

Langenfelder Stadtmagazin



Die katholische Jugend:

Karneval und Messen, Fußball und Sommerfreizeit



SPORT

Der große
Jahresrückblick



FEUERWEHR

Nicht nur
Männersache



KULTUR

Die Highlights
im Januar

Impressum

Herausgeber: Hildebrandt Verlag
H.-Michael Hildebrandt
Brucknerstraße 19 · 40822 Mettmann
Telefon 0 21 04 - 92 48 74 · Telefax 92 48 75
info@hildebrandt-verlag.de

Titelfoto: privat

Verantwortlich für den gesamten Inhalt
sowie Anzeigenteil: H.-Michael Hildebrandt, Anschrift s. Verlag

Erscheint: 11 x jährlich

Langenfelder Stadtmagazin
6 x jährlich:
(Januar, März, Mai, Juli/August, Oktober und Dezember)
Druckauflage: 5.000 Exemplare
Anzahl Ausgestellen: 36
Verbreitete Auflage: 4.692 Exemplare (I/2014)



Langenfelder Stadtmagazin Sonderausgabe: Hausverteilung
5 x jährlich:
(Februar, April, Juni, September und November)
Druckauflage: 24.000 Exemplare
Anzahl Ausgestellen: 35
Verbreitete Auflage: 23.573 Exemplare (I/2014)



Mitglied der Informationsgemeinschaft
zur Feststellung der Verbreitung von Werbeträgern (IVW e.V.)

Redaktionsleitung: (HMH) H.-Michael Hildebrandt
Telefon 0171/51 01 744
redaktion.langenfeld@hildebrandt-verlag.de

Redaktion/
Freie Mitarbeiter: (FST) Frank Straub
(FS) Frank Simons
(AB) Arno Breulmann
(SM) Sabine Maguire

Anzeigenannahme: Telefon 0 21 04 - 92 48 74
anzeigen@hildebrandt-verlag.de

Für unverlangt eingesandtes Bild- oder Textmaterial ohne Urheber-
vermerk wird keine Haftung übernommen. Nachdruck, auch aus-
zugsweise, der Redaktionsbeiträge sowie der Anzeigen nur mit schrift-
licher Genehmigung des Verlags. Namentlich kenntlich gemachte Arti-
kel geben nicht automatisch die Meinung des Verlags wider.

Liebe Langenfelder...

(FST) In der letzten Ausgabe berichteten wir über Kritik seitens der Kreis-Grünen ob der Pläne der CDU, eine Erhöhung der Fraktionszuwendungen im Kreistag zu beschließen. Bei Gegenstimmen der Fraktionen von Grünen und Linken sowie Enthaltungen der Gruppen von Alternative für Deutschland (AfD) und Piraten wurde der Antrag der Union nun im Dezember im Kreistag mehrheitlich angenommen. CDU, SPD, FDP und UWG stimmten für die Erhöhung. Die Grünen sprachen im Vorfeld von „Selbstbedienungsmentalität“ bei der Union.

Die Stadt Langenfeld geht neue Wege der Vermarktung: Bürgermeister Frank Schneider ernannte vor einigen Wochen mit Industrievereins-Chef Gerhard Witte, Clemens Schmees von der Edelstahlwerke Schmees GmbH, Johannes Sühs von der Wasserski Langenfeld GmbH und dem Betriebswirtschaftler Dr. Hans Peter Döhmen (döhmen consulting GmbH) die ersten vier sogenannten Standortbotschafter, die Langenfeld fortan offiziell nach außen vertreten, aber auch innerhalb der Posthorngemeinde als Identifikations-Träger für ihren Standort und ihre Heimat eintreten sollen. Frank Schneider: „Mit den vielen Kontakten in unsere Region, aber auch in andere Städte und Länder sind sie im wahrsten Sinne des Wortes als Botschafter unter der Langenfelder Flagge unterwegs, um uns überregional und international noch bekannter zu machen und vielleicht auch das eine oder andere weitere Unternehmen auf uns aufmerksam zu machen, das Interesse an einer Ansiedlung hat.“

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen
das Team vom Langenfelder Stadtmagazin

☛ Anzeigen- und Redaktionsschluss für die Februar-Ausgabe: Freitag, der 16.01.2015

5 x
mitmachen:
50% Rabatt
beim Kauf einer
I2er-Karte!

Weg mit dem Speck
Starten Sie das Jahr aktiv!
12. - 16. Januar
Aktionswoche
Samstag, 17. Januar: Aktions-Abschlußtag

Nach fünfmaliger Teilnahme
an Kursen unseres
Aktiv-Programms
erhalten Sie die I2er-Karte
für den halben Preis!

mona mare
das Bade- und Saunaland
www.monamare.de

Alles zu seiner Zeit ...



Foto: Hildebrandt

Alles Leben auf der Erde unterliegt dem rhythmischen Ablauf der Zeit. Dieser Wechsel von hell und dunkel, Aktivität und Ruhe spiegelt sich auch in unserem Körper wieder. Organdurchblutung und -aktivität unterliegen einer täglich gleichen Abfolge. Will man nun mit Medikamenten einen posi-

tiven Einfluss auf erkrankte Organe erzielen, spielt die Tageszeit ihrer Einnahme eine wichtige Rolle: Sie kann die positive Wirkung verstärken und unerwünschte Nebenwirkungen abschwächen. Mit diesen Zusammenhängen beschäftigt sich die Chronopharmakologie: „Chronos“ (griechisch) bedeutet „Zeit“ und „Pharmakologie“ ist die Lehre von der Wirkung der Pharmaka, also der Arzneimittel. Heute weiß man, dass die Ausschüttung des körpereigenen Glucocorticoids Cortisol zwischen vier und acht Uhr am höchsten ist. Verordnete „Kortison-Tabletten“ (diese enthalten ein synthetisch hergestelltes Glucocorticoid) sollten am besten morgens eingenommen werden, weil der Körper zu dieser Tageszeit schon auf große

Mengen Cortisol „eingestellt“ ist und mit weniger Nebenwirkungen reagiert. Auch Medikamente für den Magen – wie der Säureblocker Omeprazol – sollten morgens eingenommen werden. Aber aus einem anderen Grund: Der Magen-Darm-Trakt ist dann besser durchblutet und die Magenentleerung erfolgt schneller als in den Nachmittagsstunden. Der Wirkstoff kann also erstens besser und zweitens schneller aufgenommen werden.

Wenn Sie Fragen zu der Einnahme Ihrer Medikamente haben, beraten wir Sie gerne.

Ihre Caren Daube, Apothekerin
für Geriatrische Pharmazie
www.rosen-apotheke-langenfeld.de
www.linden-apotheke-langenfeld.de ■

++++ **Schaustall- und Schauplatztermine im Januar** + + + + +Eintrittskarten und Programminformationen erhalten Sie in der Vorverkaufsstelle im Schauplatz-Foyer sowie unter: www.schauplatz.de

Seit Herr Uthoff das letzte Mal Langenfeld mit seiner Anwesenheit beglückte, hat sich viel getan in seinem bewegten Kabarettisten-Leben. Der gute Mann ist nämlich eingeliefert worden, und zwar in „Die Anstalt“ und muss sich nun ganz schön abstrampeln, das Erbe von Urban Priol in der ZDF-Satireshow mit seinem persönlichen Tour Programm unter einen Hut zu bekommen. Doch hat Max Uthoff, der examinierte Volljurist, dieses hektische Leben im Rampenlicht schon mit in die Wiege gelegt bekommen, denn sein Vater war der Begründer des Münchner Rationaltheaters, dessen Leitung Sohn Max 2006 übernommen hatte. Dennoch zog es Max immer stärker aus dem Hintergrund ins Scheinwerferlicht hinein und somit begann er 2008 seine eigenen Solokarriere. „Gegendarstellung“, der Titel seines neuesten Bühnenprogramms, bietet Max den Rahmen, seine Sicht der Dinge dem Publikum darzubieten, und Gegendarstellungen bedarf es wohl vieler, wenn man diese, zurzeit so aufgewühlte und verrückte Welt durch das mediale Schlüsselloch beobachtet. Und wie immer gilt dabei Max Uthoffs Leitspruch: die Sprache ist die Waffe der Pazifisten ... zu sehen am 10. Januar im Langenfelder Schauplatz.

Max Uthoff · „Gegendarstellung“ · Kabarett · Freitag, 10. Januar · 20 Uhr · Schauplatz, Euro 20,- (VVK)/23,- (AK)



„It's Crap!“ heißt der unlängst erschienene Tonträger von Richard Bargel. Die darauf zu hörende Musik ist natürlich alles andere als Müll, sondern ganz wunderbar. Bargel – ehemals Kölner Kommunarde, Vollblut-Singer-Songwriter, neben Klaus „Major“ Heuser ein ehemaliger Men in Black und „als Konsument eine absolute Niete“ (laut Gespräch mit dem Kölner Stadt Anzeiger) – hat für die CD nicht nur seine neue Band Dead Slow Stampede, sondern auch den Grammy-ausgezeichneten US-Blues-Star



Max Uthoff. Foto: Michel Neumeister

Charlie Musslewhite sowie Freddy Koella um sich geschart. Nun, bei der entsprechenden Tour werden der charismatische Musiker und seine Band Dead Slow Stampede (Fabio Nettekoven, Geert Roelofs und Paul G. Ulrich) zeigen, wo zeitgenössische Bluesmusik 2014 angekommen ist. Die Presse ist begeistert von Bargels Veröffentlichung nach dem 2012 erlittenen Hörsturz, das Rocks-Magazin schwärmt: „It's Crap!“ „glänzt nicht nur durch seine außergewöhnliche Klangwärme und Transparenz. Bargels sonore Stimme wirkte nie greifbarer, seine elegante Dobro ging noch nie so nachhaltig unter die Haut. It's Crap! ist also trotz des Titels gewiss kein billiger Ramsch, sondern eindeutig Edelware.“ Und kostbare Konzerterlebnisse, wie es sie am 16. Januar im Schaustall gleichermaßen für Band wie Publikum geben könnte, sind sowieso unbezahlbar.

Richard Bargel + Dead Slow Stampede · „It's Crap!“ · Blueskonzert · Freitag, 16. Januar · 20 Uhr · Schaustall · Euro 16,- (VVK)/18,- (AK)



„If you remember the sixties, you probably weren't there“, ist ein Zitat, das die 60er-Jahre vermutlich bestens charakterisiert. Bezeichnenderweise kann der hübsche Spruch über das Flower-Power-Jahrzehnt keiner eindeutigen Quelle zugeordnet werden – Wavy Gravy, David Crosby oder



Kozmic Blue.

der kürzlich leider verstorbene Robin Williams kämen als Urheber in Frage. Eine Ikone jener Ära ist ohne Zweifel Janis Joplin. Die Sängerin und Schauspielerin Maggie Mackenthum hat sich gemeinsam mit ihrer Band und with a little help of her friends Wolfgang Niedecken, Gerd Koesler und Wilfried Schmickler mit „LSD, CIA & JFK – a journey through the past with Janis“ der Dame angenommen. In dem multimedialen Musiktheaterstück am 23. Januar im Schaustall reist Mackenthum zurück ins Hippie-Zeitalter und klärt mittels Filmsequenzen, Fakten, Anekdoten und viel, viel Musik etliche offene Fragen, wie: Wer erfand den Summer of Love und wer verdiente daran? Was hatte die CIA mit Drogenhandel zu tun? Warum wurde Janis Joplin nach einem Konzert von der Bühne weg verhaftet? Und was ist eigentlich der Kozmic Blue?

Kozmic Blue · „LSD, CIA & JFK – a journey through the past with Janis“ · multimediales Musiktheater · Freitag, 23. Januar · 20 Uhr · Schaustall · Euro 16,- (VVK)/18,- (AK)



„The Spirit of Ireland“ ist eine spannende Mischung aus kraftvoller Tanzshow und ursprünglich-keltischer Livemusik, die im letzten Jahr erstmalig das irländaffine Publikum im Schauplatz begeisterte. Die Show ist die Produktion des erfolgreichen Produzenten Michael Carr mit 14

Tänzern und Musikern. Die getanzte Show vereint die besten irischen Stepp tänzer mit herausragenden Live-Musikern und erstklassigem Gesang. Das Tanz/Musikspektakel ist die Visitenkarte Irlands mit ursprünglichen Elementen. Seien es die seelenvollen Klänge der Uilleann Pipes, die melodischen Töne der Gitarre und des Akkordeons, das Schwingen vom Piano oder die wilden Melodien der irischen Fiedel: Diese besondere Authentizität zeichnet sich etwa durch die Live-Musik, aber auch durch die echten Steppgeräusche – eine wesentliche Audiokulisse, die bei anderen Kompanien in der Regel aus der Konserve kommen. In diesem Sinne: Knock on wood.

