



Haaner Stadtmagazin



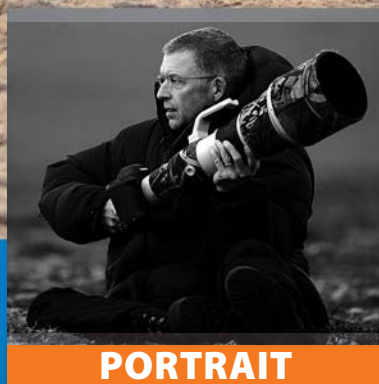
Festtag beim TSV:

Die sanierte Sportanlage in Gruiten wurde wiedereröffnet



SPORT

DLRG-Ortsgruppe Haan feierte ihr 40-jähriges Jubiläum



PORTRAIT

Auf Foto-Safari mit Klaus Tamm



GESCHICHTE

Wo das Mühlrad nicht mehr klappert

Impressum

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

Titelfoto: H.-Michael Hildebrandt

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

Erscheint: monatlich

Druckauflage: 17.000 Exemplare
Anzahl Ausgelegten: 39
Verbreitete Auflage: 16.636 Exemplare (I/2013)

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

Marketing: (VB) Valeska Bergmann

Redaktion/
Freie Mitarbeiter: (FST) Frank Straub
(FS) Frank Simons
(SM) Sabine Maguire
(BL) Bettina Lyko

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

Für unverlangt eingesandtes Bild- oder Textmaterial ohne Urhebervermerk wird keine Haftung übernommen. Nachdruck, auch auszugsweise, der Redaktionsbeiträge sowie der Anzeigen nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags.

Namentlich kenntlich gemachte Artikel geben nicht automatisch die Meinung des Verlags wider.

Liebe Haaner...

(FST) Das war eindeutig: Christdemokratin Angela Merkel verteidigte unangefochten ihren Platz im Kanzleramt. Und: Von 299 Direktmandaten gingen bei der Bundestagswahl im September 236 an die Union, die SPD kam nur auf 58. Die Linke erhielt vier Direktmandate, allesamt in Berlin. Hier eroberte der 74-jährige Hans-Christian Ströbele auch den einzigen Wahlkreis für die Grünen. Eines der Direktmandate ging auch an die 53 Jahre alte Haanerin Michaela Noll. Die holte ihr bestes Ergebnis übrigens in Langenfeld und nicht in der Gartenstadt. In der schuldenfreien Posthornstadt kam Noll auf 53,1 Prozent. Sozialdemokrat Peer Steinbrück, der sowohl Noll (im Wahlkreis Mettmann I) als auch Merkel (auf Bundesebene) herausforderte, verlor seine letztes Jahr Michaela Noll angebotene Wette, die CDU werde aus der Regierung fliegen. Gespannt darf man nun sein, ob sich FDP und Grüne von ihren Wahlschlappen bald erholen werden und ob die eurokritische AfD, die aus dem Stand fast den Parlamentseinzug und zudem 5,7 Prozent in Haan schaffte, schon bei der Europawahl 2014 (dann gilt vermutlich eine Drei-Prozent-Hürde!) wieder für Aufruhr sorgen wird.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen
das Team vom Haaner Stadtmagazin

☛ Anzeigen- und Redaktionsschluss für die November-Ausgabe: Dienstag, der 22.10.2013

Ja, mir gefallen die Anzeigen im Stadtmagazin

Ich bitte um Kontaktaufnahme unter:

Firma: _____

Ansprechpartner: _____

Straße: _____

Ort: _____

Telefon: _____

Ausschneiden und per Fax senden an:

0 21 04 - 92 48 75

Hildebrandt Verlag · Brucknerstraße 19 · 40822 Mettmann

Zustellung der Stadtmagazine

**Liebe Haaner, Sie haben
kein Haaner Stadtmagazin
erhalten und haben
kein Werbeverbotsschild
an Ihrem Briefkasten?**

Bitte informieren Sie uns unter folgenden Kontaktmöglichkeiten,
damit wir die fehlende Zustellung reklamieren können:

info@hildebrandt-verlag.de
oder telefonisch unter 02104/924874

Feiertag beim TSV Gruitener: Die neue Sportanlage wurde mit einem fröhlichen Fest eröffnet

Ein modernes Sportzentrum: Neben der Sporthalle jetzt auch ein Kunstrasenplatz, neue Kunststoff-Laufbahnen und eine Weitsprunganlage

Mit einem tollen Fest haben die Sportler des TSV Gruitener jetzt die offizielle Eröffnung des neuen Gruitener Sportplatzes gefeiert. Knapp ein dreiviertel Jahr hat die Sanierung des Sportplatzes gedauert. Die Arbeiten mussten witterungsbedingt mehrmals unterbrochen werden. Insgesamt hat die Stadt für die Umbaumaßnahmen der Sportanlage 886 000 Euro zur Verfügung gestellt. Der TSV Gruitener hat sich zusätzlich mit 30 000 Euro an der Modernisierung des Sportplatzes beteiligt.



Ein spannendes Duell in bester Freundschaft: die Altherren-Fußballer des TSV Gruitener (in gelb-blau) lieferten sich zur Eröffnungsfeier mit der Stadt-Auswahl eine unterhaltsame Partie. Fotos (3): Hildebrandt

Buntes Festprogramm

Zur Einweihung des neuen Sportplatzes hatten die Verantwortlichen ein unterhaltsames und buntes Programm auf die Beine gestellt. Nach der offiziellen Eröffnung durch Bürgermeister Knut vom Bovert und Herbert Raddatz, den Vorsitzenden des Sportverbandes, folgte eine fröhliche „Erstürmung des Sportplatzes“ durch Kinder und Jugendliche aus Haan und Gruitener. Nach dem Motto: Der Nachwuchs ist die Zukunft des Sports. Passend dazu konnten die kleinen Sporttalente das Bambini-Sportabzeichen erwerben. Die Altherren-Fußballer des TSV Gruitener lieferten sich ein spannendes Duell mit einer Auswahl der Stadt, die von Kickern der Stadtverwaltung, Feuerwehr, Stadtwerke und Stadtparkasse repräsentiert wurde. Das Ergebnis hatte an diesem Tage eine eher untergeordnete Priorität, trotzdem feuerte der Bürgermeister seine Stadt-Fußballer begeistert an. Am Ende freuten sich alle über ein schiedlich-friedliches 2:2. Im Anschluss gab es begeisternde Vorführungen der Fun-sportgruppe und der TSV-Mädchenturngruppe (elf bis 14 Jahre) und eine Vorstellung der neuen Trendsportart Tricking. Hierbei geht es um die visuelle Darstellung von Bewegungen des eigenen Körpers aus Elementen von Kampfsportarten (wie Karate oder Taekwondo) verbunden mit Breakdance und Gymnastik. Dann präsentierten die Einradkids des TSV ihr artistisches Können

und am Nachmittag folgte ein bunter Reigen von Jugendfußballspielen der kleinsten Gruitener Talente, von den Bambini bis zu den D-Junioren sowie der TSV-Mädchenmannschaften (U 11, U 13). Die Peter Weisheit-Band „The Dixie Tramps“ sorgte musikalische für beste Stimmung. Da feierten viele Gäste gerne bis in den späten Abend. Der Vorstand des TSV Gruitener um den ersten Vorsitzenden Jürgen Boes dankte allen Beteiligten für den Einsatz: „Jeder Einzelne hat dazu beigetragen, dass wir alle zusammen ein fröhliches und buntes Fest gefeiert haben. Aus vielen einzelnen Aktivitäten wurde ein wunderbares Ganzes. Nun können die Spiele beginnen.“

Optimistisch in die Zukunft

Die Spiele und Wettkämpfe beim TSV Gruitener werden jetzt auf einer hochmodernen Sportanlage ausgetragen. Das neue Kunstrasenspielfeld ist mit Sandgummigranulat verfüllt, die 100-Meter-Kurzstreckenbahn ebenso wie die 400-Meter-Rundlaufbahn mit einem Kunststoffbelag ausgestattet. Dazu wurde eine Weitsprunganlage installiert. Insgesamt hat die sanierte Fläche eine Gesamtgröße von 19 500 qm. Die angrenzende Sporthalle wurde bekanntlich bereits im Jahr 2011 saniert. Die Sanierungsarbeiten der Sportanlage wurden im September 2012 auf-



Ein fröhliches Fest: Zum Feiertag des TSV Gruitener ließ sich ab und zu auch mal die Sonne blicken. Zahlreiche Gäste feierten die Sportplatzöffnung bis in den späten Abend.

genommen und Anfang Juli 2013 abgeschlossen. Die Nutzung durch den Verein und für Schulen ist seitdem freigegeben. „Die Investitionen der Stadt in die Sportstätten sind seit der Kommunalwahl 2004 enorm. Der Umbau der TSV-Anlage war vorerst das letzte große Projekt“, erklärte Herbert Raddatz. Die neue Gruitener Sportanlage bietet auch ideale Voraussetzungen für verschiedene Disziplinen der Leichtathletik. Die TSV-Verantwortlichen rechnen daher mit dem baldigen Aufbau einer Leichtathletik-Abteilung. Bislang bietet der Verein seinen fast 1400 Mitgliedern sieben Fachsport-Abteilungen: Fußball, Handball, Schwimmen, Tischtennis, Turnen, Radsport und Volleyball. Die Fußballer feierten in der vergangenen Saison den direkten Wiederaufstieg in die Kreisliga A und möchten jetzt auf dem



Training mit einer Deutschen Meisterin: Veronika Scharbatke, dreifache Titelträgerin Ü 60 im Jahr 2011 in den Hallen-Disziplinen über 400, 800 und 3000 Meter, brachte dem Nachwuchs den richtigen Laufschrift bei.

neuen Kunstrasenplatz in Heimspielen eine Macht werden. Die Handballer bilden als HSG Gruitener/Hochdahl eine Spielgemeinschaft. Dazu gibt es diverse Kursangebote, wie zum Beispiel einen neuen Zumba-Kurs. Mit der sanierten Sportanlage als klei-

nes Sportzentrum blickt der 1884 gegründete Traditionsverein voller Optimismus in die Zukunft. Weitere Infos zum Verein im Internet (www.tsvgruiter.de) oder telefonisch in der Geschäftsstelle unter 02104/62121. (FRANK SIMONS) ■

Eine Erfolgsgeschichte: 40 Jahre DLRG-Ortsgruppe Haan

Mit dem Baubeginn des Hallenbads am „Alten Kirchplatz“ im Jahr 1973 gründete sich die Haaner Ortsgruppe der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft

DLRG – vier Buchstaben, die zu einem unverwechselbaren Markenzeichen geworden sind. DLRG steht für die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG). Die DLRG ist die größte ehrenamtliche Wasserrettungs-Organisation der Welt und feiert in diesem Jahr ihr 100-jähriges Bestehen. In ganz Deutschland hat die DLRG etwa 560 000 Mitglieder und ist in 18 Landesverbände mit knapp 1800 Ortsgruppen unterteilt. Ein stolzes Jubiläum begeht auch die DLRG-Ortsgruppe Haan, die seit 40 Jahren besteht und mit 539 Mitgliedern (Stand: Januar 2013) zu den größten DLRG-Ortsgruppen im Kreis Mettmann gehört.

