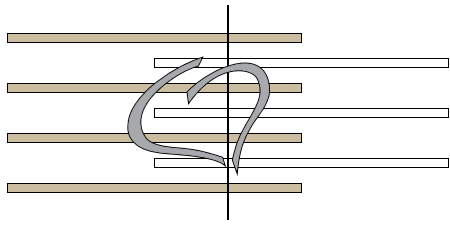


Das Magazin für Junggebliebene in Gelsenkirchen.

GENIOR

08/2020

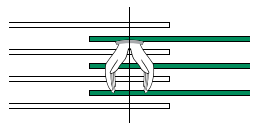
KOSTENFREI



St. Augustinus
Gelsenkirchen GmbH

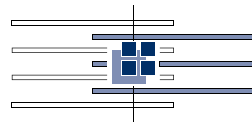
- **Wohnort.Nah**
- **Lebens.Wert**
- **Menschen.Würdig**

Unsere Senioreneinrichtungen in Gelsenkirchen



St. Augustinus
Heime GmbH

St. Vinzenz-Haus
Pflege- und Betreuungseinrichtung
Kirchstraße 32
45879 Gelsenkirchen
Telefon 0209 170040
info@sanktvinzenz.eu



Elisabeth-Stift GmbH

Alten- und Pflegeheim St. Josef
St. Barbara-Straße 5
458941 Gelsenkirchen
Telefon 0209 7099-0
info@altenheim-stjosef.eu



**Seniorenzentrum
St. Hedwig**
Ahornstraße 33
45892 Gelsenkirchen
Telefon 0209 704-201
info@kkel.de

Inhaltsverzeichnis

| | | | |
|--------------------------------------|-------------------------|--------------------------------|-------------------|
| Titel: | Seite: | Titel: | Seite: |
| Traueranzeigen | 6-7 | Geschichten aus dem Leben..... | 30-35, 38, 48, 50 |
| Wohlfühlorte - Lieblingsplätze | 4, 8-19 | Rätsel | 51 |
| Wissenswerte Berichte | 25-29, 38-42, 44-47, 52 | Buchbesprechungen | 4, 53 |
| Überregionale Veranstaltungen | 36 | Terminkalender | 54-58 |
| Aus Ortsteilen und Verbänden..... | 20-25, 29, 43 | | |

Impressum:

Herausgeber: Stadt Gelsenkirchen, Volkshochschule, Ebertstr. 19, 45879 Gelsenkirchen

Redaktion: Volkshochschulkurse: 50plus aktiv und GE-nior-Redaktion, e-Mail: werner.rothmann@web.de · ZWAR-Gruppen: Beckhausen, Bismarck, Bulmke, Hassel/Bülse, Neustadt/Ückendorf, Schalke, Buer, Erle, Horst/Heßler, Resse/Resser-Mark, Altstadt/Rotthausen/Feldmark, Bismarck/Bulmke/Hüllen, GE-Nord (türkischsprachig), GE-Süd (türkischsprachig) · Projektwerkstatt 50plus · Seniorenbeirat der Stadt Gelsenkirchen

Anzeigen: achim schrecklein verlag - druck&graphik, postallee 41, 45964 gladbeck, Tel. o 20 43 – 48 39-0, e-Mail: info@druck-graphik.de

Layout/Satz/Druck: achim schrecklein verlag - druck&graphik, postallee 41, 45964 gladbeck, Tel. o 20 43 – 48 39-0, e-Mail: info@druck-graphik.de

Erscheinungsweise: 3 mal jährlich · April | August | Dezember

Hinweis zum Titelbild:

Das Foto zeigt einen interessanten Blickwinkel aus Westerholt. Das linke Gebäude ist eines der hier noch typischen Fachwerkhäuser von Alt Westerholt. Zwischen den beiden Hausgiebeln ragt der Turm der Schlosskapelle St. Martinus heraus. Diese wurde 1903 neu gebaut und ersetzte die bereits 1310 erstmals urkundlich erwähnte Kirche an gleicher Stelle. Von der alten Kirche ist noch der freistehende Turm ohne Spitze erhalten, welcher auf dem Bild rechts über dem Hausfirst zu sehen ist.

Foto: Werner Rothmann

Im Auftrag der LBS Immobilien GmbH Nord-West

Immobilien GmbH 0209 161 - 4444
Ein Unternehmen der Sparkasse Gelsenkirchen

Immobilien verkaufen ist einfach.

Wenn man einen starken Partner hat,
der an alles denkt.

Gelsenkirchen-Buer
Springemarkt 1
45894 Gelsenkirchen
www.s-immobilien-ge.de

Gelsenkirchen-City
Am Rundhöfchen 6
45879 Gelsenkirchen
info@s-immobilien-ge.de

Bestattungsinstitut seit 1928

Individuelle **Beratung** führt
zu **individuellen** Preisen.

Wir sprechen ganz **offen** darüber.

Sie **entscheiden**
in welchem Umfang.

ERWIN PFEIL GMBH
HAUPTSTRASSE 73 - 45879 GELSENKIRCHEN
TEL. 02 09/23 63 3
www.erwin-pfeilbestattungen.de

In eigener Sache

Die letzte Ausgabe der GE-nior hatten wir fast fertiggestellt, als wir uns wegen der Corona-Pandemie nicht mehr zu Redaktionssitzungen treffen konnten. Es ist dem Redaktionsteam trotzdem gelungen, die Zeitung, wenn auch mit Verspätung, herauszugeben, dank Telefon und Internet. Die Verteilung war entsprechend eingeschränkt, wir hoffen jedoch, dass die Zeitung möglichst viele LeserInnen erreicht hat. Es war jedoch, wie man sich denken kann, nicht das Gleiche, uns fehlten sehr stark die gemeinsamen Redaktionssitzungen, auf denen wir diskutieren, uns austauschen und natürlich auch motivieren konnten. Das alles betrifft besonders diese neue Ausgabe, die insgesamt unter

erschweren Bedingungen erarbeitet wurde. Wir haben es trotzdem geschafft, zum einen bisher gesund über die schwierigen Zeiten zu kommen, zum anderen ausreichend Artikel und Fotos für die neue Ausgabe zusammenzutragen.

Das Thema Wohlfühlorte hatten wir uns schon auf einer Redaktionssitzung im Januar ausgedacht, haben es nur erweitert: Konnten wir auch in Corona-Zeiten Orte finden, an denen wir uns wohlfühlten? Im Laufe der Wochen und Monate und nach Lockerung der Kontaktverbote ist es immer einfacher geworden, aber es hat wahrscheinlich individuell große Unterschiede gegeben. So haben sich einige von uns Seniorinnen und

Senioren zu Beginn in die eigene Wohnung und auf das Sofa zurückgezogen und sich von Bekannten oder Verwandten versorgen lassen. Wohl dem, der einen Garten zur Verfügung hatte. Hier konnte man sich schon früh unbedenklich (natürlich in gebührendem Abstand) begegnen. Aber auch die Spaziergänge im Grünen, erst gemeinsam mit Einzelnen, später auch in kleinen Gruppen, konnten wieder aufgenommen werden. So wurden lang vergessene oder immer geliebte Orte wieder vermehrt aufgesucht und genossen.

Aber lesen Sie selbst ab Seite 8

Ruth Raeder
50plus aktiv

Für Genussmenschen: Liebe ist kalorienfrei

Bei Nele will es mit der Liebe nicht klappen. Die 50-Jährige denkt, es liegt an ihrem Gewicht. Natürlich hatte Nele zugenommen – das konnte sie nicht leugnen. Aber als der Fahrkarten-Kontrolleur auf der Rückfahrt von Berlin nach Hamburg einen Fahrgast anherrscht: „Machen Sie bitte Platz für die schwangere Dame!“ ist das Maß voll. Es muss dringend etwas passieren! Nele meldet sich widerwillig zu einer Fastenkur an, und zwar in einem Fasten-Boot-Camp auf Sylt.

Fastenkuren sind gerade total im Trend, fast alle von Neles Kolleginnen und Freundinnen machen eine – oder haben bereits eine gemacht. Die Kur soll Körper und Seele angeblich auf Werkseinstellung resetten und dadurch ein vollkommen neues Lebensgefühl schaffen. Doch kann Verzicht wirklich Veränderung bewirken?

Trotz ihrer Angst nimmt sie all ihren Mut zusammen und fährt los. Aber ist Dünnsein wirklich eine Lösung? Auf der Insel Sylt kommt alles anders als erwartet. Nele begreift: Perfekt aussehen muss man nur, wenn man sonst nichts kann. Frauenunterhaltung mit Herz und Humor!

Die Autorin, 1967 geboren, hat lange festangestellt als Chefredakteurin bei Tempo und petra gearbeitet, bevor sie sich 2001 als freie Autorin und Journalistin selbständig machte.

Claudia Thesenfitz

Sylt oder Sahne

Verlag: Ullstein

288 Seiten

Preis: 9,99 Euro

ISBN: 13-978-3-548-29144-4



Brigitte Sdun

Redaktionsmitarbeiterin

Pflege, die ankommt.

Hier fühlt ich mich wohl!



- Ambulante Pflege Tag und Nacht
- 24-Stunden-Pflege-Notruf
- Tagespflege
- Demenz-Wohngemeinschaften
- Ambulant Betreutes Wohnen
- Servicewohnen
- Hauswirtschaftliche Hilfe
- Essen auf Rädern
- Pflegeberatung
- Beratungsbesuche für Pflegegeld-Bezieher

APD Ambulante Pflegedienste Gelsenkirchen GmbH

Pastoratstraße 1
45879 Gelsenkirchen

Tel. 0800 9230500 (gebührenfrei)
Fax 0800 9230520 (gebührenfrei)

info@apd.de
www.apd.de


EFQM[®]
Recognised for Excellence
4 Star - 2019



TRAUERANZEIGEN

Die Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter, der Senioren- und Behindertenbeauftragte der Stadt Gelsenkirchen, die Mitglieder des Generationennetz Gelsenkirchen e.V. und alle, die ihn kannten, trauern um Josef Ciesielski.

Josef Ciesielski

16.10.1946 – 18.06.2020

Wir sind traurig. Josef, der unermüdlich und herzensfreundlich für ZWAR und stadtteilübergreifend beim Runden Tisch Feldmark und auch in Rotthausen aktiv war, ist nicht mehr bei uns. Wir vermissen ihn.



Die Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter, der Senioren- und Behindertenbeauftragte der Stadt Gelsenkirchen, die Mitglieder des Generationennetz Gelsenkirchen e.V. und alle, die ihn kannten, trauern um Jürgen Holtermann.

Jürgen Holtermann

21.07.1950 – 12.06.2020

Jürgen Holtermann, ein engagierter Bürger aus dem Haverkamp, der lange Jahre die Bingo Gruppe des Mehrgenerationenhauses (MGH) unterstützt und bereichert hat, ist im Juni 2020 im Alter von fast 70 Jahren verstorben. Da er sich in der Gruppe sehr wohlfühlt hat, hat er sich gern jede Woche auf dem Weg gemacht, um die ausgedruckten Bingo Karten abzuholen und zurechtzuschneiden, damit dem Bingo Spiel nichts im Wege stand. Er wird uns fehlen.



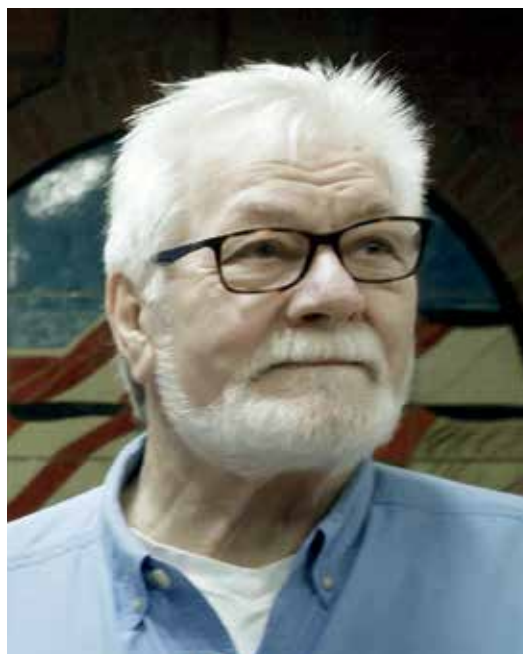
TRAUERANZEIGEN

Die Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter, der Senioren- und Behindertenbeauftragte der Stadt Gelsenkirchen, die Mitglieder des Generationennetz Gelsenkirchen e.V., die Mitglieder der Redaktion (S)GE-nior und alle, die ihn kannten, trauern um Uli Pesch.

Uli Pesch

03.06.1947 - 17.06.2020

Uli Pesch, Seniorenvertreter/ Nachbarschaftsstifter (SeNa) der ersten Stunde. Mit seinem unermüdlichen Engagement war er nicht nur im Stadtteil Ückendorf bekannt. Er war in der ZWAR Gruppe Ückendorf und im Redaktionsteam der (S)GE-nior aktiv und engagiert. Mit seinem Witz hat er jede Gruppe bereichert. Er wird uns fehlen.



Die Seniorenvertreterinnen und Nachbarschaftsstifter, der Senioren- und Behindertenbeauftragte der Stadt Gelsenkirchen, die Mitglieder des Generationennetz Gelsenkirchen e.V. und alle, die ihn kannten, trauern um Werner Kalina.

Werner Kalina

23.01.1947 – Juni 2020

Seniorenvertreter/Nachbarschaftsstifter, der mit seinem Engagement voller Herzblut, vielen Menschen, egal, ob Alt oder Jung, egal, welcher Herkunft, ein Unterstützer und Wegbegleiter war. Er wird uns fehlen.



Wohlfühlorte und Lieblingsplätze



müssen nicht zwangsweise mit Nichtstun in Verbindung gebracht werden und können sich auch lebensabschnittsbedingt verändern. Mir fallen spontan 3 Orte ein, auf die sich - für mich - dieser Begriff anwenden lässt.

In den 1960er Jahren war das Misano Adriatico an der italienischen Adriaküste. Die lange An- und Rückreisezeit mit dem eigenen Pkw war bestimmt nicht mit Nichtstun zu bezeichnen, aber sie ermöglichte uns, einen für damalige Verhältnisse preiswerten, sonnensicheren und erlebnisreichen Urlaub zu erleben. Das für uns ungewohnte Strandleben, die Freundlichkeit der einheimischen Bevölkerung, die abendlichen Speisemöglichkeiten an den Strandbars und Pizzabäckereien genossen wir zuerst mit Freunden und später mit Kindern. Jahrelang hatten wir hier ein Urlaubsziel, das uns für den Rest des arbeitsreichen Jahres entschädigte. Die lockere Lebensart der Italiener, die sich schon auf der An- und Rückreise durch die unverkrampfte Fahrweise, das nicht so ausgeprägte Verlangen, auf sein Recht zu bestehen, und die verstärkte Rücksichtnahme auf das allgemeine Geschehen ließen einen selbst schon entspannter werden. Hier haben wir uns über mehrere Jahre wohl gefühlt und erholsame Urlaube erlebt.

Nachdem wir gemeinsam mit Sportsfreunden im Westerwald ein Wochenendhaus gebaut hatten, verbrachten wir ca. 10 Jahre lang die meisten Wochenenden und Jahresurlaube in dieser für uns neuen Umgebung. Von Nichtstun konnte in dieser Zeit auch nicht unbedingt die Rede sein. Die Vorbereitung zum Aufbau des Hauses in Eigenregie, die Baudurchführung an den Wochenenden und die Gesamtgestaltung des Grundstückes erforderte viel Zeit und Geschick von allen Beteiligten. Das Ergebnis rechtfertigte aber den erforderlichen Aufwand in kaum vorstellbarer Weise, so dass wir uns über lange Zeit an diesem Ort und in dieser Umgebung wohl fühlten. Die Möglichkeiten nach dem Zuschlagen der eigenen Haustür im Wald und der umliegenden Gegend Natur, Tiere, Pilze und Erholung im Übermaß zu finden, haben wir immer genossen. Mit dem Erwerb des eigenen Hauses in Gelsenkirchen waren die Wochenenden im Westerwald nicht mehr so nötig, denn wir konnten ja jetzt vieles hier am Ort genießen, was vorher nur ca. 130 km entfernt möglich war.

Aber es ergab sich durch einen gemeinsamen Urlaub mit Freunden in Südtirol eine neue Möglichkeit, einen Wohlfühlort zu finden. Unsere Unterkunft in der Nähe von Meran lag unmittelbar an einem Waalweg und ermöglichte uns, direkt von hieraus ausgedehnte Wanderungen ohne große Höhenunterschiede zu unternehmen. Mit zunehmender Ortskenntnis und gutem Ausdauertraining konnten wir bald auch an Bergwanderungen in höheren Regionen teilnehmen. Die gute Küche mit den allabendlichen 4-Gänge-Menues gab uns die nötige Kraft, um jeden neuen Tag mit vollem Schwung anzugehen und zu genießen. Auch dieser Ort hat uns über Jahre wiedergesehen, da wir uns hier immer wohl fühlten. Die vorstehenden Erinnerungen habe ich sehr spontan zu Papier gebracht. Ich glaube, dass wir im Moment alle froh sein können, in Deutschland zu leben und bei der weltweiten Verbreitung des Coronavirus noch ganz gut dastehen, was hoffentlich so bleibt.

Werner Rothmann

ZWAR-Gruppe Neustadt/Ückendorf



Der medizinische Standort Bergmannsheil Buer blickt auf eine über 85-jährige Tradition zurück, die von medizinischen Innovationen und der Fürsorge für unsere Patienten geprägt ist. In optimalen Strukturen mit engagierten Mitarbeitern das Beste für unsere Patienten zu erreichen, ist gestern wie heute unser erklärte Ziel.

In den zehn Fachabteilungen des Krankenhauses und der orthopädischen Rehabilitationsklinik werden jährlich über 20.000 Patienten stationär und 42.000 Patienten ambulant behandelt.

Die Kliniken sind mehrfach für ihr Qualitätsmanagement ausgezeichnet worden und als überregionales Traumazentrum zertifiziert. Wir wollen, dass sich unsere Patienten als Gäste wohl fühlen und motiviert den Weg zu Genesung und Erholung beschreiten.



45894 Gelsenkirchen • Schernerweg 4
Tel. 0209 59002-0 • Fax 0209 5902-591
Email: info@bergmannsheil-buer.de
www.bergmannsheil-buer.de



45894 Gelsenkirchen • Adenauerallee 32
Tel. 0209 5902-100 • Fax 0209 5902-101
Email: gesund@reha-am-see.de
www.reha-am-see.de

PR -Text-

Altershirndruck

Wenn Gang- und Gleichgewichtsstörungen, Vergesslichkeit, Konzentrationsschwächen und Dranginkontinenz bei Menschen über 65 Jahren auftreten, werden die Symptome oft mit einer beginnenden Demenz-, Alzheimer oder Parkinson-Erkrankung in Verbindung gebracht. „Schnell wird dabei übersehen, dass eine Störung der Nervenwasserzirkulation Ursache für den Altershirndruck ist“, sagt Privat-Dozent Dr. Christopher Brenke, Chefarzt der Klinik für Neurochirurgie am Bergmannsheil Buer. Mithilfe der Kernspintomographie des Schädels werden erweiterte Hirnwasserräume im Gehirn als Folge des Altershirndrucks festgestellt. Auch wird das Nervenwasser untersucht. „Um das Gehirn auf Dauer vom überschüssigen Nervenwasser zu entlasten, wird es über einen dünnen Silikonschlauch aus dem Kopf in die Bauchhöhle abgeleitet. Ein rechtzeitiger Eingriff ist beim Normaldruckhydrozephalus wichtig, um bleibende Schäden zu verhindern. Er ist unkompliziert und verbessert die Beschwerden erheblich: 70-90 Prozent der Patienten mit einem Altershirndruck profitieren von der Therapie.“



Privat-Dozent Dr. Christopher Brenke

Kontakt:

Bergmannsheil Buer

Klinik für Neurochirurgie

Privat-Dozent Dr. Christopher Brenke

Tel 0209 – 5902-262

neurochirurgie@bergmannsheil-buer.de

www.bergmannsheil-buer.de

Meine Wohlfühlorte in Gelsenkirchen



Als wir Kinder waren, fühlten wir uns an Orten wie Schloss-Berge, Berger-See und Stadtwald wohl. In unserer Freizeit fuhren wir immer mit dem Roller oder mit dem Fahrrad von Erle nach Schloss-Berge. Auf den kleinen Wiesen am Schloss konnten wir toben und rumtollen, Fußball, fangen und verstecken spielen. Wenn wir müde waren, legten wir uns auf die mitgebrachten Decken und ruhten ein wenig aus. Wir hatten auch Essen und etwas zum Trinken mitgebracht, so konnten wir den ganzen Tag dort verbringen. Da der Berger-See nicht weit vom Schloss entfernt war, fuhren wir zum Bootsverleih und mieteten uns ein Boot für 1 bis 2 Stunden.

Heute haben wir andere Orte, an denen wir uns wohl fühlen. Da ist der Stadtgarten mit seinen schönen verwinkelten Ecken, wo man sich nach einem ausgiebigen Spaziergang zum Ausruhen auf Bänke oder eine Decke setzen kann. Wer gut zu Fuß ist, kann auch weiter bis zum Revierpark laufen. Dort kann man zum Relaxen ins Freibad, Hallenbad oder in die Sauna gehen sowie andere sportliche Aktivitäten in Angriff nehmen. Jeder Mensch braucht einen Ort zum Entspannen oder Kraft zu tanken. Mein liebster Wohlfühlort ist

aber meine Couch im Wohnzimmer, da fühle ich mich am wohlsten. Wenn ich nachmittags nach Hause

komme, ziehe ich meinen Jogginganzug an und schaue ins Wohnzimmer. Mein erster Blick geht zur Couch, dort kann ich stundenlang



sitzen oder liegen. Ich hole die Tageszeitung oder ein Buch und lese. Neben mir auf dem Tisch steht – je nach Tageszeit - eine frisch gekochte Tasse Kaffee oder ein Glas Wein. Auch kann ich dort wunderbar entspannen und das führt dann so weit, dass ich manchmal einschlafe.

Jürgen Gollnick
Mitglied der Redaktion



Wohlfühlort

Es gibt in Gelsenkirchen die verschiedensten Wohlfühlorte, doch ich habe einen absoluten Favoriten, der mich immer wieder erfreut. Wenn ich von meinem Balkon schaue, habe ich diese grüne Pracht vor Augen, sehe den kleinen wiesenumsäumten Teich mit den Fontänen, dann bin ich jedes Mal fasziniert. Ja, der Stadtgarten, das ist mein Wohlfühlort.

Jetzt im Frühjahr, wo die Natur erwacht und alles grünt und blüht, ist es für mich am schönsten. Frühmorgens, wenn alles noch ruhig ist, liegt der Park wie im Schlaf. Die Enten, die Vögel sind schon wach und tummeln sich auf und um den Teich. Ein Fischreiher steht am Ufer, schaut aufs Wasser, er wartet auf seinen Leckerbissen. Es ist einfach herrlich, dieses Schauspiel zu sehen.