The Spirit of Ireland · Irish Dance + Live-Musik · Tanzshow · Samstag, 24. Januar · 20 Uhr · Euro 32,-/26,-/22,- (VVK)/36,-/30,-/26,- (AK)



Es ist, als hätte einer von heute auf morgen beschlossen, Comedystar zu werden. Im März 2011 stellt sich Luke Mockridge zum ersten Mal auf eine Bühne, blinzelt ins Licht und erzählt seine



Luke Mockridge. Foto: Veranstalter

Witze. Heute hat der gebürtige Bonner sein Ziel längst erreicht: Über 100 000 jubelnde Facebook-Freunde („Liker“, wie man sagt), inhaliert von Raabs Erfolgsschmiede Brainpool, von RTL als Teil der „Crème de la Crème der Comedy-Welt“ angekündigt, bei NightWash im Wechsel mit Knacki Deuser als Gastgeber, Träger des Deutschen Comedypreises als bester Newcomer und seit Ende 2012 geht er jetzt auch noch mit einem Soloprogramm auf Tour: Der Sohn des kanadischen Schauspielers und Kabarettisten Bill Mockridge („Lindenstraße“) und der Schauspielerin und Kabarettistin Margie Kinsky (unlängst im Schaustall zu Gast) ist wirklich ein Lucky Luke. Im gleichnamigen Programm führt er am 30. Januar im Schauplatz sein Publikum in zwei Stunden durch seine Kindheit. Die Presse lobt und meint: „Als hätte er nie was anderes gemacht!“ und ist sich sicher, dass Lucky Luke mal einer von den ganz Großen wird.

Luke Mockridge · „I'm Lucky, I'm Luke“ · Comedy · Freitag, 30. Januar · 20 Uhr · Schauplatz · Euro 16,- (VVK)/18,- (AK)



Anzeigenannahme:
0171 / 510 17 44

Karneval und Messen, Fußball und Sommerfreizeit

Spannendes Jahr 2014 für die katholische Jugend Langenfelds



Fußballturnier beim SC Germania Reusrath.

Ein interessantes Jahr 2014 liegt hinter der katholischen Jugend aus der Posthornstadt. Viele Jugendliche haben ereignisreiche Aktionen erlebt und selbst gestaltet. In Langenfeld engagieren sich nahezu 70 Jugendleiter mit dem Pastoralreferenten Benjamin Floer in Gruppierungen wie den Messdienern (etwa 250 Kinder), Pfadfindern (circa 300) und der Mitarbeiterrunde „JUPPES!“ an St. Josef, die Aktionen für Kinder und Jugendliche wie Partys oder Messen plant.

„Bube, Dame, König, Jupp!“

Das neue, aktuelle Kirchenjahr startete für die Jugend an Heiligabend mit der „Mette am Markt“ vor der Stadthalle. Unter der nachdenklichen Fragestellung, ob Christus auch in diesem Jahrtausend noch Anklang in unserer Gesellschaft finden würde, und von der Mitarbeiterrunde St. Josef gestaltet, wurde der Gottesdienst von mehr als 2000 Menschen gefeiert. Die erste große Aktion der Jugend 2014 hingegen war die Teilnahme am hiesigen Karnevalszug. Am 1. März schlängelte sich der Langenfelder Karnevalszug unter dem Motto „In Langenfeld tanzt der Bär – endlich wieder Fasteleer“ durch die Innenstadt. Auch

diesmal durfte „JUPPES!“ hier natürlich nicht fehlen. Geschminkt und kostümiert ging es früh zum Aufstellplatz, wo bereits viele andere Gruppen auf das Startsignal warteten. Pünktlich um 14.11 Uhr setzte sich der Zug in Bewegung. Gut gelaunt tanzten die Kinder unter ihrem Motto „Bube, Dame, König, Jupp!“, wobei Jupp für die Kirche St. Josef steht und für die Jugendlichen somit das Ass im Ärmel ist. Passend hierzu entwarf man ein Kostüm, welches an vielen Vorbereitungstagen zusammengestellt und selbst gebastelt wurde, um es ganz Langenfeld zu präsentieren. Mit viel Freude warfen die Kinder Kamelle in die Menge und machten sich selber so zu größten Karnevalsjecken.

„Baustelle Glauben“

Existiert eine richtige Baustelle in der katholischen Kirche hier vor Ort, an welcher die Jugendlichen aktiv mitbauen können? Diese Frage stellte sich ein kleiner Kreis aus der Mitarbeiterrunde und initiierte regelmäßige Jugendmessen („JuMe“). Diese Messen sollten vermehrt Jugendliche in die Kirche locken. Extra vorbereitete Themen, selbstgeschriebene Texte und Gedankenanstöße gaben den Messen am Sonntagabend in St. Josef ein ganz besonderes, erfri-

schendes Flair. Musikalisch gestaltet wurden diese von einer neu gegründeten Jugendband, die auch alle drei Firmungen 2014 begleitete. Bei der Jugendmesse im Oktober sang zudem „L' Ensemble“, eine Gruppe aus fünf Sängern, mehrere Gospellieder. Dieser Mix aus neuem geistlichem Liedgut und inspirierenden Texten zeichnet die „JuMe“ aus und lockt mit jedem Gottesdienst mehr Besucher in die Kirche. Im Anschluss an die Messen bieten die Jugendlichen in der „Anderen Tür“ noch kostenlose Getränke an, um mit den Messebesuchern in ein offenes Gespräch zu kommen. Auch 2015 wird der Vorbereitungskreis Jugendmessen sonntags um 18.30 Uhr in der Kirche St. Josef organisieren, und zwar am 22. Februar, am 19. April, am 21. Juni, am 13. September und am 29. November.

Messdienertage

Im letzten Jahr wurden zwei Wochenenden ganz ins Zeichen der Messdiener gestellt. Bis zu 80 Messdiener waren hieran jeweils beteiligt. Im Juni trafen sie sich zunächst an der Ortskirche St. Martin, woraufhin gemeinsam zum naheliegenden Bowlingcenter gestartet wurde. Hier teilten sich die Kinder auf zehn Bahnen auf und begannen gleich



Im Bowlingcenter wurden die Pins zum Fallen gebracht.

damit, die Pins zum Fallen zu bringen. Zwischendurch durfte eine kleine Stärkung natürlich nicht fehlen. Besonders, weil nach dem zweistündigen Bowlingvergnügen noch der Rückweg in Form einer sonnigen Schnitzeljagd wartete. Endlich im Pfarrheim angekommen, wurde die Zeit bis zum gemeinsamen Grillen mit kleinen Gruppenspielen gestaltet, bevor es sich die Kinder zu einer Filmnacht gemütlich machten. Am nächsten Morgen klingelte der Wecker früh, da die Gruppe zusammen die sonntägliche Messe in ihren Gewändern am Altar feierte. Auch im Dezember überlegten sich die Leiter ein besonderes Highlight als Dankeschön und gingen mit den Kindern klettern. Die Messdiener kletterten in die Höhe und zeigten sogar mehrere Meter über dem Boden ihre Zugehörigkeit zu der Messdienerschar. Diese Aktion mit einer Übernachtung im Pfarrheim in St. Mariä Himmelfahrt rundete das Messdienerjahr gemeinschaftlich ab.

Fußballturnier

Doch nicht nur die Messdiener sind sportlich aktiv. Für die gesamte Pfarrjugend veranstaltete „JUPPES!“ kurz nach dem ersten Messdienertag am ersten Wochenende der Sommerferien

das erste Langenfelder Fußballturnier auf dem Sportplatz des SC Germania Reusrath. Hierzu luden die Langenfelder auch Mannschaften aus Bamberg, Leverkusen und Düsseldorf in den Langenfelder Süden ein. Über fünf Stunden wurden in zwei Altersklassen die Siegerteams aus insgesamt zehn Mannschaften ermittelt.

Top-3-Plätze

Die Langenfelder Jugendlichen konnten in der U14-Konkurrenz nach einem spannenden Elfmeterschießen den dritten Platz erringen. Noch ein wenig besser schnitten die älteren Langenfelder mit dem zweiten Platz ab. Neben einem Würstchenverkauf bot die Jugend mit Stadionsprecher und Musik das passende Rahmenprogramm zu diesem Event. Die Sieger aus Bamberg (U14) und Düsseldorf (Ü14) wurden mit eigenen Pokalen geehrt und wollen diese im nächsten Jahr verteidigen. Das Turnier bot den Leitern abseits des Platzes die Möglichkeit, die Jugendarbeit aus anderen Gemeinden kennenzulernen und neue Kontakte aufzubauen. Für Juni des gerade begonnenen Jahres 2015 freuen sich die Spieler schon auf das zweite „Turnier zum Jupp“, welches noch mehr Mannschaften anziehen soll.



Die katholische Jugend war auch beim Karnevalszug dabei.



Ein Messdiener beim Klettern.

Fotos (4): privat

Sommerfreizeit

Auch 2014 ging es für 35 Kinder aus Langenfeld und 8 Leiter der Mitarbeiterrunde wieder auf eine ereignisreiche Sommerfreizeit. Mit ausreichend Gepäck für 13 Tage, allerhand Spielen für drinnen und draußen, Musikanlage, der Mini-Litfaßsäule „Weißer Riese“ – welche das jeweilige Tagesprogramm darstellt – und jeder Menge Vorfreude ging es am 3. August mit dem Reisebus los in Richtung Westerswald. Mit vielen Aktionen, wie einer Mini-Playback-Show, „Schlag den Leiter“, Postenlauf und einem Casinoabend, stellte das Leitungsteam ein abwechslungsreiches Programm zusammen und auch Fußballspielen, Wasserschlachten und diverse Gruppenspiele kamen nicht zu kurz. Einer der Höhepunkte war in diesem Jahr die Lagerolympiade. Einen ganzen Tag lang spielten die Kinder in Teams über 15 verschiedene Disziplinen gegeneinander. Ein weiteres Highlight war der Besuch im Freizeitpark „Taunus Wunderland“, in dem sich die Kinder austoben konnten. Auch für dieses Jahr ist bereits ein Haus für einige Sommertage gebucht. Informationen zur Anmeldung können der Website www.kklangenfeld.de entnommen werden.

Buntes Programm

Neben den vorgestellten Aktionen unternahmen die Jugendleiter mit den Kindern zusätzlich noch einige „Kids-Tage“, sie organisierten die liturgische Nacht von Gründonnerstag auf Karfreitag und eine Halloween-Party, machten ferner eine Fahrradtour. An allen Kirchtürmen Langenfelds veranstalteten die Messdienerleiter zusätzliche Gruppenstunden oder Ausflüge für ihre Ministranten. Auch die Pfadfinder haben regelmäßige Gruppenstunden und stemmten im September dazu noch eine Jurten-Party in Langenfeld, bei der von zwei DJs das Zelt zu einer Disco umfunktioniert wurde. Zudem unterstützt die Jugend seit nunmehr drei Jahren ein Patenkind aus Simbabwe. Für den jungen Afrikaner Shyne sammeln die Jugendlichen jährlich am vierten Advent Spenden, sie verkaufen selbstgebackene Plätzchen und Kuchen in St. Josef. Mit dieser Aktion möchte die katholische Jugend darauf aufmerksam machen, dass Jugendlige auch über die Stadtgrenzen hinaus Menschen zu einem besseren Leben verhelfen können. Zusammen mit der Bürgerstiftung St. Josef Langenfeld freute sich die Jugend auch über deren Auszeichnung seitens der

Stadt Langenfeld mit dem Prädikat „kinderfreundlich“. Die Bürgerstiftung nämlich unterstützt die Jugend neben der katholischen Kirche sehr und zeichnet mit ihrem Vorsitzenden Edwin Pütz für ein aktives Jugendleben in der Stadtmitte verantwortlich.

Im gerade begonnenen Jahr warten sogar noch neue Aktionen auf die Kinder und Jugendlichen, die erstmals in der Geschichte mit allen Messdienern der acht Kirchtürme gemeinsam auf eine große fünftägige Messdienerfahrt gehen. Spiel, Spaß

und Spannung sind neben den kirchlichen Impulsen also ausreichend vorhanden in der Langenfelder Pfarrjugend.

(DANIEL KLAAS/
KIRSTEN ESTERS/
FRANK STRAUB)

griech. Philosoph der Antike	Weltreligion	arg. gemein	berechtigt	finn. Ferientziel	Erdwachs	Gibbonart	Stadt an der Elbe
					Frau von Lohengrin		
Hygieneartikel				Goldamsel	Dienstgrad		
		Beterfigur in der Kunst	Kartenglücksspiel				Edelgas
zu dem Zeitpunkt	Po-Zufluss				Baumaterial	Skat Ausdruck	
			Büchergestell	Stadt in Westiran			
clever, gewitzt	Duftwasser	altröm. Geschlecht	edle Blumen			Fremdwortteil: doppelt	
Malgerät				früher als, eher		chemisches Element	
			weibliche Fabelwesen	Flugzeugtyp			
Gebäude		Fernkopien versenden				Auflösung des Rätsels	
Abc-Buch				dt. Vorsilbe	ugs.: eine	<pre> M I O G E N E S E L S A D I O G E N E S E L S A A L S I F U E P O K E R A N G S M A R T I N A B R E S M A R T I N A B R E H A U S I N G P A U S I N G F A X E N R U B E L V E N R U B E L V E N M I O G E N E S E L S A </pre>	
				Gutschein			
Ermahnung		inneres Organ					

Nachrichten und Notizen aus der Politik

Von Geyer bis Noll, von Degner bis Litterscheid



Hans Litterscheid (vorne links, hier mit Frank Schneider, Rolf Dieter Gassen und Manfred Stuckmann). Foto: zur Verfügung gestellt von Rolf D. Gassen



Jens Geyer (links, hier bei einer Jubilarehrung in Monheim).

