

Bitte mitnehmen!

# Wir Älteren



# Nachbarschaften

*Hier wird gelebt · Warum ich ein gute Nachbarin bin ·  
Nachbarschaften auf dem Dorf · Günter ist weg · Plädoyer  
für fremde Nachbarn · Nachbarschaft im Ausland · Der  
Traum vom Leben auf dem Land · Eine gute Nachbarschaft  
ist Lebensqualität · Buchvorstellung · Termine*



## DRK Seniorenzentrum Velbert gGmbH

Unser Leistungsangebot umfasst:

- Stationäre Altenpflegeplätze inkl. Kurzzeitpflege; Tagespflege
- Service Wohnen in verschiedenen Größen mit Serviceleistungen, die das Altersleben erleichtern

### Seniorenzentrum am Wordenbecker Weg

#### Mitten im Grünen

... bieten wir Ihnen eine allumfassende pflegerische und psychosoziale Betreuung: Als Bewohner in unserem Seniorenzentrum am Wordenbecker Weg oder als Gast der Kurzzeit- und Tagespflege, Ihre individuellen Bedürfnisse und Wünsche stehen immer im Mittelpunkt unseres Engagements.

### Residenz Rheinischer Hof

#### Leben im Herzen von Velbert

... bieten wir Ihnen mit unserem abgestuften Wohn- und Heimkonzept in der Residenz Rheinischer Hof. Genießen Sie die Annehmlichkeiten des Stadtlebens, die unmittelbare Nähe zur Fußgängerzone, die kurzen Wege zu Ärzten, Apotheken, Kirchen, Geschäften und Banken sowie die attraktiven Angebote im Freizeit- und erhalten Sie bis ins hohe Alter Unabhängigkeit, Sicherheit und Lebensqualität.

### DRK-Seniorentreff

#### Treffpunkt für den interessierten Velberter

... hier erwartet Sie ein wechselndes Veranstaltungsprogramm wie Quartalsgeburtstage, jahreszeitliche Feste, Bingo, Vorträge zu Fragen der Lebensgestaltung im Alter usw. Veranstaltungen bis zu 180 Personen sind möglich.



**DRK Seniorenzentrum Velbert gGmbH, Wordenbecker Weg 51–56, 42549 Velbert**  
Tel. 0 20 51/60 84-0, Fax 60 84-11 84, E-Mail: [seniorenzentrum@drk-sz-velbert.de](mailto:seniorenzentrum@drk-sz-velbert.de)

„Die gepflegte Art zu wohnen“



## Pflege und Demenz in Heiligenhaus


### Unsere Leistungen für Sie

- Wir bieten Kurzzeit-, Verhinderungs- und Dauerpflege
- Wir beraten bei Fragen zur Pflege und zur Demenz
- Wir sind Mitglied des Demenznetzes
- Ansprechpartnerin: Pflegedienstleitung Astrid Stankiewicz-Frisch



**Domizil Heiligenhaus**  
**Domizil Wohnfühlen GmbH**  
Südring 90, 42579 Heiligenhaus, Tel.: (02056) 5854 9-0  
[info@domizil-wohneuehlen.de](mailto:info@domizil-wohneuehlen.de), [www.domizil-wohneuehlen.de](http://www.domizil-wohneuehlen.de)

## Spezialbrillengläser für altersbedingte Makuladegeneration

Sie haben eine Makuladegeneration, klagen über starke Blendempfindlichkeit und Kontrastverlust? Hier kann das Spezialbrillenglas von  **SCHWEIZER** helfen:

AMD-

Es vergrößert, schützt vor UV-Strahlen und verbessert das Kontrastsehen.

Jetzt testen!

Ihr Spezialist für  
AMD-Spezialgläser:

optik  
a.reinders



## Nachbarschaften



**Liebe Leserin und lieber Leser,**

Von klein auf umgeben uns Nachbarn, sind oft „Tante“ und „Onkel“ und zeigen uns die Welt außerhalb der Familie mit anderen Werten. Wir kennen auch alle Zerrbilder von Nachbarschaft, und die Fernsehproduktionen leben davon. Unvergessen aus den 60ziger Jahren das Ohnsorg Theater mit „Tratsch im Treppenhaus“, in verfeinerter Form heute abgelöst von der „Lindenstrasse“.

Nachbarschaft ist ein Wert, der aktuell eine große Rolle spielt und gerade in Städten neu belebt wird. Alternative Wohnformen entstehen und helfen gegen soziale Isolation.

Wollen wir nachbarschaftlich gute Kontakte, müssen wir uns „in Gang“ setzen.

Auch Intergration lebt nur dadurch, dass wir (innerlich und äußerlich) an eine fremde Tür klopfen.

Ich selbst lebe seit 8 Jahren in einem Mehrgenerationen-Wohnprojekt und meine Nachbarin Bärbel Bachmann hat das Zusammenleben in Versform launig beschrieben.

Unsere Artikel zeigen eine Mischung aus den Erfahrungen in früherer Zeit und geben Anregungen wie heutige Erfordernisse für eine gute Nachbarschaft aussehen können.

Wir wünschen Ihnen die positive Neugier und die Offenheit, die es braucht, den Menschen neben uns kennen zu lernen.

Ihre Ursula Schwarze

### Nachbarschaft als wichtiges Gemeinschaftsleben

Ute Moll .....2

### Hier wird gelebt

Bärbel Bachmann .....3

### Warum ich ein gute Nachbarin bin

Dagmar Haarhaus .....4

### Nachbarschaften auf dem Dorf

Annemarie Vinck .....6

### Günter ist weg

Helga Licher .....8

### Gute Nachbarschaft

Armin Merta .....9

### Plädoyer für fremde Nachbarn

Barbara Grieving .....13

### Nachbarschaft im Ausland

Marianne Fleischer .....15

### Der Traum vom Leben auf dem Land

Rosemarie Koch .....17

### Eine gute Nachbarschaft ist Lebensqualität

Martina Müller .....18

### Ein Lutherlied macht Nachbarn zu Freunden

Ruth Ortlinghaus .....20

### Buchvorstellung:

Christian Nürnberg und Petra Gerster: Der rebellische Mönch, die entlaufene Nonne und der größte Bestseller aller Zeiten: Martin Luther. ....20

## Nachbarschaft als wichtiges Gemeinschaftsleben

*Ute Moll*

**A**ls alleinlebende Frau von 73 Jahren mache ich mir schon seit geraumer Zeit Gedanken über eine für mich zufriedenstellende Wohn- und Lebensform im Alter. Ist meine jetzige und evtl. kommende Situation die für mich beste und richtige? Jetzt habe ich noch einen sogenannten „fließenden“ Alltag mit etlichen Interessen, selbstgewählten Aufgaben und vielen verstreuten Kontakten. Werde aber jedes Mal sehr nachdenklich, wenn ich im Bekanntenkreis und in der Nachbarschaft mitbekomme, wie Krankheit und Sterben das Leben radikal verändern kann.

Ich habe erkannt, dass das Altern nicht nur ein Vorgang, sondern auch eine Aufgabe ist, bei der viel zu bedenken ist und vor allen Dingen nach möglicher Hilfestellung schon frühzeitig Ausschau gehalten werden sollte. Über einige Lebensformen im Alter konnte ich viele Beispiele in entsprechender Literatur finden. Habe mich dann auf den Weg gemacht, alternative Wohnformen zu finden und zu besuchen. In dieser Zeit konnte ich auch meine eigenen Wünsche und Bedürfnisse genau unter die Lupe nehmen und erkennen.

In Büchern fand ich die Thesen von Soziologen und Psychologen, die da sagen, der Mensch ist ein soziales Wesen, er sei nicht dazu geschaffen alleine zu leben. Diesen Erkenntnissen kann ich mich kaum entziehen und erwehren, denn meine Sehnsucht nach Kontakt und meine Lebenserfahrung bestätigen dieses. Der Mensch braucht, egal in welchem Alter, die Erfahrung und Unterstützung anderer Menschen, damit er sich geborgen und zuhause fühlen kann.

In vergangenen Zeiten war es wohl die Großfamilie, die diese Aufgabe erfüllen konnte. Aber

diese sind heute selten. Während die Lebensform der Großfamilie sich weitgehend aufgelöst hat, wird eine funktionierende Nachbarschaft immer interessanter und wichtiger. Sie ist heute von vielfältiger Bedeutung. Nachbarschaft ist als Ersatz für die Großfamilie auch ein wichtiges Stück Heimat und kann ein identitätsstiftendes Zusammenleben ermöglichen. Ich kann in einer lebendigen Nachbarschaft Freunde finden sowie auch konkrete Hilfe für den Alltag.

Unser heutiges Leben findet häufig in kleineren und größeren Kommunen statt. Manche Berufstätige erleben ihr Haus und ihre Wohngegend lediglich als Schlafstätte, weil sie tagsüber in anderen Orten arbeiten und in ihrer Freizeit nur wenig Kontakt zu ihren Mitbewohnern und Nachbarn suchen und finden können. Sie leben fast anonym. So haben sie nur dünne Wurzeln in ihrem direkten Wohnumfeld und sind nach ihrer Berufstätigkeit sehr auf sich selbst gestellt.

Spätestens dann interessiert man sich für die Menschen und Familien im näheren Umfeld. Dadurch, dass man wesentlich mehr Zeit in den eigenen vier Wänden verbringt, hat man auch jetzt Gelegenheit, seine Nachbarn häufiger zu erleben und besser kennenzulernen. Mir ging es ähnlich. Endlich habe ich Zeit, am Nachbarschaftsfest teilzunehmen und die Wesensmerkmale dieser Menschen näher zu betrachten. Ich kann ihnen an den folgenden Tagen viel persönlicher begegnen und mit ihnen in näheren Kontakt kommen. Ich kann mir ihre Sorgen anhören und ihnen meine eigenen mitteilen.

