

Bitte mitnehmen!

Wir Älteren



Darf ich bitten...

*Tanzstunde 1947 · Tanzstunde · Zeit für Rock`n Roll · Fieber ·
Tanzen - ein Hobby für Zwei · Was ist Tango? - Es ist Leben! ·
Meine Tanzstunde · Tanzstunde und danach noch in die
Disco? · Tanzen · Ein historisches Anekdotchen aus Heljens ·
Männerballett · 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

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
 www.johanniter.de/mettmann

DIE JOHANNITER
 Aus Liebe zum Leben



EUGEN BIALON ARCHITEKT GMBH

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

Spezialbrillengläser

für altersbedingte Makuladegeneration

Mehr Lebensqualität und Schutz mit

AMD-(omfort®)

- Optimaler Schutz vor aggressivem UV-Licht
- Verbessertes Farb- und Kontrastsehen
- Vergrößerter Seheindruck

Ihr Spezialist für AMD-Spezialgläser:

optik a.reinders

 SCHWEIZER
 www.schweizer-optik.de

optik a.reinders Hauptstraße 103 42579 Heiligenhaus Tel. 0 20 56 - 55 31

Darf ich bitten...



Liebe Leserin und lieber Leser,

kennen Sie diese Einladung noch? In unserer Zeit in der Tanzschule musste diese Frage – mit allen Konsequenzen – bejaht werden. So wie auf dem Titelfoto hätten wir gerne den Walzer gedreht. Welches Mädchen dachte da nicht an die Sissi-Filme.

Es war waren die ersten Begegnungen mit dem anderen Geschlecht und ich glaube, wir Mädchen machten uns nicht so viele Gedanken darüber, welche Ängste auch die Jungen zu überstehen hatten. Aber eins ist allen weiblichen Tänzerinnen in Erinnerung geblieben: das Kleid! Der erste Hauch des Erwachsen seins.

Manche fanden Tanzpartner, mit denen sie durch das Leben tanzen konnten, die anderen bleiben im Alter allein mit der Lust an Bewegung. Ihnen allen gemeinsam ist dieses Heft gewidmet.

Und für die Solo-Tänzer ausnahmsweise im Vorwort der aufmunternde Beitrag von Gastschreiberin Monika Baer, die eine Lösung für die Solo-Tanzpartie fand:

Aufforderung zum Seniorentanz

Ich hatt' zu Hause kein Grammophon,
doch tanzen wollt' ich schon,
mit Walzerschritt und seit-ran-seit-
allein zu Hause tat ich mir leid.

Ein Tanzpartner fehlte mir zum Paar,
auch Übung hatt' ich keine, leider wahr.

Zum Glück fand ich `ne Möglichkeit:
SENIORENTANZ – eine gute Gelegenheit.

Lauter Frauen wie ich, kein Tanzpartner in Sicht,
aber Spaß an Bewegung und flotter Musik.

Wir tanzen im Kreis, als Square, in der Gasse,
mal mit und mal ohne anzufassen.

Brauchen wir Paare: ich tanz gern als Herr,
den führen wollt' ich schon immer gern...

Das Gehirn sprüht Funken: es gibt viel zu lernen.
Die Haltung wird straffer, das kann ich merken.

Ärzte sagen inzwischen unverhohlen:
„Gehen Sie tanzen – medizinisch empfohlen!“

Die Tanzgruppe ist nun von meinem Leben ein Stück:
was Senioren brauchen – Bewegung, Begegnung
und viel Musik!

Die Redaktion wünscht Ihnen ein friedliches
Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr.

Ihre Ursula Schwarze

Tanzstunde 1947

Marianne Fleischer2

Tanzstunde

Dagmar Haarhaus3

Zeit für Rock'n Roll

Ute Moll5

Fieber

Bärbel Bachmann.....7

Tanzen – ein Hobby für Zwei

Armin Merta7

Darf ich bitten ...

Helga Licher10

Was ist Tango? - Es ist Leben!

Lore Look12

Meine Tanzstunde

Annemarie Vinck12

Tanzstunde und danach noch in die Disco?

Martina Müller.....14

Tanzen

Rosemarie Koch15

„Ein historisches Anekdotchen aus Heljens

Lore Look15

Männerballett

Armin Merta16

Pina Bausch

Ruth Ortinghaus.....17

Buchtipp

Marion Meyer: Pina Bausch, Tanz kann fast alles sein.....18



verfügte. Das Tanzlehrer- Ehepaar wandte sich an die Schule mit der Frage, ob die langjährige Tradition wieder aufgenommen werden sollte, in der 11.Klasse eine Tanzstunde anzubieten. Eine Elternversammlung wurde einberufen. Die Tanzstunden mussten ja von den Eltern bezahlt werden – also waren die besonders gefragt. Man entschied sich für ein „Ja“ und schon bald begann das Vergnügen. Zunächst gingen Jungen und Mädchen getrennt in das Tanzlokal, ein wenig schüchtern noch. Schon bald aber hatten sich Tanzpaare gefunden. Auch ich hatte einen sehr netten Tanzpartner, stellte aber schon bald fest, dass er Schwierigkeiten hatte, den richtigen Rhythmus zu finden. Meine Freundin, die nicht sehr gerne tanzte, hatte einen Freund, der ein ausgezeichneter Tänzer war. Viel zu schnell verging die Zeit. Der Mittelball war nicht sehr aufregend. Meine Mutter hatte mir einen roten Rock aus Fahnenstoff genäht, verziert mit einer schwarzen Zick-Zack-Litze kurz über dem Saum. Dazu trug ich eine weiße Bluse, die sie aus Fallschirmseide genäht hatte, die aus einem Wehrmachtsdepot stammte und heimlich verkauft wurde.

Tanzstunde 1947

Marianne Fleischer

Am 8. Mai 1945 endete der zweite Weltkrieg. Wir waren nach unserer Flucht aus Oberschlesien in Delitzsch, einer Kleinstadt in Sachsen, gelandet. Im Herbst öffneten die Schulen wieder ihre Tore. Mein Vater bekam eine Lehrerstelle an einer zweiklassigen Dorfschule. Wir zogen in ein kleines Lehrerhaus ein, hatten also gottlob ein Dach über dem Kopf und einen Garten mit Obstbäumen, etwas Gemüse und Kartoffeln.

Die Stadt verfügte über ein Gymnasium mit einem sprachlichen und einem mathematischen Zweig, in den man mich aufnahm. Wir waren vier Mädchen und 20 Jungen in dieser Klasse. Langsam normalisierte sich alles.

1947 eröffnete in der Stadt eine „Tanzschule“ in einem Lokal, das über einen Tanzsaal

Der Abschlussball aber sollte etwas ganz besonderes werden, mit einem Tanzturnier. Für ein langes Kleid gab es weder Stoff noch Modelle. Die Tanzschule verfügte aber über einen Kleidungs-Verleih. Dort fanden meine Mutter und ich ein Kleid, das einigermaßen passte, weiß, mit Spitze und einem weiten schwingenden Rock – es könnte ein Hochzeitskleid gewesen sein! Meine Mutter konnte noch einige Kleinigkeiten ändern, denn ich war klein und sehr zierlich. Weiße Sandaletten fanden wir auch noch – sie passten Der Abschlussball konnte kommen!

Meine Freundin, ich und die beiden Jungen boten, wie wir die besten Aussichten auf einen Gewinnerplatz beim Turnier haben könnten und entschlossen uns – nur für diese drei Tänze - unsere Partner zu tauschen. Die Jury bestand aus dem Tanzlehrer-Ehepaar, unserer Sportlehrerin und einem tanzkundigen Elternpaar. Es mussten drei Tänze getanzt werden.

Jedes Paar, das sich gemeldet hatte, bekam eine Nummer, die auf dem Rücken des Herrn befestigt wurde. 10 Paare waren auf der Tanzfläche. Ich war schrecklich aufgeregt. Die Musik begann – „Wiener Walzer“-. Ich schwebte im Arm meines sehr guten Tänzers über die Tanzfläche – links herum – rechts herum - er führte wunderbar! Ich vergaß meine Ängste und gab mich ganz der Melodie hin und vergaß alles um mich her. Dann kam der langsame Walzer, da ging es um Haltung, weiche Bewegungen im Einklang mit der Musik. Ein etwas flotterer Foxtrott ergänzte als Abschluss den Reigen. Auch der gelang uns recht gut. Erhitzt und glücklich steuerten wir unseren Stühlen zu und warteten gespannt auf das Ergebnis. Schon bald war es so weit! Die Gewinner des 3. Platzes wurden verkündet, des zweiten Platzes (wir waren nicht dabei!) und dann der erste Platz! Wir hatten gewonnen! Glücklicherweise fielen wir uns in die Arme – unsere Tanzstunden-Partner freuten sich mit uns.