Foto: SPD

Geyer (SPD) zur Flüchtlingspolitik

„Es tut gut zu sehen, mit wie viel Hilfsbereitschaft Flüchtlingen in unserer Stadt begegnet wird“, meint der Monheimer SPD-Landtagsabgeordnete Jens Geyer, der auch Langenfelder Wähler

in Düsseldorf vertritt. „Wichtig ist die Willkommenskultur vor Ort, mit der wir Flüchtlinge mit oft schrecklichen Erfahrungen und schweren Traumatisierungen aufnehmen.“ 145 Millionen Euro stellen das Land Nordrhein-Westfalen und der Bund im kommenden Jahr für die hier

ankommenden Flüchtlinge zur Verfügung. 108 Millionen Euro davon gehen direkt an die Kommunen. Mit weiteren 37 Millionen Euro finanziert das Land unter anderem eine zusätzliche Erstaufnahmeeinrichtung, zusätzliche Lehrer an den Schulen und die Ausweitung der sozialen Betreuung in den Landeseinrichtungen. „Bund und Länder reagieren damit auf die steigende Zahl von flüchtenden Menschen“, so Sozialdemokrat Jens Geyer. „Je zur Hälfte finanzieren sie auf Bundesebene ein Programm zur Entlastung der aufnehmenden Kommunen. Wir sorgen in NRW dafür, dass das Geld vor Ort ankommt.“ Im Umfang der landeseitigen 54 Millionen Euro habe das Land bereits angekündigt, Hilfestellungen für die Kommunen zu leisten: So sollen neben einer dauerhaften Aufstockung des Flüchtlings-Aufnahmegesetzes (FlüAG) Mittel für zusätzliche Plätze in der Offenen Ganztagsbetreuung, weiteres Personal in den Kindertageseinrichtungen und einen Härtefallfonds für alle Gesundheitskosten über 50 000 Euro zur Verfügung gestellt werden. Die durch den Bund finanzierten weiteren 54 Millionen Euro würden nun zusätzlich weitergeleitet. Maßstab sei auch hier das FlüAG. „So kommt das Geld da an, wo auch die Flüchtlinge

sind“, erläutert der Monheimer SPD-Mann und erteilt damit Überlegungen aus der CDU eine Absage, die Mittel über eine Umsatzsteuerbeteiligung weiterzuleiten. Damit erhielten die Städte und Gemeinden „zielgerichtet“ zusätzlich 54 Millionen Euro für die Aufnahme, Unterbringung, Versorgung und Gesundheitsversorgung von Flüchtlingen. „Bei uns vor Ort wirkt sich die Entlastung folgendermaßen aus: Die Stadt Hilden bekommt durch die Erhöhung der Flüchtlingspauschale des Landes eine Summe von 111 099 Euro. Zusammen mit den zusätzlichen Bundesmitteln sind das insgesamt 272 832,96 Euro. Die Stadt Langenfeld bekommt durch die Erhöhung der Flüchtlingspauschale des Landes eine Summe von 122 532 Euro. Zusammen mit den zusätzlichen Bundesmitteln sind das insgesamt 287 949,32 Euro. Die Stadt Monheim am Rhein bekommt durch die Erhöhung der Flüchtlingspauschale des Landes eine Summe von 85 526 Euro. Zusammen mit den zusätzlichen Bundesmitteln sind das insgesamt 200 987,04 Euro. Das Land NRW wird damit in besonderer Weise seiner Verantwortung, die Verhandlungen der beiden Flüchtlingsgipfel zu erfüllen und die vielfachen Anstrengungen der Städte und Gemeinden zu unter-

stützen, gerecht“, sagt Jens Geyer.

Frankenplatz

Der Frankenplatz in Richrath wird zu Ehren des im Januar 2014 verstorbenen CDU-Altbürgermeisters in Hans-Litterscheid-Platz umbenannt. Dafür votierte der Langenfelder Rat im Dezember mit großer Mehrheit.

Teilhabegesetz

Ein neues Teilhabegesetz soll die Situation von Menschen mit Behinderungen in Deutschland verbessern. „Für uns steht der Mensch mit seinen eigenen Bedürfnissen und Unterstützungsbedarfen im Vordergrund. Zwar setzen die Bund-Länder-Finanzbeziehungen den Rahmen, allerdings ist für die Union die inhaltliche Weiterentwicklung des Teilhaberechts entscheidend“, sagt die Haaner CDU-Bundestagsabgeordnete Michaela Noll. Auch vor dem Hintergrund des befürchteten Fachkräftemangels setze die Union auf die gut qualifizierten Schwerbehinderten: Fast 60 Prozent der Schwerbehinderten, die einen Arbeitsplatz suchen, hätten einen Hochschulabschluss oder einen Beruf gelernt. „Diese Potentiale wollen wir nutzen. Dazu müssen wir künftig vermehrt bei den Stärken und Begabungen ansetzen

Gut gerüstet

Schneeketten & Dachboxen von THULE

Fahren Sie sicher und gut verpackt auf schneebedeckten Straßen.

Die innovativen Schneeketten von Thule lassen sich schnell, intuitiv und leicht anbringen. Mit einer schnittigen, eleganten Thule Dachbox transportieren Sie Ihre komplette Winterausrüstung sicher und trocken in den Schnee.

Sie erhalten einen 10€ Einkaufsgutschein beim Kauf einer Thule Dachbox oder eines Thule Schneeketten-Sets.

THULE Aktion gültig für alle Dachboxen & Schneeketten bis 15.02.2015

SEYFFARTH

SEYFFARTH Autoteile | Werkzeuge | Zweirad
Hans-Böckler-Str. 23 | 40764 Langenfeld | Fon 02173 - 995812 | www.seyffarth.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9.00-18.30 Uhr und Sa. 9.00-14.00 Uhr



Harald Degner (links) und Justizminister Thomas Kutschaty.

Foto: B/G/L

und diese weiterentwickeln“, glaubt Noll. Auch der Vorsitzende des Ausschusses Heilpädagogischer Hilfen für den Landschaftsverband Rheinland (LVR), Klaus Rohde, unterstützt die Erarbeitung eines neuen Teilhabegesetzes. „Ich bin überzeugt, dass manches, das sich als Defizit darstellt, abgearbeitet, beseitigt und zu etwas Positivem entwickelt werden kann. Menschen mit Behinderungen sollen ein selbstbestimmtes Leben führen und sich persönlich entfalten können“, so der Langenfelder Rohde.

Ehrung für Harald Degner

Stellvertretend für die vielen tausend ehrenamtlich in der Justiz des Landes Nordrhein-Westfalen Tätigen hat Justizminister Thomas Kutschaty im Düsseldorfer

Justizministerium 24 Repräsentanten aus NRW für ihre Verdienste ausgezeichnet. Einer der Gewürdigten war der Langenfelder B/G/L-Vorsitzende Harald Degner, der neben seinen kommunalen Ehrenämtern als Mitglied des Stadtrates und des Kreistages seit vielen Jahren auch als ehrenamtlicher Richter am Landgericht Düsseldorf tätig ist. Degner war vom Landgerichtspräsidenten für diese Ehrung vorgeschlagen worden, da er durch sein persönliches Engagement das „Platzen“ eines Strafprozesses verhindert hat. Degner hatte eine geplante Operation verschoben, um den Prozess nicht zu gefährden. „Das wollte ich dem Angeklagten nicht zumuten, dass der Prozess noch einmal ganz von vorne hätte aufgerollt werden müssen“, so Degner, „da die OP den Prozess um mehr

als vier Wochen unterbrochen hätte.“ (Gemäß §229 lässt die Strafprozessordnung (StPO) eine Prozess-Unterbrechung um höchstens drei Wochen zu.) „Die Justiz blickt auf eine lange Tradition beim Ehrenamt zurück. In allen Bereichen der Justiz, vom Justizvollzug über Betreuung bis hin zu den ehrenamtlichen Richterinnen und Richtern, gehört das ehrenamtliche Engagement dazu. Alleine rund 20000 ehrenamtliche Richterinnen und Richter versehen ihren Dienst für die Justiz und die Gesellschaft“, heißt es in einer Mitteilung der B/G/L. Aber auch in Bereichen außerhalb der Justiz engagieren sich viele Menschen. Erste Anlaufstelle für Langenfelder Bürger, die ein Ehrenamt übernehmen wollen, ist die Freiwilligenagentur im Rathaus der Stadt Langenfeld (Telefon: 02173/794-2140).

Defizit

In seinen Weihnachts- und Neujahrsgrüßen erklärte Bürgermeister Frank Schneider, dass die Kommunalsoli-Abgabe für dieses Jahr „mit wiederum mehr als 2,5 Millionen Euro zu Buche“ schlage. Schneider: „Eine zusätzliche und aus meiner Sicht unnötige Belastung, die uns leider auch 2015 ein Haushalts-Defizit bescheren wird und ohne die wir angesichts eines Defizits von etwa 750 000 Euro sogar einen Überschuss erwirtschaften könnten.“ Es liege auf der Hand, dass auch in diesem Jahr „alle Anstrengungen auf dem Kampf gegen diese Zwangsabgabe liegen“.

(Zusammengestellt von FRANK

Die zivilisatorische Firnis



Foto: privat

rend ist die weitere Erkenntnis aus der Studie, wonach fast 30 Prozent der frisch an der Uni eingeschriebenen Jurastudenten in bestimmten Situationen Folter bei Beschuldigten eines Strafverfahrens für vertretbar hielten.

Tatsächlich findet sich die Todesstrafe sogar noch in einer aktuellen Landesverfassung, nämlich der des Bundeslandes Hessen. Nach Artikel 21 der Hessischen Landesverfassung kann bei schweren Verbrechen die Todesstrafe verhängt werden. Hingerichtet wird in Hessen aber nicht, da Art. 102 des Grundgesetzes für die Bundesrepublik Deutschland die Todesstrafe verbietet und erfreulicher Weise der Grundsatz gilt: Bundesrecht bricht Landesrecht!

Nun gibt es zwar auch bei Jurastudenten einen Anteil an Bekloppten, der sicher nicht kleiner ist als bei anderen Bevölkerungsgruppen, ein so hoher Anteil an Befürwortern von Todesstrafe und Folter bei Menschen, die später aber einmal Richter Staatsanwälte oder sonstige Rechtsanwender werden sollen, ist dann aber doch besorgniserregend. Dies umso mehr, als dass der Professor diese Studie bereits seit vielen Jahrzehnten betreibt und die Zahl der Todesstrafenbefürworter unter den Jurastudenten sich seit der ersten Befragung vor 25 Jahren verdreifacht hat.

Es ist also durchaus angezeigt, auf unsere zivilisatorische Firnis zu achten und nicht auf jeden populistischen Dreck hereinzufallen. Diese Sorge ist wohl auch Grund dafür, dass die Todesstrafe immer noch in der Hessischen Landesverfassung steht. Zur Änderung der Landesverfassung bedarf es in Hessen nämlich einer Volksabstimmung mit Zweidrittelmehrheit. Offensichtlich ist der Zeitpunkt für eine solche Bürgerbefragung gerade nicht der richtige ...

Moritz E. Peters
Fachanwalt für Strafrecht
Rechtsanwälte Peters & Szarvasy
Krischerstraße 22
40789 Monheim am Rhein
Telefon 02173/1098500

Wie schnell eine ganze Zivilisation, selbst hier in Europa, ins Chaos abrutschen kann, zeigen uns die schrecklichen Geschehnisse im Osten der Ukraine. In einer Region, in welcher deutsche und europäische Fußballtouristen noch vor zweieinhalb Jahren gefeiert haben, rollen heute Panzer und sterben Menschen in einem Bürgerkrieg.

In juristischer Hinsicht halte ich die Abschaffung der Todesstrafe für den Höhepunkt zivilisatorischen Wirkens. Die Tatsache, dass sich der Staat und seine Justiz dem Recht entsagt, Menschenleben zu beenden, selbst wenn dieser Mensch schreckliche Verbrechen begangen hat, ist eine Errungenschaft des Rechts, die auch und gerade Ausdruck der Erkenntnis der menschlichen Fehlbarkeit, auch derjenigen Menschen, die Recht sprechen und anwenden, ist. Das menschliche Leben, auch das des Menschen, der verabscheuungswürdige Taten begangen hat, soll als absolutes Recht der weltlichen Gerichtsbarkeit entzogen sein.

Dass rechte Idioten mit großformatigen Autoaufklebern durch die Lande fahren, auf denen die Wiedereinführung der Todesstrafe für „Kinderschänder“ und ähnliches gefordert wird, ist da widerwärtig genug. Erschrecken lässt einen aber, dass nach einer Studie des deutschen Strafrechtsprofessors Franz Streng (welch schöner Name für einen Strafrechtler) knapp ein Drittel der angehenden Jurastudenten die Wiedereinführung der Todesstrafe für bestimmte Delikte befürworten würden. Genauso schockie-

WIR sind DIE UMZUGSMACHER

in Lev.-Opladen • Telefon 02171-2377

Seit über 130 Jahren Ihr Möbelspediteur

JUFERNBRUCH
TRANSPORTE

Titel, Tränen und Träume

Das Langenfelder Sportjahr 2014 im Rückblick

Langenfeld wurde auch im vergangenen Jahr einmal mehr seinem Ruf als Sportstadt gerecht. Mehr als ein Drittel aller Einwohner der Posthornstadt sind einem der über 60 Langenfelder Sportvereine angeschlossen. Für die Aktiven und für alle Sportfans bot das Sportjahr 2014 zahlreiche Höhepunkte. Wir lassen die wichtigsten Ereignisse Revue passieren und ziehen eine kurze Bilanz zum sportlichen Geschehen im Jahr 2014.