Ich selbst bin heute froh und dankbar, ein großes nachbarschaftliches Umfeld zu haben. Es gibt ein gutes Gefühl, dass Hilfe erreichbar ist, wenn ich sie brauche. Die Nachbarn in meinem Haus versorgen untereinander die Pflanzen und den Briefkasten und springen ein, wenn Termine in der Wohnung wichtig sind und die Wohnungsinhaberin nicht anwesend sein kann. Darüber hinaus ist ein Plausch im

Treppenhaus oder vor dem Haus sehr wichtig, ich erfahre dann meistens etwas über die aktuelle nachbarschaftliche Lebenssituation. Eine wunderbare und unvergessliche Nachbarschaftshilfe wurde mir zuteil, als ich mich einer Operation unterziehen musste, nicht Auto fahren und viele Dinge nicht alleine bewältigen konnte. Meine direkte Nachbarin lieh mir ihre Gehhilfen aus und meine nachbarschaftliche Freundin fuhr mich mit ihrem Auto zu Nachsorgeterminen und zum Einkaufen.

Nachbarschaftliche Hilfe ist also eine große Kostbarkeit, die ich noch ausbauen und auf keinen Fall missen möchte.

---

## Hier wird gelebt

*Bärbel Bachmann*

*Lebendiges Wohnen in Wuppertal –  
Das ist doch bekannt durch den 3. Kanal.*

*Ein Mehrgenerationen-Wohnprojekt,  
das kriegen die wenigsten Leute gecheckt.*

*„Ach betreutes Wohnen, doch Altenheim,  
da bin ich zu jung für, da pass ich nicht rein“.*

*Man wird oft gefragt: „Wie lebt es sich dort?“  
„Was ist das für ein besonderer Ort?“*

*„Lebt ihr wie im Dorf, so wie’s früher mal war  
– ein jeder kennt jeden, seid ihr euch sehr  
nah?“*



*„Habt ihr denn auch ein Gemeinschaftshaus  
zum Waschen, zum Backen und für einen  
Schmaus?“*

*Man mutmaßte gar: Ist’s denn ein Freuden-  
haus, das sprach man hinter der Hand nur  
aus!*

*Ja, Freudenhaus wäre das richtige Wort –  
doch damit verbind ich’nen anderen Ort.*

*Hier wird viel gegeben und manches emp-  
fangen, man weiß von dem ein oder anderen  
Verlagen.*

*Ich sag dann: Von allem ist etwas darin,  
kommt einfach mal rein, es wird klar euch der  
Sinn.*

*Ich war mal schlecht drauf und fühlt mich  
ganz mies, wollte gar nicht mehr raus aus  
dem eignen Verlies – hat zu gar nichts mehr  
Lust – mir war übel fast schon, wollte stun-  
denlang sitzen auf dem eignen Balkon.*

*Ein Blick in den Hof – da wird mir gewahr,  
eine fröhlich lachende Menschenschar!*

*Denk ich so bei mir – was soll dieser Spaß,  
ich geh nur kurz runter – ich kenne mein Maß!*

*Steck nur mal die Nase so knapp um die  
Ecke, dann ganz schnell zurück in mein eignes  
Verstecke.*

*Bestimmt will ich unten nicht lange bleiben,  
denn draußen da stört mich das fröhliche  
Treiben.*



*Zum Überfluss kommt jetzt die Sonne heraus  
– ich mach 3 Schritte – es ertönt der Applaus!*

*„Wo bist Du gewesen – wir warten auf Dich!  
Da fällt mir ein: Die Idee hatte ich.*

*Das Glas in der Hand – ich fühlte mich stark:*

*„Wir könnten mal wieder.. – ich mach den  
Vorschlag ein Fest draußen zu feiern, auch  
so ohne Grund und jeder, der will, bringt was  
mit für den Mund. Es muss ja nicht immer  
was sein zum Essen, man könnte auch eine  
Geschichte vorlesen, vielleicht etwas singen –  
vielleicht etwas dichten.*

*Da seht ihr – ich hab euch was mitgebracht,  
das hätte ich ohne euch gar nicht gemacht!*

*Man muss sich nur trauen – das ist manchmal  
schwer. Drei Schritte ins Leben – die Freude  
kommt her!*

---

## Warum ich ein gute Nachbarin bin

*Dagmar Haarhaus*

**M**eine Mutter lebte mit drei Frauen und drei kleinen Kindern in einem Wohnhaus in der Lotte-Neumann-Siedlung in Wuppertal, wo sie auch den 2. Weltkrieg erlebten.

Da die drei Ehemänner sich im Krieg befanden, waren die Frauen auf sich alleine gestellt und versuchten, den Kriegsalltag zu bewältigen. Nahrungsmittel waren knapp, ebenso das Heizmaterial für die Öfen. Um einigermaßen ein normales Leben aufrecht zu erhalten, wurde die tägliche Arbeit aufgeteilt. Meine Tante Lilo wanderte mit einem Rucksack in die nähere Umgebung, um bei den Bauern zu „hamstern“, in der Hoffnung, man würde ihr einige Kartoffeln oder Obst aushändigen. Derweil versorgte meine Mutter die drei Kleinen, spielte mit ihnen, während Tante Erika in den nah geleg-

nen Wald ging, um Kleinholz aufzusammeln, damit der Ofen in den Wintermonaten Wärme spenden konnte. Die außergewöhnliche Situation schweißte die Frauen zusammen, so dass aus den Nachbarinnen eine wunderbare Frauenfreundschaft entstand, die auch ich noch erleben konnte.

Mutter war der Meinung, nur durch die Harmonie der Nachbarschaft, die gegenseitige Hilfe, das große Vertrauen war es möglich, gemeinsam die schwere Zeit durchzustehen.

In diese Nachbarschaft, in diese Harmonie kam ich im sehr kalten Winter 1946 auf die Welt. Während ich heranwuchs, lernte ich die Freundinnen meiner Mutter kennen und durfte sie Tante nennen. Auch sie haben mir oft von der schweren, aber auch schönen Zeit der Gemeinsamkeit und Harmonie berichtet.

Nach Kriegsende, alle drei Männer kehrten unversehrt zurück, blieb die Frauenfreundschaft bestehen, und alle lebten zufrieden miteinander, wobei meine Mutter leider erleben musste, dass ihre beiden Freundinnen zuerst verstarben.



Erst viel später, als ich von daheim weg-zog, konnte ich selbst erfahren, was eine gute Nachbarschaft ausmacht und warum ich meine, eine gute Nachbarin zu sein.

Siebenundzwanzig Jahre habe ich in Münster gewohnt. Meine erste Begegnung mit meinen neuen Nachbarn war bei meinem Umzug sehr unangenehm, da aus Unwissenheit der Parksituation, der Möbelwagen einen Parkplatz belegte. Die Parkplätze vor dem Haus, wie ich dann erfahren habe, waren an die Mieter vermietet. Der Auftritt meines neuen Nachbarn war bühnenreif. Vom Balkon seiner Wohnung aus wurde ich erst einmal angebrüllt, wieso der Umzugswagen dort parken würde. Geschockt vom seinem heftigen Ausbruch beschlich mich das Gefühl, mit dem Nachbarn sei wohl zukünftig kein gutes Kirschenessen möglich. Aufatmen konnte ich, als wenige Wochen später der Nachbar verstarb.

Aber seine liebenswerte Frau schenkte mir Brot und Salz zum Einzug und wünschte mir eine gute Nachbarschaft.



Dieser Wunsch wurde beidseitig erfüllt. Es dauert nicht lange, so verabredeten wir uns immer an einem Tag in der Woche. Entweder unternahmen wir Ausflüge in die Umgebung oder abwechselnd trafen wir uns in unseren Wohnungen, erzählten oder spielten Karten. Durch ihre unaufdringliche Nachbarschaft erleichterte sie mehr das Eingewöhnen in die neue Umgebung. Wir tranken Brüderschaft und tauschten dabei unsere Haustürschlüssel.

Befand sich meine Nachbarin in Urlaub, wurden die Balkonblumen von mir versorgt, ebenso der Briefkasten geleert. Gleiches hat sie mir gewährt, wobei Ihre Unterstützung für mich noch breiter gefächert war, da ich mich noch im Berufsleben befand. Und bald spürte ich, dass das nachbarschaftliche Verhältnis sich in Freundschaft umwandelte, ähnlich wie damals bei meiner Mutter. Wir konnten uns aufeinander verlassen und waren zur Stelle, wenn man gebraucht wurde. Nun lebe ich schon über 10 Jahre in Heiligenhaus und ich kann sagen, dass uns zwar die Kilometer trennen, aber diese keinen Einfluss auf die Intensität unserer ehemaligen Nachbarschaft haben. Heute ist meine Freundin 83 Jahre und fährt weder Auto noch mit der Bahn. Dafür haben wir eine Lösung gefunden, weil ich sie hin und wieder gerne in Münster besuche.

Mit meinen Nachbarn in Heiligenhaus besteht auch eine Harmonie. Wir kennen keinen „Streit am Zaun“. Gegenseitig sind wir hilfsbereit sowie zu jeder Zeit ansprechbar. Wir planen gemeinsame Unternehmungen, wobei der persönliche Freiraum erhalten bleibt.

Und bei all meinen Erfahrungen, die ich mit meinen verschiedenen Nachbarn gemacht habe, war es mir wichtig, selbst eine gute Nachbarin zu sein, um dadurch ein angenehmes Nähe-Distanz-Verhältnis aufzubauen.



---

## Nachbarschaften auf dem Dorf

*Annemarie Vinck*

Nachdem mein Vater 1937 an einer eitrigen Mandelentzündung gestorben war – damals gab es weder Penicillin noch Antibiotika – zog meine Mutter mit meiner Schwester (8 Jahre) und mir (9 Jahre) von Essen weg zu ihren Eltern in das 2000-Seelendorf Flonheim im rheinhessischen Hügelland. Hier wuchsen wir in einer Dorfgemeinschaft auf, in der jeder jeden kannte.

