

# Aus unserer Sicht

Die Ratinger Seniorenzeitung

04/2015



[www.seniorenrat-ratingen.de](http://www.seniorenrat-ratingen.de)

Unser Thema: Erinnerungen an Weihnachten

Seniorenrat in der Aktionshütte

Städtische Musikschule - die große Auswahl

Altenpflege im Blickpunkt

Neuer Wegweiser für Senioren

Dunkle Jahreszeit: Sichtbarkeit ist Sicherheit

Tipps & Termine

**KOSTENLOS!**

lesen & weitergeben!

**RATINGEN**

## Liebe Leserinnen und Leser,

als Herausgeber der Seniorenzeitung und Vorsitzender des Seniorenrates der Stadt Ratingen wünsche ich Ihnen besinnliche und gesegnete Weihnachtstage und alles Gute für das Neue Jahr.

In unserem Alter kommt der Gesundheit wohl der höchste Stellenwert für das Wohlbefinden im Alltag zu. Ebenfalls sehr wichtig ist aber auch die individuelle Situation für die soziale Teilhabe – im persönlichen Umfeld, in der Familie, im Freundes- und Bekanntenkreis in unserer lebenswerten Stadt. Denn Defizite in diesem Bereich können schnell auch gesundheitliche Beeinträchtigungen nach sich ziehen. Als Stichworte möchte ich hier unter anderem nennen: Vereinsamung, Altersdiskriminierung, Pflege und Behinderung sowie Altersarmut. Ich möchte Sie daher ausdrücklich ermutigen, den Seniorenrat und/oder auch mich persönlich und vertraulich anzusprechen, wenn Sie in diesen Bereichen Probleme haben und Rat und Hilfe suchen.

Aufgrund einer Initiative aus der Mitte des Seniorenrates hatte es im Mai diesen Jahres eine Diskussion gegeben



unter anderem über den Druck unserer Zeitung, die Akzeptanz durch unsere Leser, über die Art und Größe der Anzeigen sowie über presserechtliche Fragen, die geklärt werden mussten. Außerdem kam es im laufenden Quartal zu einem Wechsel an der Redaktionsspitze. Deshalb möchte ich Frau Friedsam sehr für ihr Engagement und ihre großen Verdienste um unsere Zeitung danken. Unserem neuen leitenden Redakteur, Herrn Dangelmeyer, zusammen mit einem engagierten Team von ehrenamtlichen Helfern wünsche ich alles Gute und viel Erfolg für die künftigen Ausgaben der Ratinger Seniorenzeitung „Aus unserer Sicht“.

Mit den besten  
Weihnachtsgrüßen

Ihr  
Helmut Freund

## Impressum

### Herausgeber:

Der Vorsitzende des Seniorenrates der Stadt Ratingen, Dr. Helmut Freund.

### Redaktion:

#### Koordination:

Dangelmeyer, Joachim (JD)

### Autoren dieser Ausgabe:

Ammerling, Maja (ma)  
Dahms, Renate (rd)  
Dangelmeyer, Joachim (JD)  
Kuklick, Helli-Brigitte (hbk)  
Kuklick, Udo (UK)  
Raßloff, Erhard (er)  
Sevenich, Paul (sev)

### Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Joachim Dangelmeyer  
c/o Seniorenrat der Stadt Ratingen  
Minoritenstraße 2-6  
40878 Ratingen  
Tel. 02102-550-5050

### Umschlagseite:

Foto: Lothar Weber „Haus zum Haus“

### Druck und Verarbeitung:

Druckerei Preuß GmbH  
Siemensstraße 12, 40885 Ratingen  
Tel. 9267-0

### Ausgabe & Auflage:

4/2015 / 5.000 Exemplare

### Redaktionsanschrift:

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

**Mail:** [ausunserersicht@gmx.de](mailto:ausunserersicht@gmx.de)

### nächster Redaktionsschluss:

12. Februar 2016  
Nächste Ausgabe: Ende März 2016

Spenden für die Herstellung der Zeitung „Aus unserer Sicht“ sind unter dem Stichwort „Seniorenzeitung“ auf das Konto bei der Sparkasse Hilden-Ratingen-Velbert möglich:  
IBAN: DE95 3345 0000 0042 1000 73  
BIC: WELADED1VEL

Auf Wunsch können auch Spendenquittungen ausgestellt werden.

Wir danken der Stadt Ratingen für ihre Unterstützung.

Der Inhalt der Artikel spiegelt nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wider.



**Neander Diakonie**  
im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann

### Pflege zu Hause – Ihre Gesundheit

Wir sind für Sie da  
24 Stunden und  
365 Tage im Jahr.

- Aktivierende Pflege**  
Wir unterstützen und fördern Ihre Fähigkeiten unter Berücksichtigung Ihrer Gewohnheiten.
- Behandlungspflege nach ärztlicher Verordnung**
- Vermittlung 24 Stunden Betreuung**
- Beratung**
- Verhinderungspflege**



|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <b>Diakoniestation Haan</b><br>Bismarckstr. 12a<br>42781 Haan<br>Tel. 02129 - 3 47 57 30 | <b>Diakoniestation Ratingen</b><br>Röntgenring 3-5<br>40578 Ratingen<br>Tel. 02102 - 95 44 34 | <b>Diakoniestation Mettmann/Erkrath/Hochdahl</b><br>Bismarckstr. 39<br>40822 Mettmann<br>Tel. 02104 - 7 22 77 | <b>Diakoniestation Hilden</b><br>Martin-Luther-Weg 1b<br>40723 Hilden<br>Tel. 02103 - 39 71 71 |
|--|---|---|--|

[www.NeanderDiakonie.de](http://www.NeanderDiakonie.de)

## Das Geheimnis der Könige

### Stadtführung auf den Spuren weihnachtlicher Bräuche

Wann wurde der Adventskranz erfunden? Wieso heißen Gasthäuser „Zu den drei Königen“ oder „In der Crone“? Seit wann werden Weihnachtsbäume aufgestellt? Warum werden an Weihnachten Geschenke gemacht? Seit wann gibt es Adventskalender? Fragen über Fragen. Auf viele gibt Ingrid Neulen jedes Jahr im Advent Antworten. Die Stadtführerin verknüpft dann einen historischen Rundgang zu den markantesten Flecken der Stadt mit den bekanntesten Weihnachtsbräuchen.

Beim Blick auf den großen Adventskranz in der evangelischen Stadtkirche erzählt Neulen die Hintergründe: Erfunden wurde der Adventskranz von dem evangelisch-lutherischen Theologen und Erzieher Johann Heinrich Wichern in Hamburg. Wichern leitete ein Waisenhaus, und da die Kinder während der Adventszeit immer fragten, wann endlich Weihnachten sei, baute er 1839 aus einem alten Wagenrad einen Holzkranz mit 20 kleinen roten und vier großen weißen Kerzen – für die Sonntage – als Kalender. Später reduzierte sich die Zahl der Kerzen auf vier.

Im Arkadenhof oder auf dem Marktplatz berichtet Neulen, was es mit den Tannenbäumen auf sich hat. Da Tannenbäume in Mitteleuropa selten waren, konnten sich diese zunächst nur die begüterten Schichten

leisten. Die ersten standen in Zunfthäusern, der Brauch breitete sich im 19. Jahrhundert schnell in Bürgerfamilien aus und zog bis in Adelskreise ein. Kerzen am Baum gab es erst viel später – sie waren einfach zu teuer, weil aus Bienenwachs hergestellt. Denn Paraffin wurde erst 1830 erfunden.



**Der Adventskranz wurde von dem Theologen und Erzieher Johann Heinrich Wichern erfunden.**

*Foto: Pixabay*

Warum heißt das Gasthaus am Markt „Zu den drei Königen“? Klar, das Hauszeichen an der Wand über der Eingangstür zeigt drei Könige. Die berühmten aus dem Morgenland? Ja, sie gelten als die Schutzpatrone der Gasthäuser, weiß Neulen. Deshalb tragen viele Gasthäuser auch oft Namen wie „Zur Krone“, „Zum Mohren“ oder „In der Crone“ – wie das Haus gegenüber dem alten Minoritenkloster.

Apropos Minoritenkloster: Das wurde von Franziskanern gegründet. Und deren Gründer, der Heilige Franz von Assisi,

war der erste, der eine lebendige Krippe „erfunden“ hat. Er ließ ein Jesuskind als Wachsfigur herstellen, lieh sich Ochs und Esel bei Bauern aus, besorgte Stroh und stellte zwei Leute als Maria und Joseph dazu.

Auf dem Weihnachtsmarkt entkräftet Ingrid Neulen die heute oft gehörte Kritik: „So etwas gab es früher nicht. Das ist doch nur Rummel und Kommerz.“ Doch das stimmt nicht. Früher sei es der Jahrmarkt gewesen, der den Leuten Vergnügen bereiten sollte. Da wurden Geschäfte gemacht, es wurde gekauft und getauscht. Geschenke gab es jedoch früher nicht. Bis zum 16. Jahrhundert war es ein rein christliches Fest. Dann bekamen nur Kinder Geschenke. Ende des 17. Jahrhunderts tauschten auch Erwachsene Präsente untereinander aus. Interessant: Ende des 19. Jahrhunderts war eine „Gebeverpflichtung“ in der Gesindeordnung festgeschrieben. Zu Weihnachten hatte der Dienstherr eine „Schenkplicht“ an seine Untergebenen. Laut Neulen war das eigentlich der Vorläufer des Weihnachtsgeldes. (JD)

**Die nächste Führung findet am Sonntag, 20. 12. 2015 um 16 Uhr statt.  
Treffpunkt:  
Dicker Turm, Turmstraße.  
Kosten: 3 Euro**

## Heilige Nacht in der Trümmerwüste

**Vor 70 Jahren: Erinnerungen an die erste Weihnacht nach Kriegsende**

„Im Dunkeln sind wir durch die Trümmerlandschaft gegangen und haben um Mitternacht in der festlich geschmückten Pfarrkirche die Christmette gefeiert. Das sind Erlebnisse, die man nie vergisst.“ Hans Müskens erinnert sich noch heute daran, wie er 1945 als Siebenjähriger das erste Weihnachtsfest nach Kriegsende in Ratingen verbracht hat. Große Teile der Innenstadt lagen da noch in Schutt und Asche.