Ein Vizemeister und ein Aufsteiger

In der Publikumsgunst ist Handball seit Jahren die Nummer eins in Langenfeld. Die Mannschaft der SG Langenfeld (SGL) hat sich in der Oberliga, der aktuell viert-höchsten Spielklasse (eine neue Ligenreform ist geplant), in der Spitze etabliert und bestreitet hier ihre vierte Saison. Der Blick Richtung Aufstieg ist erlaubt, aber natürlich in erster Linie eine Frage der Finanzen, dürfte sich doch der Etat hier mehr als verdreifachen. Die Vizemeisterschaft der Saison 2013/14 machte den Fans Lust auf mehr. Dies hat sich aber in der laufenden Saison mit einem schwachen Saisonstart (5:9 Punkte) vorerst relativiert. Das Team bekam wieder die Kurve und holte aus den folgenden sechs Spielen 11:1 Zähler. Was nach der Hinrunde den Sprung auf Platz sechs brachte (16:10 Punkte). Bei sieben Zählern Rückstand auf Tabellenführer TV Aldekerk scheint für die SGL der Meisterschaftszug jedoch abgefahren zu sein. Trainer Leszek Hoft will mit seiner Mannschaft aber unbedingt noch unter die ersten Fünf. Derweil steht bereits fest, dass Hoft seine Trainertätigkeit in Langenfeld nach zwei Jahren am Ende der Saison beenden wird. Die Verantwortlichen um Abteilungsleiter Klaus Majeres konnten sich mit dem erfahrenen Coach im Hinblick auf den Ausbau der Jugendarbeit nicht einigen. Hofts Nachfolger kommt mit Co-Trainer Dennis Werkmeister aus den eigenen Reihen. Seine Fä-

higkeiten als Chefcoach stellte Werkmeister bereits bei der zweiten Mannschaft der SGL eindrucksvoll unter Beweis. Hier gelang den Langenfeldern souverän der Aufstieg in die Verbandsliga, wo das Team auch in der Spitzengruppe mitmischt und nach zehn Spielen als Vierter überwintert. In die Oberliga aufsteigen können die zweiten Handball-Herren aber nicht, solange hier die erste Mannschaft spielt. Bei den Damen ist die SGL mit Trainer Sebastian Rößler in der Landesliga am Start. Die Langenfelderinnen sind bei ihrem Ziel Klassenerhalt auf einem guten Weg und beendeten das alte Jahr nach neun Partien (von 22 Saisonspielen) mit 8:10 Punkten als Achter.

Aufstiegszug gestoppt

Die American Footballer der Langenfeld Longhorns zogen im Jahr 2011 (Insolvenz aufgrund Steuernachforderung) ihre Mannschaft aus der 2. Liga zurück und starteten in den unteren Ligen einen Neuaufbau. Nach drei Aufstiegsfeiern in Folge (ohne Niederlage) hatten die Longhorns zur Saison 2014 die Rückkehr in die Regionalliga (dritthöchste Liga) geschafft. Hier wurde der Aufstiegszug des Teams von Headcoach Michael Hap erst im letzten Moment gestoppt. Nach der unglücklichen Heimmiederlage gegen die Paderborn Dolphins musste Langenfeld den Gästen den Vortritt im Titelkampf lassen. Am Ende belegten die Longhorns Platz drei und werden in diesem Jahr (Saisonstart: April 2015) einen neuen Anlauf Richtung GFL 2 (German Football League/2. Bundesliga) nehmen. Eine lange Football-Tradition hat der Langenfelder Indoorbowl, der Ende November zum 16. Mal auf dem Programm stand und knapp 500 begeisterte Fans in die Sporthalle des Konrad-Adenauer-Gymnasiums (KAG-Sporthalle) lockte. Nach sieben Turniersiegen in Folge holten die Longhorns diesmal Platz zwei, Sieger wurden die Gelsenkirchener Devils. Zwei weitere Meldungen von den Longhorns: Im neu gegründeten



Siegeszug der Longhorns gestoppt: Nach dem Durchmarsch bis in die Regionalliga blieb den Langenfeld Longhorns der Sprung in die 2. Football-Bundesliga verwehrt. In den Spitzenspielen gegen den späteren Aufsteiger Paderborn setzte es zwei unglückliche Niederlagen. Foto: Langenfeld Longhorns



Der Traum vom Aufstieg muss wohl verschoben werden: Die Handballer der SG Langenfeld liegen in der Oberliga nach der Hinrunde nur auf dem sechsten Platz mit sieben Punkten Rückstand zur Spitze. Foto: SG Langenfeld

„Prospects-Team“ können sich Newcomer und Nachwuchsspieler für einen Einsatz in der ersten Mannschaft empfehlen. Und die A-Jugend der Langenfelder tritt in der kommenden Saison in der höchsten deutschen Spielklasse an. Ein idealer Unterbau für Talente mit Perspektive.

Glänzende Nachwuchsarbeit

König Fußball spielt in Langenfeld seit Jahren eine eher untergeordnete Rolle. Nach dem Landesliga-Abstieg des TuSpo Richrath und dem zu Beginn der laufenden Saison erfolgten Rückzug des TuSpo aus der Bezirksliga sind mit dem SSV Berghausen und dem SC Reusrath (SCR) nur noch zwei der sechs Langenfelder Fußballvereine in der Bezirksliga (siebte Liga) am Start. Der HSV Langenfeld und der GSV Langenfeld werden wohl

auch nach dieser Saison der Kreisliga A angehören und wie es in Richrath weitergeht, steht noch in den Sternen. Der frühere Drittligist VfB Langenfeld kickt seit neun Jahren in der Kreisliga B, ist aber inzwischen schuldenfrei, was angesichts der einst dramatischen finanziellen Lage heute absolute Priorität hat. Hervorzuheben ist die glänzende Nachwuchsarbeit aller Fußballklubs. Hier nur zwei Beispiele: Der Provinzial-Cup des SSV Berghausen (in 2014 erstmals als Alleinveranstalter ohne die SF Baumberg) ist eines der wichtigsten Turniere für C-Junioren mit vielen Nachwuchsteams von Profiklubs und seit über einem Jahrzehnt in Langenfeld etabliert. Das Jugend-Pfingstturnier (Bambini bis D-Jugend) des TuSpo Richrath hat eine große Tradition und fand im vergangenen Jahr erstmals mit Mann-



Zweifache Deutsche Meisterin im Sportkegeln und zweimal WM-Silber: Sandra Gsoadam. Foto: SKL

schaften der Langenfelder Partnerstädte statt. Ein Höhepunkt im Langenfelder Fußball sind auch die traditionellen Hallenfußball-Stadtmeisterschaften. Weitere Infos hierzu und zum aktuellen Fußballgeschehen lesen Sie bitte in dieser Ausgabe in unserem Fußball-Artikel mit der Elf der Hinrunde.

Ende einer Ära und das Jahr der Sportkegler

Das Badminton-Team des FC Langenfeld (FCL) möchte an die alten Bundesliga-Erfolge anknüpfen. Die Aufstiegssaison in die 2. Bundesliga Nord beendeten die Langenfelder mit dem glänzenden dritten Platz. In der laufenden Serie darf der FCL noch vom Aufstieg träumen. Nach dem 7:1-Sieg zum Rückrundenauftritt (achter Spieltag) in Berlin kletterte Langenfeld in

der Tabelle auf Rang drei. Bei den Deutschen Meisterschaften Anfang Februar 2014 in Bielefeld brachten die FCL-Akteure zwei Medaillen mit nach Hause. Sven Eric Kastens holte im Herren-Einzel Bronze und Titelverteidigerin Fabienne Deprez erreichte im Damen-Einzel erneut das Finale, unterlag aber gegen Karin Schnaase (vom Bundesligisten Union Lüdinghausen) in zwei Sätzen. Kurz danach ging im Langenfelder Badminton eine Ära zu Ende. Nationalspielerin Fabienne Deprez (22), seit Kindesbeinen beim FCL aktiv, wechselte zur neuen Saison zum Regionalligisten BV Gifhorn. Großer Jubel herrschte beim Richrather SV 08. Die Badminton-Mannschaft feierte den Aufstieg in die Bezirksliga. Bundesligasport wird in der Posthornstadt bei den Sportkeglern Langenfeld (SKL) geboten. Nach der Fusion mit dem SKC 67 Paffrath (Bergisch-Gladbach) tritt Langenfeld erstmals mit zwei Mannschaften in der ersten Bundesliga an, mit dem neu gegründeten Club SKC Langenfeld/Paffrath bei den Herren und den Damen. Die Langenfelder Herren sind als krasser Außenseiter gestartet und überwintern wie erwartet am Tabellenende. Dagegen dürfen die Damen in ihrer fünften Bundesliga-Saison in Folge sogar erstmals von der Teilnahme an der Play-Off-Runde zur Deutschen Meisterschaft träumen. Überhaupt war das Jahr 2014 eines der erfolgreichsten in der inzwischen über 50-jährigen Vereinsgeschichte der SKL. Die Sportkegler richteten in ihrer Manni-Jung-Sportkegelhalle gleich sechs Groß-Turniere aus. Höhepunkte des Turniermarathons waren die Deutschen Meisterschaften Ende Mai und im August die elfte Jugend- und Juniorenweltmeisterschaft in den Altersklassen U 18 und U 24. Hier holte die Langenfelderin Sandra Gsodam bei der U 24 zweimal Silber im Damen-Einzel und im Damen-Tandem. Bei den Deutschen Meisterschaften triumphierte Sandra Gsodam im Damen-Einzel U 24 und in der Mannschaft mit ihren Vereinskolleginnen Tanja Rittmann, Birgit

Meierjohann, Sandra Kaiser und Doris Buschhaus. Bundesligasport gibt es auch beim Billard-sportverein Langenfeld, der in der 2. Bundesliga Dreiband um den Klassenerhalt kämpft.

SGL: Breitensport und mehr

Für die Sportbegeisterung der Stadt steht die SG Langenfeld (SGL), die mit über 9000 Mitgliedern zu den größten Sportvereinen in Deutschland gehört. Die SGL versteht sich mit ihren 26 Fachsport-Abteilungen und den insgesamt knapp 100 Sportangeboten in erster Linie als Verein für Breiten- und Gesundheitssport. Doch auch die Leistungssportler der SGL, nicht nur die Handballer, sorgen für Aufsehen. Die SGL-Volleyballerinnen mit ihrem langjährigen Trainer Michael Wernitz sind seit Gründung der Dritten Liga im Jahr 2012 dabei und peilen erneut den Klassenerhalt an. Die Volleyball-Herren der SGL, eigentlich sportlich aus der Verbandsliga abgestiegen, schlossen sich mit der TSG Solingen zu einer Spielgemeinschaft zusammen und dürfen deshalb weiter in der Verbandsliga starten. Hier ist das neuformierte Team unter Spielertrainer Mark Nahrstedt beim Ziel Klassenerhalt auf einem guten Weg. Die Basketballer der SGL spielen mit Trainer Mustafa Shukoor in der Landesliga und planen mittelfristig die Rückkehr in die Oberliga. Ein tolles Zweitliga-Comeback feierten die Skaterhockey-Cracks der SG Langenfeld Devils. Im Aufstiegsjahr landeten die Devils mit ihrem Coach Thomas Schütt in der 2. Bundesliga Süd auf einem hervorragenden vierten Platz. Dazu gewann Devils-Eigengewächs Victor Uhl mit der Junioren-Nationalmannschaft den Europameisterschaftstitel 2014. Erfolgreich waren auch die Damen der Devils, die mit Trainer Benjamin Lehmler in der 1. Damenliga den Klassenerhalt bejubeln durften. Noch ein Highlight war das Europapokal-Turnier der Altersklasse U 13, das die Devils als Gastgeber im Frühjahr in der KAG-Halle organisierten und mit ihrem Team Neunter wurden.



Ein starkes Team: Die Judoka des JC Langenfeld, die bei den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften der U 18/U 21 mit der NRW-Auswahl die Vizemeisterschaft holten. Foto: JCL



Ein sportliches Aushängeschild für die Stadt: Der cSc-Cup rund um den Freizeitpark. Foto: Weik-Stiftung

Weitere Highlights der Sportstadt

Das Sportgeschehen in der Sportstadt Langenfeld ist bunt und mit vielen weiteren Höhepunkten gespickt. Hier nur eine kleine Auswahl weiterer Highlights. Der Judoclub Langenfeld (JCL), mit seiner tollen Nachwuchsarbeit eine wahre Talentschmiede, feiert immer wieder große Erfolge. So gewann zum Beispiel bei den Deutschen Judo-Meisterschaften der Altersklasse U 18 Nora Bannenberg (Gewichtsklasse bis 48 Kilo) die Bronzemedaille und bei den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften U 18/U 21 holten zuletzt Nora Bannenberg sowie ihre JCL-Kolleginnen Merle Grigo, Jasmin Flosdorf und Pauline Sommerer mit der NRW-Auswahl die Vizemeisterschaft. Hö-



Strahlmänner: Die Skaterhockey-Cracks der SG Langenfeld Devils spielten in ihrer Aufstiegsaison in der 2. Bundesliga Süd eine tolle Serie und landeten auf einem hervorragenden vierten Platz. Foto: SGL Devils

hepunkt im Reiten sind die traditionellen Rheinischen Meisterschaften auf Gut Langfort, die im Juli zum zwölften Mal anstanden. Lokalmatador Jeldrik Krüger wurde beim Springen Sechster. Im Tennis hat der TC Grün-Weiß Langenfeld (GWL) sein Turnier um den Sparkasse Langenfeld Cup zu einer attraktiven Veranstaltung ausgebaut, bei der um Punkte für die Rangliste des Deutschen Tennis-Bundes und um Leistungsklassen-Punkte gekämpft wird. Bei der fünften Turnier-Auflage mit 262 Teilnehmern konnte im Herren-Einzel (offene Klasse) Alexander Schürmann (GWL) seinen Titel verteidigen. Mit den kleineren Bällen jonglieren die Tischtennispieler der TTG Langenfeld erfolgreich in der Verbandsliga. Hier ist die TTG das dritte Jahr in Folge am Start und sollte mit dem Abstiegskampf nichts zu tun ha-

ben. Einen hohen Stellenwert genießt in Langenfeld der Behindertensport. So wurden im Februar 2014 Stefanie Wiegel und Matthias Pütz von der Lebenshilfe-Sportgruppe zu Langenfelds Sportlern des Jahres gewählt (für ihre sportlichen Erfolge im Jahr 2013). Außerdem war Stefanie Wiegel im Mai in Düsseldorf bei den Special Olympics, der Olympiade für Menschen mit geistiger Behinderung, am Start. Der integrative Rollsportwettbewerb „capp-Sport-cup“ (cSc), der seit 2001 von der Weik-Stiftung rund um den Freizeitpark ausgerichtet wird, lockte Anfang September über 500 Sportler von nah und fern und ist schon längst ein sportliches Aushängeschild für die Stadt. Das Sportleben in Langenfeld ist bunt und erfolgreich und verspricht auch für 2015 viele Höhepunkte.