Im Stadtpark sind viele Bänke aufgestellt, die zum Verweilen einladen, und im zweiten Teil des Stadtgartens ist ein großer Kinderspielplatz mit einem versunkenen Schiff zu finden. Vor Ort sind Tischtennisplatten, die auch von einigen Kindern und Erwachsenen genutzt werden. Bei Joggen und Walkern ist dieser Grüngürtel sehr beliebt, entweder frühmorgens oder in den Abendstunden laufen sie in Gruppen oder



alleine. Natürlich sieht man viele Spaziergänger und Hundebesitzer, die ihren kleinen oder großen Liebling ausführen und die Natur genießen.

Gerne bin ich im Park und sitze auf einer Bank, lese ein Buch oder schaue auf den Teich, sehe die Tiere, die Menschen und freue mich, dass das Wetter so angenehm ist. Irgendwie ist es schön, in der Stadt zu wohnen aber doch im Grünen zu sein.

Auch gab es immer einige Veran-

staltungen im Stadtgarten sowie Ostereier verstecken für die Kleinen, Kinderfeste, Sommerbrunch, Sommersound, um nur einige zu nennen. Diese Veranstaltungen waren immer sehr beliebt und gut besucht. Doch in diesem Jahr wird wohl alles ausfallen durch die Corona-Krise... Leider!

Edelgard Sochaczewski
Redaktionsmitglied



Mein Lieblingsplatz...



Terrassengesamtaussicht neu

das ist normalerweise meine eigene Terrasse mit Blick in den Garten. Dort zu sitzen und zu sehen, wie alles grünt und blüht, ist etwas, was mich jedes Jahr aufs Neue erfreut. Wie gesagt, normalerweise, denn in

diesem Jahr wurde mein Blick sehr getrübt durch die Aussicht auf mein marodes Gartenhausdach. Dort hatte sich beim letzten Herbststurm die Dachpappe teilweise verabschiedet, und der Rest flatterte

bei jedem Windstoß hoch und erinnerte mich fast täglich daran, dass hier dringend eine Instandsetzung fällig ist. So richtig kümmern war wegen Corona und der entsprechenden Umstände aber erst einmal nicht möglich.

Umso erfreuter war ich, als meine Schwester mir kurz vor meinem Geburtstag eröffnete, dass die Reparatur des Hausdaches mein Schwager übernehmen wollte und das Ganze mein diesjähriges Geburtstagsgeschenk werden sollte. Ein wunderbares Geschenk, da mein Schwager wirklich ALLES kann! Da konnte ich sicher sein: Das wird was.

Aber nach der ersten Besichtigung kam direkt die Hiobsbotschaft: „Das Holz ist so verrottet, das muss runter.“ Hörte sich nach viel Arbeit an. Allzu lange warten wollten wir nicht, denn es war gutes und trockenes Wetter angekündigt. Mein Schwager brauchte ein paar Tage zum Ausmessen, Recherchieren, Besorgen usw., dann konnte es losgehen.

Am ersten Tag hatten wir noch tatkräftige Hilfe durch meine Tochter, und schon am Abend waren die ersten guten Ergebnisse zu sehen. Am dritten Tag war das Werk vollendet, und wir waren mit dem Ergebnis mehr als zufrieden. Das hätte ein Handwerksbetrieb nicht besser machen können.

Mittlerweile kann ich den Ausblick in meinen Garten wieder voll genießen.

Margret Schlodhauer

ZWAR-Gruppe Neustadt/Ückendorf



Gartenhausdach alt



Gartenhausdach neu

GANZ SCHÖN MAGISCH!

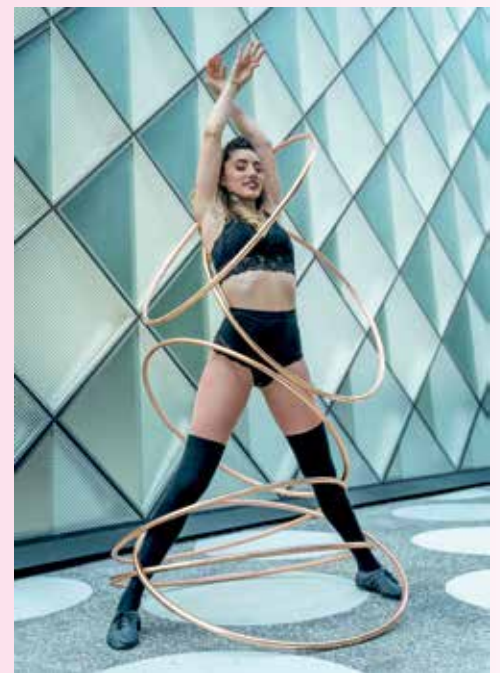
Die Herbstshow vom 05.09. bis 25.10.2020

Nach langer Zwangspause melden wir uns mit einem großen Knall zurück! Freuen Sie sich auf eine fulminante Show mit unbeschreiblicher Magie, leidenschaftlicher Akrobatik und unglaublich viel Charme!

Jeder Mensch ist auf der Suche nach etwas Magischem, etwas ganz Besonderem, einem Moment nicht von dieser Welt. Wagen Sie mit uns den Schritt, rationale Erklärungsmuster aus dem Fenster zu werfen und den kindlichen Glauben an das Unfassbare wiederaufleben zu lassen. Ihr Gastgeber ist Matthias Rauch, der mehrfach ausgezeichneten Zauberkünstler



und eloquente Moderator. Sein Können widersetzt sich allen Gesetzen der Wirklichkeit und nimmt Sie mit in die Welt des Surrealen. Ebenso wunderbar, aber mit einer gehörigen Portion Witz und Wagemut präsentiert der Japaner TanBA seine „dangerous magic“, wie er seine Darbietung selbst treffend beschreibt. Ähnlich eines Staubsaugers nimmt er alles in sich auf – Luftballonschlangen, Papier, ja sogar Rasierklingen – um diese Gegenstände dann, unter den ungläubigen Blicken und erstaunten Ausrufen der Zuschauer, in überraschender Weise wieder ans Licht zu fördern. Mit seiner einzigartigen Kunstform hat er die Welt bereist, Preise gewonnen und Menschen überall auf dem Globus verblüfft. Weitere zauberhafte Momente anderer Natur verspricht die Vollblutartistin Sina Brunner am Vertikaltuch. Mit einem unbeschreiblichen Fingerspitzengefühl bewegt sich die talentierte Deutsche in der Luft und erstaunt mit einer abwechslungsreichen und stimmigen Mischung aus Ruhe und Kraft, Bewegung und Stillstand. In völligem Einklang mit ihrem Requisit zieht sie die Menschen um sich in ihren Bann. Einen hinreißenden Kontrast bietet die kraftvolle und lebendige Darbietung der Akrobaten White Gothic. Gemeinsam erzählen die vier



VARIÉTÉ
et cetera

BOCHUM

ARTISTIK.COMEDY.GASTRONOMIE.

0234
13003

05.09.
bis
25.10.20

Ganz schön
magisch!

DA MIR SIND WIEDER FÜR SIE
NEUE SHOW-ZEITEN

SHOW: Do. 20 Uhr - Fr., Sa. 18 & 21 Uhr - So. Brunch & 19 Uhr

WWW.VARIETE-ET-CETERA.DE

Ukrainer eine Geschichte der Freundschaft und der Körperbeherrschung. Neben der Balance ist es vor allem das Vertrauen untereinander, das die gewagten und atemberaubenden Kunststücke so einmalig macht. Als Soloartistin, jedoch ebenso ausdrucksstark, fasziniert Jessica Savalla mit einer gelungenen Hula-Hoop-Performance und wickelt hierbei nicht nur die Ringe gekonnt um Ihren Körper, sondern auch das Publikum um ihren Finger. Das Duo Mantra ist ebenso einmalig wie ihr eigens für die Darbietung entworfenes Requisit. Am U-Wheel, einem bogenförmigen Objekt, erzählen die beiden Ukrainer eine leidenschaftliche Geschichte zweier Geliebter. Liebe, Anziehung, Verführung und Hingabe sind die zentralen Elemente und Ausdrucksform zugleich.

Wagen Sie den Glauben an die Magie und lassen Sie sich verzaubern!

Regie: Sammy Tavalis

Mein Garten... mein jetziger Lebensraum

GUTEN MORGEN, es ist beschlossene Sache. Ich werde dieses Jahr den Urlaub im Garten verbringen.

Er ist mein Lebensraum jetzt – zu Corona-Zeiten. Sekundenglück! Ein Dankeschön dem Tulpen-Magnolien-Baum, der als erster im Garten blühte. Die Blüte war mal wieder traumhaft. Der Kirschbaum hat mir irre viele dicke Süßkirschen geschenkt. Jetzt ist der Apfelbaum an der Reihe. Auch er lässt sich mit vielen schmackhaften Äpfeln nicht lumpen. Paradiesapfel- und Feigenbaum wachsen und gedeihen prächtig. Die zwei Olivenbäumchen und der kleine neue Flamingo-Baum ebenfalls. Aber... über alles wacht meine große Tanne. In ihrem Schatten wollen wir heute Nachmittag Kaffee trinken, denn die Freundinnen wollen mich besuchen. Begrüßen wird sie der kleine rote Ahornbaum im Vorgarten auf dem Hof. Er freut sich jetzt schon auf den Besuch und wiegt im leichten Sommerwind seine Blätter.

WOW...Es wird passend zur Sektlau-
ne eine Sekttorte geben.

Der Boden ist schnell gebacken:
250 g Margarine, 250 g Zucker, 2 Eier,



200 g Mehl, 1 Teel. Backpulver, ca. 20 Minuten bei 200 Grad backen.

Für den Belag nimmt frau: 2 Piccolo-Flaschen Sekt, 2 - 3 Päckchen Finesse - ger. Zitronen- oder Orangenschale von Dr. Oetker, 2 - 3 Essl. Zucker, 1 Prise Salz und dann alles verrühren.

2 Becher Schmand, 2 - 3 Becher Sahne mit 3 Sahnesteif und 1 Essl. Zucker steif schlagen, unterheben und auf den Boden geben.

Guten Appetit...

Die Musik zur Untermalung beim Nachmittagskaffee wird die Vogel-

schar... Amsel, Drossel, Fink und Star liefern, Frau Nachtigall wird ein Solo für uns im Sternengold-Chor der Vögel singen. Herr Specht den Taktstock schwingen... Frau Eule wird am Spätnachmittag dazustoßen. Sie möchte von hoch oben in den Wipfeln der Tanne (dort fühlt sie sich am wohlsten, dort ist ihr Lebensraum, dort ist die Luft am schönsten) dem munteren Geschehen zusehen.

Packen wir's an, denn: Frauen wie ich... lieben das Leben und sind entscheidungsfreudig!

Ursula Hellwig
Redaktionsmitglied

Wanderwege – Wohlfühlorte

Meine Wohlfühlorte alle benennen zu wollen, fällt mir schwer, da ich viele kenne, sowohl in Gelsenkirchen als auch in meinem Wohnort Bochum oder anderswo. Sie müssen eigentlich nur bestimmte Kriterien erfüllen: Ich muss mich in ihnen nur laufend, spaziergehend oder gar wandernd und in natürlicher Umgebung bewegen können. Wenn möglich ohne große Lärmbelästigung durch Autoverkehr und Menschenmassen. Seit Jahrhunderten haben Philosophen und Schriftsteller, Dichter und Weltverbesserer versucht, das Gehen oder das sich zu Fuß Fortbewegen als Wert für sich selbst und andere zu untersuchen und zu verstehen. Viele sind zu dem Schluss gekommen, dass Gehen das Gegenteil von Stillstand in Körper und Geist ist, dass man nur beim Gehen denken und neue Ideen entwickeln kann. Für andere ist es die Eroberung des öffentlichen Raums oder die Entdeckung „neuer Welten“. Für mich bedeutet es auf jeden Fall, „den Kopf frei zu bekom-

men“ und sich in eine viel lockerere Kommunikation mit anderen zu begeben, als das in einem geschlossenen Raum möglich wäre. Wohlfühlen heißt für mich also, die Welt um mich herum (und sei der Kreis auch noch so eng wie in Coronazeiten) gehend zu erfahren, zu erforschen und den Gedanken freien Lauf zu lassen.

Das alles ist selbstverständlich auch in Gelsenkirchen möglich. Im Süden bieten sich zum Beispiel folgende Wanderungen an

- vom Wissenschaftspark zum Mechtenberg
- durch den Rheinelbepark zur Himmelstreppe
- durch den Stadtgarten und den Revierpark zur Trapprennbahn mit Halde

um nur einige zu nennen. In Horst gibt es einen wunderbaren Weg von Schloss Horst um die ehemalige Galopprennbahn und weiter durch den Nordsternpark. In Buer sind die Wohlfühlwege, die meinen Vorgaben entsprechen, noch vielfältiger:

- vom Schloss Berge durch das Mühltal zur Halde Schüngelberg und weiter zum Biomassepark, der auf dem Gelände der Zeche Hugo entstanden ist
- durch den Stadtwald nach Westerholt (siehe Titelbild)
- nicht zu vergessen die Resser Mark und den Emscherbruch mit dem Ewaldsee und seiner großartigen Pflanzen- und Tierwelt und der Halde Hoheward zum Abschluss.

Ich weiß nicht, wie viele dieser Wege ich in den letzten Monaten abgelaufen bin, allein, zu zweit oder in einer kleinen Gruppe, gut getan hat es auf jeden Fall. Vor allem bei dem wunderbaren Frühlings- und Frühsommerwetter konnte man Corona unterwegs zeitweise vergessen und sich problemlos wieder mit anderen in frischer Luft treffen und unterhalten.

Ruth Raeder
50plus aktiv

Wohlfühlen in der Feldmark

Für diese Ausgabe der „GE-nior“ wurde von den Mitgliedern der Redaktion als Hauptthema „Wohlfühlorte“ festgelegt. Es hat bestimmt jeder Mann, auch die verschiedenen Mitglieder der Redaktion, eine andere Auffassung oder eine andere Meinung, wo man sich „wohl“ fühlt. Das fängt schon bei dem Wort an. Wohlfühlen. Ist es der Ort, wo man ruhig, geborgen, sicher ist und sicher lebt? Das kann das Land, der Ort, der Orts- teil, die Straße, das Haus oder gar die Arbeitsstelle, der Sportverein oder die Kirchengemeinde sein.

Ich habe lange darüber nachgedacht und bin dann darauf gekommen, dass für mich persönlich das Vereinsgelände der Versehrtensportgemeinschaft (VSG Gelsenkirchen) an der Schwarzmühlenstraße in der





Feldmark ein guter Ort ist, an dem ich mich immer „wohl“ fühle. Nicht nur an dem Ort, auch im Verein.

Die Feldmark ist einer der jüngeren Ortsteile von Gelsenkirchen. Er wurde von der Stadtverwaltung und der Stadtverordnetenversammlung im Jahre 1953 aus Teilen von Schalke, Heßler und Rotthausen sozusagen „zusammengesetzt“. Heute grenzt er an die genannten Stadtteile und auch an Essen.

Die VSG Gelsenkirchen e.V. wurde ebenfalls im Jahre 1953 von Kriegsversehrten (früher wurden Schwerbehinderte auch als Versehrte bezeichnet), die schwerbehindert, oft durch Amputationen, aus dem 2. Weltkrieg heimkehrten, aber sich trotzdem sportlich betätigen wollten, gegründet. 1971 konnte der Verein das Gelände an der Schwarzmühlenstraße zwischen dem Schwarzbach und der Kleingartenanlage von der Stadt pachten. Es sind immerhin über 12.000 m². Heute befindet sich auf dem Gelände das Vereinsheim der VSG, mehrere Werkstätten, große Rasenflächen zum Relaxen und für sportliche Betätigung, ein Gartengelände, Umkleieräume und das Allerwichtigste im Sommer, ein Schwimmbecken, das bereits 1972 angeschafft wurde. Das Gelände einschließlich des Schwimmbeckens, das immerhin 18

m lang ist, wird durch den Einsatz von Mitgliedern und ehrenamtlichen Helfern das ganze Jahr über gepflegt. Und es kann von den Mitgliedern und ihren Familien genutzt werden.

Meine Lebensgefährtin und ich sind seit vielen Jahren Mitglied in diesem Verein, der nicht nur das Vereinsgelände seinen Mitgliedern als „Freizeit-Oase“ anbietet, sondern auch in verschiedenen Behinderten-Sportarten aktiv ist. Im Sitzball, Tischten-

nis, Blindenkegeln, Hallen-Boccia und Hallen-Bosseln sind in den letzten Jahrzehnten massenhaft Erfolge bis hin zu Deutschen Meisterschaften eingefahren worden.

Wir fühlen uns im Verein und auf dem Vereinsgelände in der Gemeinschaft der Mitglieder und Gäste sehr wohl, sicher aufgehoben. Das Gelände ist weit von der Straße entfernt. Das Schwimmbecken wird jeden Tag gereinigt. Viele Kinder und Enkelkinder haben hier unter Aufsicht schwimmen gelernt, man kann die Küche und deren Einrichtung im Vereinsheim nutzen. Wir haben Tische und Stühle für die allgemeine Nutzung. Auf der Terrasse des Vereinsheimes werden gemeinsam Sommerfeste, Jubiläen und zusammen mit den Gastmannschaften nach Turnieren Erfolge gefeiert. Oder es wird nach der JHV in den Mai getanzt. Auch Osterfeuer werden mit gesichertem Abstand auf einem Freigelände abgebrannt.

Heute hat der Verein immer noch fast 300 Mitglieder, von denen die meisten, so wie wir, ihn als „Wohlfühlort“ betrachten.

Hans-Günter Iwannek
Redaktionsmitglied



Wohlfühlort Salzgrotte

Vor 4 Jahren bekam ich von meiner Schwägerin und meinem Schwager einen Gutschein für einen Besuch in der Salzgrotte in Scholven geschenkt. Ein Foto hatten sie auch hinzugefügt. Die Grotte sah darauf aus, wie ein Stollen im Bergwerk mit Salzzapfen an den Wänden. Gedämpftes Licht und schöne Liegen verwandelten sie jedoch in einen angenehmen Aufenthaltsort.

An einem Samstag holten mich meine Verwandten in der Früh um 8.00 Uhr mit dem Auto ab. Ich war gespannt darauf, was auf mich zukommen würde. Vor einem alten hohen Bunker hielt mein Schwager an, was mich etwas erstaunte, denn ich hatte einen Bergwerkseinstieg erwartet. Doch wir gingen in den Bunker hinein, und dort empfing uns schon ein salziger Geruch. Durch einen mit Salz verkleideten Gang kamen wir zum Empfang. Dort bekamen wir Überzieher für die Schuhe, und es wurde uns eine kleine Einführung in die Benutzung der Salzgrotte gegeben.

Nach kurzer Zeit öffnete die Dame vom Empfang uns eine Tür und führte uns durch einen mit Salz bestreuten Gang zu einer Grotte, wo die Liegen mit Woldecken für uns bereitstanden. Sie half uns dabei, es uns auf den Liegen bequem zu machen. Es war ziemlich kalt in dem Raum, aber durch die Woldecken war es auszuhalten. Dann verließ sie uns und es erklang gedämpfte Musik. Jetzt konnten wir richtig entspannen, bald hörte man auch schon vereinzelt ein leises Schnarchen. Die Zeit verging sehr langsam, da ich sehr viel Zeit zum Nachdenken hatte. Ich bin dann doch wohl eingeschlafen, denn plötzlich sagte eine leise Stimme: „Es ist Zeit aufzustehen.“ Schlaftrunken gingen wir den Weg nach draußen, zogen die Überzieher von den Schuhen und gingen in den angrenzenden Frühstücksraum. Dort hatte mein Schwager uns ein Frühstück bestellt. Im Kamin brannte ein schönes kleines Feuer und heizte so unsere kalten Körper wieder auf. Nach einer heißen Tasse Kaffee fühlte ich mich wie neu ge-

boren. Die Nase und der Hals fühlten sich von der salzhaltigen Luft ganz frei an. Wir genossen das leckere Frühstück und machten uns nach fast drei Stunden auf den Heimweg. So verlebte ich einen wunderschönen, erholsamen Vormittag, den ich nur jedem empfehlen kann.

Die Salzgrotte ist mein Wohlfühlort, und ich habe den Gang dorthin schon mehrfach wiederholt. Leider blieb die Grotte in Corona-Zeiten geschlossen. Stattdessen wurde mein Garten für lange Zeit mein Erholungsort, den ich bei dem schönen Frühlingwetter sehr genossen habe. Später habe ich die wunderschönen Grüengebiete Gelsenkirchens erst mit einzelnen Freundinnen, dann, als es erlaubt war, in kleinen Gruppen erwandert. In netter Gesellschaft findet sich immer ein Ort zum Wohlfühlen.

Gertrud Strack
50plus aktiv



verlag
druck & graphik
achim schrecklein

postallee 41
45964 gladbeck
tel. 0 20 43 : 48 39-0
fax 0 20 43 : 48 39-39
info@druck-graphik.de

Drucksachen : Digitaldruck : Gestaltung : Web-Design

produktion. publikation. kommunikation.



**Ein Begriff,
nicht nur für
Menschen,
sondern auch
für andere
Lebewesen.
(Wie man sieht)**



**des Fischreihers, bevor er die Fische aus
dem Teich unseres Nachbarn holte**



**der Wespen, wenn die Früchte
überreif werden**



der Echse auf dem sonnenbeschienenen Baumstumpf



des Spatzen bei der Handfütterung

Werner Rothmann, ZWAR-Gruppe Neustadt/Ückendorf




Generationennetz Gelsenkirchen e.V.



Die Mitarbeiter*innen des Generationennetzes, haben es sich zur Aufgabe gemacht Bürger*innen aus Gelsenkirchen bei Fragen rund um das Thema älter werden zur Seite zu stehen. Zudem arbeiten sie eng mit ihren Ehrenamtlichen und Patenorganisationen in Gelsenkirchen zusammen, die Ihnen ebenfalls ihre Unterstützung anbieten.