Aufgaben und Ziele

Die DLRG wurde im Oktober 1913 in Leipzig gegründet. Anlass der Gründung war ein schweres Unglück in Binz auf Rügen, bei dem 17 Menschen ertranken, als ein Steg einbrach. Seit 1950 hat die DLRG in 66 000 Lebensrettungseinsätzen, hiervon über 9000 unter Lebensgefahr, bedrohten Menschen helfen können. In den vergangenen Jahren waren durchschnittlich etwa 500 Einsätze jährlich erforderlich. Das wichtigste Ziel der DLRG ist es, Menschen vor dem Ertrinkungstod zu bewahren und frühzeitig die richtige Schwimmbildung zu vermitteln. Die DLRG-Rettungsschwimmer klären über sicheres Verhalten im und am Wasser auf und bewachen die deutschen Küsten von Nord- bis Ostsee, Badeeinrichtungen an Flüssen und Seen,



Für die DLRG-Ortsgruppe Haan, die ihr 40-jähriges Jubiläum feierte, erfolgreich im Einsatz (von rechts): Jutta Klump (erste Vorsitzende), Helga Kämpf (stellvertretende Geschäftsführerin), Anna-Kathrin Kämpf und der stellvertretende Vorsitzende Karl-Werner Laibach. Foto: Hildebrandt

Schwimmbäder sowie Veranstaltungen auf oder im Wasser. Außerdem ist die DLRG im Katastrophenschutz und im Rettungsdienst tätig. Die große Anzahl der jugendlichen Mitglieder unterstreicht die Bedeutung und Wichtigkeit, in möglichst jungen Jahren das Schwimmen zu erlernen. Über 40 Prozent der insgesamt 560 000 Mitglieder sind Kinder und Jugendliche bis 14 Jahren, die bei der DLRG das Schwimmen erlernen mit den entsprechenden Prüfungen vom Seepferdchen bis über Schwimmbzeichen und Sportabzeichen sowie in Erste-Hilfe-Kurse

eingeführt werden. Im Idealfall werden die Kinder und Jugendlichen später zu Rettungsschwimmern ausgebildet. „Die DLRG bietet eine Hilfe, die oft erst wahrgenommen wird, wenn zum Beispiel Hochwassereinsätze sind“, sagte Bürgermeister Knut vom Boverth bei der 40-Jahr-Feier der DLRG-Ortsgruppe Haan. „Wichtig ist, dass die Kinder schwimmen lernen. Die Schulen fühlen sich leider dafür nicht mehr verantwortlich“, merkte der Bürgermeister kritisch an.

Vier Ortsgruppenleiter

Die Geschichte der DLRG-Ortsgruppe Haan begann im Jahr 1973 und entwickelte sich im Laufe von 40 Jahren zu einer echten Erfolgsgeschichte. Mit dem Baubeginn des Haaner Hallenbads am „Alten Kirchplatz“ keimte bei einigen Haaner Bürgern die Idee auf, eine eigene Ortsgruppe der DLRG zu gründen. Gesagt, getan: Bereits am 15. April 1973 fand ein erstes Gründungsgespräch mit elf Teilnehmern statt und am 7. Sep-

tember 1973 folgte die Gründungsversammlung der DLRG Haan, erster Ortsgruppenleiter wurde Heinz Fahnenstich. Am 30. März 1974 wurde das Haaner Hallenbad unter Beteiligung der DLRG Haan feierlich eröffnet. In der Bevölkerung musste es sich schnell herumgesprochen haben, dass die DLRG in Haan vorzügliche Arbeit leistet. Schon gegen Ende des Jahres 1974 zählte die Ortsgruppe 700 Mitglieder. Ein Mitgliederbestand, der mit den üblichen Schwankungen, bis heute gehalten werden konnte. Auch die Ortsgruppe Haan darf, stellvertretend für die DLRG im gesamten Bundesgebiet, auf ihre exzellente Jugendarbeit stolz sein. Fast dreiviertel der DLRG-Mitglieder in Haan sind Kinder und Jugendliche. In 40 Jahren haben die DLRG Haan übrigens nur vier Ortsgruppenleiter geführt. Heinz Fahnenstich (1974 bis 1977) wurde durch Wolfgang Krock (1977 bis 1993) abgelöst. Ihm folgte Heinz Küpper (1993 bis 2009) und seit 2009 leitet Jutta Klump, die Tochter von Wolfgang Krock, die Ortsgruppe Haan. Die Kontinu-

ität in der Vorstandstätigkeit ist auch ein Beleg für die erfolgreiche Arbeit der gesamten Ortsgruppe Haan. Bei den Jubiläumsfeierlichkeiten wurden Jutta Klump, Margarete Krock, Wolfgang Krock, Helga Kämpf sowie Thomas Pichtemann für ihre 40-jährige Mitgliedschaft geehrt. Für 25 Jahre DLRG Haan wurden Birgit Jansen-Nowitz, Yvonne Oellingrath und Anna-Kathrin Kämpf ausgezeichnet. Michael Peters, Bezirksvertreter der DLRG im Kreis Mettmann, überreichte einen Scheck für die Haaner DLRG-Jugend. Diesem vorbildlichen Beispiel schlossen sich noch weitere Gratulanten an.

Sorgen ums Hallenbad

Die Haaner Bevölkerung sorgte sich in den vergangenen Jahren um den Fortbestand ihres Hallenbades. Ein Umstand, den die Ortsgruppenleiterin Jutta Klump bei ihrer Festrede nicht unerwähnt lassen wollte: „Warum die 40-Jahr-Feier? Nun, wir hatten befürchtet, die 50 nicht mehr zu erreichen. Zu unserem großen

Kontakt Daten DLRG Haan

Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.
Ortsgruppe Haan e.V.
Geschäftsstelle:
Jägerstraße 8,
42781 Haan
Telefon: 02129 / 52609

E-Mail: info@haan.DLRG.de
www.haan.DLRG.de
Vereinsort: Hallenbad Haan
Alter Kirchplatz, 42781 Haan
Übungsstunden:
Montags von 16 bis 20.30 Uhr



Fast schon ein historisches Foto: Die Haaner DLRG-Ortsgruppe bei ihrer traditionellen Mai-Wanderung, hier im Jahr 2001. Fotos (2): DLRG Haan



Nicht immer im Rettungseinsatz, sondern zur Abwechslung auch mal mit Spaß im Wasser: die DLRG-Jugend bei der Karnevalsparty 2006 im Hallenbad.

Glück wird das Hallenbad jetzt saniert und einer Feier zum 50. steht dann nichts mehr im Wege.“ Bürgermeister Knut vom Boverter konterte: „Ich bin auch froh, dass jetzt gefeiert wird, weil ich nicht weiß, ob ich in zehn Jahren noch Bürgermeister bin. Ich kann Ihnen aber versichern, dass sich in Rat und Verwaltung alle einsetzen, dass das Bad erhalten bleibt.“ Um dies finanziell realisieren zu können, plant die Stadt eventuell, das Hallenbad aus steuerlichen Gründen in die Stadtwerke zu integrieren (Stichwort: Steuerlicher Querverbund). Die Entscheidung, das Hallenbad am „Alten Kirchplatz“ zu erhalten, ist auch aus sozialen Gesichtspunkten die einzige richtige Alternative, die es noch in vielen Generationen (nicht nur) dem Nachwuchs in der Gartenstadt ermöglichen wird, quasi direkt vor der Haustür das lebenswichtige Schwimmen zu erlernen. Und hierbei übernehmen die Ausbilder der DLRG Haan eine führende Funktion. Neben dem Anfängerschwimmen für Kinder und Erwachsene bietet die DLRG-Ortsgruppe Haan die Ausbildung zum Rettungsschwimmen (in verschiedenen Altersstufen), Wettkampfausbildung (Rettungsschwimmen), Erwachsenenschwimmen, Schnorcheltauchausbildung,

Wassergymnastik für Erwachsene (Aquatic-Fitness), Ausbildung im Wasserballett, Ersthelferausbildung und die Ausbildung zum Juniorretter, den Deutschen Schwimmabzeichen und den Deutschen Rettungsschwimmabzeichen (jeweils in Bronze, Silber und Gold). Dazu können Studenten und Berufsanwärter (Lehrer, Polizei) zum Rettungsschwimmer ausgebildet werden.

Einsätze und Wasserballett

Die DLRG-Ortsgruppe Haan ist nicht nur für die Schwimmbildung und die Ausbildung zum Rettungsschwimmen zuständig, sondern bietet auch ein breit gefächertes Programm außerhalb des Hallenbades. Im Einsatzbereich unterstützen die

Haaner seit Jahren aktiv ihre Kollegen aus Erkrath am Unterbacher See beim Wachdienst im Sommer (primär am Wochenende) und im Winter bei den Kontrollen der Eisflächen. Hinzu kommen Wacheinsätze an Ost- und Nordsee während der Ferienzeit im Sommer. Einmal im Jahr richtet die DLRG die Bezirksmeisterschaften aus („Gartenstadt Haan Pokal“) und mit dem Sportverband Haan werden jährlich die Stadtmeisterschaften im Schwimmen ausgetragen. Die Ortsgruppe Haan hat derzeit 33 aktive Ausbilder. Ein sportliches Aushängeschild ist auch das Haaner Wasserballett („Die Wasserflöhe“), das 1982 erstmals auf der Boot-Messe in Düsseldorf auftrat und seitdem die DLRG-Ortsgruppe und die Stadt Haan als „Showtanzgruppe Emotions“

bei vielen Vorführungen weit über die Grenzen des Kreises Mettmann hinaus mit begeisternden Darbietungen präsentiert hat.

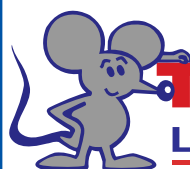
Aktive Jugend

Die Ortsgruppe Haan bietet mit ihrer sehr aktiven Jugendarbeit unter anderem die Teilnahme an Vergleichswettkämpfen, Zeltlagern, Radtouren, Wanderungen und vielen weiteren Veranstaltungen. Zum Start der Wachsaison geht es jedes Jahr zum Wasserski nach Langenfeld, es folgt die traditionelle jährliche Mai-Wanderung. Beim Bürgerfest am neuen Markt ist die DLRG Haan stets mit einem Stand vertreten und inzwischen seit acht Jahren regelmäßig beim Landeskinder-treffen des Landesverbandes

Nordrhein dabei. Ebenso häufig stand inzwischen der Freundschaftswettkampf Waves & Fun in Bergkamen auf dem Programm. Alle zwei Jahre findet in Mettmann zur Uhrenumstellung im Oktober das 24 plus ein-Stunden-Schwimmen statt. Viel Spaß hatten die Kids auch bei ihrer Jugendaktion Batiken. Hierbei werden aus weißen T-Shirts kleine Kunstwerke gebastelt. Kreativität und Talent zeigt die Haaner DLRG-Jugend auch im Bereich Medien. Miguel Burga (20) präsentierte zur Jubiläumsfeier einen sehenswerten 55-Sekunden-Film, in den er 50 Stunden Arbeit investierte. Der Titel des Films ist Programm: „DLRG: Immer vor Ort, immer bereit.“

(FRANK SIMONS) ■

AUTO - VERMIETUNG mit eigener Werkstatt



TRUCKCENTER
LANGENFELD

N u t z f a h r z e u g e A G

☎ 0 2 1 7 3 / 9 0 4 5 0 - 0

www.truckcenterlangenfeld.de



Politik aktuell: Noll siegt in Haan und im Wahlkreis Mettmann I

Landrat und vier Bürgermeister kritisieren „Zwangsabgabe“



Landrat Hendele (hier bei der Einweihung der neuen Mensa im Berufskolleg Neandertal) kritisiert die sogenannte „Solidaritätsumlage“. Foto: Kreisverwaltung Mettmann



Michaela Noll (2. von rechts, hier unter anderem mit Bundesfamilienministerin Kristina Schröder) wird die CDU weiterhin im Bundestag vertreten. Foto: Büro Noll

Bundestagswahl 2013

Die in Haan lebende Christdemokratin Michaela Noll hat ihr Direktmandat im auch die Gartenstadt abdeckenden Wahlkreis Mettmann I verteidigt. Sie kam im Wahlkreis auf 49,5 Prozent, Direktmandat-Herausforderer und Kanzlerkandidat Peer Steinbrück (SPD) auf 34,6. In Haan kam Noll auf 49,7 Prozent. Das Haaner Zweitstimmenergebnis: CDU 41,9 %, SPD 27,2 %, Grüne 8,4 %, FDP 7,9 %, Die Linke 4,8 %, AfD 5,7 %.