(FRANK SIMONS) ■

Fußball: Die Elf der Hinrunde

Von Oberliga bis Kreisliga A in Langenfeld und Monheim

In den Fußball-Amateurligen befinden sich die Klubs in der Winterpause. Wir ziehen eine kurze Bilanz bei den Langenfelder und Monheimer Vereinen von Oberliga bis Kreisliga A und präsentieren Ihnen die Elf der Hinrunde. Nach der über zweimonatigen Punktspielpause geht es am 22. Februar 2015 in Oberliga und Bezirksliga mit dem Kampf um Tore und Punkte weiter. Zuvor steht am 8. Februar das Kreispokal-Viertelfinale auf dem Programm. Die Kreisliga A startet am 8. März 2015 in die Rückrunde.

OBERLIGA NIEDERRHEIN

Die **SF Baumberg (SFB)** sind das Aushängeschild im Fußball-Kreis Solingen, was längst keine Selbstverständlichkeit ist. Noch vor wenigen Jahren stand Baumberg nach den Eskapaden eines früheren Schatzmeisters finanziell am Abgrund und es war nur dem Einsatz aller Verantwortlichen zu verdanken, dass an der Sandstraße überhaupt noch Fußball auf diesem Niveau präsentiert werden kann. Darum wünscht sich der SFB-Vorstand, dass trotz der gestiegenen Erwartungshaltung – bedingt durch die sportlichen Erfolge mit Oberliga-Qualifikation, dem Gewinn des Niederrheinpokals in der Saison 2012/2013 und der DFB-Pokalteilnahme (1:4 gegen FC Ingolstadt) – auch mal die Kirche im Dorf bleibt. „Es ist doch klar, dass wir in der Oberliga erstmal gegen den Abstieg spielen“, sagt der SFB-Vorsitzende Jürgen Schick. Trotzdem war die Hinrunde für die Sportfreunde eine große Enttäuschung und als Drittlletzter überwintert Baumberg (nur 14 Punkte aus 17 Spielen) wieder einmal auf einem Abstiegsplatz (mindestens vier Vereine steigen definitiv in die Landesliga ab) - mit vier Zählern Rückstand ans voraussichtlich rettende Ufer. Bereits die ersten beiden Oberliga-Jahre verbrachte Baumberg die Winterpause auf einem Abstiegsrang und schaffte jeweils am Ende doch noch den Klassenerhalt. Die Elf von SFB-Trainer Marc Schweiger,

der das Amt an der Sandstraße vor der Saison übernahm, sorgte aber in dieser Saison erneut im Niederrheinpokal für Furore und musste sich hier erst im Viertelfinale dem früheren Bundesligisten RW Essen (Regionalliga-Tabelleführer) trotz einer starken Leistung mit 1:4 geschlagen geben. „Wir werden in der Winterpause alles auf den Prüfstand stellen und analysieren, auch beim Trainerteam“, kündigt SFB-Chef Schick an, „die Chance auf den Klassenerhalt ist noch da. Ich sehe diese sogar besser als in der vergangenen Saison.“ Da sicherten sich die Sportfreunde im Endspurt mit drei Siegen die Liga. Dringender Handlungsbedarf bestand nach dem langfristigen Ausfall des etatmäßigen Keepers Jan Conradi (Rückenprobleme) auf der Torhüterposition. Hier konnten die Sportfreunde jetzt mit Martin Klafflberger einen erstklassigen Keeper verpflichten. Der 30-Jährige spielte lange für den Wuppertaler SV und zuletzt beim Landesligisten GW Wuppertal. Außerdem kommt mit Yannic Intven (FC Bergheim/davor TuRU Düsseldorf) ein Abwehrspieler, der schon früher auf dem SFB-Wunschzettel stand. Mit Tibor Heber (beruflich) und Christian Beckers (disziplinarische Gründe) haben zwei Kicker den Klub verlassen. In der Trainerfrage stand bei Redaktionsschluss die Entscheidung noch aus. Trainingsbeginn an der Sandstraße ist am 15. Januar. In der Vorbereitung sind sieben Testspiele geplant, der erste Test am 24. Januar bei der U 23 des VfL Bochum (Regionalliga). Drei Tests stehen an der heimischen Sandstraße auf dem Programm: am 4. Februar (19.30 Uhr) gegen den Cronenberger SC (Landesliga), am 11. Februar (19.30 Uhr) gegen den Düsseldorfer Landesligisten SC West und vor dem Punktspielstart die Generalprobe am 14. Februar (Karnevalsamstag, 14.30 Uhr) gegen den Mittelrheinligisten VfL Leverkusen. Am 22. Februar (15 Uhr, MEGA-Stadion an der Sandstraße) geht für Baumberg in der Liga der Kampf um den Klassenerhalt gegen die U 23 des MSV Duisburg weiter.



Im weiteren Kreis; Tor: André Maczkowiak (1. FC Monheim), Christian Cyrus (HSV Langenfeld). Abwehr: Robin Bastian (GSV Langenfeld). Mittelfeld: Sebastian Claus, Daniel Claus (beide SSV Berghausen), Jean Michéle Röhrscheidt (HSV Langenfeld), Vincenzo Pichierri, Franz Schmidt (beide GSV Langenfeld).

BEZIRKSLIGA

Die Saison in der Bezirksliga begann mit einem Paukenschlag. Landesliga-Absteiger **TuSpo Richrath** zog nach vier Spielen mit derben Niederlagen (0:40 Tore) seine Mannschaft zurück. Die TuSpo-Verantwortlichen um den neuen ersten Vorsitzenden Rainer Broichgans basteln derzeit noch an einem Konzept, wie es in der kommenden Saison am traditionsreichen Schlangenberg weitergehen soll. Den nächsten Paukenschlag lieferte der **1. FC Monheim (FCM)** kurz vor der Winterpause. FCM-Trainer Daniel Cartus, erst vor der Saison aus Richrath nach Monheim gewechselt, legte vor dem Derby beim SSV Berghausen (1:2) am letzten Hinrundenspieltag sein Amt nieder. „Wir waren selber überrascht. Cartus hatte wohl das Gefühl, die Mannschaft steht nicht mehr hinter ihm“, sagt FCM-Geschäftsführer Karim El Fahmi. Wer auf Ex-Profi Cartus folgt, stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Fakt ist, dass auch im Rheinstadion die Enttäuschung über den bisherigen Saisonverlauf groß ist. Nach dem ebenso unglücklichen wie

überflüssigen Landesliga-Absstieg will der FCM eigentlich auf direktem Weg in die Landesliga zurück. Monheim galt auch bei fast allen Experten als Aufstiegs-kandidat Nummer eins. Die Realität sieht leider anders aus: Nach vier Niederlagen in der Hinrunde (sieben Siege) liegt Monheim nur auf dem achten Platz, darf sich aber bei sechs Zählern Rückstand auf Tabellenführer TuS Bösinghoven II noch Hoffnungen machen, in der Rückrunde in den Titelkampf einzugreifen. „Wir sind spielerisch nicht so zur Geltung gekommen. Die Liga ist aber auch sehr ausgeglichen“, meint El Fahmi. Der FCM verfügt mit nur 13 Gegentoren über die stärkste Abwehr der Liga, muss aber in der Offensive entschieden durchschlagskräftiger agieren. Die bislang erzielten 21 Tore sind der drittschlechteste Wert aller Teams. Punktgleich mit dem 1. FC Monheim, aber mit der besseren Tor-differenz, überwintert der **SSV Berghausen** (ebenfalls 25 Zähler) als Tabellensechster. Die Mannschaft von SSV-Coach Siegfried Lehnert legte mit vier Siegen in Folge einen tollen Saisonstart hin. Entgegen den Ge-

wohnheiten der letzten Jahre, als Berghausen häufig nach einem Fehlstart das Feld von hinten aufrollen mussten. Auch bedingt durch personelle Probleme konnte der SSV die hervorragende Ausgangsposition nicht ausbauen und rutschte in der Tabelle etwas ab. Der 2:1-Derby-sieg gegen Monheim zum Abschluss der Hinrunde macht den Verantwortlichen an der Baumberger Straße Mut für eine erfolgreiche Rückrunde. „Wir haben einen guten Kader, konnten aber die vielen verletzten Spieler nicht ersetzen. In der Rückrunde wollen wir einen guten Start hinlegen und uns im oberen Drittel festsetzen“, betont Lehnert. Im Kreispokal-Viertelfinale muss Berghausen erneut gegen den 1. FC Monheim antreten, am 8. Februar (15 Uhr) im Monheimer Rheinstadion. Der **SC Reusrath (SCR)** ging nach den Erfolgen der vergangenen Jahre (Platz drei in der letzten Saison, davor Vizemeister) ambitioniert in die Saison. Das Team von SCR-Trainer Udo Dornhaus legte ebenfalls einen guten Start hin, musste aber in der Folge auch den zusätzlichen Belastungen in Kreis- und Niederrheinpokal Tribut zahlen. Im

Niederrheinpokal schied Reusrath in der zweiten Runde gegen den letztjährigen Oberliga-Meister SV Hönnepele-Niedermörmter etwas unglücklich aus (0:3). Im Viertelfinale des Kreispokals erwartet der SCR am 8. Februar (15 Uhr, Sportpark Reusrath) den Kreisligisten GSV Langenfeld. Die Reusrather belegen in der Liga mit einer ausgeglichenen Bilanz (21 Punkte: sechs Siege, sechs Niederlagen) Rang neun, müssen aber den Blick durchaus auch nach unten richten. Der Vorsprung auf die Abstiegsregion beträgt nur vier Zähler. Das große Manko: Die mangelnde Chancenverwertung und die dadurch bescheidene Torausbeute mit lediglich 17 Treffern. Nur der Dritttletzte RW Lintorf (15) erzielte weniger Tore. „Hätten wir nur zwanzig Prozent mehr unserer vielen Chancen genutzt, würden auf unserem Punktekonto acht oder neun Zähler mehr stehen“, ärgert sich Dornhaus. Weil aber im Konjunktiv keine Fußballspiele entschieden werden, muss der SCR in der Rückrunde im Angriff konzentrierter zu Werke gehen. Die erste Gelegenheit hierfür gibt es nach der Winterpause in der Liga für Reusrath mit dem Gastspiel beim Vorletzten SG Unterrath. Der 1. FC Monheim muss zum Vierten Schwarz-Weiß 06 Düsseldorf reisen und der SSV Berghausen tritt im Spitzenspiel beim Tabellennachbarn Eller 04 an (alle Spiele am 22. Februar um 15 Uhr).

KREISLIGA A

Der **HSV Langenfeld** startete mit großen Hoffnungen in die zweite Kreisliga-Saison nach dem Abstieg aus der Bezirksliga. Mit dem Ziel, den Neuaufbau voran zu treiben und im oberen Drittel mitzuspielen. Das Team von HSV-Coach André Pilz blieb allerdings bislang hinter den Erwartungen und muss sich nach der Hinrunde mit Platz zehn (19 Punkte aus 15 Spielen) zufrieden geben. André Pilz kündigte bereits seinen Abschied zum Ende der Saison an. Nachfolger wird HSV-Urgestein Daniel Gehardt, derzeit Trainer der zweiten HSV-

Mannschaft (Kreisliga B). Im ersten Punktspiel nach der Winterpause am 8. März (15 Uhr, Burgstraße) will sich der HSV im Derby gegen den SC Reusrath II für die 2:6-Hinspielpleite revanchieren. Der **GSV Langenfeld** mit Trainer Nehat Ljoki beendete die Hinrunde als Achter (20 Punkte) im gesicherten Mittelfeld der Tabelle. „Wir liegen im Soll, haben aber den ein oder anderen Punkt verschenkt, vor allem auswärts, wo wir nur vier Punkte ge-

holt haben. Insgesamt hat sich die Mannschaft aber stabilisiert“, erklärt der GSV-Vorsitzende Horst Koch.