Rechts neben uns wohnte ein wohlhabender Weinhändler mit Frau, Sohn und Tochter. In den 40er und 50er Jahren hatten wir noch kein Telefon, deshalb wurde in dringenden Fällen beim Nachbarn angerufen, der dann meine Mutter oder Großmutter ans Telefon holte. Von 1951 bis 1952 lebte ich als Au pair-Mädchen in London. Im Mai 1952 wurde meine Großmutter

80 Jahre alt, und ich durfte vom Telefon meines Arbeitgebers anrufen, um zu gratulieren. Die Nachbarsfrau hat dann meine Großmutter ans Telefon gerufen. Am folgenden Tag stand in der „Allgemeinen Zeitung“ der Vermerk „Eine Einwohnerin aus Flonheim wurde 80 Jahre alt und von ihrer Enkelin aus London angerufen.“

Nachdem diese Nachbarn gestorben, deren Kinder verheiratet und ausgezogen waren, wurde in den 60er Jahren das Haus an ein junges Paar verkauft.

Er war von Beruf Restaurator am Museum, sie Logopädin. Beide haben in den folgenden Jahren aus dem Nachbarhaus, dem ältesten Gebäude in Flonheim, in Eigenarbeit ein Schmuckstück gemacht.

Unsere Mutter starb 1992. Danach verkauften meine Schwester und ich das seit Jahrhunderten im Familienbesitz gewesene Anwesen. In der letzten Nacht, in der ich dort schlief, träumte ich, dass über dem Eingang zum Weinkeller die Jahreszahl 1718 stünde.



Am nächsten Morgen stellte ich fest, dass tatsächlich die Jahreszahl 1778 über der Tür eingeritzt war. Ich konnte nur darüber staunen, dass dieser Weinkeller zu Zeiten Friedrichs des Grossen und von Maria Theresia gebaut worden war und wir nie darauf geachtet hatten!

Zum Abschied von Flonheim haben wir die neuen Nachbarn im Febr. 1993 zum „Kreppel-Kaffee“ (das sind Berliner Ballen) eingeladen, zusammen mit den Käufern des Hauses, dazu noch zwei weiteren Familien, mit denen wir befreundet oder verwandt waren, um unseren Nachfolgern einen guten Start in Flonheim zu ermöglichen.

Im Haus neben dem Weinhändler lebte die Familie C. Der Vater war einst ein sehr reicher Mann, der in der Inflation sein Geld verlor. Deshalb mussten die zwei jüngsten Töchter eine Stelle annehmen. Emilie u. Lisbeth wurden Hausdamen in wohlhabenden Familien in Oberhessen, während die älteste Schwester, unser Tante Käthchen, die Stellung daheim hielt. Auch wenn wir nicht verwandt waren, so waren diese drei unverheirateten Frauen für uns „richtige“ Tanten.

An „Großkampftagen“, also an Tagen, an denen es hoch her ging, weil z.B. geschlachtet, Rübensirup oder Latweg (Pflaumenmus) gekocht wurde, stand Tante Käthchen immer bereit um zu helfen. Zur Schlachtung brachte sie eine spezielle große flache Schüssel mit, in der sie das aus der Kehle des Schweins rinneude Blut auffing, das für die Blutwurst vonnöten war. Latweg und Rübensirup wurden stundenlang im grossen Kupferkessel im Hof gerührt. An solchen Tagen war Tante Käthchen stets zur Stelle, um beim Umrühren abzulösen.

Am Ende eines Schlachttages, an dem im selben Kupferkessel im Hof Fleischstücke und Würste gegart worden waren, wurde die gute Brühe, bei uns „Metzelsuppe“ genannt, an die Nachbarschaft verteilt. Wir Kinder brachten je eine 2-3 Ltr. fassende Milchkanne mit dieser köstlichen Metzelsuppe in die Nachbarhäuser.

Bei Familien mit Kindern schwamm in der Brühe dann pro Kind noch eine Wurst.

Im Nachbarhaus zur Linken von uns lebte eine Kleinbauernfamilie ohne Pferde, nur mit Kühen. Elsa, die Schwester des Bauern, fast blind und deswegen sehr behindert, kam immer zum Geburtstag unserer Mutter oder unserer Großmutter mit einem selbst verfassten Gedicht, das sie stolz und freudig vortrug.

Zwei Häuser weiter wohnte eine Altersgenossin von mir namens Lina. Auch ihr Vater betrieb eine kleine Landwirtschaft. An den Sonntagen im Winter kamen Lina und eine andere Klassenkameradin namens Henny immer zu uns. Wir spielten „Spitz pass auf“, „Die Rheinreise“ – ein Würfelspiel, oder „Schwarzer Peter“ usw. Henny war die Tochter eines Lumpensammlers, hatte noch 11 Geschwister. Sie war die Jüngste und erinnerte sich vor einigen Jahren an unsere sonntäglichen Spiele und kommentierte dazu, dass sie daheim ja überhaupt keine Spiele besaßen. Kann man sich in der heutigen Zeit so etwas vorstellen?

Weil ich mit Lina befreundet war wurde ich natürlich auch manchmal in den schlechten Zeiten zu ihr geschickt mitsamt der Milchkanne und der Frage, ob wir wohl „einen Schoppen“ (1/2 Liter) Milch haben könnten.

Zur Nachbarschaft gehörte natürlich auch unser Tante Lenchen. Sie war die Schwester meiner Großmutter mütterlicherseits und betrieb einen Kolonialwarenladen. Als wir größer wurden, halfen meine Schwester und ich samstags beim Verkauf im Geschäft, einem typischen Tante-Emma-Laden. Zucker, Salz, Reis usw. musste alles abgewogen werden. Öl wurde in mitgebrachte Flaschen gezapft, Senf in bereit gehaltene Gefäße abgefüllt, die Preise per Hand auf einem Block notiert und zusammengezählt. Während des Krieges und danach mussten die von den Lebensmittelkarten abgeschnittenen Zuteilungsberechtigungen gesammelt und auf Blätter aufgeklebt werden. Das war eine heillose Arbeit.

Gegenüber unseres Hauses hatte Anfang der 60er Jahre ein Ehepaar gewohnt, das uns bei der Weinlese half. Damals waren viel weniger Maschinen im Einsatz als heutzutage, deshalb mussten abends nach der Lese noch die Kelterarbeiten ausgeführt werden. Da wurden also die gemahlten Trauben per Eimer in die Kelter geschüttet, dann beschwert, um danach langsam mit dem Pressen zu beginnen. Der frisch gepresste Most wurde mangels fehlender Pumpe eimerweise in den Keller getragen und in große Trichter über den Fässern gekippt. Diese Arbeiten dauerten oft bis Mitternacht.

Infolge der immer größer werdenden Wohnungsnot nach den Bombenangriffen während des Krieges, wurden auch bei uns zwei Zimmer beschlagnahmt und eine junge Familie mit einem Kind eingewiesen. Eines Tages war es soweit: Kind Nr.2 drängte ans Licht der Welt. Der Ehemann und werdende Vater setzte Töpfe mit Wasser auf den Kohleherd und geriet in Panik, weil der Hausarzt ausblieb. Aufgeregt rannte er zu meiner Mutter, die ihn zur Wohnung des Hausarztes schickte. Dann kümmerte sich Mama um die werdende Mutter. Nie im Leben hatte sie einer Schwangeren beigestanden. Aber nun ging alles atemberaubend schnell und glücklicherweise komplikationslos. Jedenfalls stand Mama mit einem Neugeborenen da, dem sie die Nabelschnur abwickelte, die sich rund um den Hals gelegt hatte, als wenige Minuten später der Hausarzt und der junge Vater eintrafen.

1957 zog ich dann mit meinem Mann nach Essen. Die Erfahrungen dort mit unseren Nachbarn über viele Jahre sind dann wieder ganz andere Geschichten.

Wenn ich, die man neuerdings „hochbetagt“ nennt, viele Jahrzehnte meines Lebens Revue passieren lasse, dann stelle ich fest, dass das Leben mit diesen aufgeführten Mitmenschen, Wegbegleitern, Nachbarn und vielen weiteren, nicht genannten, Nachbarschaften rund und bunt war, aber niemals langweilig.



---

### Günter ist weg...

*Helga Licher*

**W**ir sind in größter Sorge. Gestern stand der kleine Kerl noch gut gelaunt im Kräuterbeet, und heute ist er plötzlich spurlos verschwunden. Mein erster Gedanke ist, Günter ist vielleicht einfach nur umgezogen. Er liebäugelte schon lange mit dem Begonienbeet in Nachbars Garten.

Stundenlang suchen mein Mann und ich in der näheren Umgebung nach unserem Liebling, aber Günter ist und bleibt unauffindbar.

Ach so, – sie kennen Günter noch nicht? Günter ist ein kleiner Gartenzwerg, der seit etwa vier Wochen in unserem Garten sein Zuhause gefunden hat. Er ist ungefähr dreißig Zentimeter groß, trägt eine rote Zipfelmütze und hat eine blaue Gießkanne in der Hand. Sie werden sicher denken, na ja, so sehen fast alle Gartenzwerge aus. Doch da muss ich widersprechen. Günter ist etwas ganz besonderes. Nur er hat dieses ansprechende Lächeln auf

den Lippen und in der linken Wange dieses entzückende Grübchen.

Mein Gatte ist untröstlich, er kann sich nicht erklären warum dieser Wicht über Nacht das Weite gesucht haben könnte. Und darum hat er eine abenteuerliche Theorie parat. „Günter ist nicht freiwillig gegangen...“, sagt mein Mann und macht ein bedeutungsvolles Gesicht. „Ich bin ganz sicher, Günter wurde entführt!“ Ich erschrecke, wer sollte Interesse daran haben, einen unschuldigen Gartenzwerg zu entführen? Gibt es Menschen, die so einem Winzling Schaden zufügen könnten?

Günter tat keinem etwas zu Leide, er war der verträglichste Zwerg, den ich kenne. Und ich kenne fast alle Gartenzwerge in unserer Nachbarschaft. „Ich bleibe dabei, Günter wurde entführt“, sagt mein Gatte. „Frau Berger, unsere Nachbarin, vermisst ihren Zwerg auch seit einigen Tagen. Er stand im Kräutertopf unter dem Küchenfenster.“ Ich bin erschüttert.