Frauen in der Politik

Apropos Michaela Noll: Auf Einladung des Inner Wheel Clubs Hilden-Haan-Neandertal war die Bundestagsabgeordnete und Parlamentarische Geschäftsführerin der CDU nach Hilden gekommen, um einen Vortrag über das Thema „Frauen in der Politik“ zu halten. „Ich selbst wurde politisch aktiv, als ich seinerzeit keinen Kindergartenplatz für meinen Sohn bekam. Familie und Beruf zu vereinbaren, war wesentlich schwieriger als gedacht. Daran wollte ich aktiv etwas ändern. Und bin mit Anfang 30 in die Politik gegangen“, begann Noll ihren Vortrag. Für den „Weg nach oben“ spielen nach Nolls Erfahrung eine entscheidende Rolle: Berufswahl, Partnerwahl und Netzwerke. „Frauen sollten naturwissenschaftliche und technische Berufe erlernen bzw. diese Fächer studieren. Denn hier gibt es grundsätzlich sehr

gute berufliche Chancen.“ Außerdem sollten sie sich einen Partner suchen, der bereit sei, bei Hausarbeit und Kindererziehung mitzumachen. „Bei einem ernsthaften politischen Engagement ist es unerlässlich, dass der Partner hinter seiner Frau steht und diese entlastet.“ Vor allem aber müssten Frauen viel Mut mitbringen, wenn sie in die Politik gehen, selbstbewusst und selbstsicher auftreten. „Frauen stellen sich leider viel eher in Frage als Männer. Sie haben oft Angst vor dem Scheitern. Umso wichtiger ist daher, sich innerhalb der Partei gut zu vernetzen. Und vor allem sollten Frauen sich gegenseitig viel mehr unterstützen“, sagte Noll. Sie habe leider die Erfahrung gemacht, dass Frauen nicht immer solidarisch miteinander seien. „Was es vor allem von uns Frauen braucht, ist Selbstvertrauen, den Mut, Herausforderungen anzugehen, und die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen. Frauen dürfen sich nicht selber im Wege stehen, sondern sollen behertzt Führungsangebote annehmen. Auch in der Politik.“

„Brief in Sachen Zwangsabgabe“

Landrat Thomas Hendele und die Bürgermeister der Städte Haan, Hilden, Langenfeld, Monheim am Rhein und Ratingen haben, so heißt es aus der Kreisverwaltung, einen „Brief in Sachen Zwangsabgabe zur Finanzierung des Stärkungspakts unterzeichnet“. Der Brief sei im Sep-

tember an die vier Direktkandidaten zur Bundestagswahl 2013 von SPD und Bündnis 90/Die Grünen im Kreis Mettmann adressiert worden. Der Landrat und die Bürgermeister erwarten, „dass die Bundestagskandidaten ihre herausragende Stellung in ihren Parteien dazu nutzen, die Landesregierung NRW zum Verzicht auf die beschlossene Zwangsabgabe zu bewegen“. In dem Brief heißt es: „Mit Entsetzen und Fassungslosigkeit haben der Landrat und die Bürgermeister den Kabinettsbeschluss der Landesregierung NRW zur Finanzierung der Solidaritätsumlage aufgenommen. Danach sollen die Städte Haan, Hilden, Langenfeld, Monheim am Rhein und Ratingen zur Finanzierung des Stärkungspakts eine jährliche Zwangsabgabe in Höhe von 68 Millionen Euro zahlen. Dies bedeutet, dass die betroffenen Städte mehr als 37 Prozent der landesweit von abundanten Kommunen aufzubringenden Finanzierung zu leisten haben. Insgesamt werden bis 2020 den fünf Städten 476 Millionen entzogen. Diese Mittel stehen für die Bürgerinnen und Bürger im Kreis Mettmann künftig nicht mehr zur Verfügung. Dies ist ungerecht, unfair und gefährdet in eklatanter Weise die Haushaltssituation der Städte.“ Die von der Stadt Haan jährlich aufzubringenden 2,8 Millionen Euro würden dazu führen, dass „der von der Stadt Haan bislang für das Jahr 2020 geplante Haushaltsausgleich nicht mehr zu erreichen ist“. Und: „Die weitere Ge-

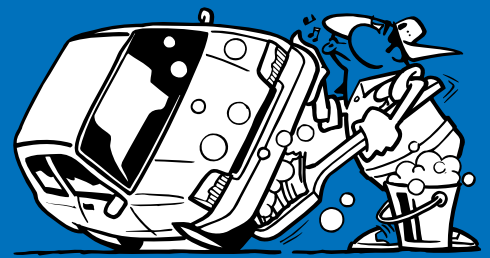
nehmigungsfähigkeit des Haushaltssicherungskonzeptes steht deutlich in Frage. Die Stadt Haan könnte damit schon im Jahr 2014 der vorläufigen Haushaltsführung unterliegen.“ Auch die Haaner FDP-Fraktion glaubt: „Die von der NRW-Landesregierung ab 2014 geplante sogenannte ‘Solidaritäts’-Umlage ist ungerecht, unfair und bedroht ganz elementar die Entwicklungschancen der Stadt Haan.“

Lukat säuerlich

In der letzten Ausgabe berichteten wir über eine für den 18. September angesetzte Sozialausschuss-Sitzung. Die jedoch fiel aus, hingegen gab es eine Ratssondersitzung am 17. September. Die fraktionslose Ratsherrin Meike Lukat hatte, so berichtete sie Anfang September, eine Einladung zur Sondersitzung des Rates bekommen, weil die FDP beantragt habe, „sich einen Überblick über die aktuelle Finanzlage zu verschaffen“, und die Liberalen sich zudem hätten „kritisch mit der Überschusstheorie des Landesministeriums auseinandersetzen“ wollen. Eine Sitzungsvorlage der Stadtverwaltung habe sich nicht in der Einladung befunden, ein Sachstandsbericht solle nachgesandt werden, so Lukat weiter. Sie stellte den Sinn der Sondersitzung in Frage: „Das hätte also nun nicht bis zum 15. Oktober, der regulären Ratssitzung, Zeit gehabt? Hier müssen wir nun 770 Euro Sitzungsgelder plus Personalkosten investieren?“ „Zeitgleich“ sei

„die wichtige Sitzung des Sozialausschusses“, welche am 18. September stattfinden sollte, abgesagt und auf einen Termin nach der Bundestagswahl, den 8. Oktober, geschoben worden. Lukat säuerlich: „Dort sollte es auf meinen Antrag hin unter anderem um die städtischen Unterkünfte der Stadt Haan gehen. Stellt man als parteiloses Ratsmitglied am 12. August einen für dieses Haushaltsjahr für die Stadt Haan finanziell akut wichtigen Antrag – denn die ersten Gelder für den Containeraufbau an der Ellscheid werden jetzt aktuell ausgegeben, die Unterkünfte an der Polnischen Mütze sollen aktuell dem Ausbau der Kreuzung zum Opfer fallen (jeder weiß doch, dass der Landesbetrieb Straßen drängelt, weil heutzutage Gelder nicht so lange zurückgestellt werden können) und die Zahlen der Zuwanderer steigen stetig –, sagt man die Sitzung ab, weil es plötzlich zu ‘weitergehenden Prüfungen’ kommt.“ Auch die für den 10. September geplante Sitzung des Planungs- und Umweltausschusses, für die die Themen Windhövel und Innenstadtentwicklung vorgesehen waren, wurde laut Lukat bereits in der Ratssitzung am 9. Juli abgesagt. Lukat stellte die Vermutung auf, dass möglicherweise einige politische Akteure im Vorfeld der Bundestagswahl unbequeme Fragen vermeiden wollten.

(Zusammengestellt von FRANK STRAUB) ■



Sicher von „O bis O“

Der Sommer ist vorbei – und der Herbst steht vor der Tür, mit dem Winter als Anhang! Für die Autofahrer und -besitzer bedeutet dies einige Vorbereitungen zu treffen. Wie die meisten Autofahrer wissen, ändern sich die Wetterbedingungen häufig schneller als erwartet. Als allgemeine Grundregel gilt von „O bis O“; also von Ostern bis Oktober ist für den Autofahrer Sommer und von Oktober bis Ostern ist Winterzeit. In dieser Zeit sollte dann mit der entsprechenden Bereifung gefahren werden. Falls das Wetter sich nicht genau an den Kalender hält und es zur Wechselzeit ungewöhnlich kalt oder warm ist, gilt der Richtwert sieben Grad. Ist es dauerhaft wärmer als sieben Grad, kann man ohne Weiteres mit den Sommerreifen fahren, fällt der Temperaturwert dauerhaft darunter, wird es Zeit für die Winterreifen. Im Falle eines Unfalls liegt es allerdings im Ermessen der Polizei, ob die Bereifung eine Rolle spielt. Die Reifen sollten eine Profiltiefe von mindestens 1,6 Millimeter haben. Der ADAC empfiehlt sogar vier mm, bei einer Profiltiefe unter vier mm sind Winterreifen nur bedingt wintertauglich. Die Reifen sollten aber nicht älter als zehn Jahre sein. Hier gilt: Zustand vor Alter! Wer ohne die richtige Bereifung durch den Winter schlängert und erwischt wird, zahlt ein Bußgeld. Wer den Verkehr durch die falschen Reifen aufhält, bekommt obendrauf noch einen Punkt in Flensburg. Wenn man in einen Unfall verwickelt wird, bekommt man in jedem Fall ei-

ne Teilschuld zugeschrieben und die Versicherung könnte die Zahlung ablehnen. Denn in der Straßenverkehrsordnung (StVO) steht: „Bei Kraftfahrzeugen ist die Bereifung den Wetterverhältnissen anzupassen“.

Wenn „Er“ nicht läuft

Was nützen einem die besten Reifen, wenn der Wagen nicht anspringt? Da das Auto im Winter gut die Hälfte mehr Strom verbraucht, sollte die Batterie vor dem ersten Schneefall überprüft werden. Wenn die Batterie bereits bei Temperaturen über dem Gefrierpunkt den Anlasser nur noch müde durchdreht, sollte sie unbedingt geprüft und möglichst aufgeladen oder rechtzeitig ersetzt werden. Bei dieser Gelegenheit sollten Sie auch gleich das Kühlsystem prüfen lassen. Mindestens -25° Celsius sollten sichergestellt sein. An der Tankstelle oder in der Werkstatt lässt sich das mit einem kleinen Prüfgerät recht einfach kontrollieren. Ist zu wenig Frostschutzmittel im Kühlwasser, friert es ein. Die Folge: Trotz Kälte überhitzt der Motor. Ganz Vorsichtige lassen auch die Bremsflüssigkeit kontrollieren. Enthält diese zu viel Wasser, können der Bremszylinder oder Bremsattel einfrieren.

Blindflug

Vor allem in den Wintermonaten gilt: „Sehen und gesehen werden“. Darum sollte eine freie und gute Sicht selbstverständlich sein. Kontrollieren Sie die Lichtanlage auf Funktion und Sauberkeit. Funktionieren alle Lampen,

inklusive Blinker, Standlicht und Nummernschildbeleuchtung? Die Nebelschlussleuchten sollten ebenfalls überprüft werden.

Checkliste

„To Do“

- Batterie checken
- Bremsanlage überprüfen lassen
- Winterreifen kontrollieren (Profiltiefe und Luftdruck)
- Frostschutzmittel in Kühflüssigkeit
- Ölwechsel
- Lichtanlage testen
- Scheibenwaschanlage winterfest machen
- Wischerblätter erneuern
- Luftfilter auf Winterbetrieb umstellen
- Fahrzeugelektrik überprüfen
- Unterbodenschutz kontrollieren
- Antenne und Schlösser einölen

„In's Auto“

- Wärmende Decke und Getränke ins Auto legen
- Starthilfekabel
- Eiskratzer
- Schneebesen
- Scheibenenteisungs-Spray
- Abdeckfolie für die Windschutzscheibe
- Anti-Beschlag-Mittel
- Anti-Beschlag-Tuch
- Ersatzbirnen paarweise
- Türeinteisungs-Spray (besser in der Manteltasche!!!)