Noch heute, nach 70 Jahren, erinnere ich mich an den Namen meines Turnier-Partners - er hieß „Günther“. 40 Jahre nach unserem Abitur - nach der Wiedervereinigung - fand unser erstes Klassentreffen in Delitzsch statt. Meine damalige Freundin und mein Turnier-Tanzpartner waren auch dabei. Ich kam aus Westdeutschland, die beiden waren in der DDR geblieben. Die Wiedersehensfreude war groß, und Günther erinnerte sich sofort an unseren tollen Erfolg beim Abschlussball!

Tanzstunde

Dagmar Haarhaus

Aus Kindern werden Leute. Das unbekümmerte Leben der Kindheit wurde uns mit der Schultüte versüßt, die auch gleichzeitig den Eintritt in die Schule signalisierte. Ein neuer Lebensabschnitt begann, und nach der Schulzeit kümmerten wir uns um unsere Ausbildung. Leider gab es damals für uns



Jugendliche noch nicht viel Abwechslung. So bestand der Wunsch, einen Tanzkursus zu belegen.

Voraussetzung für die Teilnahme war die Volljährigkeit mit 21 Jahren. War dies nicht gegeben, benötigte der Tanzlehrer eine Zustimmung des gesetzlichen Vertreters. Da ich 22 Jahre war, benötigte ich diese nicht mehr. Eine Tanzschule zu besuchen diente in erster Linie dazu, das Tanzen zu erlernen und bestimmte Umgangsformen vermittelt zu bekommen. Gleichzeitig konnte man aber auch zum anderen Geschlecht Kontakt aufnehmen.

Meine Freundin Annemarie war von der Idee begeistert. Wir besuchten die bekannte Tanzschule Wegener in Wuppertal-Unterbarmen. Für uns von Vorteil war, da wir kein Auto besaßen, dass wir diese zu Fuß oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen konnten.

Wir wurden in den Anfängerkurs eingestuft, da wir keine Vorkenntnisse hatten. In einer vorher bestimmten Anzahl von Stunden lernten wir Foxtrott, Rumba, Cha-Cha-Cha und Wiener Walzer.

Zu Beginn der ersten Tanzstunde standen an einer Wandseite die Damen, auf der anderen Seite die Herren. Persönlich war ich noch sehr unsicher, hatte feuchte Hände und war mir nicht sicher, ob die Tanzstunde die richtige Wahl war. Aber lange konnte ich mir keine Gedanken darüber machen; denn auf Zuruf des Tanzlehrers bewegten sich die Herren auf uns Damen zu, sicherlich wurde man vorher schon



ausgeguckt. Vorerst hatten wir keine andere Wahl, wir mussten nehmen, was kam.

Unter Nennung seines Namens, an den ich mich leider nicht mehr erinnere, und einer Verbeugung, bat mich ein junger Mann zum Tanz. Noch war ich skeptisch, ob wir beide harmonieren würden. Aber wir haben uns sehr schnell aufeinander eingestellt, weil wir uns sympathisch waren. Und gerne haben wir den Tanzkurs als Paar absolviert. Mit dem nun festen Partner an der Seite kam man sich ja beim Tanzen unweigerlich näher. Dies war aber wichtig, um gegenseitig Vertrauen aufzubauen, so dass wir uns miteinander wohlfühlten. Da wir auf dem gleichen Niveau tanzten, fiel es uns leichter, sich auf neue Tanzelemente zu konzentrieren. Zu Beginn jeder Tanzstunde wurde das Gelernte der vorigen Stunde wiederholt, so dass sich dadurch unsere Schrittfolge festigte und sich die Tanzsicherheit erhöhte.

Zuhause führte ich die Schritte meiner Mutter vor und samstags, im damals noch schwarz-weiß Fernsehen, wartete ich auf die Sendung „Gestatten Sie“. Das Ehepaar Helga und Ernst Fern zeigte den Deutschen die neuesten Tanzschritte und ich übte fleißig im Wohnzimmer mit. Auch erinnere ich mich, dass sehr viele Tanzturniere im Fernsehen übertragen wurden.

Nach etwas mehr als der Hälfte der Tanzstunden wird der sogenannte Mittelball ausgerufen. Dieser dient als Generalprobe für den Schlussball, der die Krönung und das Ende des Tanzkursus darstellt. Meine Mutter nähte mir zu diesem Anlass aus blauem Organza ein elegantes Kleid, welches sich über einem damals sehr angesagten Petticoat wölbte. Seidenstrümpfe und Lackpumps vervollständigten die elegante Garderobe.

Der Schlussball fand aber nicht in der Tanzschule statt, sondern im Hotel Wuppertaler Hof in Barmen. Mein Tanzpartner wurde von seinen Eltern gefahren. Sie warteten im Auto vor meiner Haustüre, während der Sohn mir zur Begrüßung einen Blumenstrauß überreichte. Gleichzeitig war es für meine Mutter die erste Begegnung mit dem jungen Mann. Er erzählte ihr von seinem zukünftigen Wirtschaftsstudium, um danach in die elterliche Baufirma einzusteigen.

Am Wuppertaler Hof angekommen, wurden die Eltern an ihren Platz begleitet, während wir, am Eingang zum großen Saal, vom Ehepaar Wegener empfangen wurden. Beide verteilten die sogenannten Tanzkärtchen, die Damen erhielten diese in Fächerform, in das sich der jeweilige Tanzpartner bzw. Tanzpartnerin eines Tanzes zur Erinnerung eingetragen hat. Mei-

nen Fächer habe ich noch sehr lange behalten, aber bei meinen diversen Umzügen ist er mir dann doch irgendwann abhanden gekommen.

Der Saal war festlich geschmückt. Um die große Tanzfläche waren wunderschön gedeckte Tische und Stühle aufgereiht, an denen die Eltern, Verwandte oder Freunde Platz genommen hatten.

Wir Tanzpaare hatten uns im Vorraum hintereinander aufgestellt. Endlich war es so weit. Und angeführt vom Ehepaar Wegener formierten wir uns zur Polonaise. Unter großem Beifall begann mit dieser Polonaise der Schlussball-Abend. In der Pause führte das Ehepaar einige Tänze vor. Währenddessen wurden die Paare gebeten, die sich für den Cha-Cha-Cha-Wettkampf angemeldet hatten, sich im Vorraum einzufinden. Mein Partner und ich nahmen daran teil, da uns dieser Tanz immer schon gut gefallen hat. Drei Tänze mussten absolviert werden und die Stärke des Klatschens vom Publikum entschied, wer ausschied oder den nächsten Tanz mitmachen durfte. Kaum zu glauben, aber wir beide erhielten den 1.Preis.

Auf diese wunderschöne Art und Weise endete der Schlussball für uns. Wir Paare bedankten uns mit einem großen Blumenstrauß beim beliebten Ehepaar Wegener, die uns das Tanzen auf sehr angenehme Weise näher gebracht haben. Mein Tanzpartner und ich wollten nicht gleich nach Ende des Tanzkurses auseinandergehen. Daher verabredeten wir uns oft zu diversen Tanztees, die die Tanzschule anbot. Gerne hätten wir auch noch den Kurs für Fortgeschrittene besucht. Aber bedingt durch meinen späteren beruflichen Wechsel nach Süddeutschland kam dieser nicht mehr zustande, und wir haben uns dann leider auch aus den Augen verloren.

Wenn ich auch heute nicht mehr oft die Gelegenheit zum Tanzen habe, bewege ich mich doch sehr gerne zur Musik, und es kommt auch vor, dass ich beim Hausputz mit dem Besen tanze.

Zeit für Rock`n Roll

Ute Moll

Es war das Jahr 1960. Ich lebte als Sechzehnjährige bei meinen Eltern in der Ruhrgebietsstadt Oberhausen. Den Kauf eines Fernsehgerätes legten sie auf das nächste Jahr, damit ich meine „Mittlere Reife“ ohne Ablenkung erreichen könnte. So glaubten meine Eltern, mich abschotten zu können von den gesellschaftlichen Veränderungsprozessen, von den neuen „Marotten“ der Jugend und etlichem neumodischen „Firlefanz“. Sie gehörten zu den braven Deutschen mit der „weißen Bürgerweste“. Es begann eine neue Zeit mit einer neuen Jugendkultur, und sie mussten auch noch mit einer pubertierenden Tochter umgehen lernen. Heute kann ich ihre Ängste und ihre Unsicherheiten verstehen.