„Dafür kann doch nur eine organisierte Zwergen-Diebes-Bande verantwortlich sein. Sollte man den Fall nicht vielleicht der Polizei übergeben? Ich werde mal mit Frau Berger reden.“ Doch von dieser Strategie will mein Mann nichts wissen. „Die Polizei ist doch schon viel zu sehr überlastet, immerhin ist es doch nur ein Zwerg.“

Ich horche auf. Für mich ist Günter mehr als „nur ein Zwerg“, er gehört eigentlich schon zur Familie. Ich beschließe mit unserer Nachbarin ein ernstes Wörtchen zu sprechen. Schließlich ist auch sie betroffen. Wenn schon die Polizei sich nicht um diese merkwürdigen Vorfälle kümmert, so könnten wir doch gemeinsam versuchen diesen mysteriösen Ereignissen auf den Grund zu gehen. Gesagt getan...

Bei einer guten Tasse Kaffee und leckerem Kirschkuchen sind Frau Berger und ich uns schnell einig. Regelmäßig, am ersten Mittwoch im Monat werden wir uns zum Kaffee treffen und uns über allgemeine Themen austauschen. Das Thema Gartenzwerge wird dabei

sicher auch nicht zu kurz kommen. Frau Berbers Gartenzwerg ist übrigens nie mehr aufgetaucht. Aber wir haben unserer Nachbarin zum Trost ein kleines Gartenzwerg-Mädchen geschenkt. Aus dieser spontanen Idee ist übrigens eine sehr nette Freundschaft entstanden.

Und unser Günter ist irgendwann auch wieder aufgetaucht. Er brauchte wahrscheinlich dringend eine Auszeit von unserem Familienleben und hatte sich zur Erholung in Ricos Hundehütte zurückgezogen. Ob das letztendlich eine wirkliche Erholung für ihn war, sei mal dahingestellt.

Seit einigen Tagen steht übrigens ein neuer Gartenzwerg in unserem Begonienbeet. Günter hat jetzt einen Freund, und der heißt Uwe...

---

## Gute Nachbarschaft

*Armin Merta*

Die Straße – und damit die Nachbarschaft in dieser Straße –, in der wir wohnen, entstand in den Jahren 1950-1952 aus einer Zwangslage heraus. Wohnraum war zu dieser Zeit nach dem Krieg immer noch Mangelware. Das Evangelische Hilfswerk als Bauträger und der Deutsche Siedlerbund als Berater boten bauwilligen Familien an, ganze Siedlungen gemeinsam zum größten Teil als Eigenleistung zu errichten. So sollten hier auf ehemaligem Ackerland 8

Doppelhäuser in zwei Baugruppen entstehen. Es gab anfangs mehr Bewerber für diese Doppelhäuser, als Häuser entstehen sollten. Bewerben für den Bau dieser Häuser konnte sich jedermann. Die Anwärter für diese Straße kamen nach dem Krieg aus Ostpreußen, Schlesien, dem Sudetenland, dem Sauerland, aus Dresden, Holland, aber auch aus Kettwig, Velbert und Heiligenhaus. Mit einfachsten Werkzeugen, Schaufel, Pickel und Schubkarre hoben die Männer zunächst alle Baugruben per Hand aus. Schweres Gerät fehlte. Dann wur-



den alle Keller errichtet, danach folgte jeweils das Obergeschoss, schließlich das Dach. Als der Rohbau abgeschlossen war, einschließlich der elektrischen Leitungen

und der sanitären Anlagen wurden die Häuser verteilt. Welche Familie am meisten Stunden in Eigenleistung nachweisen konnte, durfte sich als Erste ein Haus aussuchen. Hatten die Männer bis dahin eifrig und willig zusammen gearbeitet, gab es jetzt die ersten Spannungen. An weitere gegenseitige Hilfe war vorerst nicht zu denken, hatte doch jede Familie damit zu tun, selbst die Außenanlagen in Ordnung zu bringen. Die Frauen kümmerten sich mittlerweile um die Gärten. Sinn einer solchen Siedlung mit Grundstücken zwischen rund 650 m<sup>2</sup> bis fast 900 m<sup>2</sup> war es, dass sich die Familien zu einem großen Teil selbst versorgen sollten, mit Obst, Gemüse, Kartoffeln und selbst gehaltenem Kleingetier wie Hühner oder Hasen oder gar einem Schwein. Der damalige Vorsitzende der Siedlergemeinschaft, sie nannten ihn Obmann, hatte noch 5 Jahre damit zu tun, viel Schriftkram mit dem Bauträger zu erledigen,

wurden die Häuser doch erst nach diesen 5 Jahren wirklich den Bewohnern ins Grundbuch eingetragen. Die großen Gemeinschaftsveranstaltungen gab es damals noch nicht. Allerdings ist bekannt, dass sich bei Jubiläen manchmal einige Nachbarn zusammen taten und ihren Jubilaren etwas schenkten, wie eine weiße Tischdecke oder etwas ähnlich Nützliches für den Haushalt.

Als der erste Obmann verstarb, fand sich schnell ein neuer 1.Vorsitzender, der mal eine Reise und später für das 25-jährige Bestehen der Siedlergemeinschaft ein großes Fest organisierte. In seiner Rede bei diesem Jubiläum verwies er auf die viele Arbeit, die geleistet worden war und die noch zu leisten sei. Kurz darauf starb er noch relativ jung.

1979 zog ich mit meiner Familie in eine Doppelhaushälfte in diese Straße. Für uns gab es erst einmal sehr viel zu tun. Wir gestalteten den vorher fast reinen Gemüsegarten in einen Bereich zum Leben um. Zu den direkten Nachbarn hatten wir etwas Kontakt. Wir fanden die direkte Nachbarschaft sehr angenehm. Wenn wir

uns besonders plagen mussten, kamen Nachbarn zu uns, einfach um uns bei der schweren Arbeit zu helfen. Wir hatten sofort Jemanden, der auf unser Haus aufpasste, wenn wir dreimal im Jahr zu unseren Eltern ins Frankenland fuhren oder eine kleine Urlaubsreise antraten. Zu mehr Nachbarn als zu den direkten hatten wir wenig bis gar keinen Kontakt.

Das änderte sich ab 1985. Ende 1984 wurde ich gefragt, ob ich mir vorstellen könnte, neuer 1.Vorsitzender der Siedlergemeinschaft zu werden. Damit alle Nachbarn wieder mehr miteinander zu tun und zu reden hatten, organisierte ich ein großes Fest und einen Tagesausflug. Für das Fest stellte ein Nachbar seine große Bar mit zwei anschließenden Räumen und den Garten zur Verfügung. Die Teilnahme war sehr groß. Das zeigte, die Nachbarschaft hatte schon lange auf so etwas gewartet. An diesem Abend wollten die Nachbarn mir gegenüber dankbar sein. Sie wollten mir laufend Herrengedecke spendieren, also jeweils ein Pils mit einem Schnaps. Ich merkte sehr bald, dass mir das nicht gut tun würde und bremste sie ab. Es wurde ein wunderbar nachbarschaftlicher Abend, bei dem aus manchen „Sie“ oftmals ein „Du“ wurde. Auch beim ersten Ausflug – als Eisenbahnfan natürlich eine Fahrt mit der Museumsbahn von Dahlhausen ins Muttental – wollten sehr viele Nachbarn mit. Nun war ich bei allen Alteingesessenen bekannt.

Bei Problemen fanden sich schnell Familien zusammen, die anderen Familien halfen. Ein

Beispiel dazu: Wir bekamen neue Nachbarn. Das Haus war durch den Vorgänger sehr herunter gekommen. Der noch junge Familienvater brachte das Haus innen in Schwung. Leider starb er ein halbes Jahr nach dem Einzug. Für seine Familie war das ein großer Schlag. Einige Familien entschlossen sich, an 4 – 5 Samstagen für die junge Witwe und deren Kinder in Gemeinschaftsarbeit hinter dem Haus eine große neue Terrasse zu bauen. Die Witwe sorgte dafür, dass es mittags etwas zu Essen gab. Solche Gemeinschaftsaktionen trugen zur Stärkung von guter Nachbarschaft und zu Freundschaften bei.

Nachbarn, die vorher nicht zur Siedlergemeinschaft gehörten, traten uns bei. Es gab sogar junge Familien, die sehr interessiert daran waren, in unsere Straße zu kommen, sobald ein Haus zum Verkauf anstand. Und auch sie traten bei.

Das klingt nun alles nur nach Harmonie ohne jeden Streit. Doch, auch bei uns kann es zu Streitigkeiten kommen. Vor langer Zeit baten mich mal zwei Familien wegen eines Streits zu sich. Ich konnte nur sehr genau zuhören, Verständnis zeigen, aber einmischen konnte ich mich nicht. Dazu war ich zu wenig Fachmann. Außerdem hätte ich ja irgendwann doch für eine der Familien Partei ergreifen müssen und wäre somit in den Streit hinein gezogen worden. Im Falle eines Streites sollten die Betroffenen miteinander reden.

### Gutschein über 25 Euro

**Diesen Gutschein können Sie gleich bei Ihrem nächsten Umzug\* bei uns einlösen!**

Er ist nicht personengebunden, somit auch auf weitere Personen übertragbar.  
Einfach dem Vorarbeiter beim Umzug vorzeigen!

\*Nur gültig bei Abruf von Umzugsleistungen.  
Nicht einlösbar beim Kauf von Kartons o. ä.  
Pro Auftrag ist nur die Anrechnung eines Gutscheins möglich.



Siemensstr. 50 · 42551 Velbert  
Tel. 0 20 51/93 23 03 · Fax 0 20 51/93 23 00  
kontakt-velbert@deutsche-senioren-umzuege.de  
[www.deutsche-senioren-umzuege.de](http://www.deutsche-senioren-umzuege.de)

### Ihr DSU-Partner für den Raum:

Velbert · Heiligenhaus  
Ratingen · Mettmann  
Wülfrath · Wuppertal  
Sprockhövel

*Lebenserfahrung  
braucht einen  
besonderen Umgang*



Warum kann man nicht so etwas bauen, wie es mein direkter Nachbar und ich getan haben? Über den Zaun existiert eine Theke, daneben ist ein Schild mit der Aufschrift „Bierweg“ angebracht. Im Sommer treffen wir uns zu viert an dieser Stelle, genießen ein oder zwei

kühle Pils, die Frauen Sekt und unterhalten uns entspannt ein bis zwei Stunden.