Eine Runderneuerung der KFZ-Beleuchtung wird alle drei Jahre empfohlen, trotzdem sollten Sie entsprechende Ersatzbirnen paarweise im Wagen haben. Wie sieht es bei den Scheibenwischern aus? Falls die Wischerblätter keine einwandfreie Sicht mehr bieten, sind neue angesagt. Lassen Sie die Scheibenwischer nicht auf der Scheibe festfrieren, da beim Lösen die feine Gummikante beschädigt wird. Für einen klaren Durchblick sollten die Scheiben regelmäßig auch von Innen gereinigt werden. Durch die Heizungsluft werden die Scheiben schneller schmierig, was bei tief stehender Sonne zum Blenden führen kann. Außerdem neigen gerei-



Der Winter steht bald vor der Tür: Jetzt gilt es, das Auto winterfest zu machen. Foto: Hildebrandt

nigte Scheiben weniger dazu, zu beschlagen.

(Zusammengestellt von

Valeska Bergmann) ■

Professionelle
AUTOPFLEGE
und mehr!

Klopfer & Co **Neu**
TÜV im Hause

Inh. D. Schlösser
Düsseldorfer Str. 87 · 42781 Haan
Telefon 02129.3475709
Mobil 0160.3303131
meister_klopfer@gmx.de

- Ozonbehandlung
- Smart-Repair
- Autohandel
- KFZ-Service
- Hol- u. Bringservice

Starterbatterie



Powerblock 45Ah / 370 A

zzgl. Montage (bei Mitnahme + 7,50 € Batteriepfand)

ab 49,90 €



Eine Werkstatt Alle Marken!

Automobilservice
Karstiess & Bothe

Automobilservice Karstiess & Bothe GmbH
W - Vohwinkel • Westring 218 • Tel.: 0202-2733720

Das merk ich mir!



junited® **AUTOGLAS**
Autoglas Pauen GmbH

SOFORT - REPARATUR & AUSTAUSCH

Solingen

www.autoglas-pauen.de

Focher Str. 56 (gegenüber Bauhaus) 0212 - 6 42 44 66

+++ 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



Bis zu 400 000 Besucher strömen jährlich auf die größte Kirmes im Bergischen Land nach Haan. 15 Show- und Fahrgeschäfte, 13 Kinderattraktionen und viele weitere Stände und Buden wurden in der Innenstadt platziert.



Als ehemalige Nationalspielerin und ARD-Fußballexpertin ist Nia Künzer den meisten Menschen bekannt. Vor wenigen Wochen stand sie mit den Junioren-Spielern des SSVg 06 Haan bei einem gemeinsamen Training auf dem Platz.



Eine Käferinvasion auf dem Gelände des Autohauses Altmann Autoland, wo normalerweise Opel und Suzuki-Modelle den Kunden geboten werden. Fotos (4): Bettina Lyko

**Vier Tage lang
Ausnahmestand**

Wenn drei laute Böllerschüsse ertönen und kurze Zeit später mehrere hundert Ballons den Himmel säumen, spätestens dann ist in Haan klar: Die Kirmes wurde eröffnet. Eine Zeremonie, die auch in diesem Jahr stattgefunden hat. Der Bürgermeister stach traditionell das Fass Freibier an: Knut vom Bover wurde dabei von der frisch gekürten NRW-Kirmeskönigin Luisa I. unterstützt. Von diesem Zeitpunkt an herrschte vier Tage lang eine Ausnahmesituation in dem sonst so beschaulichen Haan: Die 200 Schausteller hatten alle Hände voll zu tun, denn geschätzte 300 000 bis 400 000 Besucher kommen jährlich zum großen Volksfest in die Garten-

stadt. Seit über 600 Jahren ist der Jahrmarkt Publikumsmagnet im gesamten Bergischen Land. Sonderfahrpläne der Verkehrsbetriebe, geänderte Straßenführungen und eine Art zusätzlicher Feiertag für alle Haaner am Kirmesmontag untermauern den Stellenwert. Dabei ist es den Verantwortlichen auch 2013 wieder gelungen, trotz der Größe ein friedliches Familienfest ohne Ballermann-Atmosphäre auszurichten.

**Kicken mit Fußball-
Weltmeisterin Nia Künzer**

Mit einem echten Profi zu kicken, das wurde für einige Junioren-Fußballer des SSVg 06 Haan Mitte September Wirklichkeit: Nia Künzer, die ehemalige Nationalspielerin und Botschaf-

terin der Initiative „Kinder stark machen“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) verbrachte einige Stunden auf der Sportanlage an der Hochdahler Straße. Die 33-Jährige kickte mit den E-Junioren, gab Autogramme, diskutierte mit den jungen Spielern und Übungsleitern des Haaner Vereins unter anderem über Möglichkeiten, Kinder vor Sucht- und Drogenproblemen zu schützen. Der Jugendgeschäftsführer des SSVg 06 Haan, Steffen Behnke, war spürbar erfreut darüber, dass sein Verein die Teilnahme am „Kinder stark machen“ – Programm gewonnen hat: „Es ist eine Win-Win Situation für beide Seiten“, betonte er. Auch wenn hinter der Aktion sichtbar viel PR (Public Relations) stecke, für die Kids sei es wichtig, dass sie morgen erzählen können: „Ich habe mit Nia Künzer trainiert.“

Volkswagen-Boxer-Treffen

Die Volkswagen-Boxer-Freunde aus dem Bergischen Land (VWBBL) hatten erneut zum Treffen in Haan geladen. Liebhaber alter Käfer, Bullis und Raritäten aus dem Hause Volkswagen (VW) bekamen beim dritten Treffen auf dem Gelände des Autohauses Altmann Autoland wieder einiges zu sehen: „105 Fahrzeuge waren bei uns. Das ist ein toller Schnitt bei dem Wetter“, erklärte Markus Niegel im Nachhinein. Der VW-Fan freute sich besonders über ein sehr seltenes Rometsch Coupe, das gegen

Nachmittag angereist kam, als der verregnete Sonntag wittertechnisch auflockerte. „Dieses Fahrzeug sieht man sonst nur im VW-Museum, auf Nobel-Treffen oder bei besonderen Oldtimer-Treffen“, erklärte Markus Niegel fasziniert. Das älteste Fahrzeug vor Ort war ein Käfer-Cabrio, Baujahr 1955. Sein Besitzer Christian Kordt gehört mit zu der Hobby-Interessengemeinschaft VWBBL. Bei ihm ist die Leidenschaft für diese Art von Oldtimern kaum übersehbar. Neben dem Cabrio besitzt der Mettmanner noch ein geschlossenes Modell aus dem Jahr 1959. Wie in jedem Jahr wird der Erlös der Veranstaltung der Haaner Tafel gestiftet: Die darf sich auf eine Spende von 350 Euro freuen.

Vorstandsduo für 2014 steht

Dass Peter Vogel, der Vorstandsvorsitzende der Haaner Stadt-Sparkasse, seinen Posten ab Januar 2014 verlässt, hat sich bereits Mitte des Jahres herumgesprochen. Kurze Zeit später war klar: Sein aktueller Stellvertreter Udo Vierdag rückt auf den Stuhl von Peter Vogel und damit wird die Stelle des Stellvertreters frei. Nach einem aufwändigen Bewerbungsverfahren teilte die Spitze des Sparkassen-Verwaltungsrates Ende September mit: Axel Weber ist der neue Mann im Vorstandsduo. Ab Februar 2014 wird der 51-Jährige, der sich selbst als „Sparkassen-Gewächs“ bezeichnet, seine Aufgabe in Haan offiziell beginnen.

Axel Weber hat, wie es immer so schön heißt, den Beruf von der Pike auf gelernt. Er wird mit seiner Frau aus dem lippischen Lemgo in die Gartenstadt ziehen. Die gemeinsame Tochter beginnt im kommenden Jahr ihr Studium, so dass gleich mehrere Veränderungen ins Haus stehen. Erste Einblicke in das Leben der Gartenstadt habe Axel Weber bereits während der diesjährigen Kirmes gewinnen können, wie er lächelnd und mit voller Vorfreude auf sein neues Aufgabengebiet gestand.

(Bettina Lyko) ■

**Wir vermitteln Zufriedenheit...
Vertrauen Sie in Sachen Immobilien Ihrem seriösen Partner vor Ort!**

Immobilien-Center der Stadt-Sparkasse Haan (Rheinl.)
Daniel Holzhauer / Sabine Vonscheidt
Tel.: (02129) 575-155
E-Mail: immo@stadt-sparkasse-haan.de
www.stadt-sparkasse-haan.de



Axel Weber wird ab Februar 2014 Udo Vierdag im Vorstand der Haaner Stadt-Sparkasse zur Seite stehen.

Die Ausgewanderte mit Haaner Wurzeln

In einer Serie stellen wir Haaner Bäume vor: Diesmal ist es die Lieveneiche

Sie hat der Stadt Haan den Rücken gekehrt, zumindest auf dem Papier. Noch vor 80 Jahren widmete der Haaner Heimatforscher August Lomberg der Lieven-Eiche wohlwollende Zeilen. „Nicht so hochgetürmt, aber in ihrer Art nicht minder sehenswert ist die stattliche Eiche, die an dem Waldwege vom Forsthaus Eickert zum Kellertor steht“, schrieb er damals in seiner im Haaner Heimatbuch erschienenen Abhandlung über „Merkwürdige Bäume in Haan“. Damals scheint sie also noch in Haan gewurzelt zu haben, während sich heute die Nachbarstadt Hilden damit schmückt. „In der alten Karte von 1909 gehörte ihr Standort noch zu Haan. Durch die kommunale Neugliederung haben sich die Stadtgrenzen verschoben“, klärt Stadtarchivarin Birgit Markley über den Wohnortwechsel auf. Wir wollen über dieses kleine Detail einfach mal hinwegsehen und daran erinnern, dass die Lieven-Eiche eigentlich eine waschechte „Haanerin“ ist. Schließlich war sie in ihren jüngeren Jahren offenbar eng mit dem Haaner Boden verwurzelt. Und wo man seine Wurzeln hat, da fühlt man sich ja bekanntlich zuhause.

Alter: 250 Jahre

Geschätzte 250 Jahre hat die stolze Eiche auf dem Buckel, die von sich behaupten kann, mal der stärkste Baum im Stadtwald gewesen zu sein. So soll sie übrigens erst 100 Jahre nach ihrer Pflanzung auch zu ihrem Namen gekommen sein. Hatte doch Wilhelm Ferdinand Lieven den Hildenern die Hälfte des heutigen Stadtwaldes zum Geschenk gemacht und fortan sollte sein Name mit eben diesem stattlichsten Baum des Waldes verbunden bleiben. So ganz klar ist es übrigens nicht, ob die Lieveneiche vor einem Vierteljahrhundert gepflanzt wurde, oder ob sie sich selbst ausgesät hat. „In der Nähe hat jedenfalls mal ein Gebäude gestanden und es kann durchaus sein, dass sie als

Hofbaum gepflanzt wurde“, glaubt der Hildener Forstwirt Friedhelm Schüller

Gastfreundschaft

Das knorrige Wachstum der Lieven-Eiche wurde auf die Bodenverhältnisse zurückgeführt. Offenbar mangelte es zwischenzeitlich auch an Wasser, so dass die trocken gewordenen Äste schon in jungen Jahren entfernt werden mussten. Naturfreunde beobachteten immer wieder ein reges Vogeltreiben in ihrer Krone. Für ihre Gastfreundschaft sind Eichen übrigens bekannt. Nicht nur Specht, Meise und

Zaunkönig, sondern auch Insekten und Schmetterlingsraupen lassen sich gern auf ihnen nieder. Aber leider eben auch Schädlinge, die der Lieven-Eiche mit den Jahren immer mehr zu schaffen gemacht haben.