Seit 2019/2020 verstärken 4 neue Kolleginnen das Team des Generationennetzes. Diese stellen sich nun anhand eines kurzen Steckbriefes vor:

| | | |
|---------------------------------------|---|--|
| Name | Nina Witzel |  |
| Alter | 31 | |
| Wohnort | Bochum | |
| im Generationennetz tätig seit | 15.12.2019 | |
| Zuständigkeit | Bulmke-Hüllen, Feldmark | |
| Kontaktdaten | Tel.: 0209/169 5432 Mobil: 0157/333031697 Mail: nina.witzel@gelsenkirchen.de | |
| Ausbildung | <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheits- und Krankenpflegerin • Bachelor in „Gesundheits- und Pflegemanagement“ • Master in „Gesundheit und Diversity in der Arbeit“, voraussichtlich im Herbst 2020 | |
| Kommentar | An der Tätigkeit im Generationennetz schätze ich besonders die aktive Zusammenarbeit mit unterschiedlichsten Akteuren und vielen engagierten Bürger*innen zur Entwicklung und Umsetzung von kleineren Projekten sowie Veranstaltungen zur Förderung des Wohlbefindens im Quartier, trotz der derzeitigen Einschränkungen. | |

| | | |
|---------------------------------------|--|---|
| Name | Sabrina Piontek |  |
| Alter | 27 | |
| Wohnort | Bochum | |
| im Generationennetz tätig seit | 15.01.2020 | |
| Zuständigkeit | Beckhausen, Heßler, Horst, Schalke | |
| Kontakt Daten | Tel.: 0209/169 9891 und 0209/70252048 Mobil: 0157/333031693 Mail: sabrina.piontek@gelsenkirchen.de | |
| Ausbildung | <ul style="list-style-type: none"> • Medizinische Fachangestellte • Bachelor in „Gesundheit und Sozialraum“ | |
| Kommentar | Die Arbeit und Kooperation mit den Bürger*innen und Ehrenamtlichen sowie anderen Akteuren auf Augenhöhe gefällt mir sehr. Ich freue mich auf weitere tolle Begegnungen sowie auf die Arbeit in den Stadtteilen, um dort gemeinsam etwas bewegen zu können. | |



Generationennetz
Gelsenkirchen e.V.

Generationennetz Gelsenkirchen e.V.



Generationennetz
Gelsenkirchen e.V.

| | | |
|---------------------------------------|--|---|
| Name | Annika Schwartz |  |
| Alter | 24 | |
| Wohnort | Gelsenkirchen | |
| im Generationennetz tätig seit | 01.08.2020 | |
| Zuständigkeit | | |
| Kontakt Daten | Tel.: 0209/169 6678 Mobil: 0157/33031696 Mail: annika.schwartz@gelsenkirchen.de | |
| Ausbildung | <ul style="list-style-type: none"> • Bachelor in „Gerontologie“ • Master in „Gerontologie“ | |
| Kommentar | Ich freue mich sehr, die Arbeit im Generationennetz, die Bürger in Gelsenkirchen sowie die Stadt an sich näher kennenzulernen. | |



Generationennetz
Gelsenkirchen e.V.

Generationennetz Gelsenkirchen e.V.



Generationennetz
Gelsenkirchen e.V.

| | | |
|---------------------------------------|--|---|
| Name | Anna Droste |  |
| Alter | 26 | |
| Wohnort | Bochum | |
| im Generationennetz tätig seit | 01.08.2020 | |
| Zuständigkeit | | |
| Kontakt Daten | Tel.: 029 169 5422 Mobil: 0157/33031695 Mail: anna.droste@gelsenkirchen.de | |
| Ausbildung | <ul style="list-style-type: none"> • Bachelor in „Gerontologie“ • Master in „Gerontologie“ | |
| Kommentar | Ich bin sehr gespannt auf das neue (Arbeits-)Umfeld und freue mich auf neue Herausforderungen und Gesichter. | |

ZWARler und ZWARlerinnen in Zeiten von Corona (Covid-19)

Die Welt ist aus den Fugen geraten. Seit Mitte März ist vieles nicht mehr wie vorher. Ein neuartiger Virus reist um die Erde und hinterlässt eine Spur von Krankheit und auch Tod – Corona. Unsere Bundeskanzlerin nebst Regierungschefs haben aufgrund dessen Regeln beschlossen, die unser Leben verändern. Zum Schutz aller. Unsere Kalendereinträge waren reichhaltig bis zum Shutdown, dem Herunterfahren des öffentlichen Lebens. Private und ehrenamtliche Termine, Weiterbildungen, Treffen mit Freunden, Aktivitäten, Besichtigungen, zum Essen gehen usw. haben unseren Alltag bereichert. Die vielfältigen Termine haben nicht nur

das tägliche Einerlei durchbrochen, interessant und bunt werden lassen. Die gaben uns auch das Gefühl, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen! Mit einem Mal war alles anders. Die sozialen Kontakte wurden stark eingeschränkt oder gänzlich gekappt. Ein kleiner neuartiger Virus hat Auswirkungen in alle Bereiche – und wirbelt auch unser ZWAR-Leben vor Ort durcheinander. Basistreffen können momentan nicht stattfinden. Gruppenaktivitäten fallen aus. Gemeinsame Veranstaltungen, Ausflüge, Vorträge und Wochenendseminare sind abgesagt. Dazu kam anfänglich eine Nachrichten-Flut, was sage ich: Ein Nachrichten-Tsunami.

Von morgens bis abends wurden wir (wenn wir wollten) mit Nachrichten überschwemmt. Was dies mit jedem Einzelnen macht – wir können es nur erahnen. Nicht jede*r steckt einen so gravierenden Einschnitt ins bisherige Leben mal eben ohne weiteres weg. Je nach Lebensphase, Naturell, sozialem Umfeld, Verpflichtungen sowie entsprechenden Anforderungen variieren die persönlichen und individuellen Gefühle und Betrachtungsweisen. Und wir ZWARler*innen in Erle und darüber hinaus in Gelsenkirchen? Nicht alle sind „Netzwerker*innen“. Für viele wirkte die Zeit bisher auch lähmend. Wenig oder keine Lust zum



ASG GmbH PFLEGE

Grundpflege nach SGB XI

Behandlungspflege nach SGB V

Betreuungsleistungen §45b

Beratungsbesuche §37.3 SGB XI

24 Stunden Rufbereitschaft



Bismarckstraße 66 • 45888 Gelsenkirchen

☎ 0209 - 361 79 400



WOHNGEMEINSCHAFT
am Bulmker Park

Hohenzollernstraße 102 • 45888 Gelsenkirchen

NEU

Austausch. Oftmals auch Rückzug. Und die angebotene Technik wie z.B. Videokonferenzen, Austausch über Whatsapp, Tablett etc. ist nicht flächendeckend und oft nur Mittel zum Zweck und keine Leidenschaft. Aber wir Menschen brauchen von jeher den Austausch!

Die Interessengruppe Öffentlichkeitsarbeit („Öffies“) von ZWAR GE-Erle suchte nach einer Möglichkeit, trotz Einschränkungen durch Corona in Kontakt zu bleiben. Die Idee: Es gibt ja noch die gute alte Post! Briefe können verbinden, trösten, informieren. ZWARler*innen gehören allein durch ihr Lebensalter zur Risikogruppe. Viele leben allein. Da war oft unfreiwillige oder auch freiwillige Isolation angesagt. Kein einfacher Zustand. Wir entschieden, monatlich einen Rundbrief zu schicken (inzwischen sind es fünf). Die Resonanz darauf auf allen (!) möglichen Kommunikationskanälen war überwältigend positiv. Jede einzelne auf ihre Art...

In einem unserer Briefe fragten wir: „Was macht Corona mit Euch? Was

findet Ihr gut? Was ist schwer?“ Dazu erreichten uns vielfältige Rückmeldungen. Die „Öffies“ haben aus den Sätzen komprimierte Schlagwörter gebildet. Und weil eine Liste von Begriffen eher langweilig ist, entstand ein „Worthaus“. Die negativen Nennungen lassen sich in den unterschiedlichsten Rottönen lesen. Die positiven Stichwörter haben Grüntöne in allen Schattierungen. Neutrale Begriffe wie z.B. Wünsche und Hoffnungen für die Zukunft tummeln sich fliederfarben in unserer Sammlung. Übrigens: Es sind mehr grüne positive Begriffe genannt worden! Schauen Sie einmal rein, es gibt Einiges zu entdecken!

Inzwischen wurde schrittweise der Shutdown gelockert. Wir können längst wieder unsere Wohnungen verlassen, Geschäfte haben geöffnet und selbst ein Urlaub ist nun durchaus möglich. Wenn man will, auch über Grenzen hinweg. Unser neues Leben ist ein LEBEN MIT DEM CORONA-VIRUS. Die Ansteckungsgefahr ist weiterhin da und das Virus keineswegs verschwunden. Um

einen Anstieg von Neuinfektionen zu erschweren, gilt weiterhin die AHA-FORMEL: Abstand – Hygiene – Alltagsmaske. Für uns Menschen ab 60+ wird es auch zukünftig ein Abwägen von Sicherheit und Teilnahme am öffentlichen (ZWAR-)Leben sein! Einzelne Interessengruppen haben bereits Möglichkeiten ausgetestet, was geht und was nicht. Das Treffen im Freien ist erlaubt, sodass beispielsweise Spaziergänge, Boulen, Minigolf etc. wieder durchführbar sind. Andere Gruppen wie Kegeln oder Kochen ruhen seit Monaten.

Also - wie geht es weiter? Corona wirkt wie ein Vergrößerungsglas, so wird oft geschrieben. Es ist mit Sicherheit richtig, dass vorherige Versäumnisse (bspw. mangelhafte technische Ausstattungen in Schulen, Pflegenotstand, Auslandsproduktionen von Medikamenten etc.) offensichtlicher werden und im Focus stehen. Aber auch das Menschliche, was im Alltag oft als selbstverständlich genommen wird, wird plötzlich sichtbar. Und bekommt Applaus. Bei uns ZWARlern wurde in den letzten Wochen oft die Sehnsucht nach persönlichem Austausch, nach gemeinsamem Miteinander, nach Abwechslung spürbar. Fernab von Briefen, Telefon und Jitsi Meet. Wir denken, dass Kreativität weiterhin gefragt sein wird, um eine Gruppe lebendig zu halten. Dabei ist jede*r Einzelne gefragt! Die Prognosen bezgl. Neuinfektionen überlassen wir mal den Profis. Die haben auch bei den Entscheidungen, ob beim Auftreten neuer Hotspots entsprechende Schließungen einzelner Bereiche oder gar ganzer Städte sinnvoll sind, das entsprechende Fachwissen. Die durchschauen es eh besser als viele Stammtisch-Diskussionsrunden. Und wenn wir einmal über den Tellerrand hinausschauen, können wir doch sagen, dass Deutschland bisher gut durch die Krise geschlittert ist. Oder?



Erfahrungen, Nöte und Ängste, Veränderungen und Zuversicht
ZWAR-Gruppe Gelsenkirchen-Erle in Zeiten von Corona / Covid-19

Erika und Werner Salewsky
ZWAR Gelsenkirchen-Erle

33. ZWAR-Ge-DIT unter Corona-Bedingungen

Am 30.06.2020 trafen sich die Delegierten aus 10 Gelsenkirchener ZWAR-Gruppen im IMZ (Internationales Migrantenzentrum) der AWO in der Paulstraße. Martina Mail und Hülya Camli waren vom Generationennetz Gelsenkirchen e.V. anwesend.

Zu Beginn einigte man sich darüber, dass die Zusammenkunft im Freien mit entsprechendem Abstand durchgeführt werden sollte. So wurde nach der obligatorischen Vorstellungsrunde der Anwesenden mit dem aktuellsten Thema: ZWAR-Gruppen-Treffen unter Corona-Bedingungen begonnen.

Der Wettergott schickte aber den ersten Regenschauer vorbei und bewirkte damit, dass die weitere Veranstaltung nun doch ins Innere des IMZ verlegt wurde.

Während der Vorstellungsrunde wurde bereits von einigen beginnenden Aktivitäten der einzelnen Gruppen berichtet, wobei aber zu bemerken war, dass alles auf Sparflamme läuft und vereinzelt Outdoorveranstaltungen langsam anfangen.

Kurzberichte vom 10-jährigen Bestehen der ZWAR-Gruppe Buer und der ZWAR-HomePage wurden von Mo-

nika Sommer Kensche abgegeben, wobei das Fehlen eines Fotografen zur Erstellung von entsprechendem Bildmaterial und das Fehlen der eingeladenen Pressevertreter bemängelt wurde.

Michael Schwark berichtete vom Stand der Anträge für Zuschüsse aus dem Fördertopf des Beirates für Senioren, und über vorliegende Anträge wurde abgestimmt.

Fast alle ZWAR-Gruppen haben im Moment Raumprobleme, da die sonst genutzten Treffpunkte entweder direkt geschlossen sind oder die Größe nicht für die Gruppenstärke ausreicht. Es wurden verschiedene Möglichkeiten diskutiert, z.B. ob in Schrebergärten im Freien oder unter Dach Treffen möglich sind.

Bezüglich Vernetzung oder gruppenübergreifende Aktivitäten wurden ein Boule- und ein Doppelkopfturnier vorgeschlagen, bei dem die Teilnehmer selbst für Essen und Getränke sorgen sollten.

Die ZWAR-Gruppe Erle beabsichtigt, eine neue Gartengruppe in ihre Aktivitäten aufzunehmen, sodass Ideen für Gartengestaltung und Pflege ausgetauscht werden oder Exkursionen zu interessanten Gärten, Park-



anlagen, Gartenbauausstellungen oder Landesgartenschauen durchgeführt werden können. Die Neugründung der Gruppe Reser Mark soll jetzt voraussichtlich im Jahre 2021 stattfinden.



Am 30.09.2020 um 16.30 Uhr soll das nächste ZWAR-Ge-DIT in Gelsenkirchen Buer, Rathaus, Saal Cottbus ausgerichtet werden.

Werner Rothmann

ZWAR-Gruppe Neustadt/Ückendorf

Leichtere Suche nach einem Pflegeplatz

App- und Web-Version „Heimfinder NRW“ zeigt die aktuelle Auslastung der Altenheime an

In vielen Lebensbereichen sind Apps und Webseiten seit vielen Jahren bereits selbstverständlich. Nun soll das auch in der Pflege in Nordrhein-Westfalen zum Standard werden. Die Landesregierung stellt mit dem „Heimfinder NRW“ ein neues Angebot vor, das die Suche nach einem Pflegeplatz für Betroffene und Angehörige erleichtern soll. Freie Plätze in Altenheimen sind zukünftig per App oder über die entsprechende Internetseite tagesaktuell auffindbar. Nordrhein-Westfalen ist das erste Bundesland, das dieses Angebot flä-

chendeckend anbietet. Der „Heimfinder NRW“ zeigt in der Startversion alle durch die Einrichtungen gemeldeten freien Platzkapazitäten im Bereich der Dauerpflege und der Kurzzeitpflege an. Insbesondere nach Krankenhausaufenthalten, plötzlichen Erkrankungen oder eingetretener Pflegebedürftigkeit können Angehörige sowie soziale Beratungs- und Unterstützungseinrichtungen bei der Suche nach einer passenden Versorgung deutlich entlastet werden. Das Angebot soll auf freie Plätze in Tagespflegeeinrich-

tungen erweitert werden.

Damit der „Heimfinder NRW“ die aktuelle Auslastung der Pflegeheime anzeigen kann, hat das Land NRW die Einrichtungen gesetzlich verpflichtet, ihre freien Plätze tagesaktuell in eine vom Ministerium aufgebaute Datenbank einzugeben. Die App ist kostenlos im Google Play Store sowie im Apple Store erhältlich. Sie finden den „Heimfinder NRW“ im Internet unter www.heimfinder.nrw.de.

Brigitte Sdun

Redaktionsmitarbeiterin

Tages- und Nachtpflege entlastet pflegende Angehörige

Von Anfang an Freiräume für sich selbst in den Pflegealltag einbauen

Wer einen Angehörigen pflegt und noch berufstätig ist oder Kinder zu versorgen hat, steht einer immensen Belastung gegenüber. Oft bleiben die eigenen Bedürfnisse und die Lebensplanung auf der Strecke. Die Tages- oder Nachtpflege kann eine gute Lösung sein. Pflegepersonen sollten immer auch an sich selbst denken.

Unter Tages- und Nachtpflege (teilstationäre Versorgung) versteht man die vorübergehende Betreuung im Tagesverlauf in einer Pflegeeinrichtung. Die Leistungen der Tages- und Nachtpflege können in Anspruch genommen werden, wenn häusliche Pflege nicht in ausreichendem Umfang sichergestellt werden kann. Sie kann auch zur Ergänzung oder Stärkung der häuslichen Pflege erforderlich sein. Der Pflegebedürftige lebt zwar weiterhin zu Hause und wird auch dort betreut. Er kann aber einige Stunden, einen Tag oder mehrere Tage in der Woche in einer Pflegeeinrichtung verbringen. Das hat auch für den Pflegebedürftigen viele Vorteile: Mit anderen Menschen zusammenkommen, spielen, gemeinsam singen, spazieren ge-



hen und gemeinsam die Mahlzeiten einnehmen. Es gibt auch Sportangebote, Bastel- und Malgruppen, Gedächtnistraining und Erzählgruppen. Es werden auch Tagesausflüge gemacht und jahreszeitliche Feste sowie Geburtstage gefeiert. Zudem sind pflegerische und medizinische Versorgung durch das Fachpersonal gesichert.

In der Regel organisiert die Einrichtung einen Fahrdienst, der die Besucher morgens abholt und später wieder nach Hause bringt. Einige Einrichtungen bieten auch eine Betreuung über Nacht an. Das ist hilfreich, wenn der Pflegebedürftige nachts sehr unruhig ist und der Angehörige deshalb nicht durchschlafen kann. Erkundigen Sie sich beim

Pflegestützpunkt, ob es in der Nähe solche Angebote gibt.

Für die Tages- und Nachtpflege muss bei der Pflegekasse ein gesonderter Antrag gestellt werden. Wurde er bewilligt, rechnet diese in vielen Fällen direkt mit der Einrichtung ab. Übernommen werden die Kosten für Pflege und Betreuung. Unterkunft, Verpflegung sowie die sogenannten Investitionskosten sind vom Pflegebedürftigen selbst zu zahlen. Je nach Pflegegrad beträgt der Eigenanteil zwischen 20 und 40 Prozent der Gesamtkosten. Für die Inanspruchnahme der Tages- und Nachtpflege kann in jedem Pflegegrad der Entlastungsbetrag von 125 Euro monatlich eingesetzt werden. Ab Pflegegrad 2 gibt es weitere Leistungen. Diese hat die gleiche Höhe wie jene, die für einen ambulanten Pflegedienst pro Monat zur Verfügung steht. Im Pflegegrad 2 sind das 689 Euro, im Pflegegrad 3 stehen 1.298 Euro zur Verfügung, im Pflegegrad 4 sind es 1.612 Euro und im Pflegegrad 5 beträgt die maximale Leistung pro Monat 1.9995 Euro.

Brigitte Sdun

Redaktionsmitarbeiterin

Einstufung in Pflegegrade: Keine Hausbesuche in der Corona-Krise!

Richtig vorbereitet auf telefonische Befragung ist wichtig

Normalerweise wird ein Pflegegrad bei der Pflegekasse beantragt. Nach der Beantragung beauftragt diese den Medizinischen Dienst der Krankenkasse (MDK) damit, die Pflegebedürftigkeit festzustellen. Der Gutachter kommt an einem schriftlich angekündigten Termin zu Ihnen nach Hause. Der MDK führt gewöhnlich körperliche Untersu-

chungen bei dem Pflegebedürftigen zuhause oder in einer stationären Pflegeeinrichtung durch. Während der Corona-Krise läuft das jetzt anders ab. Zum Schutz vor einer Ansteckung mit dem Corona-Virus werden diese Untersuchungen vorläufig ausgesetzt. Die Gutachter kommen nicht mehr zu Ihnen nach Hause, sondern nehmen die Begutachtung

bis einschließlich 30.09.2020 mit Hilfe eines ergänzenden Fragebogens am Telefon und auf Basis der bereits vorliegenden Informationen vor (z.B. ärztliche Diagnosen, Dokumentationen der Pflege- und Haushaltstätigkeiten, Medikamentenpläne). Das Telefoninterview wird mit den Pflegebedürftigen, den Pflegenden, den Angehörigen oder



In Ihrer Sparkasse



Bleiben Sie unabhängig und selbstbestimmt – die Private Pflegeversicherung der UKV



S-Versicherungsservice GmbH

... und in allen Geschäftsstellen Ihrer Sparkasse Gelsenkirchen

Am Rundhöfchen 6, 45879 Gelsenkirchen

Telefon 0209/161-2782 oder -4421

www.s-versicherungsservice-ge.de

Immer da, immer nah.

PROVINZIAL

Die Versicherung der Sparkassen

Senioren Wohnen



Am Klösterchen

- 1+2- Raum Mietwohnungen mit EBK, Bad, Balkon
- Senioren- und rollstuhlgerecht / mit Notruf
- umfassendes Service- und Betreuungsangebot
- eigenes Café, ruhiger Innenhof / Parkanlage
- Stadtmitte Gelsenkirchen, Wannerstraße 42
- bei Bedarf kompetente Pflege in der eig. Wohnung

Rufen Sie uns an: 02 09 / 1 52 79

Kurzzeitpflege am Rungenberg

Könnte auch heißen "Kur Zeitpflege" am Rungenberg



Wir helfen Ihnen in Krisensituationen, im Anschluss an eine stationäre Behandlung oder ermöglichen Ihnen einfach einen entspannenden Urlaub.

Wenn eine Pflegekraft im häuslichen Bereich ausfällt und nicht anderweitig ersetzt werden kann, helfen wir Ihnen in dieser schwierigen Situation weiter.

Nach einem Krankenhausaufenthalt unterstützen wir Sie bei der Regeneration und Mobilisation, damit Sie schnell wieder nach Hause kommen.

Wir ermöglichen den pflegenden Angehörigen eine Auszeit zu nehmen und ohne schlechtes Gewissen zu entspannen und wieder Kraft zu tanken.

Mit Platz für Erholung und Genesung, unterstützt durch Pflegefachpersonal, wird Ihr Aufenthalt bei uns eine willkommene Abwechslung zum Alltag sein.



*Seit
2001
für Sie da*

Was kostet Ihr Aufenthalt "Am Rungenberg"?

Durch Ihre Krankenkasse, Pflegekasse gegebenenfalls das Sozialamt wird Ihr Aufenthalt bei uns, bedingt durch Ihre falls vorhandene Pflegestufe, zum Teil frei von Zuzahlung.

**Gerne helfen wir Ihnen bei der Antragstellung bei Behörden und Kassen. Noch Fragen?
In einem unverbindlichen Beratungsgespräch stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.**



Tel.: 0209-3 89 87-0 FAX.:0209-3 89 87-29

www.kurzzeitpflege-mikfeld.de info@kurzzeitpflege-mikfeld.de

APM Altenpflege Mikfeld GmbH, Horster Str.160a, 45897 Gelsenkirchen



den Betreuern geführt. Die Antragsbearbeitung bleibt somit gewährleistet.