Fast 33 Jahre bin ich nun 1. Vorsitzender unserer Siedlergemeinschaft, und sie funktioniert als relativ gute Nachbarschaft. Gerade in den letzten fünf Jahren bekamen wir viele junge neue Mitgliedsfamilien, die sich bei Ideen zur Gestaltung einer aktiven Nachbarschaft und auch im Vorstand einbringen. Die Alten unter uns freuen sich über den Nachwuchs und über die vielen Kinder. Manche haben einen guten Blick für fremde Autos – sie schreiben schon mal die Nummernschilder auf – oder für fremde Personen, die ihnen nicht ganz geheuer vorkommen. Verhindern konnten sie die beiden Einbrüche in den letzten vier Jahren allerdings nicht. Aber das ist doch auch etwas, was gute Nachbarschaft ausmacht.

Wir fühlen uns hier wohl wie die meisten Nachbarn. Veranstaltungen wie Wandern, Kegeln, Tagesausflüge, Kinderfeste fanden mal mehr mal weniger Zuspruch. Geblieben ist seit

## Hilfe auf Knopfdruck: Zuhause oder unterwegs! Die Johanniter-Notrufsysteme sichern jede Lebenslage ab.

### Der Johanniter-Hausnotruf: das Notrufsystem für zuhause

Das Hausnotrufsystem der Johanniter sorgt bereits seit 30 Jahren dafür, dass sich Menschen zuhause sicher aufgehoben fühlen. Der Johanniter-Hausnotruf ist rund um die Uhr erreichbar – ein Knopfdruck genügt und Sie werden mit Menschen verbunden, die für Sie da sind und Ihnen schnell helfen. Zudem bieten die Johanniter-Hausnotrufgeräte eine besondere Sicherheit, da sie neben dem Festnetzanschluss auch alle verfügbaren Mobilfunknetze als Einwahlmöglichkeit zum Kommunikationsaufbau im Falle eines Notrufes verwenden.

### Der Johanniter-Begleiter: das Notrufsystem für unterwegs

Der Johanniter-Begleiter ist ein neues mobiles Notrufsystem, das aktiven Seniorinnen und Senioren die nötige Sicherheit für unterwegs bietet. Ob bei Outdoor-Aktivitäten, Reisen, Gartenarbeiten oder Spaziergängen – per Knopfdruck alarmiert der kleine Sender bei Unfällen Hilfe. Auch ein Notruf ohne Sprechkontakt ist möglich: Das GPS-basierte Gerät lokalisiert den Unfallort, so dass Rettungsdienst oder Polizei direkt zum Hilfesuchenden geleitet werden.

Weitere Informationen zu den Johanniter-Notrufsystemen erhalten Sie unter den folgenden Kontaktdaten:

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.  
Kreisverband Mettmann, Mühlenstraße 1, 40885 Ratingen, Tel. 02102 70070-80  
hausnotruf.mettmann@johanniter.de, www.johanniter.de/mettmann

**DIE  
JOHANNITER**   
Aus Liebe zum Leben

nun mehr als 30 Jahren das gemeinsame Fest in unserer Straße, zu dem jede Familie einen Salat, Brote, Soßen, Nachtisch oder andere Beilagen beisteuert. Getränke und Fleisch werden zentral besorgt. Und immer fanden und finden sich genügend fleißige Helfer für den Auf- und Abbau und für das Grillen. Übrigens leben in unserer Straße noch drei Männer, die damals beim Bau der Häuser aktiv waren. In einem dieser Häuser wohnen drei Generationen miteinander. Vielfach haben die Kinder die Häuser der Eltern übernommen. Meistens ging bzw. geht das Zusammenleben sehr gut. Wenn es machbar war, haben in diesen Häusern die Nachkommen die Pflege der Eltern übernommen.

## Plädoyer für fremde Nachbarn

*Barbara Grieving*

**D**a sitze ich nun. Erst lächle ich, dann strahle ich und dann lache ich. Ganz ganz laut aus vollem Herzen und mit einem warmen Gefühl.

Gleichzeitig weiß ich, und das macht den Moment noch schöner, dass gerade jetzt einige Menschen genau wie ich, irgendwo sind, auf ihr Handy sehen und auch genau wie ich reagieren.

Es sind Paten von Flüchtlingen, die jetzt eine SMS oder Sprachnachricht bekommen: ganz viele hintereinander. Die Benachrichtigungstöne hören gar nicht mehr auf: „Wie gehts dir?“ „Vermisse dich!“ „Smiley, Herzchen...“ „Habe ich das richtig geschrieben? (Fragesmiley). „Ver-

**BESTATTUNGEN RÜCKER**  
Ihr Begleiter in schweren Stunden.  
Wir übernehmen für Sie:  
· Bestattungen und Überführungen jeder Art  
· Erledigung der erforderlichen Formalitäten  
· Bestattungsvorsorge  
· Persönliche Beratung –  
kostenlos und unverbindlich

  
Südring 189, 42579 Heiligenhaus, Tel. 0 20 56 / 29 53  
Mitglied der Innung

**TISCHLEREI RÜCKER**  
Seit 1928  
Tischlerarbeiten aller Art  
Tischlermeister Franz Werner Rücker  
Ruhrstraße 119, 42579 Heiligenhaus, Tel. 0 20 54 / 8 34 06



Wählen Sie aus  
über 1000 Hosen  
**KjBRAND**  
und viele bekannte Marken

**BUSSEMAS**  
Damenmode in Größe 36 - 54  
Friedrichstr. 194 · Velbert · Tel 0 20 51-5 31 42

mode aktuell

ehrte Dame ich bin in Erwartung eines großzügigen Tests...“ Und schon bricht das herrliche Lachen los. Dann: „Layla Saida, gute Nacht Mama.“ Und wieder ein Herzchen. Dieses Mal etwas größer.

Diese Momente möchte ich nie mehr missen. Ebenso wenig die leuchtenden Augen der Menschen, wenn sie mit uns reden. Diese Höflichkeit, die Hilfsbereitschaft. Sie sind es wert, dass wir uns um sie kümmern. Sie tun es auf vielfältige Weise auch für uns. Alleine die, die sie uns geben. Nie aufhören mit uns Deutsch zu lernen und zu sprechen (Hat einer von Ihnen schon einmal versucht arabisch zu sprechen?). Ich habe es versucht und es ist echt schwer!!!

Wir müssen einfach für so tolle Menschen da sein. Es bereichert unser Leben. Ich verspreche Euch, Ihr wollt kein anderes Leben mehr! Habt den Mut und geht aufeinander zu.

### So fing es an

Diese Woche kommen Flüchtlinge in unsere Stadt. Ich will mich engagieren. Oh Gott, wie gehe ich damit nur um? Meine Gedanken kreiseln: Ich will sie doch gar nicht hier haben. Mein Leben soll so bleiben wie es ist. Wir sind im Krieg ja auch nicht davongelaufen.

Ich habe Angst. Aber kann man Angst haben vor etwas, das man nicht kennt? Nein. Also muss ich sehen was mir Angst macht. Ich gehe los und entschieße mich Deutschunter-

richt zu geben, in einer Flüchtlingsunterkunft mit Syrern, Afghanen und Afrikanern... Mit klopfendem Herzen gehe ich, springe ins kalte Wasser. Und da sind sie. Überwiegend Jungen und auch ein paar Mädchen. Erst trauen sie sich nicht, aber ja Ihr wisst: ein Lächeln baut Brücken...

Wir fangen an. Wir fangen an uns kennenzulernen. Die ersten Worte. So schwer. Was ist eine Mütze? Das da auf deinem Kopf Joan, ist eine Mütze und die ist blau...Wie viele Geschwister habt ihr? Erste einfache Worte und Sätze, mit jedem neuen Wort mehr Wärme und Dankbarkeit.

Tage und Wochen vergehen, mal sind es 10, mal 15 auch nur 2 Menschen, die zum Unterricht kommen. Unsere erste Weihnachtsfeier in der Unterkunft, unser Frühlingsfest, unser Sommerfest. Wir sind uns jetzt so vertraut. So vertraut, dass wir als Paten versuchen, Wohnungen zu finden. Versuchen, Deutschkurse und Integrationskurse zu finden. Versuchen uns selbst mit unseren Schützlingen im deutschen Bürokratenchaos klarzukommen.

So viele auch von uns, die mit alledem oft überfordert sind. So viele schlaflose Nächte.

Immer wieder neue Herausforderungen. Immer wieder neue Gesetze. Immer wieder die Frage: mache ich das alles richtig? Aber auch immer wieder die Gewissheit: ja ich mache es richtig, die Flüchtlinge brauchen jeden von uns.

EUGEN **BIALON** ARCHITEKT  
GMBH

Hauptstraße 103 42579 Heiligenhaus  
T 02056 5994030 F 02056 59940399  
E info@ebialon.de URL ebialon.de





### Heute

Ich selbst habe seit einem Jahr die Patenschaft von 4 syrischen Flüchtlingen übernommen. Das letzte Weihnachtsfest und Sylvester haben wir gemeinsam gefeiert. Meine Familie ist um vier reicher geworden. Um vier Menschen, die ich nie mehr missen möchte und von denen ich weiß, dass auch sie mir jederzeit helfen, wenn ich Hilfe brauche. Wir gehören jetzt zusammen und natürlich lernen wir immer noch Deutsch. Wir lachen viel und manchmal sind wir auch traurig. Besonders in den Momenten in denen wir in den Nachrichten zusehen müssen, wie die Bomben fallen. Dann haben wir Angst, aber diese Angst ist begründet.

Ich möchte alle Menschen bitten, keine Angst vor Flüchtlingen zu haben. Habt den Mut sie kennenzulernen. Euer Leben wird nur reicher und ihr werdet sagen ALHAMDULA, Gott sei Dank ich habe es versucht.

---

## Nachbarschaft im Ausland

*Marianne Fleischer*

Von 1969-1974 lebte ich mit meiner Familie im Libanon. Wir wohnten etwa 5 km von Beirut entfernt in einem Vorort. Die Siedlung bestand aus mehreren großen Mehrfamilienhäusern, die auf einem Hügel direkt neben der Küstenstraße standen. In jedem Haus befanden sich 4-6 Appartements die jeweils einen großen Balkon (etwa 12 m lange und 3-4 m breit) mit Meerblick hatten.