Naturdenkmal

Gelitten hat sie offenbar auch durch den Bau der Autobahn, in deren Nähe sie wächst. „Sie ist schon ziemlich altersschwach. Wir haben etliche morsche Äste entfernen müssen“, berichtet Friedhelm Schüller über den Zustand des Naturdenkmals. Damit Spaziergänger auf sie aufmerk-

sam werden können, ist sie seit Jahren mit einem Schutzgitter umzäunt. Außerdem hat der Museums- und Heimatverein Hilden ein Messingschild anbringen lassen. „Sie wird wohl in den nächsten zehn Jahren nicht einfach so umfallen. Aber 1000-jährige Eichen gibt es nur sehr selten. Wir möchten sie möglichst lange erhalten“, sagt Schüller über sein Sorgenkind. Um ihre Hege und Pflege brauchen wir uns also keine Sorgen zu machen: Die Hildener kümmern sich vorbildlich um die „Ausgewanderte“.

(SABINE MAGUIRE) ■



Die Lieven-Eiche wird durch einen Zaun geschützt. Foto: Claudia Zeier

Die Qual der Wahl



Foto: privat

Immer wieder, aber nicht allzu gern gesehen: das studieren des Angebotes, wenn Frau an der Reihe ist – und die dazu gehörigen Überlegungen: Welche Farbe? Welche Schuhe? Jeans oder Rock? Links oder rechts herum? Welcher Tisch, oder doch lieber an der Bar? Cappuccino oder Latte Macchiato? Erdbeere oder Schokolade? Balearen oder Kanaren? Schnitzel, Nudeln oder Pizza? Entscheidungsfreude kann ein Segen sein! Den meisten Frauen ist diese Problem bekannt: Ein unzähliges Angebot und ständig diese Entscheidungen ... bei zu großer Auswahl kann man/frau sich nicht entscheiden. Ich bin vor wenigen Wochen auf dieses Problem aufmerksam geworden und habe eine Analyse im direkten Umfeld

und im Selbstversuch gestartet. Ganz vorne weg: Es ist kein reines Frauenproblem, sich nicht entscheiden zu können. Erstes Objekt der Feldstudie: natürlich mein Freund, denn im allgemeinen Alltag kann man wunderbar auf Kleinigkeiten achten. Der Fairness halber habe ich mein Entscheidungsverhalten, sozusagen als Gegenprobe, ebenfalls im Alltag beobachtet. Als erstes ist mir aufgefallen, wenn es um die Kleinigkeiten wie Essen und Trinken in Lokalen oder um Alltagssituationen geht, stehen die Männer deutlich besser da, die wissen, was sie essen wollen; und wo sie sich hinsetzen, ist ihnen so gut wie egal. Frauen hingegen ... tja, bei Frauen sieht das doch meistens anders aus: Da werden dann scheinbar große Entscheidungen getroffen und es sieht für alle Wartenden so aus, als ob die Menü-Karte mit jedem einzelnen Punkt auf den gedanklichen Geschmacksnerven ausprobiert werden muss. Ich persönlich habe natürlich von mir gedacht, dass ich auf gar keinen Fall so unentschlossen bin ...

Doch nach einigen Rückschlägen musste ich zugeben, dass auch ich von dem Virus des Unentschlossen-Seins befallen bin. Bestes Beispiel: Um bei meinem Mobilfunkanbieter bessere Kon-

ditionen zu bekommen, kündigte ich meinen Vertrag auf Anraten eines Mitarbeiters. Zwei Wochen später riefen sie mich wie angekündigt an und ich lehnte jedes Mal, wie man mir empfohlen hatte, ab. Als ich dann nach vier oder fünf Anrufen ein absolut akzeptables Angebot bekam, erbat ich mir noch übers Wochenende Bedenkzeit – die ich auch bekam. Allerdings war die entsprechende Mitarbeiterin am Tag des Rückrufes krank und so erfolgte kein Anruf und ich konnte das Angebot nicht wahrnehmen. Als ich mich dann zwei Wochen später selber bei meinem Anbieter meldete, erklärte man mir höflich, dass dieses Angebot nicht mehr gültig sei; tja Chance verpasst. Nun muss ich nochmal auf solch eine günstige Gelegenheit warten – Zeit, um sich die aktuellen Handys anzuschauen und die technischen Datenblätter zu vergleichen. Bedauerlich daran ist, dass inzwischen die neue Generation Smartphones auf den Markt gekommen ist und wir ja immer das Neueste haben wollen, damit geht das Entscheidungs-Karussell wieder von vorne los. Klar wird es bald ein ähnliches oder besseres Angebot geben, hätte ich mich aber schneller entscheiden können, wären meine Konditionen jetzt schon optimiert

und ich hätte mein neues Telefon schon in der Tasche. Weitreichende Entscheidungen wie Verträge oder anzuschaffende Geräte, der nächste Urlaub oder der Kauf eines Autos verlangen natürlich durchdachtere Überlegungen und Vergleiche ...

Um diese Art von Problemen zu reduzieren, habe ich damit angefangen, nach dem Ausschluss-Prinzip vorzugehen, dabei schließe ich als erstes aus, was ich nicht will. Wenn ich in einem Café oder sonstigem Lokal bin, möchte ich nicht direkt an der Tür und schon gar nicht bei den Toiletten sitzen, der Rest ist mir egal und ich setze mich an den nächsten freien Tisch. Bei der Wahl des Kaffee-Getränkes hat mir eine andere Erfahrung geholfen: Die meisten Kaffee-Getränke, wie Cappuccino oder Milchkaffee, sind mir zu milchig – und zwar in allen Cafés der Stadt –, also bestelle ich mir einen Kaffee mit aufgeschäumter Milch und ich bin damit total zufrieden.

Auf den Punkt zu kommen, hat doch was für sich, eine Entscheidung zu treffen, hat doch auch etwas Befreiendes. Nun muss man/frau nur noch zu seinen Entscheidungen stehen und schon kann es weiter gehen.

(VALESKA BERGMANN) ■

Portrait: Der Jäger mit der Linse

Auf Foto-Safari mit Klaus Tamm

Da war er wieder, dieser magische Moment. Ein Habicht segelt über die Straße. Bremsen, anhalten, aus dem Auto sprin-gen. Kamera aus dem Koffer-raum reißen, den Auslöser drücken. Und irgendwann, vielleicht, entspannt zurück-lehnen. Wenn Klaus Tamm von seiner Fotoleidenschaft er-zählt, schimmert die Geschich-te eines Besessenen hindurch.

Das optimale Foto

Geschätzte 50 000 Mal im Jahr drückt der Naturfotograf mit Wohnsitz an der Haaner Stadt-grenze auf den Auslöser. „Davon sind nur wenige Bilder wirklich gut“, weiß er selbst, dass wahr-lich nicht jeder Schnappschuss gelingt. Was gut ist, zeigt sich allerdings danach meist auf den ersten Blick. Geheimnisvoll muss es sein, das optimale Foto. Und dazu noch melancholisch und mit verschwommenen Kontu-ren. Wo andere sich mit dem Sta-tiv abmühen, nimmt Klaus Tamm seine Canon einfach in die Hand. „Manchmal schaue ich noch nicht mal durchs Objektiv“, verrät er, wie die Aufnahmen entstehen. Bewegung ist nicht nur erlaubt, sie ist sogar gewollt. „So entstehen interessante Effek-te“, weiß der Experte.

Der richtige Blick

Manchmal macht er tausend Bil-

der am Tag. An anderen Tagen dauert schon die Suche nach dem richtigen Motiv mehrere Stunden. Wenn Klaus Tamm (52) mit der Kamera unterwegs ist, spielt Zeit keine Rolle. „Man muss Geduld und den richtigen Blick dafür haben“, sagt er über sein Hobby, das ihn schon unter die besten zehn Fotografen beim Wettbewerb „Europäischer Naturfotograf des Jahres“ und ins Finale einer weltweiten Aus-scheidung der BBC gebracht hat. Schaut man sich die Bilder von Klaus Tamm an, wundert man sich kaum über diese Erfolge. Seine Fotos sind malerisch und geheimnisvoll. Man sieht plötz-lich Dinge, die mit dem bloßen Auge nicht zu erkennen sind. Der Tau im Netz einer Spinne, in dem sich die Sonne reflektiert oder eine Schnecke, die an den Blütenblättern einer Margerite Halt sucht: Klaus Tamm fängt mit seiner Kamera Augenblicke ein, die in einer schnelllebigem Zeit meist verloren gehen.

Fotomotive

Und dafür muss er noch nicht mal weit reisen, obwohl er es für einen Schnappschuss einer Pin-guinkolonie schon bis auf die Falklandinseln geschafft hat. Auch der unberührten Natur in Norwegen und Schweden kann er einiges abgewinnen. Manch-mal genügen aber auch schon der eigene Garten oder ein Aus-flug in die Grube 7, um die Ge-heimnisse der Tier- und Pflan-zenwelt einzufangen. Die Geburtsstunde seiner Lei-denschaft fürs Fotografieren da-tiert Klaus Tamm auf einen Ur-laub in der Bretagne vor 20 Jah-ren. Damals hat ihm eine Mauer-eidechse im wahrsten Sinne des Wortes „den Kopf verdreht“. Mehr als drei Stunden starrte er



Die drei jungen Uhus präsentierten sich Klaus Tamm im Steinbruch Osterholz.

Fotos (7): K. Tamm

auf die Mauerritze, in der sie ver-schwunden war. „Bis meine Frau mir irgendwann gesagt hat, dass es jetzt mal genug sei“, sagt er schmunzelnd. Die Eidechse tauchte nicht mehr zum Foto-shooting auf, aber ein Hobby nahm so seinen Anfang. Auf den Schwalbenschwanz, der später noch vor seine Linse geriet, sei er damals stolz gewesen. „Die Fotos würde ich mir heute nicht mehr anschauen“, blickt er auf die Anfänge zurück. Waren es damals eher Tierdokumentati-onen, reizt ihn heute das Künstle-rische am Fotografieren.

Von analog zu digital

„Ich mache viel über Blendenre-gulierung und die Belichtungs-zeit“, spricht er über technische Details. Von der analogen Foto-grafie konnte er sich lange Zeit nicht verabschieden. Nach der Yashica und der Leica tut mittler-weile aber doch eine digitale Can-on mit 600mm-Teleobjektiv gute Dienste. In Szene setzt Tamm übrigens nur Tiere in freier Natur. „Gehegefotografie oder Tiere in Käfigen zu fotografieren, das macht mir einfach keinen Spaß“, spricht er über sein Hobby. Auch andere Motive jenseits von Flora und Fauna reizen ihn nicht: „Kin-dergeburtstage oder Hochzeits-feiern sind nicht mein Thema“. Dafür fährt er lieber hunderte von Kilometern, um die Kampf-läufer auf ihren Kampfplätzen abzulichten. Oder er sitzt stundenlang im Auto, um vorbeilau-fende Hasen vor die Linse zu be-kommen. (SABINE MAGUIRE) ■



Wespenspinne.



Zauneidechse.



Salbei.



Rotkehlchen.

Grenzgänger



Wie einzigartig und schüt-zenswert die Natur ist, zeigt das Buch von Klaus Tamm. Es sind Bilder eines vielfach aus-gezeichneten Fotogenies und Naturbegeisterten, einige da- von sind in der Grube 7 und im angrenzenden Neandertal

entstanden. Klaus Tamm gibt sich nicht mit dem ersten Blick zufrieden. Er geht ganz nah ran, liefert vielfach das Detail. Es sind Fotos voller An-mut und Intensität. K. Tamm/C. Arns, Grenzgän-ger, BJV-Verlag, 39,90 Euro ■

Brust oder Keule?
Genießen Sie zusammen mit der Familie oder mit Freunden eine ganze Gans!
Knusprig gebraten mit Rotkohl, Klößen, Schmorapfel und leckerer Soße.