Wie wurde im Hause Müskens damals, vor 70 Jahren, überhaupt Weihnachten gefeiert? „Das Weihnachtsfest war vor allem durch eines geprägt: das Warten auf den Vater“, erinnert sich Hans Müskens. Seit Ende 1944 hatte die Familie keinerlei Kontakt mehr zum Vater gehabt, später erfuhr man, dass er in Österreich in russische Kriegsgefangenschaft geraten war. Aber immer geisterte der Gedanke durch den Kopf, an Weihnachten könnte der Vater wieder zu Hause sein. Die Hoffnung erfüllte sich jedoch nicht.

Mutter Müskens schaffte es aber, für Hans, seine zehnjährige Schwester und ihre Tante, die mit im Haushalt lebte, so etwas wie ein „normales“ Weihnachtsfest zu organisieren. Dass die Familie überhaupt noch ein Dach über dem Kopf hatte, ist für Hans Müskens im Rückblick fast ein Wunder. Das elterliche Grundstück lag mitten in dem Bombenteppich, den die



*An Weihnachten 1945 war Hans Müskens sieben Jahre alt. Dieses Foto entstand ein Jahr zuvor – es war das letzte Weihnachtsfest mit dem Vater.*

*Foto: privat*

britischen Bomber bei ihrer dritten Angriffswelle auf Ratingen am 22. März 1945 legten. Doch das Elternhaus wurde nicht getroffen, lediglich eine Brandbombe setzte Teile des Dachstuhls in Flammen.

„Wie damals üblich hatten wir einen großen Garten mit Obstbäumen und Gemüsebeeten.“ Die Kinder halfen bei der Ernte, die Mutter kochte ein. „Im Keller standen immer so 200 bis 250 Einmachgläser.“

### **„Ein Einmachglas voll Butter war ein echter Schatz“**

Ansonsten war „organisieren“ angesagt. Der Mutter war es gelungen, einen prächtigen Wohnzimmerschrank an einen

Fleischhändler zu „verhamstern“ – dafür durfte sich die Familie einmal in der Woche ein Wurstpaket in Düsseldorf abholen. Als Glücksfall erwies sich auch der Beruf der Tante: Hutmacherin. „Sie zog mit ihren Hüten übers Land und verkaufte sie an die Bauersfrauen – gegen Naturalien. Ein Einmachglas voll Butter war schon ein echter Schatz.“ Die Milch holten die Kinder beim Bauern Paas auf dem Schimmershof – ein beschwerlicher Weg mit der schweren Kanne. Und für Brot musste man oft stundenlang anstehen.

Für das Weihnachtsessen hatte der Keller also eine gewisse Auswahl parat. Der Festtags-

braten stammte jedoch aus dem Kaninchenstall, den die Müskens wie viele andere Familien damals im Garten hatten. „Nein, Hunger hatten wir keinen, ein großes Problem war aber das Heizen“, erinnert sich Hans Müskens. Koks war knapp, die Mutter musste der Brennstoff rationieren.

„An Heiligabend und am ersten Weihnachtstag haben wir es uns gegönnt, das Wohnzimmer einmal richtig durchzuheizen.“ Sonst war es immer nur in der Küche warm. Am ersten Feiertag ging dann aber die Heizung aus: kein Koks mehr. „Die Tage zwischen Weihnachten und Neujahr haben wir fast nur im Bett verbracht. Auch Besuch wurde im Schlafzimmer empfangen“, blickt Müskens schmunzelnd zurück.

### **Zur Bescherung gab es Hausmusik**

Weihnachten, vor allem der Heilige Abend, lief in der Familie immer nach einem festen Ritual ab: Am Spätnachmittag wurden die Weihnachtsgeschichte gelesen und Gedichte aufgesagt. Zur Bescherung gab es Hausmusik: Die Mutter spielte Klavier, der Vater Geige, die Kinder sangen dazu. 1945 schmerzte das Fehlen des Vaters natürlich besonders. Damit die Kinder nicht schon vorher einen heimlichen Blick auf Geschenke werfen konnten, wurden die Glastüren des Wohnzimmers von innen verhängt. „Wehe, wenn wir lauerten, dann gab es ein Geschenk weniger“, lacht Müskens heute über die damals strengen Bräuche.

Was lag denn in dieser von Sorge und Mangel geprägten Zeit auf dem Gabentisch? „Ein

paar Kleinigkeiten zum Anziehen, ein Schal oder warme Strümpfe. Die Puppen hatten oft auch andere Kleider an und im Kaufladen gab es irgendein neues Teil.“ Schon mehrere Wochen vor Weihnachten waren auf unerklärliche Weise verschiedene Dinge aus dem Kinderzimmer verschwunden, die dann von der Mutter heimlich ausgebessert, aufgepeppt oder verschönert wurden.

### **Für die Mutter ein besticktes Deckchen**

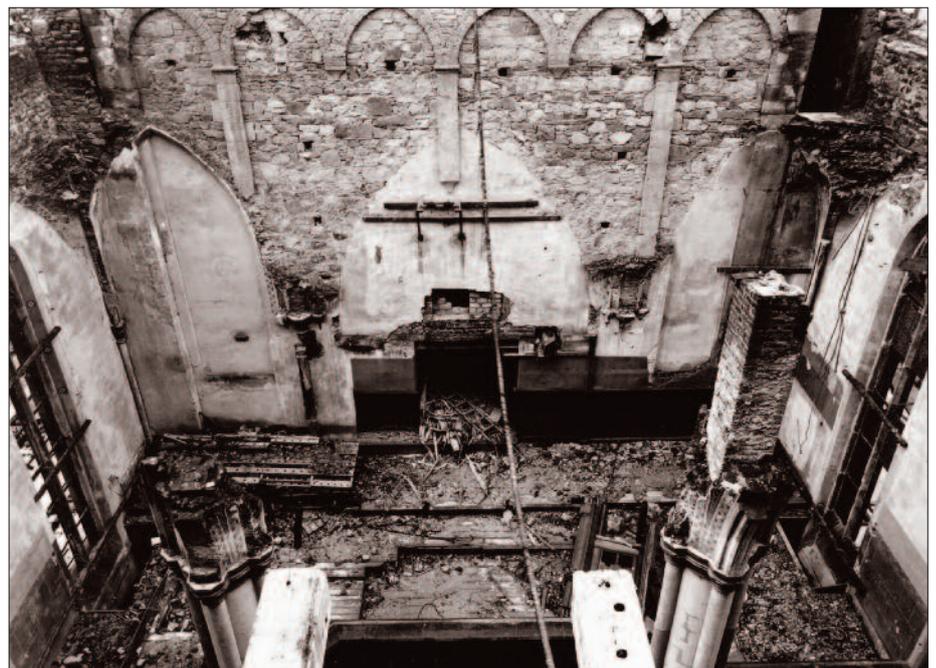
Hans' ganzer Stolz war eine Eisenbahn zum Aufziehen, die mit ihren Anhängern auf einer großen Schienen-Acht über den Wohnzimmerteppich ruckelte. „Die Mutter hatte es auch geschafft, die Schienen zusammenzustecken – und sogar einen neuen Waggon besorgt“, erinnert sich der 77-Jährige. Er weiß auch heute noch ganz genau, was er selbst damals, vor sieben Jahrzehnten, seiner Mutter geschenkt hat: ein kleines Deckchen, auf das er zwei

Glocken und einen Stern gestickt hatte.

Da die Mutter im Kirchenchor sang, brach die Familie tief in der Nacht noch zur Christmette in St. Peter und Paul auf. „Nach dem Weg durch die stockdunkle Trümmerlandschaft erschien uns die festlich geschmückte und von Kerzen erleuchtete Kirche mit ihrem Weihrauchduft wie aus einer anderen Welt.“

Die Pfarrkirche war bei den März-Angriffen schwer getroffen worden: Sprengbomben hatten den Dachstuhl und das Gewölbe im Westteil zerstört, sämtliche Kirchenfenster zerfetzt. Damit wenigstens im hinteren Teil Gottesdienst gefeiert werden konnte, wurde eine Ziegelwand zwischen den Osttürmen hochgezogen. Ein Harmonium ersetzte die zerstörte Orgel. Tannenbäume, Kerzen, Weihrauch – alles wurde irgendwie organisiert. „Man half sich ja gegenseitig – nicht nur an Weihnachten.“

(JD)



**Blick von der Orgelbühne in den zerstörten Altarraum der Pfarrkirche St. Peter und Paul.**  
Foto: Stadtarchiv

## Krumme Beine waren das Wichtigste

**Puppenwunsch aus der Kindheit wurde erst Jahre später erfüllt**

Wenn ich an Weihnachten in meiner Kindheit denke, fallen mir als Erstes tief verschneite Felder und Häuser ein. An unserem kleinen Eigenheim war dann die äußere Kellertreppe mit ihrem Zugang zum Haus zur Hälfte eingeschnitten. Draußen war es eisig kalt und in unserer Küche bollerte der Kohleofen auf Hochtouren. Meine Eltern waren sozusagen ökumenisch verheiratet und wir feierten Weihnachten nach katholischem Brauch – nach dem Glauben meiner Mutter.

Die Bescherung zum Christfest fand aus diesem Grund am Weihnachtsmorgen statt, schließlich wollte das Christkind bei seiner Arbeit nicht gestört werden.

Am Heiligen Abend kam als Erstes die Zinkbadewanne in unserer Küche zum Einsatz. Zum Abendbrot aßen wir heiße Fleischwurst mit Kartoffelsalat. In unserer Familie gab es keinerlei christliche Rituale wie zum Beispiel ein gemeinsamer Kirchgang vor dem Fest, so richtete sich meine ganze Aufmerksamkeit auf die zu erwartenden Geschenke. Ganz oben auf meiner Wunschliste stand eine große Babypuppe. Kleine, die gerade mal so groß waren, dass sie auf meine Kinderhandfläche passten, hatte ich schon mit größter Leidenschaft bestrickt. Aus Zigarrenkisten bastelte ich ihnen Himmelbettchen, und aus alten Kartons und Mehlkleister entstanden



*Manchmal gehen Kindheitswünsche erst später in Erfüllung.*

*Foto: Dahms*

zauberhafte Puppenstuben. Das Wichtigste an der neuen Puppe sollten krumme Beine sein.