Im Nachkriegsdeutschland ging es wieder aufwärts, nicht nur im materialistischen Sinne. Vor allem im neuen, von den Amerikanern beeinflussten Lebensstil. Es entwickelte sich eine neue Jugendkultur. Die Jugendlichen entdeckten ihre Vorliebe für amerikanische Musik, Filme und Verhaltensweisen, Nietenjeans und Petticoats. Viele Jugendliche aus der Arbeiterschicht favorisierten den Rock`n Roll, die Eltern aber lehnten diese Musik als „Neger- oder Hottentottenmusik“ ab. So suchten sich die Heranwachsenden andere Möglichkeiten ihre Lebenslust auszudehnen. Neben den Radiosendern AFN und BFN wurde die Musikbox entdeckt und immer mehr gesellschaftsfähig. Speziell der Rock`n Roll wurde zu einer regelrechten Musikrevolution. Auch meine Freunde und ich erlagen der Macht der neuen Musik. Sie verkörperte für uns Freiheit und Andersartigkeit.

Meine Stadt hatte zu dieser Zeit schon ein großes modernes Hallenschwimmbad. Im Eingangsbereich befand sich eine italienische Milchbar, in der alle möglichen Milchprodukte, wie Eis, Milchmixgetränke und vieles mehr an-



geboten wurden. Durch meine Mitgliedschaft im Schwimmverein bekam ich das rege Treiben durch die Glasscheiben in der Milchbar regelmäßig mit.

Eines Tages kam mein 17jähriger Vetter zu Besuch, und ich durfte ihn ohne elterliche Ermahnungen mit in diese neu eroberte Bar nehmen. Hinter der bunten, vollbeladenen Theke werkelt ein schmucker, dunkelhaariger, junger Italiener und füllt zwei sehr attraktiven, jungen italienischen Mädchen die Tablett. Mein Vetter war sofort angetan, von der dortigen Stimmung. Wir erfreuten uns beide bei unserem ersten „Cassata“ unter schwungvoller Musik, der lebensfrohen italienischen Momente in unserem Leben. Noch heute kann ich meinem Luxusgefühl der damaligen Situation nachspü-

ren. Es gibt sie für mich noch heute, die „italienischen Momente“.

Wir sahen mehrere Jugendliche und Erwachsene um einen blinkenden, bunten Schrank stehen und mit den Füßen wippen. Wir stürmten dorthin und sahen unsere erste Musikbox. Sie war wirklich herrlich leuchtend bunt und enthielt einen Plattenspieler, der durch einen elektronischen Greifer mit kleinen Schallplatten gefüttert wurde. Es erklangen schwungvolle Schlager, deren Rhythmus uns Zuhörern in die Glieder fuhr und eine gute Körperstimmung erzeugte. Mein Vetter und ich zählten unsere Groschen und ganz schnell waren wir unter ihnen. Wir hörten: „Rock around the clock“ von Elvis, „Buona sera Senorina“ von Louis Prima und andere. Bei Buona sera fingen viele an zu tanzen, so auch mein Vetter und ich. Zum Glück hatte ich Turnschuhe an. Er wirbelte mich im 4/4 Takt mit hohem Tempo herum, drehte mich ein und aus, versuchte akrobatische Figuren, deren ich mich leider erwehren musste. Irgendwann, aber schon aus der Puste, merkten wir, dass wir beide nur noch alleine tanzten und alle um uns herumstanden und den Rhythmus klatschten. Als wir aufhörten, kam ein anderes Paar in die Mitte und tanzte wie wild geworden den neuen Rhythmus weiter und wir klatschten. Ich hatte nach einigen ästhetisch schönen Tänzen der anderen das Gefühl, selbst keine gute Figur gemacht zu haben, und wir gingen verschwitzt, aber bester Stimmung, nach Hause. Dort erzählten wir aber von unserem Erlebnis nichts. Wieder alleine, ohne meinen Vetter, verspürte ich den starken Wunsch, um eine bessere Tanzfigur zu machen, bald eine Tanzschule zu besuchen und diesen Wunsch energisch bei meinen Eltern zu vertreten.

Fieber

Bärbel Bachmann

Da ging man hin: Tanzschule Löser in „der Stadt“ – so nannte man Siegen, wenn man aus der Umgebung kam. Meine beiden Schwestern hatten dort ihre Erfahrungen gemacht und nun, frisch konfirmiert, war ich an der Reihe. Meine Freundin Inge und ich – beide in von meiner Mutter selbstgeschneider-ten Outfits – trafen uns pünktlich an besagtem Tage vor dem Eingang der Tanzschule. Dort hatten sich schon zwei Gruppen gebildet: hier die Jungen, dort die Mädchen. „Prima“ sagte ich zu Inge „so viele“, denn in unserer Klasse gab es nur acht männliche Exemplare. Nach kurzem, bitte glaubt mir, schüchternem Taxieren, fiel mein Blick auf W. Lixfeld: Der könnte es sein! „Lixfeld, ein guter Siegener Name“, wie meine Mutter mir später vermittelte, denn sie kam ja schließlich „aus der Stadt“.

Nach dieser ersten Tanzstunde war ich 3 Tage und 3 Nächte krank. Ich blieb im Bett und hatte Fieber: alles drehte sich, mir wurde heiß und kalt. In ferne Welten entrückt wusste ich nicht, wie mir geschah.

Aufstehen, essen, zur Schule gehen: unmöglich. Meine Mutter schrieb die Entschuldigung; ich war wirklich krank. „Lixi“ begleitete mich bis zum Mittelball – ich sah ihn bald mit anderen Augen. Einmal waren wir im Kino, davon ist nur das Eiskonfekt, das er spendierte, in Erinnerung geblieben.

Zum Abschlussball musste ein erfahrener Tanzschüler aushelfen. A. Menzel – wieder ein guter Siegener Name. Der machte viel Blödsinn und war schon mal auf Händen in den Tanzsaal gekommen. In der Freizeit entpuppte sich dieser junge für mich als Langweiler, da er nur über Sportthemen mit mir diskutieren wollte.

Aus dieser Zeit sind mir die beiden Kleider für Mittel- und Abschlussball sehr in Erinne-



rung geblieben. Noch könnte ich diese detailgenau beschreiben. Sie waren natürlich wieder handgenäht von meiner Mutter – bestimmt mit viel Liebe.

„Fieber“ – den Vollrausch der Gefühle habe ich noch manches mal im Leben gehabt – aber eine gute Tänzerin bin ich nie geworden!

Tanzen – ein Hobby für Zwei

Armin Merta

In der 11. Klasse des Gymnasiums war es 1965 üblich, einen Tanzkurs mitzumachen. Ich war an einem Jungengymnasium, an dem damals die ersten Schülerinnen aufgenommen wurden. Den Tanzkurs allerdings machten wir mit einer 10. Klasse des Mädchen-gymnasiums. Der Leiter der Tanzschule meinte zu Beginn, wir sollten uns nicht sofort auf ein Mädchen für den Mittelball festlegen, sondern erst abwarten. Fast alle Mitschüler hielten sich nicht daran und suchten sich schnell eine der jungen Damen für den Ball aus. Ich hatte keine Auswahl getroffen. Da kam mir ein Zufall zu Hilfe. Auf das beliebteste Mädchen des Kurses hatte es ein



Klassenkamerad abgesehen. Die junge Dame erlitt einen kleinen Unfall und konnte zwei- oder dreimal nicht mitüben. Sie lehnte den Klassenkameraden jedoch ab. Ich war noch übrig. Und so erwischte ich eine sehr gute Tänzerin, die sehr gut aussah und größtmäßig zu mir passte. Es war damals üblich, dass die Jungen sich bei den Eltern der Dame vorstellen mussten. Meine Tanzpartnerin machte mir über das Tanzen hinaus allerdings keine Hoffnungen. Das störte mich nicht, ich genoss einfach das Tanzen mit ihr. Ich merkte, dass ich durch sie besser wurde.