Wir wohnten in der 2. Etage eines dieser Häuser und verbrachten fast neun Monate im Jahr überwiegend auf unserem Balkon, auf dem wir vom späten Vormittag bis zum Sonnenuntergang viel Sonne hatten. Im Sommer wurde es sehr heiß! Ich hatte einen orange-farbenen Vorhang aus Segeltuch genäht, der die



Sonne in der Mittagszeit ein wenig fernhalten sollte.

Wir waren die einzigen Ausländer in diesem Haus. Alle anderen Wohnungen wurden von libanesischen Großfamilien bewohnt. Wir sahen nur wenig von ihnen, hörten sie aber auf ihren Balkonen. Kleine Kinder gab es offensichtlich nicht – unsere Kinder waren 10, 12 und 13 Jahre alt. Sie wurden jeden Morgen von einem Schulbus zum Unterricht abgeholt und mittags wieder zurück gebracht.

Wir besaßen einen Holzkohlegrill, auf dem wir auf Ausflügen mit Freunden und Kollegen oft Würstchen und Fleisch zubereiteten. Eines Tages kamen wir auf die Idee den Grill auf unserem Balkon zu benutzen – wir erwarteten Freunde! Alles war vorbereitet, der Tisch gedeckt, das Fleisch mariniert, die Salate fertig, die Holzkohle glimmte im Grillkasten vor sich hin, wollte aber keine rechte Glut bilden. Mein Mann holte ganz verzweifelt eine Flasche Brennspiritus aus der Vorratskammer, um ein wenig nachzuhelfen. Er öffnete die Flasche und näherte sich der glimmenden Glut, um ein paar Tropfen drauf zu gießen. Offensichtlich kam er

der Glut zu nahe, denn plötzlich schlug eine Flamme in die Flasche. Wir erstarrten, auch mein Mann stand mit der brennenden Flasche in der Hand vor uns und wusste nicht, was er tun sollte. Meine Schwester, die bei uns zu Besuch war, schrie: „Schmeiß die Flasche weg! Schnell!“. Und mein Mann warf die brennende Flasche über das Balkongeländer in das Gestrüpp unterhalb des Hauses. Die Sträucher, von wildlebenden Ziegen ziemlich kahl gefressen, und das trockene Gras fingen sofort Feuer. Wir schrien, rannten in die Küche und das Bad, suchten Eimer und große Gefäße, liefen nach draußen und versuchten uns dem Feuer zu nähern. Im Haus gab es einen Hausmeister (Concierge), er hieß „Hashim“. Ich lief zu ihm in die Eingangshalle und zeigte ihm das Feuer. Er verstand sofort was ich wollte, nahm einen Schlauch, schloss ihn an einen Wasserkran an und begann von oben aus der Eingangshalle das Feuer zu bekämpfen. Von unserem Geschrei aufgeschreckt stürzten Nachbarn, die wir noch nie gesehen hatten, mit Eimern die Treppe herunter um zu helfen. Wir bildeten eine Eimerkette und – gottlob – war das Feuer bald gelöscht.

In der Eingangshalle unten im Haus bedankten wir uns dann bei allen Helfern – auf Englisch, Französisch und Arabisch. „Shukran“ – Dankeschön hatten wir schon gelernt und sprachen es offensichtlich auch richtig aus. So hat uns dieses Ereignis geholfen die anderen



Hausbewohner kennenzulernen. Was sie untereinander über uns verrückte Ausländer, die brennende Flaschen in die „Machia“ werfen, redeten, verstanden wir „Gott sei Dank“ nicht. Unsere Nachbarschaft im Hause blieb die ganzen fünf Jahre über sehr freundlich und hilfsbereit!

Seit unserer Rückkehr nach Deutschland leben wir nun schon über 40 Jahre hier in Heiligenhaus in unserem Häuschen. Wir haben auch hier eine Terrasse und oft wird auf ihr mit Freunden und Nachbarn gegrillt – zunächst mit unserem alten Grill mit Holzkohle, aber ohne einen Brand zu verursachen. Jetzt benutzen wir einen Elektrogrill, das ist nicht so gefährlich. Wir haben hier wunderbare, liebevoll besorgte Nachbarn, die wir seit Jahrzehnten kennen und die uns immer hilfsbereit zur Seite stehen. Wir fühlen uns geborgen und können so dem Alter gelassen entgegensehen.

---

## Der Traum vom Leben auf dem Land

*Rosemarie Koch*

**V**or 40 Jahren verließen meine Eltern ihr bisheriges zu Hause, Nachbarschaft und Freunde und zogen vom Ruhrpott in ein kleines Dorf in den Westerwald. Mein Vater war damals 50 Jahre, meine Mutter 46 Jahre alt, ich verheiratet und unser erstes Kind auf dem Weg. Es war wohl Zeit für einen Umbruch.

In dem Dorf lebten ungefähr 40 Einwohner mit ihren Kindern. Fast alle betrieben Landwirtschaft und Viehzucht. Man konnte am Abend mit einer Kanne frisch gemolkene Milch bei ihnen kaufen. Und wenn ein Schwein oder Rind geschlachtet wurde, war es auch möglich, ein entsprechendes Stück Fleisch zu bekommen, ebenso frische Eier oder ein Huhn für die Suppe.



Heute betreibt dort niemand mehr aktive Landwirtschaft. Die damaligen Bewohner sind entweder zu alt oder schon verstorben und ihre heute erwachsenen Kinder haben andere Berufe erlernt. Viele sind weggezogen, manche haben neben dem Elternhaus ein eigenes neues Heim gebaut.

In dem Dorf gab und gibt es auch heute kein Geschäft, keinen Arzt oder eine Schule – nicht mal eine Telefonzelle. Die nächst größere Stadt liegt etwa 30 km entfernt. Da es auch keine öffentlichen Verkehrsanbindungen gibt außer dem Schulbus, der morgens schon vor 7.00 Uhr die Kinder zur Schule und nachmittags wieder nach Hause bringt, ist man auf ein eigenes Fahrzeug angewiesen.

Meine Eltern haben sich dort gut eingelebt und neue Freundschaften geschlossen. Sie sind in der Gemeinschaft sehr geschätzt. Ohne gute Nachbarschaft und gegenseitige Unterstützung ging und geht es dort nicht.

Als meine Eltern in diesem Dorf ihr Eigenheim bezogen, waren sie noch beide berufstätig. Mit dem Auto konnten sie ihre Arbeitsstelle problemlos erreichen, die Einkäufe und im und am Haus alle Tätigkeiten erledigen.

Das Leben auf dem Land war herrlich. Wann immer es mir und meiner Familie möglich war, besuchten wir meine Eltern. Wir wohnten in der Stadt, ca. 100 km entfernt, und freuten uns immer, wenn wir mit unseren damals noch kleinen Kindern in den Westerwald fahren konnten. Es war für uns wie Urlaub – nur schöner. Ich ließ mich gerne von meiner Mutter verwöhnen, denn das Essen bereitete sie zu. Wir machten zwar alles zusammen, doch es war entspannter für mich. Die Kinder erkundeten das Dorf und die Umgebung oder halfen Opa bei der Arbeit im Garten. Es gab so viel Abwechslung, und alles war so interessant und viel besser als zu Hause. Die Tiere auf den Weiden oder in den Stallungen, die Spaziergänge im Wald, das Suchen von Waldbeeren oder Pilzen, das Treckerfahren, wenn Opa Holz holte für den Ofen, der das Haus heizte, das abgeschnittene Geäst der Hecken, Büsche und Bäume zusammentragen, die Erdbeeren pflücken und sofort zu verzehren und, und, und. Die Beschäftigungen waren so vielfältig. Bei schlechtem Wetter wurde mit Oma Kuchen oder Plätzchen gebacken, mit Holz und Papier gebastelt, mit Opa Musik gemacht. All diese Besuche waren immer wunderschöne Erlebnisse und sind bis heute noch im Gedächtnis. Inzwischen profitieren auch die Urenkel von den Besuchen auf dem Land.

Vater ist inzwischen der Dorfältteste.

In den letzten 10 Jahren wurde häufig diskutiert, ob das Leben auf dem Land alleine noch zu bewältigen ist, Haus und Garten noch gepflegt werden können, wie Einkäufe zu erledigen sind, und und und. Allen Widrigkeiten zum Trotz wohnen meine Eltern immer noch in ihrem Haus auf dem Lande. Sie sind inzwischen 90 und 86 Jahre alt und nicht mehr so fit, um alles alleine zu bewältigen. Meine Mutter fährt zwar immer noch selbst Auto, aber nur bekannte Strecken. Für fachärztliche Behandlungen benötigen meine Eltern jemanden, der sie mit dem Auto in den jeweiligen Ort fährt. Fachärzte oder Krankenhäuser sind zu weit entfernt, Wege dorthin zu verkehrintensiv und

unbekannt. Manchmal holen wir sie sogar zu uns ins Rheinland.

Papierkram und manch andere Dinge erledigen die Enkelkinder, aber für die alltäglichen Dinge ist die Distanz zu weit. Ein guter Nachbar kümmerte sich bis vor einigen Monaten um sie und half bei schwierigen Arbeiten, kleineren Reparaturen und Besorgungen. Er mähte den Rasen und sah täglich nach dem Rechten. Dann ist er schwer erkrankt und benötigt jetzt selber Hilfe.

Meine Eltern wollen im Dorf ihren Lebensabend verbringen. Für mich – aufgrund der Entfernung – eine problematische Entscheidung.

---

## Eine gute Nachbarschaft ist Lebensqualität

*Martina Müller*

**E**nde der 60er Jahre, ich war 12, 13 Jahre alt, meine beiden Schwestern ein und zwei Jahre älter, und es war Hochsommer. Wir wohnten auf der unteren Hauptstraße, Nähe der AEG und wir hatten zu dritt zwei Zimmer unterm Dach, mit Fenstern an der Giebelseite. Wir mussten früh zu Bett gehen und hingen noch oft in den Fenstern.