Die telefonische Begutachtung läuft wie folgt ab:

Sie bekommen vorab einen Fragebogen an die Adresse des Versicherten zugeschickt. Dieser dient dazu, dass Sie sich besser auf die Interviewsituation vorbereiten können. Der MDK regelt unterschiedlich, ob Sie den Fragebogen an den MDK zurückschicken sollen oder ob Sie diesen beim Telefonat bereithalten sollen. Im Telefoninterview soll der Grad der Selbständigkeit der Person, die einen Antrag auf Pflegeleistungen gestellt hat, geklärt werden. Notieren Sie vor dem Gespräch, wie die Pflege und Betreuung aktuell stattfindet: Welche Tätigkeiten fallen an

einem Tag an? Wie verhält sich die zu pflegende Person? Wie läuft die Medikamentengabe? Welche Arztbesuche sind zu organisieren und durchzuführen?

Legen Sie zum telefonischen Begutachtungstermin relevante Unterlagen bereit (z.B. aktuelle Berichte von Ärzten und Fachärzten, Entlassungsberichte von Krankenhäusern und Reha-Einrichtungen, Medikamentenplan, Pflegedokumentation, Notizen über den Verlauf der Pflege und Schwierigkeiten, Liste der genutzten Hilfsmittel wie Brille, Hörgerät, Rollator, Vorlagen und Schwerbehindertenausweis).

Um zu bestimmen, wie selbständig eine Person noch handeln kann, und welche Fähigkeiten der Person noch zur Verfügung stehen, werden sechs verschiedene Lebensbereiche (Module) betrachtet. Diese fließen mit unterschiedlicher Gewichtung in die Gesamtbewertung ein, nach der sich der Pflegegrad richtet:

1. Mobilität (Beweglichkeit)
2. Kognitive und kommunikative Fähigkeiten (verstehen und reden)
3. Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
4. Selbstversorgung

5. Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

6. Umgang mit krankheits- und therapiebedingten Anforderungen und Belastungen

Die telefonische Begutachtung hat zahlreiche Nachteile. Der Gutachter kann die Bedarfe vor Ort nicht erkennen, wenn er die Person und das Wohnumfeld nicht sehen und einschätzen kann. Dies gilt beispielsweise für die Empfehlung von Hilfsmitteln (z.B. ein Rollstuhl) oder einer Rehabilitation oder die Empfehlung, die Wohnung barrierefrei umzubauen.

Wenn Sie den Bescheid über die Pflegebegutachtung vom MDK zugeschickt bekommen, prüfen Sie aufmerksam, ob Sie mit dem Ergebnis einverstanden sind. Grundsätzlich muss die Pflegekasse den Antragstellenden innerhalb von 25 Arbeitstagen ihre Entscheidung mitteilen. Diese Frist ist bis zum 30.09.2020 ausgesetzt. Es bestehen Ausnahmen, wenn ein besonders dringlicher Entscheidungsbedarf vorliegt. Sollten Sie mit dem Ergebnis der Begutachtung nicht zufrieden sein, können Sie Widerspruch einlegen.

Brigitte Sdun

Redaktionsmitarbeiterin

Tierische Begegnungen im Circus Probst

Erster Ausflug der Bewohner/innen des Pflegeheims „Haus Marienfried“ seit der Corona-Pandemie

Zum ersten Mal öffnete sich am 29.07.2020 wieder das Areal des Circus Probst den Besuchern seit Beginn der Corona-Pandemie unter Einhaltung des Hygiene-Konzepts. Brigitte Probst hatte viele Seniorenheime angeschrieben und Heimleitungen, Bewohner/innen sowie Betreuer/innen zu Sondervorstellungen „Zirkus hautnah“ und zu Führungen am Standort in Gelsenkirchen-Feldmark eingeladen. Probst bedauert es, dass sich einige noch nicht trauten, in der besonderen Zeit eine Veranstaltung zu besuchen, die nachweislich zur

Steigerung der Lebensfreude beiträgt.

Marcus Becker, Einrichtungsleiter des Altenheims „Haus Marienfried“ in Gelsenkirchen-Horst ist für außergewöhnliche Aktionen offen und hat das Angebot gerne angenommen. Interessierte Bewohner/innen aller Wohnbereiche hatten deshalb am 29.07. und am 05.08.2020 die Gelegenheit, den Zirkustieren (z.B. Ponys und Hunde) in der Manege auf Augenhöhe zu begegnen, sie zu füttern und zu streicheln. Im Anschluss gab es im Circus Café für alle



eine Bratwurst, Laugenbrezel und Kaltgetränke. Vor der exklusiven Sondervorstellung durften die Seni-



or/innen und ihre Begleitungen an einer Führung hinter den Kulissen teilnehmen und sich ein Bild davon machen, wie gut die tierischen Stars der Manege leben (u.a. Kamele, Ziegen, Rinder, Lamas und Pferde). Anschließend folgten alle der Einladung von Brigitte Probst, an der 1-stündigen Vorstellung im Zelt teilzunehmen, um die Tierdressuren, Jonglagen, atemberaubende Seilakrobatik und die witzigen Clowns aus der ersten Reihe zu bewundern. Der erste Ausflug seit Corona (nach vier Monaten) wird allen Besuchern des Circus Probst noch lange in guter Erinnerung bleiben.

Die Familie Probst empfängt gerne weitere Gruppen, um ihnen einen schönen Tag zu bereiten. Betreiber von Seniorenheimen können Kontakt aufnehmen unter Tel. 0175/79 78 449.

Text und Bilder: *Brigitte Sdun*
Redaktionsmitarbeiterin

Altenheim
Altenwohnungen
Kurzzeitpflege
Seniorenberatungsstelle

Marienfried

Altenheim Marienfried e.V.

Liebenswert Liebevoll
Liebenswürdig Lebenswert

Betreuung **Pflege** **Begegnung**

Altenheim Marienfried e.V.
Marienfriedstraße 25 · 45899 Gelsenkirchen
Tel.: 0209 - 951 95 0 · Fax: 0209 - 951 95 60
info@marienfried.net · www.marienfried.net

ZWAR-Treffen Horst/Heßler in der Eisdiele Tetova

Hallo, mit diesem Foto vom 03. August 2020 möchte ich euch zeigen, dass wir uns nicht vergessen haben :-)

Mitte März dieses Jahres hatten wir unser letztes Treffen in den Räumen des Paul-Gerhard-Hauses in GE-Horst. Eine lange, ruhige Zeit ist seither vergangen. Umso mehr freuten sich alle auf den ‚Eisdielen-Termin‘! Gute Laune, sonniges Wetter und

ein gemütlicher Plausch untereinander machten das Treffen zu einem schönen Wiedersehen :-)

In der Hoffnung, uns bald wieder regelmäßig zu sehen, wünsche ich allen TeilnehmerInnen und LeserInnen

BLEIBT GESUND!

Bärbel Hegemann
Delegierte ZWAR Horst/Heßler



Coronaund doch Urlaub!



Die Meierei auf Norderney



unser Ferienhaus



Minigolf in Norddeich



Die Mühle von Norderney

2019 hatten mein Bruder und ich eine Ferienwohnung bei der AWO-Haus Gelsenkirchen auf Norderney gebucht. Am 03.06.2020 sollte es mit der AWO- Gruppe Gelsenkirchen-Düppel losgehen. Wir freuten uns riesig auf diesen Urlaub in Gemeinschaft, planten schon in Gedanken, was wir unternehmen.

Dann kam der März 2020, alles war anders. Die Corona-Pandemie legte alles lahm, an Urlaub war nicht mehr zu denken. Es war fast Ende Mai, da bekamen wir die Zusage von der AWO-Gelsenkirchen, dass wir nach Norderney fahren könnten. Nur, man müsse sich selbst um die Hin- und Rückfahrt und Verpflegung kümmern. „Kein Problem“, dachte ich. Doch dann mussten wir feststellen, es ist in Corona-Zeiten alles nicht so einfach. Erst wollten wir mit der Bundesbahn fahren, dann entschieden wir uns fürs Auto. Da man die Fähre online buchen musste, machte ich mich daran, das Formular im Internet auszufüllen. Ach du meine Güte, was die Reederei Frisia alles wissen wollte: Länge, Schwere vom PKW und natürlich die Anzahl der Personen, die mitfahren. Alles ausgefüllt, nun ging es zur Kasse. Da kam ich nicht weiter, denn man brauchte PayPal oder eine Kreditkarte. Also rief ich die Frisia Fähre an, und siehe da, man konnte mir helfen. Nun konnten wir am 03.06.2020 losfahren, leider allein ohne Gruppe. Was für alle sehr bedauerlich war.

Wir fuhren früh los, waren nach ungefähr 3 Std. in Norddeich. Es war ein schöner Morgen, wir hatten uns ein zweites Frühstück verdient. Erstmals einen guten Kaffee trinken und etwas essen. Danach waren wir in Urlaubsstimmung und freuten uns, dass es gleich mit der Fähre nach Norderney ging. Ein wenig später fuhren wir zum Fähranleger. Da wir bei der Fähre angemeldet waren, klappte alles reibungslos.

Endlich bei herrlichem Wetter auf Norderney. Also auf zur Ferienwohnung, wo wir schon erwartet wurden. Wohnung besichtigen und

Schlüsselübergabe, alles war nett und freundlich hergerichtet. Nun begann der Urlaub...14 Tage wollten wir bleiben.

Die ersten Tage verliefen so schnell. Die Insel ist ein Traum, wenn man an dem herrlichen Strand entlangläuft, diesen weißen Sand sieht, die Möwen kreischen hört, dann kommt ein Gefühl der Freiheit auf. Die Möwen sind aber sehr frech, man muss schon gut achtgeben, denn sie stürzen sich auf alles, was essbar ist.

Auf der Insel war es sehr ruhig. Da die Tagesgäste noch nicht kommen durften, waren nicht viele Urlauber dort. Ja, es gab Maskenpflicht in den Geschäften und in den Restaurants. Auch wurden Listen ausgelegt, in die sich jeder eintragen musste, der im Restaurant war.

Wir machten lange Strandspaziergänge, waren an der weißen Düne, beim Leuchtturm, besuchten die Meierei und die Mühle. Anfangs war es kühl auf der Insel, auch der Wind war heftig, aber es wurde immer sonniger und wärmer. So gegen Ende der Urlaubszeit auf Norderney wollten wir nicht nach Hause. Deshalb schauten wir ins Internet, ob nicht im Anschluss eine Ferienwohnung in Norddeich frei wäre. Nach vielem Suchen bekamen wir endlich eine Zusage. Wir konnten für eine Woche in Norddeich bleiben.

Am 17.06.2020 ging es zurück mit der Fähre nach Norddeich. Da wir schon vor vielen Jahren in Norddeich Urlaub gemacht hatten, waren wir gespannt, was sich alles verändert hatte.

Am Strand wird gebaut, auch ist die Hundewiese verlegt worden, was so manchem Hundebesitzer keine Freude macht. Am Strand entsteht jetzt im Jahr 2020 bis zum Jahr 2021 eine neue Nationalparkpromenade und das Naturerlebnis Dünenlandschaft und Wattenmeer.

Wir besuchten den Irrgarten, mussten einige Rätsel lösen und den Ausgang finden, was durchaus lustig war. Auch spielten wir Minigolf auf dem Abenteuer-Golfplatz. Leider

war das Wellenbad Ocean Wave wegen der Corona-Pandemie geschlossen. Nicht weit entfernt vom Ocean Wave Wellenbad befindet sich die Seehundaufzuchtstation im Nationalpark-Haus. Dort werden die verwaisten Seehunde aufgezogen und später wieder in die Nordsee zurückgebracht. Es ist immer wieder ein schönes Ereignis, den kleinen Heu-

lern bei der Fütterung zuzusehen, was natürlich den Kindern einen besonderen Spaß macht.

Dann gibt es unzählige Restaurants, die alle auf Gäste warten. Abends musste man vorab einen Platz reservieren lassen, was in der Mittagzeit nicht nötig war.

Am Ende der dritten Woche waren wir uns einig, dass es richtig und gut

war, noch eine Woche in Norddeich zu bleiben. Überhaupt, in der letzten Woche hatten wir so richtiges Urlaubswetter. Es war einfach ein herrlicher, erholsamer und schöner Urlaub.

Edelgard Sochaczewski
Redaktionsmitglied

Ein Geburtstagsgeschenk mit lebensgefährlichem Inhalt

Es ist schon fast Tradition, dass meine Schwägerin mir zum Geburtstag eine Hochstamm-Hibiskus-Topfblume schenkt. So auch dieses Jahr im Mai. Zunächst waren einige Knospen und später viele Blüten zu bewundern. Beim Hibiskus halten die Blüten meist nicht länger als einen Tag, dafür sind sie aber schön groß, haben wunderbare Farben und meist mehrere Blüten gleichzeitig. In der Zeit von Mai bis in den Oktober kommen immer wieder neue Knospen, und der Hochstamm ist fast niemals ohne zumindest eine offene Blüte zu sehen. Also ein langanhaltendes Geschenk zum dauernden Bestaunen.



Nach circa 4 Wochen kamen aber nicht nur oben am Hochstamm ständig neue Blüten hervor, sondern auch auf der Erdoberfläche im Topf tat sich etwas Ungewöhnliches. Es bildeten sich kleine helle Knubbel, die täglich größer wurden und bald als Pilze zu erkennen waren. Aber um welchen Pilz es sich dabei handeln könnte, war zunächst nicht zu erkennen. Dann wurde es deutlich, die Schwägerin hatte mir nicht nur einen Hochstamm-Hibiskus, sondern auch das Mycel von grünen Knollenblätterpilzen im Topfballen geschenkt.

Wie sicherlich jeder weiß, ist dies

einer der giftigsten Pilze mit tödlichem Vergiftungspotenzial. Der Schwägerin konnte ich natürlich keine Absicht unterstellen, aber beängstigend ist es doch, dass so etwas vorkommt. Bei kleinen Kindern im Haus und pilzunkundigen Eltern hätte Schlimmeres passieren können.

Das Erstaunliche dabei ist, dass nicht nur die Blume immer wieder neue Knospen und Blüten hervorbringt, sondern auch die Pilzproduktion schon seit Wochen anhält.

Werner Rothmann
ZWAR-Gruppe Neustadt/Ückendorf

Hier fand Gott weiß was statt –

Aus für die Elisabeth-Käsemann-Familienbildungsstätte (EK-FBS) in Gelsenkirchen
Gründung 31.01.1963 – Schließung 31.07.2020

Nun ist es amtlich: Durch Beschluss des Kreissynodalvorstandes wurde die Arbeit der Elisabeth-Käsemann-Familienbildungsstätte zum 31. Juli 2020 eingestellt. Der Ev. Kirchenkreis Gelsenkirchen und Wattenscheid ist nach 57 Jahren um ein etabliertes und erfolgreiches Bildungsangebot für Menschen in all ihren Lebensphasen ärmer. Die Entscheidung wurde zugunsten einer positiveren Bilanz zwischen sinkenden Einnahmen und Ausgaben getroffen.

Die Mitarbeitenden der FBS hatten in den letzten Wochen vor der Schließung alle Hände voll zu tun. Die „Abwicklung“ bis zum endgültigen AUS bündelte noch einmal sämtliche Kräfte. So wurden die bereits geplanten Kurse für das laufende Jahr abgesagt, alle Kursteilnehmer*innen schriftlich über die Schließung informiert und bereits gezahlte Teilnehmerentgelte rücküberwiesen. Die Schließung beinhaltete auch das Aufkündigen von Miet- und Kooperationsverträgen sowie Vereinbarungen mit den jeweiligen Gemeinden bzgl. Übernahme von Mobiliar und Lehr-/Lernmitteln. Es besteht so evtl. weiterhin die Möglichkeit, sich als Gruppe zu treffen.

Ein Kursleitertreffen für alle Honorarkräfte wurde organisiert – inhaltlich allerdings anders als weit im Vorfeld geplant. Als „Dankeschön-Treffen“ gab es unter den Freiberuflern und Festangestellten ein letztes Mal die Gelegenheit zum Austausch über Fachliches und Privates. Bei einem gemütlichen Essen im „Heimingshof“ in Haltern, An der Stever, lagen Freude über Begegnungen und Trauer über die Schließung eng beieinander...

Die fast 60jährige Geschichte der EK-FBS war geprägt von erfolgreichen und ereignisreichen Jahren. Im Jahr 1963 wurde im Stadtteil Erle der Verein „Evangelische Mütterschule“ gegründet. Als Wirkungsstätte boten sich die ehemaligen Räume

der Zeche Graf Bismarck in der Franzisstraße 16 an. 1967 übernahm der Ev. Kirchenkreis Gelsenkirchen die Trägerschaft des Vereins. Die Anerkennung als Institution der Weiterbildung erfolgte durch das Land NRW im Jahr 1972. Im gleichen Jahr wurde aus dem Verein Ev. Mütterschule die Ev. Familienbildungsstätte. In den Jahren danach etablierte sich die Weiterbildungseinrichtung mehr und mehr, das Kursangebot und die Zielgruppen wuchsen. Ergänzend zu den Bildungsangeboten im „Stammhaus“ Franzisstraße wurden Angebote in den einzelnen Stadtteilen verortet – um nah am Kunden zu sein und die Gemeindearbeit zu unterstützen. Anlässlich des 30-jährigen Bestehens der Evangelischen Familienbildungsstätte 1993 wurde die Bildungseinrichtung in „Elisabeth-Käsemann-Haus“ umbenannt. Die Namensgeberin war

gebürtige Gelsenkirchenerin und wurde 1977 von der argentinischen Militärdiktatur ermordet. Eine große Feier gab es ebenfalls 10 Jahre später zum 40jährigen Bestehen. Doch auch damals überlegte der Kirchenkreis bereits, Kosten zu sparen. So wurde im November 2003 beschlossen, aus finanziellen Gründen das Elisabeth-Käsemann-Haus zu verkaufen. Nur ein drastisches Einsparkonzept und zahlreiche Proteste der Öffentlichkeit verhinderten das endgültige Aus für die gesamte Einrichtung. So wurden 2004 Unterschriftenlisten in allen Erler Geschäften und darüber hinaus ausgelegt. Die Gelsenkirchener Bürger und Bürgerinnen, Politik und Gewerkschaft unterstützten u.a. diese Aktion mit 5.200 Unterschriften zum Erhalt der Familienbildungsstätte. Das Elisabeth-Käsemann-Haus in Erle wurde 2005 geschlossen und verkauft - als Verwaltungsstandort für die Familienbildungsstätte einige Räume im Kreiskirchenamt in der Pastoratstraße 10 freigezogen. Die gesamte Bildungsarbeit veränderte sich durch die Aufgabe der eigenen Räume. Die Kurse fanden seitdem ausschließlich dezentral in Räumen von Kirchengemeinden und anderen Einrichtungen statt. Der Arbeitsanteil für Organisationsarbeiten wuchs. Trotz alledem feierte 2013 die EK-Familienbildungsstätte in der Friedenskirche in Schalke ihr 50-jähriges Bestehen! Die EK-FBS war als ev. Bildungseinrichtung ein fester Bestandteil in Gelsenkirchen und Wattenscheid. Viele Menschen in den unterschiedlichsten Lebensphasen fanden hier Unterstützung, wurden begleitet und gefördert. Neben den zielorientierten Angeboten im Kinder-, Jugend-, Erwachsenen- und Seniorbereich durch Kurse und spannende Projekte hat sie von sich reden gemacht. Immer lag der Focus auf persönliche Weiterentwicklung, sinnvolle Lebensgestaltung und Le-



Am 31. Juli 2020 schließt der Ev. Kirchenkreis Gelsenkirchen und Wattenscheid die Elisabeth-Käsemann-Familienbildungsstätte nach 57 Jahren. Das bedauern wir sehr. Das Team möchte sich bei allen Teilnehmer*innen, Ev. Kirchengemeinden, Kooperationspartnern, dem Ev. Familienbildungswerk und vielen anderen Gremien, Institutionen und Partnern für das entgegengebrachte Vertrauen und die zahlreiche Unterstützung bedanken.

Es waren für uns erfolgreiche, spannende aber auch entgrenzte Jahre. Die Ev. Elisabeth-Käsemann-Familienbildungsstätte war als Bildungseinrichtung ein fester Bestandteil in Gelsenkirchen und Wattenscheid.

Wir haben viele, viele Menschen in den unterschiedlichsten Lebensphasen in diesen Jahren begleitet, unterstützt und gefördert.

Wir wünschen Ihnen und Euch alles Gute für die Zukunft und Gottes Segen.

...wir sagen Tschüss und Danke!

Britta Boggs
 Susanne Joppich
 Susanne Krüger
 Astrid Kellert
 Daniela Skonki
 Sabine Juchaczka
 Nicola Berghaus
 Janja Baurki

Tipp: Anzeige vorlegen
und zum Brunch ein Glas
Sekt gratis erhalten.


MARITIM
Hotel Gelsenkirchen



Für Leib und Seele genau das Richtige!

Schlemmen Sie im Parkrestaurant mit tollem Blick auf den Stadtgarten!

Wählen Sie aus unseren feinen Speisen à la carte
von 12 bis 21 Uhr ab 5,50 €.

Zum traditionellen Familienbrunch laden wir ab dem 31. August 2020
wieder jeden Sonntag von 12 bis 14.30 Uhr. Schon ab 29 € pro Person
bedienen Sie sich von unserem reichhaltigen Buffet.

Mindestteilnehmerzahl 30 Personen.

Maritim Hotel Gelsenkirchen · Am Stadtgarten 1 · 45879 Gelsenkirchen
Telefon 0209 176-2030 · meeting.sge@maritim.de · www.maritim.de

Betriebsstätte der Maritim Hotelgesellschaft mbH · Herforder Straße 2 · 32108 Bad Salzuflen



ben im sozialen Kontext. Vernetzungen innerhalb von Gelsenkirchen, sei es mit Familien- und Gemeindezentren, Selbsthilfegruppen oder kreiskirchlichen Diensten, machten einen Teil der Arbeit aus. Wie es für die Gelsenkirchener ZWAR-Gruppen (Zwischen Arbeit und Ruhestand), die mit der FBS verbunden waren, weitergeht, wird sich zeigen. Regelmäßige „Basisgruppentreffen“ der ZWARler in den Gemeindehäusern, Kochen in der Lehrküche in Schalke u.a.m. müssen ggf. neu diskutiert werden (oder ist bereits geschehen). Die Auswirkungen der Schließung

der EK-FBS kann man augenblicklich nur erahnen. Die EK-FBS bot an so vielen unterschiedlichen Orten Kurse an, überwiegend in Gemeindezentren, aber auch in KiTas und Familienzentren, Schulen, Museen, Sporthallen, Schwimmbädern, Lehrküchen etc. Es wird dort sicherlich auch nach vorsichtiger Wiedereröffnung bezügl. Corona stiller und leerer sein. Die Mitbürger und Mitbürgerinnen aus Gelsenkirchen und Wattenscheid haben einen Wissenspool weniger. Niedrigschwellige Bildungsangebote wurden ausgedünnt...

Diese Bildungseinrichtung wird fehlen. Wie es immer so ist, wenn etwas fehlt: Am Anfang eines Verlustes überwiegt das vielfältige Organisieren. Nachdenken, Erinnern und Trauern kommt danach. Und manchmal ist es möglich, sich neu zu orientieren.