Beim Mittelball gab es eine Preisrunde, bei der es nicht auf das Tanzen ankam. Bei diesem Tanz wurde ein Hut von den Damen herumgereicht. Sie mussten den Hut auf den Kopf des Herrn setzen. Dessen Dame musste den Hut weiter befördern. Wenn die Musik aufhörte, musste das Paar ausscheiden, das gerade den Hut besaß. Mit meiner Partnerin kam ich unter die letzten beiden Paare. Der gegnerische Herr

war ziemlich groß. Es war fast unmöglich, dass meine Tänzerin ihm den Hut auf den Kopf platzierte. Aber ich denke, die Musikkapelle wollte, dass wir zwei Kleineren gewinnen sollten. So spielte sie so lange, bis meine Partnerin den Hut losgeworden war. Beim Abschlussball legte eine kleine Gruppe von uns eine wunderbare Einlage ein, mit Kostümen aus den 1930-ern und einem echten alten Auto. Getanzt wurde Charleston. Höhepunkt war das Preistanzen. Mit meiner Balldame gelangte ich unter die ersten drei. Allerdings merkte ich beim Wiener Walzer, dass ein anderes Paar Szenenapplaus bekam. Ich konnte einfach die Linksdrehung nicht so gut. Wir wurden Zweite. Trotz zweier Ermäßigungsgutscheine für den Fortgeschrittenenkurs habe ich in der Tanzschule nicht weiter gemacht. Die Kurse – auch der für Anfänger – waren abends ab 20 Uhr. Einige von uns mussten sehr lange warten, bis wir mit dem letzten Zug nach Mitternacht nach Hause fahren konnten. Und das war während der Woche schon sehr anstrengend.

Tanzen war auf dem Land weiterhin ein schönes Vergnügen, ob eine Zeit lang mit einer festen Freundin oder zusammen mit der Jugendgruppe. Dazu war das Auto des Vaters sehr nützlich. Die Samstag-Tanzabende hatten meist eine Jugendband als Musikanten, sie fanden ringsum an verschiedenen Orten statt. Es gab fast immer eine Runde Musik zum Abzappeln, wie man später dazu sagte, und eine Runde mit Schlagern oder internationalen Liedern zum Schmusen. Letzteres gefiel mir besser. An einem dieser Abende hatte ich mehrere Freunde mit dem Auto mitgenommen. Einer davon hatte gleich zu Beginn zu schnell Alkohol getrunken. Er bat mich, ihn nach Hause zu fahren. Der Saal war voll. Ich bat die Anderen, mir meinen Platz aufzuheben und brachte den jungen Mann nach Hause. Als ich wieder in den Tanzsaal zurück kehrte, war mein ursprünglicher Sitzplatz belegt. Eine junge Dame saß da. Sie wollte den Platz nicht räumen. Also blieb mir nichts anderes übrig, ich forderte sie zum Tanzen auf. Wir fanden Gefallen aneinander und tanzten an dem Abend oft zusammen. Aus dem Gefallen wurde mehr. Wir verabredeten uns für den nächsten Tag und dann immer wieder. Inzwischen sind daraus über 46 Ehejahre geworden.

Wir zogen in meinen Studienort Erlangen, später nach Essen-Werden und schließlich nach Heiligenhaus. Als die beiden Kinder etwas größer waren und ruhig mal einen Abend alleine zu Hause bleiben konnten, ergab sich für uns die Möglichkeit, 1990 in eine neu gegründete Gruppe des Heiligenhauser Tanzkreises, jetzt Tanzsportclub Niederberg, einzutreten. Einmal pro Woche frischten wir für eine Stunde am Freitagabend vorhandene Tanzkenntnisse auf und lernten stets neue Figuren und auch Tänze dazu. Bei Jive und Samba verzweifelte ich oft. Die zweite Tanztrainerin brachte mich manchmal so weit, dass ich aufhören wollte. Wir hatten beim Jive inzwischen 12 verschiedene Einzelfiguren gelernt. Sie wollte nun, dass wir diese 12 Figuren zu einer von ihr festgelegten Gesamtfolge zusammenfügen sollten. Sie zählte dabei ohne Rücksicht auf Verluste. Ich

kann mich nicht daran erinnern, diese Zwölferfolge jemals am Stück geschafft zu haben. Und Tanzen soll doch bekanntlich Spaß machen. Eine neue Tanzlehrerin kam. Sie hatte eine ganz andere Einstellung zu uns. Bei der Rumba brachte sie uns bei, dass wir uns beim Gegenüber-Tanzen verliebt in die Augen sehen sollten. Das war doch was. Ich tat es sogar auch, als mich die Tanzlehrerin mal zum Vorführen einer Rumbafigur auf die Tanzfläche holte. Es folgte ein Trainer-Ehepaar, die manchmal sehr anspruchsvolle Figuren mit uns einzustudieren versuchten, was meiner Frau und mir auf lange Sicht nicht gelang. Das Trainerpaar war jung, wir wurden immer älter. Aber wir lernten auch tolle Figuren in allen 10 bekannten Tänzen, die wir uns in Fleisch und Blut übergehen ließen und sehr gerne tanzten.

Auf den kleinen Tanzflächen bei einem Tanzabend war meist nicht der Platz, gelernte Figuren wirklich auszutanzten. Das gelang uns jedoch bei einer Urlaubsreise nach Bad Sachsa. Wir spazierten einfach mal so durch den Kurpark. Dort spielte ein osteuropäisches Trio wunderbare Tanzmusik. Die große Tanzfläche unter Bäumen war allerdings leer. Meiner Frau kribbelten die Beine. Sie hatte Lust zu tanzen. Es fehlte ihr aber der Mut, auf die Tanzfläche zu gehen und loszulegen. Schließlich sahen ja viele Kurgäste zu. Die Kapelle machte 10 Minuten Pause. Dann fand meine Frau den Mut, mit mir nach vorne zu gehen. Ich spürte, wie nervös, verlegen und unsicher sie beim ersten Tanz, einem langsamen Walzer, war. Ich hielt sie einfach etwas fester. Die Nervosität legte sich. Wir tanzten vor Allem die Standardtänze und bekamen sogar Applaus. Manchmal gesellte sich in dieser Stunde ein Paar aus zwei Damen dazu. Machten wir eine Pause, fragte ein Musiker, welchen Tanz wir uns als nächstes wünschten. Insgesamt nahmen wir in den 2 Wochen an 7 Tanzgelegenheiten teil. Nach zwei Tagen waren wir anscheinend in Bad Sachsa unter den meist älteren weiblichen Kurgästen gut bekannt. Wir wurden beim Spaziergehen in der Stadt sehr oft begrüßt.

Ein Tanzerlebnis erzählte ich bei Gelegenheit auch sehr gerne. Während einer Busrundreise durch Schottland übernachteten wir in einem Hotel, in dem es am Abend Tanzmusik gab. Kleine Figurenfolgen waren möglich, wenn die Tanzfläche nicht sehr voll war. Ein Organisator brachte die Gäste häufig dazu, lustige Tanzspiele mitzumachen. Wir hielten uns da dezent zurück. Die Gäste bestanden etwa zu 30 % aus unserer Gruppe und aus 70 % Engländern und Schotten. Wir tanzten eine Runde mit. Der Ansager meinte nun sehr laut: „And now, ladies and gentlemen, Paso Doble.“ So schnell war die Tanzfläche noch nie leer bis auf, ja bis auf uns. Wir hatten angenommen, es würden sich andere Paare zu diesem selten gewordenen Tanz hinreißen lassen. Da standen wir nun, 100 Augenpaare waren auf uns gerichtet. Und wir blieben. Die Musik setzte ein. Wir versuchten, unsere etwa acht gelernten Einzelfiguren immer wieder zusammen zu setzen. Bei der letzten Figur, war ich mir unsicher, blieb aber nicht stehen. Vielleicht merkten die Zuschauer die Unsicherheit nicht. Am Ende gab es großen Applaus. Am nächsten Morgen meinte eine Dame : „We enjoyed your dancing last night.“ Wir wissen, dass wir keine tollen Tänzer sind, uns gefällt es, schöne Figuren zu lernen und sie anzuwenden.

Wir bekamen ein neues Trainerpaar, etwa in unserem Alter. Sie studierten mit uns mehr altersgerechte Folgen ein. Durch Bekannte ließen wir uns dazu bewegen, nicht nur einmal pro Woche 90 Minuten Tanztrainig mitzumachen, sondern auch ab und zu zu einem Seniorentanztee mitzufahren, bei dem fast nur angenehme Musik gespielt wird. Leider musste ich vor über einem Jahr am Knie operiert werden. Die Nachwehen haben es bis jetzt unmöglich gemacht, das Tanzen wieder aufzunehmen. Aber die Hoffnung besteht, zunächst bald wieder zum Seniorentanztee zu fahren, um die ersten Runden zu drehen. Tanzen ist ein Hobby, das ein Ehepaar zusammen ausführen und das sehr viel Freude bereiten kann.

Darf ich bitten ... Eine nicht zu ernst zu nehmende Tanzstunde

Helga Licher

Richtige Männer tanzen nicht! Sie spielen Fußball, sie boxen oder sie basteln einen Lenkdrachen, aber sie tanzen nicht.