An einem Weihnachtsmorgen betrat ich voller Spannung das Weihnachtszimmer. Wo war mein „Geschenkehaufen“? Aus einem lugte ein Puppenkopf heraus – er hatte eingestanzte Haare: Das musste meiner sein. Süßigkeiten oder andere Geschenke interessierten mich nicht: Ich wollte nur meine Puppe. Langsam und voller Erwartung befreite ich sie aus ihrem Versteck. Ob sie wohl krumm sind, ihre Beine? Große Enttäuschung! Meine Eltern hatten wohl vergessen, dem Christkind meinen genauen Wunsch mitzuteilen. Die Puppe,

die ich aus dem Geschenkeberg herauszog, hatte stocksteife, gerade Beine...

Geliebt habe ich diese Puppe nie, trotzdem bestrickte und behäkelte ich sie. In ihre Unterhose stickte ich ihren Namen (Marianne) und hob bei jeder Gelegenheit ihren Rock, um stolz auf mein Werk hinzuweisen.

Meinen Puppenwunsch bekam ich in der Kindheit nicht erfüllt – er lebte aber weiter in meinem Herzen. Jahrzehnte später entdeckte ich meine Traumpuppe in einem Schaufenster. Sie lag dort in einem rosa Kleidchen mit geschlossenen Augen. Wie erstarrt blieb ich vor dem Schaufenster stehen und wachte erst wieder auf, als ich auf das Preisschild schaute: 280 D-Mark

sollte dieses Prachtstück kosten. Viel zu viel für meine damaligen Verhältnisse. Also blieb sie an ihrem Platz – und ich träumte weiter.

Wieder Jahre später wurde im Kindergarten, in dem ich inzwischen arbeitete, ein Puppenkurs angeboten. Ich lernte, wie Waldorfpuppen hergestellt werden, die endlich krumme Beine bekamen. Später leitete ich selber Kurse, und immer hielt ich meine Teilnehmerinnen an, ihre Aufmerksamkeit besonders auf die Rundungen der Puppenbeine zu legen. Mein Kindertraum wurde also doch noch erfüllt. Alles braucht eben seine Zeit... (rd)

### Kein Wunder

Kein Wunder,  
dass ich Dich nicht finde  
unter all dem Glimmer in der Stadt.  
Kein Wunder,  
dass ich dich nicht finde  
unter all den Geschenken  
in Papier verpackt.  
Kein Wunder,  
dass ich dich nicht finde  
im Fettgetriebe  
einer Weihnachtsgans.  
Kein Wunder,  
wenn Kinderlachen  
durch die Dunkelheit schallt?  
Kein Wunder,  
wenn Musik das Herz berührt?  
Kein Wunder,  
wenn Hass sich  
in Liebe verwandelt?  
Kein Wunder,  
wenn das Hilflose  
zum Leben erwacht.  
Kein Wunder ... aber was?

(rd)

# Weihnachtsfeier für Alleinstehende

Der CVJM Ratingen lädt wie jedes Jahr zur Alleinstehenden-Weihnachtsfeier am 24. Dezember im evangelischen Gemeindezentrum „Haus am Turm“, Angerstraße 11. Das Fest am Heiligen Abend beginnt um 15:30 Uhr und endet um 19:30 Uhr. Geselligkeit, ein unterhaltsames Programm und das gemeinsame Essen stehen im Vordergrund. Anmeldungen unter Telefon 23 818 (Familie

Kröckertskothlen) oder als formloses Schreiben an den CVJM, Grütstraße 11, 40878 Ratingen. Besucher, die von zu Hause abgeholt und/oder abends zurückgebracht werden möchten, teilen dies bitte bei der Anmeldung mit. Es wird ein Fahrdienst bis vor die Haustüre angeboten. Langjährige Gäste der CVJM-Weihnachtsfeier erhalten auch eine schriftliche Einladung per Post.

**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 02102-3098093

**Wir können dem Leben nicht mehr Tage, aber den Tagen mehr Leben geben.**  
nach C. Saunders 

**Hospizbewegung Ratingene.V.**

Wir begleiten schwerkranke Menschen aller Altersgruppen, ihre Angehörigen und Partner in der Zeit der Krankheit, des Sterbens und der Trauer

- zuhause, im Krankenhaus, in Pflegeheimen, im Bereich „Palliative Pflege“ im St. Marien Seniorenheim
- unabhängig von der Zugehörigkeit zu einer Kirche oder Glaubensgemeinschaft
- kostenlos

Becherner Straße 1, 40878 Ratingen, Tel.: 02102/23847  
Bürozeiten: Montag-Freitag von 9:00-11:00 Uhr

## Familienweihnacht

Wie jedes Jahr komm'n ohne Frage  
ganz unverhofft die Weihnachtstage.  
Krampfhaft wird auch nachgedacht,  
welche Geschenke man wohl macht.

Wir woll'n uns heute gar nichts schenken  
und wollen an die Andern denken.  
Der Kreis der „Andern“ ist genau  
nur Kinder, Enkel und die Frau.

Die Oma und der Opa auch,  
so ist's bei uns seit Jahren Brauch.  
Der Opa wird Zigarren kriegen,  
der Qualm vertreibt die läst'gen Fliegen.

Dazu ein Korn, Gebisshaftcreme,  
das müsste für den Anfang gehn.  
Und für die Oma in der Kürze  
'ne schöne neue Kittelschürze.

Doch Ehestress ist garantiert,  
wenn Richtung Gattin nix passiert!  
Also gibt's für sie Geschmeide,  
vielleicht dazu ein Tuch aus Seide.

Plötzlich schreckt die Gattin hoch:  
„Mein Gott, da ist der Gatte noch!  
Ich ahn' es schon und werde blass,  
für mich hat sie ja auch noch 'was.

'Ne Überraschung, wie sie's nennt,  
Schlips, Socken und ein Oberhemd!  
Vom Schenken wohl noch sehr berauscht,  
wird später alles umgetauscht.

Dann kaufte ich 'nen Weihnachtsbaum:  
„Mein lieber Mann, ich glaub' es kaum!  
Das ist doch wohl so'n dürres Ding“,  
die Gattin an zu schimpfen fing.

Das Bäumchen stand wohl nicht sehr gerade.  
„Mach hin und hol' die Wasserwaage!“  
Gedrückt, geschüttelt und gedreht,  
bis dass das Teil fast grade steht.

In der Krippe fehlt das Kind!  
Nun such' gefälligst, bist du blind?  
Da, in der Küche hat's gekracht.  
„Was hast du mit dem Fleisch gemacht!“

Nölt die Oma mit der Frau.  
Der Anfang für den Supergau.  
Die Soße fettig, Fleisch zu hart.  
„Hätt'st besser mit Gewürz gespart,  
die Beilagen, die sind zu fest!“  
Das gibt der Gattin jetzt den Rest.  
Der Opa schielt zur Flasche Korn  
und erweckt bei Oma Zorn.

Er raucht sich noch 'nen Nebelwerfer,  
jetzt wird Omas Ton noch schärfer.  
Im Schlepptau kam 'ne alte Tante,  
die ich vom Hörensagen kannte.  
Keiner war der Frau gewachsen.  
Warum denn auch? Sie war aus Sachsen!  
Die gab dann auch noch Kommentar,  
der nicht im Sinn der Gattin war.

In Sachsen käm' da Maggi dran,  
die Gattin jetzt sehr böse klang.  
„Um 6 Bescherung, dann gibt's Essen“  
knurrt die Gattin unterdessen

Da sagt' ich mir, mein Freund, gemacht,  
das ist doch nur Familienkrach.  
Der Engel Wort hab' ich gehört,  
doch irgendwas daran, das stört:

Auf Erden Friede und zwar allen  
und allen auch noch Wohlgefallen.  
Mord im Affekt, der wurd' vermieden,  
das ist doch wohl der Weihnachtsfrieden?!

(UK)



**Druckerei  
Preuß GmbH**  
Tel.: 0 21 02/92 67-0  
info@preussdruck.de  
www.preussdruck.de



**Probleme mit dem  
Computer?**  
» seit über 10 Jahren der kompetente Service bei Ihnen vor Ort «  
☎ 02102/1016833 service@comp-voegel.de  
*Ich komme  
und helfe gerne!*  
!Computer  
Vogel  
✓ Allgemeine Computerhilfe  
✓ Reparaturen  
✓ Internetsicherheit und Virenschutz  
✓ Beratung und Verkauf  
Rosendalstraße 25 • 40882 Ratingen-Homburg

## Seniorenrat in der Aktionshütte

### Auf dem Weihnachtsmarkt gab es „Dumeklemmer“ und Infos

Premiere für den aktuellen Seniorenrat: Zum ersten Mal seit seiner Wahl vor zwei Jahren stellte sich der Seniorenrat der Stadt Ratingen in der Aktionshütte auf dem Ratinger Weihnachtsmarkt den Besuchern vor.

Im Mittelpunkt standen natürlich Informationen zu allen seniorenrelevanten Fragen: Zum Beispiel, wie man im eigenen Haushalt rund um die Uhr versorgt werden kann. Angehörige allein sind meist nicht in Lage, das leisten zu können. Also ist Unterstützung durch Dritte gefragt. Aber auch auf Fragen wie „Wer bietet Krankenfahrten und -transporte an?“, „Wie kann ich mein Selbstbestimmungsrecht wahren, wenn ich nicht mehr in der Lage bin, mich selbst zu äußern?“ wurden Antworten gegeben.

Infos und Rat gab es auch zu den Themen „Alzheimer and you – was kann man tun?“, Fördergelder, barrierefreies Wohnen im Alter, „Leben – so selbstständig wie möglich, mit Hilfe wo nötig“.



Der Seniorenrat informierte auch darüber, für welche Belange der älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger er sich stark macht: mehr Hilfen im öffentlichen Raum, mehr Sitzbänke, mehr öffentliche Toiletten in allen Stadtgebieten, fehlende

beziehungsweise zu wenig Licht gebende Laternen, mehr Bordsteinabsenkungen sowie Haltestellenwartehäuschen mit Sitzgelegenheiten, mehr Platz oder Stellflächen in Bus und Bahn für behinderte Menschen mit Rollstühlen und Rollatoren.