Erika Salewsky

Referentin für Frauenfragen
in Bildung, Kultur und Politik
Meisterin der Hauswirtschaft
Kursleiterin der EK-FBS seit 26 Jahren
ZWAR Gelsenkirchen-Erle

Statt Reisezeit – CORONA

Eigentlich nutze ich den Sommer immer für Reisen. Das ist nun in diesem Jahr nicht möglich. Dieser Virus sorgte dafür, dass alles, was geplant war, ins Wasser fiel. Ob es Konzerte, Theaterbesuche, Lesungen, Musikveranstaltungen, Exkursionen oder Museumsbesuche wie nach Bonn/250 Jahre Beethoven oder Paderborn/Peter Paul Rubens im Diözesanmuseum, die wir („50plus aktiv“) bei der VHS fest gebucht hatten, oder auch das Reisen waren. Für diese Ausgabe der „GE-nior“ sollte das Thema „Wohlfühlorte“ hauptsächlich in GE angesprochen werden. Mir fiel in Gelsenkirchen momentan so recht kein Ort ein, an dem ich mich wohlfühlte, außer in meinen eigenen vier Wänden oder auf dem Ostfriedhof, wo meine Lieben ihre letzte Ruhestätte gefunden haben. Dazu war

CORONA bei mir zu präsent. Also ließ ich vergangene Reiseziele wieder aufleben, kramte in alten Bildern und tagebuchähnlichen Aufzeichnungen und blieb schlussendlich an Andalusien im Jahre 2017 hängen. Mit einer Freundin war ich für 8 Tage da, und diese Tage waren erfüllt von Kultur pur. Cordoba, Sevilla, Grenada mit der Alhambra, Malaga, Marbella und dann diese kleine, wunderschöne weiße Stadt, hoch am Berg gelegen: **Ronda, eines der Wunder Andalusiens.** Diese Stadt hatte es mir angetan. Und davon möchte ich erzählen: In dem wenig besiedelten Hinterland der Costa del Sol ist Ronda eine landschaftlich wunderschön gelegene, stille Alternative zu dem Rummel an der Küste. Sie ist eine dramatisch gelegene Stadt und Rainer Maria

Rilke feierte Ronda als „**unvergleichliche Erscheinung der auf zwei steilen Felsmassen hinaufgehäufelten Stadt!**“ Und Ernest Hemingway empfahl den wunderbaren Ort gar als Ziel für die Hochzeitreise: **Die ganze Stadt, und so weit sie in jeder Richtung sehen können, ist romantischer Hintergrund!**“ Ronda hat durch seine ungewöhnliche Lage und die vielen dichterischen Huldigungen neben zahlreichen Baudenkmälern auch die älteste Stierkampfarena Spaniens und gilt heute als die Wiege des „modernen Stierkampfs“. Während bis zum Anfang des 18. Jahrhunderts die Tiere durch schlichtes Abstecken mit einer Lanze relativ ungefährlich vom Pferd aus stattfand, war Francisco Romero, der erste gewesen, der den Stier zu Fuß bekämpfte. Er gilt als

Erfinder der Muleta und starb dank seiner „Kunst“ als reicher Mann. Es folgte eine Dynastie der Romeros bis zu Pedro Romero. Dieser wurde zum bedeutendsten Matador aller Zeiten, würdig genug, von Goya porträtiert zu werden.

Das Gebiet der Altstadt war schon von Iberern besiedelt und ihnen folgten Phönizier und Römer. Zur maurischen Zeit war Ronda als Medinat Runda Sitz eines Teilkönigreiches, einer Taifa. Einer ihrer Herrscher erreichte zweifelhaften Ruhm durch seine Grausamkeiten. So wurde die Wasserversorgung seines Palastes von einem Heer christlicher Sklaven gesichert, die gefüllte Schläuche über die 265 Stufen aus der Tiefe hochschleppen mussten. Als die Christen 1485 erkannten, dass der maurische Felsenhorst nicht so leicht einzunehmen sein würde, unterbrachen sie die Wasserzufuhr des Flusses und erzwangen so die Aufgabe des Gegners.

In vielen Städten und Gegenden gibt es ja Geschichten, die oft ins Mystische gleiten und man nicht weiß, was nun wahr ist oder nicht. So auch die Geschichte um die „Räuberbraut Ronda“. Denn Ronda war vom 18. Jahrhundert bis in die Anfänge des 20. Jahrhunderts hinein eine Hochburg der legendären Bandoleros, der Banditen und Wegelagerer, die in den Schluchten der umliegenden Sierren ideale Verstecke fanden.

Seine Wurzeln hatte das Räuberwesen in den krassen sozialen Gegensätzen, und tatsächlich gehörte es für manch Bandoleros zum Ehrenkodex, nur die Reichen zu berauben und den Armen einen Teil der Beute zu überlassen. So eine Art spanischer Robin Hood. Der Räuberhauptmann hatte eine schöne Tochter, die mit den erbeuteten Schätzen ausgestattet wurde und als „Mata Hari“ zu den Reichen geschickt wurde. Sie hatte vor allem die reichen Männer im Auge und brauchte auch nicht lange auf ihre Chance zu warten. Bald hatte sie Zugang zu den höchsten Kreisen und war wohl die erste Frau, die aktiv dafür sorgte, dass die Bandoleros immer wussten, wo reichlich Beute zu holen war.



Was aus ihr wurde, ist leider nicht verbrieft. Im Jahre 1847 wurde durch den Herzog von Ahumada die Landpolizei Guardia Civil gegründet, und das war auch das Ende der Bandoleros.

Ich habe jetzt gelesen, dass es in Ronda ein Museum über die Bandoleros gibt. Vielleicht kann man da ja mehr über die „Räuberbraut Ronda“

erfahren. Ich denke, wenn CORONA der Geschichte angehört, werde ich dieses weiße Dorf Ronda wieder besuchen.

Ich wünsche Ihnen allen noch ein paar schöne Spät-Sommertage, und bleiben Sie gesund.

Heidi Lücke
50plus aktiv



Sarah Connor – HERZ KRAFT WERKE – Tour 2021

DI, 02.03.2021, 20:00 Uhr, LANXESS arena, Köln
 MI, 03.03.2021, 20:00 Uhr, Westfalenhalle, Dortmund
 MI, 10.03.2021, 20:00 Uhr, König-Pilsener-ARENA, Oberhausen



Die Beziehung zwischen Sarah Connor und der Bundeshauptstadt ist durchaus etwas ganz Besonderes. Schon auf ihrer MUTTERSPRACHE Tournee 2016/17 sowie bei dem Konzertauftritt ihrer HERZ KRAFT WERKE-Tournee 2019 bezeugten die Berliner Fans in der ausverkauften Mercedes-Benz Arena ihre Treue und Textsicherheit. Umso mehr freut sich die Sängerin auf ihre „HERZ KRAFT WERKE-Zusatztermine 2021“-Tournee.

Das zweite deutschsprachige Album von Sarah Connor „HERZ KRAFT WERKE“ knüpft nahtlos an die Erfolge ihres mit 5-fach ausgezeichneten Albums „Muttersprache“ an. Vier Jahre nach der Veröffentlichung von „Muttersprache“ meldete sich Sarah Connor mit „Vincent“, der ersten Single ihres aktuellen Albums, zurück aus der krea-

tiven Schaffensphase, die sie u.a. auch in Studios nach Nashville, Tennessee und London geführt hat. „HERZ KRAFT WERKE“ setzt die unglaubliche Erfolgsgeschichte ihres ersten deutschsprachigen Albums „Muttersprache“ fort: und stieg von 0 direkt auf Platz 1 der deutschen Albumcharts und wurde bereits nach 90 Tagen mit einem Platin-Award ausgezeichnet. Auch die Singleauskopplung „Vincent“ erreichte als einziger deutschsprachiger Pop-Song 2019 Goldstatus.

Ihre Frühjahrestournee 2021 ist ein weiteres Dankeschön an ihre Fans, auf die sich Sarah schon jetzt freut und ihren Adrenalinpiegel steigen lässt. „Unmittelbar vor Konzertbeginn, bekomme ich nur schwer Luft und denke, ich muss sterben vor Lampenfieber. Doch wenn der Vorgang fällt,

die Musik einsetzt, ich die Hände und Gesichter sehe und die Rufe der Fans höre, dann weiß ich: Das wird ein geiler Abend.“

Die Erfolgsbilanz von Sarah Connor ist nicht zu stoppen. Im Frühjahr 2021 legt sie mit weiteren Zusatzterminen ihre Arenatour nach, und im Sommer 2021 schließt sich eine aus 2020 verschobene Sommer Open-Air Tour durch 24 Städte in Deutschland und Österreich an, bei der sie gigantische Sommerkonzerte mit weit mehr als 200.000 Fans feiern wird.

Eintrittskarten sind erhältlich an allen bekannten Vorverkaufsstellen und im Internet unter www.semmel.de sowie unter www.eventim.de.

Text: **Brigitte Sdun**
 Redaktionsmitarbeiterin
 Bild: **Nina Kuhn**



**MUSIKTHEATER
IM REVIER
GELSENKIRCHEN**

**NATÜRLICH
MIT SICHERHEIT
UND ABSTAND**

**SPIELZEIT
20.21**

FRAU LUNA

Operette von Paul Lincke
ab 5. September 2020

PUPPET MASTERS

Diplom-Inszenierungen von
Studierenden der Hochschule
für Schauspielkunst Ernst
Busch Berlin
5. + 6. September 2020

MARLENE UND DIE DIETRICH

Musikalischer Abend
mit Gudrun Schade
ab 13. September 2020

THE BLACK RIDER

The Casting of the Magic Bullets
von Tom Waits, William S.
Burroughs und Robert Wilson
ab 19. September 2020

L'ORFEO

von Claudio Monteverdi
ab 17. Oktober 2020

GIULIO CESARE

(Julius Cäsar in Ägypten)
Oper von Georg Friedrich Händel
ab 14. November 2020

CURLEW RIVER

von Benjamin Britten
ab 20. November 2020

**RICO, OSKAR UND
DIE TIEFERSCHATTEN**

von Andreas Steinhöfel
ab 28. November 2020

**Uraufführung
FIDELIO SCHWEIGT**

Oper von Ludwig van Beethoven /
Charlotte Seither
ab 1. Januar 2021

FIFTY-FIFTY VOL. 3

Die Wunschkonzert-Show
ab 16. Januar 2021

NOTRE-DAME DE PARIS

Tanzabend mit Choreografien von
Giuseppe Spota und Fabio Liberti
ab 30. Januar 2021

WINTERREISE

Liederzyklus mit
Puppeninstallation
ab 13. Februar 2021

CHICAGO

Musical von John Kander,
Fred Ebb und Bob Fosse
ab 27. Februar 2021

MADAMA BUTTERFLY

Oper von Giacomo Puccini
ab 20. März 2021

**SHOOT ME INTO
THE GREEN SCREEN 2**

Digitaler Tanzabend
mit Choreografien von Liliana
Barros und Roser López-
Espinosa
ab 21. März 2021

AVENUE Q

Musical von Robert Lopez,
Jeff Marx und Jeff Whitty
ab 18. April 2021

OTELLO

Oper von Gioachino Rossini
ab 24. April 2021

**PERÔ ODER
DIE GEHEIMNISSE
DER NACHT**

Puppenspiel mit Musik
von Guus Ponsioen
ab 15. Mai 2021

ADAM & EVE

Tanzabend von Roy Assaf
ab 22. Mai 2021

DER ZIGEUNERBARON

Operette von Johann Strauß
ab 13. Juni 2021

IL RE TEODORO IN VENEZIA

Komische Oper
von Giovanni Paisiello
Produktion des Opernstudio NRW
ab 19. Juni 2021

MOVE! 2021

Tanzprojekt mit Schüler*innen
und der MiR Dance Company
ab 24. Juni 2021

WWW.MUSIKTHEATER-IM-REVIER.DE
KARTENTELEFON 0209.4097-200



Karin Welge.

Oberbürgermeister-Kandidatin.

Echt.Welge.

SPD

**Mit mir zu einer echten Kultur des
Miteinanders. Ehrlich. Vorausschauend.
Verlässlich.**

Sport im Park

Wirbelsäulengymnastik mit Gundula



Unter diesem Titel läuft seit dem 03.07.2020 eine kostenlose Aktivität von Gelsensport, an der jeder teilnehmen kann. Nach vielen Wochen sportlicher Enthaltsamkeit kam uns diese Nachricht gerade recht. Wir hatten schon einige Jahre Gymnastik mit Gundula gemacht. Da coronabedingt keine Übungsstunden mehr in Hallen stattfinden konnten, waren wir hocherfreut, als wir von dieser Möglichkeit erfuhren. Seitdem treffen wir uns jeden Freitag ab 10.00 Uhr am Sportplatz zur offenen Tür, um unter fachlicher Anleitung auf der grünen Wiese eine Stunde lang Gymnastik zu machen. Zu Beginn waren 14 Teilnehmer/innen dabei, am zweiten Freitag - bedingt durch ungemütliches

Regenwetter - nur 6 Unentwegte. Wir zogen uns unter das Vordach des Umkleidebereichs zurück und legten dort die Matten aus. Nicht ganz ohne Regenbeeinträchtigung wurde das Übungsprogramm durchgeführt, und alle Beteiligten hatten eine neue Gymnastikerfahrung unter erschwerten Bedingungen gemacht.

An den nächsten Freitagen meinte es der Wettergott gut mit uns. Die Anzahl der Teilnehmer/innen ist inzwischen auf mehr als 20 Personen angewachsen. Zur Auflockerung wird zunächst eine Runde auf der Laufbahn zurückgelegt, wobei Arme und Beine im Vorwärts-, Rückwärts- und Seitwärtslauf bewegt werden. Danach geht es zu den bereitliegen-

den Matten, die natürlich mit den entsprechenden Abständen verteilt sind.

Unter dem Motto „nie mehr Rücken“ rücken wir der Volkskrankheit Nr. 1 zu Leibe, indem wir leicht erlernbare Übungen aus Aerobic, Fitness, Yoga und Stretching ausführen. Es bereitet uns Spaß, die Bewegungen in der frischen Luft zu machen. Bäume sind genug vorhanden, die uns an heißen Sommertagen ausreichend Schatten spenden.

Kürzlich kündigte Gelsensport an, dass die Aktion, die eigentlich bis Mitte August befristet war, bis Ende September verlängert wird, was uns ganz besonders erfreut.

Marlis Rothmann

ZWAR-Gruppe Neustadt/Ückendorf

Häusliche Beratungsbesuche für Pflegegeldempfänger ausgesetzt

Maßnahme zum Schutz vor Ansteckung mit dem Corona-Virus gilt bis 30.09.2020

Wer als Pflegebedürftige/r mit Pflegegrad 2, 3, 4 oder 5 Pflegegeld empfängt, ist gesetzlich verpflichtet, Beratungsbesuche bei sich zu Hau-



se in Anspruch zu nehmen. Diese Beratung erfolgt durch einen zugelassenen Pflegedienst. Sie dient der pflegepraktischen Unterstützung der pflegenden Angehörigen im Alltag. Die Qualität der häuslichen Pflege soll gesichert werden. Der Beratungsbesuch findet – abhängig vom Pflegegrad – halb- oder vierteljährlich statt. Rufen Sie die Beratung nicht ab, ist die Pflegekasse verpflichtet, Ihr Pflegegeld zu kürzen oder im Wiederholungsfall sogar zu entziehen.

Um das Infektionsrisiko für die Pflegebedürftigen und Ihre Angehörigen zu minimieren, wird die Pflicht, einen Beratungseinsatz abzurufen, bis einschließlich 30.09.2020 gesetzlich ausgesetzt. Sie erhalten das Pflegegeld weiter ausgezahlt, ohne dass Sie einen Beratungseinsatz abzurufen. Kürzungen oder den Entzug Ihres Pflegegeldes sind nicht zu befürchten.

Brigitte Sdun

Redaktionsmitarbeiterin

Kostenübernahme bei (teil-)stationärer Hospizversorgung

Schriftliche Empfehlung durch einen Vertrags- oder Krankenhausarzt erforderlich

Jeder Mensch möchte in Würde und möglichst ohne Schmerzen sterben. Dies ist auch das Ziel einer Hospiz- und Palliativversorgung. Die Versorgung am Lebensende ist zuhause mit Unterstützung eines ambulanten Hospizdienstes oder in einem Hospiz möglich. Abhängig von der jeweiligen individuellen Situation übernimmt die Krankenkasse die Kosten für eine ambulante oder auch (teil-)stationäre Palliativversorgung.

In der schwierigen Situation des bevorstehenden Todes übernehmen ambulante Hospizdienste eine respektvolle Begleitung und Beratung. Die Übernahme medizinischer oder pflegerischer Tätigkeiten ist jedoch nicht möglich, so dass sie einen (teil-)stationären Hospizaufenthalt nicht

immer ersetzen können. Gesetzlich Krankenversicherte können ambulante Hospizdienste kostenfrei und ohne vorherige Absprache mit der Krankenkasse in Anspruch nehmen.

Wenn Schwerkranke nicht im Pflegeheim oder zuhause palliativmedizinisch versorgt werden können oder wollen, dann ist eine stationäre oder teilstationäre Hospizversorgung eine Option für diese Menschen. Im Hospiz ist die Atmosphäre familiär und beruhigend, bietet aber gleichzeitig eine bestmögliche medizinische Betreuung. Der Besuch der Angehörigen ist rund um die Uhr und auch über Nacht möglich. Krankenhäuser und Pflegeheime können diese aufeinander abgestimmte Kombination nicht immer leisten.

Für die Kostenübernahme bei (teil-)stationärer Hospizversorgung wird eine entsprechende Empfehlung durch einen Vertrags- oder Krankenhausarzt vorausgesetzt. Dieser muss bescheinigen, dass eine nicht heilbare, fortschreitende und weit fortgeschrittene Erkrankung mit einer Lebenserwartung von wenigen Monaten, Wochen oder Tagen vorliegt, die eine stationäre bzw. teilstationäre Versorgung notwendig macht. Betroffene und Angehörige zahlen nichts. Die Krankenkasse übernimmt 95 Prozent der Kosten für das stationäre Hospiz. Fünf Prozent finanziert die Einrichtung selbständig (z.B. durch Spendengelder).

Brigitte Sdun

Redaktionsmitarbeiterin

Unterstützung bei der Pflege

Andrea Schimanski, Jahrgang 1971, bietet seit dem 1. August 2020 einen ganz besonderen Service erst mal in den Ortsteilen Bulmke-Hüllen, Ückendorf und Rotthausen an, einen Seniorendienst. Monate der Planung liegen hinter der 48-jährigen. Eigentlich wollte sie mit dem Seniorendienst schon im Mai dieses Jahres loslegen. Aber dann kam Corona und machte ihr erst mal einen Strich durch die Rechnung. Aber ans Aufgeben dachte sie (fast) nie, obwohl es auch bei der Antragstellung ihres Unternehmens bei der Stadt Gelsenkirchen einige Probleme gab. Die zogen sich über 3 Monate hin, denn alles lief nur digital ab. Jedes Mal, wenn sie einen Antrag per E-Mail abgesandt hatte, dachte sie, das wäre alles. Aber dann fehlte doch wieder irgendeine Kleinigkeit. Sie gibt zu, dass sie einmal kurz gedacht hat, es ist nicht machbar.

Die Idee zu diesem Service hatte sie schon 1996. Sie hat eine abgeschlossene Ausbildung als Arzthelferin und war bis Juli 2020 mit Unterbrechun-

gen bei Pflegediensten tätig, zuletzt in Wattenscheid. Wohnhaft ist sie in Ückendorf. Nach ihren eigenen Worten liebt sie Pflege und hat sich entschlossen, Pflegebedürftige und deren Angehörige mit ihrem Service zu entlasten. Zusammen mit 2 Angestellten bietet sie Entlastungsleistungen wie Reinigungsarbeiten im Haushalt, Begleitung bei Arztbesuchen, Einkäufen und Spaziergängen, Einkaufservice und Durchführung kleiner Hausmeister-tätigkeiten. Diese Entlastungsleistungen können alle Pflegebedürftigen ab dem Pflegegrad 1 in Anspruch nehmen, wenn sie zu Hause versorgt werden. Sie rechnet die erbrachten Leistungen direkt mit der Pflegekasse ab, ohne dass sich das Pflegegeld dadurch verringert, denn jedem Pflegebedürftigen mit Pflegegrad 1 steht gesetzlich ein Entlastungsbetrag von monatlich 125 Euro zu. Dieser verfällt auch nicht, wenn er nicht sofort in Anspruch genommen wird, sondern baut sich bis zum 30.06. des Folgejahres auf.

Andrea Schimanski stellt klar, dass sie

keinen Pflegedienst hat, sondern sich als Ergänzung zu den Pflegediensten versteht. Diese kommen, wie sie sagt, oftmals nur zum Waschen. Aber die Senioren brauchen auch Gesellschaft und jemanden, der ihnen das Gefühl gibt, nicht allein zu sein. Geplant ist, dass jeweils 4 Kunden am Tag von ihr oder ihren Angestellten besucht werden und jeweils einen festen Termin in der Woche bekommen. Sie hatte bisher schon viele Besuchstermine, um erstmal Einzelheiten mit den Betroffenen zu klären und alle haben ihr Angebot angenommen.

Andrea Schimanski ist von Montag bis Freitag (8 bis 17 Uhr) unter ihrer Handy-Nr. 0179-4602058 zu erreichen. Zudem ist es möglich, ihr eine unverbindliche E-Mail unter seniorendienstandreaschimanski@gmx.de zu senden. Das gilt auch für Leute, die sich als Unterstützung für einen Job bewerben möchten.

Hans-Günter Iwannek

Redaktionsmitglied

Verbesserte Vorsorge für pflegebedürftige Menschen

Gesetzlicher Anspruch auf eine aufsuchende zahnmedizinische Betreuung zu Hause und im Pflegeheim

Pflegebedürftige und Menschen mit Behinderungen sind oft nur eingeschränkt in der Lage, die (dritten) Zähne gut zu pflegen. Sie haben große Schwierigkeiten, regelmäßig zum Zahnarzt zu gehen. Krankheiten oder bakterielle Infektionen im Mund können jedoch weitreichende Folgen für den Körper und die Gesundheit haben: Sie erhöhen u.a. das Risiko für Schlaganfall, Herzinfarkt oder Lungenentzündungen. Deshalb ist die verbesserte Vorsorge so wichtig.

Seit dem 1. Juli 2018 können gesetzlich krankenversicherte pflegebedürftige Menschen, die einen Pflegegrad haben und Behinderte, die Eingliederungshilfe beziehen, neue Leistungen in Anspruch nehmen. Zusätzlich können aber auch Pflege- und Unterstützungspersonen in die Erstellung des Mundgesundheitsplans und in die Mundgesundheitsaufklärung einbezogen werden.