Das ist nicht etwa meine Meinung, sondern die bestechend einfache Logik meines Mannes. Mit dieser Einstellung konnte er sich bisher erfolgreich vor vielen Tanzveranstaltungen drücken. Doch irgendwann hat es ihn kalt erwischt. Wir sind zur Goldenen Hochzeit von Tante Erna eingeladen, und ich habe uns kurzerhand zu einem Tanzkurs für Senioren angemeldet.

Mit einem süffisanten Lächeln und seiner besseren Hälfte im Schlepptau betritt mein Tanzmuffel den Saal im Wirtshaus in unserem Dorf. Gut sieht er aus. Die rote Krawatte steht ihm ausgezeichnet. Wenn nur meine neuen Schuhe nicht so drücken würden, denke ich und klemme mir meine Handtasche unter den Arm. „Denk daran, dein Vater war ein brillanter Tänzer, das schaffst du auch,“ raune ich meinem Gatten zu.

Der Tanzlehrer erwartet uns schon, er möchte Jonny genannt werden, und man sieht ihm deutlich an, dass die Geschmeidigkeit der Tanzbewegungen im fortschreitenden Alter sehr schnell abnimmt. Seine schütterere Frisur verbirgt er unter einer Perücke, und über einem ehemals weißen Rüschenhemd trägt er eine blaue, glitzernde Jacke.

Aus dem Lautsprecher der Stereo-Anlage erklingt ein langsamer Walzer. Ein Tanz, der Jonnys morschen Knochen entgegen kommt. Ich folge meinem Mann, der nur zögerlich Richtung Tanzfläche geht. „Vor, Seit, Schluss – Rück, Seit, Schluss...“, flüstere ich ihm leise zu. Er sieht mich verständnislos an und startet

einen vagen Fluchtversuch. Doch mein linker Arm liegt wie eine Schraubzwinde auf seiner Schulter und zwingt ihn energisch die Richtung zu wechseln und meinen Schritten zu folgen.

Ich versuche eine leichte Drehung nach links, aber sein rechtes Tanzbein will einfach nicht in Schwung kommen. Mein Mann trägt es mit Fassung und tritt mir auf den neuen schwarzen Lackschuh. Ich beiße die Zähne zusammen, nehme wieder die Grundhaltung ein und übersehe seine flehenden Blicke. „Du machst das sehr gut“, sage ich aufmunternd.

„Jetzt versuchen wir mal einen offenen Walzerschritt vorwärts. Ihr müsst den Rhythmus spüren.“ Jonny stellt sich in die Mitte der Tanzfläche und hebt die Arme. Die Panik in den Augen meines Mannes ignoriere ich und lockere meinen Griff. Ich setze zu einer Drehung an, löse mich aus seiner Umklammerung um einige Schritte in die entgegengesetzte Richtung zu machen - doch da sind seine Füße im Weg. Ich verliere das Gleichgewicht, meine Schuhe finden auf dem glatten Parkett keinen Halt, und ehe ich mich versehe sitze ich auf dem Fußboden.

Mein Mann sieht erschrocken zu mir hinunter. „Hilf mir mal oder willst du mich hier sitzen lassen?“, frage ich ärgerlich und zerre an meinem Rock. Er bekommt einen roten Kopf und hilft mir eilig wieder auf die Beine. Unauffällig sieht er sich um. Doch zu seiner und meiner

Beruhigung, hat keiner unseren kleinen Unfall bemerkt. Die Teilnehmer der Tanzstunde sind intensiv mit dem Grundschrift und der Viertel-drehung rechts beschäftigt.

„Ich denke, wir gehen jetzt“, murmelt mein Gatte und strebt dem Ausgang zu. Aber so schnell gebe ich nicht auf. „Einen Tanz noch...“

Seufzend rückt mein Herzallerliebster seine Krawatte gerade, legt energisch den Arm um meine Taille, murmelt leise „Vor, Seit, Schluss...“ und legt los. Walzerschritt vorwärts, rechts – links, Pendelschritt, Drehung links, - ich schwebe in seinen Armen wie eine Feder übers Parkett. Er wirbelt mich rechts herum, links herum - ich bin begeistert.

Erst als Jonny in die Hände klatscht und uns völlig fassungslos anschaut, bleiben wir atemlos stehen. „Was war das denn?“ fragt der Tanzlehrer. Mein Gatte grinst spöttisch und wischt sich den Schweiß von der Stirn. „Sie denken doch nicht, dass ich unvorbereitet zu einem Tanzkurs gehe“, sagt er augenzwinkernd, nimmt mich in den Arm und flüstert an meinem Ohr: „Und jetzt tanzen wir noch einen Tango Argentina...“

Niederbergischer
Trinkgenuss

Süßmosterei

DALBECK

Fruchtsäfte
aus der Region

Ernst Dalbeck Fruchtsäfte
Mühlenweg 18 • 42579 Heiligenhaus
www.dalbeck-fruchtsaft.de • Tel.: 02056-69219

mode aktuell

Mode von 36 bis 54

BUSSEMAS

Friedrichstr. 194 • Velbert • Tel 02051-53142



Meine Tanzstunde

Annemarie Vinck

Das Thema dieses Heftes hat mir unendlich viele Kopfschmerzen bereitet. Jedesmal gehe ich bei der Erinnerungssuche 72 Jahre zurück in das Jahr 1946: Der zweite Weltkrieg war im Jahr zuvor zu Ende gegangen und das 2000-Seelen-Dorf, in dem ich lebte, gehörte zur französischen Besatzungszone. Ganz sicher haben sich alle Jugendlichen über das Angebot eines Tanzkurses riesig gefreut - ich eingeschlossen. Doch so oft ich mein Hirn auf der Suche nach Fetzen der Erinnerung zermartere, an die Tanzstunden Herren, an das Erlernen der einzelnen Schritte, an irgendein Erlebnis in diesem Zusammenhang, genau so oft streikt mein Erinnerungsvermögen. Es fällt mir kein einziges Gesicht eines Tänzers ein, in dessen Arm ich hing, um Walzer, Foxtrott, Tango und langsamen Walzer zu tanzen. Ich weiß nicht einmal ob es einen Mittelball gab und erst recht nicht, mit wem ich am Abschlussball getanzt habe.

In meiner Ratlosigkeit fragte ich mich gar, ob irgend etwas vorgefallen ist, was der Grund sein mag, dass mein Gedächtnis einfach streikt. Aber meine Schwester, die gleichzeitig mit mir denselben Tanzkurs besuchte, verneinte vehement einen solchen Vorfall.

Das Einzige, was ich genau behalten habe ist die Tatsache, dass die Abschlussballkleider von meiner Schwester und mir jeweils aus Gardinen fabriziert wurden. Das Kleid meiner Schwester entstand aus den Voile-Gardinen in unserem Gästezimmer und hatte rote und rosa Röschen, während mein eigenes Kleid aus der Gardine des Schlafzimmers meiner Mutter fabriziert wurde. Es war ebenfalls aus Voile, aber rein weiß. Aus Stoffmangel gab es nur kurze Kleider!

Das größte Fest in dem Dorf, in dem ich aufwuchs, war alljährlich die Kirmes, die stets am 1. Sonntag im Juli stattfand. Für die Kinder

Was ist Tango? - Es ist Leben!

Lore Loock

Von peitschender Eifersucht
und doch mit liebevoller Leidenschaft.

Von lodernd - heißem Feuer
oder kühl - fließendem Wasser.

Von beherrschender Gewalt
bis zur großzügigen Zärtlichkeit.

Er schenkt uns die Wachsamkeit
und enthüllt seine Melancholie.

Zeigt sich in verruchten Gebärden
offenbart auch seine Keuschheit.

Die ruhelos stockende Bewegung
wird zur friedlichen Verschmelzung.

Sein Rhythmus erwacht aus der Stille
kommt übers vibrierende Tremolo zum Crescendo.

Das ist Tango!
das ist Leben!

gab es auf dem Marktplatz Karussell und Auto-Scooter, für die Erwachsenen in der Turnhalle Musik und Tanz. Nach dem absolvierten Tanzkurs freuten wir uns im Jahr 1946 ganz besonders auf die Tanzerei. Vermutlich waren wir bei diesem Fest mit all jenen jungen Menschen zusammen, mit denen wir die verschiedenen Tanzschritte gelernt hatten.

Gegen den Durst vom Herumwirbeln bei der Tanzerei wurde natürlich auch Alkoholisches getrunken, aber in Rheinhessen, dem größten Weinanbaugebiet Deutschlands (zwischen Mainz, Worms, Bingen, Bad

Kreuznach gelegen), wurde auch damals mehr Wein als Bier getrunken. Ich war zu diesem Zeitpunkt 18 Jahre alt und hatte eine absolute Abneigung gegen Alkohol.

