oder per Mail: info@drk-duesseldorf.de

 **Deutsches
Rotes
Kreuz**

DRK-Rettungs-
und Einsatzdienste
Düsseldorf gGmbH

Mit Ping Pong gegen Parkinson

„Ping Pong Parkinson (PPP) ist Medizin ohne Rezept“ erklärt Manfred Evers vom Vorstand der Volkssolidarität Ratingen e.V. den Grund, warum Ping Pong angeboten werden soll. Die sportliche Betätigung mache Spaß und helfe gegen die Beschwerden der typischen Parkinson-Symptome. Diese sind eine steifere Muskulatur, die Verlangsamung von Bewegungen oder auch das Zittern der Hände. All diese Erscheinungen der Krankheiten, die durch den langsamen Verlust von Nervenzellen gekennzeichnet ist, lassen sich zeitweise mit dem Tischtennis bremsen. Selbst der Tremor (Zittern) der Hände kann nachlassen, sobald die Spieler den Schläger in den Händen halten. Bei einigen ist dieser Effekt bis zum nächsten Tag, bei anderen nur für die Zeit des Trainings eingetreten.

„Mittlerweile gibt es bundesweit circa 100 Ping Pong Parkinsongruppen mit steigender Tendenz“, hat sich Evers erkundigt. Wichtig sei, dass wirklich Ping Pong gespielt werde und kein Wettkampf. „Ziel ist es, dass der Ball möglichst oft hin und her gespielt wird. Es soll ein Miteinander und kein Wettkampf sein“, so Evers.

Die Volkssolidarität Ratingen strebt diesbezüglich eine Kooperation mit der BSG Ratingen an. Angedacht ist auch, einen Fachvortrag zu dem Thema PPP anzubieten. Wer also Interesse an dieser sportlichen Betätigung hat, kann sich per Mail unter ratingen@volkssolidaritaet.de oder telefonisch unter 02102-8762202 (Anrufbeantworter) melden.

Demenzinitiative zieht aus

Die Rater Demenzinitiative – ein bewährtes Angebot des Fliedner-Krankenhauses und der Stadt – hat zum Mai die Kündigung für die Räumlichkeiten in der Wallpassage erhalten. In der Passage soll ein großes geriatrisches Zentrum entstehen. Bis neue Räumlichkeiten gefunden sind, wird das Team der Familien Pflege die Aufgaben übernehmen. „Die Schnittmengen sind seit jeher groß und das Team hat sogar einen weiteren Pluspunkt,

es kann die Beratungen in der Häuslichkeit anbieten“, sagt Verwaltungsleiter Jens Hauschild. Kosten entstehen dabei keine, die Beratungen sind Kassenleistungen. Erreichbar sind die Demenz-Experten über Pflegetrainer Frank Görgen unter der Mobilnummer 0151/72 63 13 82 oder per Mail frank.goergen@fliedner.de und Burkhard Völker unter 0151/72 62 92 62 oder per Email burkhard.voelker@fliedner.de.

— Anzeige —



Wir kommen auch zu Ihnen! Hörgeräteversorgung bei Ihnen daheim!

Wir sind in Ratingen, Lintorf und Umgebung für Sie da ...

GUT HÖREN

HörLiebe...

GUT HÖREN Ratingen GmbH
Lintorfer Str. 11
40878 Ratingen
Tel. 02102 - 9296577

GUT HÖREN Lintorf
Konrad-Adenauer-Platz 6
40885 Ratingen
Tel. 02102 - 7060505



Inh. M. Janitzky

Spannender Blick auf die Ukraine

Seit dem Angriffskrieg Russlands gegen die Ukraine haben viele Menschen das Bedürfnis, sich über das Land Ukraine, seine Menschen und seine Kultur zu informieren. Es geht ihnen um die Hintergründe der jetzigen Situation in der Ukraine. Das aktuelle Kriegsgeschehen wird ja in den Medien ausführlich geschildert.

Der Journalist Jens Mühling hat sich in seinem Buch „Schwarze Erde“ in Interviews beeindruckende Lebensgeschichten erzählen lassen und 2018 Schilderungen aktueller politischer Einstellungen festgehalten. Dadurch ist ein

sehr buntes Bild von Nachfahren der Kosaken und Tataren, von Soldaten, Stalinanhängern, Volksdeutschen, Juden, Nationalisten und Archäologen entstanden. Der Autor bringt der Leserschaft die Geschichte der Ukraine an persönlichen Schicksalen nahe. Man versteht die Einflüsse auf die einzelnen Landesteile durch die Grenzverschiebungen der letzten Jahrhunderte. Kurioserweise hatten zum Beispiel Men-

schen in Czernowitz im Laufe ihres Lebens im gleichen Haus lebend, drei verschiedene nationale Pässe. Das habsburgische Österreich, Polen-Litauen und Russland haben ihre Spuren hinterlassen.