Zu den wichtigsten Leistungen zählen: Wer nicht selbst eine Zahnarztpraxis aufsuchen kann, hat den gesetzlichen Anspruch auf eine aufsuchende zahnmedizinische Betreuung,

und zwar sowohl zu Hause als auch im Pflegeheim. Der Zahnarzt untersucht Zahnfleisch, den Zustand der Mundschleimhäute und der Zähne, er kann den Zahnbelag entfernen, bei Bedarf Prothesen anpassen oder reparieren und Druckstellen behandeln. Alles was darüber hinaus geht, muss in der Praxis gemacht werden. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Fahrtkosten. Voraussetzung ist in der Regel eine Verordnung des Hausarztes. Patienten bezahlen einen Eigenanteil von 10% der Kosten je Fahrt, jedoch mindestens 5 und höchstens 10 Euro (entfällt, wenn eine Befreiungsbescheinigung von der Zuzahlung vorliegt). Bei privat Versicherten richtet es sich nach dem jeweiligen Tarif, was die Krankenversicherung bezahlt.

Der Mundgesundheitsplan wird halbjährlich erstellt oder der bestehende Plan wird bei einer Veränderung angepasst. D.h., anhand der erhobenen Untersuchungsbefunde werden die Versorgungsnotwendigkeiten ermittelt und der individuellen Situation angepasst. Der

Zahnarzt dokumentiert Mundgesundheitsstatus und Mundgesundheitsplan auf einem auch für den Laien verständlichen Formular. Der Patient erhält eine Kopie. Diese Unterlagen können zur Ergänzung des vorhandenen Pflegeplans genutzt werden.

Einmal im Kalenderhalbjahr erfolgt eine Mundgesundheitsaufklärung durch den Zahnarzt. Diese umfasst Empfehlungen, wie die vorgeschlagenen Maßnahmen im persönlichen Alltag umgesetzt werden können. Der Zahnarzt kann dem Versicherten und ggf. helfenden Angehörigen oder Unterstützungspersonen die empfohlenen Maßnahmen praktisch demonstrieren.

Gesetzlich versicherte Pflegebedürftige und Menschen mit Behinderungen haben zweimal pro Jahr, also einmal im Halbjahr, Anspruch auf die Entfernung harter Zahnbeläge. Alle anderen Kassenpatienten haben den Anspruch nur einmal im Kalenderjahr.

Brigitte Sdun

Redaktionsmitarbeiterin

verlag 
druck & graphik
achim schrecklein

postallee 41
45964 gladbeck
tel. 0 20 43 : 48 39-0
fax 0 20 43 : 48 39-39
info@druck-graphik.de

Drucksachen : Digitaldruck : Gestaltung : Web-Design

produktion. publikation. kommunikation.

Wohnen mit Heimvorteil!



Für alle
Lebenslagen.

Mit fast 5.000 Mietwohnungen im gesamten Stadtgebiet von Gelsenkirchen bietet Ihnen die ggw für jede Lebenssituation das passende Zuhause:

Wohnen mit Heimvorteil:

- Spezielle Angebote für Senioren
- Umfassender, kompetenter Service z.B. Winterdienst und Flurreinigung
- Sicheres Wohnen in allen Lebenslagen
- Attraktive Mieteraktionen

Wir sind wohnen

Darler Heide 100 · 45891 Gelsenkirchen
Fon: 0209 706-0 · ggw-gelsenkirchen.de



ggw:

gelsenkirchener gemeinnützige
wohnungsbaugesellschaft mbh

70 Jahre
Wohnen mit Heimvorteil!

- PR-Text -

Wir feiern 70 Jahre Wohnen mit Heimvorteil

Mit fast 5.000 Wohnungen im gesamten Stadtgebiet von Gelsenkirchen, zählt die ggw zu einem der größten Vermieter in Gelsenkirchen. Seit ihrer Gründung im Jahre 1950 engagiert sich die Gelsenkirchener Gemeinnützige Wohnungsbaugesellschaft als kommunales Wohnungsunternehmen für die Bereitstellung von gutem und bezahlbarem Wohnraum.

Neben der Errichtung und Bewirtschaftung von Mietwohnungen widmen wir uns seit mehreren Jahren, der Schaffung von energieeffizientem und barrierearmem Wohnraum und unterstützen die Stadt Gelsenkirchen auch vielfältig bei der Schaffung sozialer Infrastrukturprojekte.

Seit nunmehr 70 Jahren hat die ggw durch ihre zahlreichen Projekte einen wichtigen Beitrag zur städtebaulichen Entwicklung der Stadt Gelsenkirchen geleistet und blickt heute optimistisch in die Zukunft. Aus diesem Grunde haben wir uns dazu entschieden 70 Jahre „Wohnen mit Heimvorteil“ mit unseren Mieterinnen und Mietern zu feiern. Neben dem gewohnten Service, können sich unsere Mieter und Mieterinnen auf tolle Gewinnspiele und eine Jubiläumsausgabe unseres Kundenmagazins freuen.

Wir bedanken uns für sieben aufregende Jahrzehnte und die Treue unserer Mieter.

Weitere Informationen rund um die ggw, finden Sie unter www.ggw-gelsenkirchen.de oder auf unserer Facebook Seite.

Kontaktdaten

- Darler Heide 100, 45891 Gelsenkirchen
- 0209/706-0
- telefonzentrale@g-g-w.de



Elterntaxi ade!

Projekt des Quartiersnetzes Buer (Ost)



Bereits seit Jahren steht auf dem Stromkasten vor der Pfefferackerschule, wo für sich die Schule stark macht. (Foto: Reckert)

Man kennt es von den Wochentagen rund um 8 Uhr vor den Schulen: Autos parken in mehreren Reihen, die Türen werden aufgerissen, Kinder entsteigen den Wagen, zwängen sich an der Flottille vorbei zum Schultor, genervte Eltern, Motorenlärm und Abgase, gestresste Anwohner...

Vielleicht erinnern Sie sich noch an die eigene Volksschulzeit. Man traf sich mit den Nachbarskindern zum gemeinsamen Schulweg. Manchmal gelang es mir, Lehrer Gerlach abzu-passen und ihm die Tasche tragen zu dürfen. An der Schule angekommen, war ich wach, entspannt und konzentriert – na ja, je nach Unterricht. Der Rückweg von der Schule dann mit den Verabredungen zum Nachmittag, mit vielerlei Entdeckungen, mit ausgiebigem Hüpfen, Springen und Laufen.

Die Pfefferackerschule, Grundschule in Buer, müht sich seit Jahren bereits, Kinder für den Fußweg zur Schule zu gewinnen, damit sie mehr Kontakte, mehr Bewegung und mehr Konzentration bekommen und somit besser lernen können. Wer sich frühzeitig selbständig im Verkehr zu bewegen lernt, gewinnt obendrein mehr Sicherheit. Das Quartiersnetz Buer (Ost) und seine AG Verkehr

wiederum sind bestrebt, die Wohngebiete von überflüssigem Lärm und Gestank zu befreien und die Gefahren des Verkehrs zu mindern. Obendrein, wenn nicht zuerst, geht es um die Begrenzung der Klimakatastrophe und damit um unsere Zukunft überhaupt.

Beide Ideen kamen zusammen in einem Projekt, das wegen Corona und Schulausfall einige Monate auf

Eis lag, jetzt aber wieder aufgegriffen wird. Die kleinen Schülerinnen und Schüler fahren mit dem Roller zur Schule statt mit dem Elterntaxi. Das Quartiersnetz hat Roller besorgt für die Kinder, die sich keinen leisten können. Das Geld kam vom städtischen Quartiersfonds. Die Kinder haben das Fahren geübt. Nun werden sie in Gruppen die besten und sichersten Fahrwege zur Schule erkunden und Treffpunkte einrichten, von denen aus sie gemeinsam den Weg nehmen. Das Quartiersnetz wird dafür sorgen, dass die Treffpunkte, Stromkästen nämlich, entsprechend bunt gestaltet werden. Bei den Erkundungen wird auch ersichtlich werden, wo der Weg anstrengend, wo es nicht gut zu fahren oder wo er unsicher ist. Gemeinsam werden Kinder und ihre Eltern und die AG Verkehr zusammen mit der Verkehrsverwaltung versuchen, diese Gefahrenpunkte zu entschärfen. Das Projekt wird auch wissenschaftlich begleitet. Denn es gehört zur Initiative „Zukunftsstadt 2030“.

Wilfried Reckert

Quartiersnetz Buer (Ost)



Aus Mitteln des städtischen Quartiersfonds hat das Quartiersnetz dafür gesorgt, dass die Schule 12 Roller für solche Kinder nutzen kann, die sich kein solches Gefährt leisten können. Hier holen die Kinder – noch vor den Coronazeiten – die Roller ab. (Foto: Schäfers)

Wir möchten uns mal vorstellen

Der Stammtisch „Wir Haverkämper“ wurde aus der ehemaligen Gruppe der Quartierskonferenz Bismarck – Haverkamp im Jahr 2017 gegründet, welche von Frau Annika Godder geleitet wurde.

Heute sind wir eine selbstständige Gruppe und treffen uns regelmäßig jeden 2. Mittwoch im Monat an wechselnden Orten, um uns auszutauschen und Freizeitaktivitäten zu planen. Jede(r) von uns kann seine Ideen einbringen.

Natürlich geht es auch um unseren Stadtteil Haverkamp. Wir besprechen, was uns bewegt, und diskutieren über Anregungen und eventuelle Ärgernisse aus unserer Nachbarschaft. Unser Vorsitzender Wilfried Könecke ist hierzu immer in engem Kontakt mit dem Stadtverordneten, Herrn Gerd Podschatly.

In der Vergangenheit haben wir diverse Aktivitäten wie Osterbrunch, gemeinsame Weihnachtsfeier, Liedernachmittag mit dem Shanty Chor Wattenscheid und diverse Ausflüge veranstaltet.

Aber in diesem Jahr konnte wegen der Corona-Pandemie leider noch



nichts stattfinden. Trotzdem blicken wir entspannt in die Zukunft und planen schon in Zusammenarbeit mit dem Stadtverordneten, Herrn Gerd Podschatly, 2 Hochbeeten in unserem Stadtteil Haverkamp. Diese Hochbeete sollen zur Erhaltung der Insekten beitragen.

Momentan gehören 8 Personen zu

unserem Stammtisch, und wir freuen uns natürlich, wenn „neue Gesichter“ dazukommen.

Kontakt:

Wilfried Könecke

Tel. 0209 / 1479757 und

Ursula Sarnes

Tel. 0209 / 82379

Gesehen, fotografiert und kommentiert.



Vertan, vertan,
kleine Schildkröte.

Du befindest dich hier auf der roten Asche der Umrandung des Sportplatzes zur offenen Tür.

Dies dürfte für eine Eiablage deines Nachwuchses wohl nicht der richtige Platz sein.

Werner Rothmann

ZWAR-Gruppe Neustadt/Ückendorf

Mehr als nur Orte der Trauer

Für Insekten, Säugetiere und Vögel ist der Friedhof ein wichtiger Lebensraum

Wer Friedhöfe betritt, dem eröffnet sich eine andere Welt. Die meist liebevoll gepflegten privaten Grabstätten machen die geschichtsträchtigen Begräbnisplätze zu Orten der Erinnerung und der Liebe. Friedhöfe sind aber noch viel mehr als reine Orte der Trauer und des Gedenkens. Die oft parkähnlichen, baumbestandenen Anlagen laden zu Spaziergängen und zur Erholung ein. An heißen Sommertagen spenden sie Schatten und sorgen für ein bisschen Abkühlung. Der Friedhof mit seinen Rasenflächen ist heute ein Treffpunkt für Jung und Alt. Der Waldfriedhof gehört mit seinem Mischwald, den



Säugetieren wie der Igel, der Siebenschläfer, die Haselmaus, das Kaninchen oder Fledermäuse, den Schmetterlingen, Vögeln und naturbelassenen Wiesen zu den schönsten Begräbnisplätzen. Einige Bereiche der Friedhöfe wurden als reine Natur- und Grünflächen angelegt und bieten auch Schutz für brütende Vögel. Bis heute wird bei der Grabervergabe auf die Zugehörigkeit zu einem bestimmten Stadtteil Wert gelegt. Bei der Gestaltung des Grabes ist manchmal ein gewisser Lokalstolz erkennbar.

Brigitte Sdun

Redaktionsmitarbeiterin

Gut versorgt an heißen Tagen

Friedhofsgärtner kümmern sich in jeder Jahreszeit um blühende Gräber

Gerade im Frühjahr und im Hochsommer ist der Friedhof ein beliebter Ort, um Kraft zu tanken. Wenn das Thermometer schon morgens hohe Temperaturen anzeigt, Schulkin-

der sich über die Ferien freuen und es im Schwimmbad auf der Wiese nur noch Stehplätze gibt, herrschen hinter Friedhofsmauern meist noch angenehme Temperaturen. Auf ei-

ner Bank im Schatten kann man den Ausblick auf bunte Blüten und umher summende Bienen genießen und zur Ruhe kommen.

Das Schleppen von schweren Gießkannen hingegen dürfte an heißen Tagen zu den weniger beliebten Tätigkeiten gehören. Das ist aber notwendig, wenn die Pflanzen auf den liebevoll gestalteten Gräbern nicht vertrocknen sollen. Mehrmals wöchentlich gießen ist im Sommer Pflicht. An heißen Tagen benötigen insbesondere Schalen oft zweimal Wasser. Das können die meisten Angehörigen kaum leisten. Daher nutzen viele Menschen den Gießservice der Friedhofsgärtner, der jeweils monatsweise buchbar ist. Außerdem bieten viele Friedhofsgärtnereien für die Ferienzeit Urlaubspflege an. Auf Wunsch wird im Urlaub der Bodendecker professionell geschnitten und das Grab unkrautfrei gehalten.



Brigitte Sdun

Redaktionsmitarbeiterin

Wohnprojekt HeidelbÜrger

Etwa 20 Jahre lang habe ich Versuche begleitet und unternommen, auch in Gelsenkirchen ein Wohnprojekt auf die Beine zu stellen. Dabei sollten die Bewohner/innen in eigenen Wohnungen leben, aber gleichzeitig mit den Mitbewohnern/innen vieles gemeinsam machen, neue Formen von Nachbarschaft zu erproben. Solche Projekte bezogen sich auf gemeinsames Wohnen im Alter, auf generationenübergreifendes Wohnen bis hin zu einem Beginnprojekt, also ein gemeinschaftliches Wohnen für Frauen. Alle diese Projekte scheiterten. Hauptgrund war: Es fand sich kein Investor. Jetzt endlich ist unweit der Bochumer Straße in Ückendorf die Initiative HeidelbÜrger erfolgreich gestartet. Der Name bezieht sich auf den Ort, nämlich die Heidelberger Straße, Bürger bezieht sich darauf, dass die Initiatoren/innen ihre Angelegenheit in die eigenen Hände nehmen und nicht auf Investoren warten. Und das große Ü steht für den Aufschwung in Ückendorf. Die HeidelbÜrger sind ein genossenschaftliches Projekt, wenn man so will ein Mittelding zwischen Miet- und Eigentumswohnung.

Im ehemaligen Gemeindehaus der Heiligkreuzkirche wurde bereits kräftig umgebaut. Im Gemeindesaal sind drei Wohnungen und Ateliers sowie ein Gästeapartment und

Gemeinschaftsräume entstanden – übrigens weitgehend barrierefrei. Der Kindergarten wird bald neue Räumlichkeiten in der Bochumerstraße beziehen. Dann können auch diese Räume in mindestens 6 HeidelbÜrger-Wohnungen verwandelt werden. Und schließlich wird auch noch das Nachbarhaus, die Nr. 10, barrierefrei in Genossenschaftswohnungen umgestaltet, in dem früher mal die Gemeindebibliothek und die Kaplanswohnung untergebracht waren. Für die meisten Wohnungen stehen zwar die (zukünftigen) Wohnkumpane fest, aber einige sind noch frei. Bei Interesse melden Sie sich doch: mitmachen@wohnkumpane.de.

In den Gemeindesaal sind die ersten bereits im April eingezogen. Ich sprach mit Anne, Augenärztin im Mutterschutz, die mit ihrem Mann und den Kindern Hanno und Franka eine der drei Wohnungen im Saal bewohnt, über erste Erfahrungen. Warum ist sie überhaupt HeidelbÜrgerin geworden? Dafür gab es viele Gründe. Bereits im Studium hat sie viele Wohnformen ausprobiert. Alleine in einer Wohnung zu sitzen hat ihr am wenigsten gefallen. Eine WG mit gemeinsamem Bad und gemeinsamer Küche war ihr zu wenig privat. Also suchte sie nach einem Mix aus Privat und Gemeinschaft. Auch Christoph, der mit Hiltrud in der Heidelberger-

straße wohnt, freier Künstler Ü 50, sagt. „Es gibt Künstler, die sagen, ich will für mich sein, wo mich keiner stört. Das ist aber nicht meins. Ich will nicht nur Kunst begegnen, sondern auch den Menschen.“ Früher wohnten die Lammerts in einer Siedlergemeinschaft. Das wurde aber eine „Witwengemeinschaft“, „jede mit 130 m² alleine und dazwischen Zäunchen. Da dachten wir, es muss auch anders gehen. Nämlich wie in dem berühmten Spruch: Zusammen ist man weniger allein.“ Und? Hat sich der Wunsch erfüllt? Christoph: „Es gibt ein unkompliziertes Miteinander. Du musst nicht besonders aufbrechen, um Gemeinschaft zu suchen, sondern brauchst nur aus der Tür zu treten und triffst andere. Du erlebst die Kinder. Der kleine Hanno donnert morgens mit seinem Rutscheauto gegen die Tür.“ Das Zusammenleben sei leicht, unkompliziert. Im Hintergrund des Telefonats höre ich fröhliches Gejubil und Gehüpf von Adele und Hanno, Adele, die mit Lammerts Hund tobt, Hanno – natürlich mit Bobbycar. Damit erfüllt sich auch, was Anne als junger Mutter wichtig war, nämlich dass ihr Kind nicht alleine aufwachsen sollte. „Ich fand immer den Spruch gut, für das gute Aufwachsen eines Kindes braucht es ein ganzes Dorf. Das Ideal der Großfamilie kann man alleine nicht schaffen.“



Hanno im Atelier



Blick auf den Garten mit Hanno und Hund Rudi



Abendblick vom Garten zur benachbarten Heiligkreuzkirche



Das HeidelbÜrger-Gebäude von der Heidelberger Str. aus gesehen

Anne hatte auch so viele Projekte im Kopf. Sie findet gut, dass die Idee geboren wurde, in Haus 10 ein Nachbarschaftscafé einzurichten. Auch, dass der große Garten gemeinsam bewirtschaftet wird. Für einen allein sind solche Ideen zu groß, aufgeteilt unter allen Interessierten geht es aber. Gemüse direkt vom Bio-Bauern: „Dann muss ich nicht jede Woche los, sondern mit den anderen zusammen bin ich nur alle drei Wo-

chen dran zu fahren. Ich habe mich auch bei Food-Saver angemeldet. Da erfahre ich meist um 18 Uhr, wenn irgendwo Lebensmittel übrig geblieben sind und verteilt werden können. Eine ganz ungünstige Zeit. Jetzt finde ich immer jemanden, der so lange auf die Kinder aufpasst.“ Besonders hilfreich hat Anne es erlebt, als sie vor kurzem ihre Franka gebar. Als die Wehen begannen, konnte sie ihren Erstgeborenen bei den Nach-

barn abgeben und fand auch noch eine FahrerIn zum Krankenhaus. Was sich alle wünschen: noch mehr in den Stadtteil zu wirken, lebendige Nachbarschaft mitzugestalten. Warten auf die Zeit nach Corona – oder auch mit?

Wilfried Reckert

Seniorenvertreter/
Nachbarschaftsstifter

WIR SICHERN UNS HEIMAT NICHT DURCH DEN ORT, WO, SONDERN DURCH DIE ART, WIE WIR LEBEN

Zum Selbstverständnis der HeidelbÜrger



„Die Bewohnerinnen und Bewohner des ehemaligen Gemeindehauses der Heiligkreuzkirche in der Heidelberger Straße, kurz die HeidelbÜrger, verstehen sich als eine solidarische, generationenübergreifende

Wohn- und Arbeitsgemeinschaft im Stadtquartier Ückendorf an der Bochumer Straße.

Die HeidelbÜrger sehen sich als verantwortliche Bewohner/innen des schwierigen, aber im Aufbruch befindlichen Stadtquartiers rund um die Bochumer Straße. Sie wollen ihren Teil dazu beitragen, Nachbarschaft zu entwickeln, ein gutes Miteinander zu pflegen, Benachteiligten zu helfen und die Interessen des Quartiers in der Kommune zu vertreten. Sie wollen beitragen, die Kreativität der Quartiersbewohner/

innen zu entwickeln und zum Ausdruck zu bringen, Möglichkeiten der Begegnung und des Austauschs bereitzustellen. Die HeidelbÜrger lehnen Gentrifizierung ab und kümmern sich darum, dass die existierende Quartiersbewohnerschaft in die Quartiersentwicklung einbezogen bleibt und zu entscheidender Mitsprache in die Lage versetzt wird. Wohn- und Arbeitsgemeinschaft bedeutet, dass die HeidelbÜrger das Gemeindehaus gemeinsam bewohnen, darin arbeiten und neue kreative Wege gemeinsam finden wollen.

Dabei wird jedem/r Bewohner/in der individuelle Freiraum gewährt, den er/sie in Anspruch nehmen möchte. Keine Zwangsvereinigung! Gleichzeitig ist allen die Möglichkeit zu geben, das, was sie wollen, gemeinsam zu tun.

So viele Gegenstände wie möglich sollen gemeinsam genutzt werden, um sorgsam mit Ressourcen umzugehen. Heidelbürger fühlen sich verantwortlich gegenüber der Zukunft der Stadt – und des Planeten.

Solidarisch bedeutet, dass sie die möglichst vielfältigen Austausch- und Gemeinschaftsprojekte nicht äquivalent angehen, sondern nach den jeweiligen Ressourcen und Fähigkeiten. Wer mehr hat, kann mehr geben. Damit setzen sie auch ein Zeichen gegen eine gesellschaftliche Entwicklung nach dem „Matthäusprinzip“: Wer hat, dem wird gegeben.

Das Solidaritätsprinzip gilt auch im Umgang der Generationen mitein-

ander. Heidelbürger sind zwischen 0 und 70 alt. So soll auch der Austausch von alten und neuen Erfahrungen gelingen. Sich umeinander zu kümmern, hilft allen, die es brauchen, und gibt allen Sinn und Verantwortung.

Wilfried Reckert

Seniorenvertreter/
Nachbarschaftsstifter

Wenn der Alltag zuhause manchmal schwerfällt.