Auch schon vor diesem Abend war es vorgekommen, dass ich mich beharrlich geweigert hatte, Wein oder Bier zu trinken. An diesem Abend lehnte ich diese Getränke erneut ab, weshalb ich permanent als „feige“ bezeichnet wurde. Irgendwann im Laufe des Abends riss mir dann der Geduldsfaden wegen dieses ständigen Vorwurfs und ich trank ein Glas Wein nach dem anderen, genau so viel wie man mir aufdrängte! Spaß daran hatte ich absolut nicht. Und geschmeckt hat es auch nicht.

Mehr Komfort durch Schlüsselhinterlegung Der Johanniter-Hausnotruf: Maßgeschneiderte Angebote für jeden Bedarf

Blumen gießen, die Katze füttern, den Briefkasten leeren – eine gute Nachbarschaft ist wichtig, gerade für alleinstehende Menschen. Viele vertrauen ihren Nachbarn regelmäßig ihren Wohnungsschlüssel an. Aber kann man seinem Nachbarn auch zumuten, rund um die Uhr erreichbar zu sein, um auch in einem Notfall zu helfen? Der Johanniter-Hausnotruf bietet hier eine professionelle Alternative.

„Ob jemand öfter allein zuhause ist oder im Alter alleine lebt, gesundheitliche Einschränkungen hat oder besonders sturzgefährdet ist – der Johanniter-Hausnotruf bietet ein hohes Maß an zusätzlicher Sicherheit und kann für jeden Bedarf individuell erweitert werden. Dazu zählt die Möglichkeit, seinen Wohnungsschlüssel bei den Johannitern zu hinterlegen“, so Klaus Domhan, Leiter Soziale Dienste und Hausnotruf-Experte der Johanniter im Kreisverband Mettmann. „Natürlich spielt für unsere Kunden die sichere Aufbewahrung dabei eine entscheidende Rolle.“ Der Schlüssel wird für Unbefugte unzugänglich fest verplombt in einem elektronisch gesicherten Schlüsselschrank verwahrt. Auf dem Schlüssel sind weder Namen noch Adresse vermerkt. Wird ein Alarm ausgelöst, erhält der Einsatzdienst die Berechtigung, den entsprechenden Schlüssel zu entnehmen, und kann so zum Hausnotrufteilnehmer in die Wohnung gelangen.

Wie funktioniert der Johanniter-Hausnotruf?

Herzstück des Johanniter-Hausnotrufs ist ein kleiner Sender, der als Armband, Halskette oder Clip getragen werden kann. Wenn Hilfe benötigt wird, genügt ein Knopfdruck, um die Hausnotrufzentrale der Johanniter zu erreichen. Gut aus- und fortgebildete Mitarbeiter nehmen rund um die Uhr den Notruf entgegen und veranlassen die notwendige Hilfe. Auf Wunsch werden automatisch die Angehörigen informiert. Umfangreiches Zubehör wie beispielsweise ein Rauchwarnmelder oder Sturzsensoren runden das Angebot ab. Der Hausnotruf wird von den Pflegekassen als Hilfsmittel anerkannt. Bei anerkannter Pflegebedürftigkeit ist eine volle Kostenübernahme für die Basisabsicherung möglich. Auch können die Ausgaben für den Hausnotruf von der Steuer abgesetzt werden, denn er gilt als haushaltsnahe Dienstleistung. Weitere Informationen zum Johanniter-Hausnotruf erhalten Sie unter den folgenden Kontaktdaten:

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Kreisverband Mettmann, Kölner Str. 16, 40885 Ratingen, Tel. 02102 70070-90
menueservice.mettmann@johanniter.de, www.johanniter.de/mettmann

**DIE
JOHANNITER** 
Aus Liebe zum Leben

Am folgenden Morgen begab ich mich zum Frühstück, aber da dröhnte und hämmerte mein Kopf erbarmungslos, so dass ich, ohne etwas gegessen zu haben, zurück ins Bett flüchtete und die Decke über die Ohren zog.

Zur Mittagessenszeit erschien ich wieder. Der Kopf schien platzen zu wollen, also hieß die Devise erneut „ab ins Bett - ohne Essen“. Und ein drittes Mal an diesem Tag kam ich zur Kaffeezeit, wo leckerer Kuchen auf dem Tisch stand. Ich fühlte mich soo elend. Aber auch der verführerischste Kuchen konnte mich nicht locken. Mir war sterbenselend. Doch bevor ich diesmal mir die Bettdecke über die Ohren zog, schluckte ich eine Kopfschmerztablette. Und dann ging es hoppla hopp ins Bett.

Drei Stunden später weckte mich meine Schwester mit den Worten: „Es ist gleich 20 Uhr! Was ist mit Dir? Gehst Du mit zum Tanz?“ Da streckte ich den Kopf unter der Decke hervor, fühlte meinen Kopf frei und leicht..... und sprang aus dem Bett.

Es wurde ein schöner Tanzabend, aber ich leistete den Schwur, dass mir Derartiges nie wieder passiert! Den Schwur habe ich gehalten. An meiner eigenen Hochzeit trank ich Apfelsaft aus einem Sektglas und beim Besuch des Hofbräuhauses in München trank ich aus einem großen Bierhumpen meinen Apfelsaft... mit ein wenig Schaum obendrauf!!!

Tanzstunde und danach noch in die Disco?

Martina Müller

Sommer 1971, ich war Schülerin der zehnten Klasse der Realschule Heiligenhaus. Der Besuch einer Tanzschule war unter uns Mädchen ein großes Thema. Auch meine Eltern erlaubten mir in eine Tanzschule zu gehen. Mit zwei Freundinnen aus meiner



Klasse fuhr ich Samstags Nachmittag nach Essen in die Tanzschule Wachtmeister.

Wir hatten uns für einen Standard – Tanzkurs angemeldet. Im Anschluss an die Tanzstunde fand eine Disco statt. Kein Problem für meine Freundinnen; ihre Eltern erlaubten sofort, nach der Tanzschule in die Disco zu gehen. Bei mir gestaltete es sich etwas schwieriger und das jeden Samstag Nachmittag aufs neue.

Wir hatten eine Bäckerei und jeden Samstag Nachmittag putzten mein Vater, meine beiden Schwestern und ich die Backstube. Meine Mutter putzte den Laden und anschließend ging sie zu dem Frisör gegenüber auf der anderen Straßenseite.

Wenn wir mit dem Putzen der Backstube fast fertig waren, kam jeden Samstag Nachmittag meine Freundin Renate in die Backstube und fragte meinen Vater, ob ich nach der Tanzschule noch mit in die Disco dürfe. Mein Vater antwortete: „Fragt meine Frau!“.

Also ging ich mit Renate hinüber zum Frisör, wo meine Mutter unter der Trockenhaube saß. Ich trug noch die Gummistiefel und alte Kleidmotten! In den Luftstrom der Trockenhaube rief Renate meiner Mutter ins Ohr, ob ich nach der Tanzschule mit in die Disco dürfe. Meine Mutter antwortete: „Fragt meinen Mann!“ Also wieder zurück in die Backstube. Ich erinnere mich nicht mehr, wen wir zuerst überreden

konnten dem Discobesuch zuzustimmen. Aber ich durfte!

In den Monaten danach waren wir schlauer. Renate kam in die Backstube, fragte meinen Vater, ob ich nach der Tanzstunde mit in die Disco dürfe. Als mein Vater sagte: „Fragt meine Frau!“, sagte Renate: „Ihre Frau hat `Ja` gesagt. Und er stimmte zu. Danach gingen wir hinüber zum Frisör und spielten das Spiel mit meiner Mutter. Renate fragte sie, ob ich mit in die Disco dürfe. Als meine Mutter antwortete: „Fragt meinen Mann!“, sagte Renate: „Ihr Mann hat `Ja` gesagt. Und dann erlaubte meine Mutter die Disco auch.“

So ein Theater, Woche für Woche. Ob meine Eltern unser Spielchen jemals durchschaut hatten, darüber ließen sie jedenfalls nie etwas verlauten. Nach der Disco holte uns der Vater einer Freundin in Kettwig an der S-Bahn ab, oder in den Wintermonaten direkt an der Tanzschule.

Tanzen

Rosemarie Koch

Für Musik konnte ich mich immer schon begeistern. Als Kind hörte ich gerne zu, wenn mein Vater auf dem Akkordeon musizierte oder Schallplatten gespielt wurden. So war es für mich klar, dass ich die Tanzschule besuchen würde.