Der Seniorenrat verteilte erstmalig einen Flyer, worauf die gewählten Mitglieder abgebildet und ihre ehrenamtliche Tätigkeiten/Schwerpunkte für die Wahlperiode 2013 bis 2018 genannt sind. Außerdem lagen Ratgeber zu vielen Fragen zur Mitnahme kostenlos aus. Außerdem gab es „Dumeklemmer“ – die selbst gemachten Plätzchen wurden an interessierten Besucher als Dankeschön verteilt.

Die aktuelle Homepage des Seniorenrates mit allen Informationen:

[www.ratingen-seniorenrat.de](http://www.ratingen-seniorenrat.de)

### Wieder „Messe 50+“

Die Messe „50-Plus – Freude am Leben“ findet am 13. und 14. Februar 2016 (Samstag und Sonntag), 10 bis 17 Uhr in der DumeklemmerHalle (Stadthalle) Ratingen am Europaring statt.

**Neander Diakonie**  
Service Gesellschaft  
**Haushaltsnahe Dienstleistungen und Alltagshilfen**

- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Betreuungsleistung nach § 45 b SGB XI
- Begleitsdienste
- Reinigung
- Vermittlung von 24 Stunden Betreuung

**Einsatzgebiete:**  
Ratingen, Mettmann, Erkrath, Haan, Hilden und Düsseldorf

40699 Erkrath | Bahnstr. 64  
Tel. 0211-28 07 03 48

[www.NeanderDiakonie.de](http://www.NeanderDiakonie.de)

QUALITÄTSSIEGEL  
2015  
Haushaltsnahe Dienstleistungen

## Musik von und mit jungen Talenten

### Geheimtipp: Vorspiele und Konzerte der Städtischen Musikschule

Ob Barock oder Blues, ob Solist, Duo, Quartett, Jazz-Combo, Blas- oder Symphonieorchester: Die Städtische Musikschule Ratingen präsentiert mit rund 90 Vorspielen, Konzerten und Veranstaltungen im Jahr eine unglaubliche musikalische Vielfalt und bereichert das Ratinger Kulturleben ungemein. Rein rechnerisch bietet also die Musikschule alle vier Tage Gelegenheit, Kindern und Jugendlichen beim Musizieren zuzuhören. Und bis auf ganz wenige Ausnahmen wird nicht einmal Eintritt verlangt.

Dieses Angebot erfreut sich wachsender Beliebtheit: Immer mehr Ratingerinnen und Ratinger besuchen diese Konzerte, auch ohne dass ein Kind oder

Enkel auf der Bühne aktiv ist. Musikschulleiter Paul Sevenich freut sich sehr, dass sich immer wieder Besucher nach einem gelungenen Konzert für den „schönen Abend“ bedanken – ein Lob, das er gerne an die Schüler und Kollegen weitergibt.

Viele dieser Termine finden im edlen Ambiente des Ferdinand-Trimborn-Saals im Gebäude der Städtischen Musikschule an der Poststraße 23 statt. Hier treten meist junge Solisten und kleine Ensembles auf. Mit der Größe der Ensembles wächst dann auch der jeweilige Konzertort: Das Jugendsinfonie- und das Jugendblasorchester geben ihre großen Jahreskonzerte im Stadttheater. Das

Weihnachtskonzert des Kinder- und Jugendchores findet in der Dumeklemmerhalle statt. Hier treffen sich auch einmal im Jahr bis zu 250 Musikschüler, um im „Großen Musikschulkonzert“ ein Stelldichein aller Ensembles zu geben.

Neben diesen „Großkonzerten“ lädt die Musikschule regelmäßig zu unterschiedlichen Veranstaltungen ein, die einen Querschnitt durch alle Instrumentenklassen, Musikstile, Alters- und Leistungsstufen darstellen:

#### Klassenvorspiele

Ob Flöte, Geige, Klavier, Gitarre oder Trompete – beim Klassenvorspiel erhalten die Kinder und Jugendlichen der Klasse eines



Die Konzerte der großen Ensembles – wie hier das Jugendblasorchester – gehören zu den Höhepunkten im Jahr.  
Foto: Musikschule

Musiklehrers die Gelegenheit, ein Musikstück vorzutragen – die Älteren mit etwas reiferen Leistungen, aber auch im kindlichen Spiel gibt es viel Schönes zu entdecken.

*(im Ferdinand-Trimborn-Saal; Dauer 60 bis 90 Minuten)*

### **Treffpunkt Musikschule):**

Dahinter verbirgt sich eine ganze Vorspielreihe, die einmal im Monat (Schulferien ausgenommen) jedem Musikschüler die Gelegenheit gibt, ein gerade fertig einstudiertes Werk vorzutragen. Es spielen „Kleine“ und „Große“, Bläser, Streicher oder Pianisten, als Solisten, mit Begleitung oder in einem kleinen Ensemble.

Spezialausgaben dieser Reihe sind „Treffpunkt – Alte Musik“, „Treffpunkt – Neue Musik“ und „Treffpunkt – unterwegs“ (in Hösel, Breitscheid, Lintorf oder Homberg).

*(meistens im Ferdinand-Trimborn-Saal; Dauer etwa 75 Minuten)*

### **Fachbereichskonzerte**

Die Fachbereiche der Musikschule sind in die Kategorien Streichinstrumente, Zupfinstrumente, Blasinstrumente, Tasteninstrumente und Rock-Pop/Jazz unterteilt. Jeder Fachbereich zeigt einmal im Jahr, woraus er besteht.

Bei den Bläsern sind meist die kleineren Ensembles wie Blockflötenspielerkreise, das Saxophon-Quartett oder die Bläser des Jugendsinfonieorchesters zu hören. Die Streicher spielen als Solisten, im Duo bis zum Kammerorchester. Das Gitarrenensemble ist natürlich fester Bestandteil beim Fachbereichskonzert der Zupfinstrumente, zu

denen seit knapp zwei Jahren auch Harfen gehören.

Im Fachbereichskonzert Rock-Pop-Jazz ist natürlich die Nu-Combo eine feste Größe, und Gesangsschülerinnen nutzen gerne die Chance, einmal mit Band aufzutreten.

*(meistens im Ferdinand-Trimborn-Saal; Dauer etwa 75 Minuten)*



*Beim Sparkassen-Wettbewerb geht es in vier verschiedenen Wertungen auch um Pokale und Preisgelder. Foto: Musikschule*

### **Wertungsspiel und Preisträgerkonzert des Sparkassen-Förderpreises**

Seit über 20 Jahren können sich Schülerinnen und Schüler der Musikschule um die Förderpreise der Sparkasse HRV bewerben. Alle Teilnehmer spielen in einem öffentlichen Wertungsspiel einer unabhängigen Jury vor. In vier verschiedenen Wertungen werden so die jeweils drei besten Leistungen ermittelt. Die Gewinner spielen dann im festlichen Preisträgerkonzert, bei dem auch die Pokale und Preisgelder übergeben werden.

*(Ferdinand-Trimborn-Saal; Dauer: Etwa 2 Stunden mit Pause)*

### **„Großes Musikschulkonzert“**

Einmal im Jahr hat das Publikum die Gelegenheit, nahezu alle Ensembles der Musik-

schule in einem großen Konzert zu erleben. Kurz nach den Sommerferien heißt es dann „Bühne frei“ für Flauteenies, Funny Flutes, Gitarrenensemble, Akkordeon-Keyboardsensemble, Nu-Combo, Streicher- und Bläser-Vororchester, Kinder- und Jugendchor, Jugendblas- und Jugendsinfonieorchester. Diese Vielfalt garantiert musikalische Abwechslung und

gibt ein beeindruckendes Zeugnis der musikalischen Arbeit in allen Bereichen der Musikschule ab. Zum Abschluss spielen die über 200 Mitwirkenden gemeinsam den Schlusschor aus Beethovens „Neunter“. Wenn sich dann das Publikum erhebt, um die „Ode an die Freude“ mitzusingen, entsteht eine ganz besondere Atmosphäre.

*(Dumeklemmerhalle; Dauer etwa zweieinhalb Stunden mit Pause)*

### **Jahreskonzerte**

Mitte Januar begrüßt das **Jugendblasorchester** das „Neue Jahr“ mit seinem Jahreskonzert im Stadttheater. Mit dabei ist immer auch das **Bläser-Vororchester**. Gäste machen dieses Konzert immer wieder zusätzlich attraktiv. Im Januar 2016 wird die „Stadtjugendkapelle Isny im Allgäu“ dabei sein. Zu hören gibt es konzertante sinfonische Blasmusik sowie Bearbeitungen aus unterschiedlichen Musikrichtungen.

Das **Jugendsinfonieorchester** bereitet alljährlich ein „Herbstkonzert“ vor. Anfang November steht dann klassische Orchestermusik im Stadttheater auf dem Programm. Zuletzt über-

zeugten die jungen Musiker u.a. mit Schuberts „Großer Sinfonie in C-Dur“.

Für 2016 ist eine Zusammenlegung des Herbstkonzerts mit dem Weihnachtskonzert des Kinder- und Jugendchores geplant. Dieses Traditionsemble lädt immer am dritten Adventssonntag in die Dumeklemmerhalle ein. (Für dieses Konzert wird Eintritt erhoben.)