Die **SF Baumberg II**, Vizemeister der Vorsaison, wollten den Aufstieg anpeilen, was auch als Unterbau zur Oberliga-Mannschaft Sinn macht. Nach einem holprigen Saisonstart kamen die Sportfreunde unter ihrem neuen Trainer Daniel Galic (Nachfolger von Achim Nohlen) erst spät auf Touren und kletterten bis

zum Ende der Hinrunde noch auf den vierten Platz (24 Punkte). Bei 16 Zählern Rückstand auf Tabellenführer SV DITIB Solingen ist der Meisterschaftszug aber bereits abgefahren. Bezirksliga-Absteiger **1. FC Monheim II** mit Trainer Michael Will liegt mit einer ausgeglichenen Statistik (fünf Siege, fünf Unentschieden, fünf Niederlagen) im sicheren Mittelfeld auf Platz sieben (20 Punkte). Dagegen scheint sich für den **SC Reusrath II** die alte

Fußball-Weisheit zu bewahrheiten, dass nach dem Aufstieg das zweite Jahr das schwerste ist. Nach der tollen Aufstiegssaison (Platz vier) kämpft die Elf von SCR-Coach Ralf Dietrich in dieser Spielzeit um den Klassenerhalt. Als Zwölfter (15 Punkte) beträgt der Vorsprung auf die Abstiegsregion lediglich zwei Zähler. In der Kreisliga ist also zumindest im Abstiegskampf noch Spannung garantiert.

(FRANK SIMONS) ■

Überraschung: HSV Langenfeld neuer Hallenfußball-Stadtmeister



Tolle Spiele vor vollen Rängen: Die traditionellen Langenfelder Hallenfußball-Stadtmeisterschaften boten wieder kurzweilige Unterhaltung in der Winterpause. Hier eine Szene aus dem Endspiel des HSV gegen Reusrath.

Die Langenfelder Hallenfußball-Stadtmeisterschaften endeten mit einer faustdicken Überraschung. Kreisligist HSV Langenfeld, diesmal Ausrichter der traditionellen Veranstaltung, sicherte sich den Titel mit einem 4:2-Sieg in einem spannenden Finale gegen den Bezirksligisten SC Reusrath (SCR), der zuvor die letzten beiden Turniere gewonnen hatte. Den Triumph der Gastgeber komplettierte die Zweitvertretung des HSV (Kreisliga B) mit dem dritten Platz.

Der Meister der Herzen

Gastgeber HSV und Titelverteidiger Reusrath trafen schon in den Gruppenspielen aufeinander, beide Teams waren aber

bereits für das Halbfinale qualifiziert. Die Mannschaft von SCR-Trainer Udo Dornhaus konnte sich in der Vorrunde noch mit 3:1 gegen den HSV durchsetzen und gewann damit die Gruppe A. Der SSV Berghausen II und der VfB Langenfeld (beide Kreisliga B) schieden in dieser Gruppe vorzeitig aus, der VfB versöhnte seine Anhänger aber mit durchaus überzeugenden Auftritten. In Gruppe B avancierten die Alten Herren des TuSpo Richrath zum Meister der Herzen. Die Richrather, nach dem Rückzug ihrer Bezirksliga-Mannschaft intensiv mit den Planungen des Neuaufbaus beschäftigt, hatten ihr Altherrenteam zu den Stadtmeisterschaften geschickt und siegen vor dem Überraschungsteam des HSV Langenfeld II in



Der Jubel der Sieger: Kreisligist HSV Langenfeld, diesmal auch Gastgeber der Stadtmeisterschaften, sicherte sich den Turniersieg mit einem 4:2 im Finale gegen Titelverteidiger SC Reusrath. Fotos (2): Simons

ihrer Gruppe. Hier mussten ebenso überraschend Bezirksligist SSV Berghausen (nur ein Punktchen) sowie der GSV Langenfeld (Kreisliga A) vorzeitig die Segel streichen. Die Alten Herren des TuSpo, gespickt mit früheren Verbandsligaspielern, begeisterten mit tollem Kombinationsfußball, mussten sich aber im Halbfinale unglücklich dem HSV Langenfeld mit 0:1 geschlagen geben. Zuvor siegte im ersten Halbfinale der SC Reusrath gegen die Zweitvertretung des HSV mit 5:3 im Siebenmeterschießen (2:2 nach regulärer Spielzeit). Dramatik pur boten dann auch die Endspiele in der, über den ganzen Tag verteilt, mit mehr als 500 Zuschauern voll besetzten Sporthalle des Konrad-Adenauer-Gymnasi-

ums. Im kleinen Finale holte sich der HSV II mit Trainer Daniel Gerhardt nach einem 5:4 im Siebenmeterschießen (2:2 nach regulärer Spielzeit) gegen TuSpo Richrath den dritten Platz, ehe die Gastgeber des HSV für einen perfekten Abend der Hucklenbrucher sorgten. Der 4:2-Sieg der ersten HSV-Mannschaft, betreut von Co-Trainer Bülent Öztürk (Chefcach André Pilz beobachtete das Geschehen von der Tribüne), war der verdiente Lohn für einen engagierten Auftritt gegen den klassenhöheren Lokalrivalen. Sebastian Tiburtius, Jean Michéle Röhrscheidt (2) und Julian Ramos-Lucas schossen den HSV zum Turniersieg. Für Reusrath erzielte David Wietschorke beide Treffer.

(FRANK SIMONS) ■

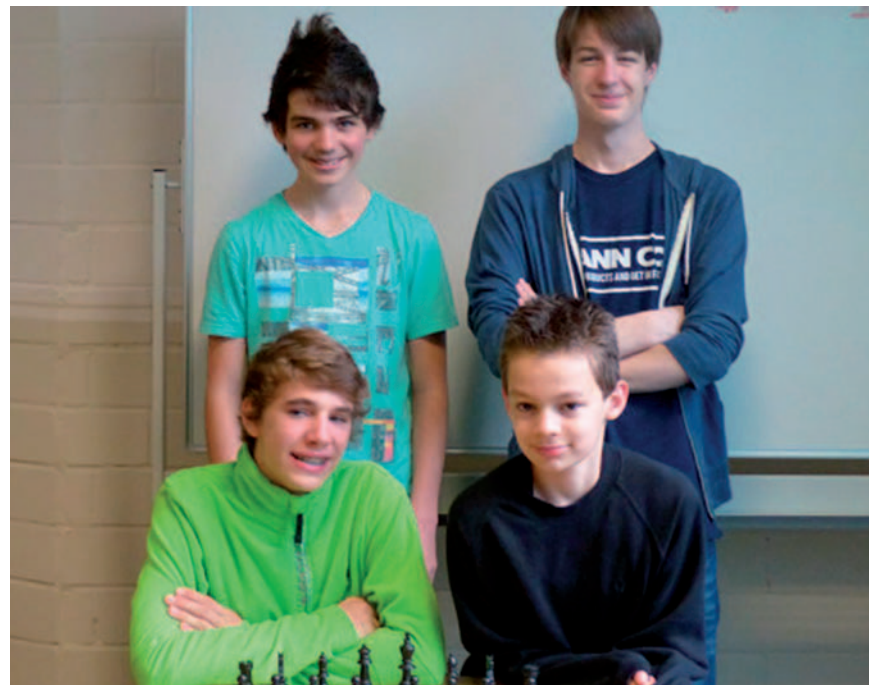
+++ Stadtgespräche +++ Stadtgespräche +++ Stadtgespräche +++ Stadtgespräche +++

An dieser Stelle werden lokale Ereignisse dokumentiert, die in der Stadt in den letzten Wochen für Gesprächsstoff sorgten und/oder in Zukunft noch sorgen werden



Die Malteser freuen sich über ihr neues Domizil.

Foto: Malteser Langenfeld



Schach-Ass Henk Hagen (oben rechts).

Foto: Langenfelder Schachfreunde

Malteser

Stetig wachsende Aufgabenfelder und eine von Jahr zu Jahr größere Präsenz in unserer Stadt ließen die Unterkunft der Langenfelder Malteser an der Bachstraße auf Dauer zu klein werden. Jetzt freut sich der Hilfsdienst über ein neues Domizil an der Industriestraße, das den gesteigerten Ansprüchen der Organisation gerecht wird. Ermöglicht wurde dieser lang ersehnte Umzug in großzügigere Räumlichkeiten durch eine Entscheidung der Gemeinnützigen Gesellschaft gegen Arbeitslosigkeit (GGA), die sich durch geringere Auslastung dazu entschloss, die Halle des ehemaligen Möbellagers und die Villa Frisch aufzugeben. Da die Suche der Malteser nach einer neuen Heimstätte bereits seit längerer Zeit auch bei der Stadt Langenfeld bekannt war, stellte die 1. Beigeordnete Marion Prell Kontakt zum Mitglied der Langenfelder Führungsstabs der Malteser, Prof. Dr. Michael Weigand, her und begann die Verhandlungen. Schnell waren sich beide Seiten einig, dass die beiden Gebäude optimal auf die Langenfelder Malteser zugeschnitten sind, so dass bereits im Herbst mit dem Bezug der ersten Gebäudeteile begonnen werden konnte. Die

ehemalige Möbellager-Halle ist nun die Fahrzeughalle, in der der gesamte Fuhrpark der Malteser Langenfeld Platz findet. Die Einsatzeinheit findet ausreichenden Platz für ihre ehrenamtliche Arbeit in der Villa Frisch, die zusätzlich für ein Demenzcafé genutzt werden soll, das künftig als Treffpunkt dienen wird. Zudem werden Demenzberatung und die Schulung Angehöriger in der Villa angeboten. Die offizielle Schlüsselübergabe für die städtischen Gebäude nahmen jetzt Bürgermeister Frank Schneider und die 1. Beigeordnete Marion Prell vor Ort mit der Leitung der Langenfelder Ortsgruppe des Malteser Hilfsdienstes vor. Der Dezember wurde noch für Renovierungsarbeiten genutzt, bevor die Industriestraße 88 am 1. Januar 2015 offizielle Adresse und die Bachstraße 44 nach 30 Jahren aufgegeben wurde. Eine erfreuliche Starthilfe zum Umzug in die neuen Räume erhalten die Malteser von der Stadt-Sparkasse Langenfeld, die mit Direktor Dirk Abel ebenfalls der offiziellen Übergabe beiwohnte. Die Unterstützung beläuft sich auf 5000 Euro. Die erst vor wenigen Jahren bezogene Stadtgeschäftsstelle der Malteser an der Karlstraße 3 bleibt erhalten. In direkter Nachbarschaft zur neuen Malteser-Unterkunft wird weiterhin die Kom-

post-Sammelstelle der GGA betrieben, die ihrerseits ebenfalls eine bedeutende Umstrukturierung vollzieht, da die Gesellschaft seit dem 1. Januar 2015 im Gemeinschaftsprojekt „Bildung³“ mit den Nachbarstädten Hilden und Monheim aufgeht.

Burger King

Am 29. Dezember wurde das erste Burger-King-Restaurant in Langenfeld eröffnet (siehe auch letzte Ausgabe), Medienberichten zufolge arbeiten hier 30 Beschäftigte. Wiedereröffnet wurde Mitte Dezember das bis vor Kurzem von der Yi-Ko Holding betriebene Restaurant in Monheim an der Konrad-Zuse-Straße, das im November geschlossen wurde.

L'Osteria

Im April 2015 an den Start gehen will in Langenfeld auch die in Deutschland und Österreich erfolgreiche Systemgastronomiekette L'Osteria, bekannt geworden insbesondere auch durch seine Pizzen in 45-Zentimeter-Übergröße.

Krankenhäuser

Bei einer Studie der AOK und der Barmer GEK wurden rund 150 Krankenhäuser im Bereich

Nordrhein auf die Kriterien Ärzte, Pflege, Service und Weiterempfehlung untersucht. Auf Platz eins landete die Hildener „Cario Klinik“, das Richrather St. Martinus-Krankenhaus erreichte Rang 92.

S-Bahn

Seit dem Fahrplanwechsel Mitte Dezember werden 26 Fahrzeuge des Typs ET 422 und ET 423 für die S-Bahn-Linie S6 zwischen Köln und Essen eingesetzt. Die im Schnitt drei, vier Jahre alten Fahrzeuge lösten die noch aus dem Bestand der DDR stammenden, fast 40 Jahre alten Triebwagen ab, von denen man einige als Fahrgast in der nur frühmorgens und nachmittags zwischen Langenfeld und Wuppertal-Vohwinkel bzw. Düsseldorf verkehrenden S68 weiterhin erleben darf.

Henk Hagen U18-Kreismeister

Henk Hagen von den Langenfelder Schachfreunden ist neuer U18-Kreis-Einzelmeister im klassischen Schach. Der 16-jährige Ex-U16-Kreismeister sicherte sich im Jahr 2014 auch den Titel bei den Junioren-Vereinsspielern im Schachbezirk Rhein-Wupper. Hagen gelang mit einem 100-Prozent-Ergebnis und 4:0 Punkten der souveräne Tur-

niergewinn und damit die direkte Qualifikation für die nächsthöhere Ebene, die Mittelrhein-Meisterschaften U18. „Auch von mir die allerherzlichste Gratulation an unseren talentierten und sympathischen Langenfelder“, erklärte sein Jugendtrainer Jörg Dennig stolz, der gemeinsam mit Jugendwart Michael Reuter so die nächsten Früchte ihrer engagierten Nachwuchsarbeit im Traditionsclub erntet.