Eine Freundin fragte mich, wir waren beide 16 Jahre alt und arbeiteten zusammen als Lehrlinge in derselben Firma, ob wir nicht gemeinsam eine Tanzschule besuchen könnten. Unsere Eltern hatten nichts dagegen, also meldeten wir uns für einen Anfängerkurs an. Jeden Samstagnachmittag übten wir Walzer, Wiener Walzer, Cha-Cha-Cha, Tango und den damals aktuellen Sirtaki.

Während meine Freundin sich auf die Tanzstunden freute, verging mir sehr schnell der Spass. Ich hatte einen Partner, der das Wort Rhythmus nicht kannte, sich steif wie ein Stock bewegte, nicht führen konnte und mehr auf meinen Füßen stand als ich vertragen konnte. Am Abschlussball konnte ich (er hat mir nicht wirklich gefehlt) wegen einer Erkrankung nicht teilnehmen.

Spass am Tanzen hatte ich dafür zu Hause. Sonntags zeigte ich, wenn es sich zeitlich ergab, meinem Vater und meinen beiden jüngeren Brüdern, was ich in der Tanzschule gelernt hatte.

Tanzmusik, die wir nicht in unserer Schallplattensammlung hatten, wurde gekauft.

Mobilar wurde soweit es ging umgestellt, damit wir ausreichend Platz hatten. Dann suchten wir die passenden Schallplatten aus und los ging es. Aufgestellt in einer Reihe übten wir mit der passenden Musik die einzelnen Schrittfolgen, lachten und alberten herum. Der Sirtaki machte uns am meisten Spass, vor allem, weil kein ausreichender Platz war, um bei zunehmendem Tempo die Balance zu halten.

Eine unvergessliche, schöne (Familien-) Zeit. Die Lust am Tanzen habe ich übrigens bis heute nicht verloren, nur haben es die Tanzpartner seither leider schwer, mich zu führen.

„Ein historisches Anekdotchen aus Heljens“ *Lore Loock*

Der 50. Geburtstag unserer Bekannten Christa kündigte sich an, und der sollte mit allem „dröm un' dran“ gefeiert werden. Es war der Abraham-Geburtstag, der auch für sie etwas ganz besonderes werden sollte. Die Freunde stellten ein Fest-Programm zusammen, womit man die Jubilarin und die Geburtstagsgäste unterhalten wollte.

Auf einem langen Zettel wurde aufgeschrieben, was für das leibliche Wohl auf den Tisch kommen soll. Natürlich ließen die Nachbarinnen es sich nicht nehmen, etwas dazu beizutragen.

Für die Männer bestand die Hauptsache darin, Flüssiges in Form von Hochprozentigem herbei zu schaffen. Auf keinen Fall durfte das obligatorische Fässchen „Alt“ fehlen.

Das Programm für das Fest bestand aus einem bunten Repertoire von Ansprachen und lustigen Sketschen. Natürlich war alles auf die Hauptperson abgestimmt.

Große und kleine Gäste standen abwechselnd auf dem kleinen Podium und sorgten dafür das viel gelacht wurde.

Natürlich kam auch der Abraham zu Christa. Eine aus Ton gefertigte Symbol-Figur hat man ihr überreicht. Dazu wurde ein passendes Gedicht vorgelesen, denn dem Abraham war es gelungen, lustige Episoden aus dem Leben der Jubilarin zusammen zu tragen. Die Gesellschaft hatte sichtlichen Spaß daran und Christa natürlich auch.

Um das Tanzbein zu schwingen gab es genug flotte Tanzmusik. Die Tänzer polierten das Parkett auf Hochglanz. Alle eingeladenen Gäste zeigten in Heljens was sie so drauf hatten. Wer dann genug vom „schwofen“ hatte, ging noch einmal zum Buffet, naschte etwas, und war froh sich etwas auszuruhen.

Die Kondition fing an zu schwächeln, aber bevor die Puste ganz raus war, wurde die Aufmerksamkeit zurück geholt, als Zirkusmusik im Saal erklang. Man hörte den Schlagersänger Ralf Bendix etwas von einer „großen Nummer“ singen, die „gemacht wird“.

Konnte es sein, das da noch jemand zur Mitternachtsstunde eine große Nummer präsentiert? Und richtig, es wurden zwei prominente Gäste angekündigt, die einen besonderen „Mitternachtswalzer“ präsentieren wollten.

Hatte man etwa Tanzprofis engagiert? Alle waren gespannt.

Das Licht wurde gedämmt, und eine Walzermelodie erklang. Wer war das Pärchen, dass da in den Saal herein tanzte? Beide Personen hatten sich etwas merkwürdig für den Tanz gekleidet. Zwei Männer waren es. Einer, ein in Heljens allgemein bekannter Pastor, der immer zu Scherzen aufgelegt war, hatte sich ein elegantes Pelzjäckchen von der Garderobe genommen und übergezogen.

Der andere Tanzpartner war der Cousin von Christa, der sich, würdevoll passend zum Tage, mit dem schwarzen Talar des Pastors geschmückt hatte. Das Fest hatte mit dieser äußerst amüsanten Darbietung seinen Höhepunkt erreicht.

Männerballett

Armin Merta

In den letzten 20 Jahren gehörte ein Männerballett zu stimmungsvollen Festen, wie z.B. in Karnevalsveranstaltungen, häufig als letzter Programmpunkt dazu. Es stellte zugleich den Schluss- und den Höhepunkt des offiziellen Teils dar. Dabei spielte es keine so große Rolle, ob die tanzenden Männer nun alle Schritte, Drehungen und Bewegungen richtig machten. Es musste die Musik stimmen. Dann kam ja auch noch dazu, dass die Kleidung der Tänzer originell und farbenfroh war. Und die Körperformen der Männer spielten bei dem Auftritt keine negative Rolle. Ganz im Gegenteil, es bereitete zusätzliches Vergnügen, wenn die Bäuche kräftig wackelten. Wenn vorher die Stimmung im Saal eher lau war, putschte es die Anwesenden auf, danach selbst freudig, gut gelaunt und voller Schwung zu tanzen. Und genau so geschah es vor 25 Jahren bei einem Abiturball.

Abiturientinnen hatten 5 Lehrer gebeten, als Höhepunkt des Balls als Männerballett in einem klassischen und einem modernen Tanzstil aufzutreten. Eine Schülerin trainierte mit uns. Der Erfolg war entsprechend groß. Wir brachten die Stimmung im Saal auf den Höhepunkt. Natürlich bezeichnete man uns als die „Helden“ des Abiturballs.

Im nächsten Jahr erzählte ich in unserem Tanzverein davon. Wir veranstalteten ja in jedem Jahr einen Ball. Selbstverständlich war der Vorstand von dem Vorschlag begeistert, beim Ball ebenfalls ein Männerballett mit einem klassischen und einem modernen Teil auftreten zu lassen. Das Einüben der Schrittfolgen geschah hier mit größerer Präzision. Wir waren schließlich alle tanz- und rhythmuserfahren. Der Erfolg war ebenso groß wie beim Abiball. Wir beschlossen, eine neue Choreographie einzustudieren. Dazu schneiderten uns die Frauen rote Röcke mit Rüschen. Wir bekamen ein weißes Oberteil mit je einem BH aus Papier, dazu weiße Ballettschühchen. Ehrgeizig wie wir waren, studierten wir vier aufeinanderfolgende Sequenzen für einen Can-Can ein. Der 4. Teil enthielt die bekannteste aller Can-Can-Melodien. Es muss wohl sehr schön ausgesehen haben, wie wir uns schon aufstellten und dann loslegten. Die Röcke flogen weit. Nur mit dem Hochheben der Beine sah das bei uns nicht so schön aus wie bei den Damen in Paris. Am Ende des letzten Teils beugten wir uns nach vorne, aber mit dem Rücken zum Publikum und warfen die Röcke nach oben. So erschienen unsere weißen Radlerhosen jeweils mit einem roten Herz drauf. Es folgte natürlich eine Zugabe.

Dieser Can-Can-Auftritt war so gut gemacht, dass wir ihn auf Wunsch bei anderen Veranstaltungen vorführten. Wir bekamen jedesmal an dem Abend Essen und Trinken gratis. Schade, dass danach niemandem mehr eine neue Choreographie einfallen wollte.

Pina Bausch – ein Leben in brennender Leidenschaft für den Tanz

Ruth Ortlinghaus

Tanz ist das älteste der Kulturgüter. Ursprünglich galt er in der Antike als ein rein religiöser Akt, der oft auf überirdische Ursprünge zurückgeführt wird. Bis zum heutigen modernen Ausdruckstanz war es im historischen Wandel ein spannender Weg in den Riten der Natur- und Kulturvölker. „Lernt Tanzen, tanzt – sonst wissen die Engel im Himmel mit Euch nichts anzufangen“ mahnte schon Augustinus, der Kirchenlehrer und Philosoph der Spätantike.