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

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

Den Zeitumfang bestimmen Sie.
Kostenfreie unverbindliche Beratung.

Rufen Sie uns an!

Tel. 0209 519566 -77

gelsenkirchen@homeinstead.de

www.homeinstead.de

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



Kosten-
übernahme
durch alle
Pflegekassen
möglich.

**Home
Instead®**
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

Kein Kinofilm, aber ein Happy End

Ich heiße Waldemar, bin 57 Jahre alt (sehe aber älter aus) und lebe quasi auf der Straße, seitdem ich vor ca. zwei Jahren meinen Job wegen Insolvenz des Bauunternehmens verloren habe, für das ich seit meiner Lehre gearbeitet habe und wo ich in den letzten Jahren als Baustellenleiter das Sagen hatte. Dann hat mich gleich zu Beginn meiner Arbeitslosigkeit auch noch meine Frau nach 33 Jahren Ehe verlassen, weil ich ihr nichts mehr bieten konnte. „Ohne Moos nichts los!“ Aber ich lasse mich nicht hängen...

Es ist Freitag kurz vor 19 Uhr. Heute stehe ich schon seit rund fünf Stunden im Eingangsbereich des größten und schönsten Kinos Deutschlands, der „Lichtburg Essen“, mit einem zerdrückten Kaffeebecher aus Pappe in der Hand und frage Passant/innen, ob sie mir eine Obdachlosenzeitung abkaufen würden oder eine kleine Spende für mich hätten. Der Erfolg lässt auf sich warten. Ich sehe sehr ungepflegt aus, trage schmut-

zige Winterschuhe, die vorne beide aufgerissen sind. Meine Hose und Jacke in herbstlichen braun-grau-Tönen müffeln. Ich trage meine grauschwarzen Haare schulterlang, die strähmig und fettig sind. Ich erinnere mich nicht daran, wann ich das letzte Mal geduscht habe. Seit Corona ist hier in der Einkaufsstraße nicht viel Betrieb, d.h. wenige Menschen – und in dieser Krisenzeit gehen doch nur wenige Personen ins Kino, das seit dem 30. Mai in NRW unter Einhaltung der Hygiene- und Schutzregeln wieder geöffnet hat.

Eine junge Frau, sportlich gekleidet, läuft auf den Eingangsbereich des Kinos zu. Sie schaut mich an, geht an mir vorbei und steuert auf den Kassenbereich zu, wo ein Regal steht, das mit Kinoprogrammheften von März 2020 und Flyern zu Kinofilmen bestückt ist, die wegen Corona noch nicht gezeigt werden konnten. Im Vorbeigehen sage ich zu ihr: „Obdachlosenzeitung oder eine kleine Spende?“ Sie sagt: „Nein, danke!“

Ich schaue ihr hinterher und frage mich, warum sie anschließend so lange vor dem Regal stehenbleibt. Dann dreht sie sich um, läuft mit einem Lächeln auf mich zu, wirft ein Geldstück in meinen Pappbecher ein und wünscht mir alles Gute. Ich lächle zurück, meine Augen leuchten, ich wünsche ihr auch alles Gute und einen schönen Abend.

So geschah es am Freitag, den 12. Juni 2020!

Die Geschichte entstand zum Thema „Kreative Schreibwerkstatt“ im Rahmen meiner Teilnahme an der Fortbildung des Bundesverbandes Gedächtnistraining (BVGT), die als deutschlandweites Online-Seminar „Kreatives Denk-Labor“ (15.06.-19.06.2020) angeboten wurde.

Übung: Versetzen Sie sich in die Situation eines Menschen und schreiben Sie aus seiner Perspektive. Das fördert die eigene Fantasie und Kreativität.

Text und Bild: **Brigitte Sdun**
Redaktionsmitarbeiterin





Eine gute Adresse für zuverlässige Pflege

Die SeniorenHäuser der Stadt Gelsenkirchen
www.sh-gelsenkirchen.de

Wohnen & Pflege
SeniorenHaus
Haunerfeldstraße

Wohnen & Pflege
SeniorenHaus
Fürstinnenstraße

Wohnen & Pflege
SeniorenHaus
Schmidtmanstraße

Wohnen & Pflege
SeniorenHaus
Sonnebecker Straße

Eine eigenbetriebsähnliche
Einrichtung der

 Stadt
Gelsenkirchen

Wohnen & Pflege
SeniorenHäuser
der Stadt Gelsenkirchen

Die rote Geldbörse

Viele Menschen besitzen etwas Kostbares, das kein anderer Mensch hat Mein rotes Portemonnaie! Es sieht gefällig aus und ist für mich gut zu erkennen, in der mit goldbraunem Futter ausgestatteten Schultertasche. Rot ist nun mal eine schöne Farbe. Das Auge reagiert schnell darauf. Rot ist nämlich der Farbreiz, der vom menschlichen Auge sofort

hierhin und dorthin, welche wohl für meinen Garten passend wären? Einige kauften wir sogleich. Also zog ich mal hier und mal da die Geldbörse aus der Tasche, um den Einkauf zu bezahlen.

Zum Abschluss wollte ich mir Kuchen vom neuen Bäckerstand mitnehmen, um zuhause bei einer Tasse Kaffee im Garten meinen Wochen-

war wohl sein Standpunkt. Als er sich aber den Inhalt der Geldbörse ansah, warf er sie, wohl rot vor Wut im Gesicht, auf den Boden. Keine Geldscheine waren da, nur noch Klimpergeld. Was sollte er damit anfangen???

Der alte Zaubermeister, dem der Lehrling sein dummes Tun erzählte, sprach ernsthaft, mit erhobe-



wahrgenommen wird. Rot ist aber auch die Farbe des Feuers - somit eine warme Farbe.

Es war einmal...

Wir waren auf dem Wochenmarkt. Die rote Geldbörse, neugierig lugte sie über den silbernen Taschenrand. Die Verkaufsstände mit ihren vielen bunten Angeboten beim Obst, Gemüse, Fisch, Fleisch, den Molkeprodukten, der Bäckerstand mit seinen Kostbarkeiten und einiges mehr gefielen dem Portemonnaie. Ebenso die Blumen auf dem neuen Blumenmarkt. „Ein Häuschen aus Rosen, aus Nelken die Tür...“ ein alter Spruch aus dem Poesie-Album fiel mir bei dem supertollen Anblick der bunten Blumen ein. Ich schaute

markt-Besuch noch einmal Revue passieren zu lassen. Überraschung... die Geldbörse war nicht mehr da. Schreck lass nach... die Börse hatte wohl einen neuen Liebhaber gefunden. Kein Jammern und Stöhnen halfen, das Portemonnaie war nicht mehr in der Tasche.

Ach, es befand sich doch nicht nur Geld, sondern auch mein Führerschein, die Gesundheitskarte und der Personalausweis waren in der Börse. Der Zauberlehrling hinter mir musste wohl gesehen haben, wie ich das Portemonnaie achtlos in die Tasche steckte. Augenblicklich zauberte er es mit seinen langen Spinnenfingern unbemerkt wieder heraus.

Dummheit muss bestraft werden,

nem Zeigefinger, mit dem Jungen. „Nur ein Narr tut, was er nicht tun kann, aber der Weise lässt, was er nicht tun kann.“

Ein ehrlicher Finder hob das rote Portemonnaie vom Boden auf und brachte es mir zurück. Die Freude meinerseits war groß, sie vertrieb die Sorgen. Eine Neuanschaffung der Papiere aus der Geldbörse wäre für mich mit mühsamer Arbeit verbunden gewesen. Nochmals ein Dankeschön an den ehrlichen Finder.

Ursula Hellwig
Redaktionsmitglied

Brückenrätsel

| | | | | | | | | | | | |
|--------|--|--|--|--|---|--|--|--|--|--|--------|
| Frucht | | | | | | | | | | | Melone |
| Regen | | | | | | | | | | | Fänger |
| Arzt | | | | | | | | | | | Nähe |
| Stadt | | | | | o | | | | | | Page |
| Lang | | | | | | | | | | | Kraut |
| Baby | | | | | | | | | | | Bande |
| Siam | | | | | | | | | | | Futter |
| Trieb | | | | | | | | | | | Bruch |
| Fisch | | | | | | | | | | | Steak |
| Fall | | | | | | | | | | | Kleid |

Jürgen Gollnick
Mitglied der Redaktion



Lösungswort -----

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

SUDOKU Rätsel

Jürgen Gollnick
Mitglied der Redaktion

Meine Pläne für den Kunstkiosk im Herbst

Irgendwie sind wir ja alle Zeugen einer Weltpremiere, eine solche Pandemie hat noch niemand erlebt. Was hat sie mit uns gemacht? Unsicher sind wir alle. Manche sind verzweifelt und allein, andere haben ihre freie Zeit genutzt. Keine Terminverpflichtungen und keine langen To Do Listen, Zeit fürs Aufräumen, für den Garten und andere Hobbies.

Zu Anfang im März bin ich etwas mehr spazieren gegangen und habe das gemacht, was Kira Schmidt in ihren wöchentlichen „Kultur in Buer“ Tipps vorgeschlagen hat, nämlich nach „Baumgesichtern“ Ausschau gehalten. Und dabei bin ich diesem zahmen Vogel begegnet und hatte auch den Teilnehmern des Senioren-Art-Stammtisches solche

Spaziergänge empfohlen und um Fotos gebeten. Einige hatten auch mit eigenen Fotos reagiert, die ich auf meiner Webseite in die Galerie gestellt habe.

Als im Mai die Corona Grundverordnung etwas gelockert wurde, konnte ich die Tür vom Kunstkiosk einen Spalt breit öffnen, sodass gerade zwei Leute als Besucher mit Anmeldung und Abstand rein konnten. Ausgestellt hatten alte Freunde und neue Bekannte ihre Bilder, Fotos und Objekte. Besucher waren nicht allzu zahlreich, aber wir hatten gute Gespräche und daraus entsprang auch die Idee, diese Zeit für einen Umbau zu nutzen. Und so war der Kunstkiosk im Juli und August geschlossen. Anfang September, genauer gesagt

an dem Wochenende 05./06. September, hat der Kunstkiosk wieder seine Tür für ein „an GE regt“ Wochenende geöffnet, an dem Mitmenschen ihre Ideen und kreativen Betätigungen vorstellen und wir uns alle inspirieren lassen können.

Eine Woche später, am 12. September, könnten wir die nächste Ausstellung eröffnen unter dem Thema „An der VHS fing es an ...“. Manuela Bastin & Daniela Michaels zeigen ihre vielfältigen Arbeiten unter anderem aus dem Kurs „Gestalten mit Ton“ von Heike Klinger. Diese Ausstellung läuft vom 12. 09. bis 10.10. zu der üblichen Öffnungszeit samstags von 14 - 17 Uhr.

Auch den Senioren-Art-Stammtisch haben wir zu neuem Leben erweckt. Am 15. August haben wir uns zum ersten Mal nach der Zwangspause wieder getroffen, Coronabedingt nur in einem etwas kleineren Kreis von zehn Personen, aber mit vielen Ideen und Plänen. Am 19. September ab 17 Uhr treffen sich interessierte Menschen (vermutlich in eingeschränkter Zahl) zum nächsten Senioren-Art-Stammtisch.

Am 17. Oktober um 14 Uhr wird die Ausstellung „Was mich bewegt - auf Stoff gebracht“ von Gisela Nickbakht eröffnet. Sie läuft bis zum 14. November. Gisela Nickbakht greift Themen und Impressionen aus ihren Lebensabschnitten im Iran und von ihren Reisen auf und setzt sie in Stoff um. Sie bevorzugt dabei natürliche Fasern wie Baumwolle und Seide, die sie färbt, bemalt und bedruckt.

Für November und Dezember ist eine weitere Ausstellung geplant in Zusammenarbeit mit den Soroptimisten, in der zahlreiche Bilder aus dem Nachlass von Horst Danzer, früher Kunstlehrer am AvD zum Verkauf angeboten werden.

Brigitte Böcker-Miller

www.kunstkiosk-ge.de
info@kunstkiosk-ge.de

verlag
 druck & graphik
 achim schrecklein

- Drucksachen
- Digitaldruck
- Gestaltung
- Web-Design

Tel. 02043/48390

Die Abenteuer der Inselfastorin

Was tun, wenn dich dein oberster Boss aus einer Kleinstadt nahe Detroit auf die Felsen der einzigen Hochseeinsel Deutschlands verpflanzt? Richtig: auf jeden Fall die heißgeliebte Gartenschaukel mitnehmen! Pamela Hansen ist seit 2012 auf Helgoland. Sie erzählt auf herzerwärmende Weise, wie es sich als Pastorin und als Mensch mitten in der Nordsee mit 1.500 Einwohnern und auf etwa 1,7 Quadratkilometern so lebt. Als die Autorin zum ersten Mal einen Fuß auf die Insel setzt, dachte sie: „Oh, Gott ist das klein hier!“ Doch es ist zu spät, sie hat den Job als Pastorin auf Helgoland bereits zugesagt. Schnell merkt Pamela Hansen: So eine Inselfastorin ist wie eine große, meist liebenswerte Familie. Wenn das Pfarrhaus umringt von Wasser ist, muss man sich auf so einiges

einstellen – vor allem, wenn man sich plötzlich am Haken eines Helikopters der Seenotrettung wiederfindet. Zum Glück steht ihr die Inselfastorin zur Seite. Welche Abenteuer der Küstenwind wohl noch für die Inselfastorin an Land spült? In ihrem Buch erzählt sie ebenso lustig wie anrührend von ihrem wunderbaren Leben mitten in der Nordsee und warum sie sich ausgerechnet dort dem Himmel ganz nah fühlt. Bevor Gott die Autorin auf die Insel verpflanzte, wusste sie so gut wie nichts über Helgoland. Heute ist es für sie ein Sehnsuchtsort.

Pamela Hansen
Die Inselfastorin
 Rowohlt Verlag,
 288 Seiten
 Preis: 15,00 Euro
 ISBN: 978-3-499-00066-9



Brigitte Sdun
 Redaktionsmitarbeiterin

Auflösungen

Brückenrätsel

Lösung

| | | | | | | | | | | |
|--------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|--------|
| Frucht | | | Z | u | c | k | e | r | | Melone |
| Regen | | | T | r | o | p | f | e | n | Fänger |
| Arzt | | | P | r | a | x | i | s | | Nähe |
| Stadt | | | H | o | t | e | l | | | Page |
| Lang | | | F | i | n | g | e | r | | Kraut |
| Baby | | | R | a | s | s | e | l | | Bande |
| Siam | | K | a | t | z | e | n | | | Futter |
| Trieb | | | F | e | d | e | r | | | Bruch |
| Fisch | | | F | i | l | e | t | | | Steak |
| Fall | | | S | t | r | i | c | k | | Kleid |



Lösungswort: Coronazeit

Jürgen Gollnick
 Mitglied der Redaktion

Sudokurätsel

Lösung

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

Jürgen Gollnick
 Mitglied der Redaktion

Terminkalender

Die aufgeführten Termine für Treffen, Veranstaltungen, Zusammenkünfte und sonstige Anlässe sind für diese angegebenen Zeitpunkte geplant, könnten aber auch noch durch die Corona-Auswirkungen entfallen oder verschoben werden. Bitte zeitnahe Informationen einholen, bevor man sich auf den Weg macht und vor verschlossener Tür steht.

I. ZWAR-Gruppen

Bulmke:

Basisgruppe: jeden 1. Freitag im

Monat, 15.00 – 16.00 Uhr

Kettelerhaus, Im Mühlenfeld 10

Kontakt: Jürgen Gollnick

Tel. 0209 21549

E-Mail: juergen.gollnick@freenet.de

Neustadt/Ückendorf:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags, in

geraden KW, 18.30 Uhr, im Spunk,

Festweg 21,

Kontakt: Mehtap Hamurcu

Tel.: 0209 88000399,

E-Mail: mehtap.hamurcu@caritas-gelsenkirchen.de

Neustadt/Ückendorf:

Basisgruppe: 14-tägig donnerstags, in

ungeraden KW, 18.00 Uhr, im Mehr-

generationenhaus, Bochumer Str. 85

Spieletreff: 14-tägig donnerstags,

in geraden KW, 18.00 Uhr, im Nest,

Bochumer Str. 11

Kontakt: Christa Tüllmann,

Tel.: 0209 4083717 oder

Werner Rothmann,

Tel.: 0209 28553,

E-Mail: werner.rothmann@web.de

Schalke:

Basisgruppe: 14-tägig montags, in

ungeraden KW, 18.00 Uhr, AWO-

Begegnungszentrum, Grenzstr. 47

Kartenspielen: freitags, 18.00 Uhr,

Stadtteilladen Bulmke/Hüllen,

Wannerstr. 128

Kegeln: 14-tägig, dienstags,

in geraden KW, 16.00 Uhr,

Seniorenzentrum, Grenzstr. 47

Computerguppe: 14-tägig

donnerstags, in geraden KW,

Anfänger 17.00 Uhr, Grenzstr. 47

Fortgeschrittene 18.00 Uhr,

Grenzstr. 47

Spielegruppe: donnerstags,

16.00 Uhr, Begegnungszentrum,

Grenzstr. 47

Wandern: 14-tägig samstags,

in ungeraden KW, Treffen:

Haupteingang Sportplatz

Schürenkamp, 9.30 Uhr

Kontakt: Anneliese Somplatzki

Tel. 0209 49417

E-Mail: asausge@arcor.de

Beckhausen:

Basisgruppe: jeden 2. und 4.

Montag im Monat, 15.00 – 18.00

Uhr, Bodelschwingh-Haus,

Bergstr. 7

Kontakt: Irene Bohn,

Tel.: 0209 399804,

E-Mail: final-gonie@gelsennet.de

und Ursel Mann, Tel.: 0209 1779272,

E-Mail: urselundhannes@online.de

Hassel/Bülse:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags,

in ungeraden KW, 18.45 Uhr,

Seniorentreffpunkt Uhlenbrock,

Mühlenstraße 124

Kontakt: Günter Urban,

Tel.: 0209 630866,

E-Mail: guenter.urban@unitybox.de

Buer:

Basisgruppe: 14-tägig montags,

in ungeraden KW, 18.00 Uhr,

Gemeindehaus Apostelkirche,

Horster Str. 35, 45894 GE-Buer

Spieletreff: jeden Donnerstag, 18.00

Uhr, Gaststätte Michaelshaus

Literaturtreff: jeder erste Montag

im Monat, 19.45 Uhr, Michaelshaus

Raum 13

Fahrradfahren: 14-tägig Samstag,

Michael Schwark, Tel. 397138

Wandern: 14-tägig Sonntag, telefo-

nische Anmeldung: Doris B. 379119,

Irene R. 394884

Computerguppe: jeden

Montag (außer Ferien), 15.15

Uhr, Gesamtschule Buer-Mitte

(Selbstlernzentrum)

Kontakt: Monika Sommer-Kensche,

Tel. 01520 4885514,

E-Mail: monisommer1@gmx.de

und Michael Schwark,

Tel.: 0209 397138,

E-Mail: mschwark@gelsennet.de

Erle:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags,

in geraden KW, 18.30 Uhr, AWO-

Seniorenzentrum, Darler Heide 59

Kontakt: Werner Salewsky,

Tel.: 0209 788678,

E-Mail: zwar.erle@gmx.de

Horst/Heßler:

Basisgruppe: 14-tägig montags,

in geraden KW, 17.00 Uhr, Paul-

Gerhardt-Haus, Industriestr. 38

Kontakt: Bärbel Hegemann

Tel. 0209 54504

E-Mail: baerbel.hegemann@gmx.de

Altstadt/Feldmark/Rotthausen:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags,

in ungeraden KW, 17.30 Uhr,

Tagespflegestätte der APD GmbH,

Pastoratstr. 1

Kontakt: Linda Czikus,

Tel.: 0209 876937,

E-Mail: carrambaxy@gmail.com

oder Sergio Tidili,

Tel.: 0209 135304,

E-Mail: geso4@web.de

oder Josef Ciesielski,

Tel.: 0209 1550139,

E-Mail: lerebell@ish.de

Resse/Resser Mark:

Basisgruppe: 14-tägig montags,

in geraden KW, 18.30 Uhr,

Seniorenwohnhaus Ahornstr. 170

Kontakt: Heidi Wittfoot,

Tel.: 0209 780832,

E-Mail: eiramediehw@gmail.com

und Reinhold Stania,

Tel.: 0209 786769,

E-Mail: kaminfreund@aol.com

Bismarck, Bulmke, Hüllen:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags,

in ungeraden KW, 18.00 Uhr, Alfred-

Zingler-Haus, Margaretenhof 10-12

Kontakt: Heinz Gossling,

Tel.: 0209 86390,

E-Mail: heinz.zwar@web.de

und Eckhard Schneider,

Tel. 0209 811625,

E-Mail: ecszwar@aol.com

Feldmark/Rotthausen/Altstadt:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags, in ungeraden KW, 18.00 Uhr, AWO Quartierszentrum Feldmark Robert-Geritzmann-Höfe 4
Kontakt: Dirk Retzkowski,
 Tel.: 0176 34918596,
 E-Mail: dirk.retzkowski@t-online.de
 und Birgit Ahrens-Timmermann,
 Tel.: 0209 201255,
 E-Mail: birgit.timmermann@arcor.de

GE - Süd (türkischsprachig):

14-tägig montags, in ungeraden KW, 18.00 Uhr, Alfred-Zingler-Haus, Margaretenhof 12,
Kontakt: Fethiye Aslan,
 Tel.: 0176 21439927 und Gülten Acar,
 Tel.: 0176 43696201

GE - Nord (türkischsprachig):

ZWAR - Nord trifft sich jeden Sonntag, 18.00 Uhr, Franziskushaus, Hagenstr. 16-18
Kontakt: Ergün Fehri,
 Tel.: 02043 66124,
 E-Mail: cahitergu@web.de
 oder Nesrin und Mikail Zopi,
 Tel.: 0172 2185239, mzopi@web.de

Türk ZWAR-Grubu her Pazar günü saat 18.00 de, Franziskushaus, Hagenstr. 16-18, GE-Buer adresinde bulusuyor.