Veedelszoch-Besprechung

Die Veedelszoch-Besprechung der IG Berches findet am 14. Januar 2015 um 19.11 Uhr im SSV-Vereinsheim in Berghausen auf der Baumberger Straße statt. Hier können sich alle langjährigen und neuen Zugteilnehmer und Gruppen über den kleinen und feinen Zug informieren. Der Veedelszoch findet am Karnevalssonntag, den 15. Februar 2015, ab 14.11 Uhr statt. Neben allgemeinen Informationen und Sicherheitsauflagen wird die Zugstrecke kurz vorgestellt. Ebenfalls werden die Anmeldungen und Teilnahmebeiträge zur Zugteilnahme entgegen genommen. Die IG Berches steht für sämtliche Anfragen, Wünsche und Anregungen unter ig.berches@yahoo.de zur Verfügung. (Zusammengestellt von FRANK STRAUB)

Leider noch eher die Ausnahme: Frauen bei der Feuerwehr

Weibliche Brandbekämpfer freuen sich über abwechslungsreiches Betätigungsfeld



Von links nach rechts: Jessica Reiners, Sarah Kessler, Sandra Böntgen, Lisa Marie Brand, Liz Sommer und Cindy Haupt-Zinndorf.



Einsatzbereit: die Damen von der Langenfelder Feuerwehr.

Fotos (2): H.-P. Gärtner

„Wie soll ich das neben Familie und Beruf noch schaffen? Feuerwehr ist doch nichts für Frauen! Feuerwehr, das traue ich mir nicht zu.“ Antworten wie diese hören wir immer wieder, wenn wir an Türen der offenen Tür oder am Tag der Feuerwehr interessierte Frauen auf die Mitarbeit ansprechen“, erklärt der Leiter der Freiwilligen Feuerwehr Langenfeld, Marcus Jagieniak.

Demografie erfordert Umdenken

„Leider herrscht diese Meinung immer noch in weiten Teilen der Bevölkerung vor, so dass der Frauenanteil bei den Feuerwehren in NRW bei circa fünf Prozent liegt. Das ist ein Umstand, den wir uns vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung nicht leisten können“, ergänzt Christian Kaese als stellvertretender Leiter der Freiwilligen Feuerwehr in der Posthorngemeinde. 2009 waren der Fernsehsendung „Planet Wissen“ zufolge von 27500 hauptberuflichen Feuerwehrleuten in der Bundesrepublik gerade einmal 1,4 Prozent Frauen. Simon Heußen von der Feuerwehr Bochum erklärte in dieser Sendung, dass ein Grund in der schweren sportlichen Aufnahmeprüfung bei der Berufsfeuerwehr liege. Viele

Städte machten hier keinen Unterschied zwischen Frauen und Männern, weshalb die Prüfung für Frauen körperlich oft zu hart sei. Außerdem setzten Berufsfeuerwehren oft eine Ausbildung in einem handwerklichen Beruf voraus. Und nur wenige Frauen, so Heußen, erlernten ein Handwerk und kämen danach noch zur Feuerwehr. Der Frauenanteil bei den Freiwilligen Feuerwehren liegt der Website feuerwehrfrauen.de zufolge in Deutschland hingegen bei immerhin fast sieben Prozent.

Tradition

Zurück in die Posthornstadt, bei der wir von einer Freiwilligen Feuerwehr und nicht von einer Berufsfeuerwehr sprechen: Es gibt hier auch einige Beispiele dafür, dass die zu Beginn dieses Artikels erwähnten Aussagen aus weiblichen Mündern längst nicht von allen Damen geteilt werden. So sind derzeit sieben weibliche Mitglieder in der Freiwilligen Feuerwehr Langenfeld aktiv. Sandra Böntgen, Mutter zweier Kinder und seit 1999 dabei, merkt dazu an: „Mein Vater und meine Großväter waren schon Mitglied bei der Freiwilligen Feuerwehr und so war es für mich selbstverständlich, ebenfalls in diese einzutreten. Was mich bei der Feuerwehr be-

sonders begeistert, ist der Umgang mit der Technik.“ Eine Einschätzung, die Liz Sommer, ebenfalls in Familientradition bei der Feuerwehr, teilt.

„Mit zehn Jahren eingetreten“

„Die Tätigkeit in der Feuerwehr und die Familie bekomme ich zuhause gut organisiert – immerhin braucht man für andere Hobbys auch Zeit“, so Sandra Böntgen. „Auf der Arbeit bin ich Speditionskauffrau, zuhause bin ich Ehefrau und Mutter, bei der Feuerwehr einfach Cindy“, beschreibt Cindy Haupt-Zinndorf ihre Rolle bei der Feuerwehr. Und führt aus: „Mit zehn Jahren bin ich in Brandenburg in die Jugendfeuerwehr eingetreten, da mich der Umgang mit Technik interessiert hat und ich anderen Menschen helfen wollte. Nach meinem Umzug nach Langenfeld wurde ich auf dem Stadtfest von Mitgliedern der Freiwilligen Feuerwehr angesprochen und war sofort wieder Feuer und Flamme. Zuhause organisiere ich mich bezüglich der Feuerwehr meinem Mann.“ Wenn er zuhause sei und auf ihren zwölfjährigen Sohn aufpasse, stehe sie für die Brandbekämpfer bereit. Helfen und der Wunsch, etwas Sinnvolles zu tun, waren auch die Motivation für Sarah Kessler, den „Firefightern“ beizu-

treten: „Mich persönlich begeistert die Vielfalt der Herausforderungen bei der Freiwilligen Feuerwehr. Hier kann ich Verantwortung übernehmen und anderen helfen.“

Alles andere als nur Männersache

Für Lisa Marie Brand und Jessica Reiners steht ebenfalls der Aspekt des Helfens im Vordergrund bei ihrer Tätigkeit. Beide sind aus der Jugendfeuerwehr zur Freiwilligen Feuerwehr Langenfeld gekommen. Bei den Brandbekämpfern mitzuwirken,

bedeutet, ein interessantes Ehrenamt auszuüben, das für jeden ein abwechslungsreiches Betätigungsfeld bietet. In der Feuerwehr kann sich jede(r) nach seinen persönlichen Neigungen einbringen. Sei es im Einsatzdienst, bei den Übungen oder in den unterschiedlichen Arbeitskreisen, wie beispielsweise dem für Öffentlichkeitsarbeit. Bei allen unterschiedlichen privaten Umständen besteht bei den Langenfelder Feuerwehrdamen die einhellige Meinung, dass die Mitwirkung hier alles andere als nur Männersache ist.

(STRAUB/FN) ■



Jetzt nachrüsten!

So kann der Winter kommen.

Mit einer Webasto Standheizung.

www.standheizung.de

Webasto

10 autoservice
autoservice Engels
 Hans-Böckler-Str. 40 40764 Langenfeld
 Tel.: 02173-97570 www.kfzklima.de
 BOSCH Kraftfahrzeug-Ausrüstung

Nachrichten und Notizen aus Kultur und Gesellschaft

Über ein Gemeinschaftskunstwerk, eine Ehrung und das neue VHS-Programm



Die WFB-Jubilare wurden von der Geschäfts- und Werkstattleitung für langjährige, gute Arbeit mit einer Urkunde geehrt. Foto: Jürgen Steinbrücker



Das Gemeinschaftskunstwerk der Familienwelt Langenfeld 2014 hat einen Ehrenplatz im Langenfelder Rathaus erhalten. Foto: Stadt Langenfeld

Gemeinschaftskunstwerk erhält Ehrenplatz

„Langenfeld – hier passt es!“ Unter diesem Motto fand am letzten Septemberwochenende in der Stadthalle Langenfeld die große generationenübergreifende Messe-Ausstellung „Familienwelt Langenfeld“ statt. Das Motto der diesjährigen Veranstaltung für die ganze Familie und alle Generationen „Langenfeld – hier passt es!“ spiegelt sich ebenfalls in einem von allen Beteiligten präsentierten Gemeinschaftskunstwerk wider. Unter der Überschrift „Kinder und Senioren gestalten gemeinsam“ entstand das Kunstwerk während der Messe als Kooperationsprojekt zwischen dem Deutschen Kinderschutzbund, Ortsverein Langenfeld, dem CBT-

Wohnhaus St. Franziskus und der Stadt Langenfeld. Am gemeinsam betriebenen Messestand von Kinderschutzbund und CBT hatten Kinder und Senioren die Gelegenheit, 51 kleine Keilrahmen individuell zu bemalen, die jetzt zu einem großen, gemeinsamen Kunstwerk zusammengestellt bzw. gerahmt wurden. Organisation und Kosten dafür wurden vom Fachbereich Jugend der Stadt Langenfeld im Rahmen der Netzwerkarbeit des Bündnisses Langenfelder Elternschule und des Netzwerks Frühe Hilfen und Kinderschutz in Langenfeld übernommen. „Ähnlich wie die gesamte Messeveranstaltung ist auch das Gemeinschaftskunstwerk das Ergebnis der Arbeit vieler engagierter Menschen“, stellt die 1. Beigeordnete Marion Prell fest. „Dieses Projekt ist auch ein

sichtbarer Erfolg der bisherigen Quartiersarbeit, die in den Quartieren Mitte und auch Immigrath seit 2012 der Bürgerschaft die Möglichkeit bietet, aktiv ihr Langenfelder Lebensumfeld für die Zukunft mitzugestalten“, betont die 1. Beigeordnete. „Viele Ideen sind viel einfacher und unproblematischer erfolgreich umzusetzen, wenn sich die Beteiligten aus dem Kontext Stadtteilarbeit bekannt sind“, sagt Cordula Theis, die auf Seiten der Stadt die Netzwerkarbeit im Quartier vor Ort unterstützt. „Einige der großen und kleinen Künstler haben sich bereits erkundigt, wann und wo sie sich ihre Bilder anschauen können“, berichten Diane König vom CBT-Wohnhaus St. Franziskus und Christine Klann vom Deutschen Kinderschutzbund. Alle, die an dem Werk mitgearbeitet haben, sind herzlich eingeladen, sich ihr gemeinsames Bild im Rathaus im Foyer der ersten Etage anzuschauen. Übrigens: Die Familienwelt Langenfeld war eine erfolgreiche und passgenaue Messe – so sehen es auch Aussteller und Besucher. Die während der Veranstaltung durchgeführte Aussteller- und Besucherbefragung hat eindeutige Ergebnisse erzielt – eindeutig sehr positive Ergebnisse. Zum weitaus überwiegenden Teil waren Aussteller und Besucher sehr zufrieden mit

dem Messeangebot. Fast 90 Prozent aller Befragten beurteilten den Informationsgehalt der Messe sehr gut bis gut. Über 80 Prozent beurteilten die Auswahl der Aussteller mit sehr gut und gut. 94 Prozent der Besucher sahen in der Messe eine sehr gute bis gute Gelegenheit, mit unterschiedlichen Ausstellern ins Gespräch zu kommen. Neben den standardisierten Bewertungsfragen zum Ankreuzen konnten auch frei formulierte Kommentare und Anmerkungen abgegeben werden. „Diese Anmerkungen und Hinweise werden genutzt, um die nächste Familienwelt Langenfeld weiter zu optimieren und nach Möglichkeit Aussteller- und Besucherwünsche zu berücksichtigen. Angeregt wurde, dass künftig ein zentraler 'Info-Point' eingerichtet wird und Ansprechpartner dort

den Besuchern bei der Orientierung und bei konkreten Fragen weiterhelfen“, nennt Silke Milkowitz in ihrer Funktion als Koordinatorin der Familienwelt Langenfeld ein Beispiel.

Neues VHS-Programm

Nachdem das Programm des nächsten Semesters für die ganz Ungeduldigen bereits ab dem 9. Dezember im Internet einzusehen war, liegt das neue Programmheft der Volkshochschule Langenfeld nun druckfrisch im Kulturzentrum, im Rathaus und an vielen weiteren Stellen im Stadtgebiet aus. Das erste Semester 2015 beginnt am 19. Januar, einige Kurse starten auch schon etwas früher. Auch in diesem Semester bestimmt eine große Auswahl an Bildungsangeboten der Fachbereiche Fo-




„Gesundheit und Leben“
Ihr sicheres Zuhause in Langenfeld
Alten- und Pflegeheim – 94 Einzelzimmer
Besichtigungstermine nach Absprache
Langforter Straße 3 · 40764 Langenfeld
Telefon 02173/ 106 20-0 · Telefax 02173/ 106 20-152

Seniorenzentrum St. Martinus



St. Martinus-Hof
Service-Wohnen



Haus Katharina
Senioren- und Pflegeheim

In ruhiger und angenehmer Atmosphäre den Lebensabend genießen.

Lernen Sie unser Seniorenzentrum bei einem persönlichen Besuch kennen.

Martin-Buber-Str. 2-4 · 40764 Langenfeld
Tel. 02173 39219-0 · Fax 02173 39219-330
kontakt@seniorenzentrum-langenfeld.de
www.seniorenzentrum-langenfeld.de

 **GFO** Ja zur Menschenwürde.



In der Jugendkunstschule entstehen beeindruckende Werke.

Foto: Schülerarbeit/Hanna Paulsen-Ohme

rum, Beruf, Sprachen, Werkstatt und Gesundheit das Angebot. Dabei ist vom Opernbesuch bis zur Energieberatung ein enormes Themenspektrum abgedeckt. Neben Bewährtem darf man sich auf zahlreiche neue Veranstaltungen freuen, die aktuelle Themen des gesellschaftlichen Lebens und Lernens aufgreifen wie etwa die Veranstaltungsreihe zum Länderprojekt Kroatien. 608 Kurse und Veranstaltungen mit 183 qualifizierten Kursleiter(inne)n sind geplant, darunter viele Workshops und Kurzurse. Am Samstag, den 10. Januar, findet ein Sonderanmeldetag statt, an dem zugleich kostenlose Einstufungsberatungen für die Bereiche Sprachen und EDV angeboten werden.