Bergisches Gasthaus
Mahnertmühle
www.mahnertmuehle.de

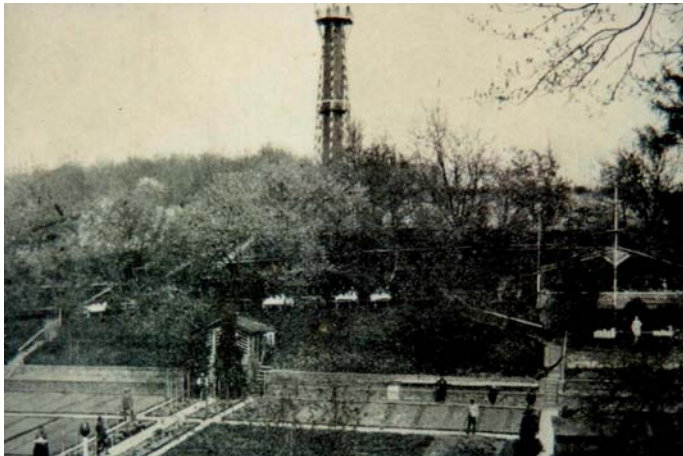
Traditionelles Gänseessen ab Mitte Oktober!
Reservierungen
Telefon 0 21 29 12 14
1. und 2. Weihnachtsfeiertag geöffnet!

Kleintierpraxis
Altes Postamt
Tierärztin
Christina Scherer

Bahnstraße 5
42781 Haan-Gruiten
Tel. 02104 / 808 94 14

Wo das Mühlrad nicht mehr klappert

In der Mahmertmühle wurde früher Getreide gemahlen / Heute kommen dort Wild- und Fischspezialitäten auf den Tisch



Der nahe gelegene Aussichtsturm lockte viele Besucher.

Sie verdankt ihren Namen dem Mahmertbach, der über Jahrhunderte hinweg ihre Mühlräder antrieb. Hinter ihren Mauern liegen viele Geschichten verborgen. Alteingesessene Haaner erinnern sich noch an den großen Saal, in dem begeisterte Gäste rauschende Feste feiern konnten. Seit hundert Jahren ist es stiller geworden an der Mahmertmühle. Bis kurz nach dem ersten Weltkrieg klapperte noch das Mühlrad. Längst ist es nur noch das Besteck in der Küche, in der Paul-Georg Dickel (59) in mittlerweile vierter Generation selbst am Herd steht. „Ich bin hier die Seele“, sagt der Gastronom. „Wenn ich mal eine Stunde nicht da bin, fragen die Gäste gleich nach mir.“

Familientradition

Er selbst ist in der Mahmertmühle aufgewachsen. Wenn es um vergangene Zeiten geht, kommt Paul-Georg Dickel ins Schwärmen. „Mein Urgroßvater hat das damals hier alles übernommen“, berichtet er aus dem Jahre 1906, als der Grundstein für die bis heute andauernde Familientradition gelegt wurde. Getreidemühle, Scherenschleiferei und

Schankwirtschaft: All das habe damals unter einem Dach stattgefunden. Dazu kam noch ein Kolonialwarenladen, in dem die Nachbarschaft mit allerlei Brauchbarem versorgt wurde. „Wir durften auf unsere Messer sogar 'Hergestellt in Solingen' schreiben“, plaudert Paul-Georg Dickel aus dem Nähkästchen. Wer sein Getreide zum Mahlen in die Mühle brachte, kehrte nebenan in der Schankwirtschaft ein. Dort traf man dann diejenigen, die ihre Scheren und Messer zum Schleifen brachten, oder ihren Einkauf im Kolonialwarenladen erledigt hatten. „Da ist man schon morgens früh aufgestanden und abends müde ins Bett gefallen“, glaubt Paul-Georg Dickel. Vom Burnout seien seine Vorfahren jedoch weit entfernt gewesen. „Es lief alles ruhiger und mit Muße ab.“ Das Mühlrad, das eigentlich schon 1908 stillgelegt worden war, drehte sich noch mal inmitten der Kriegswirren des ersten Weltkrieges. Dann kam alles so, wie es kommen musste. Die moderne Technik hielt Einzug, das Korn wurde in maschinell betriebenen Mühlenfabriken gemahlen. Die Mahmertmühle hatte ihre Dienste getan. Was blieb, war die Gastwirtschaft. Und die flo-



Postkartengrüße warben für einen Besuch im Haaner Ausflugslokal.

rierte in der guten alten Zeit, in der man noch sonntags zum Spaziergang aufbrach. Der nahegelegene Aussichtsturm lockte viele Ausflügler in die Gegend. „Damals sind die Leute noch in der Umgebung wandern gegangen. Heute fliegt man für 90 Euro nach Mallorca“, sagt Paul-Georg Dickel schmunzelnd.

Wild, Spargel und Fisch

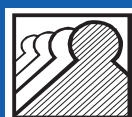
Er selbst kann sich über fehlende Kundschaft jedoch nicht beklagen. „Wir haben Stammgäste, die schon seit mehr als 40 Jahren zu uns kommen. Für manche

Familien haben wir von der Taufe bis zur Hochzeit beinahe ein ganzes Leben hindurch die Feste ausgerichtet.“ Kulinarisch schwört der Gastronom je nach Jahreszeit vor allem auf Wild, Spargel und Fisch. Das er mal Koch werden möchte, wusste Paul-Georg Dickel übrigens schon ziemlich lange. „Ich war sieben Jahre alt, als ich den Eltern meinen Berufswunsch verkündet habe“, erinnert er sich. Die Familientradition wird nun mit ihm zu Ende gehen. Denn in der Familie gibt es niemanden, der das Restaurant übernehmen möchte. (SABINE MAGUIRE) ■



In den 1940er Jahren war die Mahmertmühle nur noch Gasthof. Fotos (3): privat

Ihr Spezialist für Gebrauchtimmobilien in Haan!



Immobilien seit 1971 • 02129-94990
WUNDES & PARTNER
Haan und Düsseldorf • www.wundes.de

Bücherecke



(SM) Der Schriftsteller C. aus Leipzig darf in den achtziger Jahren die DDR vorübergehend mit einem Visum verlassen. In der Bundesrepublik verliebt er sich in eine Westdeutsche, doch die gegensätzlichen Erfahrungen und Prägungen der beiden Partner zermürben ihr Verhältnis. Obwohl sich C. im Westen nach wie vor unwohl und fremd fühlt, obwohl er immer mehr in Alkoholexzessen und in Schreibhemmungen versinkt, lässt er den Termin für seine Rückreise verstreichen, wodurch der Osten für ihn unerreichbar wird. **W. Hilbig, Das Provisorium, S. Fischer Verlag, 19,90 €**



(SM) Zur Zeit von James Joyce waren mit Süßigkeiten gefüllte Katzen in Irland ein beliebtes Geschenk. Als er das aus Kopenhagen nicht mitbringen konnte, schrieb er einen fantasiesprühenden Brief an seinen vierjährigen Enkel. Darin behauptete er, in Dänemark gebe es keine einzige Katze, dafür aber Fische, Fahrräder und freundliche Polizisten. Die lägen den ganzen Tag im Bett, rauchten Zigarren und tranken Buttermilch. Harry Rowohlt hat aus der englischen Ausgabe einen fabelhaften deutschen Text gemacht. Wolf Erlbruchs hinreißende Illustrationen verwandeln ihn in ein Glanzstück.

J. Joyce/W. Erlbruch, Die Katzen von Kopenhagen, Hanser, 14,90 € ■

Mahnertmühle

Die Mahmertmühle ist von Mittwoch bis Sonntag ab 11 Uhr durchgehend geöffnet. Montags und dienstags ist Ruhetag.

Im Sommer werden Bier und Wein auch unter den alten Kastanien des Biergartens, auf der sonnigen Terrasse oder der Veranda serviert. ■

Senioren im Mittelpunkt



Anlageobjekte erster Klasse! Wir bieten NEUBAU-Senioren-Apartments zum Kauf: Seniorenparcs „carpe diem“

- 20 Jahre Mietvertrag mit Inflationsschutz
- Kaufpreise ab 115.000,00 EUR
- 6 % Mietrendite auf den Kaufpreis bei mtl. Auszahlung
- Pflegeplatzanspruch

Kompetenz-zentrum
Seniorenpflege-Immobilien

CONZEN
IMMOBILIEN GMBH

Rufen Sie uns an:
Tel. 0211 159 40 30

www.pflegeimmobilienportal.de

Rufen Sie uns an!

Die AWO Sozialstation
in Ihrer Nähe!



- Häusliche Pflegedienstleistungen
- Hauswirtschaftlicher Service und andere soziale Dienstleistungen

Versorgungsgebiet: Haan – Hilden – Erkrath
Steinfelder Straße 15 · 42781 Haan

Telefon: (0 21 29) 55 67 89

E-Mail: haan@awo-sozialstation-ggmbh.de

www.awo-sozialstation-ggmbh.de



Senioren-Park
carpe diem
... mehr als gute Pflege!

**"Stationäre Pflege, Betreutes Wohnen
und Ambulanter Pflegedienst im modernen
Senioren-Park carpe diem Haan"**



Weitere Informationen unter www.senioren-park.de oder unter:

Besuchen Sie auch unser

Café-Restaurant
VIER JAHRESZEITEN
im Senioren-Park carpe diem

Senioren-Park carpe diem Haan
Tel.: 021 29/92 46-0 · Fax: -555
Düsseldorfer Straße 50 · 42781 Haan
haan@senioren-park.de · www.carpe-diem.eu

Die Reflux-Krankheit

(bng) Eine Reflux-Krankheit liegt vor, wenn der Patient mindestens ein- bis zweimal pro Woche darunter leidet, dass Magensäure in die Speiseröhre aufsteigt und zu Beschwerden führt. Zehn bis zwanzig Prozent der Bevölkerung sind von diesem Problem betroffen, das Männer und Frauen aller Altersgruppen gleichermaßen heimsuchen kann. Die Reflux-Krankheit ist eine chronische Erkrankung. Der Gastroenterologe kann die Beschwerden lindern und den Verlauf stabilisieren.

Symptome

Typische Beschwerden auf-

grund aufsteigender Magensäure sind Sodbrennen, saures Aufstoßen und Schluckbeschwerden sowie ein Druckgefühl hinter dem Brustbein. Die Beeinträchtigung des Patienten kann von regelmäßigen Störungen des gesundheitlichen Wohlbefindens bis hin zu schwerwiegenden Einschränkungen der Lebensqualität und der Arbeitsfähigkeit reichen. Die Erkrankung kann mit Schädigungen der Speiseröhre einhergehen.

Einfluss auf Beschwerden

Fettreiche Ernährung, Kaffee, Alkohol oder gebückte Körperhaltung haben Einfluss auf die Beschwerden. Reflux kann

durch andere Krankheitsbilder wie zum Beispiel Verengungen des Magenausgangs oder auch durch Schwangerschaft ausgelöst sein. Der Arzt spricht dann von einer sekundären Reflux-Krankheit. Auch Medikamenten-Nebenwirkungen können zu Störungen des Verschlussmechanismus am Mageneingang führen.

Beschwerden der Atemwege

Im Einzelfall können auch Beschwerden der Atemwege vom Reizhusten bis hin zu Asthmaanfällen das Erscheinungsbild der Reflux-Krankheit prägen.