Zwei Häuser neben uns wohnte eine Familie mit zwei Töchtern. Sie waren 5, 6 Jahre älter als ich. Am Abend gingen sie des öfteren zur „Eis Pra“, der Eisdiele in der Stadtmitte, um Eis für die Familie zu kaufen. Meine Schwestern und ich machten uns bemerkbar, riefen den Nachbarmädchen zu und baten sie, für uns auch Eis mit zu bringen. Das Geld warfen wir in ein Tuch gewickelt hinunter.

Dann wurden wir erfinderisch und knoteten die Gürtel unserer Bademäntel und Tücher zusammen, banden ein Körbchen daran fest und fertig war unser Transportaufzug. Die Eisbecher kamen in das Körbchen und wir zogen es



hoch. An so manchen Sommerabenden ließen wir uns das leckere Eis schmecken. Das waren meine ersten Erfahrungen in puncto Nachbarschaftshilfe!

Jung verheiratet, das erste Kind war da, wohnten wir zentral in der Stadtmitte. Wir bewohnten eine Dachgeschosswohnung, im Parterre wohnte eine ältere alleinstehende Dame. Wenn ich in der Stadt schnell etwas zu erledigen hatte, konnte meine Tochter hin und wieder solange bei der Nachbarin bleiben. Sie hatte Katzen und ein Klavier und so erfreuten sich alle aneinander: ich konnte meine Einkäufe schnell erledigen, meine Tochter hatte Spaß mit den Katzen, klimperte auf dem Klavier und fühlte sich wohl bei der liebevollen Dame. Unsere Nachbarin hatte große Freude an der Abwechslung und liebte das Kindergeplapper und Kinderlachen sehr. Eine schöne Erinnerung.

Mit 3 Kindern bezogen wir dann ein Haus und in der Nachbarschaft wohnten Familien mit gleichaltrigen Kindern. Bei uns war immer viel los, es wurde viel gespielt, gebastelt und sich verkleidet – herrlich war es!

Ein Festkomitee rief das Straßenfest wieder ins Leben und die Resonanz war großartig. Viele Jahre haben wir dort gerne gelebt, vor den Häusern wurden viele Gespräche geführt

und die neuesten Informationen ausgetauscht. Als wir dort wegzogen gaben wir eine kleine Abschiedsparty und das größte Geschenk war, dass viele Nachbarn kamen. Wir haben eine große Wertschätzung erfahren.

Heute sind meine Kinder erwachsen und aus dem Haus, ich lebe alleine. Wieder habe ich das große Glück nette Nachbarn zu haben. Treffen wir uns vor den Türen, wird immer ein Schwätzchen gehalten. Wenn die Zeit es erlaubt, treffe ich mich mit meiner direkten Nachbarin spontan zu Kaffee und Nussecken oder zum Kartenspielen.

Eine gute Nachbarschaft ist Lebensqualität.

## Ein Lutherlied macht Nachbarn zu Freunden

*Ruth Ortlinghaus*

Nachbarn im näheren Umkreis des eigenen Wohndomizils begleiten die Menschen ein Leben lang. Das kann ein Segen aber auch ein Fluch sein und ist immer individuell erfahrbar. Schon der griechische Epiker Helios schrieb um 700 vor Christi: „Der böse Nachbar ist ein großes Unglück doch der gute ein großer Schatz“. Ich halte es mit einem ungarischen Sprichwort „Kein Mensch ist so isoliert dass er nicht ab und an einen Nachbarn braucht“.

Mich begleiteten über Jahrzehnte in unterschiedlichen deutschen und schweizerischen Städten Nachbarn die meistens durch ihre Persönlichkeiten zu unvergesslichen Freunden und Wegbegleitern wurden. Sie gehören unauslöschbar zu meinen einzelnen Lebensstufen. Wir teilten fröhliche und leidvolle Stunden. Unvergesslich tauchen diese Menschen in meinen Erinnerungen auf. Seit Anfang des Jahres aber führt ein Lied mich wieder in die Zeit meiner Kindheit und meiner damaligen Nachbarn zurück. Es sind die Worte und Töne des Kirchenliedes von Martin Luther „Ein feste Burg ist unser Gott ein gute Wehr und Waffen, er hilft uns frei aus aller Not die uns jetzt hat betroffen“. Im 500. Jubiläumsjahr der Reformation wird es innerhalb von Vorträgen, Filmen oder Gedenkgottesdiensten oft zitiert und gesungen.

In mir weckt dieses tiefgründige Lied viele Assoziationen. Ich sehe mich als Kind während der Kriegsjahre im Keller oder Bunker sitzen, höre das Zischen von Bomben und Fallen von eingestürzten Häusern, spüre den ätzenden Brandgeruch in der Nase. Eng aneinander gelehnt hocken meine Eltern, ich, meine Freundinnen und unsere Nachbarn, zittern und haben Angst. Aber immer wenn die Angst am größten war flüsterten zwei ältere Nachbarin-

nen „Ein feste Burg ist unser Gott...“. Das gab Trost und Hoffnung. Diese beiden alten Damen verloren nie ihren Glauben, verstanden es geschickt uns Kindern in den Ruhephasen – wir verbrachten ganze Nächte in den Kellergewölben – immer wieder Freude zu bereiten. Sie teilten das karge Brot, erzählten heitere Geschichten von Gott und der Welt im Blick auf bessere Zeiten. Ich fühlte mich bei ihnen sehr geborgen. Und lange noch nach dem Krieg war ich ihnen freundschaftlich verbunden. Sie waren die ersten die mir am Klavier die Melodie des bekannten Luther-Liedes spielten und von dem Reformator erzählten. Erinnernd sehe ich ihre fein geschnittenen Gesichter und die strahlenden liebevollen Augen. Durch sie hat mich Luther mit seinem Lied in schwierigen Lebensphasen von Leid und Krankheit begleitet.

Und heute im Lutherjahr bin ich immer wieder auf der Suche nach neuen oder alten Erkenntnissen über diesen mutigen Mönch, der mit seinen Thesen das mittelalterliche Weltbild völlig veränderte. Unter der großen Anzahl von Publikationen – alle von einem anderen Tenor ausgehend, ob theologisch, historisch, sprachlich (Bibelübersetzung), zustimmend oder kritisch – stieß ich auf ein Werk, das mich schon durch sein kunstvolles Cover und Design faszinierte. Zwei Journalisten von Rang sind die Autoren:

*Christian Nürnberg und Petra Gerster: Der rebellische Mönch, die entlaufende Nonne und der größte Bestseller aller Zeiten: Martin Luther.*

Nicht nur der Titel ist originell und zeitgemäß. Dem bekannten FAZ- und Zeitjournalisten Christian Nürnberg und seiner Ehefrau, der Germanistin und Fernsehmoderatorin Petra Gerster gelang eine beeindruckende, unterhaltsame und lehrreiche Analyse über den



dem herausragend gut strukturierten Inhalt in sprachlich fließend schöner Diktion besticht das kunstvolle Design des Buches. Die Lutherrose eröffnet jedes Kapitel und die Kunsthistorikerin und Malerin Irmela Schautz gestaltete treffende ausdrucksstarke Bilder im Stile alter Meister mit einer köstlichen akzentuierten Prise Ironie.

Dem Autorenehepaar gelang eine unterhaltsame und beeindruckend lehrreiche Lektüre zu Luther und seiner Zeit. Sehr zu empfehlen, auch für Jugendliche.

*Christian Nürnberg und Petra Gerster: Der rebellische Mönch, die entlaufene Nonne und der größte Bestseller aller Zeiten: Martin Luther. Stuttgart, Thienemann-Esslinger Verlag. 208 S.. Illustriert von Irmela Schautz. 3. Auflage 2017. ISBN 978 3 522 304191 Euro 14.99*

streitbaren Mönch, den radikalen Reformen der zum Ketzer wurde, sich mit dem Papst anlegte, das theologische Weltbild ins Wanken brachte und letztlich zum 1. Protestanten wurde, nebst seiner Frau, der ehemaligen Nonne Katharina von Bora. Nürnberg vermittelt mit seinem profunden Wissen den historischen Part. Auf Wesentliches konzentriert entstand das Weltbild des Mittelalters im gelungenen kritischen Kontext von Kirche, Religion und Staat, auch im aktuellen Bezug zur Gegenwart.

Gerster schildert anhand von Leben und Wirken der Katharina von Bora, das von Entbehrungen gezeichnete Bild einer Nonne, und die unglaubliche Charakterstärke als Ehefrau Luthers, liebevolle Mutter und tatkräftige hilfreiche Bürgerin – eine fast modern emanzipatorisch anmutend starke Persönlichkeit, die Luther nur „Herr Käthe“ nannte. Neben



Wohngruppe Rudolfstraße, Lebendiges Wohnen an der Wupper e.V.