„Der Tanz ist ein Mysterium, dessen Geheimnis sich nur während des Tanzes löst“ schrieb Pina Bausch, die größte geniale Choreografin und Ausdruckstänzerin des 20. Jahrhunderts. Gleichzeitig betonte sie „Tanz kann fast alles sein“.

Mit 15 Jahren begann die gebürtige Solingerin ein Tanzstudium an der Essener Folkwang-Schule. Der Gründer des dortigen Tanzstudios, Choreograf Kurt Joos (1901-1979), erkannte schnell die außergewöhnliche Begabung „seines Wunderkindes“ und förderte und forderte sie ständig.

Nach vierjährigem Studium erhielt die geniale Tänzerin den „Folkwangpreis für besondere Leistungen“. „Pina Bausch – das wunderbare Mädchen, hat ihn gewonnen gegen den besten Pianisten, Cellisten, Schauspieler und Sänger der ganzen Schule – und das mit keiner einzigen Gegenstimme“ betonte Mentor Joos. Später folgten zahlreiche Preise und Auszeichnungen.

Mit 18 Jahren studierte die vom Tanz besessene Pina zwei Jahre im New Yorker Tanzentrum der berühmten Juilliard School, und bald schon tanzte sie in der Metropolitan Opera.

1962 folgte die Künstlerin einem Ruf als Solistin und Choreografin an die inzwischen zur Hochschule ernannte „Folkwang-Akademie der schönen Künste“.

Eine Ballerina im klassischen Sinn wollte Pina Bausch nie werden. Früh schuf sie kleinere Choreografien mit Soli, die sie selbst tanzte. Aber sie erstrebte mehr. Ihre Sehnsüchte: „eigene Kreationen um etwas auszudrücken was ich nicht mit Worten ausdrücken kann“ erfüllten sich dann im Wuppertaler Opernhaus unter dem Intendanten Arno Wüstenhöfer.

Marion Meyer, Biografin der Kulttänzerin betont „Pina Bausch war vom Tanz wie in einem Rausch besessen, sie hat ihm neue theatrale Dimensionen verliehen, hat das Tanztheater erfunden. Sie revolutionierte von Wuppertal aus den modernen Tanz, bereicherte ihn durch Sprache, Gesang, Schauspiel und Einflüsse aus der ganzen Welt. Ihre Tanzsprache wird rund um den Globus verstanden, sie hat sie als Kulturbotschafterin in unzählige Länder getragen. Ihre Stücke sind zeitlos und berühren auch nach mehreren Jahrzehnten.“

Die in Wuppertal lebende Journalistin und Biographin hat mit ihrer 2. überarbeiteten illustrierten Monografie ein kleines Kunstwerk geschaffen.



Marion Meyer: Pina Bausch, Tanz kann fast alles sein.

Die Autorin, Germanistin und Anglistin hat in Wuppertal als Regieassistentin gearbeitet, sie betreut heute die Öffentlichkeitsarbeit des Von der Heydt-Museums. Aus der Nähe und aus der Ferne hat sie immer den Lebensweg der als Kulttänzerin in die Annalen eingegangenen Pina Bausch begleitet. In ihrer Monografie gelang ihr eine kunstvolle und kurzweilige Symbiose von Texten und Fotos. Ausgehend von den einzelnen Lebensstationen der Künstlerin, hob die Biographin immer die künstlerischen Entwicklungen von den einzelnen solistischen Einlagen bis zu den eigenen Choreografien hervor. In genial tänzerischen Posen erzählen die Fotos unendliche Geschichten. Viele der Choreographien werden kurz angeschnitten, lassen Pinas Lebensphilosophie aufleuchten. Interviews mit Mitgliedern des Tanztheaters Wuppertal erzählen von der Menschlichkeit der Chefin, aber auch vom ehrgeizigen Streben nach Vollkommenheit, dem mühsamen Weg vom ersten Eindruck des Erstrebten bis zum genialen Ausdruck. Im Anhang sind aufgelistet nach Daten alle Choreographien, Bühnenbilder und Tänzer/Innen des jeweiligen Stückes.

Marion Meyer gelang zugleich ein interessantes Lesebuch und Nachschlagewerk von der Kulttänzerin Pina Bausch die völlig unerwartet 2009 im Alter von 69 Jahren verstarb.

Eine Künstlermonographie die breit empfohlen werden kann.

Marion Meyer: Pina Bausch, Tanz kann fast alles sein. Remscheid: Bergischer Verlag 2016, 229 S., ISBN 978-3-945763-13-1, 21,- Euro

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

Caritas-Ludgerustreff, 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
Stricken und Quatschen	1. Montag im Monat	15.00 – 17.00 Uhr
Seniorentanz	1. Montag im Monat	15.00 – 17.00 Uhr
Ganzheitliches Gedächtnistraining (fortlaufender Kurs)	dienstags	10.00 – 11.30 Uhr
Altersgerechte Gymnastik mit und rund um den Stuhl, anschl. gemütliches 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
Austausch und Frühstück für Angehörige von Menschen mit Demenz anschließend Angebot zum gemeinsamen Mittagstisch	1. Freitag im Monat	9.30 – 11.30 Uhr
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“ 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: Gabriele Jansen, Tel. 02056/56048. 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

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, Monika Baer, Helga Licher,
Lore Looch

Gestaltung, Realisierung, Anzeigenannahme:

Scheidsteger Medien GmbH & Co. KG, Velbert

Titelfoto:

Archiv Ursula Schwarze

Nächste Ausgabe:

Nr. 100, Mai 2019

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

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

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



Name

Vorname

PLZ/Ort

Straße/Nr.

Datum Unterschrift

SCALA

Das Monatsmagazin für den nördlichen Kreis Mettmann



Die SCALA – seit 1996 auf dem Markt – ist ein Monatsmagazin mit Veranstaltungskalender für den nördlichen Kreis Mettmann. Ob Kultur, Wirtschaft, Lokales oder Mode – alle Lifestyle-Themen werden von der SCALA aktuell und ausführlich dargestellt.

www.scala-regional.de

Bergische Diakonie

TAFEL NIEDERBERG

Ehrenamtliche Fahrer gesucht!

- Sie möchten sich ehrenamtlich betätigen?
- Sie fahren gerne Auto?

Dann sind Sie bei der TAFEL NIEDERBERG genau richtig! Melden Sie sich einfach telefonisch oder per Email bei uns! Wir freuen uns auf Sie.

☎ 0202-2729-601 oder ✉ tanja.hoegstroem@bergische-diakonie.de

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.

EIN UNTERNEHMEN DER
STADTWERKE
WÜLFRAATH, HEILIGENHAUS, ERKRATH



Helios Klinikum Niederberg

Ein Krankenhaus im Aufbruch



Telefon (02051) 982-0
www.helios-gesundheit.de/niederberg

Innovativ

Vergrößertes Leistungsangebot, neue Fachabteilungen und neue Spezialisten für viele Krankheitsbilder

Kompetent

Akutkrankenhaus für gesetzlich und privat Versicherte, Kooperationen und Medizinische Zentren

Zukunftsorientiert

Krankenhausneubau in Planung, neue Kooperationspartner, über 1.000 Mitarbeiter



www.helios-gesundheit.de

www.ratinger-sanitaetshaus.de



HÖFGES
KOCH
Ratinger Sanitätshaus

Kompressionsstrümpfe
Bandagen
individuelle Einlagenversorgung
Rollatoren
Alltagshilfen
und vieles mehr.....

Sanitätshaus Höfges & Koch

Südring 180 42579 Heiligenhaus Tel. 02056-5958420

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9⁰⁰ - 13⁰⁰ Mo. Di. Do. 14³⁰ - 18⁰⁰



**Erreichbarkeit
ist einfach.**



kreissparkasse-duesseldorf.de/direkt-filiale

...da unsere Direkt-Filiale montags bis
freitags von 8.00 bis 19.00 Uhr mit Rat
und Tat für Sie da ist:

0211 / 873-0

Wenn's um Geld geht
 Kreissparkasse
Düsseldorf



LÖWEN
APOTHEKE

immer gut beraten.

Tel. 0 20 56 - 6301 Freecall 0800 - 5 63 93 60
www.loewenapotheke-heiligenhaus.de



Astrid Rüngeler-Janski & Dr. Peter Rüngeler OHG
Hauptstraße 168 · 42579 Heiligenhaus