Jubilare der WFB Kronprinzstraße geehrt

Der letzte Arbeitstag eines Jahres in der WFB-Werkstatt Langenfeld, Kronprinzstraße 39, steht ganz im Zeichen der von den Mitarbeitern geleisteten Arbeit, ihrer Motivation und ihres Einsatzes am jeweiligen Arbeitsplatz. Viele von ihnen können auf mehrere Jahrzehnte zurückblicken, die sie in der Werkstatt, die für den gesamten Südkreis zuständig ist, oder an anderer Stelle kontinuierlich gearbeitet haben. Werkstattleiter Reinhard

Marx freute sich, zusammen mit der Leiterin des Reha-Fachdienstes, Carline Sander, allen Jubilaren persönlich danken zu können. „Wir haben ein erfolgreiches Jahr hinter uns, es ist gut gelaufen, und dazu haben Sie alle – Mitarbeiter und Angestellte – beigetragen“, erklärte Marx. Weiter meinte er: „Sie mussten auch einige Baumaßnahmen verschmerzen, die zu besseren Bedingungen geführt haben.“ „Sie alle haben in diesem Jahr wieder einen prima Job gemacht, ob innerhalb oder außerhalb der Werkhallen“, lobte bereits Geschäftsführer Klaus Przybilla in seinem Jahresbrief die erfolgreiche Arbeit des vergangenen Jahres. Und: „Nur deshalb sind wir wirtschaftlich gut aufgestellt.“ In einer besonderen Feierstunde, die von den Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen mit Gesang, Theater, Musik und Zauberei in besonderer Weise mitgestaltet wurde, waren die Jubilare Mittelpunkt im Kreis ihrer zahlreichen Kollegen und Kolleginnen. Dabei wurde sichtbar, dass die WFB-Mitarbeiter(innen) nicht nur an ihrem Arbeitsplatz hervorragende Arbeit leisten, sondern auch große kreative Potentiale in ihnen vorhanden sind. Auf 35 Jahre Werkstattarbeit können zurückblicken: Reiner Duda, Holger Oder, Helmut Papajewski, Cornelia Schür-

mann, Klaus Ulbort und Jürgen Senger. 30 Jahre arbeiteten Roland Braun, Beate Hühn, Anita Fiddrich, Robert Kümmel, Klaus Luhnu, Thomas Solbach und Corinna Bätz. Ihr 25-jähriges Jubiläum feierten Bernd Bunte, Kerstin Patalas, Frank Backes, Stephan Hasenbeck, Karsten Rass, Anja Tschirner, und Detlef Rademacher. 20 Jahre dabei sind Monika Agusev, Karin Reitberger, Elisabeth Hagemes, Lydia Karge, Christiane Weins, Siegfried Temp, Alen Bracun, Sabine Faßbender und Anja Werbnter. 19 Mitarbeiter(innen) sind 15 bzw. 10 Jahre in den WFB-Werkstätten beschäftigt.

Programmkin

Am 10. Januar gibt es im Schauspiel am Winkelsweg 38 den US-Streifen „Nightcrawler – jede Nacht hat ihren Preis“ von Dan Gilroy zu sehen (Beginn 20 Uhr, Einlass 19.30 Uhr, Abendkasse fünf Euro, ermäßigt vier Euro).

Jugendkunstschule

Das neue Programm 2015 der Jugendkunstschule ist online. Unter www.vhs-langenfeld-programm.de gelangt man unter „Kursangebot“ in die Übersicht. Unter dem Button „Jugendkunstschule“ erscheint dann sowohl das laufende als auch das neue Programm von Februar bis August, einschließlich des Sommerferienangebots 2015. Im Januar erscheint wie immer auch das neue Programmheft. Beratung und Anmeldung: Geschäftsstelle der vhs im Rathaus, Zimmer 005; Telefon 02173/794-4555, -4556; Fax 794-94515; E-Mail vhs@langenfeld.de.

Ruhestand

Am 18. Dezember 2014 ging Christine Grund nach einer fast 40-jährigen Dienstzeit bei der Stadt Langenfeld in die Freistellungsphase der Altersteilzeit. Die Erzieherin begann ihren 39-jährigen Dienst bei der Stadtverwaltung Langenfeld im Oktober 1975 als Gruppenleiterin im Kindergarten Immigrather Straße.

(STRAUB/jste) ■

Langenfelder Augenblicke



Foto: privat

(FST) BUND-Ortsgruppen-Vorstandsmitglied Karl Wilhelm Bergfeld, 65 Jahre alt, ist verheiratet und hat eine 34-jährige Tochter sowie eine zwei Jahre alte Enkeltochter. Er lebt in Langenfeld-Hapelrath, zog vor Jahren zu aus Leichlingen in das restaurierte Geburtshaus des Großvaters. Nach der Zeit an der Landrat-Lucas-Schule Leverkusen und an der Technischen Hochschule Aachen arbeitete er als Diplom-Bauingenieur, zuletzt als Mitinhaber eines Kölner Ingenieurbüros. Heute befindet er sich im „aktiven Ruhestand“. Seit Juni 2014 gehört er dem Vorstand der BUND-Ortsgruppe Langenfeld (BUND = Bund für Umwelt- und Naturschutz Deutschland e.V.) an. Sein Bezug zu Langenfeld? „Die Vorfahren väterlicherseits lassen sich bis zum Ur-Ur-Ur-Großvater in Langenfeld-Hapelrath zurückverfolgen.“ Hobbys, Leidenschaften? „Wandern, Radwandern, Fotografieren, Gartenarbeit.“

Welchen Platz mögen Sie in Langenfeld am meisten?
Naheliegenderweise Hapelrath, aber in der Innenstadt kann man es auch aushalten.

Was würden Sie gerne verändern?

Ganz im Sinne des BUND bin ich für den sparsamen Verbrauch von Freiflächen, die der Bevölkerung zur Naherho-

lung dienen, für neue Wohn- und Gewerbegebiete. Aus dem Demografiebericht müssten die richtigen Schlüsse gezogen werden und in zukünftigen Bebauungsplänen sollte der Bau von mehr altergerechten Wohnungen gesteuert werden. Die Lokale Agenda 21 der Stadt Langenfeld ist meiner Ansicht nach ein guter Ansatz. Der BUND möchte gerne in den einzelnen Arbeitsgruppen der Agenda konstruktiv mitarbeiten; mit dem Ziel, Langenfelds Umwelt noch lebenswerter zu machen.

Welche Dinge würden Sie auf eine einsame Insel mitnehmen?

Wir haben mehrfach auf einer einsamen Insel im finnischen Nordkarelien Urlaub gemacht, auf der nur ein Ferienhaus, die Sauna und jede Menge Birken stehen. Das war immer Entspannung pur. Etwas Besonderes mussten wir nicht mitnehmen; sogar die Badehose konnte zu Hause bleiben.

Welches ist Ihr Lieblingsbuch?

„Der Fänger im Roggen“ von J.D. Salinger. Obwohl schon 1951 geschrieben, könnte es auch die Sinnsuche eines Jugendlichen von heute beschreiben.

Was ist Ihr Lieblingsgericht?

Lammfilet mit grünen Bohnen, natürlich immer aus artgerechter Haltung und kontrolliertem Anbau.

Worauf würden Sie im Alter gerne zurückblicken?

Auf überwiegend schöne Erlebnisse eines langen und bis zuletzt gesunden Lebens.

Welche Lebensweisheit würden Sie mit auf den Weg geben?

Wie der römische Dichter Horaz schon sagte: „Carpe diem!“ (Nutze und genieße jeden Tag, den du lebst!) ■

Fit & gesund ins neue Jahr



Wintersport-Ranking

Herbst und Winter sind die Zeiten des sportlichen Aussitzens. Von wegen: 84 Prozent der Deutschen, die Sport nicht generell ablehnen, sind auch in den ungemütlichen Jahreszeiten aktiv. Die beiden Spitzenplätze im „Wintersport-Ranking“ belegen Schwimmen (36 Prozent) und Fahrradfahren (29 Prozent) – gefolgt von Fitness-Training (22 Prozent) und Joggen (21 Prozent). Ski- beziehungsweise Snowboardfahren liegen mit 10 Prozent abgeschlagen dahinter. Dies sind Ergebnisse einer Umfrage der CreditPlus Bank AG. Die große Mehrheit der deutschen Sportler lässt sich auch von kalten Temperaturen, ungemütlichem Graupel und früh einsetzender Dunkelheit nicht abschrecken. Voraussetzung dafür sind angemessene Rahmenbedingungen – was natürlich eine subjektive Einschätzung ist. Die Wissenschaft ist jedenfalls auf Seiten der Outdoor-Sportler, denn Bewegung tut dem Immunsystem nachweislich auch

bei Kälte gut. Bei Temperaturen ab etwa minus 10 Grad Celsius sollte der Bewegungsdrang allerdings nicht mehr an der frischen Luft ausgelebt werden. In überschaubaren Grenzen halten sich die Kosten, die die Sportler für die körperliche Ertüchtigung in Kauf nehmen müssen. Bei 54 Prozent belaufen sich die finanziellen Aufwendungen inklusive Nutzungs- und Kursgebühren sowie Zubehör auf maximal 20 Euro im Monat. Nur 13 Prozent geben mehr als 50 Euro im Monat aus. 20 Prozent machen ausschließlich Sport for free. Für 17 Prozent der Deutschen ist Sport – unabhängig von der Jahreszeit – überhaupt kein Thema.

Obst und Gemüse

Im Winter ist unsere Haut besonders empfindlich. Draußen erwarten uns frostige Temperaturen, drinnen die trockene Heizungsluft. Damit unsere Haut auch in der kalten Jahreszeit gesund bleibt und schön aussieht, kann man aber selber viel tun. Zum Beispiel, indem man sich vitaminreich ernährt. Empfehlens-

wert ist Vitamin C – es macht die Haut weicher und frischer. Vitamin C steckt vor allem in Zitrusfrüchten, aber auch in Paprika, Sanddorn und Pfirsichen. Pfirsich enthält zudem Vitamin E. Das hilft der Haut, Feuchtigkeit zu binden. Sie sieht dadurch glatter aus. Neben Obst sollte im Winter auch Gemüse auf dem Speiseplan stehen. Es enthält viel Gutes für unsere Haut und unsere Haare: Blumenkohl enthält beispielsweise Biotin – das ist gut für die Haare. Das ist übrigens auch in Milch und in Eierspeisen enthalten. In Paprika, Karotten und Spinat befindet sich Betacarotin, das ebenfalls die Hautstruktur merklich verbessert. Auch das Vitamin B5 tut unserer Haut gut und leistet uns im Winter wertvolle Dienste – denn es spielt eine wichtige Rolle für den Hautstoffwechsel und hat sogar wundheilende Wirkung. Es lindert Hautreizungen, Rötungen und Sonnenbrand und hilft gegen spröde Haut. Vitamin B5 ist in Milch, in vielen Hülsenfrüchten und auch in der Leber enthalten. Wer sich im Winter vitaminreich ernährt, profitiert

Einfach entspannen. Einfach Ruhe finden. Einfach Shiatsu.



Shiatsu-Praxis
Langenfeld

Kerstin Wilkens
Shiatsu-Praktikerin
Entspannungspädagogin

Friedhofstr. 1
40764 Langenfeld
0 21 73-26 94 390

www.shiatsupraxis-langenfeld.de
info@shiatsupraxis-langenfeld.de

doppelt, schreibt die „Apotheken Umschau“. Denn erstens bleiben wir fit und gesund, wenn wir uns ausgewogen er-

nähren. Und außerdem sehen wir besser aus und fühlen uns im wahrsten Sinne des Wortes wohl in unserer Haut. (pb) ■

Erfolgreiches Rückentraining



Kaum zu glauben: 20 Minuten Training pro Woche reichen aus zur Steigerung der körpereigenen Fitness und Stärkung der Muskulatur. Wer kennt das nicht, es zwickt und zwackt und die Ursachen sind häufig einseitige Belastung und so weiter. Beruflich oder privat eingespannt, fehlt es vielen häufig an Zeit für regelmäßigen und gesundheitsfördernden Sport. Wer dennoch nicht aufgeben will, dem sei das EMS-Training empfohlen. Dank begleitender Elektropulse während der Trainings-einheit ist dieses Elektro-Muskel-Stimulations-Training schonend und hocheffektiv. Seit vielen Jahren wird es be-

reits mit großem Erfolg unter anderem in der Sportmedizin oder dem Leistungssport angewendet. Die Ergebnisse sind überzeugend und durch wissenschaftliche Studien belegt. Das Elektrostimulations-Training eignet sich bis ins hohe Alter. Aber auch zum Abnehmen, für gezielte Figurformung (beispielsweise Bauch, Beine, Po) oder zum Rehasport. Menschen mit Handicap können vom Rollstuhl aus ebenfalls ein spezifisches Fitness- und Stärkungstraining absolvieren. Jedes Training wird von einem Personal-Trainer begleitet und ist individuell abgestimmt. Maximal zwei Personen trainieren gleichzeitig.

Foto / Text: Körperformen ■

KÖRPER FORMEN
BEWEGEN GEGEN DEN STROM

ZEIT FÜR VERÄNDERUNG
FIT IN NUR 20 MIN.

facebook <https://www.facebook.com/pages/Körperformen Langenfeld>

Hauptstr. 41 • 40764 Langenfeld • Tel. 02173-2699309 • E-Mail: langenfeld@kformen.com