(Stadttheater/Dumeklemmerhalle; Dauer etwa 2 Stunden mit Pause)

Informationen im Internet unter [www.musikschule-ratingen.de](http://www.musikschule-ratingen.de)



## TERMINE

### 17. Dezember 2015:

Treffpunkt Musikschule – Musik aus verschiedenen Epochen (19 Uhr, FTS)

### 25. Januar 2016:

Neujahrskonzert mit dem Bläser-Vororchester, Jugendblasorchester und der Stadtjugendkapelle Isny; Gesamtleitung: Paul Sevenich (16:30 Uhr, Stadttheater)

### 28. Januar 2016:

Treffpunkt Wettbewerb – Die Ratinger Teilnehmer spielen ihr Wettbewerbsprogramm zur Vorbereitung auf „Jugend musiziert“. (19 Uhr, FTS)

### 5. Februar 2016:

Klassenvorspiel Gitarre – Musik aus verschiedenen Epochen (18 Uhr, FTS)

### 14. Februar 2016:

Ratinger Kulturtag – In Zusammenarbeit mit dem Kulturamt präsentieren Ratinger Künstler

und Vereine aller Sparten ihr Schaffen. (ab 11 Uhr, Musikschule Poststr. 23)

### 3. März 2016:

Treffpunkt Musikschule – Schülerinnen und Schüler der Musikschule spielen Musik aus verschiedenen Epochen. (19 Uhr, FTS)

### 11. März 2016:

Klassenvorspiel Violoncello – Musik aus verschiedenen Epochen (18 Uhr, FTS)

### 13. März 2016:

Kinderkonzert – Die Kinder der „Musikalischen Früherziehung“ zeigen Ergebnisse ihrer Arbeit. Im zweiten Teil des Konzerts stellen Schülerinnen und Schüler der Instrumentalklassen ihre Instrumente vor. Moderation: Paul Sevenich (16 Uhr, Stadttheater)

FTS = Ferdinand-Trimborn-Saal, Musikschule, Poststraße 23

Der Eintritt ist frei.

## BESSER HÖREN, MEHR ERLEBEN.

**HÖRGERÄTE | AKUSTIK**  
**WITTECK**  
MEISTERBETRIEB FÜR MODERNE HÖRSYSTEME

- Kostenloser Hörtest
- Unverbindliche Hörberatung
- Tinnitus (Ohrgeräusche) Beratung und Therapie
- Hausbesuche
- Eigenes Labor und eigene Werkstatt
- Vorträge und Schulungen
- Rollstuhlgerechter Eingang

Speestraße 28 · 40885 Ratingen-Lintorf · Telefon 0 21 02 / 15 58 80

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. u. Fr. 9-13 Uhr u. 14-18 Uhr · Mi. 9-13 Uhr · Sa. 10-13 Uhr und nach Vereinbarung

Wir bieten u.a. kostenlose Hörgeräte-Versorgungen (bei Vorlage einer Ohrenärztlichen Verordnung zzgl. 10 € gesetzl. Zuzahlung / Hörgerät)

## Sie haben viel mehr Lob verdient

**Altenpflegerinnen und -pfleger leisten bewundernswerte Arbeit**

Hin und wieder bleibt etwas im Gedächtnis haften, ohne dass man es eigentlich speichern will. Eine kleine Melodie etwa, ein Liedanfang, irgendeine Redensart – was auch immer. Das kann ganz amüsant sein, manchmal aber auch nicht. Man kann sich nämlich auch ärgern.

Mit so einem ärgerlichen Erinnerungsfetzen plage ich mich gerade. Es ging da um eine kurze Szene im Fernsehen. Ich weiß nicht mehr welches Programm, welcher Sender. Ich weiß nicht einmal mehr, worum es überhaupt ging in diesem Beitrag, denn das, was mich aufgeregt hat, war nur ein kurzer Wortwechsel gewesen. Eigentlich war es nur ein einziges Wort, das mich aufhorchen ließ. Ein fürchterliches Wort.

Die Szene ging ungefähr so: Zwei junge Leute redeten über einen Dritten. „Was aus dem alles hätte werden können mit seiner Schulbildung, seiner Intelligenz und überhaupt. So viele Möglichkeiten hätte er gehabt. Und was ist er jetzt? Arschwischer. Ich fasse es nicht.“

„Arschwischer? Das heißt, er arbeitet in der Altenpflege? In einem Altenheim?“ „Klar, sage ich doch! Begreifst du das?“

Wie gesagt, nur eine Szene in irgendeinem TV-Programm. Und die werde ich nicht mehr los, diese Szene. Nicht das belanglose Gerede an sich hat



*Altenpflege wird in der Öffentlichkeit häufig nicht wertgeschätzt.*

*Foto: Pixabay*

mich aufgeregt. Aber dass der Gesprächspartner dieses unsägliche Wort und seine Bedeutung nicht nur kannte, sondern dass er es unwidersprochen, dass er es ganz selbstverständlich im Raum stehen ließ! Arschwischer also gleich Altenpfleger.

Und das hat mich aufgeregt. Maßlos geärgert. Empört. Denn ich bin Bewohnerin in einem Altenheim. Seit fast drei Jahren schon werde ich von Altenpflegerinnen und Altenpflegern betreut und gepflegt, weil ich, wie man so schön sagt, hochbetagt, sprich: sehr alt bin und Hilfe brauche. Und Hilfe bekomme ich. In einem Altenheim. Dieses Altenheim gehört keineswegs zur Luxusklasse. Mein „Zuhause“ ist guter Durchschnitt,

und bei den Kosten hilft in vielen Fällen der Staat mit, wenn die Rente nicht reicht.

Ich habe ganz bewusst gesagt „mein Zuhause“, und ich hätte mir früher nie träumen lassen, dass ich so etwas einmal sagen können würde. Wer lebt schon gerne in einem Altenheim. Allein eine solche Vorstellung dürfte für die meisten Jüngeren ein Alptraum sein. Man wünscht sich einen solchen Lebensabend einfach nicht. Niemand. Zumal die Furcht davor durch viele Berichte in allen möglichen Medien auch sehr geschürt wird.

Natürlich kommen Mängel und Missstände vor, und dafür gibt es viele Ursachen. Oft finanzieller Art, und sicher sehr oft auch bedingt durch menschliche Un-

zulänglichkeit. Wenn zum Beispiel aus Arbeitslosen rein bürokratisch Pflegehelfer im Altenheim gemacht werden, ist das natürlich oft problematisch. Nicht nur, weil jeder Pflegeberuf ganz besondere menschliche Anforderungen stellt.

Auch die Ausbildung ist nicht ganz so einfach, wie man sich das vielleicht vorstellt. Die Ausbildung zum Altenpfleger dauert nämlich volle drei Jahre und am Ende steht ein staatliches Examen. Als Laie kann man nur staunen, was die Probanden alles lernen müssen – neben dem praktischen Können in Pflege und Betreuung: Das fängt bei Anatomie an und hört bei den Menschenrechten noch lange nicht auf.

Trotzdem gibt es Schwierigkeiten in der gegenwärtigen Altenpflege, das kann nicht bestritten



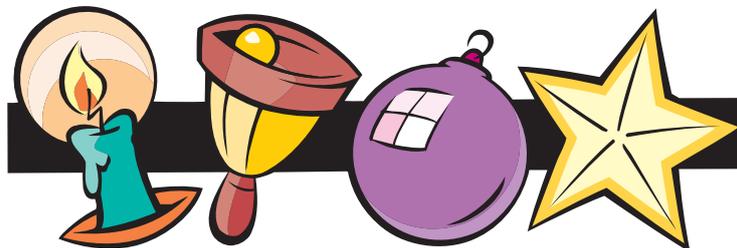
Maja Ammerling Foto: privat

werden. Solche Mängel sind aber nicht die Regel. Auffallend ist jedoch, dass es fast ausschließlich negative Veröffentlichungen über unsere modernen Altenheime gibt. Ich jedenfalls habe kaum etwas gehört oder gelesen über die bewundernswerte Arbeit, die

Tag für Tag in den Heimen für alte Menschen geleistet wird. Der Besuch irgendeines Karnevalsprinzen oder Schützenkönigs ist hin und wieder eine Nachricht wert, die tagtäglichen Leistungen der vielen Helfer finden dagegen kaum Beachtung in der Öffentlichkeit.

Das ist schade. Und eigentlich unverständlich. Nicht nur, weil die Betreuer ruhig mal ein lobendes Wort verdient hätten, denn sie leisten wirklich viel. Man sollte aber auch bedenken, dass heutzutage immerhin jeder von uns die Chance hat, alt oder gar sehr alt zu werden. Und davor sollte man doch nicht Angst haben müssen, weil man ja nur Negatives von den Lebensmöglichkeiten im Alter gehört hat.

Wie gesagt: Es geht nämlich auch anders. (ma)



## 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).

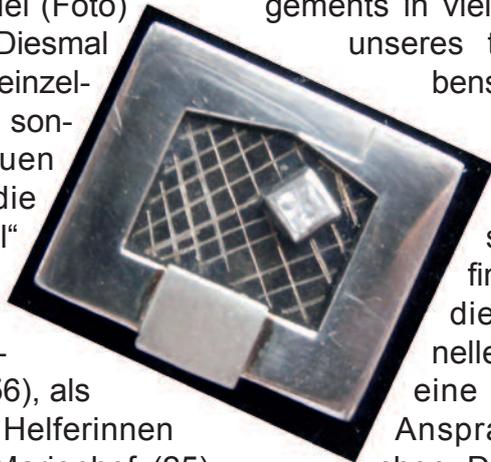
**Malermeister Ernst Goebel** · Volkardeyer Straße 5a · 40878 Ratingen  
Telefon 0 21 02 / 44 55 93 · Wir freuen uns auf Ihren Anruf.



## Engel ohne Flügel

### 119 Helfer mit der Johanna-Flinck-Ehrennadel geehrt

Die „Rater We-iter“ haben in diesem Jahr zum sechsten Mal Personen, die sich für besonderes Engagement im sozialen Bereich verdient gemacht haben, mit der Johanna-Flinck-Ehrennadel (Foto) ausgezeichnet. Diesmal war es nicht ein einzelner Ehrenträger, sondern 119 Frauen und Männer, die als „Blaue Engel“ im St. Marien-Krankenhaus, im St. Marien-Seniorenheim (56), als ehrenamtliche Helferinnen und Helfer im Marienhof (25) und als „Grüne Damen“ im The-



mistokles-Gluck-Hospital (früher Ev. Fachkrankenhaus) (38) ehrenamtlich tätig sind. Bürgermeister Klaus Pesch betonte in seinem Grußwort die Wichtigkeit des ehrenamtlichen Engagements in vielen Bereichen unseres täglichen Lebens. Dies sei besonders für Menschen wichtig, die sich in Not befinden und über die professionelle Hilfe hinaus eine persönliche Ansprache brauchen. Dadurch werde viel Leid gelindert.