Selbständig wohnen in jedem Alter und in jeder Lage

Mehr als 90 Prozent der älteren Menschen in Deutschland leben in normalen Wohnungen. Im Falle von Pflegebedürftigkeit werden sie überwiegend auch hier versorgt. Davon leben etwa ein Drittel der Pflegebedürftigen in Pflegeheimen. Die Versorgung zu Hause erfolgt bei etwa 90 Prozent ausschließlich durch Angehörige, bei den anderen teilweise unterstützend oder voll-

ständig durch ambulante Dienste. Über die Hälfte der pflegenden Angehörigen sind mit der staatlichen Unterstützung unzufrieden. Um den individuellen Ansprüchen und den Wünschen der Menschen zu entsprechen, müssen neue altersgerechte und behindertengerechte Wohn- und Betreuungsformen geschaffen werden. Die meisten Menschen bleiben bis zum Schluss in ihrem Zuhause und nehmen lieber Unbequemlichkeiten in Kauf als sich neu zu orientieren. Auch wenn das Haus, welches sie häufig über

Jahrzehnte bewohnt haben, zu groß, der Garten zu beschwerlich wird und Vereinsamung droht, wird am alten Leben festgehalten. Mittlerweile sind die Menschen bereit, sich frühzeitig über neue Wohnformen Gedanken zu machen und zum Beispiel eine Haus- oder Wohngemeinschaft zu gründen. Wohnungsanpassungen können dabei rollstuhl-, alters-, behinderten- und demenzgerecht geplant werden. Mit dieser Einteilung kann gut auf die persönlichen Bedürfnisse eingegangen werden. Auch im Falle einer Pfl-

PFLEGE DAHEIM STATT PFLEGEHEIM



Vermittlung von Betreuungs- und
Pflegekräften aus Osteuropa und Deutschland.
Tel. 02104 952 80 93

Pflegeagentur 24 Mettmann
Mittelstr. 4 · 40822 Mettmann

www.pflegeagentur24-mettmann.de
info@pflegeagentur24-mettmann.de



Senioren im Mittelpunkt



Foto: jimmiedobbs - Fotolia.com



Foto: Petrus Thy - Fotolia.com

gebedürftigkeit sehen viele inzwischen ein, sich frühzeitig für eine Rundum-Betreuung umzuschauen und sich auf einen Umzug einzustellen. Gespräche mit Freunden, Angehörigen und Menschen, die ihre Wohnsituation ihrem Leben bereits angepasst haben, können dabei hilfreich und entscheidend sein.

Geistige Fitness

Wer aus der Routine des Alltags ausbricht, trainiert sein Gehirn auf natürliche Weise. Jeder hat seine eigenen Routinen. Sie sind praktisch, weil sie den Weg durch die täglichen Entscheidungen erleichtern. Auf der anderen Seite, wenn man erstmal mit den Routinen lebt, fordern sie das Gehirn kaum noch. Um geistig neue Wege zu beschreiten, sollten diese Routinen immer wieder durchbrochen werden. So kann jeder nebenbei im Alltag das Gedächtnis trainieren und bis ins hohe Alter geistig aktiv bleiben. Nachfolgend ein paar Anregungen, unterstützend dazu sind geistige Aktivitäten wie zum Beispiel Kreuzwörter und Lesen zu empfehlen.

Einen anderen Weg nehmen: Für das Gehirn ist es reizvoller eine neue Route zur Kirche, zum Supermarkt oder um Sportplatz zu wählen, vielleicht hält ein

neuer Weg durch den Park auch optisch ein paar schöne Eindrücke bereit.

Mit links die Zähne putzen: Alltägliche Tätigkeiten wie das Zähneputzen mit der ungewohnten Hand erledigen. Je häufiger geübt wird, desto schneller passt sich das Gehirn an.

Etwas neues kochen: Warum nicht mal ein unbekanntes Rezept ausprobieren? Neue Geschmacksnoten im Küchen-Repertoire regen die Sinneszentren im Gehirn an und wirken stimulierend.

Ohne Einkaufszettel zum Supermarkt: Beim nächsten Einkauf den Einkaufszettel zu Hause lassen und mit eigenen Eselsbrücken die Merkfähigkeit trainieren.

Angestammte Sitzplätze tauschen: Die meisten Menschen bevorzugen Stammplätze. Wetten, dass das Zimmer aus einer neuen Perspektive erfrischend anders wirkt. Einfach mal auf der anderen Seite des Tisches Platz nehmen.

Mit geschlossenen Augen duschen: Kinder lieben Blindkuh, Erwachsene weniger, weil sie fürchten zu stolpern. Auch unter der Dusche sollten man erst si-

cher stehen, bevor man versucht, mit geschlossenen Augen nach Wasserhahn und Duschgel zu tasten, die Temperatur einzustellen und sich zu waschen.

Rollenwechsel im Auto: Wenn beide Partner Auto fahren können, sollte jeder mal ans Steuer und dann als Beifahrer auf einem Stadtplan nach dem richtigen Weg suchen. Eine andere gute Übung für den Kopf: das Auto in einem mehrstöckigen Parkhaus abstellen und es nach dem Stadtbummel sofort wiederfinden.

Das eigene Viertel erkunden: Bewusst durch die Fußgängerzone des eigenen Wohnortes zu gehen und dabei auf die Örtlichkeiten oder bestimmte Geschäfte zu achten, hilft beim räumlichen Vorstellen. Zu Hause dann versuchen, diese genau wieder zu geben.

Zuerst in das andere Hosenbein: Hier ist Umdenken und Koordination gefragt. Zuerst in das Hosenbein, welches man üblicherweise zuletzt anzieht. Um nicht umzufallen, kann man sich an einem Stuhl abstützen. Wer unsicher auf den Beinen ist, verzichtet besser auf diese Übung.

(Zusammengestellt von VALESKA BERGMANN) ■

Termine im Friedensheim

Basar im Friedensheim

Samstag, den 16. November 2013 von 14.00 bis 17.00 Uhr und Sonntag, den 17. November 2013, von 10.30 bis 17.00 Uhr. Selbstgefertigtes und -gemachtes von Bewohnern, ehrenamtlichen Mitarbeitern, den Mitgliedern der Töpfergruppe und des Bastelkreises der ev. Kirchengemeinde Haan. Das Café ist in dieser Zeit geöffnet und lädt zu selbstgebackenem Kuchen ein.

Themenreihe – Blickpunkt im Alter „Formen der Depression“

Donnerstag, den 28. November 2013, um 17 Uhr in der Cafeteria des Friedensheimes. Im Vorfeld der Veranstaltung besteht ab 16 Uhr die Möglichkeit, sich über Wohnen und Pflege im Friedensheim zu informieren. Der Eintritt ist frei.

Kontakt:
Seniorenzentrum Friedensheim,
Dellerstraße 31, 42781 Haan,
Telefon 0 21 29/ 568-0
www.friedensheim.fliedner.de
info@friedensheim.fliedner.de ■



Seniorenzentrum Friedensheim

Selbstbestimmtes Leben im Alter bedeutet, seinen Alltag so zu verbringen, wie man es möchte, und Hilfe in Anspruch nehmen zu können, wenn sie gebraucht und gewünscht wird.

- Stationäre Pflege
- Altenwohnungen (Sozialwohnungen)
- Service-Wohnungen
- Spezielle Betreuung und Angebote für Menschen mit Demenz
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Abwechslungsreiches Kultur- und Freizeitangebot
- Öffentliches Café

Seniorenzentrum Friedensheim

Dellerstraße 31 · 42781 Haan

Telefon: (02129) 568-0

Telefax: (02129) 568-869

www.friedensheim.fliedner.de

info@friedensheim.fliedner.de



Wir bieten Ihnen:

- ein modern eingerichtetes Haus, das all Ihren Bedürfnissen gerecht wird.
- ganzheitlich aktivierende Pflege und Betreuung von Menschen aller Pflegestufen.
- Kurzzeitpflege und einen speziellen Bereich für demenziell erkrankte Menschen.

Wir freuen uns auf Sie!

Bahnhofstraße 10 • 42781 Haan

Tel.: (02129) 56652-0 • www.stellavitalis-haan.de



Leben im Alter Theodor Fliedner Stiftung

Senioren im Mittelpunkt



Körperlich fit und aktiv

Bei körperlich wenig aktiven Menschen verkürzt sich die Muskulatur und verliert an Spann-

kraft, und dieses schon in jungen Jahren. Dabei kommt es häufig auch zu Überlastungen der einseitig beanspruchten Muskeln. Rückenschmerzen, Hal-

tungsschäden und Probleme mit den Gelenken sind die Folgen. Im Alter verstärkt sich der Trend und die Muskeln machen zunehmend schlapp. Wer seinen Körper dagegen fit hält, hat gute Chancen, länger beschwerdefrei, eigenständig und mobil zu bleiben. Rücken, Nacken, Arme, Beine und Knie: Ein gutes Gymnastikprogramm beansprucht alle Körperbereiche. Gleichzeitig kann sich jeder seine eigenen Schwerpunkte setzen, die ihm besonders wichtig sind, entscheidend ist die Regelmäßigkeit über einen längeren Zeitraum, um einen spürbaren Trainingserfolg zu verzeichnen. Solange keine starken Gelenkprobleme vorliegen, ist Gymnastik grundsätzlich für Menschen jeden Alters geeignet. Ungeübte sollten sich zu Beginn dennoch nicht zu viel vornehmen. Lange vernachlässigte Muskelgruppen sind besonders anfällig für Verletzungen. Für Anfänger reichen etwa zwei bis drei Trainingseinheiten pro Woche, Fortgeschrittene am besten vier bis fünf Einheiten die Woche oder gar täglich. Etwa 15 Minuten reichen für eine Trainingseinheit. Die Übungen sollten immer zu einem festen Zeitpunkt durchgeführt werden, zum Beispiel vor dem Frühstück oder während

Tag der offenen Tür

Am Sonntag, dem 13. Oktober, lädt das Wohnstift Haus Horst von 15 bis 17 Uhr zum Tag der offenen Tür ein. Haus Horst bietet komfortable Wohnungen für ein selbst bestimmtes, aktives und sicheres Wohnen im Alter. Im Bedarfsfall ist kompetente Pflege durch hausinterne Dienste gesichert. Mitarbeiter des Hauses stellen an diesem

Nachmittag das Wohnen und Leben im Wohnstift Haus Horst vor. Sie stehen den Besuchern für Informationen zur Verfügung und zeigen bei Hausführungen auch eingerichtete Musterwohnungen. Jeder Interessent erhält umfangreiches Informationsmaterial. Das Café bietet an diesem Tag für seine Gäste hausgebackene Waffeln an. ■

TheraConcept

Ambulante Krankenpflege Palliativpflege

Vertrauen verbindet.



in Haan, Hilden, Hochdahl und Solingen (Wald, Ohligs)
die spezielle ambulante Palliativpflege (SAPV) in Kooperation mit der SAPV Mettmann auch im gesamten Kreis ME-Süd

Weil wir einfach für Sie da sind...!

TheraConcept GbR
Ohligser Straße 37
42781 Haan
02129 34841-0
www.theraconcept.de
www.facebook.com/TheraConcept



der Nachrichten. So fällt es leichter, sich dafür zu motivieren. Wer mehr Motivation braucht, kann auch in der Gruppe trainieren. Es gibt ein zahlreiches Angebot für spezielle Seniorengymnastik. Bei den Übungen nimmt ein professioneller Übungsleiter Rücksicht auf die möglichen Alterseinschränkungen der Teilnehmer. Der feste Termin erleichtert ein regelmäßiges trainieren und nicht etwa das Training aus Bequemlichkeit ausfallen zu lassen. Eine schonende Möglichkeit, die eigene Beweglichkeit zu trainieren, bietet Aquagymnastik, bei der die Übungen im Wasser ausgeführt werden, wodurch die Belastun-

gen für die Gelenke geringer sind. Wer gerne etwas Neues ausprobiert, dem bieten sich viele Möglichkeiten: Yoga, Tae Bo und Qigong kommen aus dem fernen Asien, Aerobic und Pilates sind dagegen westliche Erfindungen. Bei den reichhaltigen Angeboten an Gymnastikübungen und -kursen ist praktisch für jeden etwas dabei.