Kontakt: Ergün Fehri,
 Tel.: 02043 66124,
 E-Mail: cahitergu@web.de
 oder Nesrin und Mikail Zopi, Tel.:
 0172 2185239, mzopi@web.de

Chor der Türkischen Kunstmusik:
 Jeden ersten und dritten Sonntag, 18.00 Uhr
Türk Sanat Müzigi Korosu: Her ayın 1. ve 3. Pazar günü, saat 18.00 de
 Chor der Türkischen Volksmusik:
 Jeden zweiten und vierten Sonntag, 18.00 Uhr
Türk Halk Müzigi Korosu: Her ayın 2. ve 4. Pazar günü, saat 18.00 de
Kontakt: Mikail Zopi
 Tel. 0172 2185239
 E-Mail: mzopi@web.de

Inklusiv Horst:

Basisgruppe: 14-tägig montags, in ungeraden KW, 18.00 Uhr, Fürstenberg-Saal in der Vorburg Schloss Horst, Turfstraße 21, 45899 GE

Kontakt: Karola Englisch,
 Tel.: 0177 1486323
 und Karsten Sohn,
 Tel.: 0176 43619726,
 E-Mail: karstensohn@arcor.de

Inklusiv Schaffrath:

Basisgruppe: 14-tägig dienstags, in geraden KW, 18.00 Uhr, Jugendzentrum Nottkampstr. 32, 45897 Gelsenkirchen
Kontakt: Irmtraut Ruloffs,
 Tel.: 02043 4025240,
 E-Mail: iruloffs@gmx.de
 und Jürgen Labodda,
 Tel.: 0209 584540, E-Mail:
 j.labodda@web.de
 und Dagmar Deutmeyer,
 Tel.: 0209 4029301,
 E-Mail: Dagmar1231@web.de

ZWAR-GE.RUS (russischsprachig):

Basisgruppe: trifft sich jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 18.00-20.00 Uhr, Mehrgenerationenhaus, Bochumer Str. 85, 45886 Gelsenkirchen
Kontakt: Lidia Molchanova,
 Tel.: 0209 15755839 und
 0157 58538682
 E-Mail: lidia.molchanova@gmail.com

Projektwerkstatt 50plus:

Basistreffen: jeden letzten Mittwoch im letzten Monat jedes Quartals, 10.00 – 12.00 Uhr, in Raum 8, Vattmannstraße 2-8
Petra Schlüter, Tel.: 01714247010,
 E-Mail: info@projektwerkstatt-50plus-gelsenkirchen.de

Spieletreff: jeden 1. und 3. Donnerstag, 14.30 Uhr, Bildungszentrum, Stadtbibliothek
Spieletreff Erle: 14-tägig montags, 14.00 Uhr, Stadtteilbibliothek Erle, Cranger Str. 323

Nachbarschaftstreff Tossehof:

Jeden Dienstag 18.00 Uhr im Quartiersladen
Ansprechpartner: Martina Mail
 Tel. 0157 33031698
 E-Mail: martina.mail@gelsenkirchen.de

Filmcafé am Sonntag:

An jedem 3. Sonntag im Monat, ev. Gemeindehaus, Florastr. 119, 14.30 Uhr Kaffeetrinken und Filmeinführung, 15.30 Uhr Filmbeginn

Im Moment sind noch keine neuen Filmtermine und -titel bekannt

Die Titel der Filme dürfen aus lizenzrechtlichen Gründen nicht genannt werden.
 Tel. 0175 - 3846768 (Claudia Ferda)

Filmreihe für Senior*innen

zum Schauen und Diskutieren im Kulturraum „die flora“. Florastraße 26
 Nach jeder Vorstellung gibt es bei Kaffee und Kuchen ein gemeinsames Gespräch, Eintritt: 5,00 Euro inkl. Kaffee und Kuchen
Im Moment sind noch keine neuen verbindlichen Termine verfügbar

Kino-Café

Spielstätte: **Schauburg Filmpalast**, Horster Str. 6, 45897 Gelsenkirchen
 Vor dem Film servieren wir Eis (solange der Vorrat reicht). Die SCHAUBURG öffnet am Kino-Eiscafe-Veranstaltungstag um 13:30 Uhr.

Im Moment sind noch keine neuen Filmtermine und -titel bekannt

Erzählcafé des Mehrgenerationenhaus Gelsenkirchen

Jeden 2. Dienstag im Monat, 14.00 – 16.00 Uhr, Bochumer Str. 85
 Termine: 09. April, 14. Mai, 11. Juni, 09. Juli, 13. August
Kontakt: Meral Aslan,
 Tel.: 0209/15758983
 E-Mail: mehrgenerationenhaus@gelsenkirchen.de

Offene Lese-Abende:

„Kopf-kino- Sich die Welt ausmalen mit Büchern und Geschichten“
 Jeden 1. Montag im Monat, 17.30 Uhr, Vorburg Schloss Horst
 Ohne Anmeldung

II. Volkshochschule Gelsenkirchen

50plus aktiv: jeden Dienstag ab 15.00 Uhr, Bildungszentrum Ebertstr. 19, Raum 123
Ansprechpartner: Ruth Raeder
 Tel. 0234 5840010
 E-Mail: ruth.raeder@googlemail.com
Redaktionssitzung Seniorenzeitung
GE-nior: jeden 2. und 4. Dienstag, ab 16.30 Uhr, Bildungszentrum Ebertstr. 19, Raum 123
Ansprechpartner: Werner Rothmann
 Tel. 0209 28553
 E-Mail: werner.rothmann@web.de

III. Kunstmuseum Gelsenkirchen

Mit Oma und Opa ins Museum:

1x im Monat, samstags von 15.00 - 17.30 Uhr, Anmeldung erforderlich
Ansprechpartner: Tel. 0209 1694130
 E-Mail: kunstmuseum@gelsenkirchen.de

Seniorenprogramm Bildgespräche:
 jeden 2. Donnerstag im Monat, 15.00 Uhr (bitte vorher anfragen),
 Kunstmuseum Buer, Horster Str. 5-7
Ansprechpartner: Tel. 0209 1694130
 E-Mail: kunstmuseum@gelsenkirchen.de

Im Moment sind noch keine neuen verbindlichen Einzeltermine verfügbar. Kurzfristige Info:
Telefon 0209 169-4130 oder
katharina.koenig@gelsenkirchen.de

IV. Selbsthilfegruppen

Alzheimer Gesellschaft Gelsenkirchen e.V.

Für Angehörige von Menschen mit Demenz

Amalie-Sieveling-Haus
Hans-Böckler-Allee 2
45883 GE-Feldmark

jeden 1. Mittwoch im Monat 18.00 - 19.30 Uhr, jeden 3. Mittwoch im Monat 17.00 - 18.30 Uhr (parallel Betreuung erkrankter Angehöriger nach Vereinbarung)
Ansprechpartner: Fr. Rita Brand-Matz
 Tel. 0209 94574177
 Mobil: 0177 9296518
 E-Mail: ar.matz@t-online.de
 Fr. Katharina Komorek
 Tel. 0209 94115-40
 E-Mail: Katharina.komorek@johanneswerk.de

Franziskus Haus

Hagenstr. 16-18, 45894 GE-Buer
 jeden 3. Dienstag im Monat 18.00 - 19.30 Uhr
Ansprechpartner:
 Fr. Annette Schlömer
 Tel. 0209 933144-10
 E-Mail: Annette.Schoemer@curanum.de

Ambulante Hilfen und Pflege Caritasverband

Goldbergstr. 11a, 45894 GE-Buer
 jeden 1. Montag im Monat 16.00 - 18.00 Uhr (nach Vereinbarung)
Fr. Rita Arendt

Tel. 0209 933380
 E-Mail: ambulante-pflege-buer@caritas-gelsenkirchen.de

St. Josef Hospital Rudolf-Bertram-Platz 1 45899 GE-Horst

jeden 2. Montag im Monat Treff 16.00 Uhr
 Caritas-Fachstelle Demenz
Ansprechpartner:
 Fr. Petra Hermann
 Tel. 0209 15806-46 od. 0209 5047126
 E-Mail: horizont@caritas-gelsenkirchen.de
 E-Mail: demenzberatung@kkel.de

Elisabeth Krankenhaus

Cranger Str. 226, 45891 GE-Erle
 jeden 1. Donnerstag im Monat, 15.00 - 16.30 Uhr
Ansprechpartner:
 Fr. Kerstin in der Beek
 Hr. Dr. Willi Leßmann
 E-Mail: kerstin.inderbeek@elisabethkrankenhaus-ge.de
 Beratungstelefon: 0209 70030

Evangelische Kirchen-Gemeinde Bulmke

Florastr. 119, 45889 GE-Bulmke
 jeden 2. Mittwoch im Monat, 17.00 - 18.30 Uhr (parallele Betreuung von Angehörigen nach Vereinbarung)
Ansprechpartner:
 Fr. Rita Brandt-Matz
 Tel. 0209 94574177
 Mobil: 0177 9296518
 E-Mail: ar.matz@t-online.de

Caritas Altenzentrum Haus St. Anna Märkische Str. 19

45888 GE-Bulmke Hüllen
 jeden 1. Donnerstag im Monat, 16.30 - 18.00 Uhr (parallele Betreuung von Angehörigen nach Vereinbarung)
Ansprechpartner
 Sozialer Dienst St. Anna:
 Fr. Andrea Hundert
 Tel. 0209 389090
 E-Mail: andrea.hundert@caritas-gelsenkirchen.de
 Fr. Rita Brandt-Matz
 Tel. 0209 94574177
 Mobil: 0177 9296518
 E-Mail: ar.matz@t-online.de

Gruppe für türkisch-stämmige Angehörige „Yalniz Degiliz“

Nienhof – Tagesstätte Wilhelmstr. 77, 45891 GE-Erle
 jeden letzten Donnerstag im Monat 19.00 - 21.00 Uhr, Demenz-Servicezentrum für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte
 Serpil Kilic, Tel. 0209 6048329
 E-Mail: serpil.kilic@awo-gelsenkirchen.de

Begleitete Selbsthilfe-Gruppe für Menschen mit Demenz

„Wir Sprechen für uns“
Im St. Josef-Hospital Rudolf-Bertram-Platz 1 45899 GE-Horst
 Montags von 11.00 - 12.00 Uhr (m.d.B. um vorherige Terminabsprache)
Ansprechpartner: Fr. Heike Lorra (städt. Beratungsstelle Pfad)
 Tel. 0209 169-2405
 Fr. Marita Ingenfeld (Fachstelle Demenz), Tel. 0209 15806-46 oder 0209 504-7126
 E-Mail: demenzberatung@kkel.de

Angehörigengruppe im Evangelischen Seniorenstift

Husemannstr. 104 45879 Gelsenkirchen
 jeden 2. Mittwoch im Monat, 18.30 - 20.00 Uhr
Ansprechpartner:
 Fr. Kirsten A. M. Czerlikowski
 Tel. 0209 160-66305 oder 0151 51182091
 E-Mail: czerlikowski@evk-ge.de

Demenzsprechstunde für alle mit Fragen zum Thema Demenz

Infocenter Maelostraße Maelostr. 8, 45894 GE-Buer
 jeden 1. Montag im Monat, 16.00 - 17.30 Uhr (Terminvereinbarung ratsam) im Gebäude der AOK-Buer Raum E02
Dr. Hinrich Meyer
 Tel. 0209 3602103 oder
 Mobil: 0157 33031697
bernd.hellbusch@gelsenkirchen.de
andre.kaufung@gelsenkirchen.de

Osteoporose-Selbsthilfegruppe Gelsenkirchen-Altstadt

Funktionstraining:
 Trockengymnastik, mittwochs, ab 15.30 Uhr
Treffpunkt: Convenio, Bulmker Str. 117

Funktionstraining:

Wassergymnastik, freitags,
ab 16.00 Uhr

Treffpunkt: Marienhospital
Ückendorf, Abteilung
Physiotherapie, Virchowstr. 135
Info: Ingrid Schmukat
Tel. 0209 83886

Prostata Selbsthilfegruppe Gelsenkirchen-Buer e. V.

Treffpunkt: jeden ersten Dienstag
im Monat, 18.00 Uhr, Seminarraum
der REHA-Klinik Bergmannsheil,
Schernerweg 4, 45894 GE-Buer
(Haupteingang: Links durch die
Lobby, dem langen Gang bis in den
neuen Gebäudetrakt folgen)
Ansprechpartner: Karl Dahm
Tel.: 0209 64696

01.09.2020

**Aktuelle Entwicklung in der
medikamentösen Tumortherapie**
06.10.2020

Immuntherapie bei Prostatakrebs
03.11.2020

Prostatakrebs und Sexualität
01.12.2020

**Veranstaltung für angemeldete
Gäste**

Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Gelsenkirchen

Treffpunkt: Jeden 1. Dienstag im
Monat ab 15.45 – 17.30 Uhr in der
Mitarbeitercafeteria,
Evangelische Kliniken, Munkelstr. 27,
45879 Gelsenkirchen
Ansprechpartner:
Evangelische Kliniken Tel.: 0209-
16051615 und 16051616 (Neurologie)
Christa Thomalla
Tel. 0209 145724 (ab 18.00 Uhr)

Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew Gruppe Gelsenkirchen

Jeden Montag 19.15 - 20.00 Uhr
Im Therapiebad Salvea am
Medical Center Bergmannsheil Buer
Zum Ehrenmal 21, 45894 GE-Buer
Jeden Freitag 8.00 - 8.45 Uhr
im Gesundheitspark Nienhausen
Feldmarkstr. 201, 45883 GE-Feldmark
anschließend Gesprächskreis für
Jedermann in der Cafeteria ab 9.30 Uhr
Ansprechpartner:
Hans-Friedrich Löffler
Tel. 0209 597704
E-Mail: h-f.loeffler@gelsennet.de

Selbsthilfegruppe Schwerhöriger und Ertaubter Gelsenkirchen

Caritas Liebfrauentift
Ruhrstr. 27, 45881 Gelsenkirchen
Treffpunkt: Jeden 2. Mittwoch im
Monat 15.00 - 18.00 Uhr
Kontakt: Tel. 01575 3646058
E-Mail: seifert61@gmx.de

Alfred-Zingler-Haus, Bulmke

Margaretenhof 10, Tel. 84307
alfred-zingler-haus.info

Reparaturcafé: jeden 1. Montag
im Monat, 18.00 Uhr,
Arabisch für Interessierte: jeden
Mittwoch, 17.00 Uhr

Häkeln und Stricken mit Steven:
jeden Donnerstag, 18.00 Uhr

NABU Forum offenes Treffen

Naturschutzbund GE: letzten
Donnerstag im Monat

Offener Treff FOLKfriends: letzten
Freitag im Monat, 20.00 Uhr

Gehörlosen Rommé Club: 14-tägig
Samstag oder Sonntag, 14.00 Uhr

Quartiersladen Tossehof
Ravenbusch 2, 45888 Gelsenkirchen

Detlev Czackowski
Tel. 0209 80086595

Bridge: 14-tägig montags,
14.00 - 17.00 Uhr
Fr. Otto, Tel. 811899

Montag: 15.30 - 17.00 Uhr
Bingo und andere Spiele

Dienstag: 16.00 - 17.00 Uhr
Nordic walking für Senioren/innen
Treffpunkt vor dem Quartiersladen
18.00 - 20.00 Uhr

Spieletreff (offen für alle)
Lesen, spielen, klönen usw.

Mittwoch: 9.30 - 11.00 Uhr
Gedächtnistraining (Anmeldung
erforderlich)

11.00 - 12.00 Uhr
Senioren-gymnastik (Anmeldung
erforderlich)

16.30 - 19.00 Uhr
Tossehof-Chor (offen für Alle)

Donnerstag: 16.00 - 17.00 Uhr
Nordic walking für Senioren/innen
Treffpunkt vor dem Quartiersladen
Freitag: 10.00 - 11.30 Uhr
Gedächtnistraining (Anmeldung
erforderlich)

Seniorengruppe Bulmke-Hüllen

trifft sich 2-mal im Monat. Immer
am 2. und 4. Dienstag.

Am 2. Dienstag zum Kaffeetrinken,
um 15.00 Uhr im Cafe & Bistro im
Tossehof

Am 4. Dienstag zum Spaziergang,
um 15.00 Uhr. Treffpunkt:
Minigolfanlage im Bulmker Park

Ökumenisches Zentrum St. Ida
Emscher Bruch 63-65, Resser Mark
jeden letzten Dienstag im Monat,
19.00 Uhr, Integrativer Chor

Kontaktstelle für Diabetiker

Weber-Apotheke, Weberstr. 22,
Gelsenkirchen

jeden 2. und 4. Freitag im Monat,
15.00 - 17.00 Uhr
(ab dem 9. Januar 2015)

**Ansprechpartner auch außerhalb
der Sprechzeiten: Claus Laven**
Mobil: 0176 802 454 30

V. Einzeltermine

Technik-Sprechstunde

Hilfe bei technischen Problemen
Sie benötigen Hilfe bei Smartphone,
Tablet und Co?

Jeden 2. und 4. Mittwoch

Von 16.30-19.30 Uhr
Als Technikbotschafter steht Ihnen
Ulrich Wirth zur Verfügung.
Quartiersladen Tossehof,
Ravenbusch 2, 45888 Gelsenkirchen

Jeden 1. und 3. Donnerstag

von 10.00-11.30 Uhr
und jeden 2. Mittwoch
von 17.00-18.00 Uhr
Als Technikbotschafter steht Ihnen
Werner Ptok, Stefan Rave und
Günter Kreiter im Technik-Treff
Hüllen zur Verfügung.
Gemeindesaal/Kolpingraum,
Skagerrakstraße 42

**14 tägig donnerstags in
geraden Kalenderwochen**

Technikbotschafter Sprechstunden
im Mehrgenerationenhaus
Bochumer Str. 85, 45886
Gelsenkirchen
von 10.00 – 11.30 Uhr

Treffen der Quartiersreporter*innen

Jeden 2. Mittwoch im Monat,
18.00 Uhr, im Medienzentrum der
Stadtbibliothek Gelsenkirchen
Ebertstraße 19, 45875 Gelsenkirchen

VI. Reparatur-Cafés in Gelsenkirchen

**Reparatur Café im Alfred-Zingler-
Haus**

Jeden ersten Montag im Monat von
18.00 bis ca. 20.00 Uhr im Alfred-

Zingler-Haus, Margaretenhof 10-12
in Bulmke (45888)

Reparatur Café Horst

Jeden ersten Mittwoch im Monat
von 17.00 bis 19.00 Uhr
Im Städtisches Jugendzentrum,
Buerer Straße 86 in Horst (45899)

Reparatur-Michel

Jeden ersten Mittwoch im Monat
von 17.00 bis 19.00 Uhr
In der Kirche St. Michael,
Valentinstraße 40 in Hassel (45896)

VII. Spaziergangsgruppen

Buer

jeden Sonntag, um 14.30 Uhr,
Treffpunkt: vor der Schauburg,
Horster Str.
Klaus Reimer, Tel.: 0209/63540

Bulmke-Hüllen

Jeden 2. Dienstag im Monat 15.00
Uhr, Treffpunkt: Minigolfanlage
Bulmker Park
(bei schlechtem Wetter im Café &
Bistro im Tossehof Markt)
Brigitte Grabemann,
Tel. 0209 17709138

Erle

jeden 1. + 3. Donnerstag im Monat
11.00 Uhr, AWO-Seniorenzentrum
Darler Heide 59
Ursula Großmann
Tel.: 0162 860 76 68

Horst

nach telefonischer Vereinbarung
Helga Töpfer, Tel.: 0209 513498

Alle, die Interesse haben entweder
mit zu gehen oder selbst eine Spazier-
gangsgruppe zu leiten, können sich
beim **Generationennetz Gelsenkir-
chen e. V.**, Tel.: 0209 1696666 melden.

Kurzzeitpflege am Rungenberg

Könnte auch heißen "Kur Zeitpflege" am Rungenberg



Wir helfen Ihnen in Krisensituationen, im Anschluss an eine stationäre
Behandlung oder ermöglichen Ihnen einfach einen entspannenden Urlaub.

Wenn eine Pflegekraft im häuslichen Bereich ausfällt und nicht anderweitig
ersetzt werden kann, helfen wir Ihnen in dieser schwierigen Situation weiter.

Nach einem Krankenhausaufenthalt unterstützen wir Sie bei der Regeneration
und Mobilisation, damit Sie schnell wieder nach Hause kommen.

Wir ermöglichen den pflegenden Angehörigen eine Auszeit zu nehmen
und ohne schlechtes Gewissen zu entspannen und wieder Kraft zu tanken.

Mit Platz für Erholung und Genesung, unterstützt durch Pflegefachpersonal,
wird Ihr Aufenthalt bei uns eine willkommene Abwechslung zum Alltag sein.



Seit
2001
für Sie da

Was kostet Ihr Aufenthalt "Am Rungenberg"?

Durch Ihre Krankenkasse, Pflegekasse gegebenenfalls das Sozialamt wird Ihr Aufenthalt bei uns,
bedingt durch Ihre falls vorhandene Pflegestufe, zum Teil frei von Zuzahlung.

**Gerne helfen wir Ihnen bei der Antragstellung bei Behörden und Kassen. Noch Fragen?
In einem unverbindlichen Beratungsgespräch stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.**



Tel.: 0209-3 89 87-0 FAX.:0209-3 89 87-29

www.kurzzeitpflege-mikfeld.de info@kurzzeitpflege-mikfeld.de

APM Altenpflege Mikfeld GmbH, Horster Str. 160a, 45897 Gelsenkirchen

Wir bieten Ihnen
Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.



Seniorenzentren



SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.

Seniorenzentrum Gelsenkirchen-Buer

Darler Heide 59 • 45891 Gelsenkirchen
Fon: 0209 - 7030
sz-ge-erle@awo-ww.de

Seniorenzentrum Uhlenbrock

Mühlenstraße 124 • 45896 Gelsenkirchen
Fon: 0209 - 60060
sz-ge-hassel@awo-ww.de

Seniorenzentrum Gelsenkirchen-Horst

Marie-Juchacz-Weg 16 • 45899 Gelsenkirchen
Fon: 0209 - 951930
sz-ge-horst@awo-ww.de

Seniorenzentrum Gelsenkirchen-Schalke

Grenzstraße 49-51 • 45881 Gelsenkirchen
Fon: 0209 - 40940
sz-ge-schalke@awo-ww.de

Mehr zu uns unter: awo-seniorenzentren.awo-ww.de

MitMenschen.
FürMenschen.

Caritas
Gelsenkirchen

Selbstständig leben. Wir unterstützen Sie.

Caritasverband für die Stadt Gelsenkirchen e. V.

Das Leben genießen,
aktiv sein und sich auch
mal umsorgen lassen:

Wir helfen Ihnen, dies
individuell und selbst-
bestimmt zu tun.



Foto: istockphoto.com

Dabei unterstützen wir Sie:

- Renovieren, reparieren, Laub fegen, Fenster putzen, Transporte – alles rund um **Wohnen und Garten**.
- **Begleitung** zum Einkauf, zu Ärzten und Behörden, beim Spaziergang.
- Die Küche bleibt kalt? Wir sorgen für leckere **Mahlzeiten**.
- Spieleabende, Vorträge, Filme, Klönen bei Kaffee und Kuchen – bei uns ist **immer was los**. Bestimmt auch in Ihrer Nähe.
- Bei **Pflegebedürftigkeit** weitgehend selbstständig leben? Ja, denn wir stimmen unsere Pflegehilfen auf Ihre Bedürfnisse ab – ambulant und stationär.

Tel. 0209.15 80 60 | www.caritas-gelsenkirchen.de | Kirchstraße 51 | GE