Erhard Raßloff, der 2014 selbst diese Auszeichnung verliehen bekommen hatte, hielt die Laudatio für die neuen Ehrennadelträger. Er hob hervor, dass viele Bewohnerinnen und Bewohner sowie Patientinnen und Patienten dieser Einrichtungen berichten, wie wichtig der Einsatz dieser „Engel ohne Flügel“ sei. Sie wüssten deren Besuch, Ansprache und Hilfen zu schätzen. „Für einige ist es nur noch dieser Flügelschlag, den sie spüren, und der ihnen das Gefühl vermittelt, noch dabei zu sein. Sie sind ein Segen für diese Personen und die Einrichtungen.“

(er)

## Preis für Altenpflege

„Was es am Ende braucht“ – unter diesem Motto stand der Altenpflegepreis 2015, den die Fachzeitschrift „Altenpflege“ vergibt. Gesucht wurde das beste Palliativkonzept in einer deutschen Altenpflegeeinrichtung – und gewonnen hat der Palliativbereich des St.-Marien-Seniorenheims in Ratingen. In ihrer Laudatio stellte Monika Gaier, die Chefredakteurin der Zeitschrift „Altenpflege“ heraus, was den Ausschlag für das Ratinger Konzept gab: „Es sollte ein individuelles Konzept sein, dass zum Standort und zu den Menschen passt und nicht ‚übergestülpt‘ ist.“



## Haus Bethesda

Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz

### Im Mittelpunkt – der Mensch

Das Haus Bethesda liegt auf dem weitläufigen Gelände des Fliedner Krankenhauses in Ratingen und bietet in zwei Gebäuden 52 stationäre Plätze für Menschen mit Demenz. Fünf moderne Wohngemeinschaften bieten den pflegebedürftigen Menschen die nötige Normalität und Individualität. Eine unterschiedliche Atmosphäre

in den einzelnen Wohngemeinschaften entsteht durch die Lebensgewohnheiten, die Biographie sowie Wünsche der Bewohner und macht das Leben im Haus Bethesda bunt und vielseitig. Die Nähe zum Fliedner Krankenhaus bündelt fachliche Synergien und sichert die kontinuierliche medizinische fachärztliche Versorgung.

**Haus Bethesda**  
Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz  
Thunesweg 58  
40885 Ratingen

**Ansprechpartnerin:**  
Gisela Neldner  
Telefon (0 21 02) 30 37 00  
Susanne Schmalenberg  
Telefon (0 21 02) 30 37 17  
info@bethesda.fliedner.de  
www.bethesda.fliedner.de



Theodor Fliedner Stiftung

## Neuer Wegweiser für Senioren

Der neue Wegweiser für ältere und behinderte Menschen in Ratingen liegt nunmehr in aktueller Fassung vor. Es handelt sich um die vierte Auflage.

In seinem Vorwort geht Bürgermeister Klaus Pesch darauf ein, dass es viele Angebote und Einrichtungen gibt, die das Leben im Alter oder mit einer Behinderung verbessern können. „Ratingen hat gerade für die ältere Generation viel zu bieten. Die Broschüre hilft dabei, sich einen Überblick zu verschaffen“, so Pesch.

Der Wegweiser enthält Informationen zu den Berei-

chen Aktiv im Alter, Beratung und Hilfe, Einstufung und Leistungen bei Pflegebedürftigkeit,

Wohnen im Alter sowie die Bereiche Vorsorge, gesetzliche Betreuung, Testament und Todesfall.



Der neue Seniorenwegweiser ist erschienen.

Die Broschüre liegt ab sofort im Amt für Soziales, Wohnen und Integration (Verwaltungsgebäude Eutelis-Platz 3) aus und wird demnächst auch in den Seniorentreffs zu erhalten sein.

Im Internet kann die aktuelle Ausgabe unter [www.ratingen.de](http://www.ratingen.de) (Rubrik Familie, Gesellschaft, Bildung, Soziales/Seniorenkoordination) angesehen bzw. heruntergeladen werden.



# PFLEGEUNION

*Ambulant sicher versorgt*



02102-  
1016295

### NEU: BETREUUNG & HAUSWIRTSCHAFT



Neue Leistungen der Kassen entlasten pflegende Angehörige.

Wir beraten Sie kostenlos und unverbindlich. Rufen Sie uns an.

Pflegeunion Ratingen GmbH  
Lise-Meitner-Straße 4  
40878 Ratingen  
[www.ratingen.pflegeunion.de](http://www.ratingen.pflegeunion.de)

## Aus Ernas Sicht

### Mit Gelassenheit und Weisheit ins neue Jahr

„Kinder wie die Zeit vergeht ...“ Dieses Lied, das Heinz Schenk oft in seinem „Blauen Bock“ gesungen hat, fällt mir gerade jetzt ein, da sich das Jahr dem Ende zuneigt. Die letzten zwölf Monate sind aus meiner Sicht wie im Flug vergangen. Nun kommt wieder die Zeit der Rückschau. Ich habe mir vorgenommen, alle schönen Erlebnisse stichwortartig auf einen Zettel zu schreiben, mit einer 2015 zu versehen und in meine Erinnerungskassette zu legen. Eine Aufgabe für die jetzt kommenden dunklen Tage. Übrigens:

Als Nordlicht komme ich noch immer nicht mit der rheinischen Zeitrechnung zurecht. Am 11.11. hat hier die fünfte Jahreszeit begonnen, und die vierte Jahreszeit folgt noch. Naja, alles hat seine Tradition, so auch die netten Rheinländer. Ich freue mich auf alle Jahreszeiten, da jede ihren eigenen Reiz hat, jedoch bevorzuge ich die richtige Reihenfolge. Also aufgepasst: Der Winter beginnt am Dienstag, 22. Dezember, um 4:48 Uhr. Dann werden die Tage wieder länger.

Ich habe meine Kristallkugel in die Hand genommen und versucht, einen klaren Blick ins Jahr 2016 zu bekommen. Jedoch ist der Blick noch trübe. Verwaschen sehe ich die Baugrube des neuen Rathauses,

noch keine Baugrube auf dem alten Feuerwehrgelände, den Düsseldorfer Platz in seiner jetzigen kargen Gestaltung, das Parkhaus an der Kirchgasse weiterhin als Tropfsteinhöhle, viele neue Menschen in unserer Stadt, von denen wir auch lernen können, jede Menge fleißige Hände, die ihre Freizeit im Ehrenamt verbringen, schöne Blumen, die unsere Stadt wieder schmücken, und viel Sonne, die uns die Tage verschönern wird. Ein klarer Blick in die Zukunft bleibt mir auch in diesem Jahr ver-



*Blick in die Glaskugel  
Foto: Raßloff*

wehrt, und das ist auch gut so. Ich lasse mich gern überraschen, dadurch wird die Spannung erhöht.

Mein Leitsatz für das kommende Jahr wird sein:

... gib mir die Gelassenheit,  
Dinge hinzunehmen,  
die ich nicht ändern kann,  
den Mut, Dinge zu ändern,  
die ich ändern kann,  
und die Weisheit, das eine  
vom anderen zu unterscheiden.

Es wäre gut, wenn Ihr Euch diesen Satz zu eigen machen würdet, dann wird vieles einfacher im Leben. Wenn unsere Politikerinnen und Politiker dies auch beherzigen, wird meine Kristallkugel im kommenden Jahr sicherlich klarer.

In diesem Sinne wünsche ich eine besinnliche Weihnachtszeit, einen guten Übergang ins das neue Jahr und natürlich eine fröhliche Karnevalszeit.

*Eure und Ihre Erna*

## KOSMETIKSTUDIO

Wir kümmern uns um Sie  
und sorgen dafür, dass Sie sich  
schön und vital fühlen!



[www.allegra-beauty.de](http://www.allegra-beauty.de)

Heiligenhauser Str. 1  
40883 Ratingen  
Tel.: 02102 - 307 69 57

Öffnungszeiten:  
Mo - Fr: 10.00 - 20.00 Uhr  
Sa: 10.00 - 18.00 Uhr

## Tafel braucht Unterstützung

In Deutschland helfen 23 Millionen Menschen freiwillig. Sie engagieren sich zum Wohl ihrer Mitmenschen. Allein bei den Tafeln packen 60.000 Ehrenamtliche mehrmals wöchentlich mit an. „Ob bei der Warenausgabe, als Fahrer oder immer häufiger als Übersetzer: Die Einsatzmöglichkeiten für Tafel-Ehrenamtliche sind sehr vielfältig. Durch die immer größer werdende Zahl von Flüchtlingen bei den Tafeln sind wir dringend auf weitere Helfer angewiesen“, sagt der Vorsitzende des Landesverbandes der Tafeln Wolfgang Weilerswist.

Mittlerweile erhalten in NRW rund 40 000 Flüchtlinge Unter-

stützung von den Tafeln. Mancherorts hat sich die Gesamtzahl der Bedürftigen nahezu verdoppelt. Die stark gestiegene Nutzerzahl hat deutliche Auswirkungen auf die Arbeit der Tafeln: Es fehlt vielerorts vor allem an Lebensmitteln, Geld für häufigere Öffnungszeiten und an ehrenamtlichen Helfern.

Weilerswist: „Die zunehmende Zahl von Flüchtlingen ist für uns eine riesige Herausforderung und bringt unsere Tafeln an ihre Belastungsgrenze. Deshalb mein Appell: Helfen Sie uns zu helfen. Wir sind dringend auf zusätzliche Spenden und Unterstützung angewiesen, um die Lage bewältigen zu können.“

Denn wir möchten Menschen in akuten Notsituationen nicht abweisen müssen.“

Wer spenden oder mitarbeiten möchte, kann sich an die Ratinger Tafel wenden:

### Ratinger Tafel e.V.

Grütstraße 11  
40878 Ratingen  
Telefon: 47 43 54

Spendenkonto:

Sparkasse HRV

IBAN:

DE28 3345 0000 0042 2133 14



### Die Dienste der Johanniter sind vielseitig!



- Hausnotruf
- Fahrdienst
- Menüservice
- Erste-Hilfe-Ausbildung

Servicenummer:  
02102 70070-0

[www.johanniter.de/mettmann](http://www.johanniter.de/mettmann)

**DIE JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben



### BAGSO: Franz Müntefering ist neuer Vorsitzender

Franz Müntefering wurde von der Mitgliederversammlung der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) für die nächsten drei Jahre mit überwältigender Mehrheit zum neuen Vorsitzenden gewählt. Der ehemalige SPD-Vorsitzende und Bundesarbeitsminister tritt die Nachfolge von Prof. Ursula Lehr an. Die renommierte Alterswissenschaftlerin und Bundesfamilienministerin a.D. stand seit 2009 an der Spitze der BAGSO. Lehr wurde zur stellvertretenden Vorsitzenden gewählt.