Die einzelnen Kapitel des Buches sind gut auch für sich lesbar. Anrührende Lebensgeschichten und anekdotische Berichte wechseln ab mit harten politischen Bekenntnissen. Der Autor reiste 2018 mutig zu umkämpfte Grenzen im Donbass,



— Anzeige —

**SANKT
MARIEN
SENIOREN
HAUS**

**Heimat für
Senioren**

im St. Marien Seniorenheim und
Seniorenzentrum Marienhof

sankt-marien-ratingen.de/seniorenhaus

St. Marien-Krankenhaus GmbH
Werdener Str. 3 | 40878 Ratingen
Tel: 02102/851-0
Mail: info@sankt-marien-ratingen.de



Rechtzeitig vorsorgen

zu Schmugglern an anderen Grenzen und interviewte gewaltbereite Männer.

Die Schilderung des Problems der beiden Sprachen im Land und unterschiedliche kulturelle Hinweise, auch im Hinblick auf das Verhältnis zu Russland im Laufe der Zeit, runden das Bild der Ukraine für den Leser ab. Dieses Taschenbuch geht mit seinen knapp 300 Seiten weit über einen bloßen Reisebericht hinaus. (JS)

► **Jens Mühling „Schwarze Erde“**
Rowohlt Taschenbuch
ISBN: 978-3-499-63156-6
288 Seiten, 12 Euro

Selbstbestimmt zu leben und Entscheidungen zu treffen, ist für viele Menschen eine Selbstverständlichkeit. Wer sich wünscht, das auch am Lebensabend zu tun, muss sich rechtzeitig mit existenziellen Fragen auseinandersetzen – und seine Wünsche und Vorstellungen in den Verfügungen und Vollmachten festlegen. Welche Verfügung was regelt und wie eigene Wünsche und Vorstellungen zuverlässig und ohne großen Aufwand

festgehalten werden, zeigt der Ratgeber „Das Vorsorge-Handbuch“ der Verbraucherzentrale. Mit einfachen und klaren Erläuterungen sowie bewährten Formularen, Textbausteinen und Musterbeispielen führt der Weg zur passgenauen Patientenverfügung sowie zur Vorsorge- oder Betreuungsverfügung. ► „Das Vorsorge-Handbuch“, 7. Auflage 2022, 200 Seiten, 14,90 Euro im Online-Shop unter www.ratgeber-verbraucherzentrale.de



— Anzeige —

Die Ratinger Bäder sind ein Betriebszweig Ihrer Stadtwerke Ratingen.

Stadtwerke Ratingen
Echt. Gut. Leben.

Sommer, Sonne, Badespaß
– im Freibad Angerbad!

E-Ticket buchen unter
baedershop.stadtwerke-ratingen.de

Das Allerletzte

Mit dem Auto direkt zum Flieger?

Eine 57 Jahre alte Autofahrerin hat am Düsseldorfer Flughafen freie Fahrt auf das Rollfeld verlangt. Sie habe einen Flug nach Spanien gebucht und wünsche, mit ihrem Auto direkt zum Flugzeug zu fahren, gab die Frau zum Besten. Als der Wachmann am Zufahrtstor zögerte, sei die resolut auftretende Dame aggressiv geworden, teilte die Polizei mit. Dann habe der Flughafenmitarbeiter eine Alkoholfahne bei ihr wahrgenommen. Der Verdacht bestätigte sich bei der anschließenden Überprüfung durch die Polizei: Der Atemalkoholtest habe mehr als ein Promille angezeigt. Ein Flugticket oder Gepäck konnte die Frau nicht vorweisen. Ob sie im Flieger „nachlösen“ wollte, blieb unklar. Die Dame musste 900 Euro Sicherheitsleistung hinterlegen, ihren Autoschlüssel und eine Blutprobe abgeben. Obendrein wurde ein Strafverfahren gegen sie eingeleitet.

**Ihr kompetenter Ansprechpartner
in allen Fragen der Gesundheit**

Arkaden
Apothek
Kappus
**Gesund werden –
fit bleiben!**

Schwerpunktapotheke Diabetes!

Telefon: 02102 - 28 2 28

Oberstraße 51
40878 Ratingen



Beerdigungsinstitut
Krämer
Inh. G. Kammann GmbH

**Der Tod ist nichts, was die
Menschen trennt, sondern sie
in Liebe und Trauer vereint.**

Tag & Nacht (02102) 2 25 51

Düsseldorfer Str. 18-20 · Eggerscheidter Str. 4-6 · Jenaer Str. 30 a · www.kraemerratingen.de

Öffnungszeiten & Notdienste

Öffnungszeiten Büchereien:

Medienzentrum – Hauptstelle

Dienstag: 10 bis 18 Uhr
Mittwoch: 10 bis 18 Uhr
Donnerstag: 10 bis 19 Uhr
Freitag: 10 bis 18 Uhr
Samstag: 10 bis 14 Uhr

Peter-Brüning-Platz 3
Telefon: 550 - 4128

Stadtteilbibliotheken:

Hösel: Telefon: 550 - 4160
Homberg: Telefon: 550 - 4170
Lintorf: Telefon: 550 - 4145
West: Telefon: 550 - 4111

Öffnungszeiten

Montag, Dienstag
Mittwoch, Freitag
Donnerstag:
Samstag:
Telefon: 550 - 3
Rathaus: Minor

Öffnungszeiten

Der Demenzladen in der Wallpassage 30 ist wie folgt geöffnet:

Montag: 13 bis 17 Uhr
Dienstag: 9 bis 13 Uhr Fam. Pflege
13 bis 16 Uhr – Gedächtnis-
sprechstunde (nur nach telefoni-
scher Vereinbarung)
Donnerstag: 9 bis 13 Uhr
jeden 2. und 4. Samstag im Monat
10.30 bis 12.30 Uhr

Infos:

Telefon: 0170 - 91 70 043

Für Blinde und Sehbehinderte:

Der Blinden- und Sehbehindertenverein Ratingen bietet für Mitglieder und Nichtmitglieder an jedem ersten Donnerstag im Monat im Demenzladen der Fliedner-Stiftung, Wallpassage 30, eine kostenlose Beratung an.

Anmeldung unter Telefon 732 460

Öffnungszeiten Schwimmbäder:

Hallenbad-Mitte (September bis Mai)

Montag: 13 bis 14 Uhr
(Damen)
14 bis 15 Uhr
(Senioren)
Dienstag: 6.45 bis 21 Uhr
Mittwoch: 6.45 bis 17 Uhr
Donnerstag: 6.45 bis 21 Uhr
Freitag: 6.45 bis 19 Uhr
Samstag: 7.00 bis 13 Uhr
Sonntag: 7.00 bis 13 Uhr

Freibad-Mitte (Mai bis September)

Montag bis
Samstag: 6.45 bis 22 Uhr
Sonntag: 6.45 bis 20 Uhr

Saunawelt im Allwetterbad

Montag: 10 bis 16 Uhr
(Herren)
16 bis 22 Uhr
(Damen)
Dienstag: 10 bis 22 Uhr
(Damen)
Mittwoch bis
Samstag: 10 bis 22 Uhr
Sonntag: 10 bis 20 Uhr

Seniorenrat-Hotline:

Der Seniorenrat der Stadt Ratingen ist für die Bürgerinnen und Bürgern in Seniorenfragen über die neue Hotline erreichbar. Die neue Rufnummer lautet:

0157 / 333 60 422.

Mehr Infos unter:

www.seniorenrat-ratingen.de

Notruf-Nummern:

Notarzt, Rettungsdienst: 112

bei akuten, lebensbedrohlichen oder schwersten Erkrankungen und bei Unfällen, die einen Einsatz eines Arztes vor Ort erfordern.

Ärztlicher Notdienst

Zentrale Rufnummer: 116 117

von 23 Uhr bis 8 Uhr – bei notwendigen Hausbesuchen und bei gewünschter Information über ambulante Versorgung außerhalb der Sprechstunden des Hausarztes.

Beachten Sie:

Notfallversorgung für ambulante Patienten ausschließlich in der **Notfallpraxis**, Mülheimer Str. 37
Telefon: 700 64 99

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do.: 19 bis 22 Uhr
Mi. und Fr.: 16 bis 22 Uhr
Sa., So., Feiertag: 8 bis 22 Uhr

Außerhalb der Öffnungszeiten:
Telefon 116 117 oder 112

Kinderärztlicher Notdienst

Mülheimer Straße 37
Telefon: 700 64 99

Öffnungszeiten:

Mi. und Fr.: 16 bis 19 Uhr
Sa., So. Feiertag: 10 bis 13 Uhr
und 16 bis 19 Uhr

Apotheken-Hotline

Bundesweite Rufnummer:
0800 002 2833; vom Handy ohne
Vorwahl: 22 833

Giftnotrufzentrale

Universität Bonn
Telefon: 0228 - 19 240

Augenärztlicher Notdienst

Zentrale Rufnummer: 116 117

Zahnärztlicher Notdienst

Zentrale Nummer: 0180 59 86 700

Corona-bedingt haben sich die Öffnungszeiten vieler Einrichtungen und Institutionen geändert. Was zu welchen Zeiten geöffnet ist, können Sie aus der Tagespresse oder mit einem direkten Telefonanruf erfahren.



**Füreinander.
Miteinander.**



[sparkasse-hrv.de](https://www.sparkasse-hrv.de)

Wir sind auch in
außergewöhnlichen
Zeiten an Ihrer Seite.
Ihr Anliegen ist uns
wichtig.

Sie erreichen uns
per Telefon: 02051 315-0
per E-Mail: info@sparkasse-hrv.de
sowie auf unserer Website und
in der Sparkassen-App.

Wenn's um Geld geht
 Sparkasse
Hilden • Ratingen • Velbert