Tierische Mitbewohner

Es hat sich viel bewegt in der Altenpflege. Vor noch nicht allzu langer Zeit glichen Alten- und Pflegeheime eher Krankenhäusern als Wohnorten für alte Menschen. Heute streben viele Einrichtungen das Leitbild „Soviel Normalität wie möglich“ an – auch bei Pflegebedürftigkeit. Man versucht an die Lebensbezüge anzuknüpfen, die vor dem Einzug ins Heim von elementarer Bedeutung im Leben der alten Menschen gewesen sind. Für viele Seniorinnen und Senioren gehör(t)en auch Tiere dazu; denn Tiere vermitteln Lebensfreude. Es gibt neben Katzen und Hunden noch unzählige Seniorenhaushalte, in denen Vögel, Fische, Kaninchen und andere Kleintiere gehalten werden. Diese Heimtiere tragen – nicht zuletzt, weil sie artgerecht versorgt werden wollen – zur Aktivierung und Tagesstrukturierung der alten Menschen bei. Immer mehr Träger und leitende Mitarbeiter



Haus Lörick e.V.
Wohnstift **Haus Horst**

Wohnen im Park

Haus Horst liegt landschaftlich reizvoll zwischen Hilden und Benrath inmitten einer großen Parkanlage mit altem Baumbestand.

Eigenständig Wohnen

Haus Horst bietet 1- bis 3-Raum-Wohnungen mit Loggia, die Sie individuell mit Ihren Möbeln einrichten. Der Pensionspreis beinhaltet u. a. das tägliche Mittagessen (vier Menüs zur Auswahl, auch vegetarisch), das in der hauseigenen Küche frisch zubereitet wird.

Unabhängig sein

Im Hause befindliche Geschäfte wie Lebensmittelladen, Café, Sparkasse und Friseur ersparen Ihnen beschwerliche Wege. Zusätzlich zur öffentlichen Verkehrsanbindung direkt vor der Tür, bietet Haus Horst einen regelmäßigen hauseigenen Bustransfer nach Hilden und Düsseldorf-Benrath.

Aktiv leben

Konzerte, Filmvorträge, Lesungen, Ausflüge und eine Vielzahl von Kursen bereichern Ihren Tagesablauf.

Umsorgt sein

Jede Wohnung ist mit der Notrufanlage verbunden. Im Krankheitsfall oder bei Pflegebedürftigkeit sichern qualifizierte fürsorgliche Pflegekräfte eine umfassende Pflege und Betreuung in Ihrer eigenen Wohnung oder bei Bedarf im Pflegebereich.

Senioren ein aktives Leben in Sicherheit zu ermöglichen, ist seit über 35 Jahren unser Ziel.

Horster Allee 12-22
40721 Hilden
Tel. (0 21 03) 9 15-0
Fax (0 21 03) 9 15-204
wohnstift@haus-horst.de
www.haus-horst.de



Senioren im Mittelpunkt



Der Freund des Menschen. Foto: obs/medienfabrik Gütersloh GmbH

nen keine Schönheitsformen, es ist ihnen gleichgültig, ob Frauen oder Herrchen jung, dynamisch und faltenfrei oder aber alt ist, eine knittrige Haut und einen gebeugten Rücken hat. Tiere akzeptieren ihre Besitzer in jeder körperlichen Verfassung und bringen ihnen vorurteilsfreie Zuneigung entgegen. Eine Erfahrung, die vor allem Hundebesitzer immer wieder machen, ist,

dass ihnen andere Menschen freundlicher begegnen, wenn sie mit dem Tier unterwegs sind. Dieser „Sympathievorschuss“ ist für ältere und behinderte Menschen von immenser Bedeutung. Gehören doch gerade sie zu den Personengruppen, die in unserer Gesellschaft gern übersehen werden. Tiere bringen Bewegung ins Leben und regen zur Aktivität an. Damit beugen

sie Lethargie und Bewegungsarmut vor, gerade im Alter ein großes Gesundheitsrisiko. Besonders Hunde wollen laufen und herumtollen und tragen dazu bei, dass sie ihren Besitzer zum regelmäßigen Spazierengehen anregen, zu einer Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und des muskulär-skelettalen Systems. Das Ausführen eines Hundes oder das Spielen mit ihm ak-

tiviert wahrscheinlich ebenso gut, wie ein komplexes Bewegungsprogramm. Aber auch Tiere wie Katzen und Vögel wollen beschäftigt sein und halten ihre Besitzer positiv auf Trab. Ein Herz für Tiere – auch ein Appell der Menschlichkeit in unserer Gesellschaft.

(Zusammengestellt von VALESKA BERGMANN) ■

Darmkrebs-Screening

(bng) Darmkrebs ist die zweithäufigste Krebstodesursache. Jahr für Jahr sterben in Deutschland fast 30 000 Menschen daran. Das muss nicht sein, denn ein rechtzeitig erkannter Darmkrebs ist heilbar! 80 Prozent aller Darmkrebserkrankungen sind durch eine vorsorgliche Darmspiegelung vermeidbar.

Ab dem 56. Lebensjahr

Die Darmspiegelung ist das beste und sicherste Verfahren zur Früherkennung von Darmkrebs, die der niedergelassene Gastroenterologe im Rahmen des Darmkrebs-Screenings an-

bietet. Ab dem 56. Lebensjahr übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen alle zehn Jahre die Kosten für diese unkomplizierte und zuverlässige Methode zur Früherkennung.

Blut im Stuhl

Für Menschen, die erblich bedingt oder aufgrund von Erkrankungsfällen in der Familie ein erhöhtes Darmkrebsrisiko haben, kann eine Darmspiegelung auch bereits vor dem 56. Lebensjahr geboten sein. Bereits ab dem 50. Lebensjahr können gesetzlich Versicherte alle zwei Jahre Test auf Blut im Stuhl in Anspruch nehmen. ■

von Altenpflegeeinrichtungen haben diese positiven Effekte inzwischen erkannt. Da dürfen neue Bewohner ihre lieb gewordenen „tierischen Hausgenossen“ beim Umzug in ein Heim mitbringen, da werden Tiere speziell fürs Haus angeschafft oder Mitarbeiter bringen ihre Tiere mit zur Arbeit. In anderen Alten- und Pflegeheimen freuen sich die Senioren auf Besuchsdienste mit Hund, Ziege oder Pony. Nachfolgend werden die positiven Effekte hier kurz zusammengefasst und erläutert: Das Zusammenleben mit Heimtieren wirkt Gefühlen der Einsamkeit und Isolation entgegen. Die Anwesenheit eines Tieres kann bei Verlusten nahestehender Menschen sehr tröstlich sein. Wer ein Tier hat, muss für dieses sorgen. Das Tier ist auf seinen Menschen angewiesen. Diese Tatsache vermittelt älteren Menschen das Gefühl, wieder gebraucht zu werden. Die Tiere strukturieren mit ihrem Anspruch nach Nahrung, Pflege und Bewegung den Alltag. Ein Tier vermittelt seinem Besitzer emotionale Nähe und lebendige Wärme. Funken davon können auch bei den relativ kurzen Begegnungen mit Besuchstieren auf die Bewohner von Alten- und Pflegeheimen überspringen. Psychologen, die sich mit der Beziehung von alten Menschen und Tieren beschäftigen, nennen es den „Aschenputtel-Effekt“: Hund, Katze und Co ken-

Beerdigungsinstitut

Dietmar Degenhardt

Seit über 50 Jahren

Erd-, Feuer- und Seebestattungen
HAAN, Adlerstraße 26
Telefon 31 620
Telefax 501 66



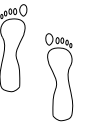
Unterstützung bei sämtlichen Formalitäten
Überführungen mit gepflegten Fahrzeugen

bestattungen@degenhardt-haan.de

ORTHOPÄDIE-SCHUHTECHNIK - MEISTERBETRIEB

Norbert Meyer

42781 Haan - Düsseldorfer Str. 6 - Tel. 02129/4470



- Orthopädische Maßschuhe
- Maßeinlagen
- Orthopädische Schuhzurichtung
- Silikonorthesen
- sensomotorische propriozeptive Maßeinlagen (besonders in der Kinder- und Sportlerversorgung)

Das Fitness-Studio für Körper und Füße

aktiv leben - betreut wohnen

Senioren-Wohnanlage

Haus
am
Park

Das gute Gefühl, hier zu Hause zu sein.

Für ein unabhängiges, sicheres und aktives Leben bis ins hohe Alter.

Rufen Sie uns an, wenn Sie ausführliche Informationen wünschen.

Wir beraten Sie gern.

Diakonie gGmbH der Evang. Kirchengemeinde Haan

Bismarckstraße 12a, 42781 Haan

Telefon 02129 - 93 05.10 (Frau Groß)
Telefax 02129 - 93 05.36
info@senioren.haus-am-park.de
www.senioren.haus-am-park.de





Doppelt geprüft, doppelter Genuss, DOPPELTES SHOPPING-ERLEBNIS

Gestalten Sie Ihren Möbelkauf ganz nach Ihren Wünschen – mit einer Vorabinformation auf unserer Homepage und einem Besuch in unseren Einrichtungscentren oder nutzen Sie das 24h Home-Shopping im Internet auf **ostermann.de**



DOPPELTES SHOPPING-ERLEBNIS

JETZT NEU Zwei-Wege-Einrichten bei **OSTERMANN**
Im Einrichtungscentrum und auf **ostermann.de**



Polsterecke „Cambia“ in extraweichem, echtem Leder. Eine mögliche integrierte Armteilverstellung garantiert perfekten Relax-Komfort. 2-tlg., best. aus Sofa 3-sitzig mit 1 Armteil und Ottomane.



Online-Komfort-Code 494004
Auf Wunsch mit vollwertiger Armlehne **49.-**
Auf Wunsch mit 5 Kopfstellvorstellungen **199.-**

999.-

VOLLSERVICEPREIS
Inkl. Lieferung & Montage

Jetzt neu bei OSTERMANN:
Der Online-Komfort-Code

- So einfach geht's:
- den 6-stelligen Zifferncode auf ostermann.de eingeben
- noch genauer informieren
- viele Artikel direkt online kaufen

Individuell Einrichten! Grenzen setzt nur Ihre Phantasie! VITO Marken-Systemprogramm „Starlight“, Kombinationsmöglichkeiten zur individuellen Raumgestaltung durch Kürzungen der Stollen und Regalböden und 5 hochwertigen Oberflächen, wahlweise in Mattlack, Hochglanz-Lack oder Furnier. Besondere Hingucker sind die Design-Lichtwürfel, die auf Wunsch an jeder Stelle im Regalelement eingesetzt werden können. RGB-Powerlights mit Fernbedienung übernehmen die Day- & Night-Funktion.



Kombination 1, ca. B250/H226/T158 cm, auf Wunsch mit Beleuchtung und TV Aufsatz. **Vollservicepreis ab 999.-**



Kombination 2, ca. B284/H226/T144 cm, auf Wunsch mit Beleuchtung. **Vollservicepreis ab 1999.-**



Kombination 3, ca. B254/H226/T144 cm, auf Wunsch mit Beleuchtung. **Vollservicepreis ab 1199.-**



vito
Möbel zum Leben

1299.- ab

VOLLSERVICEPREIS
Inkl. Lieferung & Montage

Preisbeispiel: Regalwand, Front Mattlack, Korpus Sonoma-Eiche hell furniert, ca. B336/H180/T144 cm, auf Wunsch mit Beleuchtung

Wir transportieren alles. Sie zahlen nichts.

Lieferung & Montage
Kostenlos
Deutschlandweit

* Dies gilt für alle neu bestellten Möbel und Küchen ab einem Auftragswert von 750.-
(Bei zerlegten Möbeln nur Lieferung kostenlos.)



Zwei-Wege-Gewinnspiel

10x
IPAD
ODER
IPAD-mini

Weitere Informationen und Teilnahmebedingungen finden Sie im Internet und auf www.ostermann.de.
Aktion gültig bis zum 26.12.2013

Erleben Sie puren Genuss!



OSTERMANN

Alles Wohnen dieser Welt – Im Einrichtungscentrum und auf **ostermann.de**