## Rentnerdasein

Ach, was hab' ich all' gemacht,  
mit Arbeit stets den Tag verbracht.  
30 Jahre – man beachte –  
ich sehlichst an die Rente dachte.

Nicht mehr aufsteh'n in der Früh,  
hatt' stets damit die liebe Müh',  
muss ehrlich aber heut' bekennen,  
ich konnt' im Rathaus weiter pennen.

Ich läg' im Fenster auf 'nem Kissen  
und würde dann wohl sehr bald wissen,  
was auf der Straße so passiert  
und was an Frau'n vorbei spaziert.

Doch hatt' ich gänzlich unbedacht,  
die Rechnung ohne Frau gemacht!  
Kaum hat sie die Äuglein auf,  
da nimmt mein Schicksal seinen Lauf.

„Das Frühstück machen ist das erste  
und zwar stilvoll, bitte! Hörste?  
Danach rasieren, Zähne putzen.  
Das wäre draußen wohl von Nutzen.

„Und vergiss das Deo nicht,  
ich möchte nicht, dass man dich riecht!  
Hat Seife deinen Hals geseh'n?  
So wirst du nicht nach draußen gehn.“

Danach nimmst du die Hundeleine,  
machst mit dem Hund dich auf die Beine.  
Zwei Stunden später, müsst ihr wissen,  
hatt' Hundi endlich mal geschissen.

Kaum war ich wieder durch die Tür:  
„Der Einkaufszettel, der liegt hier!  
Und achte aufs Verfallsdatum!  
Und schau dich nicht nach Frauen um!“

Kaum zurück gab's Meckerei,  
da ist doch ein kaputtes Ei!  
Muss ich denn alles selber machen?  
Es fehlen ja die halben Sachen!

Kartoffeln faul, die Wurst zu fettig,  
auch mitgebracht das Falsche hätt' ich.  
Dann machte sie das Mittagessen,  
ich solle nachher nicht vergessen,

es wäre nix mit Mittagsruhe,  
zum Schuster müssten noch die Schuhe,  
beim Arzt noch die Rezepte holen,  
von da zur Bank, ich brauche Kohlen,

auf der Spüle stehn noch Teller,  
hol' mal den Bohrer aus dem Keller,  
Dann hol' im Baumarkt noch paar Sachen.  
Wie? Du willst das morgen machen?

Es ist erst 6, doch unterdessen  
mache ich schon mal das Abendessen,  
doch 10 vor 7, lieber Mann  
geht hier bei mir die Glotze an.“

Sie tut mir dann entschieden kund,  
die Abendstund' hätt' Gold im Mund.  
Die Nacht ist längst hereingebrochen,  
bin abgekämpft ins Bett gekrochen.

Ich habe dann zum Herrn gebetet,  
dass er mich aus DER Nummer rettet!  
Ich wollt' doch nur im Fenster liegen!  
Ach wär' ich bloß im Job geblieben!

(UK)

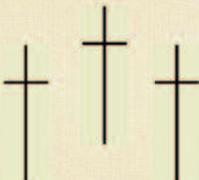


### Antiquariat Schmitz

kauft Bücher, Bibliotheken, Nachlässe,  
Faksimile, wertvolle Einzelstücke.

Telefon 0 21 02/8 02 00





## Krämer

Beerdigungsinstitut  
Inh. G. Kammann GmbH



---

Fachgeprüfter Bestatter

Fachliche Beratung und individuelle Begleitung  
für einen würdevollen Abschied.

---

Eggerscheidter Str. 4-6  
Düsseldorfer Straße 18-20  
Jenaer Str. 30 a  
Telefon 02102 - 22551 · Tag & Nacht

## Senioren leben gerade gefährlich

**In der dunklen Jahreszeit: Gute Sichtbarkeit ist Sicherheit**

Senioren leben gefährlich – besonders in der dunklen Jahreszeit. Da sie sich in der Regel dunkel kleiden, besteht besonders beim Überqueren der Fahrbahn höchste Unfallgefahr. Helle Kleidung zu tragen ist deshalb wie eine Lebensversicherung. Außerdem gibt es einfache und preiswerte Möglichkeiten, die Sichtbarkeit und damit Sicherheit im Straßenverkehr erheblich zu verbessern.

**Fahrräder und Rollatoren:** Speichenreflektoren etwa von Scotchlite 3M sorgen für Rundumsichtbarkeit und damit für mehr Sicherheit. Die acht Zentimeter langen Reflektoren sind einfach anzubringen und können als einziges Nachrüstprodukt anstelle der gelben Katzenaugen verwendet werden. Während die Katzenaugen das Schein-

werferlicht nur etwa 80 Meter weit und bei ungünstigem Anstrahlungswinkel oft gar nicht zurückstrahlen, sind Speichenreflektoren auf eine Entfernung von bis zu 160 Meter rundum sichtbar. Ein ausgerüstetes Rad ist auch beim Abbiegen oder liegend sofort erkennbar. So wird die Kontur des Fahrrades für den Autofahrer sofort erkennbar. Das deutlichere Signalbild hilft, den Verkehrsteilnehmer um wertvolle Sekunden früher als Fahrradfahrer zu erkennen. „Katzenaugen“ reflektieren hingegen lediglich Punktemuster, die nicht eindeutig darauf schließen lassen, dass es sich um einen Radfahrer handelt.

**Warnwesten:** Für Autofahrer sind sie bei Pannen Pflicht. Aber auch auf dem Fahrrad, Motorroller und Motorrad getra-

gen sorgen sie für mehr Sicherheit im Straßenverkehr.



**Selbst solche kleinen Reflektoranhänger erhöhen deutlich die Sicherheit im Straßenverkehr.**

Foto: Pixabay

**Reflexionsbömmel (Anhänger) und Reflexionsgarn:** Wem Reflektorsternchen oder kleine Leuchtbären zu kindlich sind, sollte sich dezentere Reflexionsbömmel besorgen. Aber auch die einfach zu handhabenden Klackarmbänder sorgen für gute Erkennbarkeit in der dunklen Jahreszeit.

Die Verkehrswacht empfiehlt darüber hinaus auch „Leuchtgarn“ zum Einnähen in die Kleidung. Weil insbesondere Senioren nur ungern die im Handel erhältlichen knallbunten Sicherheitsartikel für Jogger oder Radfahrer verwenden, bietet die Verkehrswacht auf Empfehlung der Polizei das Reflexionsgarn mit einer verbesserten Wirkung an. Infos und Bestellungen bei der Verkehrswacht unter Telefon 0211-306644 oder E-Mail: [garn@vwdd.de](mailto:garn@vwdd.de) (hbk)



### Neander Diakonie

im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann

#### Was wir für Sie tun können

- Leben in Gemeinschaft
- Helle, großzügige Zimmer
- Dauerpflege
- Kurzzeitpflege
- Probewohnen
- Urlaubsplätze



**Haus Bavier / Haus Bodelschwingh**  
Altenhilfeeinrichtung der NeanderDiakonie  
Bahnstr. 66 | 40699 Erkrath  
Tel. 0211 / 2405-1 | [info@hausbavier.de](mailto:info@hausbavier.de)

**Haus Wichern**  
Altenhilfeeinrichtung der NeanderDiakonie  
Dorfstr. 8 - 12 | 40882 Ratingen-Hornberg  
Tel. 02102 / 955-0 | [info@HausWichern.de](mailto:info@HausWichern.de)



[www.NeanderDiakonie.de](http://www.NeanderDiakonie.de)

# Termine & Service

## Seniorentreff Mitte

21.01.2016: Literaturkreis (16 Uhr)  
19.01.2016: Treff der Wandergruppe  
26.01.2016: Karnevalsfeier (13:11 Uhr)  
16.02.2016: Treff der Wandergruppe  
18.02.2016: Literaturkreis (16 Uhr)  
01.03.2016: Osterfest (14 Uhr)  
15.03.2016: Treff der Wandergruppe  
17.03.2016: Literaturkreis (16 Uhr)  
regelmäßig: Skat, Bingo, Tanzen,  
Gymnastik, PC-Kurs, Yoga, Chor,  
Gedächtnistraining und mehr  
Infos unter **Telefon 550-5070**

## Seniorentreff Süd

07.01.2016: Neujahrsempfang  
08.01.2016: NEU! Gymnastik ab 60  
19.01.2016: NEU! Aquarellmalerei  
24.01.2016: Karneval  
in der Stadthalle Ratingen  
25.01.2016: Seniorenkarneval  
23.03.2016: Osterbrunch im Treff  
Infos unter **Telefon 550-5085**

## Seniorentreff Ost

ab 16.11.2015: werktags 13 Uhr:  
Deutsch-Kurs für Flüchtlinge (VHS)  
01.02.2016: Karneval (13:11 Uhr)  
03.03. - 19.05.2016: ab 9:30 Uhr  
EDV-Kurs  
17.03.2016: Osterfeier (14 Uhr)  
Infos unter **Telefon 550-5075**

## Seniorentreff Tiefenbroich

22.01.2016: Sitzung Freundeskreis  
(14 Uhr)  
01.02.2016: Karnevalsfeier  
(ab 13:30 Uhr)  
21.03.2016: Osterfestfeier  
(ab 13:30 Uhr)  
An jedem 3. Freitag im Monat  
gemeinsames Frühstück (10 Uhr)  
An jedem 4. Freitag im Monat Kinofilm  
(13:30 Uhr)  
regelmäßige Angebote:  
Sitzgymnastik, Gedächtnistraining  
Infos unter **Telefon 550-5095**

## Awo „Weiße Villa“

09.01.2016: Neujahrsempfang  
(ab 11 Uhr)  
06.02.2016: Karnevalsfeier mit den  
Prinzenpaaren (ab 14:14 Uhr)  
10.02.2016: Fischessen (12:12 Uhr)  
05.03.2016: Samstagskaffee (14 Uhr)  
26.03.2016: Osterkaffee (14 Uhr)  
Infos: **Telefon 84 72 41** oder  
„Weiße Villa“, Düsseldorfer Straße 141

## Geschw.-Gerhard-Stiftung

17.12.2015: Festliches Adventessen  
(12:30 Uhr)  
21.01.2016: Jahresrückblick 2015 und  
Vorschau 2016 (10 Uhr)  
24.01.2016: Funkensitzung für Senioren  
in der Dumeklemmerhalle (14 Uhr)  
29.01.2016: Wintermorgen in der  
Salzgrotte (10:45 Uhr)  
04.02.2016: Närrisches Frühstück  
(10:11 Uhr)  
11.02.2016: Hoppeditz Fischessen  
(12:30 Uhr)

Schwimmen hält fit und gesund bis ins hohe Alter.  
Kommen Sie und machen Sie mit.