SCALA Verlag

## Bücher mit Heiligenhauser Lokalgeschichte



je 24,80 €

Erhältlich im örtlichen Buchhandel. Weitere Titel finden Sie auf unsere Internetseite: [www.scala-regional.de](http://www.scala-regional.de)

SCALA Verlag  
Werdener Straße 45  
42551 Velbert  
Tel 02051 9851-0



---

## Wir Älteren – Termine

---

### Seniorentreff der Arbeiterwohlfahrt, Schulstr. 8, Tel 69212

Leitung: Kornelia Wagner, Geöffnet Mo – Fr 10 – 13 und 14 - 17 Uhr / Mittagstisch ab 12 Uhr nur mittwochs

Frühschoppen	2. Sonntag im Monat	ab 11.00 Uhr
Kochgruppe	3. Montag im Monat	14.00 Uhr
Singkreis	3. Montag im Monat	14.00 - 17.00 Uhr
Hauswohnertreff	2. Montag im Monat	15.00 Uhr
Bingo	letzter Montag im Monat	17.00 Uhr
Gymnastik	dienstags	10.30 - 11.30 Uhr
Schach	dienstags	ab 12.30 Uhr
Senioren Männer Chor	dienstags alle 14 Tage	14.30 Uhr
Bowlennachmittag (bitte anmelden)	letzter Dienstag im Monat	14.30 Uhr
Deftige Hausmannskost	mittwochs	12.00 Uhr
Rummiclub	2. Donnerstag im Monat	14.30 Uhr
Christas Kaffeeklatsch (Selbstgebackenes)	1. Freitag im Monat	14.30 Uhr
Dämmerschoppen	letzter Freitag im Monat	17.30 - 21.00 Uhr
Seniorensprechstunde in sozialen Fragen	letzter Montag im Monat	14-16 Uhr

---

### Seniorentreff der Caritas-Gesellschaft, Ludgerusstr 2a, Tel 21189

Leitung Ingrid Niering, caritas.ludgerustreff@gmx.de

Mittagstisch	montags bis freitags	ab 11.30 Uhr
Fit in den Morgen	montags	10.00 - 11.00 Uhr
Handarbeits- und Bastelkreis	1. Montag im Monat	15.00 – 17.00 Uhr
Seniorentanz	1. Montag im Monat	15.00 – 17.00 Uhr
Altersgerechte Gymnastik mit und rund um den Stuhl, anschl. gemütl. Beisammensein	dienstags	14.30 - 15.15 Uhr
Basisgruppentreffen Zwar	dienstags 14 tägig gerade Kalenderwoche	19.00 – 21.00 Uhr
Englisch für Fortgeschrittene	mittwochs	14.00 - 15.30 Uhr
Frühstück	mittwochs 14 tägig ungerade Kalenderwoche	8.15 – 09.30 Uhr
Bingo	3. Mittwoch im Monat	15.00 – 16.30 Uhr
Sanftes Yoga auf dem Stuhl	Donnerstags	9.30 – 11.00 Uhr
Skat	1. u 3. Donnerstag im Monat	15.00 – 17.00 Uhr
Doppelkopf mit Zwar		17.00 – 19.30 Uhr
Square Dance mit Zwar	2. u 4. Donnerstag im Monat	18.30 – 19.30 Uhr
Betreuung u Förderung von Menschen mit Demenz anschließend Angebot zum gemeinsamen Mittagstisch	freitags	9.30 – 11.30. Uhr
Angehörigenaustausch demenziell Erkrankter mit gem. Frühstück	1. Freitag im Monat	
Gesellschaftsspiele u. gemütl. Beisammensein mit Kaffee u Kuchen	2. u. 4. Sonntag im Monat	15.00 - 17.00 Uhr
Sonderveranstaltungen bitte anfragen, siehe Ausstellung „100 Jahre Leben“ Ausstellung „100 Jahre Leben“ vom 21.5.-10.6.2017		

---

### Beratung für Behinderte im Stadtarchiv Rathaus

Gabriele Zscherpe, Tel. 69224, 14 tägig Mittwochs 9.00-11.00 Uhr, gleichzeitig mit Seniorenbeauftragter Frau Donalies, Tel 20838

### Freundeskreis der Behinderten,

Kontakt: Ingeborg Esmeier, Tel. 3175. Treffen jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 18.00 Uhr

---

### Harfe Heiligenhauser Agentur für das Ehrenamt,

Ralf Jeratsch, Hauptstr 157, Rathaus Neubau, Zi 001 Tel.: 13502, Dienstags 15.00-17.00 Diakonie-Infopunkt, Kettwiger Str. 6

---

### Seniorensprechstunde im Stadtarchiv, Stadtverwaltung Heiligenhaus

Seniorenbeauftragte Frau Chr. Donalies , Tel. 20838, alle 14 Tage Mittwochs zwischen 9.00 - 11.00 Uhr

---

### ZWAR – „Zwischen Arbeit und Ruhestand“, Ludgerus Treff, Ludgerusstr 2a

Klaus Niedergesäß, Tel.: 69148 u. Norbert Sindermann, Tel 01709322675, 14tägig Dienstag, 19.00 - 21.00 Uhr

### Neue Mitglieder

Der Arbeitskreis dieser Zeitung begrüßt immer herzlich neue Mitglieder, Interessenten bitte melden bei **Ute Moll** (siehe Leserbrief) oder mail: wir-aelteren@vhs-vh.de Ursula Schwarze

### Spenden

Spenden erbitten wir auf das Konto der VHS Velbert/Heiligenhaus:  
Kreissparkasse Düsseldorf  
IBAN: DE45301502000018000380  
BIC: WELADED1KSD  
Kassenzeichen: 35000 15020 Wir Älteren

### Zusendung

Wenn Sie die Zeitung „Wir Älteren“ innerhalb von Heiligenhaus zugestellt haben wollen, schicken Sie bitte beigefügten Abschnitt an Ute Moll



Leserbriefe bitte an:  
Redaktion „Wir Älteren“  
Ute Moll  
Moselstr. 127  
42579 Heiligenhaus  
Tel.: 02056-4424



Interessenten außerhalb von Heiligenhaus schicken bitte **Briefmarken im Wert von 1,45 Euro** an:  
Rosemarie Koch  
Gerhart-Hauptmannstr. 34  
42579 Heiligenhaus

Sollten Sie Ihre bestellte Zeitung nicht erhalten haben, benachrichtigen Sie bitte Rosemarie Koch, Tel. 02056 24473



*Bilderrätsel: Redaktionsmitglied auf der Suche nach dem Thema. Wer ist es?*

Ich bin an der kostenlosen Zustellung von „**Wir Älteren**“ interessiert:



.....  
Name

.....  
Vorname

.....  
PLZ/Ort

.....  
Straße/Nr.

.....  
Datum Unterschrift

### Impressum

#### Herausgeber:

VHS-Zweckverband Velbert/Heiligenhaus

#### Leitung:

Ursula Schwarze

#### Redaktion:

Marianne Fleischer, Dagmar Haarhaus,  
Rosemarie Koch, Armin Merta, Ute Moll,  
Martina Müller, Ruth Ortlinghaus, Annemarie Vinck  
Die Redaktion freut sich über eingesandte Manuskripte, übernimmt jedoch keine Abdruckgarantie.

#### Gastbeitrag:

Bärbel Bachmann, Barbara Grieving, Helga Licher

#### Gestaltung, Realisierung, Anzeigenannahme:

Scheidsteger Medien GmbH & Co. KG, Velbert

#### Titelfoto:

Archiv Armin Merta

#### Nächste Ausgabe:

Dezember 2017

Die aktuelle Ausgabe ist jeweils online zu lesen unter: Volkshochschule Velbert/Heiligenhaus – Projekte

# Starke Energie aus der Natur: Unser NeanderStrom

Zurück zur Natur und die Vorzüge der Zivilisation genießen. Mit **NeanderStrom** holen Sie sich 100 % Naturkraft zum günstigen Preis ins Haus. Entwickeln Sie sich weiter: Informieren Sie sich jetzt unter Tel. **0800 80 90 123** oder wechseln Sie direkt zu [www.neander-energie.de](http://www.neander-energie.de).

EIN UNTERNEHMEN DER  
**STADTWERKE**  
WÜLFRAATH, HEILIGENHAUS, ERKRATH



## Immer für Sie im Einsatz!



Die Dienste der Johanniter im Kreis Mettmann sind vielseitig:

- Hausnotruf 02102 70070-80
- Menüservice 02102 70070-90
- Erste-Hilfe-Ausbildung 02102 70070-60
- Ambulante Kinderkrankenpflege 02102 70070-40

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
Kreisverband Mettmann  
Mühlenstraße 1, 40885 Ratingen  
[info.mettmann@johanniter.de](mailto:info.mettmann@johanniter.de)  
[www.johanniter.de/mettmann](http://www.johanniter.de/mettmann)

**DIE JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben



## Niederbergischer Trinkgenuss

Fit durch den  
Sommer mit  
Dalbeck-Säften.

Süßmosterei



Fruchtsäfte  
aus der Region

Ernst Dalbeck Fruchtsäfte  
Mühlenweg 18 • 42579 Heiligenhaus  
[www.dalbeck-fruchtsaft.de](http://www.dalbeck-fruchtsaft.de) • Tel.: 02056-69219



2 x im Monat  
HELIOS Medizinforum  
Med. Vorträge für Laien

**HELIOS** Kliniken  
Jeder Moment ist Medizin

## Ein Krankenhaus im Aufbruch



### Neu

Vergrößertes Leistungsangebot,  
neue Fachabteilungen und neue  
Spezialisten für viele Krankheits-  
bilder



### Kompetent

Akutkrankenhaus für gesetzlich  
und privat Versicherte, Kooperati-  
tionen und Medizinische Zentren



### Zukunftsorientiert

Neubau des Krankenhauses bis  
Mitte 2021, neue Kooperations-  
partner, über 1.000 Mitarbeiter

HELIOS Klinikum Niederberg • Telefon (02051) 982-0  
[www.helios-kliniken.de/niederberg](http://www.helios-kliniken.de/niederberg)

## SCALA Verlag

**NEU:**

Jetzt auch mit Heiligenhauser Wanderstrecken

## Wandern in Velbert

Band 2

5,00 Euro



Erhältlich im örtlichen Buchhandel und im SCALA Verlag:  
Werdener Straße 45 • 42551 Velbert • Tel 02051 9851-0

Weitere Titel finden Sie auf unsere Internetseite:  
[www.scala-regional.de](http://www.scala-regional.de)



[www.kreissparkasse-duesseldorf.de](http://www.kreissparkasse-duesseldorf.de)

Wenn das Konto zu den Bedürfnissen von heute passt.

Das Sparkassen-Girokonto mit der Sparkassen-App.

Wenn's um Geld geht  
 Kreissparkasse  
Düsseldorf

**Kompetenz und Top-Service  
seit über 100 Jahren:**

- **Für Ihre Sicherheit vom TÜV geprüft**
- **Botendienst 2 mal täglich**
- **Kostenlose Telefonnummer: 0800/5639360**
- **Montag bis Freitag von 8.00 – 19.00 Uhr geöffnet!**



**Astrid Rüngeler-Janski & Dr. Peter Rüngeler OHG**  
**Fachapotheker für Offizin-Pharmazie**  
Hauptstr. 168, 42579 Heiligenhaus  
Tel.: 02056/6301 Freecall: 0800/5639360  
[www.loewenapotheke-heiligenhaus.de](http://www.loewenapotheke-heiligenhaus.de)