# Werden Sie Frühschwimmer

 – wir freuen uns auf Sie.

### Ratinger Bäder bieten mehr!

ANGERBAD 40878 Ratingen-Mitte  
Hallenbad: Hauser Ring 52 | Tel. 02102 485-423  
Freibad: Lintorfer Str. 64 | Tel. 02102 485-424

ALLWETTERBAD Lintorf Jahnstraße 35 | 40885 Ratingen-Lintorf | Tel. 02102 485-452

Mehr unter: [www.ratinger-baeder.de](http://www.ratinger-baeder.de)

## STADT RATINGEN



### VHS-Kurse für SeniorInnen bis April 2016

Ü55 – Englisch mit Muße – Stufe A1  
(Kurs: E2102Ü) ab 16.02.2015  
10.45 bis 12.15 Uhr (14 x)  
VHS Poststraße 23;  
80,60 Euro

Ü55 – Englisch mit Muße – Stufe A1, 3. Semester  
(Kurs: E2103Ü) ab 16.02.2015  
9 bis 10.30 Uhr (14 x)  
VHS Poststraße 23;  
80,60 Euro

Trittsicher im Alltag – Sturzprophylaxe  
(Kurs: E5316Ü) ab 18.02.2016  
10 bis 11 Uhr (10 x)  
ASC Ratingen West  
Gothaer Straße 23;  
70,00 Euro

Android Smartphones und Tablets für Senioren  
(Kurs: E0194Ü) ab 25.02.2016  
9.30 bis 11.45 Uhr (5 x)  
Seniorentreff Ost;  
93,70 Euro

EDV-Grundlagen für Menschen ab 60 Jahren  
(Kurs: E0191Ü); ab 12.04.2016  
14 bis 16.15 Uhr (4 x)  
Seniorentreff Ost;  
69,00 Euro

## „Das war ich nicht gewohnt.“



„Selten bin ich hundertprozentig überzeugt worden. Aber die Mitarbeiter von GUT HÖREN Ratingen haben mir mit Fachkenntnissen, Geduld und Erfolg zu einem guten Hörvermögen verholfen. Ich kann nur Danke sagen. Die Welt hat sich für mich positiv verändert!“

Karl-Heinz Lichtschlag, Ratingen-Tiefenbroich



### GUT HÖREN Ratingen informiert:



**Batterien (Päckchen mit 6 Stück nur 3,-€)**  
Beste, geprüfte Qualität für länger „gut hören“.



**Hörgeräte-Feineinstellungen**  
Sie sind nicht zufrieden mit Ihren Hörgeräten?  
Wir stellen Ihnen Ihre Hörgeräte bestmöglich ein,  
– auch wenn Sie woanders gekauft haben.



**Kostenloser Hausbesuch**  
Aus gesundheitlichen Gründen sind Sie an Ihre häusliche Umgebung gebunden.

**Service-Nr. ■ (02102) 929 65 77**

**GUT HÖREN**   
**Hörgeräte**

■ GUT HÖREN Ratingen GmbH ■ Rtg., Lintorfer Str. 11



# Termine & Service

## Öffnungszeiten Büchereien:

**Medienzentrum – Hauptstelle**  
Telefon: 550 - 4128

Dienstag: 10:00 bis 18:00 Uhr  
Mittwoch: 10:00 bis 18:00 Uhr  
Donnerstag: 10:00 bis 19:00 Uhr  
Freitag: 10:00 bis 18:00 Uhr  
Samstag: 10:00 bis 14:00 Uhr

## Stadtteilbibliotheken:

Hösel: Telefon: 550 - 4160  
Homburg: Telefon: 550 - 4170  
Lintorf: Telefon: 550 - 4145  
West: Telefon: 550 - 4140

## Öffnungszeiten Bürgerbüro:

Mo. + Di.: 08:00 bis 16:00 Uhr  
Mi. + Fr.: 08:00 bis 12:00 Uhr  
Donnerstag: 08:00 bis 18:00 Uhr  
Samstag: 10:00 bis 13:00 Uhr  
Peter-Brüning-Platz 3  
40878 Ratingen  
Telefon: 02102 550-3222

## Öffnungszeiten Demenzladen:

Der „Laden“ in der Wallpassage 30 ist wie folgt geöffnet:

Montag: 15:30 bis 17:00 Uhr  
Dienstag: 14:30 bis 16:30 Uhr  
(Gedächtnissprechstunde)  
Donnerstag: 10:30 bis 12:30 Uhr  
und 14:30 bis 16:30 Uhr  
(Gedächtnissprechstunde)  
jeden 2. und 4. Samstag  
im Monat: 10:30 bis 12:30 Uhr  
und nach Vereinbarung.

## Ansprechpartnerin:

Monika Rauser,  
Telefon: 0172 7421138

## Für Blinde und Sehbehinderte:

Der Blinden- und Sehbehindertenverein bietet für Mitglieder und Nichtmitglieder an jedem zweiten Donnerstag eines Monats von 15:30 Uhr bis 17:30 Uhr im Markt Café Iland-Vogt, Tisch 12, Brunostraße 1, eine kostenlose Beratung an.  
Anmeldung: Telefon: 732460

## Öffnungszeiten Schwimmbäder:

**Hallenbad-Mitte  
(September bis Mai)**

Montag: 13:00 bis 14:00  
(Damen)  
14:00 bis 15:00 Uhr  
(Senioren)  
Dienstag: 06:45 bis 21:00 Uhr  
Mittwoch: 06:45 bis 17:00 Uhr  
Donnerstag: 06:45 bis 21:00 Uhr  
Freitag: 06:45 bis 19:00 Uhr  
Samstag: 07:00 bis 13:00 Uhr  
Sonntag: 07:00 bis 13:00 Uhr

**Freibad-Mitte  
(Mai bis September)**

Montag: 06:45 bis 20:00 Uhr  
Dienstag: 11:00 bis 20:00 Uhr  
Mittwoch: 06:45 bis 20:00 Uhr  
Donnerstag: 06:45 bis 20:00 Uhr  
Freitag: 06:45 bis 20:00 Uhr  
Samstag: 07:00 bis 20:00 Uhr  
Sonntag: 07:00 bis 20:00 Uhr

## Allwetterbad-Lintorf

Montag bis  
Samstag: 06:45 bis 22:00 Uhr  
Sonntag: 06:45 bis 20:00 Uhr

## Saunawelt Allwetterbad-Lintorf

Montag: 10:00 bis 16:00 Uhr  
(Herren)  
16:00 bis 22:00 Uhr  
Dienstag: 10:00 bis 22:00 Uhr  
(Damen)  
Mittwoch bis  
Samstag: 10:00 bis 22:00 Uhr  
Sonntag: 10:00 bis 20:00 Uhr

## Seniorenrat-Sprechstunde:

Der Seniorenrat der Stadt Ratingen steht den Bürgern in Seniorenfragen im Rahmen von Sprechstunden Rede und Antwort. Sie finden abwechselnd in städtischen und nichtstädtischen Begegnungstätten statt.

Mehr Infos unter:  
[www.seniorenrat-ratingen.de](http://www.seniorenrat-ratingen.de)

## Notruf-Nummern:

**Notarztwagen: 112**

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

## Ärztlicher Notdienst:

**Neue zentrale Rufnummer:**

116 117 (23:00 Uhr bis 8:00 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 Straße 37, Telefon: 700 64 99.

## Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do.: 19 Uhr bis 23 Uhr  
Mi. und Fr.: 16 Uhr bis 23 Uhr  
Sa., So., Feiertag: 8 Uhr bis 23 Uhr  
23 Uhr bis 8 Uhr:  
Telefon: 116 117  
oder 112 (siehe oben)

## Apotheken-Hotline:

Bundesweite Rufnummer  
0800 0022833, vom Handy  
ohne Vorwahl: 22833

## Giftzentrale:

Universität Bonn  
Telefon: 0228 19240

## Augenärztlicher Notdienst:

Zentrale Rufnummer  
Telefon: 116 117

## Kinderärztlicher Notdienst:

Mülheimer Straße 37  
Telefon: 700 64 99 - Mi. 16 - 21 Uhr  
Samstag, Sonntag, Feiertag:  
10:00 bis 13:00 Uhr und  
16:00 bis 21:00 Uhr

## Tierärztlicher Notdienst:

Kreis Mettmann  
Telefon: 02051 805777

## Zahnärztlicher Notdienst:

Zentrale Rufnummer  
Telefon: 0180 5986700

*Auch beim Brauchtum: Engagement für die Menschen  
und Vereine vor Ort hat bei uns Tradition.*



Meike Daßler,  
Mitarbeiterin der  
Sparkasse HRV und aktive  
Karnevalistin bei den  
Roten Funken Ratingen

# Wir sind dabei.

Wenn's um Geld geht



Sparkasse

Hilden • Ratingen • Velbert

Mittendrin statt außen vor: Als lokal verwurzelte Sparkasse unterstützen wir Jahr für Jahr das örtliche Brauchtum, damit die vielfältige Vereinslandschaft unserer drei Städte erhalten bleibt. Und unsere Mitarbeiter tragen auch ganz persönlich dazu bei, dass die „fünfte Jahreszeit“ auch in Zukunft ihren festen Platz hat – in Hilden, Ratingen und Velbert.

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